

METODBOKEN

En liten guide om hur du når ut med förebyggande insatser till dem som behöver det mest.



” Jag mötte Mamma United på min gård när jag lekte med min son. Jag hade aldrig fått veta att ni fanns om ni inte kommit fram till mig. ”

Mamma United är en ideell förening som grundades 2020. Vi arbetar för att stärka mammor i områden med socioekonomiska utmaningar genom utbildning och gemenskap.

Kärnan i vår verksamhet är vårt 12 veckor långa utbildningsprogram som består av föreläsningar och samtal med representanter från viktiga samhällsfunktioner som till exempel polis, socialtjänst, kvinnojour och barnmorska.

Läs mer på www.mammaunited.se



Steg för steg – så når vi ut

En enkel överblick över hur vi på Mamma United systematiskt arbetar för att nå kvinnor i områden med socioekonomiska utmaningar.



Första mötet med kvinnan

Sök upp platser där kvinnor rör sig och berätta om Mamma United. Var nyfiken och inlyssnande och försök att få telefonnumret till dem som visar intresse.



Återkoppling och inbjudan

Hör av dig igen inom 1 vecka efter första mötet. Få bekräftelse på hennes intresse och bjud in henne till den gemensamma WhatsApp-gruppen.



WhatsApp-gruppen

Skapa WhatsApp-gruppen senast en månad före uppstart, så att allt är redo i god tid. Skicka sedan påminnelser inför starten: 1 vecka innan, 2 dagar innan, 1 dag innan – och på själva startdagen.



Personlig återkoppling och kontakt

Att vara personlig gör skillnad. Kontakta de kvinnor som vill vara med inför alla 12 träffar. Förhoppningen är att de ska känna att gruppen saknar dem om de inte dyker upp. Och tvärtom.

För att lyckas krävs förståelse, uthållighet och att aktivt jobba med telefonen.

Första mötet med kvinnan

Kvinnorna hittar sällan till vår verksamhet på egen hand, därför behöver vi hitta dem. Det handlar för det första om att etablera samarbeten med aktörer som är i kontakt med målgruppen såsom förskolor, skolor, BVC, trossamfund, m.fl. För det andra handlar det om att vara på rätt plats vid rätt tid, i miljöer där målgruppen befinner sig.

Det är viktigt att mötet känns avslappnat och tryggt. Orden vi väljer gör stor skillnad. Att fråga "Hej, är du mamma?" får ofta någon att stanna upp och le, medan "Ursäkta, har du tid att prata?" lättare får ett nej.

I mötet med kvinnan kan du tänka på följande:

- Förklara vad programmet kan ge henne.
- Försäkra henne om att vi har tystnadsplikt.
- Föreslå att hon tar med en vän eller granne om hon känner sig osäker.

Ett bra tips är också att använda översättnings-appar så att informationen blir tydlig, oavsett språk. Och peppa henne att komma en gång – det är ofta allt som behövs för att hon ska vilja fortsätta. Berätta också att hon kan hoppa av när som helst, och tänk på att det ofta känns tryggare att lämna så lite information som möjligt om en själv. Förnamn och telefonnummer räcker långt!

Bra platser att träffa mammor

Öppna förskolan, SFI, Rusta och matcha, lokala föreningar, föräldramöten, områdesdagar, utanför förskolor och skolor, utanför matbutiken, lekparker, busshållplatser, gårdar och utanför portar är några platser där mammorna ofta rör sig. Ta reda på vilka tider på dygnet som målgruppen är ute. I vissa områden är exempelvis 13:00 en bra tid, medan du behöver vänta till 16:00 i andra områden.

Mamma-pitch

"Hej! Är du mamma? Vad roligt! Har du hört talas om Mamma United? Jobbar eller studerar du på dagarna, eller är du hemma just nu? Du är så välkommen till våra Mamma United-träffar! Kan jag få ditt nummer, så kan jag ringa och kolla hur mycket fika jag ska köpa till nästa träff? Den här lappen är ju lätt tappa bort!"



Återkoppling och inbjudan

Att få namn och kontaktuppgifter till en kvinna är ett viktigt första steg, men det är långt ifrån en garanti för att hon kommer på träffen eller ens svarar i telefon. Därför är det avgörande att vår återkoppling sker systematiskt, så att vi säkerställer att vi har tillräckligt många deltagare som bekräftar sitt intresse.

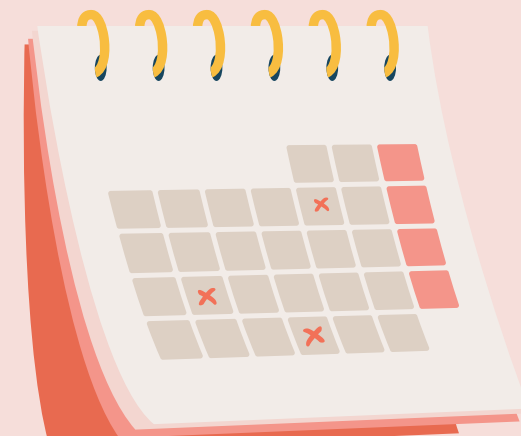
En viktig del av vårt långsiktiga arbete är också att alltid återkomma till kvinnor som tidigare tackat nej – kanske på grund av livssituation eller timing – eller inte svarat alls. Ofta får vi med deltagare som vi kontaktat ett år tidigare, när tiden plötsligt passar bättre.

Tät återkoppling

Om det går för lång tid mellan att vi fått telefonnumret till att vi ringer upp, finns risken att kvinnan inte minns att hon lämnat sitt nummer. För att få en tydlig bild av hur många som faktiskt vill delta i programmet bör uppföljningen ske senast 7 dagar efter första kontakt. Om rekryteringen skett långt före programstart behövs en extra återkoppling efter 3–4 veckor.

Första intrycket

Den rekryterade kvinnan ska läggas till i den gemensamma WhatsApp-gruppen senast 1 månad före uppstart, eller direkt efter återkopplande samtal om det sker närmare starten. Som koordinators kan du sedan löpande uppdatera och peppa gruppen inför uppstarten.



WhatsApp-gruppen

Nyckeln till att kvinnorna fortsätter komma till träffarna och fullföljer programmet är nära kontakt och relationsbygge. Genom att höra av oss regelbundet visar vi att verksamheten pågår och att varje kvinna är saknad när hon inte dyker upp.

Vår huvudsakliga kommunikation sker via WhatsApp, men den ska alltid kompletteras med telefonsamtal och sms till dem som inte svarar i WhatsApp-gruppen.

Frekvens

Kom ihåg att kvinnorna behöver kontinuerliga påminnelser. Senast 2 dagar före gruppträffen skickar du ett meddelande om vilket ämne som ska tas upp. Passa även på att be deltagarna bekräfta om de kommer eller inte.

Påminn sedan gruppen igen dagen innan och en sista gång samma morgon som träffen äger rum. Ett enkelt sätt för deltagarna att svara om de ska komma eller inte är att koordinatören skapar en "omröstning" i WhatsApp med svarsalternativen "ja" eller "nej". Ett annat alternativ är att be kvinnorna skicka en tumme upp eller en tumme ner för att bekräfta sin närvaro.

Meddelande

Kommunikationen i WhatsApp-gruppen behöver varieras. Textmeddelanden på enkel svenska med förklarande emojis kan med fördel kombineras med ljudmeddelanden eller korta filmer, så att alla förstår och kan ta till sig informationen.



Personlig återkoppling och kontakt

Att verkligen lära känna varje kvinna som deltar i våra program är avgörande. Genom att lägga personliga detaljer på minnet blir det lättare att förstå vad som motiverar just henne att komma på träffarna.

Ett effektivt sätt att öka motivationen är att påminna om allt som programmet kan ge – som att utveckla sin svenska, få stöd i jobbsökandet, skaffa en referens eller upptäcka roliga aktiviteter för hela familjen.

Sluta aldrig

Om en kvinna inte svarar på frågan om sin närvaro behöver du kontakta henne privat, via telefon eller sms. Det gäller inför samtliga 12 träffar.

Samtalet är inte bara en praktisk påminnelse, utan ett värdefullt tillfälle att bygga relation. Anteckna alltid orsaken till eventuell frånvaro, så att du kan följa upp vid nästa kontakt.

Om en kvinna uteblir trots att hon sagt att hon ska komma, skicka gärna ett kort meddelande efteråt så att hon vet att hon är saknad.

Dokumentera

Samtalen dokumenteras i en Excel-fil för att vi ska kunna följa vad varje kvinna svarar. I kommentarsfältet kan du skriva ner dina reflektioner; om en kvinna brukar svara bättre på morgonen än på kvällen till exempel.

Om språket är ett hinder kan det också vara bra att notera om kontakten ibland behöver ske via en anhörig, som till exempel hennes man eller en vän.



Avslutande tips

Överrekrytera alltid. För att få en grupp med 10 kvinnor som fullföljer programmet behöver du samla in cirka 50 intresseanmälningar.

Att nå målgruppen behöver inte vara svårt, men det kräver tid, tålamod och ett långsiktigt engagemang.

Lär känna området. Varje plats är unik när det gäller var och när människor rör sig ute. Observera, testa dig fram och hitta de platser där målgruppen oftast vistas.



