**Projekti lühikirjeldus ja tulemused**

Projekti eesmärk on välja töötada metoodika õpilaste eneseregulatsiooni (sh tunnetega toimetuleku) toetamiseks klassiruumis. Metoodika aitab õpilastel iseennast ning teisi paremini mõista, edendab eneseregulatsiooni ning vähendab emotsionaalsest üle- või alareageerimisest tulenevaid probleeme klassiruumis. Projekti eesmärgi täitmiseks pakutakse õpilastele I kooliastme pilootklassides ning tugispetsialistide ruumides võimalus oma emotsionaalset seisundit hinnata ning parandada. Selleks luuakse rahupesad koos eneseregulatsioonitahvliga. Metoodika väljatöötamisel ja selle tõhususe hindamisel lähtutakse teaduspõhisusest.  
Projekti tulemusel:  
-Paraneb õpilase eneseregulatsioonioskus ning täieneb tunnetealane sõnavara.  
-Paraneb õpilaste oskus juhtida oma käitumist ja tulla toime sotsiaalsetes suhetes.  
-Suureneb prosotsiaalse käitumise tõenäosus klassiruumis.  
-Töötatakse välja ühtne metoodika, mis võimaldab õpilasel soovitud käitumist rakendada erinevates kontekstides jätkusuutlikuks käitumise modifitseerimiseks.