



SOCIALFAGLIGT KONSULENTHUS

## **KEEP - et kompetencegivende træningsprogram for plejefamilier og netværksplejefamilier**

Til plejeforældre

Skaber et positivt samspil mellem  
plejeforældre og plejebørn.  
Øger plejebørns trivsel

KEEP

Fabus konsulenter er specialiserede  
i udsatte familier, børn og unge

## **KEEP giver plejeforældre konkrete kompetencer**

Keeping Foster Parents Trained and Supported (KEEP) er et gruppeforløb på 16 sessioner for plejefamilier og netværksplejefamilier. Forløbet giver plejeforældrene konkrete værktøjer til at håndtere de små og store udfordringer, der kan belaste hverdagen. Det har samtidig fokus på at understøtte plejebørnenes positive udvikling og trivsel.

Begge dele reducerer risikoen for sammenbrud og øger chancerne for, at målene med anbringelsen opnås.

Sverige, England og USA har gode erfaringer med KEEP. De første erfaringer fra Danmark viser også, at når plejeforældre trænes i KEEP, reduceres både plejeforældres belastningsniveau og plejebørns adfærdsproblemer.

### **Hvem kan deltage i KEEP**

KEEP er for plejeforældre og netværksplejeforældre med plejebørn mellem 4 og 12 år.

Der kan deltage op til seks plejefamilier - altså max 12 deltagere - i gruppen. Formålet med forløbet nås bedst, hvis begge plejeforældre deltager i træningen. KEEP-forløbet er gruppebaseret og derfor afhængigt af et stabilt fremmøde fra de deltagende familier.

### **Hvad får plejeforældre ud af KEEP**

KEEP er et gruppeforløb med andre engagerede plejeforældre. Med KEEP får I:

- Fokus på at være anerkendende samt tydelige omkring rammer, forventninger og krav
- En god balance mellem opmuntring og grænsesætning (belønning og konsekvens)
- Nye værktøjer til at støtte jeres plejebarn i at få en god skolegang
- Øget opmærksomhed på at fremme barnets positive adfærd og trivsel ift. kammerater og netværk
- Redskaber til at fremme udviklingen af et positivt samspil mellem jer og jeres plejebarn
- Hjælp til at forebygge og reducere negativ adfærd hos jeres plejebarn og dermed mindske belastningen i dagligdagen

---

*"Vi fik en kæmpe øjenåbner, vi havde lidt glemt at fokusere på alt det positive i barnet".*  
En plejeforælder, der har gennemgået et KEEP-forløb.

---

### **Hvad betyder et KEEP-forløb rent praktisk for vores familie?**

Hver uge i 16 uger mødes I med andre plejefamilier og de to gruppeledere i 1 ½ time. Første møde varer dog to timer.

I får en hjemmeøvelse om ugen, som skal bruges i praksis i jeres familie.  
En gang ugentligt ringer gruppelederen til jer med faste spørgsmål om jeres plejebarns adfærd, og hvordan den har påvirket jer.

### **16 intensive sessioner**

Et KEEP-forløb består af 16 intensive 90-minutters sessioner med en fast struktur.

- Opfølgning og sparring på hjemmeøvelsen
- Et kort oplæg fra gruppelederne om tema og værktøjer
- Øvelse omkring tema + gruppedrøftelse
- Præsentation af ny hjemmeøvelse

### **KEEP temaer**

- 1** 4 centrale roller for plejeforældre
- 2** Vigtigheden af at samarbejde
- 3** At lære ny adfærd
- 4** Pointsystemer og belønning
- 5** At sætte grænser og tag en pause
- 6** Grænsesætningsstrategier
- 7** Balancen mellem belønning og grænsesætning
- 8** At undgå magtkampe
- 9** Før-indlæring
- 10** Håndtering af særligt svær adfærd
- 11** Fremme skolegang
- 12** Fremme positive sociale relationer
- 13** Stress og håndtering af stress

## KEEP-gruppeledere



### Gitte Nyboe Jakobsen

Socialrådgiver  
Familieplejekonsulent  
Certificeret KEEP-  
grubeleder



### Vivi Nielsen

Socialrådgiver  
Familieplejekonsulent  
Certificeret KEEP-  
grubeleder

## Hvornår og hvor

Fabu afholder to KEEP-forløb i efteråret 2017 i perioden august til december i hovedstadsområdet. Forløbene ligger i dagtimerne.

Er du interesseret i at høre om mulighederne for at deltage, skal du rette henvendelse til din familieplejekonsulent.

Er du interesseret i mere information om selve KEEP-forløbet, kan du rette henvendelse til Gitte Nyboe Jakobsen | t 38 76 06 80 / 22 30 33 90 | e [gj@fabu.dk](mailto:gj@fabu.dk)

Se herudover information om KEEP på Socialstyrelsens hjemmeside:

[www.socialstyrelsen.dk](http://www.socialstyrelsen.dk) og se artikler mv. om KEEP på [www.fabu.dk/KEEP](http://www.fabu.dk/KEEP)



---

FABU er et ikke-kommercielt, socialfagligt konsulenthus. Vi er specialiserede i udsatte familier, børn og unge og tilbyder kommunerne en række ydelser: samvær, familieindsatser, tilsyn i plejefamilier og specialdagpleje, § 50-undersøgelser, supervision af sagsbehandlere og plejefamilier, samarbejdsamtaler, undervisning, temadage m.m.

---

Kontakt **Fabu København** | t 38 76 06 80 | e [fabu@fabu.dk](mailto:fabu@fabu.dk) | w [www.fabu.dk](http://www.fabu.dk)