စိတ်လှုပ်ရှားဖိုင်ရာ အထောက်အပံ့ပေးခြင်း အခြေခံကျွမ်းကျင်မှု +

မြန်မာနိုင်ငံရှိ ရှေ့တန်းကွင်းဆင်းဝန်ထမ်းများအတွက် ရက်တိုသင်တန်း

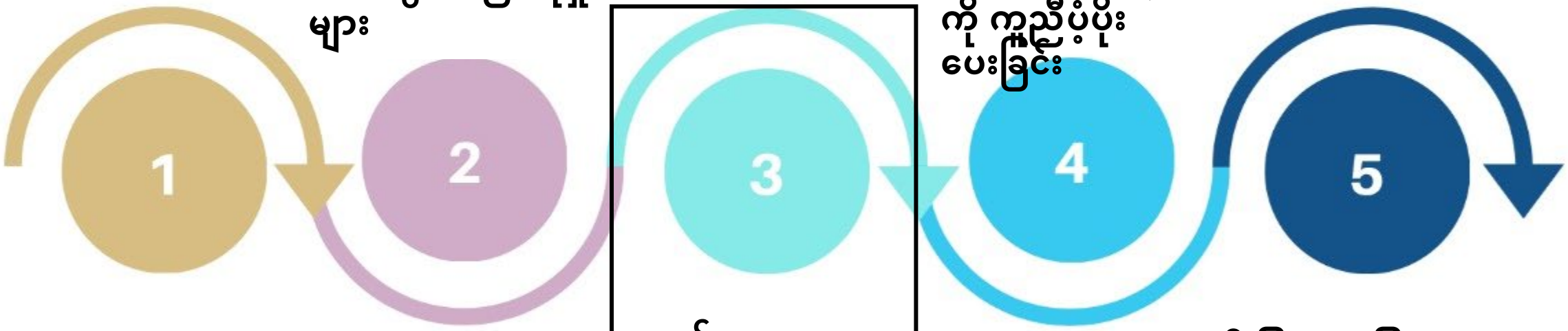
ဤသင်တန်းမှာ Lotus Circle ၏ ပံ့ပိုးမှုဖြင့် Asia Foundation နှင့် Good Practice Group တို့က ရေးသားပြုစုထားသော အွန်လိုင်းမှ ပို့ချသည့် “စိတ်လှုပ်ရှားပိုင်းဆိုင်ရာ အထောက်အပံ့ပေးခြင်း အခြေခံကျွမ်းကျင်မှု - သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ ရှေ့တန်းကွင်းဆင်း တုံ့ပြန်ကူညီသူများအတွက် ရက်တိုသင်တန်း” ကို အခြေပြုထားပါသည်။ သီရိလင်္ကာမှ သင်တန်းတွင် ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများ (https://psychosocialskills.teachable.com/) မှာ အဖွဲ့အစည်း ပေါင်းစုံ အမြဲတမ်းကော်မတီ (Inter-Agency Standing Committee - IASC) မှ ထုတ်ဝေသော “စိတ်လှုပ်ရှားပိုင်းဆိုင်ရာ အထောက်အပံ့ပေးခြင်း အခြေခံကျွမ်းကျင်မှု - ကိုဗစ် ၁၉ တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်သူများ အတွက် လမ်းညွှန်” မှ မိတ္တူမ်ားပြုစုထားပါသည်။

ဤဘာသာပြန်မှု/မိတ္တူမ်ားပြုစုမှု အဖွဲ့အစည်းပေါင်းစုံ အမြဲတမ်းကော်မတီ (IASC) မှ ရေးသားခြင်း မဟုတ်ပါ။ IASCသည် ဤဘာသာပြန်မှု/မိတ္တူမ်ားပြုစုမှု၏ ပါဝင်အကြောင်းအရာများ သို့မဟုတ် တိကျမှုန်ကန်မှုအတွက် တာဝန်မရှိပါ။ ဤမိတ္တူမ်ားပြုစုမှုတွင် ထပ်ဆောင်းစာအုပ်စာတမ်းများ ထည့်သွင်းထားပါသည်။ “ဤဘာသာပြန်ဆိုမှု/ဆီလျော်သလို ပြင်ဆင်ပြုစုထားမှုသည် အဖွဲ့အစည်းပေါင်းစုံ အမြဲတမ်းကော်မတီ (IASC) မှ စီစဉ်ဆောင်ရွက်ထားခြင်း မဟုတ်ပါ။ ဤဘာသာပြန်ဆိုမှု/ ဆီလျော်သလို ပြင်ဆင်ပြုစုထားမှုတွင် ပါဝင်သော အကြောင်းအရာများ သို့မဟုတ် တိကျမှုန်ကန်မှုတို့အတွက် IASC တွင် တာဝန်မရှိပါ။ မူရင်းအင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ရေးသားထားသော ၂၀၂၀ တွင် ထုတ်ဝေ သည့် “Inter-Agency Standing Committee - Basic Psychosocial Skills: A Guide for COVID-19 Responders.’ License: CC BY-NC-SA 3.0 IGO ကိုသာ IASC မှ စီစဉ်ထုတ်ဝေထားသည့် အစစ်အမှန် စာရွက်စာတမ်းအဖြစ် တရားဝင်တာဝန်ခံပါသည်။”https://app.mhpss.net/resource/basic-psychosocial-skills-a-guide-for-covid-19-responders

ဤဘာသာပြန်ဆိုမှု/ ဆီလျော်သလို ပြင်ဆင်ပြုစုထားမှုကို မူလထုတ်ဝေမှု နှင့် ဆက်လက်ပြင်ဆင်ပြုစုခြင်းများ အတွက်လိုင်စင်နှင့် တူညီသောလိုင်စင်ဖြင့် ထုတ်ဝေပါသည်။

CC BY-NC-SA 3.0 IGO (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/)
သင်တန်းအတွက် ရုပ်ပုံများကို UNFPA မြန်မာမှ ပေးအပ်သည်။

မော်ကျူး လမ်းညွှန်



သင်ကိုယ်တိုင်၏
ကျန်းမာပျော်ရွှင်မှု

နေ့စဉ် ထိတွေ့
ဆက်ဆံမှုများတွင်
အားပေးပံ့ပိုးသော
ဆက်သွယ်ပြောဆိုမှု
များ

လက်တွေ့ကျသော
အကူအညီများ
ပေးအပ်ခြင်း

စိတ်ဖိစီးမှု
ခံစားနေရသူများ
ကို ကူညီပံ့ပိုး
ပေးခြင်း

သီးခြားအခြေအနေ
များတွင်
ကူညီပံ့ပိုးခြင်း

မော်ဂျူး (၃)

လက်တွေ့ကျသော အကူအညီများ ပေးအပ်ခြင်း

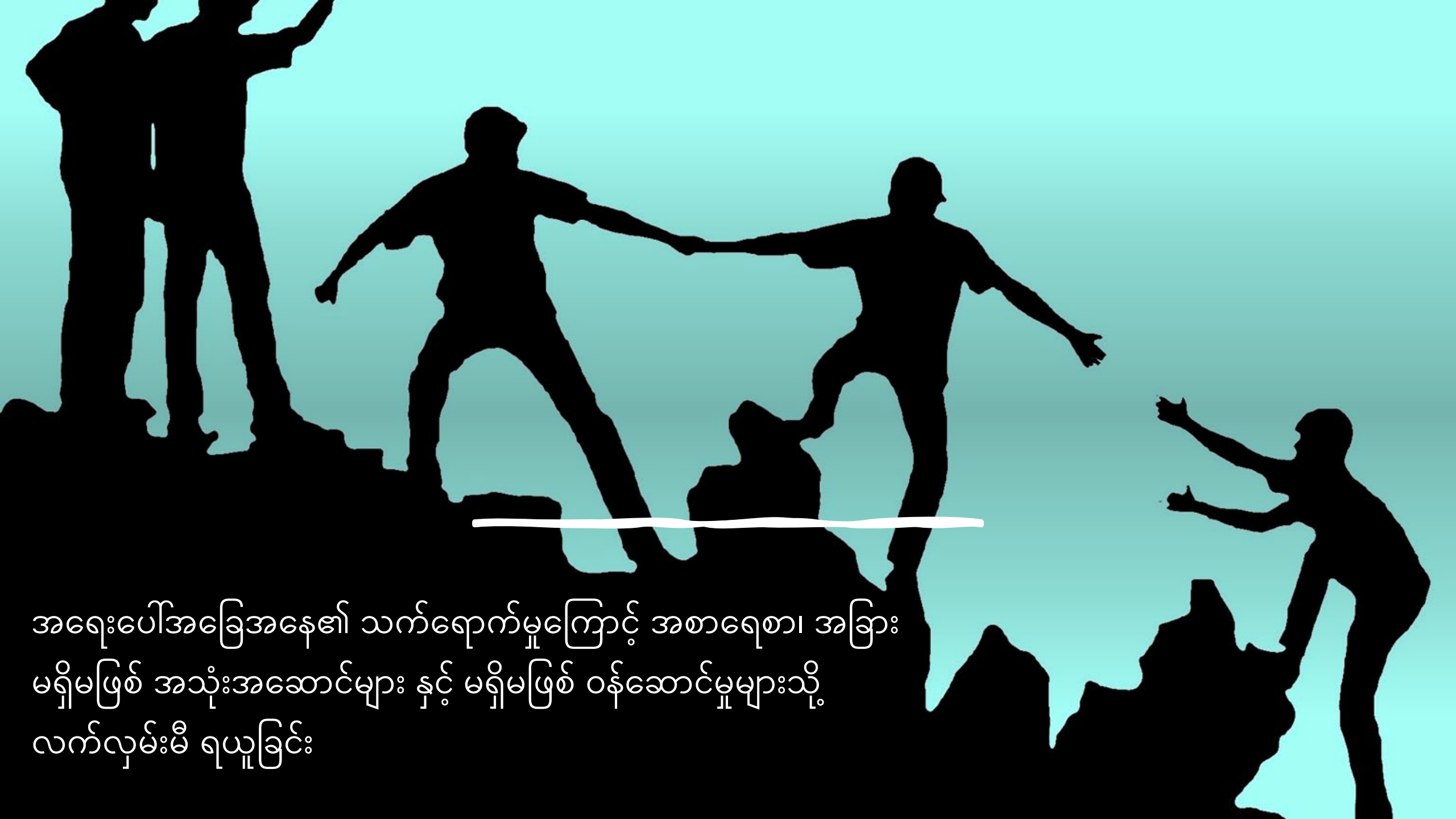
၃.၁ သတင်းအချက်အလက် နှင့် အခြေခံပစ္စည်းများ ပေးအပ်ခြင်း

အရေးပေါ်အခြေအနေကြောင့်
ထိခိုက်ခံစားရသူများတွင်
လိုအပ်သည့်အရာများ
ရှိနေနိုင်ပါသည်။





အရေးပေါ်အခြေအနေနှင့် ပတ်သက်သော သတင်း အချက်အလက်များ (ဥပမာ - ကယ်ဆယ်ရေး ကြိုးပမ်းမှုများ၊ ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိနိုင်မှု၊ မိမိကိုယ်ကို ဘေးကင်းအောင် နေထိုင်နည်း၊ ဒေသတွင်း နောက်ဆုံးရ သတင်းများ၊ အလုပ်အပေါ် သက်ရောက်နိုင်မှု၊ အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် ကျန်းမာရေး ထိန်းသိမ်းရန်၊ အပြုသဘော ဆောင်သော လက်ခံရရှိဆိုင်နည်းများ၊ သူတို့၏ ဥပဒေ အရ ရပိုင်ခွင့်များ စသည်)



အရေးပေါ်အခြေအနေ၏ သက်ရောက်မှုကြောင့် အစာရေစာ၊ အခြား
မရှိမဖြစ် အသုံးအဆောင်များ နှင့် မရှိမဖြစ် ဝန်ဆောင်မှုများသို့
လက်လှမ်းမီ ရယူခြင်း

လူတစ်ဦး သေဆုံးသည့်အခါ ဘဝနိဂုံး ဓလေ့ထုံးစံများ
ဆောင်ရွက်နိုင်စေခြင်း



အရေးပေါ်အခြေအနေကြောင့် အဓိက စောင့်ရှောက်ပေးနေသူများမှ မစောင့်ရှောက်နိုင်သည့်အခါ (ဥပမာ - ပျောက်ဆုံးနေခြင်း၊ ဆေးရုံတက်နေရခြင်း၊ သီးခြားခွဲနေရခြင်း) မှီခိုသူများ (ဥပမာ - ကလေးများ) အား စောင့်ရှောက်နိုင်မှုကို သေချာစေမည့် နည်းလမ်းများ



သတင်းအချက်အလက် နှင့် အခြေခံပစ္စည်းများကို သင်ကိုယ်တိုင် ပေးအပ်ခြင်း

ရပ်သူရွာသားများ အကူအညီလိုသည့်အခါ သင်သည် သူတို့ ဦးစွာ ဆက်သွယ်နိုင်သောသူများထဲမှ တစ်ဦး ဖြစ်နေနိုင်သည်။ သို့သော် သင်သည် သူတို့ လိုအပ်သော သတင်းအချက်အလက်အားလုံးကို မပေးနိုင်ဘဲ ရှိနိုင်သည်။



ထိုသို့သော အခြေအနေတွင် သင့် အနေနှင့် အကန့်အသတ်ရှိနေသည် သိရှိရန် အရေးကြီးသည်။

- သင်သည် ဒေသ၏ နောက်ခံအခြေအနေများကို သိရှိထားပါသလား။
- သင်သည် သူတို့လိုအပ်နေသော ပစ္စည်းနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို လက်လှမ်းမီရယူနိုင်ပါသလား။
- သင်သည် တစ်စုံတစ်ဦးကို သူတို့ လိုအပ်သောအရာများ ရရှိအောင် ကူညီပေးနိုင်ပါသလား။



သတင်း
အချက်အလက်များ
ပေးအပ်ခြင်း

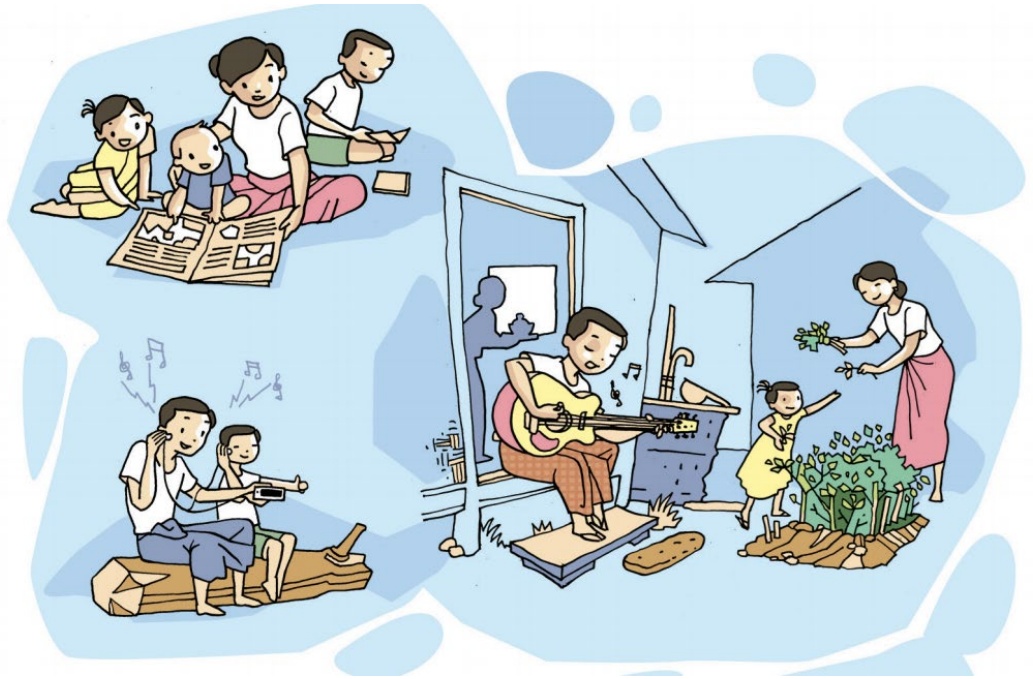



အရေးပေါ်အခြေအနေတွင် သတင်းအချက်အလက်
အမှားများနှင့် ကောလဟလများ ပျံနှံ့တတ်ပါသည်။

ရှင်းလင်းချ တိကျမှန်ကန်သော သတင်းအချက်အလက်များ ပေးရန်

အလွယ်တကူ နားလည်နိုင်မည့် ရှင်းလင်း တိကျသော အသုံးအနှုန်းကို သုံးပါ။ အသက်အရွယ်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးမှုအဆင့်တို့နှင့် လိုက်လျောညီထွေသည့် စကားလုံးများ သုံးကြောင်း သေချာပါစေ။ သင်၏ သတင်းအချက်အလက်များသည် ယုံကြည်ကိုးစားနိုင်ကြောင်း သေချာပါစေ။





သင့်လျော်သည့် ဘာသာစကားများဖြင့်
ရုပ်ပုံများထည့်သွင်း၍ ရေးသားထားသော
အထောက်အကူပစ္စည်းများကို အသုံးပြု
နိုင်အောင် ကြိုးစားပါ။



လိုအပ်ပါက ဘာသာပြန်ပေးမည့်သူ
တစ်ဦးကို အသုံးပြုပါ။



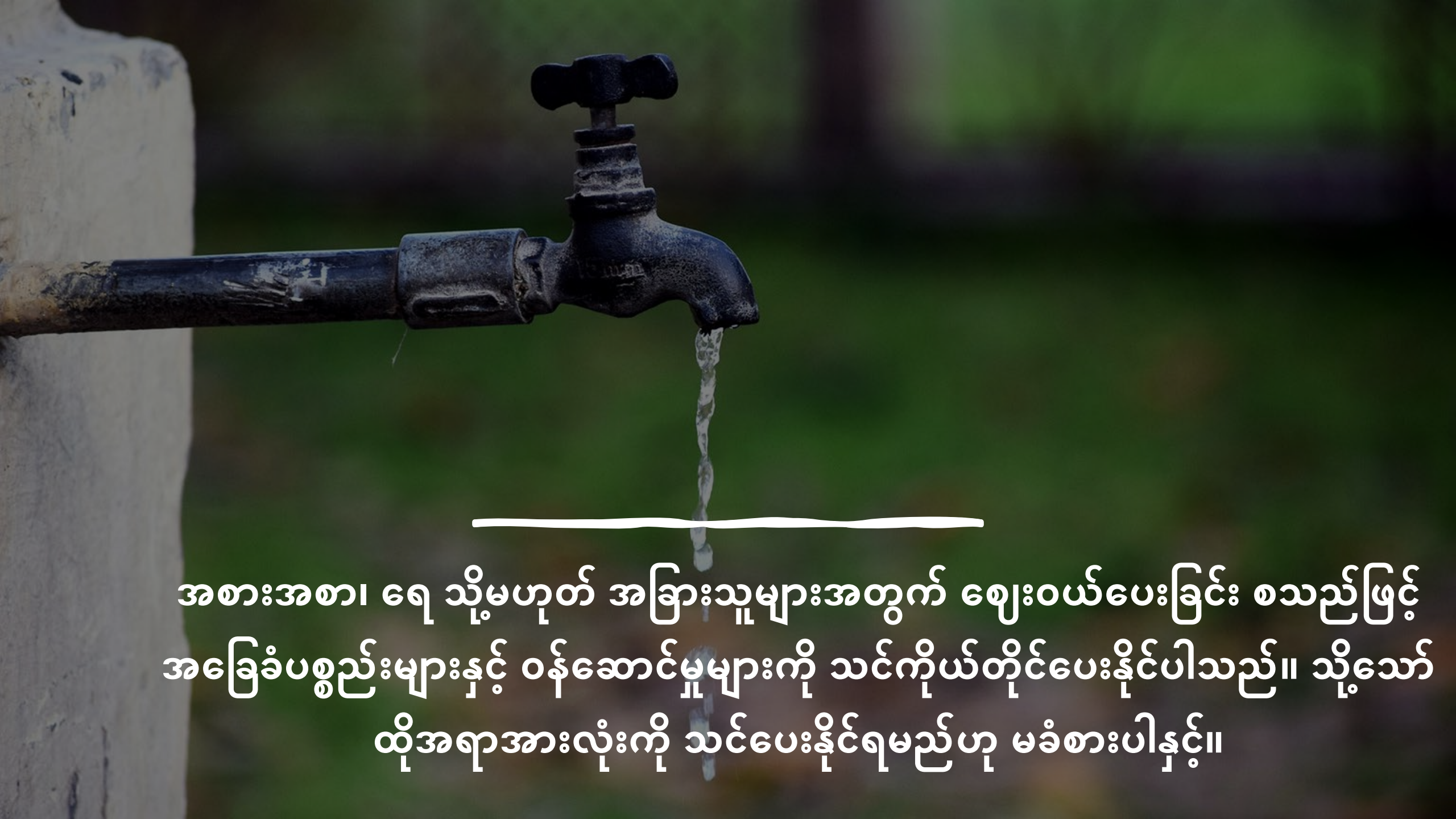
တစ်ခုခုကို သင်မသိရှိပါက မှန်းဆ၍
ပြောမည့်အစား မသိကြောင်း ရိုးသားစွာ ပြောပါ။



အရေးပေါ်အခြေအနေသည် လျှင်မြန်စွာ
ပြောင်းလဲနေပါက ဒေသ၏ နောက်ဆုံးရ
သတင်းအချက်အလက်များကို
မျက်ခြေမပြတ် သိရှိအောင်နေပါ။

အခြေခံပစ္စည်းများ သို့မဟုတ် ဝန်ဆောင်မှုများ ပေးအပ်ခြင်း





အစားအစာ၊ ရေ သို့မဟုတ် အခြားသူများအတွက် စျေးဝယ်ပေးခြင်း စသည်ဖြင့် အခြေခံပစ္စည်းများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို သင်ကိုယ်တိုင်ပေးနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ထိုအရာအားလုံးကို သင်ပေးနိုင်ရမည်ဟု မခံစားပါနှင့်။

- သင့်အဖို့ မည်သည်က ဖြစ်နိုင်ပြီး မည်သည်က မဖြစ်နိုင်သည်ကို သိရှိသတိပြုပါ။
- ပစ္စည်းများ မဝယ်ယူမီ သူတို့နှင့် အတည်ပြုချက်ယူပါ။



အချိန်တိုင်းတွင် သင်ကိုယ်တိုင်၏ ကျန်းမာရေး နှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး အတွက် လိုအပ်သော ကာကွယ်မှုများ ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် သတိရပါ။



မော်ဂျူး (၃)

၃.၂ အခြားသူများအား လက်တွေ့ကျသော အကူအညီများ ပေးအပ်ခြင်း



လက်တွေ့အကူအညီများပေးနေသည့်
အခြားသူများနှင့် ချိတ်ဆက်ပါ။



လိုအပ်သည့် ဝန်ဆောင်မှုများ သို့မဟုတ် ပစ္စည်းများကို သင် တိုက်ရိုက်
မပေးနိုင်ဘဲ အခြားဝန်ဆောင်မှုပေးသူများက ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သည့်
အခြေအနေများလည်း ရှိပါသည်။

ရပ်ရွာလူထုနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများ၊ အကူအညီများကို ချိတ်ဆက်ပေးခြင်းမှာ ပံ့ပိုးကူညီရာတွင် မရှိမဖြစ်သော အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သည်။





ထိရောက်စွာ ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်ရန် သင့်တို့၏
နယ်မြေဒေသတွင် လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေသော
အဖွဲ့အစည်းများအားလုံး နှင့် ထိုအဖွဲ့များသို့
မည်သို့ဆက်သွယ်ရမည်ကို
စာရင်းပြုလုပ်ထားပါ။

ဖော်ထုတ်ပါ



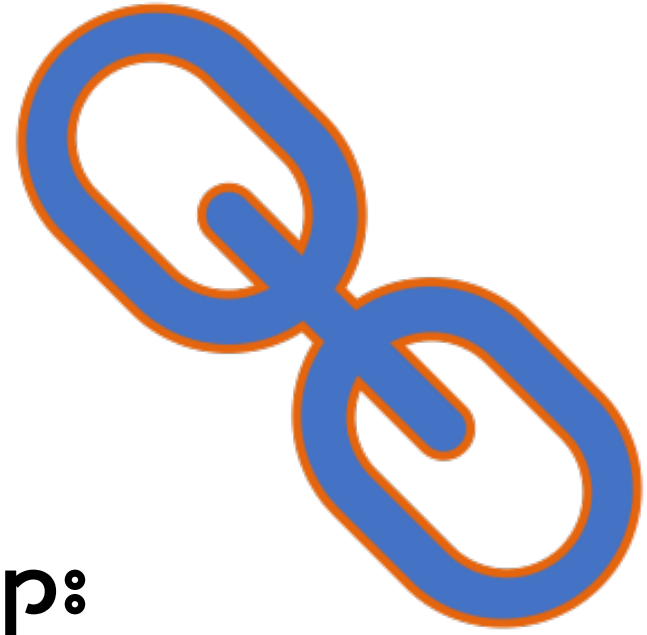
- သူတို့၏ လူမှုရေး အကူအညီများ ဖော်ထုတ်ပါ (ဥပမာ - မိသားစု၊ မိတ်ဆွေများ နှင့် အိမ်နီးချင်းများ)
- ဒေသအတွင်းရှိ ဝန်ဆောင်မှုပေးသူများကို ဖော်ထုတ်ပါ (ဥပမာ - အစိုးရမဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်းများ၊ လူထုအခြေပြုအဖွဲ့အစည်းများ နှင့် ဘာသာရေး အဖွဲ့အစည်းများ စသည်)

မေးမြန်းပါ

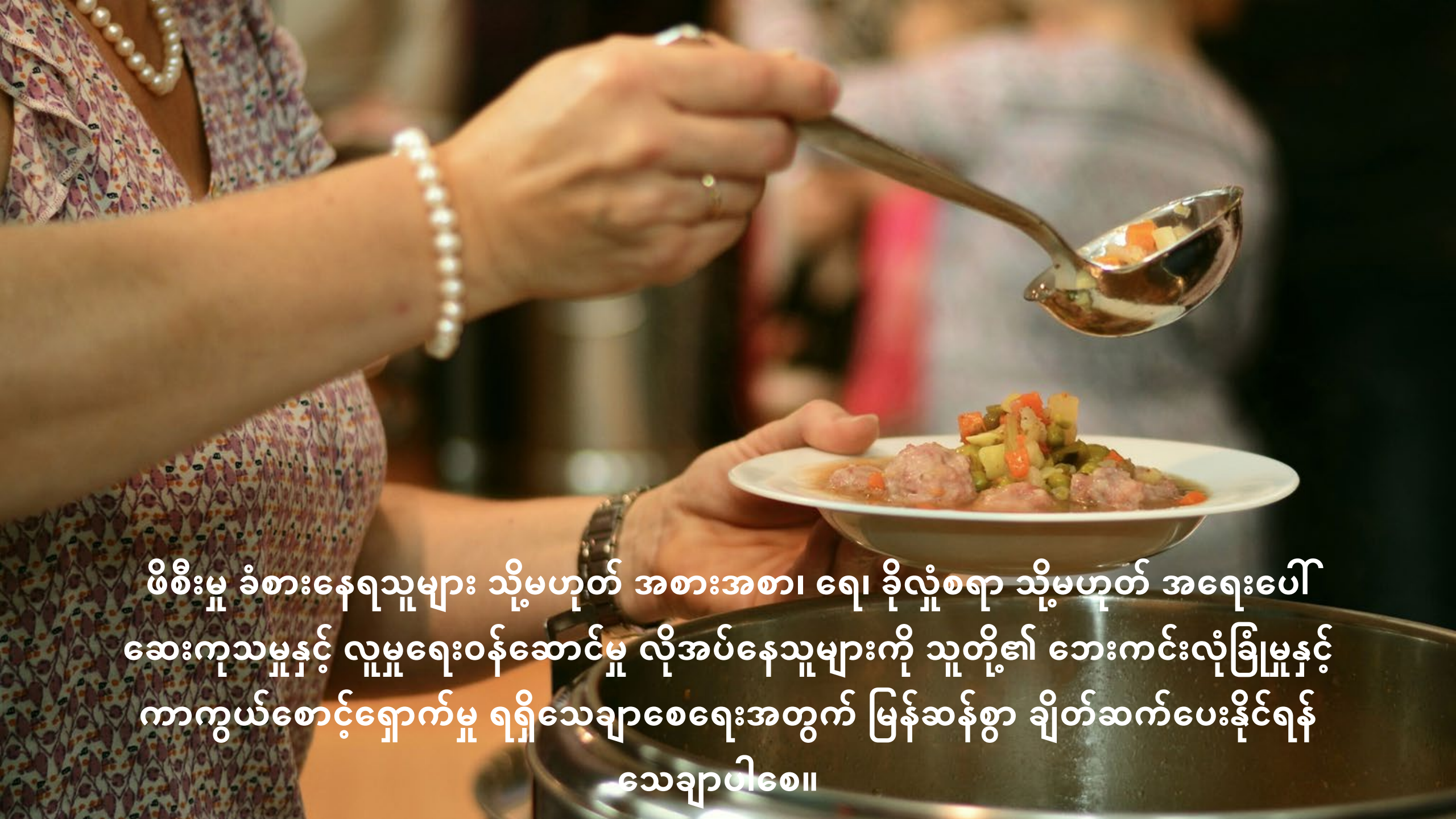


- အကူအညီအတွက် ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိထားသော ရင်းမြစ်များသို့ သွားလိုခြင်း ရှိမရှိ သူတို့အား မေးမြန်းပါ။
- ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိထားသော ရင်းမြစ် ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ အဖွဲ့အစည်းများအား မေးမြန်းပါ။

ချိတ်ဆက်ပါ



- ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိထားသော ရင်းမြစ်များထံ ဆက်သွယ်နိုင်မည့် အသေးစိတ်အချက်အလက်များ ပေးပါ။
- ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိထားသော ရင်းမြစ်များနှင့် ဖိစီးမှု ခံစားနေရသူများကို ဆက်သွယ်ပေးပါ။



ဖိစီးမှု ခံစားနေရသူများ သို့မဟုတ် အစားအစာ၊ ရေ၊ ခိုလှုံစရာ သို့မဟုတ် အရေးပေါ်ဆေးကုသမှုနှင့် လူမှုရေးဝန်ဆောင်မှု လိုအပ်နေသူများကို သူတို့၏ ဘေးကင်းလုံခြုံမှုနှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှု ရရှိသေချာစေရေးအတွက် မြန်ဆန်စွာ ချိတ်ဆက်ပေးနိုင်ရန် သေချာပါစေ။


သင် သဘောတူပါက ထိုသူများအတွက် နောက်ဆက်တွဲ
ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

မော်ဂျူး (၃)

၃.၃ လက်တွေ့ကျသော အကူအညီများ ပေးအပ်ခြင်း - အခြားသူများအား မိမိတို့ကိုယ်ကို ကိုယ်တိုင် စောင့်ရှောက်စေနိုင်ရေးအတွက် ကူညီခြင်း

အခြားသူများအား မိမိကိုယ်ကိုယ် ကိုယ်တိုင် စောင့်ရှောက်စေနိုင်ရေး အတွက် ကူညီခြင်း





လူများ ကောင်းစွာ လှုပ်ရှားလုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက် သူတို့၏ဘဝတွင်
အချို့အရာများကို စီမံထိန်းချုပ်နိုင်သေးသည်ဟူသော ခံစားချက်ကို
လိုအပ်ပါသည်။


အခြားသူများကို အကောင်းဆုံး ပံ့ပိုးပေးနိုင်သည့် နည်းလမ်းမှာ
သူတို့ကိုယ်သူတို့ ကူညီနိုင်အောင် ကူညီပံ့ပိုးပေးခြင်းပင် ဖြစ်သည်။



ထို့ကြောင့် သတင်းအချက်အလက်များနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကို သူတို့ကိုယ်တိုင် ရယူနိုင်စေရန်အတွက် လမ်းညွှန်ပေးခြင်း နှင့် လိုက်ပါဆောင်ရွက်ပေးခြင်းမှာ အရေးကြီးပါသည်။



ရပ်-စဉ်းစား-သွား နည်းစနစ်ကို အသုံးပြု၍ အခြားသူများကို ၎င်းတို့၏ ပြဿနာများအား ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ဖြေရှင်းနိုင်အောင် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

ရပ်-စဉ်းစား-သွား

ရင်



- လူတစ်ဦးကို ခေတ္တခဏရပ်၍ မည်သည့် ပြဿနာများသည် ၎င်းအတွက် အရေးတကြီး ဖြေရှင်းရန် အလိုအပ်ဆုံးဖြစ်မည်ကို စဉ်းစားနိုင်အောင် ကူညီပါ။
- ထိန်းချုပ်မှုစက်ဝန်းများကို အသုံးပြု၍ မည်သည့် ပြဿနာများသည် ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် စီမံထိန်းချုပ်နိုင်ကြောင်း ဖော်ထုတ်သိရှိနိုင်အောင် ကူညီပါ။

စဉ်းစား



- အရင်တုန်းက ဒီလိုပြဿနာမျိုးကို ကျော်လွှားနိုင်ဖို့ ဘာလုပ်ခဲ့ဖူးသလဲ။
- ဘာလုပ်ကြည့်ပြီးပြီလဲ။
- ဒီပြဿနာကို ဖြေရှင်းဖို့ ကူညီပေးနိုင်တဲ့သူ တစ်ဦးဦး ရှိသလား (ဥပမာ မိတ်ဆွေ၊ ချစ်ခင်သူ၊ အဖွဲ့အစည်း)။
- အသိတွေထဲမှာ ဒီလိုပြဿနာမျိုး ကြုံရတဲ့သူ ရှိသလား။ သူတို့ ဘယ်လို ဖြေရှင်းလဲ။

သွား



- ပြဿနာဖြေရှင်းနိုင်မည့် နည်းလမ်းတစ်ခုကို ရွေးချယ်၍ စမ်းလုပ် ကြည့်ရန် ကူညီပေးပါ။
- အလုပ်မဖြစ်ပါက နောက်တစ်နည်း ကြိုးစားကြည့်ဖို့ အားပေးပါ။
- လိုအပ်ပါက နောက်ထပ်ရင်းမြစ်များ ရယူနိုင်အောင် သင် လိုက်ပါကူညီနိုင်သည်။

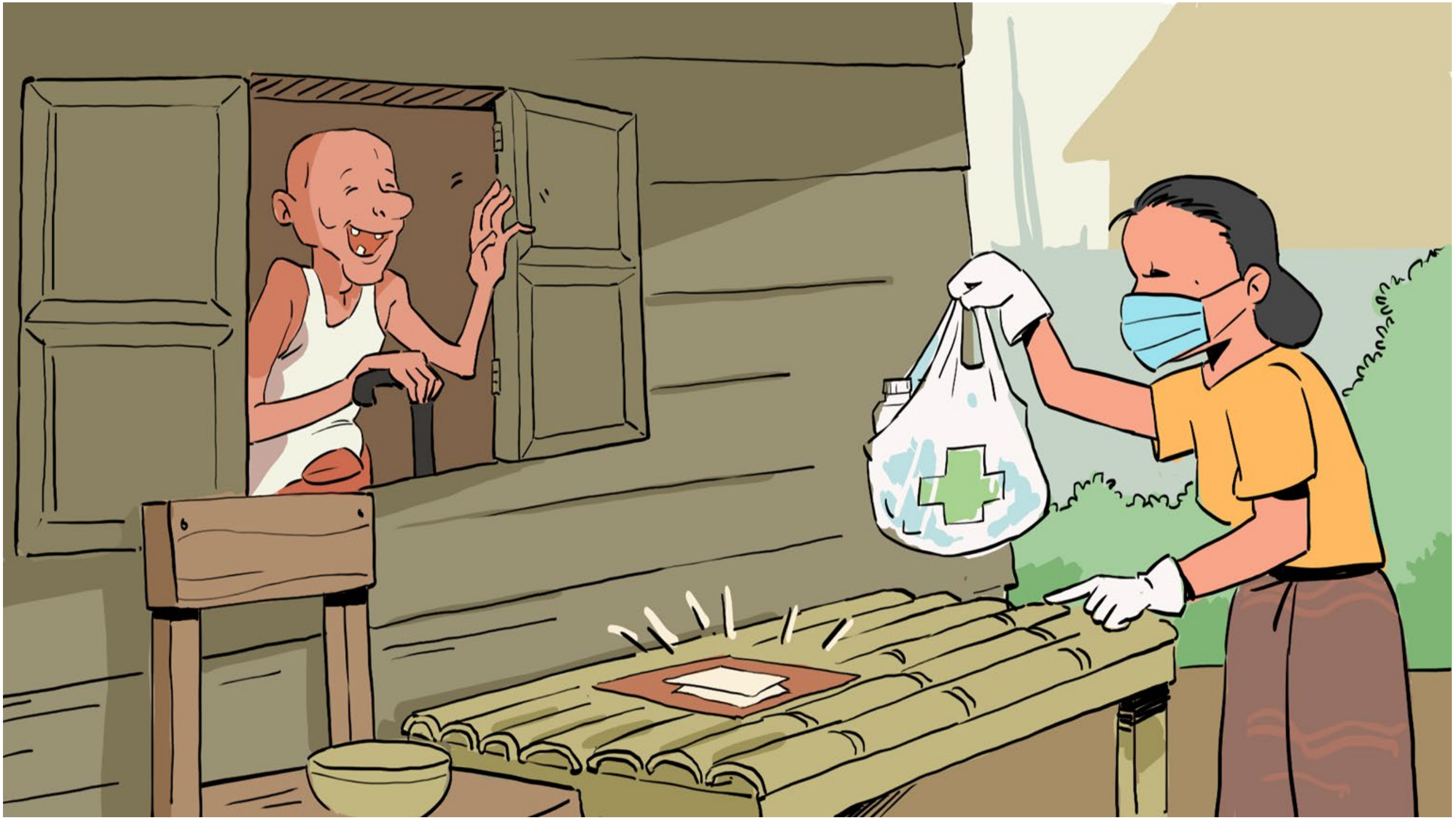
ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

စိတ်လှုပ်ရှားဖိုင်ရာ အထောက်အပံ့ပေးခြင်း အခြေခံကျွမ်းကျင်မှု





မစော ၏ ဖြစ်ရပ်က
အရေးပေါ်အခြေအနေကြောင့်
ထိခိုက်ခံစားရသူများအတွက် သူတို့၏
အခြေခံလိုအပ်ချက် များ နှင့်
အထူးလိုအပ်ချက်များအား ဖြည့်ဆည်းရန်
မည်သို့ကူညီရမည်ကို မော်ဂျူး (၃) တွင်
ယခုအထိ ဆွေးနွေးခဲ့ခြင်းကို
သရုပ်ဖော်ပြသည်။



ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

စိတ်လှုပ်ရှားဖိုင်ရာ အထောက်အပံ့ပေးခြင်း အခြေခံကျွမ်းကျင်မှု





မိုးညိုသည် ရပ်-စဉ်းစား-
သွား နည်းလမ်းကို
အသုံးပြုရန် မည်သို့
ကူညီပေးသည်ကို
ကြည့်ကြရအောင်။



THE "STOP" STEP



THE "THINK" STEP


NGO
THE "GO" STEP

မော်ဂျူး ၃ ဖြီးဟါဖြီ။

ဆက်လက်လေ့လာရန် - မော်ဂျူး ၄

Basic Psychosocial Skills +

A short course for frontline workers in Myanmar



This course is an adaptation of the online course “Basic Psychosocial Skills: a short course for First Responders in Sri Lanka” produced by The Asia Foundation and The Good Practice Group, with support from the Lotus Circle. The content for the Sri Lanka course (https://psychosocialskills.teachable.com/) was adapted from the Inter-Agency Standing Committee publication “Basic Psychosocial Skills: A Guide for COVID-19 Responders”.

This translation/adaptation was not created by the Inter-Agency Standing Committee (IASC). The IASC is not responsible for the content or accuracy of this translation/adaptation. Additional material has been included in this adaptation. The original English edition ‘Inter-Agency Standing Committee. Basic Psychosocial Skills: A Guide for COVID-19 Responders.’ published in 2020, shall be the binding and authentic edition: https://app.mhpss.net/resource/basic-psychosocial-skills-a-guide-for-covid-19-responders

This translation/adaptation is published under the same license as the original publication and the subsequent adaptation: CC BY-NC-SA 3.0 IGO (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/)

Pictures included in this training have been provided by UNFPA Myanmar

MODULE GUIDE



Module 3

Offering Practical Support

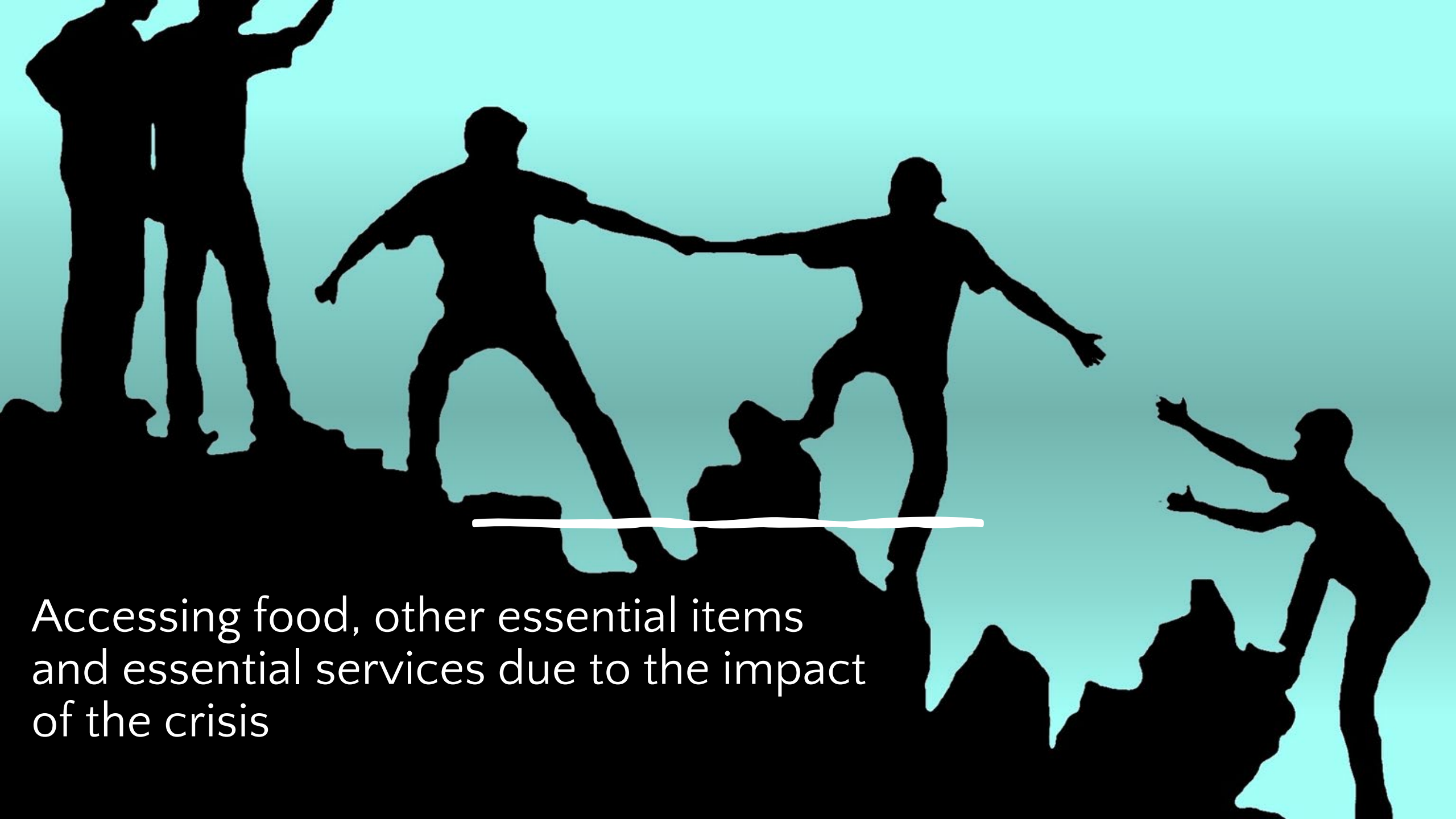
3.1 Providing information and basic items

PEOPLE AFFECTED BY crisis situations MAY HAVE NEEDS





Information related to the crisis (e.g. relief efforts, access to services, how to keep themselves safe, updates for the local area, impact on work, maintaining good health during the crisis, positive coping methods, their legal rights et.)



Accessing food, other essential items and essential services due to the impact of the crisis

Access to perform final rituals when someone has died.



Ways to ensure that dependents (e.g. children) are looked after if the main caregiver is unable to care for them because of the crisis (eg. missing, in hospital or isolation.)



OFFERING INFORMATIO N OR BASIC ITEMS YOURSELF

You might be one of primary contacts people reach out to when they need support, but you may not be able to provide all the information they require.



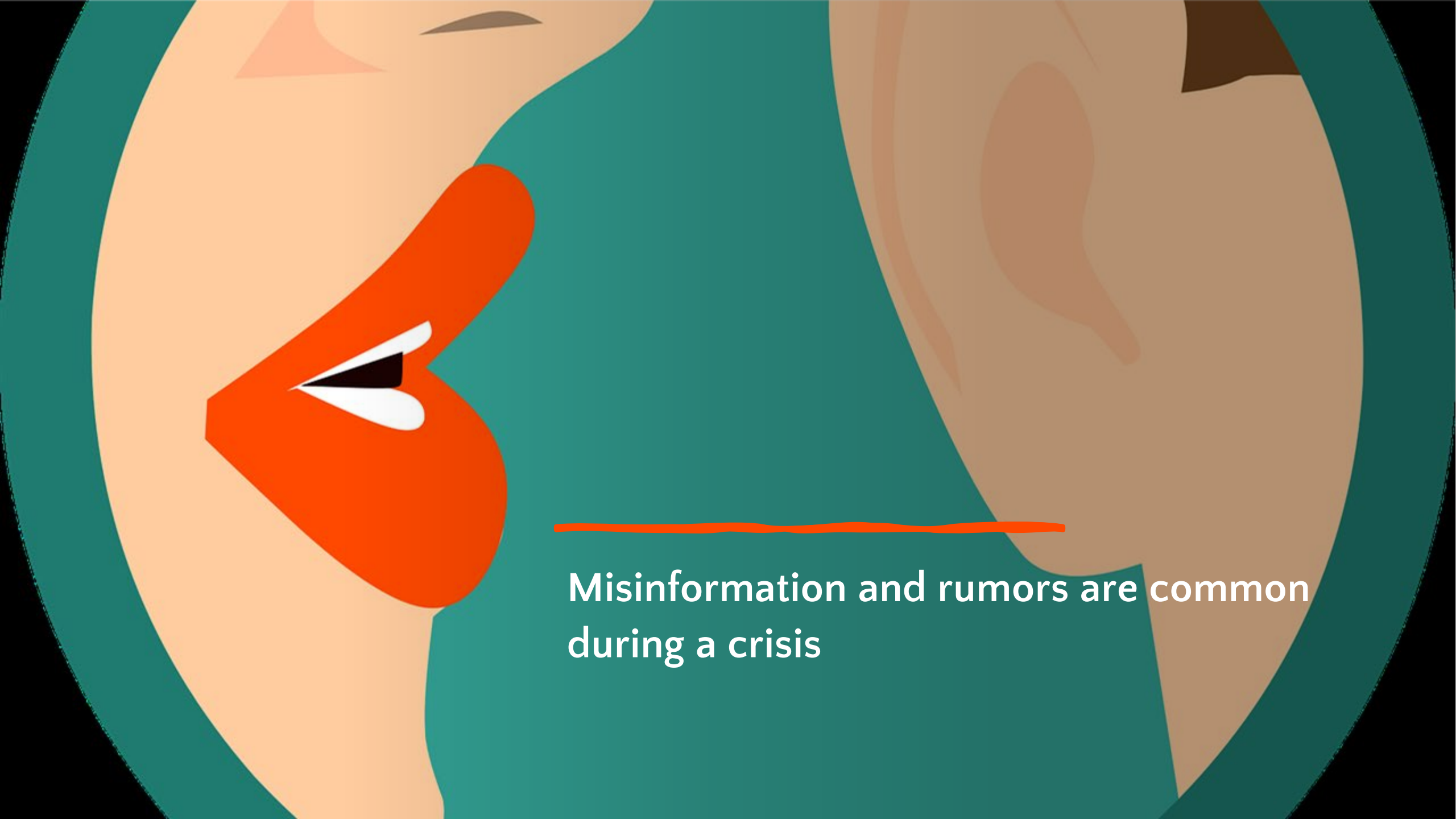
In such instances it is important to know your limitations

- Are you aware of the local context?
- Do you have access to goods and services they require?
- How can you help someone to get what they require?



Providing Informati on

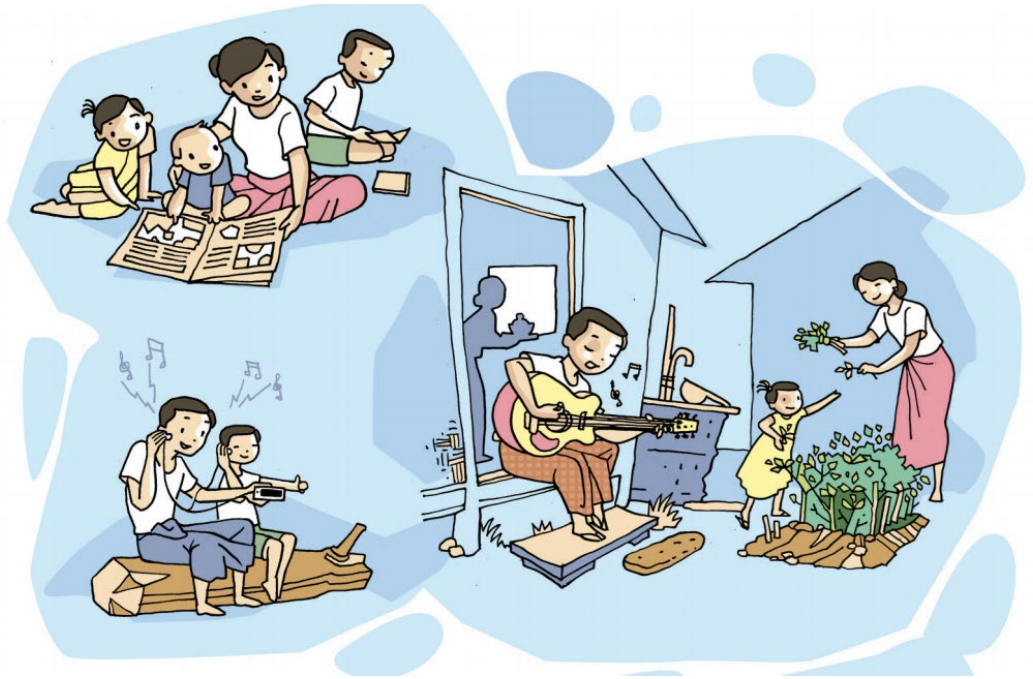



Misinformation and rumors are common during a crisis

To provide clear and Accurate information

Use clear, concise language that will be easily understood. Be sure to use words that are age and developmentally appropriate. Avoid any jargon or technical language. Make sure your information is reliable and trusted.





Try to have written materials in relevant languages with visual aids.

When needed, have a translator present.





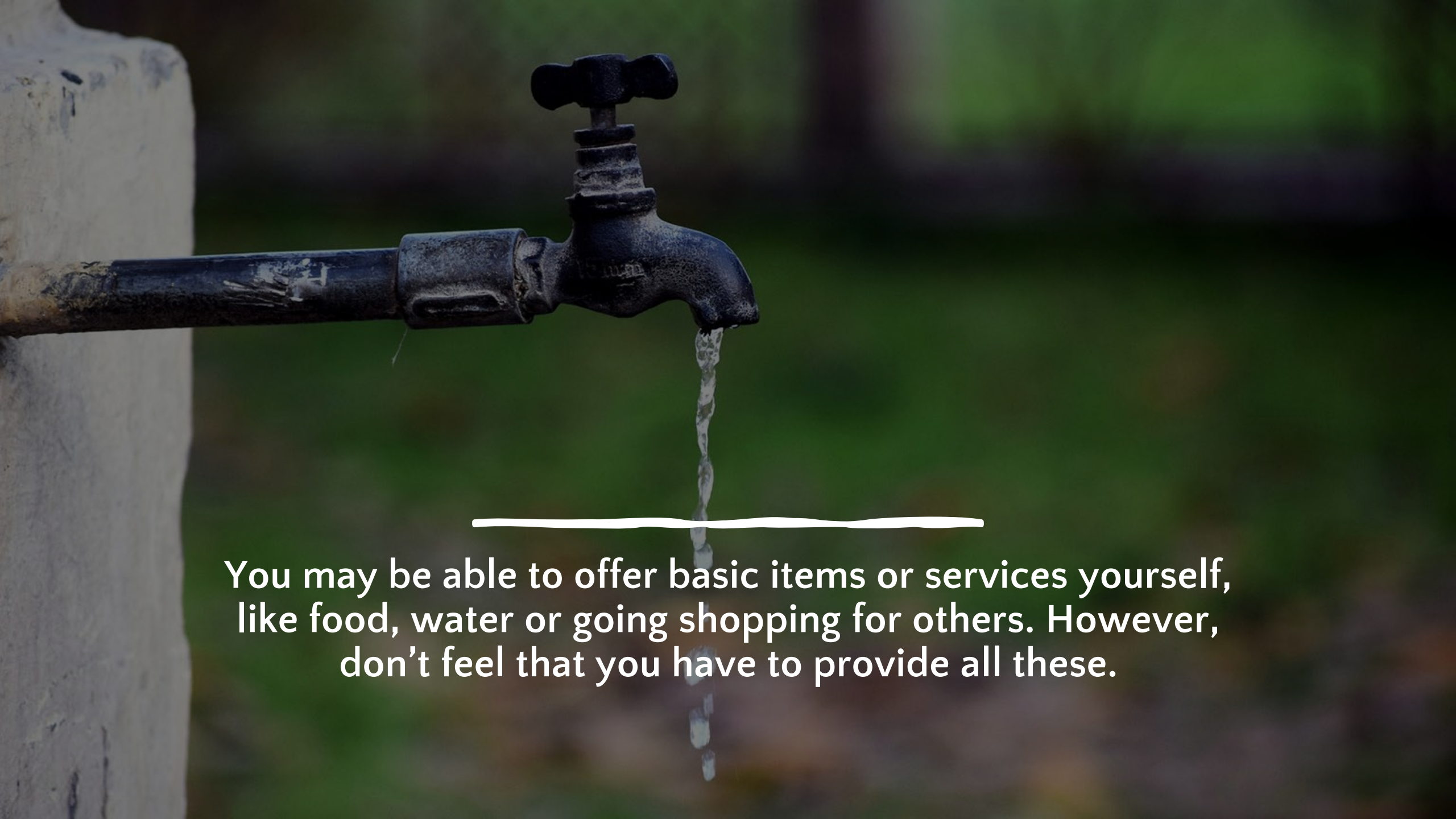
If you do not know something, be honest about this rather than trying to guess.

Keep yourself updated on local information as crises situations rapidly change.



Providing basic Items or Services





You may be able to offer basic items or services yourself, like food, water or going shopping for others. However, don’t feel that you have to provide all these.

- Be aware of what is possible for you and what is not.
- Verify the materials with them before you buy the items



Remember, at all times, to take the necessary precautions for your own health and safety.



Module 3

3.2 Offering practical support to others



LINKING TO OTHERS PROVIDING PRACTICAL SUPPORT



There are instances when you can’t provide the services or items needed directly, but other service providers can.

Linking people to services and supports is an essential part of helping.





To link effectively, make a list of all the organizations operating in your area and how to access them.

IDENTIFY



- Identify their social support (e.g.: family, friends & neighbors)
- Identify local service providers (e.g.: Non Governmental Organizations, Community based organizations and religious organizations etc.)

ASK



- Ask them whether they would prefer going to the identified resource for support
- Ask the identified resources person or organization

LINK



- Provide contact details of the identified resources
- Connect identified resource to the person in distress



Make sure to quickly link people in distress or those who need food, water, shelter or urgent medical or social services to ensure their safety and protection.


Follow up with people if you agree to do so!

Module 3

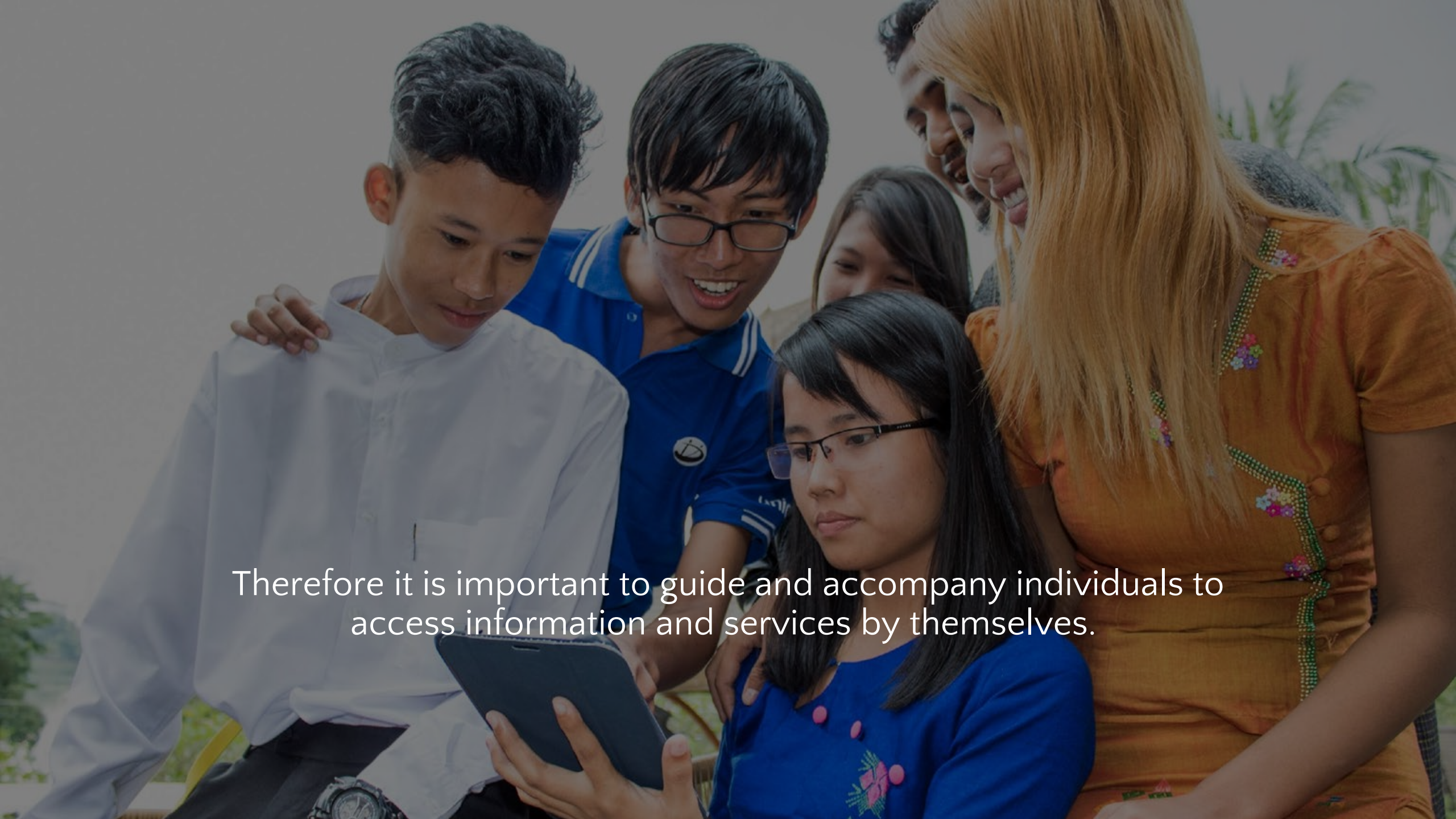
3.3 Offering Practical Support : Helping others to help themselves

Helping others to help themselves




For people to function well, they often need to feel that they have some control in their lives.


The best way to support others is to help them to help themselves.


Therefore it is important to guide and accompany individuals to
access information and services by themselves.







The **STOP-THINK-GO** method can be used to support others to manage their own problem

Stop-Think-Go

Stop



- Help the person to take a pause, and consider what problems are most urgent.
- Help the person to use the circles of control to identify and choose a problem which they can do something about.

Think



- What have you done in the past to overcome problems like this?
- What have you already tried doing?
- Is there someone who can help with managing this problem (e.g. friends, loved ones or organizations)?
- Do other people you know have similar problems? How have they managed?

Go



- Help the person to choose a way to manage the identified problem and try it out.
- If it doesn’t work, encourage the person to try another solution.
- You could also accompany the person to access additional resource if needed

Case Study

Basic Psychosocial Skills +





Pasaw’s case illustrates what has been discussed so far in module three how to support people affected by crisis situations by addressing thor basic and particular needs.



Case Study

Basic Psychosocial Skills +





Let’s look at how Mo Nyo is supporting to use the Stop-Think-Go method.



THE "STOP" STEP



THE "THINK" STEP


NGO
THE "GO" STEP

Module 3 Complete

Next: Module 4