



OPVOEDEN MET MEER VERTROUWEN: SUCCESVOLLE IMPLEMENTATIE VAN ONLINE OPVOEDONDERSTEUNING

Families Foundation en GGD Kennemerland onderzochten samen het effect van Triple P Online (TPOL) op mentale gezondheid en hoe een goede implementatie van TPOL eruitziet. In deze factsheet en [bijbehorende handreiking](#) delen we de resultaten.

TRIPLE P ONLINE

Triple P Online biedt online opvoedondersteuning aan ouders/verzorgers, en is een online variant van het bewezen effectieve opvoedprogramma Triple P. De online programma's bieden ouders eenvoudige en praktische strategieën om zelfverzekerde en gezonde kinderen en tieners op te voeden. Ouders doorlopen zes tot acht modules met video's en interactieve activiteiten. Zij kunnen dit zelfstandig in hun eigen tijd en tempo voltooien. TPOL is beschikbaar voor ouders van kinderen van verschillende leeftijden (0-12 en tieners).

ONDERZOEK

In dit project hebben we in beeld gebracht:

1. Hoe de mentale gezondheid van gezinnen versterkt kan worden met online opvoedondersteuning
2. Wat bijdraagt aan een succesvolle implementatie van TPOL

De methoden die we gebruikten:



Literatuuronderzoek



Vragenlijst
onder ouders en
professionals



Interviews met
ouders



HOE TRIPLE P ONLINE BIJDRAAGT AAN EEN BETERE MENTALE GEZONDHEID

De voordelen van TPOL voor ouders

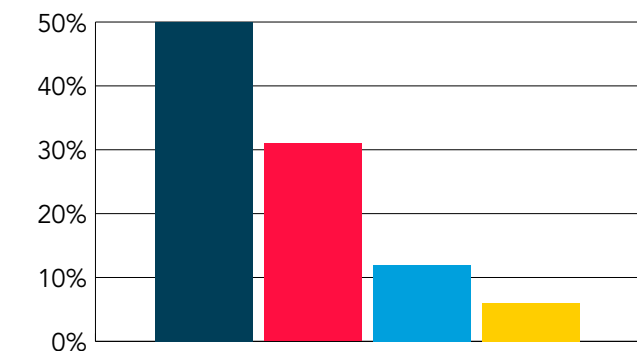
- Na het volgen van TPOL is het vertrouwen van ouders om met opvoedvraagstukken om te gaan met 21% gestegen.
- Door het volgen van TPOL voelen ouders zich minder boos en ervaren minder stress¹.



“Het gaf me het gevoel dat de problemen waar we tegenaan lopen normaal zijn en dat je als ouder een kalme basis kan zijn voor je kinderen.”

– Ouder

Reden deelname TPOL onder ouders



- Ik had een specifieke opvoedvraag
- Ik wilde mij voorbereiden op het ouderschap
- Ik was op zoek naar algemene tips
- Anders, namelijk

De voordelen van TPOL voor kinderen

- TPOL leidt tot minder gedrags- en emotionele problemen onder kinderen¹.
- 44% van de ouders die de vragenlijst invulden gaf aan na TPOL een verandering in de gevoelens van hun kind te zien². Ouders geven in opmerkingen bijvoorbeeld aan dat kinderen vrolijker of rustiger zijn.

“Ze is momenteel een stuk vrolijker! Wij daardoor ook, ik weet niet of het kip-ei-kip is, maar het lijkt te werken.”

– Ouder

HOE SUCCESVOLLE IMPLEMENTATIE VAN TRIPLE P ONLINE ERUITZIET

Implementatie

Voor succesvolle implementatie van TPOL wordt gebruik gemaakt van het ‘Triple P Implementation Framework’ (zie afbeelding 1). Hieronder staan een aantal voorbeelden van hoe GGD Kennemerland invulling heeft gegeven aan de verschillende fasen van dit model:



Afbeelding 1 Triple P Implementation Framework

Fase 1 Voorbereiding:

De gemeente Haarlemmermeer heeft TPOL gratis beschikbaar gesteld voor alle ouders. Ouders kunnen op hun eigen moment en in hun eigen tempo werken aan hun opvoedvragen, met bewezen effect en minimale inzet van extra capaciteit.

Fase 2 Van start gaan:

GGD Kennemerland heeft gekozen om ouders de mogelijkheid te bieden om aanvullende (telefonische) ondersteuning van een orthopedagoog te krijgen: “We hebben voor deze werkwijze gekozen om samen met ouders een inschatting te maken of het aanbod van de online cursus past bij de vraag van ouders. Dit persoonlijke contactmoment verlaagt de drempel voor ouders om de orthopedagoog specifieke vragen te stellen. Voor de ouders die van de telefonische of actievere ondersteuning gebruik maken geeft dat voldoende steun om daarna hun rol als ouder met meer kracht neer te zetten; hun zelfvertrouwen groeit.”

Fase 3 Verbeteren:

GGD Kennemerland evalueert het met TPOL bereikte aantal ouders met de gemeente Haarlemmermeer: "We bieden TPOL nu zo'n 5 jaar aan op de huidige wijze. Omdat de gemeente via subsidie de kosten voor de cursus op zich neemt, geeft het management verantwoordingsstukken aan bij de gemeente. Input die zij via de orthopedagoog krijgen is onder andere inzicht in het aantal ouders dat zich jaarlijks aanmeldt."

"TPOL is laagdrempelig, ouders zullen er mogelijk eerder gebruik van maken wat ondersteunend kan zijn voor de mentale gezondheid van ouders en uiteindelijk ook kinderen."

– Professional

Deze factsheet is tot stand gekomen met financiering van ZonMw.

STICHTING FAMILIES FOUNDATION
Families Foundation stimuleert en verspreidt positieve en effectieve programma's over ouderschap, opvoeden en opgroeien. Families Foundation is de thuisbasis van Moeders Informeren Moeders, Triple P, en PECE – Positief opvoeden in de kinderopvang. Stichting Families Foundation biedt ondersteuning bij de effectieve implementatie en borging van deze programma's.

Meer weten over Triple P Online of onze aanpak wat betreft implementaties?

- Lees op onze [website](#) meer over Triple P
- Lees [hier](#) onze Handreiking implementatie TPOL
- Neem contact op met ons via info@eu.triplep.net, 035-7370757



¹ Sanders, M.R., Baker, S. & Turner, K.M.T. (2012). A randomized controlled trial evaluating the efficacy of Triple P Online with parents of children with early-onset conduct problems. Behaviour Research and Therapy 50, 675-684. <http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2012.07.004>

² Dit resultaat is gebaseerd op kleine steekproef aantallen (n=18) en geldt daarom mogelijk niet voor alle ouders die Triple P Online volgen.