



## Triple P Family Transitions

---

### Wat is Triple P Family Transitions?

Triple P Family Transitions richt zich op ouders die stress ondervinden als gevolg van een scheiding, waardoor het opvoeden wordt bemoeilijkt. De interventie wordt zo nodig gevolgd door een niveau 4 Triple P oudercursus of Triple P Standaard en bestaat uit 5 groepsessies. Family Transitions ondersteunt ouders die moeilijkheden hebben met de overgang van een twee-oudergezin naar een één-oudergezin. Het richt zich op vaardigheden om conflicten met de voormalige partner op te lossen en met stress om te gaan.

### Voor wie is het bedoeld?

Het programma ondersteunt ouders die recent zijn gescheiden of in scheiding liggen, waarbij sprake is van blijvende conflicten en communicatieproblemen met hun ex-partner. Ouders maken zich zorgen over de emotionele gevolgen van de scheiding voor hun kinderen en willen handvatten om hiermee om te kunnen gaan. Ouders die aan de cursus deelnemen maken zich vaak ook zorgen over het gedrag van hun kind.

### Wat wordt behandeld in de sessies met ouders?

**Sessie 1: Echtscheiding - een overgangsproces in het gezin.** Tijdens deze sessie leren ouders over de opvoedvalkuilen bij scheiden, hoe ze met hun kinderen over de scheiding kunnen praten en hoe ze hen kunnen helpen om met hun emoties om te gaan.

**Sessie 2: Omgaan met emoties (1).** Ouders wordt geleerd om niet-helpende emoties te herkennen (bv. stress, angst, woede) en de link te leggen tussen deze niet-helpende emoties en opvoeden. Copingvaardigheden en ontspanningsstrategieën komen aan bod tijdens deze sessie.

**Sessie 3: Omgaan met emoties (2).** Tijdens deze sessie leren ouders hoe gedachten emoties beïnvloeden en hoe ze deze automatische, niet-helpende gedachten kunnen uitdagen. Copingstrategieën en hoe je goed voor jezelf kunt zorgen komen ook aan de orde.

**Sessie 4: Omgaan met conflicten.** Tijdens deze sessie legt de professional het conflictmodel uit en bespreekt verschillende stijlen om met conflicten om te gaan. Ouders leren vaardigheden om duidelijk te communiceren, met hun ex-partner een gesprek te voeren over het kind, technieken voor probleemoplossing gebruiken en een opvoedaanpak op te stellen.

**Sessie 5: Een goede balans bereiken tussen werk, gezin en ontspanning.** Tijdens deze sessie bespreekt de professional met de ouders hoe ze een nieuwe gezinsidentiteit kunnen ontwikkelen, een sociaal netwerk kunnen opbouwen en nieuwe liefdesrelaties kunnen aangaan.

*NB: Deze vijf sessies worden zonodig gevolgd door Triple P Oudercursus of Tiener Triple P Oudercursus, Triple P Standaard, Tiener Triple P Standaard of Triple P Standaard Stepping Stones.*



## Welke materialen ontvangen de ouders?

Elk gezin krijgt een exemplaar van het Werkboek Triple P Family Transitions en de Ontspanningscd.

## Hoeveel tijd is nodig om de interventie uit te voeren?

De professional wordt aangeraden om naast elke sessie voldoende tijd te reserveren voor het bekijken van vragenlijsten en voor de voorbereiding op de sessie. De onderstaande tabel bevat een richtlijn voor de geschatte uitvoeringstijd.

Training	Individuele consultatie of groepsessies-tijd	Verwerking vragenlijstscores en feedback - Voor- en nameting*	Telefonische ondersteuning of huisbezoek	Vorbereiding op de sessie en afronding na de sessie	Casusaantekeningen en verslag schrijven**	Totale tijd
Triple P Family Transitions	10 uur <small>(2 uur per sessie gedurende 5 weken)</small>	2 uur <small>(gemiddeld 8 deelnemers per groep)</small>	n.v.t.	5 uur	4 uur <small>(8 deelnemers, 30 minuten per deelnemer)</small>	21 uur per groep

\*Reken 2-3 minuten extra per gezin voor het bekijken van de tevredenheidsvragenlijst (CSQ).

\*\*Uitgebreide rapportage voor overheidsinstanties niet inbegrepen.

## Wat houdt de training voor professionals in?

Om Triple P Family Transitions aan gezinnen aan te bieden, is het noodzakelijk dat professionals een actieve vaardigheidstraining hebben afgerond en een op vaardigheden gerichte accreditatie hebben doorlopen waarin zij hebben laten zien over voldoende kennis en deskundigheid te beschikken om het programma uit te voeren. De onderstaande tabel geeft een inschatting weer van de tijd die professionals nodig hebben voor trainings- en ondersteuningsdagen, voorbereiding en intervisie.

Training	Aantal trainingsdagen (9:30 uur - 17:00 uur)	Dag voor de pre-accreditatie (9:30 uur - 17:00 uur)	Vorbereidingstijd voor accreditatiedag	Accreditatiedag	Intervisie	Totale tijd
Triple P Family Transitions	2 dagen	n.v.t.	4-6 uur <small>(quiz en voorbereiding op demonstratie van competenties)</small>	Een halve dag	n.v.t. <small>(gecombineerd met niveau 4-training)</small>	3½ dag

## Welk materiaal ontvangen de professionals?

Elke professional krijgt bij de training een exemplaar van het volgende Triple P-materiaal voor professionals:

- Pakket voor professionals Triple P Family Transitions (inclusief Handboek voor professionals, cd met Triple P Family Transitions PowerPointpresentaties, Werkboek Triple P Family Transitions, Ontspanningscd).
- Dvd Triple P Family Transitions.