



## Triple P Oudercursus

---

### Wat is Triple P Oudercursus?

Triple P Oudercursus is een intensieve opvoedinterventie van acht weken voor ouders van kinderen tot 12 jaar, die een scala aan opvoedvaardigheden willen leren. Deze ouders zijn geïnteresseerd in het stimuleren van een positieve ontwikkeling van hun kind of maken zich zorgen over de gedragsproblemen van hun kind. Het programma bestaat uit vier (2 uur durende) groepssessies met maximaal 12 ouders. Ouders doen oefeningen waarin ze leren wat de oorzaken zijn van ongewenst gedrag van kinderen. Verder leren ze specifieke doelen te stellen en met behulp van strategieën de ontwikkeling van kinderen te stimuleren, om te gaan met ongewenst gedrag en vooruit te plannen bij risicovolle situaties. Vervolgens zijn er drie (15 tot 30 minuten durende) individuele telefonische consultaties om ouders persoonlijk te ondersteunen bij het zelfstandig oplossen van problemen wanneer ze de vaardigheden thuis in de praktijk brengen. Tot slot komt de groep opnieuw bijeen om de voortgang te evalueren, te bespreken hoe de veranderingen vastgehouden kunnen worden en de laatste vragenlijsten in te vullen.

### Voor wie is het bedoeld?

De Triple P Oudercursus richt zich op ouders die zich zorgen maken over de lichte tot matige gedragsproblemen van hun kind of gewoon willen voorkomen dat gedragsproblemen ontstaan. Ouders die interventies op lagere niveaus hebben afgerond en niet de doelen hebben bereikt die ze wilden bereiken, kunnen ook baat hebben bij de Triple P Oudercursus. Ouders die deelnemen willen diverse opvoedvaardigheden leren die ze kunnen toepassen in verschillende situaties. Het is belangrijk dat ouders in staat zijn aan alle acht sessies deel te nemen.

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

**Sessie 1: Positief opvoeden.** Deze sessie biedt ouders een inleiding op positief opvoeden, inzicht in waarom kinderen zich gedragen zoals ze doen en hoe doelen te stellen voor verandering. Vlak voor aanvang van de sessie overhandigen ouders de door hen ingevulde set van vragenlijsten.

**Sessie 2: Kinderen helpen zich te ontwikkelen.** Tijdens deze sessie wordt besproken hoe een goede relatie met kinderen kan worden ontwikkeld en goed gedrag kan worden gestimuleerd. Ook komen vier strategieën aan bod waarmee ouders hun kinderen nieuwe vaardigheden en gedrag kunnen aanleren.

**Sessie 3: Omgaan met ongewenst gedrag.** Deze sessie gaat over strategieën die ouders helpen om te gaan met ongewenst gedrag. Ouders leren ook stappenplannen te ontwikkelen die gericht zijn op beter leren luisteren en op het omgaan met lastig gedrag zoals zeuren en ruzie maken. In de sessie hebben ouders de gelegenheid om met deze stappenplannen te oefenen.

**Sessie 4: Vooruit plannen.** Deze sessie gaat over het benoemen van risicovolle situaties waarin het moeilijk is om goed te reageren en over hoe stappenplannen 'vooruit plannen' kunnen worden ontwikkeld om goed gedrag van het kind in risicovolle situaties te stimuleren (bv. boodschappen doen, klaarmaken voor school). Tijdens deze sessie bereiden ouders zich ook voor op de telefonische consultaties.



**Sessies 5-7: Toepassen van positieve opvoedstrategieën 1-3.** Tijdens de telefonische consultaties geeft de professional feedback op de eerste set vragenlijsten die het gezin voorafgaande aan de cursus heeft ingevuld. Ook gebruikt hij/zij het zelfregulerend feedbackmodel om ouders te helpen de uitvoering van hun stappenplannen voor risicovolle situaties te evalueren. Aansluitend stellen ouders doelen op voor het verder bijschaven van hun stappenplannen.

**Sessie 8: Programma-afsluiting.** Ouders komen terug voor een laatste groepssessie om de voortgang te evalueren, te bespreken hoe de veranderingen vastgehouden kunnen worden en plannen voor de toekomst te maken. Indien nodig worden doorverwijzingsmogelijkheden besproken.

## Welke materialen ontvangen de ouders?

Elk gezin krijgt een exemplaar van het Werkboek voor ouders. Dit werkboek bevat de inhoud van alle sessies, ruimte voor oefeningen en een overzicht van alle huiswerktaken.

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

Naast elke sessie wordt de professional aangeraden 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 per groep.

Training	Individuele consultatie of groepssessietijd	Verwerking vragenlijstcores 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 Oudercursus	10 uur (2 uur per sessie gedurende 5 weken)	5 uur	15 uur (10 gezinnen, 30 minuten per week gedurende 3 weken)	5 uur	5 uur	40 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 Oudercursus aan gezinnen aan te bieden, is het noodzakelijk dat professionals een actieve vaardigheidstraining hebben afgerond en een op vaardigheden gerichte accreditatieprocedure 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.

# Triple P – Positive Parenting Program®



*voor iedere ouder*

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 Oudercursus	3 dagen	1 dag	4-6 uur <small>(quiz en voorbereiding op demonstratie van competenties)</small>	Een halve dag	2-3 uur <small>(maandelijkse bijeenkomsten van een uur)</small>	5½ 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 Oudercursus (inclusief Handboek voor professionals, cd met PowerPointpresentaties bij Triple P Oudercursus en het werkboek voor ouders).
- Dvd Wegwijzer voor iedere ouder.