



Triple P Family Transitions

Factsheet 2014

Cursus Positief Opvoeden voor gescheiden ouders

Ieder jaar krijgen ongeveer 70.000 kinderen te maken met de scheiding van één van hun ouders. De conflicten, stress en communicatieproblemen die bij een echtscheiding vaak spelen kunnen een grote impact hebben op de ontwikkeling van de kinderen. Scheidende ouders kunnen hun kind op een positieve manier helpen bij de overgang naar de nieuwe situatie. Triple P Family Transitions ondersteunt ouders bij deze overgang, geeft handvaten om om te gaan met de stress van de echtscheiding en helpt bij de opbouw van een positieve relatie met de co-ouder en herstel van de opvoedbalans.

Over de cursus

Triple P Family Transitions is een groepscursus voor ouders die net gescheiden zijn en die willen leren omgaan met de veranderingen die een echtscheiding met zich meebrengt. De cursus bestaat uit negen wekelijkse bijeenkomsten die elk twee uur duren, twee telefonische sessies en een afsluitende bijeenkomst. In de eerste vijf bijeenkomsten oefenen ouders nieuwe vaardigheden en strategieën die kunnen helpen bij de veranderingen die bij een scheiding komen kijken. Ouders leren omgaan met stress en boosheid, hoe ze ruzies kunnen voorkomen en hoe ze een goede balans tussen werk, gezin en ontspanning kunnen vinden. Na deze bijeenkomsten volgt de reguliere Triple P oudercursus, waarin ouders leren oorzaken van gedragsproblemen te herkennen, gewenst gedrag leren te stimuleren en om leren gaan met ongewenst gedrag.





Pilotstudie

Het Trimbos-instituut voerde tussen 2012 en 2014 in opdracht van het Nederlands Jeugdinstituut een pilotstudie uit naar de ervaringen van professionals en ouders met Triple P Family Transitions. In de pilot werden de positie en aansluiting van Family Transitions binnen het huidige aanbod van cursussen rond echtscheiding onderzocht, evenals de werving en tevredenheid van ouders.

Meer dan 60 professionals uit 24 verschillende instellingen namen deel aan de studie. Daarnaast vulden 93 ouders, die in 2013 de cursus Family Transitions volgden, een vragenlijst in.

Ook werden notulen van projectgroep bijeenkomsten en mailconversaties geanalyseerd.

De resultaten van deze pilotstudie zijn gebruikt bij de samenstelling van deze factsheet.

Triple P en ander aanbod

Triple P Family Transitions is de enige groepscursus voor gescheiden ouders die landelijk wordt aangeboden. Regionaal zijn er een aantal vergelijkbare cursussen beschikbaar. De aanbeveling is daarom om vóór de start met Family Transitions het regionale aanbod voor ouders en kinderen in een echtscheidingssituatie in kaart te brengen, om te zien of Triple P Family Transitions een leemte in het aanbod opvult.

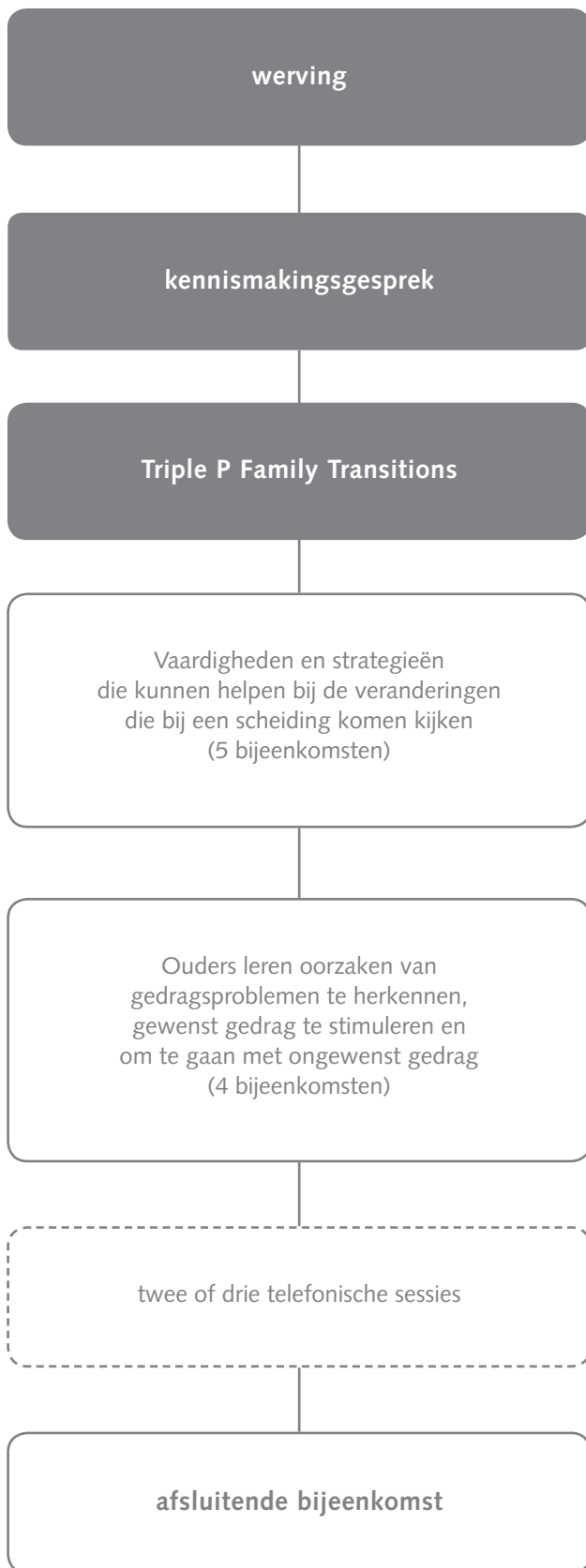
Voor wie?

Het is belangrijk om bij elke hulpvraag te bedenken of Family Transitions de juiste cursus is om deze vraag te beantwoorden. Sommige ouders hebben een duidelijke opvoedvraag en geen problemen (meer) rond hun echtscheiding. Zij zullen wellicht meer baat hebben bij de reguliere Triple P oudercursus. Anderen willen alleen praktische informatie over echtscheiding, zij hebben mogelijk meer aan juridisch advies of een mediator. Ouders die ondersteuning zoeken bij conflicten, emoties, stress en opvoeding in een echtscheidingssituatie kunnen terecht bij Family Transitions. Uit de pilot blijkt dat Family Transitions zowel wordt ingezet op indicatie van Bureau Jeugdzorg, als zonder indicatie. Beide groepen ouders zeggen baat te hebben bij de cursus. Het belangrijkste is dat de hulpvraag van de ouder leidend is. Deze groepscursus van Triple P kan ook goed gecombineerd worden met individuele begeleiding en mediation.

Op welk moment Family Transitions?

Triple P Family Transitions is bedoeld om ouders die kortgeleden zijn gescheiden een aantal preventieve strategieën aan te reiken om conflicten en aanpassingsproblemen te voorkomen. Maar ook ouders die al wat langer gescheiden zijn kunnen baat hebben bij de cursus. Van de ouders die aan de pilot deelnamen was 27% korter dan een jaar gescheiden. 31% was tussen de 1 en 3 jaar gescheiden en 38% langer dan 3 jaar. Ouders en professionals zijn het er over eens dat het beste moment om de cursus te volgen voor elke ouder anders is. Uit de pilot blijkt echter wel dat ouders die langer dan 3 jaar gescheiden zijn de eerste vijf sessies (waarin de gevolgen van de scheiding centraal staan) van de cursus gemiddeld lager waarderen (met een 4.9 op een 7-puntsschaal).

Verloop Cursus



Cursus bestaat uit twee delen

De cursus Family Transitions bestaat uit twee delen: een deel over echtscheiding en een deel over opvoeden. Bied ouders altijd beide delen van de cursus aan. Alleen samen hebben de delen het gewenste effect. Aandachtspunt hierbij is de samenstelling van de groep: streef ernaar het hele traject met dezelfde groep te doorlopen. Daarvoor is het van belang om vooraf onderscheid te maken tussen ouders met kinderen van 0-12 en ouders van tieners (12-16). Voor beide leeftijdsgroepen is binnen Triple P een opvoedcursus beschikbaar. Door al vooraf te bepalen met welke leeftijdsgroep je start, kan de groep na het deel over echtscheiding gezamenlijk doorstromen naar de opvoedcursus. Het wordt afgeraden om de cursus na de eerste vijf sessies open te stellen voor nieuwe ouders, dit kan leiden tot een onveilig gevoel in de groep.

De groep

Family Transitions groepen bestaan idealiter uit 8 tot 12 ouders. De ouders in de pilot vinden het positief dat de cursus in groepsverband wordt gegeven: 91% geeft hiervoor een score 4 of 5 op een schaal van 1-5. De groepen in de pilot werden over het algemeen als warm en veilig ervaren. Andere voordelen van werken in een groep zijn volgens de ouders: herkenning en de mogelijkheid om met elkaar te delen en van elkaar te leren. Ouders geven aan veel behoefte te hebben aan uitwisseling van persoonlijke verhalen. Family Transitions geeft daar maar beperkt ruimte voor en veel ouders vinden dit jammer. Als professional kan je er voor kiezen om momenten van uitwisseling buiten de cursusbijeenkomsten om te plannen. Dit kan bijvoorbeeld door een WhatsApp groep te starten of een theemoment of borrel te organiseren. Tijdens de pilot zijn hier positieve ervaringen mee opgedaan.



Ouders in de pilot vinden het positief dat de cursus in groepsverband wordt gegeven. 91% geeft hiervoor een score 4 of 5 op een schaal van 1-5

Aan de meeste oudercursussen nemen zowel mannen als vrouwen deel. Zo zien cursisten dat vaders en moeders bij echtscheiding met vergelijkbare problemen worstelen. Bij Family Transitions kunnen beide ouders deelnemen, maar nooit in dezelfde groep. De meeste cursisten zijn hierover tevreden, maar zouden wel graag zien dat hun co-ouder deelnam aan een parallelle cursus.

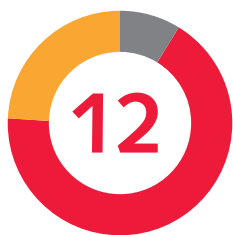
Het kennismakingsgesprek

Het kennismakingsgesprek is een belangrijk moment in de voorbereiding op de cursus. In dit gesprek worden de hulpvraag van de ouder en de wederzijdse verwachtingen besproken. Tijdens de pilot ontving 2/3 van de respondenten een kennismakingsgesprek.

Ouders in de pilot vonden het belangrijk om tijdens dit gesprek gehoord en geïnformeerd te worden. De lengte en inhoud van de cursus moeten voor de ouder duidelijk worden, zowel het thema echtscheiding als positief opvoeden komen aan bod. Het gesprek moet gestructureerd verlopen en informatief zijn voor ouder en professional. Professionals kunnen gebruik maken van gespreks-handvaten uit andere modules van Triple P.

Lengte cursus

Family Transitions bestaat in totaal uit 12 bijeenkomsten. 66% van de ouders in de pilot zei dit aantal voldoende of precies goed te vinden. 9% vond dat er te veel bijeenkomsten waren en 22% vond dat er te weinig bijeenkomsten waren. Ouders die het aantal bijeenkomsten te laag vonden wilden graag langer doorgaan, of vonden dat er meer tijd nodig was om de stof te kunnen bespreken. Met name de 5 bijeenkomsten rond scheiding werden als erg 'vol' ervaren.



De ouders in de pilot vinden het aantal bijeenkomsten

- te veel (9%)
- voldoende (66%)
- te weinig (22%)

Voorkom uitval

Voorkom dat ouders vroegtijdig met de cursus stoppen. Zorg voor een helder kennismakingsgesprek



Het is heel fijn om bij mensen te zijn die het zelfde meemaken, je kunt je daardoor beter verplaatsen in de gedachten van je co-ouder. Ik ben heel blij dat ik mocht deelnemen aan deze waardevolle cursus. Bedankt lieve cursusleidsters!



zodat ouders goed weten wat ze kunnen verwachten en hoe het traject eruit ziet. Denk verder aan: kinderopvang voor ouders met jonge kinderen, een goed bereikbare locatie, een certificaat, een keer samen met de groep eten. Bel ouders die een keer overslaan en motiveer ze om de volgende keer weer te komen.

Tevredenheid ouders

90% van de ouders die deelnamen aan de pilot van Family Transitions geven hun tevredenheid met de hulp die ze ontvingen een 5 of hoger op een 7-puntsschaal. Gemiddeld waarden ze hun tevredenheid met een 5.8.



Gemiddeld waarden ouders hun tevredenheid met de hulp die ze ontvingen met een 5.8 op een schaal van 1-7

Op de vraag hoe goed de inhoud van de eerste vijf sessies over echtscheiding aansloot op hun behoeften gaven zij gemiddeld een 5,5 (82% geeft een 5 of hoger). Op de vraag hoe goed de inhoud van de sessies over Positief Opvoeden aansloot op hun behoeften gaven zij gemiddeld een 5,3 (62% geeft een 5 of hoger) op een 7-puntsschaal. 91% van de deelnemers aan de pilotstudie zou de cursus aan een vriend(in) aanraden.

Onderwerpen waar ouders veel aan hebben gehad:

- Tips en vaardigheden rond omgang met de ex-partner
- Omgaan met conflicten
- Ontspannen en rustig blijven
- Omgaan met je eigen emoties
- De effecten van echtscheiding op je kind

Ouders in de pilot vinden het moeilijk te benoemen aan welk onderwerp zij het minst hebben gehad. Ze zeggen alle onderwerpen belangrijk te vinden. Wel zijn er ouders die onderwerpen gemist hebben. Het onderwerp dat het meest werd gemist was praktische informatie over echtscheiding, zoals juridische en financiële zaken.

✓ **91%**

91% van de deelnemers aan de pilotstudie zou de cursus aan een vriend(in) aanraden





Werving en verwijzers

Werving kost tijd

Werving van deelnemers kost tijd. Het is daarom verstandig om de cursus ruim van tevoren in te plannen, zodat ouders zich op tijd kunnen aanmelden en er voldoende tijd is om randvoorwaarden zoals de locatie goed te regelen.

Open werving

Uit de pilot blijkt dat alle deelnemende professionals die een cursus hebben uitgevoerd, bij de werving gebruik maakten van folders. 55% van de ouders in de pilot herinnert zich een folder. Verder wierf 57% van de professionals in de pilot via internet en 30% via kranten. Andere manieren van open werving zijn bijvoorbeeld: reclame op lokale radiostations, advertenties in (lokaal) drukwerk, via online reclame en online discussiefora en via een goede webpagina, bijvoorbeeld de ouderwebsite van Triple P (www.positiefopvoeden.nl).

Verwijzers

Ouders in de pilotstudie kwamen voornamelijk binnen via Bureau Jeugdzorg, Centra voor Jeugd en Gezin, Ouder-Kind Centra en de school van hun kinderen. Andere mogelijke verwijzers die uit de pilot naar voren komen zijn: mediators, echtscheidingsbureau's en zorgverleners en opvoeddeskundigen van (andere) instellingen zoals welzijnsorganisaties, AMK, consultatiebureau, opvanghuis, jeugdzorg en jeugdhulpverlening. Bijna alle professionals onderhielden persoonlijke (face-to-face) contacten met collega's en verwijzers bij andere organisaties. Om deze partijen tot actieve verwijzers naar Family Transitions te maken, blijkt persoonlijk contact het best te werken. Daarbij kan gedacht worden aan presentaties, themadagen, bijeenkomsten en workshops, intern en extern. Zo zijn eventuele verwijzers het best op de hoogte van de mogelijkheden van Family Transitions en verwijzen ze eerder door. Eventueel kan een regionaal netwerk van verwijzers worden opgezet.

Samenwerking met andere cursussen

Ook via een cursus voor kinderen van gescheiden ouders kunnen ouders worden geworven voor Family Transitions. Andersom hebben kinderen van ouders die Family Transitions volgen mogelijk baat bij het volgen van een cursus voor kinderen van gescheiden ouders.

Ik vond het goed dat ik erop gewezen ben hoe desastreus scheidingen voor kinderen kunnen uitpakken. Dat lijkt logisch, maar in het heetst van de strijd wordt het waarschijnlijk veel te vaak over het hoofd gezien. In mijn geval zouden mijn dochters er baat bij gehad hebben als scheidingsadvocaten ons bij de aanvraag voor scheiding hadden gewezen op Triple P Family Transitions.

Colofon

In opdracht van
Het Nederlands Jeugdinstituut

Auteurs
Drs. M.C. de Jonge
Drs. P.A.M. Speetjens

Productiebegeleiding
Martin Fraterman

Vormgeving en productie
Canon Nederland N.V.
Studio Playground

Beeld
Triple P Communications

Artikelnummer: AF1293

Trimbos-instituut
Da Costakade 45
Postbus 725
3500 AS Utrecht
T: 030-297 11 00
F: 030-297 11 11

Deze uitgave is te downloaden via
www.trimbos.nl/webwinkel met
artikelnummer AF1293

© 2014, Trimbos-instituut, Utrecht.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoerdigd en/of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande toestemming van het Trimbos-instituut.



De naam Triple P Family Transitions wordt door ouders in de pilot als te Engels en te ingewikkeld bestempeld. In communicatie naar ouders wordt daarom "Cursus Positief Opvoeden voor gescheiden ouders" gebruikt

Kijk voor meer informatie over Triple P op
www.triplep-nederland.nl