



Positief Opvoeden, Triple P



Het werken met Triple P is zowel voor ouders als professionals een succesformule, want het werkt!

Rebekka Berns is jeugd- en gezinscoach binnen één van de vier Jeugd- en Ondersteuningsteams (de JOT's) in de gemeente Nissewaard en werkt bijna dagelijks met Triple P. "Zonder Triple P had ik het werken in deze sector denk ik niet volgehouden. Het geeft veel houvast en gezinnen zijn na afloop écht geholpen", aldus een enthousiaste Rebekka.

Niveau 4 Standaard

Medewerkers binnen het JOT worden aangestuurd door de gemeente, maar Rebekka werkt voor Enver, net als een groot deel van de andere jeugd- en gezinscoaches. In het JOT werken ook professionals van organisaties als MEE, Pameijer en Ipse de Brugge. Het JOT biedt vrij toegankelijke hulp aan gezinnen met kinderen tot 18 jaar in de gemeente Nissewaard. Twee jaar geleden zijn bijna alle Enver medewerkers binnen het JOT geschoold voor de uitvoering van [Triple P niveau 4 Standaard](#). Een gezamenlijk initiatief van Enver en de gemeente.

Rebekka is al bijna 10 jaar geleden geschoold voor de uitvoering van Triple P. Ze werkte destijds in Rotterdam en maakte twee jaar geleden de overstap naar Nissewaard. Daar kwam ze in een team met collega's die net de training hadden gevolgd en nog niet veel ervaring hadden in de praktijk. Toen de voormalige gedragswetenschapper een andere baan kreeg, wierp Rebekka zich op als trekker, of zoals ze zichzelf noemt 'Triple P sleutelfiguur'. Dat is inmiddels ruim een half jaar geleden.

Wat levert het werken met Triple P professionals en ouders op?

“Het geeft mij als professional rust, houvast, zekerheid en vertrouwen. Je weet dat je gezinnen echt kunt helpen, dat er iets gaat veranderen. En vaak zien we al heel snel resultaat. Hierdoor hou je het werk langer vol, het gevoel van slagen werkt motiverend. Zowel voor ouders als voor jou als professional. Je wordt als professional steeds beter in het uitdragen van de methodiek. Doordat je hebt ervaren wat het oplevert, kun je ouders beter motiveren.”

“Bij de start van het traject is vaak de vraag van ouders: ik heb geen grip op het (ongewenste) gedrag van mijn kind/tiener, ze luisteren niet als ik instructies geef, hoe ga ik om met het boze/agressieve gedrag van mijn kind/tiener? Wat ook vaak benoemd wordt aan het begin van het traject is dat ze alles al geprobeerd hebben. In het begin zijn sommige ouders daarom argwanend, waar gaan we aan beginnen?”

“Ik merk dat het vaak de eerste keer is dat ze naar hun eigen opvoedhouding kijken. Wat er zo goed werkt is dat ouders zelf ontdekken wat ze willen veranderen en daar met begeleiding strategieën voor leren. Ze maken hun eigen plan, ze zijn heel blij dat ze zelf verantwoordelijk blijven. Zelfreflectie is een belangrijke sleutel tot succes. Je zit als professional niet op de stoel “ik ga het oplossen”. Je stimuleert ouders om kleine, haalbare doelen te stellen. Waardoor ze successen behalen, die ze aan zichzelf kunnen toeschrijven. Hierdoor groeit het vertrouwen. ‘Waar ben je tevreden over?’ is een veelgestelde vraag. Ouders kennen hun kind het beste, er zit veel in ouders. Neem dat als uitgangspunt.”

“Na 5 à 6 gesprekken zien we vaak al grote veranderingen.” Rebekka omschrijft de situatie van een gezin waarin veel stress is tijdens de ochtendspits. Een kindje van 5 wil niet goed meewerken als ze zichzelf moet aankleden. Ouders krijgen inzicht in de hulpvraag van het meisje (het lukt me niet om mezelf aan te kleden) en gaan nadenken over een mogelijke oplossing. Deze is snel gevonden, door er een spelletje en liedje van te maken.

Invloed van de coronacrisis

Door de coronacrisis was er geen of weinig face-to-face-contact met ouders. Maar het werk kon goed doorgaan, telefonisch of via videobellen. “Het voordeel hiervan is dat ouders nog meer dan anders de regie hebben. Ze doen waar zij achter staan, zijn vaak goed voorbereid en komen afspraken na. Ook is er letterlijk meer afstand: gezinnen gaan aan het werk. In een telefoongesprek van 45 tot 60 minuten kun je veel bereiken. Ik vraag ouders bijvoorbeeld om voorafgaand aan een gesprek de dvd te bekijken, ik geef de video mee op usb-stick.”

Ouders zeggen afspraken wel makkelijker af. Het is daardoor wel extra duidelijk welke ouders gemotiveerd zijn en welke niet. Als afspraken vaak worden afgezegd, dan gaat de casusregisseur met het gezin kijken welke hulpvraag er is en of Triple P wel passend is.

Succesvolle implementatie

Om goede resultaten te kunnen bereiken met Triple P, is naast een inhoudelijke training ook aandacht nodig voor de implementatie van het programma in de organisatie. Er zijn een aantal dingen die voor Rebekka goed werken:

- Door de focus van de JOT's op jeugd, past Triple P heel goed. Het geven van opvoedingsondersteuning is aan de orde van de dag voor de jeugd- en gezinscoaches, dus het programma kan vaak worden ingezet.
- Het is belangrijk om gezamenlijk te kijken wanneer je Triple P wel en wanneer je Triple P niet inzet. Hier is veel over gesproken met de gedragswetenschappers. Het werkt niet voor alle ouders. Voor ouders die het opgelegd krijgen is het een ander verhaal. Ouders moeten gemotiveerd zijn en echt aan het werk willen. Dit kan gaandeweg komen, maar als ouders echt niet mee willen werken, dan werkt het niet. Er wordt binnen het JOT ook gewerkt met JIM (Jouw Ingebrachte Mentor), waarbij een mentor betrokken wordt bij het hulpverleningsproces. Hier is nu veel aandacht voor, maar gaat heel goed samen met de inzet van Triple P. Dat is belangrijk om te benoemen en inzichtelijk te maken.
- Een afspraak binnen het JOT die goed werkt: als je als jeugd- en gezinscoach Triple P inzet binnen een gezin, dan doe je binnen dat gezin geen casusregie. Dit zorgt ervoor dat je kunt focussen op opvoedingsondersteuning en niet wordt afgeleid door een crisis.
- Nieuwe medewerkers krijgen de mogelijkheid om de Triple P training te volgen als ze één jaar in dienst zijn. Het is heel prettig dat de meeste collega's daardoor ook Triple P kunnen uitvoeren, dat geeft een gezamenlijke basis.
- Rebekka is begonnen met Triple P intervisie in drie groepjes, volgens een vaste structuur. Elk groepje komt één keer in de acht weken bij elkaar. Bijeenkomsten duren één uur. Leidraad tijdens deze bijeenkomsten is zelfreflectie. Net als bij ouders: 'Waar ben je tevreden over?' Bij vragen over Triple P kunnen professionals altijd bellen met Rebekka. Ook is er een appgroep met alle Triple P getrainde collega's. Nieuwe medewerkers worden hier aan toegevoegd, als ze dat willen natuurlijk.
- Aandacht voor de beschikbaarheid en het effect van Triple P is belangrijk. Rebekka brengt Triple P regelmatig onder de aandacht, o.a. in aanmeldoverleggen en in overleggen met de regisseur van de gemeente. Er wordt steeds vaker gedacht aan de inzet van Triple P.
- Het is belangrijk dat je als professional enthousiast bent over Triple P en het leuk vindt om uit te voeren. Het is niet erg als dat niet voor iedereen geldt. Er zijn collega's die in vijf gezinnen tegelijk Triple P inzetten, er zijn ook collega's die Triple P minder actief inzetten. Dit is afhankelijk van je behoefte als professional. Het JOT biedt naast Triple P casusregie, JIM (Jouw Ingebrachte Mentor), drang en jeugdbescherming en crisis- en gespecialiseerde zorg. Je kunt zelf aangeven waar je als professional je zwaartepunt wilt leggen.



Meer informatie?

Neem contact op met [Rebekka Berns](#).

Of met [Marion van Bommel](#) van Triple P Nederland.