

# De meerwaarde van **Triple P** voor de Nederlands jeugdzorg

Steeds vaker wordt het opvoedingsondersteuningsprogramma Triple P ingezet om ouders te helpen bij allerlei opvoedingsproblemen. Het programma levert een belangrijke kwaliteitsimpuls voor het bestaande aanbod aan opvoed- en opgroeihulp voor ouders. Op dit moment vindt de landelijke uitrol van dit Australische programma in Nederland plaats.

Door: I. de Graaf en G. Blokland



Ireen de Graaf



Geraldien Blokland

**T**riple P is een van origine Australisch programma voor opvoedingsondersteuning aan ouders met kinderen van 0 tot 16 jaar. De drie P's staan voor Positive Parenting Program. Het Triple P-programma bestaat al dertig jaar en werd ontwikkeld door Matthew R. Sanders, hoogleraar klinische psychologie en directeur van 'The Parenting and Family Support Centre' aan de universiteit van Queensland. Triple P heeft in Nederland de titel 'Positief Pedagogisch Programma' gekregen. Het is een laagdrempelig en integraal programma met als doel (ernstige) emotionele en gedragsproblemen bij kinderen te voorkomen of te verminderen door het bevorderen van competent ouderschap. Ouders leren de dagelijkse communicatie in het gezin te gebruiken om hun kinderen adequate steun te bieden en hun sociale vaardigheden en probleemoplossend vermogen te stimuleren. De positieve krachten in een gezin en de competentie van ouders worden zo versterkt en risicofactoren vermindert. In Australië is Triple P uitgebreid onderzocht in twaalf RCT's (*Randomised Control Trials*) op grond waarvan het programma als *evidence-based* kan worden beschouwd. Dit geldt in het bijzonder voor de interventies op niveau 3, 4 en 5 (zie tabel 1). De onderzoeksresultaten zijn posi-

tief, ook bij follow-uponderzoek na een of twee jaar. In verschillende landen en diverse werksettings laat het onderzoek zien dat gedragsproblemen van kinderen verminderen en de competentie van ouders toeneemt.

## Basisprincipes

In het Triple P-programma maken ouders kennis met de basisprincipes voor positief opvoeden die de pedagogische opdracht weergeven waar elke ouder voor staat:

### 1 Kinderen een veilige en stimulerende omgeving bieden

Om zich goed te kunnen ontwikkelen hebben kinderen veiligheid en bescherming nodig die is afgestemd op hun leeftijd. In een veilige omgeving kunnen kinderen ongestoord spelen en hoeven ouders ook minder te verbieden. Belangrijk is dat kinderen bezigheden hebben die hen boeien en stimuleren. Daarmee kan veel ongewenst gedrag worden voorkomen.

### 2 Kinderen laten leren door positieve ondersteuning

Complimenten en aanmoediging versterken de band tussen ouders en kinderen. Positieve steun stimuleert kinderen de vaardigheden te ontwikkelen die ze nodig hebben voor een goede sociale aanpassing en helpt ook om moeilijkheden en tegenslag te overwinnen. Dat bevordert de veerkracht en zelfredzaamheid van kinderen.

### 3 Aansprekende discipline hanteren

Wanneer de omgeving duidelijk en voorspelbaar is, ontwikkelen kinderen zich het beste. Aansprekende discipline betekent dat ouders duidelijke regels stellen, op een heldere

manier instructies geven en snel en doortastend reageren wanneer kinderen ongewenst gedrag vertonen.

#### 4 Realistische verwachtingen hebben

Ieder kind is uniek en ontwikkelt zich in zijn eigen tempo. Belangrijk is dat de verwachtingen van ouders in overeenstemming zijn met de leeftijd en de ontwikkeling van hun kind. Wanneer ouders te veel van hun kind verwachten of willen dat alles perfect gaat, kunnen er problemen ontstaan. Ideale kinderen bestaan niet en van fouten kun je leren.

#### 5 Goed voor jezelf als ouder zorgen

Geen enkele ouder is perfect en opvoeden is iets wat iedereen met vallen en opstaan leert. Ouders moeten ook goed voor zichzelf zorgen en momenten van rust en ontspanning inbouwen. Dan lukt het beter om geduldig, consequent en beschikbaar te zijn voor hun kinderen.

De vijf basisprincipes zijn praktisch uitgewerkt in zeventien verschillende strategieën of opvoedingsvaardigheden die zich richten op het versterken van de band tussen ouders en kinderen, het bevorderen van wenselijk gedrag, kinderen nieuwe vaardigheden aanleren en kunnen omgaan met ongewenst of storend gedrag van kinderen.

#### Verschillende niveaus

Het Triple P-programma onderscheidt vijf niveaus van ondersteuning met variabele aanbiedingsvormen. Samen bieden zij een samenhangend systeem van interventies dat ouders steun op maat kan bieden. De opvoedingsondersteuning kan schriftelijk of mondeling zijn, individueel of groepsgewijs en ook als zelfhulpinterventie worden aangeboden. Triple P richt zich bovendien op opeenvolgende ontwikkelingsfasen en sluit zo aan bij de vragen en behoeften van ouders met kinderen van verschillende leeftijden. Naast het kernprogramma met de vijf niveaus zijn er in de loop der jaren extra modules ontwikkeld voor specifieke doelgroepen zoals ouders van tieners (*Teen Triple P*), ouders met kinderen met een ontwikkelingsstoornis of handicap (*Stepping Stones*), gezinnen met risico van kindermishandeling (*Pathways Triple P*), werkende ouders (*Workplace Triple P*) en Aboriginal ouders (*Indigenous Triple P*). Op dit moment worden er in Australië drie nieuwe modules ontwikkeld: *Triple P Starting Well* voor aanstaande ouders, *Lifestyle Triple P* voor ouders



van kinderen met overgewicht en *Transitions Triple P* voor ouders die uit elkaar gaan of voor nieuw samengestelde gezinnen. In Nederland is op dit moment alleen het kernprogramma met niveau 1 tot en met 5 voor ouders met kinderen van 0-12 jaar beschikbaar.

#### Kosteneffectiviteit

Triple P gaat uit van het principe van kosteneffectiviteit. Daarbij wordt precies die ondersteuning aan ouders geboden die op dat moment nodig is: niet meer en niet minder. Sommige ouders zijn met informatie geholpen, terwijl anderen meer intensieve steun nodig hebben. De gestructureerde en doelgerichte aanpak maakt dat in beperkte

| Interventieniveau                        | Doelgroep                                                                                                                                           | Interventiemethode                                                                                                                                                 | Uitvoerders (in Nederland)                                                                                                  |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Niveau 1:<br>Triple P Universeel         | Ouders met kinderen van 0-16 jaar die geïnteresseerd zijn in informatie over de opvoeding en de ontwikkeling van kinderen                           | Massamediale anticiperende voorlichting over veelvoorkomende opvoedingsvragen en ontwikkelingsaspecten                                                             | Landelijke media<br>Samenwerkende lokale en regionale instellingen                                                          |
| Niveau 2:<br>Triple P Selectief          | Ouders met een specifieke vraag over het gedrag en/of de ontwikkeling van kinderen                                                                  | Gerichte informatie bij veelvoorkomende opvoedingsvragen<br>Individueel advies 2 x 10 minuten of een groepsgericht aanbod van lezingen                             | Professionals met frequente oudercontacten zoals peuterspeelzalen, jgz-medewerkers, interne begeleiders en huisartsen       |
| Niveau 3:<br>Triple P Basiszorg          | Ouders met beginnende opvoedingsproblemen of zorgen over de ontwikkeling van hun kind                                                               | Kortdurende individuele consultatie (1-4 sessies van 30 minuten) gericht op het versterken van opvoedingsvaardigheden                                              | Jgz-professionals, pedagoog opvoedbureau (school)maatschappelijk werk, MEE-consulenten                                      |
| Niveau 4:<br>Standaard of Groep Triple P | Ouders met kinderen met ernstige gedragsproblemen die een gerichte training in opvoedingsvaardigheden nodig hebben                                  | Training opvoedingsvaardigheden in 3 varianten:<br>- individuele sessies (8 tot 10 sessies)<br>- groepstraining (8 sessies)<br>- zelfhulpprogramma                 | Professionals in de geïndiceerde jeugdzorg of jeugd-ggz<br>Ggv (gespecialiseerde gezinsverzorging), MEE, speciaal onderwijs |
| Niveau 5:<br>Triple P Plus               | Gezinnen met meervoudige gedragsproblemen van kinderen in combinatie met andere gezinsproblemen zoals depressie, stress of relationele problematiek | Intensief gezinsgericht programma, 10 tot 18 sessies met keuzemodules gericht op het verhogen van pedagogische vaardigheden, omgaan met stress en relatieproblemen | Instellingen voor geïndiceerde jeugdzorg of jeugd-ggz                                                                       |

Tabel 1. Het Triple P-model



tijd goede resultaten kunnen worden geboekt. Kosteneffectief is ook dat er bij doorverwijzing, op een volgend interventieniveau kan worden voortgebouwd op wat al eerder aan steun geboden is. Datzelfde geldt ook in nazorgtrajecten, waarbij lokale voorzieningen het stokje weer kunnen overnemen als ouders nog een steuntje in de rug nodig hebben.

#### Relevant voor Nederland

De kracht van Triple P is dat alle interventies op eenzelfde pedagogische visie en theoretische basis zijn gebaseerd. Ze zijn empirisch

goed gefundeerd en de verschillende niveaus sluiten op elkaar aan. Daarmee legt Triple P de basis voor een samenhangende, geïntegreerde aanpak van opvoedingsondersteuning. Triple P combineert een preventieve en populatiegerichte aanpak voor alle ouders met vormen van intensieve hulp of steun aan gezinnen die met meer problemen kampen. Deze ketenaanpak bevordert de samenwerking tussen lokale en regionale jeugdzorg en geeft het programma een meerwaarde. Dat kan een belangrijke kwaliteitsimpuls opleveren binnen het bestaande aanbod aan opvoed- en opgroeihulp voor ouders. Aantrekkelijk is ook dat Triple P een inhoudelijk model en een goed onderbouwd pedagogisch kader kan bieden voor de invulling van een ondersteuningsaanbod voor ouders binnen de nieuw te vormen Centra voor Jeugd en Gezin.

#### Implementatie en onderzoek in Nederland

In Nederland heeft een succesvolle proefinvoering van het Triple P-programma plaatsgevonden in de regio's Leiden en 's-Hertogenbosch (Boxtel en Schijndel). De proefinvoering werd begeleid door het Trimbos-instituut en het Nederlands Jeugdinstituut (NJI, voorheen NIZW Jeugd), in

samenwerking met Triple P International in Australië. De proefimplementatie ging gepaard met een effectonderzoek en proces-evaluatie van het Trimbos-instituut in samenwerking met de Radboud Universiteit van Nijmegen. Uit de procesevaluatie kwam naar voren dat Triple P veel houvast biedt aan professionals en dat er meer samenwerking is ontstaan dan voorheen tussen de instellingen die opvoed- en gezinsondersteuning bieden. De rol van de lokale overheden en van de staf van de betrokken instellingen is cruciaal voor het scheppen van goede voorwaarden voor invoering en het bevorderen van samenwerking. Het Nederlandse effectonderzoek naar niveau 3 (onder 87 ouders) en niveau 4 (onder 298 ouders) liet ook een verbetering in de opvoedingsvaardigheden van de ouders zien en een vermindering van de gedrags- en emotionele problemen van kinderen (De Graaf e.a., 2006; De Graaf e.a., submitted).

Inmiddels wordt Triple P op grote schaal ingevoerd in de gemeente Amsterdam en zijn er in veel provincies en gemeenten initiatieven om met het programma te starten. Eind 2008 waren 1840 beroepskrachten getraind in een van de interventies. Het Triple P-programma heeft ook buiten Australië zijn waarde al bewezen in bijvoorbeeld de Verenigde Staten, Canada, Schotland, Zwitserland, Duitsland en Hong Kong. Tegelijk met Nederland is ook Vlaanderen gestart met een proefinvoering van het programma.

### De toekomst van het programma

De komende jaren wordt de landelijke invoering van het Triple P-programma voortgezet en uitgebreid door het trainen van nog meer beroepskrachten. Veel aandacht wordt besteed aan het bewaken van de kwaliteit van het programma. Hiervoor voeren het NJi en het Trimbos-instituut een aantal activiteiten uit, zoals een digitaal registratie- en monitoringsysteem, ondersteuning van beroepskrachten via inter- en supervisiebijeenkomsten, een website en landelijke bijeenkomsten. Ook zullen de nieuwe modules nog in Nederland worden geïmplementeerd en op effecten onderzocht.

### Literatuur

Aanvullende informatie op websites: [triplep-nederland.nl](http://triplep-nederland.nl), [www.triplep.net](http://www.triplep.net) (Australische website), [http://www.pfsc.uq.edu.au/01\\_about\\_us/evidence\\_base.html](http://www.pfsc.uq.edu.au/01_about_us/evidence_base.html) (onderzoeksgegevens), [www.jeugdinterventies.nl](http://www.jeugdinterventies.nl).  
Blokland, G. (2007). Triple P; een veelbelovend model voor opvoedingsondersteuning. *Handboek JGZ*, p. 30/17-30/39. Elsevier.

Graaf, I. de en E. Bohlmeijer (2006). *Triple P: positief pedagogisch programma. Opvoedingsondersteuning ter preventie van (ernstige) gedragsproblemen bij kinderen*. Proces-evaluatie. Trimbos-instituut, Utrecht.  
Graaf, I. de, M. Haverman, S. Onrust, I. Breukelen, M. Overgaag, J. Janssens & L. Tavecchio (submitted). Evaluation of the Standard and Group Triple P - Positive Parenting Program and the relation between parenting and parental psychopathology.  
Graaf, I. de, J. Janssens, M. Haverman & S. Onrust (submitted). Helping families improve: An evaluation of two primary care approaches to parenting support in the Netherlands.  
Sanders, M.R., K.M.T. Turner & C. Markie-Dadds (2002). The development and dissemination of the Triple P Positive Parenting Program: A multilevel, evidence based system of parenting and family support. *Prevention Science* 3: 173-189.  
Sanders, M.R., C. Markie-Dadds, K.M.T. Turner & M. Brechman-Toussaint (2002). *Triple P Positive Parenting Program: A guide to the system*. Triple P International, Brisbane.

### Informatie over de auteurs

**Ireen de Graaf** is wetenschappelijke medewerker van het programma Jeugd van het Trimbos-instituut en projectleider van verschillende onderzoeken naar Triple P-interventies.

**Geraldien Blokland** is senior beleidswerker opvoedingsondersteuning van het Nederlands Jeugdinstituut en trainer in Triple P.

Voor meer informatie over Triple P kunt u contact opnemen met:

Jacqueline van Rijn, Nederlands Jeugdinstituut, [j.vanrijn@nji.nl](mailto:j.vanrijn@nji.nl) (informatie over implementatie en kosten van het programma)

Geraldien Blokland, Nederlands Jeugdinstituut, [g.blokland@nji.nl](mailto:g.blokland@nji.nl) (informatie over de inhoud van het programma en de trainingen)

Ireen de Graaf, Trimbos-instituut, [igraaf@trimbos.nl](mailto:igraaf@trimbos.nl) (informatie over onderzoek)

### Samenvatting

- Triple P is een laagdrempelig en integraal programma met als doel (ernstige) emotionele en gedragsproblemen bij kinderen te voorkomen of te verminderen door het bevorderen van competent ouderschap.
- Het Triple P-programma onderscheidt vijf niveaus van ondersteuning met variabele aanbiedingsvormen. Samen bieden zij een samenhangend systeem van interventies dat ouders steun op maat kan bieden
- Triple P gaat uit van het principe van kosteneffectiviteit, wat betekent dat niet meer of minder ondersteuning aan ouders wordt geboden dan op dat moment nodig.
- In Nederland heeft een succesvolle proefinvoering van het Triple P-programma plaatsgevonden in de regio's Leiden en 's-Hertogenbosch (Boxtel en Schijndel).
- Triple P voorziet in de behoefte aan een toegankelijk programma voor opvoedingsondersteuning dat evidence-based is en praktisch uitvoerbaar binnen reguliere settings en zal de komende jaren op grote schaal in Nederland worden uitgevoerd.