



# Acerca del Programa de Parentalidad Positiva- Triple P

El Programa de Parentalidad Positiva- de Triple P es uno de los programas para padres más efectivos del mundo y uno de los pocos que se basan en la evidencia obtenida de permanentes investigaciones científicas. Desarrollado por el psicólogo clínico profesor Matt Sanders y sus colegas de la Universidad de Queensland en Australia, Triple P ha demostrado funcionar con cientos de miles de familias por medio de permanentes investigaciones en los últimos 35 años. Más de 690 pruebas, estudios e investigaciones publicadas, incluyendo más de 240 publicaciones de evaluación, de los cuales 124 son estudios experimentales, han demostrado que el programa funciona en distintas culturas, grupos socio económicos y diversas estructuras familiares.

Triple P está diseñado para proporcionar a los padres las habilidades que necesitan en la crianza de niños y adolescentes saludables y seguros de sí mismos y para construir relaciones familiares más sólidas. Triple P no les enseña a las personas cómo ser padres, más bien les entrega a los padres estrategias simples y prácticas para adaptarlas a sus propios valores, creencias y necesidades. Los beneficios pueden ser impresionantes y duraderos.

“Los niños que crecen bajo el alero del Programa de Parentalidad Positiva tienen más probabilidades de desarrollar las habilidades que necesitan para tener éxito en las tareas escolares, en establecer relaciones de amistad y en sentirse bien consigo mismos”, comenta el profesor Sanders.

“Además tienen muchas menos posibilidades de desarrollar problemas conductuales o emocionales cuando sean mayores. De igual forma, los padres que aplican las habilidades que fomenta el programa se sienten más seguros y competentes en el control de la vida diaria familiar. También se sienten menos estresados, menos deprimidos y tienen menos conflictos con sus parejas con respecto al tema de la crianza”.

Triple P se distingue del resto de los programas pues no entrega “soluciones universales”. Se trata, más bien, de un sistema que ofrece niveles progresivos de apoyo para satisfacer las distintas necesidades de los padres. Los padres pueden escoger desde seminarios públicos puntuales o libros y DVD de autoayuda hasta cursos grupales más intensivos o sesiones de orientación individuales.

“Algunos padres pueden requerir una ayuda simple de parte de Triple P, tan solo unas pocas ideas que les ayuden a establecer una mejor rutina para que el niño se vaya a dormir o controlar desobediencias ocasionales”, explica el profesor Sanders. “Pero otros pueden estar en crisis y necesitar un apoyo mayor. En ese sentido, Triple P postula la idea de entregar a los padres la cantidad justa de ayuda que requieran: suficiente, pero no excesiva”.

Triple P también ha sido diseñado como un sistema de salud en materias de paternidad basado en la población, el que normalmente es implementado por organismos gubernamentales u ONG (organizaciones no gubernamentales) en distintas regiones y países, con el objeto de llegar a la mayor cantidad de personas posible. Suele ejecutarse por medio de departamentos de salud, de asuntos familiares o educacionales.

Los profesionales que lo aplican provienen de un amplio abanico de funciones, como médicos, enfermeras, psicólogos, orientadores, profesores, ayudantes de profesores, oficiales de policía, sacerdotes, trabajadores sociales y profesionales de apoyo en materia de salud. La premisa, reiteramos, es ofrecer fácil acceso, respaldo y posibilidades de elegir a los padres.

---

“Ser padres es la tarea más difícil que cualquier ser humano puede enfrentar en su vida y es, al mismo tiempo, para la que estamos menos preparados”, comenta el profesor Sanders. “Al permitir que la información para los padres sea de acceso masivo, estamos aumentando las posibilidades de que estos acepten recibir ayuda o la soliciten. Ofrecer Triple P es como inmunizar a la comunidad. Se prepara a los padres, las familias son más saludables y se evitan problemas antes de que ocurran”.

Triple P se aplica actualmente en más de 25 países, incluidos Estados Unidos, Canadá, Australia, Nueva Zelanda, Bélgica, Japón, Irán, Hong Kong, Singapur, los Holanda, Inglaterra, Escocia, Irlanda, Gales, Alemania, Curazao, Suiza, Austria, Rumania y Suecia. Ha sido traducido a 19 idiomas para satisfacer las necesidades específicas de cada país.

Triple P ha ganado numerosos premios internacionales, incluido el Australian Heads of Government National Violence Prevention Award, y el profesor Sanders ha sido asesor de la Organización Mundial de la Salud y del Consejo de Europa, además de gobiernos de países como Reino Unido, Canadá, Australia, Nueva Zelanda, Suiza, Japón e Irán.

También se han desarrollado una serie de programas especializados de Triple P. Entre estos se incluyen el Triple P Paso a Paso (para padres de niños con capacidades diferentes), el Triple P Transiciones Familiares (para padres en proceso de separación o divorcio), el Triple P Estilos de Vida (que previene la obesidad infantil) y el Triple P Pueblos Originarios (para familias australianas indígenas).