

ONLINE OPVOEDONDERSTEUNING TIJDENS DE CORONACRISIS

In de huidige situatie is Triple P Online een efficiënt alternatief voor persoonlijk contact met professionals. Ouders kunnen het programma zelfstandig doorlopen, al is het ook mogelijk om hen hierin te begeleiden door middel van aanvullende telefonische of online sessies. Triple P Online is een interventie op niveau 4. Uit onderzoek is gebleken dat het, vergeleken met andere Triple P-interventies, de grootste effecten laat zien in veranderingen op het gebied van sociaal-emotionele en gedragsproblemen van kinderen en de relatie van ouders¹.

- Triple P Online (0-12 jaar).
- Tiener Triple P Online (op dit moment alleen beschikbaar in het Engels).
- Triple P Online met Stepping Stones-ondersteuning².

Ouders doorlopen iedere week een module, die elk 30-60 minuten in beslag neemt. In totaal zijn er acht modules. De modules bevatten korte videoclips van gezinnen die Triple P-strategieën demonstreren. Ouders volgen dit in hun eigen tijd op een computer, tablet of smartphone. Na elke videoclip volgt een interactieve activiteit (bijv. een checklist invullen, een schaalvraag of meerkeuzevraag) om het gebruik van de strategie te stimuleren en ouders na te laten denken hoe ze dit thuis kunnen gebruiken. Elke module eindigt met een gedeelte 'Aan de slag', waarin de ouder wordt gevraagd om doelen en huiswerkopdrachten op te stellen. Ouders ontvangen werkbladen en e-mails, samen met een individueel werkboek.

Toegang tot Triple P Online

Ouders kunnen zelf een code kopen via de website www.positiefopvoeden.nl. Het is ook mogelijk om als organisatie codes in te kopen, die je aan ouders kunt verstrekken en waarbij je aanvullende ondersteuning kunt bieden. Op deze manier kunnen grote groepen ouders bereikt worden. Als je meer informatie wilt, neem dan contact op met [Marion van Bommel](mailto:Marion.van.Bommel@positiefopvoeden.nl). Het is mogelijk om het programma te bekijken door middel van een demo-account.



In april 2020 wordt Triple P Online bijgewerkt met adviezen voor de huidige crisis en de stress die dat met zich mee kan brengen in gezinnen. De inhoud zal gaan over hoe ouders tijdens de coronacrisis met problemen om kunnen gaan en bevat strategieën voor het opbouwen van emotionele veerkracht en het omgaan met angst en traumatische ervaringen.

GEBRUIK MAKEN VAN TRIPLE P ONLINE

Aanvullende ondersteuning bieden

Triple P Online (0-12 en Tieners)

Hoewel Triple P Online succesvol kan worden aangeboden als een optie voor zelfhulp³, kan het ook worden gebruikt in bestaande ondersteuningstrajecten. Indien nodig kunnen professionals telefonisch de ouders motiveren en aanvullende ondersteuning bieden. Recent onderzoek laat ons hiervan de voordelen zien⁴.

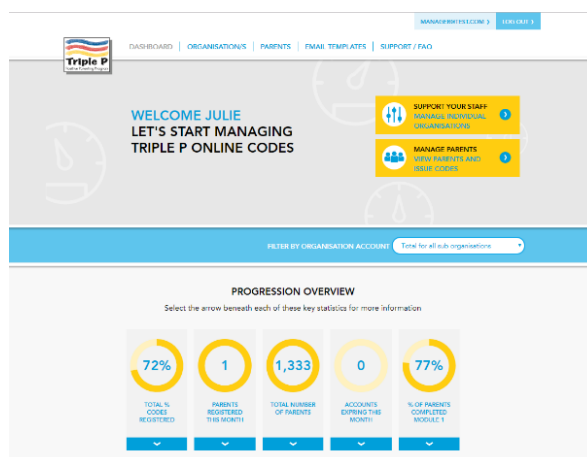
Ouders kunnen de inhoud zelfstandig volgen en dit vervolgens met een professional bespreken, waarbij het op maat gemaakt kan worden voor hun persoonlijke situatie. Op deze manier kun je zo flexibel mogelijk omgaan met de uitdagende omstandigheden waarin gezinnen zich op dit moment bevinden.

Triple P Online (0-12) met Stepping Stones-ondersteuning

Een volledig online Triple P-programma voor ouders van kinderen met een beperking is nog niet beschikbaar. Maar het is wel mogelijk voor deze ouders om het online programma te volgen met de ondersteuning van een professional die getraind is in Triple P Stepping Stones. De professional kan dan per mail, telefoon of videobellen ouders helpen om de strategieën aan te passen en aan te vullen met de strategieën van Stepping Stones⁵.

Gebruik maken van het management systeem

Triple P Online heeft een systeem ontwikkeld voor de organisaties die 100 of meer codes hebben ingekocht. Via dit systeem kunnen codes worden verstrekt aan ouders, het systeem geeft feedback over de voortgang van ouders gedurende het hele programma en beschikt over rapportagefuncties. Het systeem heeft ook de mogelijkheid om ouders aan een professional te koppelen, die achter de schermen mee kan kijken en ondersteuning kan bieden en zo kan helpen bij het op maat maken van de interventie.



Tiener Triple P Online is op dit moment alleen beschikbaar in het Engels. Triple P Online (0-12 jaar) is op dit moment beschikbaar in het Nederlands, Engels, Spaans, Duits, Frans en Arabisch.

¹ Sanders, M.R., Kirby, J.N., Tellegen, C.L., Day, J.J. (2014). The Triple P-Positive Parenting Program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical Psychology Review*, 34(8).

² Deze optie, voor ouders van kinderen met een beperking, vereist een geaccrediteerde Triple P-professional in Triple P Stepping Stones. Zij kunnen ouders begeleiden en toegang geven tot extra Stepping Stones-inhoud.

³ Sanders, M. R., Baker, S., & Turner, K. M. T. (2012). A randomized controlled trial evaluating the efficacy of Triple P Online with parents of children with early-onset conduct problems. *Behaviour Research and Therapy*, 50, 675-684.

⁴ Day, J. & Sanders, M. R. (2018). Do parents benefit from help when completing a self-guided parenting program online? A randomized controlled trial comparing Triple P Online with and without telephone support. *Behaviour Therapy*. doi: 10.1016/j.beth.2018.03.002

⁵ Hinton, S., Sheffield, J., Sanders, M.R., & Sofronoff, K. (2017). A randomized controlled trial of a telehealth parenting intervention: A mixed-disability trial. *Research in Developmental Disabilities*, 65, 74-85. doi: 10.1016/j.ridd.2017.04.005