

Triple P® – Program pozitivního rodičovství

**O Triple P –**

**Program pozitivního rodičovství**

Triple P® – Program pozitivního rodičovství je jedním z nejúčinnějších rodičovských programů na světě. Je to jeden z mála programů založených na důkazech vycházejících ze soustavného vědeckého výzkumu. Triple P byl vyvinut klinickým psychologem profesorem Mattem Sandersem a jeho kolegy na australské univerzitě v Queenslandu a byl testován během více než čtyřiceti let soustavného výzkumu. Více než 980 studií a publikovaných prací, včetně více než 335 evaluačních studií, z nichž 172 jsou randomizované kontrolované studie, prokázalo, že funguje napříč kulturami, socioekonomickými skupinami a v mnoha různých rodinných strukturách.

Triple P učí rodiče dovednosti, které potřebují k tomu, aby vychovali sebevědomé zdravé děti a teenagery a vybudovali pevnější rodinné vztahy. Neříká jim, jakým mají být rodičem. Spíše jim dává jednoduché a praktické strategie, které mohou přizpůsobit svým vlastním hodnotám, přesvědčením a potřebám.

„U dětí, které vyrůstají v prostředí pozitivního rodičovství, je pravděpodobnější, že rozvinou dovednosti, které potřebují, aby se jim dobře vedlo ve škole, aby navázaly přátelství a měly dobrý pocit samy ze sebe,“ říká profesor Sanders.

"Je také mnohem méně pravděpodobné, že se u nich v pozdějším věku rozvinou behaviorální nebo emocionální problémy. Stejně tak se rodiče, kteří používají pozitivní rodičovské dovednosti, cítí v každodenním rodinném životě jistěji. Zároveň jsou méně ve stresu, méně trpí depresivními příznaky a mají se svými partnery méně neshod v oblasti výchovy.“

Triple P obvykle probíhá ve spolupráci s nevládními či neziskovými organizacemi v různých regionech a zemích s cílem oslovit co nejvíce lidí. Často probíhá pod záštitou ministerstev zdravotnictví, sociálních věcí či školství.

„Rodičovství je nejtěžší práce, kterou kdy každý z nás v životě má, a zároveň je to práce, na kterou jsme nejméně připraveni,“ říká profesor Sanders. „Tím, že informace o rodičovství v širší míře zpřístupníme, zvyšujeme pravděpodobnost, že rodiče přijmou nebo vyhledají pomoc. Nabízením programu Triple P jako bychom rodičům zlepšovali imunitu. Připravujeme je, ozdravujeme vztahy v rodinách a předcházíme problémům.“

Triple P se používá ve více než 25 zemích včetně USA, Kanady, Austrálie, Nového Zélandu, Belgie, Japonska, Íránu, Singapuru, Nizozemska, Spojeného Království, Irska, Německa, Curacaa, Švýcarska, Rakouska, Rumunska, Francie a Švédska. Mimo angličtinu byl přeložen do 21 jazyků tak, aby vyhovoval specifickým požadavkům dané země.

Program získal řadu mezinárodních ocenění, včetně australského vládního ocenění pro prevenci násilí (Australian Heads of Government National Violence Prevention Award). Profesor Sanders byl konzultantem Světové zdravotnické organizace, Rady Evropy a vlád zemí, včetně Spojeného Království, Kanady, Austrálie, Nového Zélandu, Švýcarska, Japonska a Íránu.

Triple P je komplexním programem navrženým tak, aby různé moduly odpovídaly potřebám rodičů jak formou, tak intenzitou. Do ČR bude v současné době implementován 1. a 4. úroveň programu zahrnující komunikační strategii a skupinovou práci s rodiči dětí ve věku 6 –12 let.