

VEPA Käitumisoskuste Mäng

Tervise Arengu Instituut on Eesti koolides rakendamas VEPA (veel paremaks) Käitumisoskuste Mängu (*Pax Good Behavior Game*) nimelist sekkumist. Mäng on peamiselt suunatud esimeste klasside õpetajatele. Programmi rahastab Euroopa Liidu Sotsiaalfond ja Siseministerium.

Mis on VEPA mäng?

Tegemist on meetodiga, mida rakendas Muriel Saunders esmakordselt Ameerikas 1967. aastal. Algset metoodikat on põhjalikult uuritud, täiendatud ja praeguseks on mängu tunnustatud kui ühte parimat universaalset ennetusprogrammi maailmas. Käitumisoskuste Mäng loodi aitamaks õpetajal tulla klassi kui tervikuga toime ilma, et ta peaks igale korrarikkumisele individuaalselt reageerima.



VEPA mäng koosneb elementidest ja märguannetest, mille rakendamine suurendab õpilaste oskusi oma käitumise kontrollimiseks. Mängu **eesmärk** on positiivse ja õppimist toetava õhkkonna loomine klassis ning õpilaste positiivse käitumise tunnustamine. Mängu rakendamine aitab ennetada õpilaste õppeedukuse langemist, kuritegelikku käitumist, vaimse tervise ja uimastiprobleemide teket. Lisaks vähendab Käitumisoskuste Mängu igapäevane mängimine aega ühelt tegevuselt teisele üleminekul ning suurendab õppimisele jäävat aega 60-90 minuti võrra päevas.

Käitumisoskuste Mängu rakendamine 1. klassis: vähendab **26%** õpilaste hulka, kes 13-aastaselt on suitsetamist proovinud; suurendab **21%** õpilaste hulka, kes omandavad keskhariduse.

Teadusuuringud on leidnud:

- ✚ Tunde segav käitumine 1. klassis on riskifaktor õppeedukuse langemiseks, koolist välja langemiseks, kuritegelikuks käitumiseks, antisotsiaalse isiksusehäire tekkimiseks, uimastite tarvitamiseks või sõltuvuse tekkeks ning teisteks riskikäitumise liikideks (Kellam et al., 2008);
- ✚ VEPA mängu rakendamine vähendab õpilaste käitumisprobleeme, agressiivset käitumist, alaealiste õigusrikkumisi, vägivaldsete kuritegude sooritamist ning antisotsiaalse isiksusehäire tekkimise tõenäosust (Ialongo et al 1999, Ialongo et al 2001, Kellam et al 2008, Kellam et al 1994, Kellam et al 1998, Petras et al 2008, van Lier 2004);
- ✚ VEPA mängu rakendamine vähendab vajadust suunata õpilane käitumis- või õpiraskustega õpilastele mõeldud klassi (Ialongo et al 2001);
- ✚ VEPA mängu rakendamine vähendab riski, et õpilane hakkab tulevikus suitsetama, ennetab ja vähendab uimastite tarvitamist (Furr-Holden et al 2004, Kellam et al 2008, Ialongo et al 1999, Kellam & Anthony 1998, Storr et al 2002);
- ✚ VEPA mängu rakendamine suurendab akadeemilist võimekust ning keskhariduse omandanud õpilaste arvu (Bradshaw 2009).



Mängu läbiviimiseks:

- ✚ õpetajad koostavad koos õpilastega klassi visiooni: mida nad sooviksid rohkem ja vähem oma unistuste klassis näha, kuulda, tunda ja teha;
- ✚ vähem soovitud käitumised on „spleemid“, mida hakatakse mängu rakendamise ajal jälgima;
- ✚ rohkem soovitud käitumine on VEPA, mida hakatakse järjepidevalt esile tõstma ja tunnustama;
- ✚ õpilastele õpetatakse, kuidas mängu mängida.

Mängu põhimõtted:

- ✚ Õpilase tähelepanu saamiseks kasutatakse VEPA vaikust (käemärgid ja suupill);
- ✚ Klass jaotatakse meeskondadeks ja nende nimed kirjutatakse tahvlile;
- ✚ Õpilastele öeldakse, kui mäng algab ja kui kaua kestab;
- ✚ Koos õpilastega arutatakse, mis on „spleemid“ algavas tegevuses;
- ✚ Mängu algusest ja lõpust annab märku suupilli mahe heli;
- ✚ Kui õpilane spleemib, teeb õpetaja märke õpilase meeskonna nime alla ning ütleb neutraalse hääletooniga, mis meeskonnas spleemi märkas;
- ✚ Mängu võidavad meeskonnad, kes saavad tahvlile vähem kui 4 märget;
- ✚ Võitjaid premeeritakse lühiajaliste mänguliste ja lõbusate tegevustega, mis loositakse „Memme vigurite“ hulgast. Auhinna tegevuses löövad kaasa kõikide võitjameeskondade liikmed;
- ✚ Auhinnad kestavad ettenähtud aja ja tegevuse lõpust annab märku taimer või suupill.





Mõmise, jorise ja urise

Võitjameeskonnad saavad etteantud aja jooksul mõmiseda, joriseda, uriseda palju jaksavad.

Soovitatav aeg: 10 kuni 20 sekundit

Mängu saab läbi viia **mitu korda päevas erinevate koolitegevuste juures** – matemaatika- või lugemistunnis, ühest ruumist teise liikudes, raamatukogus, vahetunnis, ekskursioonil, kooli sööklas vms. Käitumisoskuste Mäng on kogum meetoditest, mis kergendab mängu rakendava õpetaja tööd ja parendab õpilaste igapäevaelu. Läbi meeskonnatöö, õpilaste kaasamise, üksteise tunnustamise ja järjepideva positiivse esile tõstmise on kooliskäik meeldivam ja edukam. Mängus kasutatavad meetodid ja elemendid arendavad enesejuhtimise oskust, tänu millele suudab laps jälgida, hinnata ja kontrollida oma käitumist ja emotsioone, omandada uusi oskuseid ning tulla toime tugevate tunnetega. See aitab lapsel ka tulevikus kujundada teadlikult oma elu, püstitada eesmärgid ja liikuda nende poole.

VEPA mängu kohta Eestis saab rohkem infot Tervise Arengu Instituudi projektijuhi Kai Klandorfi käest kai.klandorf@tai.ee, +37258133236.