



Triple P-methode blijkt ook effectief voor tieners

Het Positive Parenting Program ([Triple P](#)) was al bekend als programma ter ondersteuning van de opvoeding van jonge kinderen. Sinds een aantal jaren is er ook een tienervariant, Triple P Tieners. Het was echter onduidelijk hoe effectief de methode werkt voor deze leeftijdsgroep. Het lectoraat Leefwerelden van Jeugd van Hogeschool Inholland onderzocht dat i.s.m. het Verwey-Jonker Instituut en het Trimbos Instituut als onderdeel van een vierjarig (RAAK-pro)-project. En wat blijkt, de methode werkt! Ouders van tieners verbeteren hun opvoedvaardigheden significant en ervaren minder stress en conflict bij het opvoeden.

Op 8 maart werden de resultaten uitgebreid gepresenteerd aan tientallen onderzoekers, docenten en studenten.



Pauline Naber presenteert de resultaten van het onderzoek. (foto: Hermine Buys)

Voor het eerst zo grootschalig onderzocht

“Het is een resultaat om trots op te zijn”, zegt Petra Helderma, beleidsadviseur van de gemeente Amsterdam. Wat het volgens haar extra bijzonder maakt, is dat het onderzoek een product is van een samenwerking tussen veel verschillende partijen. Want naast de genoemde partijen werkten ook veel professionals uit het werkveld, docenten en studenten Pedagogiek en Social Work van InHolland aan het onderzoek mee. Op 8 maart werden de resultaten dan ook uitgebreid gepresenteerd aan tientallen onderzoekers, docenten en studenten. Zij waren nieuwsgierig, want de tienervariant van Triple P was nog niet eerder zo grootschalig en grondig onderzocht. Nu kwam er niet alleen antwoord op de vraag of het de opvoedcompetentie van ouders verbetert en het ‘lastig’ pubergedrag afneemt. Maar ook of het programma geschikt is voor ouders van diverse sociale en etnische achtergronden die in de regio Amsterdam wonen. Want in het onderzoek is een brede en diverse groep ouders bevraagd.

Niet in alles effectief

Het onderzoek richtte zich op ouders van tieners die met de [cursus Positief Opvoeden](#) leerden op een andere manier met hun kind om te gaan. Ouders die het programma volgden, laten een significante afname zien in stress, een significante verbetering van een aantal opvoedvaardigheden en een significante vermindering in conflicten met hun kind; in vergelijking met ouders die het programma niet volgden. De resultaten blijven ook enkele maanden na afsluiting van de cursus in stand. Werkzaam voor ouders is dat zij onderling ervaringen met elkaar uitwisselen en nieuwe opvoedstrategieën aanleren en toepassen. Het programma besteedt veel aandacht aan oefenen, onder andere via huiswerkopdrachten en rollenspellen.

Een belangrijk onderdeel is ook dat ouders leren reflecteren op hun eigen rol. En dat er eerst wordt gewerkt aan het herstel van de relatie met het kind en daarna aan problemen in de ouder-kind relatie. Hoewel de methode effectief blijkt, is niet op alle onderzochte aspecten verandering zichtbaar. Zo levert de cursus geen significante gedragsverandering op bij de tieners.

Tijdens de presentatie van de resultaten vroeg iemand wat de oorzaak hiervan kan zijn. Majone Steketee, directeur Verwey-Jonker Instituut, legde uit: “Het zijn de ouders die de cursus volgen, dus in eerste instantie gaan zij actief aan de slag. Zij oefenen met gedragsverandering en zijn hierop gefocust. Dan ervaar je de veranderingen zelf ook eerder.”



Flexibele toepassing

In het onderzoek is ook nagegaan of de Triple P-cursus is uitgevoerd zoals bedoeld, waarbij ook is gekeken welke aanpassingen er gemaakt zijn bij de uitvoering en waarom. Bij de bijeenkomst zijn de aanwezigen het met elkaar eens dat een flexibele uitvoering nodig is om goed aan te sluiten bij alle ouders. Daarbij is het wel belangrijk goed de kern van het programma in de gaten te houden. Bij het onderzoek is een workshop ontwikkeld om met elkaar uit te wisselen over hoe dat te doen. Daaruit bleek dat videomateriaal daar goed bij kan helpen.

De ‘Handreiking Triple P tieners’ die voortvloeit uit het onderzoek wordt nog voor de zomer gepubliceerd op de website van het [Verwey-Jonker Instituut](#), samen met allerlei relevante artikelen en ander materiaal. Ook komt de handreiking beschikbaar via de website van het NEJA.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Marjolijn Distelbrink:
mdistelbrink@verwey-jonker.nl