

Opvoeden... een PPPretje ;-)

Inge Glazemakers



- Inleiding
- Wat is Triple P?
 - Casus
- Waar kan ik Triple P vinden?



Inleiding

- 1 op 5 kinderen/jongeren ontwikkelt een significant emotioneel of gedragsprobleem
- Veel van deze problemen hadden kunnen voorkomen worden wanneer de ouders van deze kinderen hulp hadden gekregen vooraleer het probleem escaleerde



Inleiding

- 83.2% van de Vlaamse ouders zegt informatie of hulp over opvoeden te wensen van iemand uit hun omgeving (partner, familie, vrienden,...)
- 75% van deze ouders zou ook beroep doen op hulpverlener die ze kennen (huisarts, CLB,...)

Inleiding

- Een groot aantal van de vragen tijdens de raadpleging van artsen betreft vragen of zorgen over het gedrag van hun kind, ontwikkeling of functioneren op school
- Ouders verwachten meer informatie van hun (kinder)arts over opvoeden en ontwikkeling van kinderen



Wat is Triple P?

- Flexibel systeem van opvoedings- en gezinsondersteuning
- Evidence-based
- Preventie / vroege aanpak
- Vijf niveaus van interventie met toenemende intensiteit
- Principe van minimale doeltreffendheid
- Multidisciplinaire focus



Theoretische Basis van Triple P

- Modellen van het Sociaal leren in ouder-kind interacties
- Onderzoek naar gedragstherapie voor kinderen en gezinnen
- Ontwikkelingsonderzoek over opvoeden in alledaagse contexten en over sociale competentie
- Sociale informatie verwerkingsmodellen
- Onderzoek naar ontwikkelingspsychopathologie
- Publieke / populatie gezondheid framework



Principes van Positief Opvoeden



- Een veilige en boeiende omgeving verzekeren
- Een positieve leeromgeving creëren
- Assertive discipline gebruiken
- Realistische verwachtingen hebben
- Voor jezelf zorgen als ouder

17 Opvoedingsvaardigheden

- Positieve relaties stimuleren
 - Korte quality time, praten met kinderen, affectie
- Gewenst gedrag bevorderen
 - Prijzen, positieve aandacht, boeiende activiteiten
- Nieuw gedrag en vaardigheden aanleren
 - Modelling, spontane leermomenten, vraag-zeg-doe, gedragskaarten
- Ongewenst gedrag aanpakken
 - Basisregels, geleide discussie, gepland negeren, duidelijke en kalme instructies, logische consequencies, quiet time, time-out



Triple P Interventie Niveaus

1. Universele Triple P

- Opvoedingsinformatie via media

2. Selectie Triple P

- Informatie / advies voor een specifiek opvoedingsprobleem

3. Eerstelijns Triple P

- smalle focus vaardigheidstraining

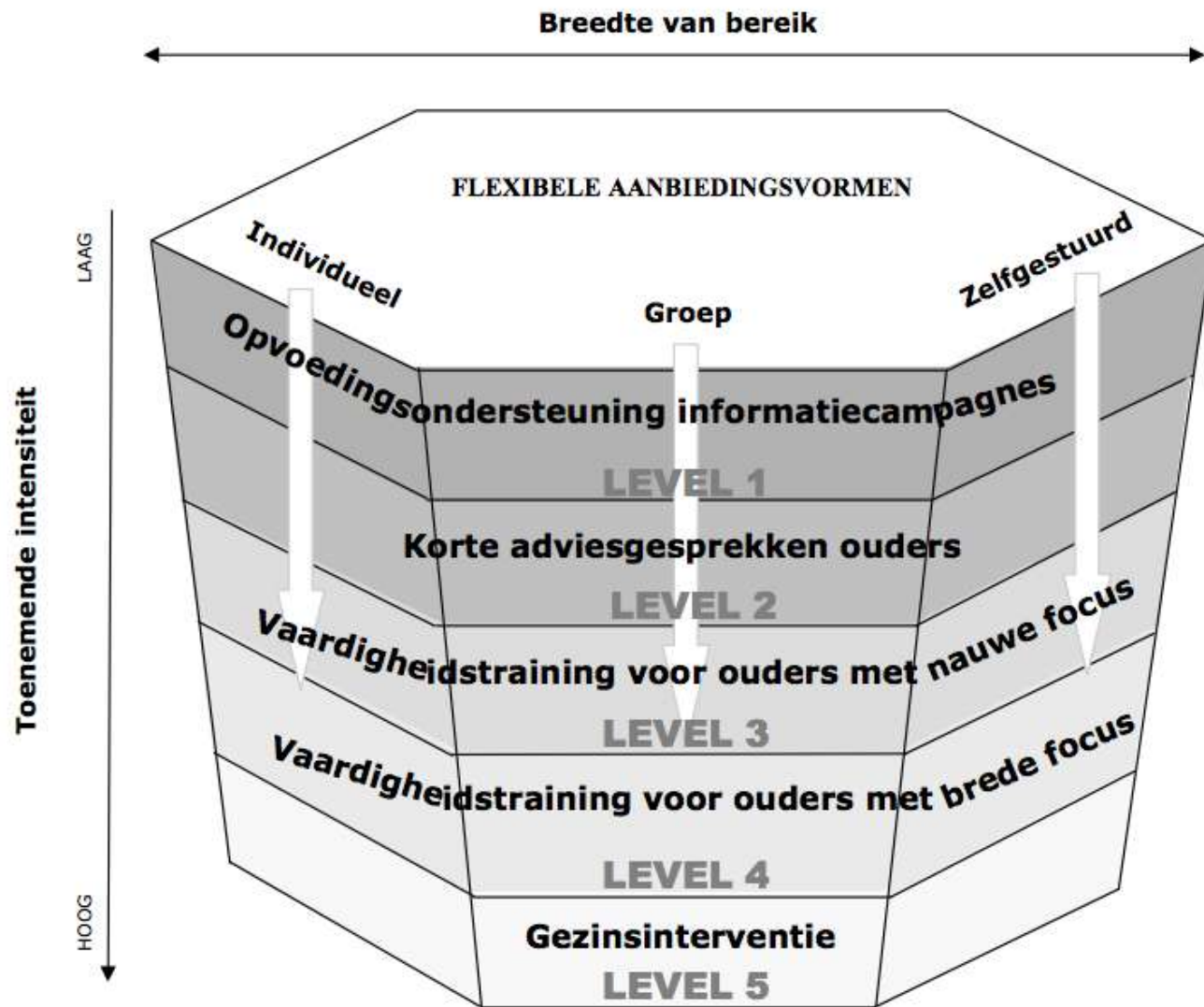
4. Standaard / Groep / Zelfgestuurd Triple P

- Brede focus vaardigheidstraining

5. Versterkt Triple P

- Gedragmatige gezinsinterventie





Level 2

Korte, Selectieve Interventie



Level 2: Selectie Triple P

- Kort opvoedingsadvies in eerstelijnsdiensten
- Anticiperende ontwikkelingsbegeleiding
- Format van korte consultatie (e.g., 10 mins)
 - Verduidelijk probleem / leg materiaal uit/ maak op maat van het gezin
 - korte follow-up
- Invitatie om terug te komen indien nodig



Positive Parenting
Preparing Your Child
Triple P Tip Sheet
Positive Parenting
Being a Parent

Triple P Tip Sheet
Positive Parenting
Home Safety
Triple P Tip Sheet
Positive Parenting
Feeling Depressed After the Birth of Your Baby

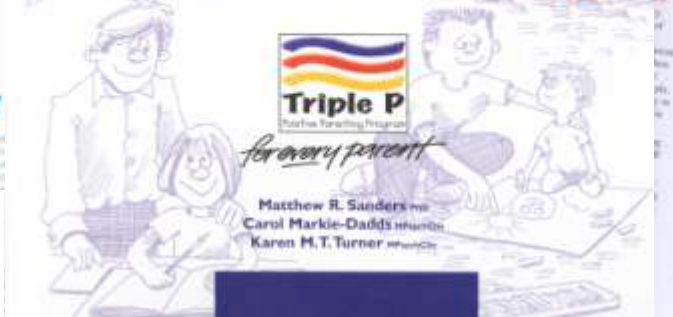
Triple P Tip Sheet
Positive Parenting
Look After Yourself

Toddlers
Bedtime Problems
Triple P Tip Sheet
Toddlers
Tantrums
Triple P Tip Sheet
Toddlers
Disobedience I

Triple P Tip Sheet
Toddlers
Sharing
Triple P Tip Sheet
Toddlers
Toilet Training



Positive Parenting



Triple P
for every parent
Matthew R. Sanders
Carol Markie-Dadds
Karen M.T. Turner

Preschoolers
Nightmares and Night Terrors

Triple P Tip Sheet
Preschoolers
Interrupting

Triple P Tip Sheet
Preschoolers
Fighting and Aggression

Triple P Tip Sheet
Infants
Promoting Development

Triple P Tip Sheet
Infants
Sleep Patterns

Triple P Tip Sheet
Infants
Crying

Triple P Tip Sheet
Infants

Primary Schoolers
Homework

Triple P Tip Sheet
Primary Schoolers
Self-Esteem

Triple P
Primary
Fears

Triple P Tip Sheet
Primary Schoolers
Being Bullied

Triple P Tip Sheet
Primary Schoolers
Bedwetting

Triple P Tip Sheet
Primary Schoolers

CASUS Level 2

- Ons zoontje van zeven wordt elke nacht wakker en wil dan bij ons slapen.
 - Normalisatie
 - Wat zijn mogelijke oorzaken?
 - Wat kan ik doen om het probleem te voorkomen?
 - Wat als het probleem zich toch voordoet?

Level 3

Vaardigheidstraining met smalle focus



Level 3: Eerstelijns Triple P

- Praktisch advies voor discrete gedrags- en ontwikkelingsproblemen
- Kan actieve vaardigheidstraining inhouden
- Vier 15-30 minuten durende consultaties
 - Aard en geschiedenis van het probleem/ monitoring
 - Formulering plan van aanpak / obstakels
 - Herbekijken / inoefenen / nieuw plan van aanpak
 - Follow-up / in kaart brengen van problemen
- Verwijzing naar meer intensieve interventie waar nodig



Voordelen van Eerstelijns Interventie

- Vroege detectie van significante afwijkingen van normale ontwikkeling
- Advies voorzien aan ouders die informatie zoeken over ontwikkelingsproblemen
- Korte gedragsaanpak voorzien aan ouders met kind dat gedragsproblemen vertoont
- Verwijzen van moderate tot ernstige gedragsproblemen bij kinderen naar gespecialiseerde diensten



Overzicht Level 3

Sessie nummer	Inhoud van de sessie
1	<ul style="list-style-type: none">- Duidelijkheid omtrent de aard en voorgeschiedenis van het huidige probleem door interview en observatie- Bespreking van doelen van interventie- Opmaken van een systeem om het voorkomen van het probleem te turven
2	<ul style="list-style-type: none">- Herevalueren van het probleem: komt het nog voor?- Evaluatie van het turfsysteem en andere verzamelde informatie- Besluit overlopen van aard en voorgeschiedenis (eerste sessie)- Opvoedkundig plan bespreken en duidelijk doel stellen. Specifieke positieve opvoedingsstrategieën introduceren via discussie, video of informatiebladen en inoefenen via modelling en rollenspel
3	<ul style="list-style-type: none">- Evaluatie van de vooruitgang- Discussie over eventuele uitvoeringsmoeilijkheden
4	<ul style="list-style-type: none">- Aanpak van eventuele moeilijkheden- Vooruitgang en graad van verbetering evalueren- Discussie over het leren behouden van de verandering- Opstellen van nieuwe doelen en afsluiting

CASUS Level 3

- Anke, 4 jaar heeft regelmatig woedeaanvallen.
- Mama heeft lang gedacht dat dit een fase was die over zou gaan, maar ziet nu in dat ze iets zal moeten doen om het probleem aan te pakken.

CASUS Level 3: Sessie 1

- Aard en voorgeschiedenis probleem door interview en observatie
 - Anke heeft al woedeaanval in de praktijk gehad
 - Mama beschrijft laatste woedeaanval
- Bespreking van doelen van interventie
 - Mama wil woedeaanvallen verminderen
- Opmaken van een systeem om het voorkomen van het probleem te turven
 - Mama kiest frequentietabel



Frequentietabel

Gedrag: _____ Startdatum: _____

Instructie: Noteer de dag in de eerste kolom, plaats een vinkje in de vierkantjes elke keer het gedrag die dag voorkomt. Tel het aantal vinkjes elke dag op en noteer in de laatste kolom.

Dag	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Totaal
Zon	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓							9
Maa	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					11
Din	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓								8

CASUS Level 3: Sessie 2

- Herevalueren van het probleem: komt het nog voor?
 - Nu mama er op gefocust is heeft ze het gevoel dat het probleem nog meer voorkomt
- Evaluatie van het turfsysteem en andere verzamelde informatie
 - Mama heeft regelmatig moeten turven de voorbije week. Er is geen enkele dag geweest dat er geen woedeaanval voorkwam, wel iets meer tijdens het weekend dan in de week.

CASUS Level 3: Sessie 2

- Besluit overlopen van aard en voorgeschiedenis (eerste sessie)
 - Mama en HV zijn het eens dat het probleem zich vaak voordoet tijdens de 'ochtendspits' of op overgangsmomenten.
- Opvoedkundig plan maken en een duidelijk doel stellen. Specifieke positieve opvoedingsstrategieën introduceren.
 - Gewenst gedrag belonen (beschrijvend prijzen, gedragskaart)
 - Quality time met elkaar doorbrengen
 - Quiet time/Time Out



CASUS Level 3: Sessie 3

- Evaluatie van de vooruitgang
 - Mama merkt op dat ze minder heeft moeten turven in vergelijking met vorige weken.
- Opvoedkundig plan aanpassen indien nodig
 - Mama oefent de Time out en het belonen nog eens in
- Discussie over eventuele moeilijkheden
 - Mama kan de opvoedingsstrategieën moeilijker hanteren in de winkel/andere plek dan thuis. Er wordt specifiek plan opgesteld.
- Andere vragen van ouders behandelen



CASUS Level 3: Sessie 4

- Aanpak van eventuele uitvoeringsmoeilijkheden
 - Plan van aanpak overlopen voor winkel (is gelukt)
- Vooruitgang en graad van verbetering evalueren
 - Woedeaanvallen komen bijna niet meer voor
- Discussie over het leren behouden van de verandering
- Opstellen van nieuwe doelen en afsluiting
- Andere vragen van ouders behandelen

Wat met Level 4 en 5?

- Dezelfde opvoedingsprincipes en strategieën, maar uitgebreider
- Level 4 kan in groep of zelfstudie
- Level 5 werkt verder op level 4
 - Huisbezoeken
 - Copingstrategieën
 - Partnerondersteuning



Waar kan je Triple P vinden?

- www.triplep.be
 - Momenteel een 800-tal hulpverleners opgeleid in Vlaanderen
 - Mogelijkheid tot multidisciplinair werken
 - In Provincie Antwerpen gesubsidieerd
 - Accreditatie voor artsen na opleiding



Verdere informatie

- Training en materialen
 - www.triplep.be
 - Email: triplep@ua.ac.be
- Onderzoek
 - Email: inge.glazemakers@ua.ac.be

