

Hotel Mama

Arne en Emma zijn 8 en 6 en volgens mama Annelies is het hoog tijd dat ze zélf hun rommel netjes opbergen. Maar wat ze ook probeert, de kinderen ruimen niet op.

Ze belt naar de opvoedingswinkel en de Triple P-medewerker helpt Annelies de oorzaken van de rommel op een rijtje te zetten en afspraken te maken met Arne en Emma: vuile borden moeten op het aanrecht, jassen horen aan de kapstok, speelgoed netjes op het rek. Annelies krijgt ook het advies om complimenten te geven als de kinderen helpen.

Complimentjes ... die had ze de voorbije maanden niet meer zo vaak aan haar kinderen gegeven.

Luisteren ze niet meteen? Dan reageert Annelies kordaat en streng, zonder boos te worden. Die reactie oefent ze eerst samen in met de Triple P-medewerker.

De complimentjes van Annelies doen wonderen en Arne en Emma ruimen hun spullen veel vaker zelf op. Uiteraard slingert er af en toe nog iets rond. En het was best hartverscheurend om te weerstaan aan de smeekbedes en de beloftes van Emma toen mama haar spullen achter slot en grendel deed. Maar Annelies heeft resoluut besloten om Hotel Mama te sluiten.

aPPPlaus voor opvoedingsvragen

Nee, opvoeden is niet eenvoudig.
Ja, alle ouders herkennen dat gevoel.
En nee, je moet je niet schamen
als je het even niet meer weet.
Dus ja, we geven je graag antwoord
op al je opvoedingsvragen.

Vraag naar **Triple P** bij de opvoedingswinkel, de huisarts, Kind en Gezin, het CLB of CAW.
Zij bieden het Triple P-programma aan of verwijzen je door.

www.triplep.be



03 820 29 98 (elke werkdag van 10 tot 12 uur)

Het bestuur van de provincie Antwerpen ondersteunt Triple P.



Een
duivels
engeltje?

Opvoeden is niet altijd eenvoudig.
Iedere ouder heeft wel eens vragen.

Triple P geeft informatie en advies
over opvoeden
aan ouders met kinderen tot 12 jaar.



De P van Positief

Alledaagse **opvoedingsvragen** zijn meestal op te lossen. Als je kind 's nachts niet wil slapen, driftbuien heeft of zich buitengesloten voelt, kan een Triple P-medewerker nu samen met ouders naar een oplossing zoeken.

De Triple P-medewerker helpt je te begrijpen waarom je kind zus of zo reageert. En hoe je de ontwikkeling en het gewenste gedrag bij je kind kan stimuleren. Daardoor wordt opvoeden makkelijker voor ouders en kinderen leren vaardigheden aan die later goed van pas komen.

Dat allemaal vanuit 5 gedachten over positief opvoeden:

- 1 Kinderen hebben een **veilige en stimulerende omgeving** nodig.
- 2 Kinderen leren het meeste door **positieve aandacht en steun**.
- 3 Ouders **reageren beter snel en duidelijk** op ongewenst gedrag van hun kind.
- 4 **Ideale kinderen bestaan niet.** Koester realistische verwachtingen.
- 5 **Ideale ouders bestaan niet.** Zorg goed voor jezelf als ouder.

Het Triple P Programma

Triple P (Positive Parenting Program) biedt op verschillende manieren steun bij de opvoeding. Je kiest zelf het aanbod dat het beste aansluit bij jouw opvoedingsvragen. Bij de Triple P-medewerker kan je terecht voor een **informatief gesprek** of een **reeks van gesprekken** over het gedrag van je kind. **Samen met andere ouders** volg je **informatieve lezingen** of **oefen je vaardigheden in**. Bovendien zijn er folders, werkmateriaal, artikels en praktische infobladen over allerlei opvoedingsvragen.



Betrouwbaar opvoedingsadvies

De **Wereldgezondheidsorganisatie** beveelt het programma aan. De Australische professor Matthew Sanders ontwikkelde Triple P op basis van onderzoek en jarenlange ervaring met gezinnen. Het programma wordt door de provincie Antwerpen verspreid en de Universiteit Antwerpen onderzoekt de resultaten.

Triple P wordt aangeboden door betrouwbare organisaties:

- Kind en Gezin
- Opvoedingswinkels
- Centra Leerlingenbegeleiding
- Bijzondere Jeugdzorg
- Centra voor Algemeen Welzijnswerk
- Vlaams Agentschap voor Personen met een Handicap
- Geestelijke Gezondheidszorg
- Kinder- en Jeugdpsychiatrie
- Artsen
- Therapeuten