



Geen twijfels over het effect van Triple P

Jacqueline van Rijn

Krista Okma

www.nji.nl

Januari 2013

Afgelopen weken verscheen Triple P meerdere malen negatief in de publiciteit. Het Nederlands Jeugdinstituut is verantwoordelijk voor de invoering van Triple P in Nederland. Het instituut hecht belang aan een kwalitatief goed aanbod van opvoedingsondersteuning en het professionaliseren daarvan. Een goed voorbeeld is Triple P. In dit artikel gaan Jacqueline van Rijn (projectleider Triple P) en Krista Okma (hoofdtrainer Triple P) in op de kritiek. Zij zetten een aantal vaak voorkomende misvattingen recht. Zo is Triple P meer dan belonen en begrenzen alleen. Ook is Triple P uitgebreid en onafhankelijk onderzocht, met goede resultaten.

1. Triple P: veel meer dan belonen, begrenzen en trucjes

Triple P zou niet veel meer zijn dan het belonen van gewenst gedrag en het begrenzen van ongewenst gedrag. Een veelgehoorde misvatting. In werkelijkheid bestaat de methode uit zeventien opvoedstrategieën. Waar bijvoorbeeld ook samen praten, tijd doorbrengen en affectie tonen onderdeel van uitmaken. Zodat niet alleen gewenst gedrag wordt gestimuleerd en ongewenst gedrag wordt gecorrigeerd, maar ook een positieve relatie tussen ouders en kinderen wordt bevorderd.

Daarbij is er niks mis met het belonen van gewenst gedrag en het begrenzen van ongewenst gedrag. Een compliment of beloning (bijvoorbeeld samen iets leuks doen) kan kinderen motiveren om nieuwe vaardigheden te leren. Met het begrenzen van ongewenst gedrag leren kinderen om regels te volgen. Het volgen van regels is een belangrijke sociale vaardigheid. Als kinderen dat niet leren, kan dit leiden tot problemen op school, in relaties met leeftijdsgenoten (denk aan regels rond beurten nemen) en in andere sociale contexten. Dat kinderen gevoelig zijn voor een compliment, goed kunnen luisteren en meewerken wil niet zeggen dat zij geen creatieve, zelfdenkende individuen meer zijn. De inzet van opvoedstrategieën zal kinderen juist ondersteunen bij allerlei ontwikkelvaardigheden, waaronder goed communiceren, sociaal zijn, autonoom zijn, zelfredzaam zijn en het kunnen hanteren van emoties.

Met de inzet op opvoedvaardigheden biedt Triple P praktische pedagogiek. Waarbij het programma zich richt op opvoedingsondersteuning en het opvoeden zelf aan de ouders overlaat. Ouders bepalen zelf welke strategieën zij willen inzetten, in hun persoonlijk plan van aanpak. Een plan dat zich richt op de eigen doelen, normen en waarden van ouders. De dingen die zij in het gezin belangrijk vinden en waar zij een positieve verandering in willen bewerkstelligen. Waarbij Triple P dus geen moraal of (conservatieve) waarden oplegt, maar ouders handvatten geeft om de waarden en normen die zij belangrijk vinden in het gezin te vertalen naar concreet gedrag. Gedrag dat soms eerst zal moeten worden aangeleerd, voordat er intrinsieke motivatie ontstaat. Met bijvoorbeeld strategieën als een compliment, een goed gesprek, of tijdelijk een beloningssysteem als extra ondersteuning. Dat kun je



trucjes noemen, feit is dat het werkt. Want doordat kinderen van gedrag tot intrinsieke motivatie komen, wordt uiteindelijk ook hun persoonlijke identiteit gevormd. Dit proces niet als waardevol beschouwen is een ondermijning van de bewezen werkzaamheid van de sociale leertheorie en gedragsmatige aanpak als geheel.

2. Triple P: maatwerk binnen een duidelijke structuur

Een sterk punt van Triple P is dat de methodiek heel praktisch is uitgewerkt, met bijvoorbeeld een toolkit met opvoedvaardigheden, een plan van aanpak en monitoringslijsten, waarmee ouders de voortgang van hun plan kunnen bijhouden. De structuur van het programma is voor professionals in een handboek beschreven, zodat zij het kunnen uitvoeren zoals het bedoeld is. Dit is een belangrijke voorwaarde om de effectiviteit van de methode te kunnen garanderen. Binnen dit praktische kader is voldoende ruimte voor flexibele toepassing, in lijn met de wensen en behoeften van ouders. Dat er aan de methodiek geen letter veranderd mag worden – zoals hoogleraar Micha de Winter meldt in het artikel – is daarmee onjuist. Er is bijvoorbeeld ruimte voor het invoegen van extra voorbeelden, of om meer nadruk te leggen op oefenen wanneer dat nodig is. Veranderingen mogen alleen niet van invloed zijn op de basisstructuur van het programma (denk aan het overslaan van programmaonderdelen of het veranderen van de volgorde), omdat daarmee de programma-integriteit en effectiviteit van de methode in het geding komen.

Daarnaast besteedt Triple P expliciet aandacht aan het principe van zelfregulatie. Hierbij wordt uitgegaan van de competenties en eigen kracht van ouders. Behaalde successen worden toegeschreven aan de inspanningen van ouders. Hiermee worden ouders gesterkt in hun probleemoplossend vermogen, nu en in de toekomst. Triple P is één van de weinige methodieken die het stimuleren van eigen kracht zó expliciet heeft gemaakt, dat dit proces inherent onderdeel van de methodiek geworden is. Uiteindelijk biedt het programma ouders – maar ook professionals en uiteindelijk kinderen – zo een duidelijke structuur waarbinnen de eigen inbreng centraal staat.

3. Triple P: een programma voor opvoedingsondersteuning

Triple P is een programma voor opvoedingsondersteuning. Voor álle ouders, maar niet voor álle typen problemen die binnen een gezin een rol kunnen spelen. Denk aan schuldsanering, relatieproblematiek of psychosociale problematiek van één of beide ouders. Hier zal andere hulp en ondersteuning voor nodig blijven. Ook is Triple P niet het enige programma dat ouders opvoedingsondersteuning kan bieden. Om ervoor te zorgen dat ouders de ondersteuning krijgen die bij hen past, is het belangrijk dat iedere gemeente zich een goed beeld vormt van behoeften van ouders en kinderen in relatie tot het aanbod dat beschikbaar is.

Het onderscheidend vermogen van Triple P ligt vooral in de kwaliteit van het programma. Het werken met verschillende interventieniveaus waardoor een doorgaande lijn ontstaat voor ouders, professionals en organisaties. De mogelijkheden die het programma biedt om ouders steun op maat te bieden: lichter waar het kan en intensiever waar nodig, verschillende aanbiedingsvormen (individueel, groepsgewijs, zelfhulp) en circa vijftien specifieke modules voor specifieke doelgroepen ouders (van bijvoorbeeld kinderen met een beperking of met (risico op) gewichtsproblemen). De kosteneffectiviteit die dit maatwerk oplevert. En de inzet op het normaliseren van het hebben van opvoedvragen op populatieniveau, waarmee zwaardere problemen kunnen worden voorkomen.



4. Triple P: uitgebreid en ook onafhankelijk onderzoek

Met Triple P kiezen gemeenten en organisaties voor een programma met een positieve visie op opvoeden, een goede theoretische en wetenschappelijke onderbouwing en heldere uitgangspunten (Blokland & Ritmeester, 2012). Een programma dat uitgebreid is onderzocht in binnen- en buitenland op zijn programmadoelstellingen: het versterken van competent ouderschap, het verminderen van risicofactoren en daarmee uiteindelijk het voorkomen of verminderen van emotionele en gedragsproblemen bij kinderen. Honderdveertig studies in binnen- en buitenland laten zien dat deze programmadoelstellingen worden bereikt. Van dit onderzoek is 43% onafhankelijk onderzoek, uitgevoerd zonder betrokkenheid van Triple P International of de Universiteit van Queensland (zie ook de [samenvatting van de reactie van Matt Sanders](#) n.a.v. het onderzoek van Wilson e.a.).

Ook het inmiddels veelbesproken kritische artikel van Wilson en anderen (2012) noemt de bereikte significant positieve resultaten van Triple P op de afname van emotionele en gedragsproblemen bij kinderen indrukwekkend. In tegenstelling tot de bewering van Wilson en anderen tonen meerdere onderzoeken aan dat bereikte resultaten net na de interventie overeind blijven bij nametingen over verschillende tijdsintervallen (Sanders, 2012). Dat resultaten vooral gerapporteerd werden door moeders, is inherent aan de lagere deelname van vaders aan opvoedingsondersteuning in het algemeen. Vaders hebben bovendien een voorkeur voor lichte interventies bij alledaagse opvoedvragen. Dat effecten bij vaders minder sterk zijn dan bij moeders, hangt mogelijk samen met de relatief lichte vraag die bij hen speelt.

Triple P is in Nederland opgenomen in de Databank Effectieve Jeugdinterventies als ‘Theoretisch goed onderbouwd’ (zie: <http://www.nji.nl>). Om het predicaat ‘bewezen effectief te krijgen’, dient in ieder geval uit onderzoek (een RCT) uit eigen land te blijken dat Triple P effectiever is in vergelijking tot een controlegroep (die op de wachtlijst staat of die een alternatief aanbod krijgt aangeboden, waarvan de effectiviteit al is bewezen). Dit betekent dat voor alle Triple P interventies in Nederland een dergelijk onderzoek moet worden uitgevoerd. De laatste resultaten uit een RCT naar de effecten van Triple P niveau 4 en 5 (Onrust, De Graaf & Van der Linden, 2012) laten zien dat Triple P leidt tot een hoger competentiegevoel bij ouders en een afname van problemen op kindniveau, in minder sessies dan reguliere ondersteuning. Hoewel dit een interessant perspectief biedt op de kosteneffectiviteit van Triple P, bereikt ook reguliere ondersteuning (waarbij vaak diverse vormen van hulp worden geboden) – na circa 10 extra sessies – dezelfde effecten op ouder- en kindniveau. Uit deze studie blijkt dat Triple P een goed alternatief is voor hulpverlening aan gezinnen in de geïndiceerde jeugdzorg en jeugd-ggz.

Naast bovengenoemde studie zijn er in Nederland diverse effectstudies gedaan. In deze studies, die veelal veranderingsonderzoeken (alleen voor- en nametingen, zonder controlegroep) of een quasi-experimenteel design betreffen, wordt keer op keer aangetoond dat Triple P direct na afloop en 3 tot 6 maanden later positieve effecten aantoon op kind- en ouderniveau. Deze resultaten zijn niet meegenomen in de beoordeling in de databank, omdat deze strengere criteria hanteert. Dat de reguliere hulp dezelfde positieve effecten aantoon, kan worden veroorzaakt doordat de kwaliteit van reguliere opvoedhulp in Nederland relatief hoog is. Daarbij kost het tijd voor professionals om zich een methodiek eigen te maken. Als de effecten van de methodiek direct na training worden gemeten, is het onduidelijk of gebrek aan verschil toe te schrijven is aan de methodiek of aan de manier waarop professionals er op dat moment mee werken. Bovendien is het

van belang dat het aanbod aansluit op de vraag. Zoals in het onderzoek van Schappin, die in de Volkskrant vertelt dat zij geen verschil heeft gevonden tussen ouders van premature kinderen die Triple P ontvingen en de groep die op de wachtlijst bleef staan. Buiten de krant heeft zij toegelicht dat dit mogelijk samenhangt met het niet spelen van een actuele opvoed-vraag bij deze specifieke doelgroep ouders. Hun hulpvraag bestond eerder uit het krijgen van aandacht. Ook de wachtlijstouders hebben die aandacht gekregen.

5. Triple P: de keus van ruim 200 gemeenten

Triple P kent een opbouw van lichte naar intensievere interventies en van algemene publieksvoorlichting tot intensieve gezinsbegeleiding. Met dit getrapte interventiemodel onderscheidt Triple P zich binnen het beschikbare aanbod van opvoedingsondersteuning. Een belangrijke reden voor gemeenten om voor Triple P te kiezen. Met het programma werken verschillende disciplines – van kinderopvang, onderwijs en CJG tot specialistische voorzieningen (Jeugdzorg, GGZ) – vanuit eenzelfde pedagogische visie. Onderzoek en praktijk laten zien dat hiermee binding ontstaat en een betere onderlinge samenwerking. Ouders zijn gebaat bij deze samenwerking en eenheid van taal. Kortom: voor ouders geen tegenstrijdige adviezen, maar mogelijkheden om goed advies op maat te krijgen.

Het Triple P model zet ook in op ‘Public Health’: het normaliseren van het hebben en stellen van opvoedvragen, het vergroten van de toegankelijkheid van voorzieningen en het wegnemen van drempels voor het zoeken van advies of hulp (Triple P niveau 1). In Nederland is Triple P niveau 1 uitgewerkt in de campagne Positief Opvoeden en de website www.positiefopvoeden.nl. Deze campagne biedt ouders laagdrempelige informatie over opvoeden en leidt (indien nodig) toe naar de Triple P interventies op niveau 2 tot en met 5.

Het via de media bieden van opvoedinformatie voorziet in een behoefte van ouders (Goossens en anderen, 2008). De helft van de Nederlandse ouders heeft opvoedvragen. De meeste ouders gaan bij hun eigen netwerk te rade. Maar bijna de helft van de ouders die behoefte hebben aan steun vindt die niet of niet voldoende bij bekenden en/of professionals. Hierbij speelt onder andere schaamte een rol, de onbekendheid van ouders met het aanbod en het niet aansluiten van de aanbiedingsvormen van opvoedingsondersteuning bij de behoeften van ouders. Onderzoek naar de resultaten van de campagne Positief Opvoeden Triple P suggereert dat de campagne kansrijk is om een succes te worden (Goossens en anderen, 2008). Het onderwerp spreekt de ouders zeer aan en het ingezette medium (website) sluit nauw aan bij hun wensen.

Naast de ‘stepped care’ aanpak maken ook andere programmakenmerken, als een hoge kwaliteit en een goede balans tussen duidelijke structuur en ruimte voor eigen invulling en kracht, dat veel professionals en ouders tevreden zijn over Triple P.

6. Triple P: geen duur en commercieel programma

Gemeenten of instellingen die kiezen voor Triple P hoeven geen dure licentiekosten te betalen. De trainingen kosten gemiddeld € 1.000 per persoon per training (gemiddeld 2 dagen), inclusief trainingsmaterialen en certificering. De trainingen zijn kort en krachtig en professionals worden minimaal uit het arbeidsproces gehaald. Het Nederlands Jeugdinstituut krijgt geen overheidssubsidie om Triple P in Nederland te implementeren. De financiering voor de

implementatie moet het Nederlands Jeugdinstituut dus uit de markt halen. Het Nederlands Jeugdinstituut heeft hierbij geen winstbejag, maar om een bijdrage te kunnen leveren aan een goede jeugdzorg in Nederland moet zij wel kostendekkend kunnen werken. Voor het implementeren van Triple P in Nederland betaalt het Nederlands Jeugdinstituut een afdracht aan Triple P International in Australië. Triple P International herinvesteert deze gelden in het vertalen van de materialen, doorontwikkelen van bestaande programma's, effectstudies en het ontwikkelen van nieuwe modules. Een dergelijk business model is een randvoorwaarde om een evidence based interventie te kunnen borgen.

Met de ontwikkeling van nieuwe modules zijn het Nederlands Jeugdinstituut en Triple P International niet bezig met het vercommercialiseren van het programma. Iedere nieuw ontwikkelde module binnen het programma ontstaat naar aanleiding van de vraag van ouders en de behoefte aan een goed aanbod van opvoedingsondersteuning, want 'ouders hebben recht op goede informatie en steun', aldus de missie van de Triple P programmaontwikkelaars. Waarbij naast kwaliteit ook principes als kosteneffectiviteit en 'minimal sufficiency' (niet meer aanbod dan nodig) leidend zijn. Er zijn dan ook geen zestig verschillende modules, zoals Schappin ten onrechte vermeldt, maar vijftien. Waaronder één variant voor ouders van kinderen met verschillende soorten beperkingen. Een goed voorbeeld van een ouderdoelgroep waarbij de wezenlijk andere opvoedsituatie vraagt om een specifiek ondersteuningsaanbod.

7. Triple P: cijfers uit de praktijk

In 2011 heeft de stadsregio Amsterdam 1.119 ouders die deelnamen aan de Amsterdamse monitor¹, waaronder 856 ouders van kinderen van 0 tot 12 jaar en 263 ouders van tieners, geholpen met Triple P. Deze ouders zijn over het algemeen (zeer) tevreden over de Triple P interventie die zij hebben gevolgd. Een belangrijk gegeven, omdat er een relatie verondersteld kan worden tussen deze tevredenheid, een hoger gevoel van competentie en het uiteindelijke opvoedend handelen. Een verband dat onderschreven wordt door de overige cijfers: na het volgen van Triple P niveau 3 en 4 is er een grote afname te zien in de problemen die ouders ervaren bij het dagelijks opvoeden. De cijfers van niveau 4 laten bijvoorbeeld zien dat ouders minder negatieve opvoedstijlen hanteren en meer tevreden zijn over de eigen opvoed-vaardigheden. Uiteindelijk worden hiermee ook middelgrote tot grote gedragsveranderingen bij kinderen bereikt. Ook de context van het opvoeden gaat er positiever uitzien na Triple P: ouders zijn meer tevreden over hun partnerrelatie, hebben minder onenigheid over het opvoeden en minder persoonlijke psychische klachten. De positieve resultaten van de inzet van Triple P zijn hiermee veel breder dan de beperkte focus op kind-resultaten in het artikel van Wilson en anderen.

Tot slot

Uiteindelijk werken wij allen vanuit een gezamenlijk belang van professionalisering van de opvoedingsondersteuning en het bieden van tijdige, kwalitatief goede ondersteuning aan gezinnen die aansluit bij hun behoeften. Het is een gedeelde verantwoordelijkheid om kritisch te blijven kijken naar de kwaliteit van het aanbod. Ook als Triple P niet de gewenste effecten bereikt, is het belangrijk dat we dit weten. Daarom zet het Nederlands Jeugdinstituut in op het blijvend onderzoeken en

¹ In de Amsterdamse monitor worden de effecten van Triple P gemeten, aan de hand van vragenlijsten die de ouders vóór en na afloop van de Triple P interventie invullen.

monitoren van de toegevoegde waarde van Triple P in Nederland. Door de effecten van Triple P in Nederland breed te gaan monitoren – in samenwerking met de Universiteit Utrecht. En door in te zetten op een landelijk dashboard waarin resultaten op ouder- en kindniveau landelijk kunnen worden geïnventariseerd en terugvertaald naar kwalitatieve verbeteringen.