

# Kleine veranderingen, grote verschillen



*Voor iedere ouder*

Luistert uw dochter niet?  
Heeft uw zoon last van  
driftbuien? Wordt uw kind  
gepest? Of wil hij juist altijd  
de baas spelen? Vindt u het  
moeilijk om consequent te  
zijn als ouder of vindt u de  
opvoeding stressvol? Dan  
is Triple P misschien iets  
voor u.



## Wat is Triple P?

---

Triple P staat voor Positief Pedagogisch Programma. Het is een gevarieerd ondersteuningsprogramma dat opvoeden makkelijker en plezieriger wil maken. Een positieve opvoeding helpt kinderen om vaardigheden te ontwikkelen die ze later in hun leven nodig hebben. Dat is makkelijker gezegd dan gedaan. Iedere ouder heeft recht op goede informatie en steun bij de belangrijke taak die opvoeden is. Triple P biedt die steun met opvoedingsstrategieën die bruikbaar zijn voor iedereen.

## Wat kan Triple P doen?

---

Triple P biedt informatie en advies bij veelvoorkomende opvoedingsvragen en -problemen van ouders en andere opvoeders. Met behulp van dit programma leert u om valkuilen in de opvoeding tijdig te herkennen. Zo kunnen veel problemen worden voorkomen. Triple P kan helpen om:

- ▶ de band tussen ouders en kinderen te versterken;
- ▶ kinderen nieuwe vaardigheden te leren;
- ▶ goed gedrag bij kinderen te bevorderen;
- ▶ kinderen beter te leren luisteren;
- ▶ duidelijke regels te stellen in de opvoeding;
- ▶ consequent en doortastend te reageren op ongewenst gedrag;
- ▶ disciplinemaatregelen te gebruiken die effectief zijn;
- ▶ en... meer te genieten van het opvoeden.



## Steun op maat



Triple P biedt op verschillende manieren steun bij de opvoeding, bijvoorbeeld door:

- ▶ voorlichting over positief opvoeden via de media;
- ▶ korte persoonlijke en schriftelijk informatie bij opvoedingsvragen;
- ▶ lezingen over opvoedingsthema's;
- ▶ 1 tot 4 adviesgesprekken op een (opvoed)spreekuur of bij u thuis;
- ▶ een intensieve training met 5 groepsbijeenkomsten en telefonisch consult om vaardigheden te leren, gericht op vermindering van probleemgedrag;
- ▶ een individueel begeleidingstraject van 8-10 sessies met dezelfde inhoud als de groepstraining.

## Waar vindt u Triple P?

Verschillende instellingen en beroepskrachten in uw buurt of woonplaats doen mee aan het Triple P-programma. Zoals de jeugdgezondheidszorg, het opvoedspreekuur, peuterspeelzalen, scholen, buurtcentra, het (school)maatschappelijk werk en ook instellingen voor jeugdzorg of geestelijke gezondheidszorg. Zij werken allemaal vanuit dezelfde pedagogische principes en verzorgen een of meer onderdelen van Triple P of kunnen informatie over het programma geven.



## Belangstelling?

Voor meer informatie over Triple P kunt u terecht bij:

Het Ouder en Kind Centrum (OKC) bij u in de buurt,  
bij onderstaande instelling of via email: [triplep@bjaa.nl](mailto:triplep@bjaa.nl).

Triple P is ontwikkeld door de hoogleraar klinische psychologie professor M. Sanders en het team van het Parenting and Family Support Centre van de universiteit van Queensland in Australië. Het programma is gebaseerd op vele jaren van onderzoek en ervaring in de begeleiding van gezinnen.

© 2007 Nederlands Jeugdinstituut / NJi

Tekst: Geraldien Blokland

Foto's: PurestockX

