



## Triple P – Positive Parenting Program®



# Samen Sterk: Positief Opvoeden voor ouders van tieners met een depressie

Carine Kielstra & Romke van den Nouweland

# Samenwerking



- Triple P Nederland
- GGZ Rivierduinen Kinderen en Jeugd
- Universiteit Leiden (Prof. dr. B.M. Elzinga)



Universiteit  
Leiden

# Programma “Boost your idea”



- Waarom deze interventie?
- Wat is de interventie?
- Wat zijn de effecten van de interventie?
- Wat willen/kunnen we nog verbeteren?



## Triple P – Positive Parenting Program®



Waarom deze interventie?

# Waarom deze interventie?



- Gouden standaard voor behandeling van depressie bij adolescenten:  
Individuele psychotherapie (CGT of interpersoonlijke therapie) in combinatie met farmacotherapie.
- 50% van de adolescenten reageert onvoldoende op de behandeling of valt uit (Essau, 2005; Weisz et al., 2006).

# Waarom deze interventie?



- 30% van de depressieve jongeren geeft aan dat er sprake is van ouderlijke emotionele mishandeling en/of verwaarlozing
- Emotionele mishandeling en verwaarlozing door ouders is één van de risicofactoren voor de ontwikkeling van ernstige en chronisch depressieve klachten (Restifo & Bögels, 2009)
- Gebrek aan warmte en overmatige kritiek en agressie van ouders voorspelt depressieve klachten (Spinhoven et al., 2010; Wiersma et al).

# Waarom deze interventie?



Hoe kunnen we emotionele mishandeling en verwaarlozing door ouders voorkomen en oplossen?

**Sterke, gezonde relaties tussen ouders en tieners opbouwen:**

Triple P Tiener oudercursus

# Triple P cursus



- Verbeteren van de communicatie en relatie tussen ouders en kinderen
- Sociaal-emotionele ontwikkeling van tieners stimuleren
- 5 groepssessies en 3 telefonische sessies



# Specifieke opvoedproblemen



- Verschil typisch pubergedrag en depressie
- Veiligheid: automutilatie en suiciderisico
- Grenzen stellen

# Dynamiek ouders & kind



- Depressieve klachten tiener → belastend voor ouders
  - Leidt tot frustratie/onmacht/irritatie etc.
  - Vicious circle depressieve klachten
  - Adolescentie: nieuw evenwicht autonomie vs. zelfstandigheid op diverse leefgebieden

# Samen Sterk oudergroep



- Meer inzicht in problematiek van het kind
- Relatie ouder-kind versterken, gezond contact herstellen
- Ouders weer in hun rol als opvoeder
- Sociale steun voor ouders



## Triple P – Positive Parenting Program®



**Wat is de interventie?**

# Triple P voor ouders van depressieve tieners

Sessie	Inhoud
1 en 2	Psycho-educatie
3	Positief Opvoeden en opvoedvalkuilen
4	Gewenst gedrag stimuleren
5	Omgaan met ongewenst en risicovol gedrag
6 en 7	Telefonische sessies: op maat maken
8	Vooruitgang vasthouden en probleemoplossing in de toekomst

# Sessie 1 & 2: Psycho-educatie



- Wat is depressie
- Puberteit vs depressie
- Wat zijn algemene instandhoudende factoren & belemmerende factoren
- Depressieve dans tussen ouders & kind
- Psychische belasting van ouders
- Suicidaliteit en automutulatie
- Behandelingsmogelijkheden

# Sessie 3: Positief opvoeden



- Wat is Positief Opvoeden
- Opvoedvalkuilen
- Doelen voor verandering

# Sessie 4: Gewenst gedrag stimuleren



- Een positieve relatie met je tiener ontwikkelen en behouden
- Nieuwe vaardigheden aanleren & probleemoplossing
- Gezinsbesprekingen



# Sessie 5: Omgaan met ongewenst en risicovol gedrag



- Omgaan met ongewenst gedrag
- Omgaan met emoties
- Risicovolle situaties en gedrag

## Sessie 6 & 7: Telefonische sessies



- Twee keer 15-30 minuten
- Wat gaat er goed, wat is er nog nodig?
- Ouders bepalen agenda

# Sessie 8: Vooruitgang vasthouden en probleemoplossing in de toekomst



- Wat is bereikt?
- Veranderingen vasthouden
- Risicovolle situaties in de toekomst
- Vragenlijsten en evaluatie



## Triple P – Positive Parenting Program®



## Effecten van de interventie

# Meetinstrumenten



- Child Depression Inventory (CDI) - ouders
- Child Depression Inventory (CDI) - tieners
- Outcome Rating Scores - ouders
- Outcome Rating Scores - tieners
- OBVL (opvoedingsbelastingsvragenlijst)

# Effecten van de interventie



- Ruime meerderheid van ouders geeft aan dat de depressieve klachten van tiener verminderen
- Ouders voelen zich competenter en zelfverzekerder in de opvoedingssituatie
- Aanpassingen in de opvoedstijl
- Vergroot zelfvertrouwen tieners

# Testimonial Irma



# Testimonial Mario





# Testimonial Jolanda



# Boosten & uitwisseling



- Implementatie
- Rol van ouders
- Werving

# Implementatie



- Deze cursus kan alleen uitgevoerd worden door gespecialiseerde psychotherapeuten
- Deze cursus moet verplicht worden voor alle ouders van depressieve tieners
- Deze cursus is leuk voor ouders, maar ik denk niet dat je op deze manier echt de depressie van de tiener kan verminderen

# Rol van ouders



## Invalshoeken

- Ouders
- Financierders
- Professionals
- Tieners

# Probleem



- Depressie-interventie is gericht op de tiener, ouders worden beperkt betrokken
  - Hoe moeten ouders betrokken worden?
  - Wat zijn de nadelen van het betrekken van ouders?



- Hoe kunnen we er voor zorgen dat:
  - Zo min mogelijk ouders naar een cursus komen?
  - Ouders niks te maken willen hebben met de behandeling van hun tiener
  - Ouders zich machteloos blijven voelen in de ondersteuning van hun tiener bij de depressie

# Terugkoppeling



- Wat nemen wij/jullie mee van vandaag?

Dank voor uw aandacht

