PROMOTING HEALTHY BEHAVIORS (PHB) ACTIVITY
JUST THE TWO OF US

Demographic trends reveal a widening gap between sexual maturity and age at marriage. Together with changing traditional views in urban areas, there is an increase in premarital sexual activity among young adults in Cambodia. Sexually active youth in Phnom Penh are not using contraception, specifically not Modern Methods (MM). According to data from Cambodia Demographic and Health Survey (CDHS) 2014, 18% of sexually active youth aged between 15-24 reported using MM and 31% reported using traditional methods. Fifty percent of those do not use a MM reported that they do not want a child anytime soon. Urban youth in Phnom Penh remain an underserved segment as most programs focus on married women in rural areas.

USAID-funded Promoting Healthy Behaviors (PHB) Activity is implementing a social and behavior change (SBC) activity with local implementing partners to increase knowledge, change perceptions around MM and Sexual and Reproductive Health (SRH), and increase adoption of MM among youth in Phnom Penh. Based on field study and insight gathered, "Just the Two of Us" intervention campaign concept is developed that utilizes online platform and media to reach sexually active, unmarried youth aged between 18-29 to reduce unplanned pregnancy.

TARGET AUDIENCES

- Sexually active, unmarried youth aged between 18-29 living in Phnom Penh urban area

KEY MESSAGES

- Seek accurate information about MM so that you can make well-informed decisions about FP
- Access confidential and non-judgmental youth-friendly services so that you can adopt MM

BEHAVIORAL OBJECTIVES

- Increase knowledge and provide accurate information on SRH and different MM, including personal health, possible side effects, quality and price
- Dispel misconceptions around SRH and MM
- Empower youth with accurate information to make informed decisions about MM
- Encourage youth to seek out and adopt MM and plan for their future

The overarching campaign concept "Just the Two of Us" utilizes a number of media platforms – Website (https://dosslarb.com/justthetwoofus-en/) and Facebook (https://www.facebook.com/Dosslarb) to reach target audiences. Interactive multimedia contents including quiz, article, questions posts, static content posts, answer posts and videos are designed and used to raise awareness on SHR and MM among youth, to engage with them and to encourage actions.

STRATEGIES

Extensive research including 45 interviews with youth was conducted to gather insights and information on local social media landscape among youth living in Phnom Penh and their insight on sex, relationship, and contraception. Based on the research findings, several crucial components are identified and used to guide the intervention campaign:

- Youth friendly information access point – confidential, anonymous setting where youth are not questioned or judged
- Authoritative and accurate information – information comes from a source of authority and expertise in a casual setting and focus on personal health, side effects, quality, and price
- Cultural sensitivity and local language – SRH information and MM options are communicated in a way that will resonate with youth and is explained through their culture and language
- Digital component – to meet where youth are with the added benefit of being anonymous and easily accessible
- Discuss SRH as part of health – position SRH information within the boarder health and encourage youth to seek health information for themselves, their friends and future

To RAISE AWARENESS, multimedia contents including posts and a short campaign introduction video are created and posted on platforms to drive awareness on key campaign messages. To ENGAGE with youth, posts, videos and chatbot are used to encourage youth to discuss and ask questions relating to SHR and MM. Additionally, user profiles that have previously engaged in video contents and/or are fans of the campaign Facebook page are targeted and encouraged to share and advocate campaign page and contents. To encourage ACTION, accurate and reliable information from experts and referral information to youth-friendly and online services are provided.

All contents are developed based on three themes – **Curiosity** covers topics including "my body (sex education)", "my options (consent)", "peer perspectives" and "average behaviors". **Shared Responsibility** covers topics including "gender roles on MM & pregnancy", "conversational starter" and "service providers". **My Goals** covers topics including "importance of planning", "how to set goals" and "starting a family". Contents developed under each theme address issues and topics identified in the three guiding content pillars.

MONITORING, EVALUATION AND LEARNING

PHB conducts ongoing monitoring of this and all its SBC activities, capturing data in terms of activities implemented, people reached, and materials distributed, as well as information on beneficiaries' knowledge, attitudes, and behavior prior to and after exposure to PHB's activities. Results and lessons learned are used to iterate and improve the SBC activities, and are regularly shared with the wider SBC community.

CONTACT INFORMATION

Jim Malster,
Chief of Party,
PSI,
jmalster@psi.org

https://www.psi.org.kh/phb/

USAID
ជំនួយពីពលរដ្ឋអាមេរិក

psi Cambodia

គម្រោងលើកកម្ពស់ឥរិយាបថប្រកបដោយសុខុមាលភាព (PHB) ពីរនាក់បានហើយ

និន្នាការប្រជាសាស្ត្របានបង្ហាញឲ្យឃើញគំលាតកាន់តែធំ រវាងភាពពេញវ័យផ្នែកផ្លូវភេទ និងអាយុនៃការរៀបការ។ ដោយរួមទាំងការផ្លាស់ប្តូរទស្សនៈបែបប្រពៃណីនៅតំបន់ទីក្រុង មានការកើនឡើងនូវសកម្មភាពផ្លូវភេទមុនរៀបការ ក្នុងចំណោមយុវជនពេញវ័យ ក្នុងប្រទេសកម្ពុជា។ យុវជនជាច្រើនដែលមានដៃគូ ក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញ មិនបានប្រើការពន្យារកំណើត ជាពិសេសមធ្យោបាយទំនើប (MM) ។ យោងទៅតាម ការស្ទង់មតិប្រជាសាស្ត្រ និងសុខភាពកម្ពុជា (CDHS) ក្នុងឆ្នាំ ២០១៤ មាន១៨% នៃយុវជនដែលមានដៃគូ អាយុពី ១៥-២៤ ឆ្នាំ បានប្រើ MM និង ៣១% បានប្រើមធ្យោបាយបុរាណ។ ៥០% នៃអ្នកដែលមិនបានប្រើ MM ពុំចង់បានកូនក្នុងពេលឆាប់ៗខាងមុខទេ។ យុវជននៅទីក្រុងភ្នំពេញ គឺក្រុមគោលដៅដែលមិនសូវទទួលបានការយកចិត្តទុកដាក់ ដោយកម្មវិធីសុខភាពភាគច្រើនផ្តោតទៅលើស្ត្រីរៀបការហើយនៅតាមជនបទ។

គម្រោងលើកកម្ពស់ឥរិយាបថ ប្រកបដោយសុខុមាលភាព (PHB) អនុវត្តសកម្មភាពផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថបុគ្គលនិងសង្គម ជាមួយនឹងដៃគូអនុវត្តក្នុងស្រុក ដើម្បីបង្កើនចំណេះដឹង ផ្លាស់ប្តូរការយល់ឃើញជុំវិញមធ្យោបាយពន្យារកំណើតទំនើប និងសុខភាពផ្លូវភេទនិងបន្តពូជ ព្រមទាំងបង្កើនការប្រើប្រាស់មធ្យោបាយពន្យារកំណើតទំនើបក្នុងចំណោមយុវជននៅក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញ។
ដោយផ្អែកទៅតាមការចុះសិក្សាផ្ទាល់នៅសហគមន៍ និងទិន្នន័យដែលប្រមូលបាន យុទ្ធនាការ "ពីរនាក់បានហើយ" ត្រូវបានបង្កើតឡើង ដោយប្រើប្រាស់វេទិកា និងប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយ តាមអ៊ីនធើណែត ដើម្បីបានទៅដល់ក្រុមគោលដៅដែលមានដៃគូ អាយុ១៨-២៩ឆ្នាំ ដើម្បីកាត់បន្ថយការមានផ្ទៃពោះដោយមិនបានគ្រោងទុក។

ក្រុមគោលដៅ

- យុវជនដែលមានដៃគូ មិនទាន់រៀបការ អាយុ១៨-២៩ រស់នៅក្នុងទីប្រជុំជននៃទីក្រុងភ្នំពេញ

សារសំខាន់ៗ

- ស្វែងរកព័ត៌មានត្រឹមត្រូវអំពីការពន្យារកំណើតទំនើប ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចធ្វើការសម្រេចចិត្តអំពីការពន្យារកំណើត
- ទទួលបានសេវាសុខភាពដែលរក្សាការសំងាត់ មិនវិនិច្ឆ័យអវិជ្ជមាន និងមានភាពងាយស្រួលដល់យុវជន

គោលបំណងឥរិយាបថ

- បង្កើនចំណេះដឹងនិងផ្តល់ព័ត៌មានត្រឹមត្រូវអំពីសុខភាពបន្តពូជ និងមធ្យោបាយពន្យារកំណើតទំនើបផ្សេងៗ
- ច្រានចោលការយល់ខុសជុំវិញសុខភាពផ្លូវភេទ និងបន្តពូជ ព្រមទាំងមធ្យោបាយពន្យារកំណើតទំនើប
- ផ្តល់សិទ្ធិអំណាចដល់យុវជនដោយឲ្យពួកគេទទួលបានព័ត៌មានត្រឹមតូវដើម្បីធ្វើការសម្រេចចិត្ត
- លើកទឹកចិត្តយុវជនឲ្យប្រើប្រាស់មធ្យោបាយពន្យារកំណើតទំនើប និងធ្វើផែនការសម្រាប់អនាគត

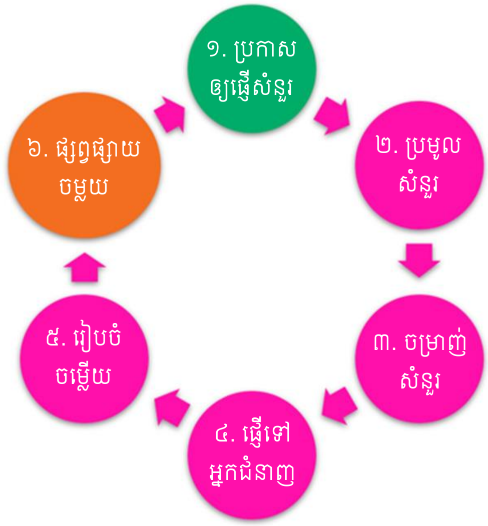
យុទ្ធនាការ "ពីរនាក់បានហើយ" ប្រើប្រាស់វេទិកាប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយផ្សេងៗ មានដូចជាវែបសាយ (https://dosslarb.com/justthetwoofus-en/) និងហ្វេសប៊ុក (https://www.facebook.com/Dosslarb) ដើម្បីបានទៅដល់ក្រុមគោលដៅ។ មាតិកាពហុប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយដែលផ្តល់ការទំនាក់ទំនងទៅវិញទៅមក មានដូចជាកម្រងសំនួរ អត្ថបទ ផុសជាសំនួរ ផុសជាក្រាហ្វិក ផុសជាចម្លើយ និងវីដេអូ ត្រូវបានរៀបចំឡើង និងប្រើដើម្បីលើកកម្ពស់ការយល់ដឹងអំពីសុខភាពផ្លូវភេទនិងបន្តពូជ ព្រមទាំងមធ្យោបាយពន្យាកំណើតក្នុងចំណោមយុវជន បង្កើនការចូលរួម និងលើកទឹកចិត្តឲ្យធ្វើសកម្មភាព ពីសំណាក់ក្រុមគោលដៅ។

យុទ្ធសាស្ត្រ

ការសិក្សា រួមទាំងការសម្ភាសន៍ជាមួយយុវវ័យ៤៥នាក់ ត្រូវបានធ្វើឡើង ដើម្បីប្រមូលព័ត៌មានអំពីបរិយាកាសនៃប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយ ក្នុងចំណោមយុវជនរស់នៅក្នុងទីក្រុងភ្នំពេញ និងការយល់ឃើញរបស់ពួកគេអំពីការរួមភេទ ទំនាក់ទំនង និងការពន្យារកំណើត។ ដោយផ្អែកទៅលើការរកឃើញតាមរយៈការសិក្សានេះ ចំនុចមួយចំនួនត្រូវបានកំណត់ និងប្រើប្រាស់ដើម្បីជាការណែនាំដល់យុទ្ធនាការសុខភាពនេះ:

- ទីកន្លែងសម្រាប់ការទទួលបានព័ត៌មានដែលងាយស្រួលសម្រាប់យុវជន (ទីកន្លែងដែលរក្សាការសម្ងាត់ ដែលយុវជនមិនត្រូវបានគេវិនិច្ឆ័យមិនល្អ)
- ព័ត៌មានដែលត្រឹមត្រូវ និងច្បាស់លាស់ (មានប្រភពពីអ្នកជំនាញ នៅក្នុងបរិយាកាសសាមញ្ញ និងផ្តោតទៅលើសុខភាពផ្ទាល់ខ្លួន ផលរំខាន គុណភាព និងតំលៃ
- វប្បធម៌និងភាសា (ព័ត៌មានអំពីសុខភាពផ្លូវភេទ និងសុខភាពបន្តពូជ ព្រមទាំងជម្រើសមធ្យោបាយពន្យារកំណើតទំនើប ត្រូវបានលើកយកមកពិភាក្សាយ៉ាងណា ដែលធ្វើឲ្យយល់ដល់យុវវ័យ និងត្រូវបានពន្យល់តាមរយៈភាសានិងវប្បធម៌របស់គេ)
- ឌីជីថល (ជាទីកន្លែងជួបយុវជន ដោយផ្តល់អត្ថប្រយោជន៍ក្នុងការមិនចាំបាច់បញ្ចេញអត្តសញ្ញណ និងងាយទទួលបានព័ត៌មាន)
- ពិភាក្សាអំពីសុខភាពផ្លូវភេទ និងសុខភាពបន្តពូជ ជាផ្នែកមួយនៃសុខាភិបាល (លើកឡើងអំពីព័ត៌មានទាំងនេះជាផ្នែកមួយនៅក្នុងវិស័យសុខាភិបាលដ៏ធំធេង និងលើកទឹកចិត្តយុវជន ឲ្យស្វែងរកព័ត៌មានសុខភាពសម្រាប់ខ្លួនគេ មិត្តភក្តិរបស់គេ និងអនាគតខ្លួនឯង)

ដើម្បី**លើកកម្ពស់ការយល់ដឹង** មាតិកាជាពហុប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយ រួមមានផុស និងវីដេអូខ្លីៗ ត្រូវបានបង្កើតឡើងដើម្បីជំរុញការយល់ដឹងលើសារសំខាន់ៗ នៃយុទ្ធនាការនេះ។ ដើម្បីជា**ការចូលរួម**របស់យុវជន ផុស វីដេអូ និងឆេតប៊ត់ ត្រូវបានប្រើប្រាស់ដើម្បីលើកទឹកចិត្តឲ្យយុវជនពិភាក្សា និងសួរសំនួរទាក់ទងនឹងសុខភាពផ្លូវភេទ និងសុខភាពបន្តពូជ ព្រមទាំងមធ្យោបាយពន្យារកំណើត។ លើសពីនេះទៅទៀត អ្នកដែលបានចូលរួមពិភាក្សាតាមរយៈអ៊ីនធើនែត ត្រូវបានលើកទឹកចិត្ត ឲ្យចែករំលែក និងគាំទ្រទំព័រហ្វេសប៊ុក និងមាតិការបស់យុទ្ធនាការនេះ។ ដើម្បី**ជំរុញសកម្មភាព** យុទ្ធនាការក៏ផ្តល់ព័ត៌មានដែលត្រឹមត្រូវ និងទុកចិត្តបាន ពីអ្នកជំនាញ និងការបញ្ជូនទៅកាន់សេវាសម្រាប់យុវជនផងដែរ។



មាតិកាទាំងអស់ត្រូវបានបង្កើតឡើងជាបីផ្នែកគឺ (១) **ចម្ងល់** ដែលរួមមានប្រធានបទស្តីពី "រាងកាយរបស់ខ្ញុំ" "ការយល់ឃើញរបស់អ្នកនៅជុំវិញខ្លួន" និង "ជម្រើសរបស់ខ្ញុំ"។ (២) **ការចែករំលែកទំនួលខុសត្រូវ** ដែលរួមមានប្រធានបទស្តីពី "តួនាទីយែនឌ័រទៅលើមធ្យោបាយពន្យារកំណើតទំនើប និងការមានផ្ទៃពោះ" "ការចាប់ផ្តើមនៃការសន្ទនា" និង "អ្នកផ្តល់សេវាសុខភាព"។ (៣) **គោលដៅរបស់ខ្ញុំ** ដែលមានប្រធានបទដូចជា "សារសំខាន់នៃការធ្វើផែនការ" "របៀបនៃការរៀបចំគោលដៅ" និង "ការចាប់ផ្តើមគ្រួសារ"។

ការតាមដាន វាយតម្លៃ និងសិក្សា

គម្រោង PHB ធ្វើការតាមដានការធ្វើអន្តរាគមន៍នេះ និងសកម្មភាពផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថដទៃទៀតរបស់គម្រោង ដោយប្រមូលទិន្នន័យសកម្មភាព ក្រុមគោលដៅ និងសម្ភារៈដែលបានចែកចាយ ព្រមទាំងព័ត៌មានអំពីចំណេះដឹង និងឥរិយាបថ របស់អត្ថាគាហក មុន និងក្រោយបានទំនាក់ទំនងជាមួយសកម្មភាពរបស់គម្រោង។ លទ្ធផលនិងមេរៀនដែលទទួលបាន នឹងយកទៅប្រើដើម្បីអនុវត្តគម្រោងបន្ត និងធ្វើអោយកាន់តែមានភាពប្រសើរឡើង នូវសកម្មភាពផ្លាស់ប្តូឥរិយាបថរបស់គម្រោង ព្រមទាំងចែកចាយជាប្រចាំ ទៅសហគមន៍នៃអ្នកធ្វើការផ្នែកផ្លាស់ប្តូរឥរិយាបថ។

ព័ត៌មានទំនាក់ទំនង

ជីម ម៉ាល់ស្ទើរ
ប្រធានគម្រោង
អង្គការ PSI
jmalster@psi.org

https://www.psi.org.kh/phb/