

# VAIMSE TERVISE PROBLEEMIDE ENNETUS ALGKOOOLIDES:

## UNIVERSAALSE KLASSIS ELLUVIIDAVA ENNETAVA SEKKUMISE (VEPA KÄITUMISOSKUSTE MÄNG) TULEMUSLIKKUS EESTIS

PREVENTING MENTAL HEALTH PROBLEMS IN ELEMENTARY SCHOOLS:  
EFFECTIVENESS OF A UNIVERSAL CLASSROOM-BASED PREVENTIVE  
INTERVENTION (PAX GBG) IN ESTONIA

I koht doktoritööde kategoorias

---

**KARIN STREIMANN**

Juhendajad: Merike Sisask ja Karmen Toros

### SISSEJUHATUS

Eesti laste ja noorte kehv vaimne tervis on üha suurem probleem. Laste vaimset tervist saab toetada igas last ümbritsevas keskkonnas, kuid peamised ennetuskeskkonnad on siiski perekond ja haridusasutused. Kuigi Eesti haridussüsteemil on mitmeid tugevusi, on varasemad uuringud näidanud, et haridusvaldkond saab teha laste heaolu toetamiseks enam (Kutsar, Soo, & Mandel, 2019). Hetkel on vaimse tervise probleemide ennetus Eesti koolides väheväärtustatud ja ellu viidavad tegevused ei põhine tihti peale teaduslikul tõendusmaterjalil (Streimann & Vilms, 2021).

Üks võimalus laste vaimset tervist toetada on kasutada ennetusprogramme, mille tulemuslikkus ja kulutõhusus on tõendatud. Üks Eesti koolides rakendatavaid tõenduspõhiseid programme on VEPA käitumisoskuste mäng (VEel PAREm, inglise keeles *PAX Good Behavior Game*), mille mõju õigusrikumiste, uimastite tarvitamise, vaimse tervise probleemide ning haridustee katkemise ärahoidmisele

on rahvusvahelistes uuringutes tõestust leidnud (Bowman-Perrott, Burke, Zaini, Zhang, & Vannest, 2016; Kellam, Reid, & Balster, 2008; Smith *et al.*, 2019) Samas võib elluviimise keskkond mõjutada programmi toimimist ja tulemusi, mistõttu tasub tegevuse tulemuslikkust teise kultuuriruumi kohandades uuesti hinnata.

Doktoritöö raames tehti uuring mõõtmaks VEPA käitumisoskuste mängu tulemuslikkust Eestis. Samuti uuriti, kui kvaliteetselt VEPA metoodikat Eesti koolides rakendatakse. Kuna laste vaimse tervise probleemid võivad erineda nii kodus kui ka koolis ja vaimse tervise probleemide hindamist võib mõjutada vastaja taust, uuriti doktoritöös lisaks ka seoseid erinevatelt osalistelt kogutud andmete vahel ja taustategureid, mis andmete kokkulangevust prognoosivad.

## TEOREETILINE KONTEKST

Doktoritöö toetub rahvatervishoiu lähenemisele, mis uurib vaimse tervise probleemide tekkepõhjusteid arendamiseks välja riski vähendavaid sekkumisi. Kool saab vaimse tervise probleeme ennetada, mõjutades koolis esinevaid riski- ja kaitsetegureid. Algkooliõpilased saavad enim kasu ennetustegevusest, mis tegeleb järgmisega:

- hoolivate ja turvaliste suhete kujundamisega (nt suhted laste, lastevanemate ja õpetajate vahel);
- koolipoliitika ja kultuuri mõjutamisega (nt kooli turvalisus, õiglane kohtlemine, kuuluvustunne, kokkulepped soovitud ja mittesoovitud käitumise kohta, õpilaste kaasatus);
- õppe- ja kasvatusprotsessi muutmisega (nt eakohaste õpi- ja eluoskuste arendamine, tõhusate klassijuhtimistehnikate kasutamine);
- teenuste tagamisega (nt lastele, kellel esineb vaimse tervise probleeme või õpiraskuseid) (Aldridge & McChesney, 2018; Leadbeater, Sukhawathanakul, Thompson, & Holfeld, 2015).

VEPA käitumisoskuste mäng on üks võimalus, kuidas koolis esinevaid riski- ja kaitsetegureid mõjutada. VEPA programm koosneb lihtsatest ja mängulistest strateegiatest, mille kasutamine tavapärase õppetegevuse ajal arendab laste täidesaatvaid funktsioone (ümberlülitumine, kognitiivne paindlikkus, pidurdus) ja sotsiaal-emotsionaalseid oskuseid (Trummal, Baumbach, & Streimann, 2021). Metoodika toetub hooliva keskkonna raamistikule (Biglan, Flay, Embry, & Sandler, 2012) ja sotsiaalse õppimise teooriale (Bandura, 1986).

## METOODIKA

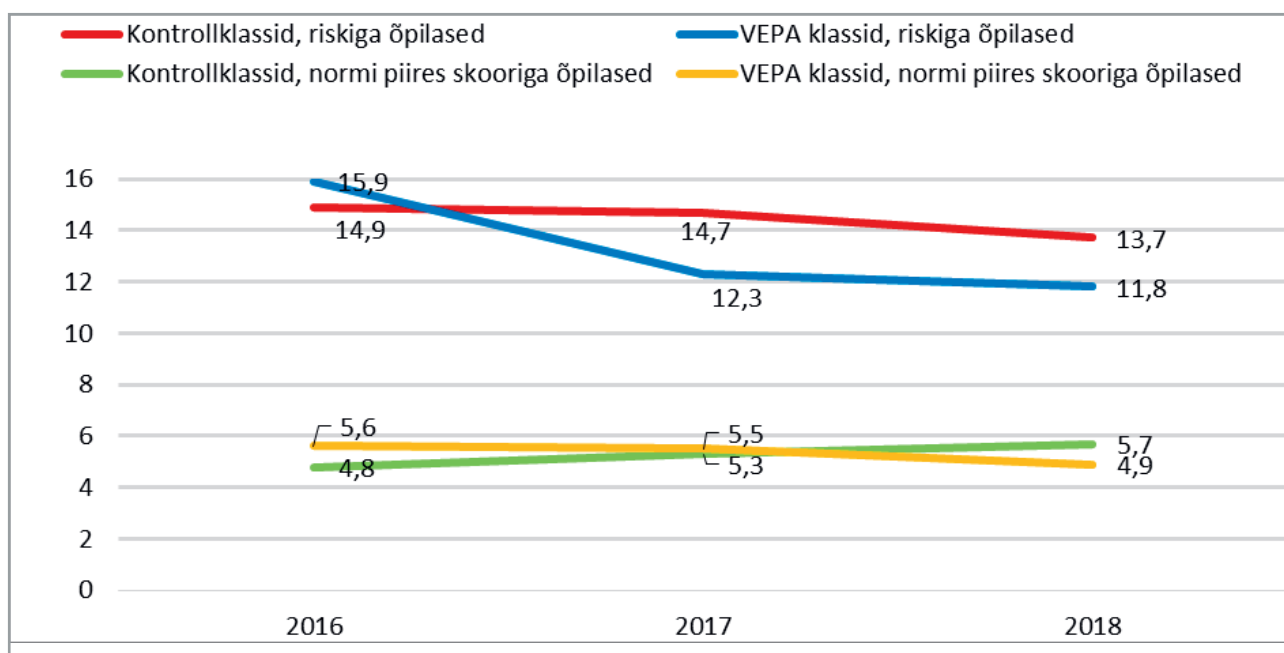
Doktoritöö raames tehti juhuslikustatud kontrollrühmaga uuring, mis toimus kahe õppeaasta jooksul aastatel 2016–2018. Uuringus osales 42 kooli ja 708 õpilast. Uuringu läbiviimise kooskõlastas Tallinna meditsiiniuuringute eetikakomitee.

Uuringus koguti andmeid õpetajatelt, õpilastelt ja lastevanematelt kolmel ajaperioodil: esimese kooliaasta alguses ning 1. ja 2. kooliaasta lõpus. Uuringus kasutati erinevaid hindamisvahendeid. Esimaseks tulemusnäitajaks oli õpetajate täidetud tugevuste ja raskuste küsimustiku (*Strengths & Difficulties Questionnaire*; Goodman, 1999) raskuste skoor, millele tuginedes saab teha järeldusi lapse vaimse tervise kohta. Õpetajad täitsid lisaks enda kohta enesetõhususe küsimustiku (*Teachers' Sense of Efficacy Scale*; Tschannen-Moran & Hoy, 2001) ning küsimustiku klassi käitumise kohta (*Organisation for Economic Co-operation and Development*, 2013). Lapsevanemad täitsid peale tugevuste ja raskuste küsimustiku ka SNAP-IV küsimustiku (Bussing *et al.*, 2008). Samuti koguti andmeid juhuslikult valitud 24 koolis laste pidurdusliku kontrolli kohta, kasutades Go/No-Go testi. VEPA elluviimise sagedust ja korrektsust hinnati mentoritelt, vaatlejatelt ja õpetajatelt kogutud andmete põhjal.

## TULEMUSED JA ARUTELU

Uuringus leiti, et VEPA programmi rakendustäpsus ehk elluviimine võrreldes ettekirjutustega oli suur – õpetajad rakendasid erinevaid VEPA elemente 75% ulatuses ning programmi rakendamise hea kvaliteet säilis ajas. Peaaegu kõik õpetajad kasutasid metoodikat iga päev või peaaegu iga päev, mis peegeldab metoodika omaksvõttu.

Uuring kinnitas VEPA käitumisoskuste mängu tulemuslikkust Eestis, sh programmi positiivset mõju esimese klassi õpilaste vaimsele tervisele ja õpetajate enesetõhususele. Metoodikat kasutanud klassides vähenesid õpetajate hinnangul üleüldised vaimse tervisega seotud raskused nii esimesel kui ka teisel õppeaastal. Lapsevanemate hinnangute alusel oli teisel õppeaastal näha muutusi VEPA-ga kokku puutunud laste prosotsiaalses käitumises ja emotsionaalsete raskuste vähenemisel. Metoodika toetas nii poiste kui ka tüdrukute vaimset tervist, kuid kõige abistavam oli VEPA õpilastele, kellel esimese klassi alguses oli suurem risk vaimse tervise probleemide tekkeks (vt joonis 1). Kontrollklassides, kus VEPA-t ei rakendatud, taolisi muutusi ei toimunud.



Joonis 1. Laste raskuste skoor kolmel mõõtmise korral kahes rühmas vastavalt laste raskuste tasemele sügisel 2016, õpetajate hinnang (keskmine, võimalik vahemik 0–40)

Uuring näitas, et lapse vaimne tervis on seotud teda ümbritseva keskkonna ja hinnangu andja perspektiiviga. Seda ilmestab nõrk seos lapse sooritatud käitumusliku testi (Go/No-Go test) ja õpetajate täidetud tugevuste ja raskuste küsimustiku hüperaktiivsuse, käitumise, eakaaslastega suhtlemise ja üleüldiste vaimse tervise raskuste valdkonnaga. Käitumusliku testi ja lapsevanemate küsimustike vahel seosed praktiliselt puudusid, millele tuginedes võib järeldada, et õpetajad tuvastavad paremini puudujääke laste pidurduslikus kontrollis.

Lapsevanemate ja õpetajate hinnangud ühtisid lapse vaimse tervise probleemide riski vallas enam käitumise, tähelepanu ja keskendumisega seotud näitajate puhul. Emotsionaalsete raskuste valdkonnas aga oli iga viienda lapsevanema hinnangul risk, et lapsel esineb emotsionaalseid probleeme, mida ei märganud õpetajad. Vanemate ja õpetajate hinnangud ühtisid enam tüdrukute vaimse tervise probleemide riski osas, võrreldes poistega.

Eestis on senini võrdlemisi vähe hinnatud ennetustegevuse mõju ning paljudel sekkumisviisidel puudub tõendusmaterjal nende tulemuslikkuse kohta. Eriti oluline on mõõta tegevuste mõju valdkondades,

kus tegeletakse laste ja noortega, sest alaealistel pole enamasti võimalik neid puudutavates sekkumistegevustes kaasa rääkida ja samas on nemad üks haavatavam rühm ühiskonnas.

## KASUTATUD KIRJANDUS

- Aldridge, J. M. & McChesney, K. (2018). The relationships between school climate and adolescent mental health and wellbeing: A systematic literature review. *International Journal of Educational Research*, 88(September 2017), 121–145. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2018.01.012>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Biglan, A., Flay, B. R., Embry, D. D., & Sandler, I. N. (2012). The critical role of nurturing environments for promoting human well-being. *American Psychologist*, 67(4), 257–271. <https://doi.org/10.1037/a0026796>
- Bowman-Perrott, L., Burke, M. D., Zaini, S., Zhang, N., & Vannest, K. (2016). Promoting Positive Behavior Using the Good Behavior Game: A Meta-Analysis of Single-Case Research. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 18(3), 180–190. <https://doi.org/10.1177/1098300715592355>
- Bussing, R., Fernandez, M., Harwood, M., Hou, W., Garvan, C., Swanson, J., & Eyberg, S. (2008). Parent and Teacher SNAP-IV Ratings of Attention Deficit/Hyperactivity Disorder Symptoms: Psychometric Properties and Normative Rating from a School District Sample. *Assessment*, 15(3), 317–328. <https://doi.org/10.1177/1073191107313888>
- Goodman, R. (1999). The extended version of the Strengths and Difficulties Questionnaire as a guide to child psychiatric caseness and consequent burden. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 40(5), 791–799. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00494>
- Kellam, S. G., Reid, J., & Balster, R. L. (2008). Effects of a universal classroom behavior program in first and second grades on young adult problem outcomes. *Drug and Alcohol Dependence*, 95(SUPPL. 1), S1–S4. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2008.01.006>
- Kutsar, D., Soo, K., & Mandel, L. M. (2019). Schools for well-being? Critical discussions with schoolchildren. *International Journal of Emotional Education*, 11(1), 49–66.
- Leadbeater, B. J., Sukhawathanakul, P., Thompson, K., & Holfeld, B. (2015). Parent, Child, and Teacher Reports of School Climate as Predictors of Peer Victimization, Internalizing and Externalizing in Elementary School. *School Mental Health*, 7(4), 261–272. <https://doi.org/10.1007/s12310-015-9154-z>
- Organisation for Economic Co-operation and Development. (2013). Teaching and Learning International Survey (TALIS), Teacher Questionnaire. Retrieved December 2, 2016, from <https://www.oecd.org/edu/school/TALIS-2013-Teacher-questionnaire.pdf>
- Smith, S., Barajas, K., Ellis, B., Moore, C., McCauley, S., & Reichow, B. (2019). A Meta-Analytic Review of Randomized Controlled Trials of the Good Behavior Game. *Behavior Modification*, 014544551987867. <https://doi.org/10.1177/0145445519878670>
- Streimann, K. & Vilms, T. (2021). *Vaimse tervise probleemide ennetus koolis. Harjumaa koolide tugispetsialistide ja koolijuhtide rühmaintervjuuude kokkuvõte*. Tallinn.
- Trummal, A., Baumbach, A., & Streimann, K. (2021). *VEPA Käitumisoskuste Mängu rakendamine Eestis aastatel 2014–2021*. Tallinn.

Tschannen-Moran, M. & Hoy, A. W. (2001). Teacher efficacy: capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17(7), 783–805. [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(01\)00036-1](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(01)00036-1)