

TRIPLE P ONLINE

De manier van de 21^e eeuw om ouders van vandaag te bereiken

Door Triple P Online (TPOL) kunnen organisaties gezinnen bereiken die eerder geen toegang hadden tot Triple P. Het kan door professionals gebruikt worden om ouders te ondersteunen die druk zijn, afgelegen wonen of die niet graag deelnemen aan reguliere opvoedcursussen. Het kan ook handig zijn voor organisaties die wachtlijsten hebben.

TPOL gebruikt de kracht en de flexibiliteit van het internet om de leerervaringen van ouders te versterken. Het programma, met veel videofragmenten, heeft tot doel een balans tussen eenvoud en interactiviteit te vinden om de betrokkenheid van ouders en voltooiing van het programma te stimuleren.

“Triple P Online geeft ouders de vrijheid om een opvoedcursus te volgen in hun eigen tijd, thuis of waar ze toegang hebben tot een computer. Door het gebruiksgemak kan elke ouder het programma volgen, onafhankelijk van de problemen die ze ervaren, hoe druk ze zijn of waar ze wonen.”

Professor Matt Sanders
Ontwikkelaar van Triple P – Positive Parenting Program®

TPOL is de online variant van niveau 4 Triple P Standaard. Het kan gebruikt worden als een vroege interventiestrategie, of als een intensiever programma voor ouders met kinderen tot 12 jaar met significante sociale, emotionele of gedragsproblemen. Triple P Online introduceert de 17 opvoedstrategieën van Triple P. Dit zijn

eenvoudige strategieën om positief gedrag te stimuleren en om ongewenst gedrag te voorkomen en er mee om te gaan als het zich voordoet.

Deze interactieve online interventie is ontwikkeld om positieve opvoedvaardigheden te stimuleren. Dit zijn bijvoorbeeld positieve aandacht geven, prijzen, vaardigheden aanleren, een plan maken om problemen te voorkomen in risicovolle situaties en effectief ingrijpen bij ongewenst gedrag. De interventie leert ouders ook om deze principes toe te passen op specifieke situaties en samen met hun partner als team op te voeden en om te gaan met stress.

Gebruikers ontvangen persoonlijke inloggegevens (met een toegangscode) en kunnen het online opvoedprogramma in hun eigen tijd, thuis op de computer of op een tablet volgen. Elke ouder ontvangt een certificaat als ze het programma afgerond hebben.

Triple P Online is beschikbaar voor alle ouders vanaf de Triple P ouderwebsite. Ze kunnen dit als een op zichzelf staand zelfhulp programma volgen. Voor veel organisaties die niet in staat zijn om TPOL aan hun klanten aan te bieden, is de Triple P ouderwebsite beschikbaar om naar te verwijzen (www.positiefopvoeden.nl).

Gebruiksvriendelijke navigatie

Gebruikers kunnen alleen naar een volgende module gaan als ze een eerdere hebben afgerond. Ze kunnen wel altijd terugkijken naar de modules die ze al hebben afgerond door de “volgende” en “terug” knoppen te gebruiken. Ook kunnen ze dan het menu aan de zijkant gebruiken om bijvoorbeeld specifieke onderdelen van een

videofragment nog eens te bekijken, hun antwoorden aan te passen en alle extra's te gebruiken.

Modules

TPOL is ontworpen om wekelijks een module af te maken, gedurende 8 weken. Dit neemt ongeveer een half uur tot een uur per module. Maar dit is flexibel en de toegangscode blijft tot een jaar na activatie geldig.

Professor Matt Sanders introduceert de inhoud van elke module en vat de vorige module nogmaals samen. Aan het eind van elke module is er een gedeelte dat 'aan de slag' heet en waarin ouders gevraagd worden om haalbare doelen te stellen en huiswerkopdrachten uit te voeren om het geleerde te consolideren en om het oefenen met de vaardigheden te stimuleren.

Video's en Activiteiten

Elke module bevat korte videofragmenten waarin de Triple P strategieën getoond worden door gezinnen. Een interactieve activiteit (zoals bijvoorbeeld een checklist, vragenlijstje, multiple choice testje) of een 'denk erover na' activiteit zorgt ervoor dat ouders dat wat ze in het videofragment hebben gezien kunnen toepassen. De activiteiten hebben tot doel om de motivatie van ouders te vergroten om de gepresenteerde strategieën toe te passen in hun eigen gezin.

Werkboek

Een samenvatting van de inhoud van de video's wordt steeds geïmporteerd in een persoonlijk werkboek. Dit werkboek bevat ook antwoorden op de activiteiten en er is ruimte voor aantekeningen. Dit kan dan geprint of gemaild worden. Ouders ontvangen ook een certificaat als ze het programma hebben voltooid.

Extra's

Aan het einde van elke module krijgen ouders verschillende extra's aangeboden. Deze zijn gebaseerd op datgene wat ze bekeken hebben.

De extra mogelijkheden zijn:

- Werkbladen – download registratiekaarten, informatieformulieren; en
- Email – ontvang een email met een samenvatting van de module.

Toegangscode

De codes zijn 1 jaar geldig of gedurende de looptijd van het project. Niet geactiveerde codes verlopen daarna. Op verzoek zal Triple P Nederland de ongebruikte codes weer activeren voor nog een jaar. Als de codes geactiveerd zijn, zijn ze 1 jaar geldig.

Professionele ondersteuning

Professionals kunnen TPOL aanbieden om ouders van kinderen met gedragsmoeilijkheden te ondersteunen. Dit biedt ouders de mogelijkheid om Triple P te volgen als een zelfhulpprogramma dat ze in hun eigen tempo kunnen doen. Veel ouders waarderen de mogelijkheid om het programma te doen wanneer het hen uitkomt en het lukt hun om het programma af te maken zonder extra professionele ondersteuning. Andere ouders hebben baat bij extra ondersteuning bij de uitvoering van het programma.

Sommige ouders hebben baat bij motiverende ondersteuning en herinneringen om in te loggen en de modules af te maken; andere ouders hebben misschien extra klinische ondersteuning nodig. Deze ondersteuning kan geboden worden in gestructureerde sessies terwijl ouders het programma doorlopen. De sessies kunnen

telefonisch aangeboden worden, via video (Skype, Facetime), email of face-to-face. De professionals die deze ondersteuning aanbieden moeten zowel bekend zijn met TPOL als getraind zijn als Triple P aanbieder. De mate van ondersteuning die een organisatie ouders biedt bij het doorlopen van Triple P is afhankelijk van de mogelijkheden van de organisatie en de hoeveelheid hulp die de ouder nodig heeft.

Kosten

Aantal toegangscodes	Tarief (per toegangscade)*
0-10 toegangscodes	€ 85
11-500 toegangscodes	€ 81
501-1000 toegangscodes	€ 73
1001-2500 toegangscodes	€ 68
2501-5000 toegangscodes	€64
> 5001 toegangscodes	€51

* Prijzen zijn inclusief BTW. De prijzen zijn confidntieel en dienen niet gepubliceerd te worden.

Voor meer informatie over TPOL [klik hier](#) om te zien hoe het werkt. Bent u geïnteresseerd in het aanbieden van TPOL in uw organisatie, neem dan alstublieft contact op met Triple P Nederland.