Шаболтас А. В. Психологические основы превенции ВИЧ-инфекции
https://doi.org/10.21638/11701/9785288062360

Приложение 14. Программа тренинга для лидеров общественного мнения (ЛОМ) по первичной профилактике ИППП и ВИЧ на уровне сообществ

https://doi.org/10.21638/11701/9785288062360.App14

Введение

Эпидемия ВИЧ/СПИД в большой степени остается неконтролируемой во многих частях мира и в России в частности. В настоящее время в нашей стране наблюдается рост новых случаев ВИЧ-инфекции среди молодежи и подростков. Резко возросший уровень венерических заболеваний — также широко распространенная проблема, которая ведет к бесплодию и увеличению риска заражения ВИЧ. Эффективные индивидуальные превентивные подходы оказываются недостаточно быстрыми для того, чтобы остановить эпидемию, а также требуют больших финансовых затрат. Вмешательства, направленные на изменение поведения на уровне сообщества, обладают хорошим потенциалом для того, чтобы охватывать большие группы людей, являются экономически выгодными и пригодными для внедрения даже в странах с ограниченными ресурсами.

Лидеры общественного мнения и их роль в первичной превенции

Данная программа интервенции предполагает включение лидеров общественного мнения (ЛОМ) в качестве агентов (проводников) поведенческих изменений для своих друзей и соседей по сообществу. Данная программа прошла апробацию и оценку эффективности в рамках лонгитюдного исследовательского проекта, реализованного в пяти странах. Исследование показало, что программа позволяет усилить нормы безопасного сексуального поведения, а также влияет на снижение риска в сфере здоровья в сообществах студенческой молодежи, проживающей в общежитиях Санкт-Петербурга. Поведенческие нормы в сообществе можно постепенно изменить в сторону здоровьесберегающего поведения по мере изменения поведения тех людей, которые усваивают превентивные установки и сообщения ЛОМ.

Содержание интервенции

Основным элементом интервенции является подготовка (тренинг) групп лидеров для распространения сообщений, направленных на снижение риска, в ходе повседневных разговоров внутри естественных социальных сетей.

Обзор тренинга

Целью программы превенции с использованием ЛОМ является не только изменение рискованного поведения самих ЛОМ. Это превентивная программа, в ходе которой ЛОМ обучаются тому, как они могут передавать профилактические сообщения в отношении

ВИЧ/ИППП своим друзьям и соседям в повседневных разговорах. Активные компоненты, определяющие успех воздействия ЛОМ, — это формирование мотивации, обучение ЛОМ и их привлечение к инициации и передаче сообщений, обеспечивающих снижение риска заражения ВИЧ/ИППП, своим друзьям и знакомым в повседневных разговорах. Эффективность этого подхода основана на содействии и помощи ЛОМ осознать проблему ВИЧ/ИППП и СПИДа в их сообществе, а потом передавать данную информацию и превентивные навыки в разговорах с другими людьми, сообщая о том, что они узнали и что планируют сделать.

По этой причине ЛОМ должны узнать не только основные факты снижения риска ВИЧ-инфекции, но и примеры эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП, которые помогут их друзьям и соседям серьезно изменить свое поведение. Во время этих занятий ЛОМ нужно научить, как давать своим друзьям практические советы по снижению риска. Потом после каждого занятия ЛОМ необходимо помочь запланировать и провести превентивные разговоры с друзьями. Каждое из пяти занятий нацелено на оказание вам помощи в обучении ЛОМ реализации этих профилактических целей в своих сообществах.

Обучение ЛОМ осуществляется в ходе пяти занятий, причем каждое занятие занимает примерно 90–120 мин и включает представление, обсуждения и практические занятия в зависимости от количества участников, присутствующих на каждом занятии. Занятия могут проводиться с участием 8–15 человек (мальчики и девочки вместе) и по крайней мере с двумя ведущими (мужчиной и женщиной). Подобные группы являются хорошо управляемыми, а также обеспечивают ЛОМ достаточные возможности репетировать и проводить ролевые игры, посвященные различным стратегиям ведения разговоров о профилактике ВИЧ-инфекции и ИППП. Занятия по обучению ЛОМ должны проводиться в подходящем (удобном) месте и во время, удобное для набранной группы. Рекомендуемый срок проведения — 1–2 раза в неделю. После того как ЛОМ узнают на занятиях о проблеме ВИЧ/ИППП, поймут и усвоят эффективные профилактические сообщения и попрактикуются в разговорах в условиях тренинга, их просят провести реальные разговоры с друзьями и соседями в интервалах между сессиями. Поскольку объектом превенции в данной программе являются лица, посещающие те же места в сообществе, где набираются ЛОМ, нужно особенно поощрять разговоры ЛОМ с теми друзьями, знакомыми и соседями, которые являются постоянными или случайными посетителями именно этих мест.

Занятие 1. Введение в программу

Главная цель первого занятия — дать понять ЛОМ, что они привлекательны и популярны и могут сыграть критическую роль, помогая другим защититься от ВИЧ и ИППП посредством общения и разговоров с ними. Ведущие представляют программу тренинга для лидеров и роль ЛОМ в их сообществе. В ходе обсуждений и в виде раздаточных печатных материалов всем участникам предоставляется точная информация о ВИЧ-инфекции и ИППП. Рассматривается степень распространения заболеваний в глобальном и местном масштабах. Дается домашнее задание и рассказывается о следующем занятии.

Занятие 2. Создание эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП

Сначала ЛОМ просят поделиться опытом относительно домашнего задания. Второе занятие строится на основе первого занятия путем рассмотрения неправильных представлений о ВИЧ-инфекции. ЛОМ учат, как исправлять неправильные представления их друзей о риске заражения ВИЧ и ИППП. На этом занятии также представляется техника

использования презервативов и ЛОМ практикуются в его применении. Представляются также характеристики эффективных сообщений по профилактике ВИЧ-инфекции. Особое внимание уделяется важности высказываний «от первого лица», а также тому, как ЛОМ могут рекомендовать другим людям конкретные способы избегания риска. Ведущие демонстрируют примеры моделей эффективных сообщений по профилактике ВИЧ-инфекции и ИППП, а затем и сами ЛОМ проводят ролевые игры в виде возможных разговоров, которые они потом будут вести с друзьями. Каждого ЛОМ просят до следующего занятия попробовать передать эффективное профилактическое сообщение четверым друзьям и соседям. Для создания информированности о проекте в местах проведения будут на видных местах размещены бросающиеся в глаза плакаты с логотипом проекта. В конце сессии будет предоставлена возможность для индивидуальных вопросов и консультирования.

Занятие 3. Обсуждение опыта участников и моделирование

Это занятие начинается с рассмотрения опыта ЛОМ по передаче сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП четверым друзьям или знакомым. Потом будут рассмотрены характеристики эффективных профилактических сообщений. Ведущие моделируют различные разговоры, используя разные стратегии для неофициальной и естественной передачи эффективных сообщений в повседневных разговорах. После каждого моделирования примера разговора ЛОМ просят обсудить, что им понравилось, а что нет в этом разговоре. В конце занятия ЛОМ просят найти восемь или более человек, с которыми они согласны начать разговор. Внимание будет в основном уделяться разговорам с теми людьми, которые живут или посещают места проживания, учебы или работы, где были отобраны ЛОМ. В ходе занятия ЛОМ просят спланировать свой подход к каждому человеку и что они будут говорить. В качестве домашнего задания каждого ЛОМ просят до следующего занятия провести разговоры по профилактике ВИЧ/ИППП с этими 8 лицами. Участники тренинга получают фирменную одежду или элементы одежды (пуговицы, бейсболки, футболки и т. п.) с символикой проекта уже вывешенной в местах проведения тренинга, чтобы другие люди могли задавать вопросы каждому ЛОМ о проекте, что создает дополнительные возможности для начала общения и разговоров. В конце сессии будет предоставлена возможность для индивидуальных вопросов и консультирования.

Занятие 4. Включение эффективных профилактических сообщений в повседневные разговоры

Занятие начинается с обсуждения разговоров, проведенных ЛОМ после предыдущего занятия в своем окружении. Ведущим следует вести групповое обсуждение таким образом, чтобы определять успешные разговоры и стратегии, которые можно применять в будущем при возникновении препятствий или проблем. Остальная часть занятия посвящается тому, чтобы помочь ЛОМ включать эффективные сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП в повседневные разговоры и мотивировать их на активное продвижение своей роли в качестве сторонников профилактики и просветителей в области проблем ИППП и ВИЧ. В качестве домашнего задания ЛОМ снова просят найти еще 4 человек, с которыми они проведут беседы в течение следующего месяца. Участникам дается задание отмечать состоявшиеся разговоры и людей на бланке отчета о своей активности. В конце сессии предоставляется возможность для индивидуальных вопросов и консультирования.

Занятие 5. Уроки лидеров

В ходе этого занятия лидерам предоставляется возможность обсудить дополнительную информацию о ИППП, ВИЧ и СПИДе. Отводится время для практики и ролевых игр по началу разговоров, умению давать советы, распространению превентивных сообщений. Участнику дается возможность спланировать распространение сообщений. В заключение состоится церемония завершения занятий (выдача сертификатов об успешном прохождении тренинга). Ведущим необходимо акцентировать внимание на продолжение активности лидеров в своих сообществах как просветителей и проводников здоровьесберегающего поведения. В случае планирования долгосрочных регулярных встреч для поддержки превентивной активности ЛОМ в конце занятия составляется план на предстоящую встречу/занятие.

ЗАНЯТИЕ 1. ВВЕДЕНИЕ В ПРОГРАММУ

Основные цели:

- Представить программу потенциальным лидерам общественного мнения, сформировать мотивацию и стимулировать их участие в качестве агентов превенции и изменения поведения для друзей и соседей в их сообществах.
- Объяснить, что все члены группы — особые люди, идентифицированные как популярные в их сообществах.
- Объяснить, что членов группы на следующих пяти собраниях группы научат, как просветить своих друзей в части профилактики ВИЧ-инфекции и помочь друзьям изменить рискованное поведение.
- Узнать о серьезности проблемы общественного здоровья, обусловленной распространением ВИЧ-инфекции в их сообществах.
- Предоставить участникам группы точную информацию о ВИЧ-инфекции, чтобы они могли делиться ею в своих сообществах.
- Познакомить ЛОМ с местными ресурсами, занимающимися проблемами ВИЧ-инфекции, ИППП и злоупотребления наркотиками.

Рекомендации для ведущих

Это первая встреча с группой лидеров общественного мнения (ЛОМ), и важно, чтобы вы установили позитивный, поднимающий настроение и воодушевляющий настрой обучения. Нужно внушить участникам желание активно участвовать в этой программе и принять на себя обязательства вести разговоры с другими людьми о снижении риска заражения ВИЧ-инфекцией.

Превентивная роль и влияние ЛОМ основано на идее о том, что привлекательные и уважаемые люди (лидеры общественного мнения) в сообществе могут помочь изменить поведение своих друзей, соседей и знакомых путем откровенных разговоров и поддержки здоровьесберегающего поведения, включая использование презервативов и защищенного секса. Концепция превенции в данном случае основана на том, что лидеры общественного мнения в сообществе играют центральную роль в формировании социальных и индивидуальных норм поведения, в частности в области профилактики ВИЧ/СПИД.

Как уже было сказано, ваша роль — предоставить точную информацию и мотивировать ЛОМ разговаривать с как можно большим количеством людей с целью формирования здоровьесберегающего общественного мнения.

В ходе занятий с лидерами помните следующее:

— сообщения должны быть позитивными. Ваша задача — внушить ЛОМ желание принять на себя роль, которую они могут играть по защите своего сообщества от ВИЧ/СПИД;
— поощряйте разговоры ЛОМ о том, какое влияние окажет обучение на их жизнь. Информация, предоставляемая этой программой, полезна только в том случае, если ЛОМ могут применить ее в реальных жизненных ситуациях;
— при планировании программы тренинга подумайте о том, как адаптировать эту активность ЛОМ для сообщества таким образом, чтобы она была более значимой (например, можно использовать информацию о примерах рискованных ситуаций и мест, характерных для конкретного сообщества, говорить о совместном опыте ЛОМ в группе, использовать местные термины для ИППП и т. п.).

План занятия:

1. Почему вы здесь?
2. Описание программы.
3. Возможности и ответственность.
4. Установление норм и правил прохождения групповых занятий.
5. Представление участников.
6. Что такое СПИД?
7. Эпидемия СПИДа в мире и в вашем сообществе.
8. ВИЧ/ИППП можно предотвратить.
9. Справочная информация.
10. Ваша роль в профилактике ВИЧ/ИППП среди друзей.
11. Определение цели на следующую неделю.
12. План следующего занятия.

Следующий сценарий занятия приводится для облегчения вашей работы и вашего пользования. Вы не должны зачитывать его ЛОМ или использовать его дословно. Вам следует адаптировать его таким образом, чтобы чувствовать себя комфортно при обсуждении этих проблем с ЛОМ. Вы должны сделать его искренним, естественным и подходящим для сообщества. Сценарий тренинга будет более эффективен, если удастся привязать его к опыту ЛОМ.

1. **Почему вы здесь?**

Ведущие представляются группе (сейчас не нужно просить участников представиться; это делается после процедуры информированного согласия и перерыва).

Поприветствуйте ЛОМ и поблагодарите их за их желание участвовать. Дайте краткое описание профилактической программы ЛОМ и объясните, как она работает.

Объясните участникам, что они были приглашены для участия в тренинге по причине их популярности, заслуженного к ним доверия и способности влиять на других. Эти характеристики имеют важное значение, если социальные нормы в части поведения, связанного с риском ВИЧ/ИППП, принятые в сообществе, — нуждаются в изменениях.

Опишите, как ЛОМ могут изменить социальные нормы путем бесед, поддерживающих применение презервативов, и личного опыта или моделирования практики безопасного секса. Предполагается, что после того как многие ЛОМ начинают говорить о важности применения презервативов и сами их применяют, а многие другие члены сообщества слышат эти сообщения, сексуальные нормы изменяются, рискованное поведение уменьшается и в целом обеспечивается большая безопасность поведения.

Ниже приводятся конкретные примеры вводных слов ведущих.

Здравствуйте, мы рады видеть вас здесь и рады, что вы хотите участвовать в этой программе.

Вы, наверное, удивлены, почему вас пригласили участвовать в этой программе.

Каждый из вас был отобран на основании мнений других членов вашего сообщества как популярный человек, которому доверяют другие и который является лидером. С точки зрения других людей, с вашим мнением считаются и люди обращаются к вам за информацией и за советами.

Эта программа основана на том факте, что люди получают множество информации о здоровье от друзей. Поэтому мы используем подход «друзья просвещают друзей». Из-за этого основополагающего принципа важно определить людей, к которым другие приходят за советом и которые пользуются доверием. Вы — доверенный источник информации для других. Поэтому мы поможем вам в отработке способов передачи другим людям сообщения, что ВИЧ представляет собой серьезную проблему для здоровья, но что безопасный секс может стать принятым способом (нормой) поведения в вашем сообществе, среди ваших друзей и соседей.

ВИЧ, СПИД и ИППП являются нашими общими проблемами и угрозами для здоровья в этом сообществе. У нас есть программа профилактики ВИЧ-инфекции и ИППП, которая действовала в других сообществах для разрешения этих важных проблем. Поскольку вы — лидер в среде ваших друзей, вы именно тот человек, который может донести до друзей и соседей точную информацию для снижения риска заражения ВИЧ и ИППП. В случае, если ваши друзья и знакомые прислушаются к вашим словам, в конечном итоге вы можете спасти им жизнь.

Многие люди ждут, что появятся какие-то другие люди со стороны или кто-то сверху распорядится и организует действия по профилактике опасных заболеваний, таких как СПИД. Но реальность такова, что кто-то со стороны не знает лично вас и ваших друзей и надеяться на действия, организованные сверху, не стоит. С другой стороны, вы — человек, который знает намного больше о поведении ваших друзей и о том, как им можно помочь, чтобы защитить от заражения ВИЧ-инфекцией и ИППП. Вы можете сделать для них то, что не сделает никакое руководство. Вы можете передать им личную информацию своими словами, которые окажут сильное влияние.

В рамках этого тренинга вы научитесь использовать преимущества безопасного и защищенного секса для себя лично и передавать эффективные сообщения по профилактике СПИДа и ИППП другим, вашим друзьям и знакомым. В случае, когда большое количество людей активно разговаривает и обсуждает проблему снижения риска заражения ВИЧ-инфекцией и ИППП, сексуальной нормой сообщества становится безопасный, или защищенный, секс. Вы здесь потому, что именно вы можете это сделать. Словами и беседами с другими вы можете изменить отношение к СПИДу и спасти жизни людей. Спросите участников, есть ли у них вопросы.

2. **Описание программы.**

Объясните потенциальным ЛОМ, что представляет собой эта программа, какова будет их роль в сообществе и что будет происходить в ходе пяти занятий.

Целью профилактической программы является обучение вас как лидеров общественного мнения общаться со своими друзьями таким образом, чтобы помочь им уменьшить риск заражения ВИЧ-инфекцией, вирусом, который вызывает СПИД, и венерическими заболеваниями. Вы будете играть важную роль в продвижении идеи и навыков заботы о своем здоровье.

Мы надеемся, что эта программа будет полезной для вас, ваших друзей и всего вашего сообщества.

Программа тренинга состоит из пяти групповых занятий (один раз в неделю). Потом мы соберемся вместе через месяц и решим, как часто нам нужно встречаться впоследствии для создания в сообществе движения за здоровый образ жизни с целью профилактики ВИЧ-инфекции и ИППП.

На каждой встрече мы вместе будем учиться, как разговаривать с друзьями о СПИДе и ИППП, о способах уменьшения риска заражения этими инфекциями. У нас будут дискуссии, информационные блоки и ролевые игры, чтобы научиться просвещать других, как избежать риска заражения опасными инфекциями при занятии сексом. Мы сделаем все возможное, чтобы наши встречи были интересными.

Вы здесь потому, что вы лидер в группе друзей, вам доверяют друзья и обращаются к вам за советами, и вы можете стать важным источником профилактики СПИДа и ИППП в вашем сообществе. Вы можете изменять мнения и поступки других людей.

Хотите ли вы помочь своему сообществу, потратив время на то, чтобы узнать больше о СПИДе и ИППП, о способах профилактики, а потом поделиться своими знаниями с другими? Мы попросим вас начать вести беседы (разговоры) с друзьями о том, что вы здесь узнаете, чтобы передать им эту информацию.

Мы не просто предоставим вам факты о ВИЧ/ИППП. Может быть, вы уже много знаете об этом. Мы объясним вам методы эффективной передачи сообщений по профилактике ВИЧ и ИППП, объясним, как естественно начать такой разговор, как обеспечить комфортность для вас и ваших друзей при таких разговорах и как помочь друзьям предпринять реальные шаги для защиты своего здоровья.

Спросите участников, есть ли у них вопросы.

3. **Возможности и ответственность.**

В ходе тренинга очень важно сформировать мотивацию у ЛОМ для участия в проекте, а также раскрыть им те возможности, которых они могут достигнуть, если будут действовать вместе в этой программе профилактики ВИЧ-инфекции и ИППП в своем сообществе.

Каждый из вас может лично предотвратить случаи смерти от СПИДа среди друзей и в сообществе. Эта возможность существует, так как вы — лидер в среде ваших друзей. Каждый из вас несет ответственность. Если вы принимаете ее на себя, то вашей обязанностью в этой программе будет передача сообщений по профилактике ВИЧ-инфекции друзьям и знакомым. Мы поможем вам составить соответствующий план. Что вы думаете о принятии на себя такой роли?

Постарайтесь активизировать участников задавать вам вопросы, чтобы исключить возможность неправильного толкования.

Перерыв (15–20 мин)

Перерывы имеют важное значение, поскольку они дают возможность для неформального общения между участниками, что может послужить началом формирования связей между ними.

4. **Установление групповых норм.**

Ведущие проводят дискуссию о правилах групповых занятий, которые позволят всем участникам чувствовать себя наиболее комфортно в группе. Эти правила в основном касаются безоценочности, конфиденциальности, равного времени и пространства для каждого, запрета на использование алкоголя и наркотиков, на насилие и ношение оружия, поддержки усилий каждого и другие соответствующие групповой работе правила.

5. **Представление участников.**

Ведущие просят каждого ЛОМ в течение 5 мин поговорить с другим участником, чтобы немного узнать о его или ее жизни. Затем каждый представляет своего собеседника, с которым он/она только что поговорил(а), сообщая группе то, что он/она узнал(а) о другом лидере, включая имя.

6. **Что такое СПИД?**

Важной целью для этого раздела является не только заставить участников разговаривать, но сразу же исправлять неточные ответы и неправильные представления.

Для начала обсуждения ведущие могут задавать следующие вопросы:

Что думают ваши друзья о СПИДе? Беспокоятся ли они лично по этому поводу?

Как вы думаете, многие ли из ваших друзей изменили свое поведение, услышав о СПИДе? Почему так? И каковы изменения?

Как вы думаете, какие ИППП распространены в вашем сообществе? Каковы их симптомы? Как обычно называют эти заболевания?

После того как вы выяснили уровень знаний ЛОМ, объясните, что вы приведете основную информацию о ВИЧ/СПИД и ИППП, чтобы у всех в группе были одинаковые современные знания для просвещения членов своего сообщества.

Для обсуждения используйте заранее подготовленные информационные материалы о ВИЧ, ИППП, гепатитах (плакаты, брошюры и т. п.).

Венерические заболевания — это инфекции, которые передаются во время генитального, анального и орального сексуального контакта с зараженным человеком. Мы будем обсуждать пять наиболее распространенных среди молодежи ИППП: хламидиоз, гонорея, герпес (HSV), сифилис и трихомоноз. Также мы поговорим о гепатитах B и C.

Хламидиоз вызывается микробом, который передается во время сексуального контакта. Среди симптомов можно выделить выделения из пениса или влагалища и болевые ощущения во время мочеиспускания. Многие могут вовсе не иметь симптомов. Хламидиоз может приводить к образованию спаек половых органов, что может мешать наступлению беременности. У детей, родившихся у женщин, больных хламидиозом, могут развиваться глазные инфекции и пневмонии. Хламидиоз можно вылечить при помощи антибиотиков.

Симптомы гонореи могут быть схожими с симптомами хламидиоза. Хотя у детей, родившихся у женщин, больных гонореей, может развиваться слепота или инфекции суставов и костей. Гонорея также излечивается антибиотиками.

Сифилис — это серьезное заболевание, которое передается во время полового контакта с человеком, больным сифилисом. Первыми признаками сифилиса являются безболезненные язвочки, обычно на половых органах. Другие симптомы могут включать раздражения, язвочки в горле или лихорадоподобные состояния. Эти симптомы скоро проходят, но сифилис остается, и зараженные люди продолжают передавать инфекцию своим половым партнерам. Если сифилис не лечить в течение долгого времени, он может привести к сердечным заболеваниям, мозговым нарушениям и смерти. Сифилис можно вылечить при помощи антибиотиков. Распространение сифилиса может быть остановлено использованием презервативов во время занятий сексом.

Трихомониаз не вызывает вовсе или вызывает легкие симптомы. Инфекция может передаваться другим людям даже без сексуального контакта через совместное использование мокрых полотенец, банных и купальных принадлежностей. Это заболевание излечимо при помощи антибиотиков. Если лечится только один из партнеров,

заболевание может вновь и вновь передаваться от партнера к партнеру и обратно. Это может увеличить риск заражения ВИЧ от ВИЧ-инфицированного партнера.

Генитальный герпес вызывается вирусом HSV-2. В настоящее время не существует лекарства, способного победить вирус герпеса. Герпес вызывает маленькие болезненные пузырьки на половых органах или в области рта, которые сохраняются в течение 1–3 недель. Пузырьки могут появляться вновь и вновь. Вы продолжаете болеть герпесом, даже если у вас прошли пузырьки. Матери, больные герпесом, могут передать его своим детям во время родов, что может вызвать мозговые нарушения или смерть ребенка. Распространение HSV-2 может быть предотвращено посредством использования презервативов во время занятий сексом.

Гепатит С — это заболевание печени, которое вызывается вирусом гепатита С (HCV). 80 % больных гепатитом С не имеют никаких симптомов. Гепатит С передается так же, как и ВИЧ: 1) через незащищенный половой контакт; 2) совместное использование зараженных игл; 3) грудное молоко; 4) от матери к ребенку во время родов. Долговременное последствие HCV — это заболевание печени. Использование презервативов во время секса и использование чистых игл является лучшей профилактикой гепатита С. В настоящее время не существует вакцины против гепатита С.

Гепатит В — это серьезное заболевание вызываемое вирусом, который атакует печень. Вирус гепатита В (HBV) может вызвать пожизненную инфекцию, цирроз печени, рак печени, нарушения работы печени и смерть. Вирус гепатита В передается во время занятий сексом с зараженным человеком без презерватива (эффективность латексных презервативов как средства профилактики гепатита В неизвестна, но правильное использование презерватива может снизить риск заражения), через совместное использование инъекционного оборудования во время употребления наркотиков, от матери к ребенку во время родов. Наилучшая профилактики гепатита В — это вакцинация. Использование презерватива во время секса и неприменение грязных игл шприца также являются прекрасными средствами профилактики гепатита В. Есть ли у вас вопросы о вышеназванных ИППП?

Поощряйте группу задавать вопросы.

СПИД — это заболевание, при котором организм не может сопротивляться большому количеству заболеваний, так как его защитная система уже не может действовать эффективно. Причиной этого является то, что человек заразился вирусом (маленьким организмом, живущим в теле). Вирус иногда называют вирусом СПИДа, но правильнее его называть ВИЧ. ВИЧ означает вирус иммунодефицита человека.

ВИЧ передается так же, как остальные ИППП. Наверное, вы уже знаете о сифилисе и гонорее. Если у человека венерическое заболевание, для него еще проще получить ВИЧ-инфекцию. Очень важно обращаться за медицинской помощью и не игнорировать венерические заболевания. ВИЧ также передается от одного человека к другому при использовании иглы шприца, которой пользовался кто-то, зараженный вирусом.

Вы можете получить ВИЧ-инфекцию, занимаясь сексом или используя уже бывшую в употреблении иглу для инъекции. Вы не можете заразиться ВИЧ-инфекцией через рукопожатие, кашель, объятия, поцелуи, пользование одними и теми же туалетными и кухонными принадлежностями или находясь в близком контакте с человеком, зараженным ВИЧ. ВИЧ не переносится с укусами насекомых.

Люди, зараженные ВИЧ-инфекцией, могут выглядеть здоровыми в течение многих лет. По внешности не определить, заражен человек вирусом или нет. Только анализ крови может показать, заражен ли человек. Но даже если человек здоров и не знает, что заражен вирусом, он может передавать его другим людям при сексуальных кон-

тактах, при кормлении грудью или при совместном использовании игл и шприцев для инъекционного употребления наркотиков и нанесения татуировок.

Если человек заражен ВИЧ-инфекцией, вирус концентрируется в крови, в сперме у мужчин, в выделениях из влагалища и в грудном молоке у женщин. ВИЧ передается, только если одна из этих жидкостей попадает в организм другого человека. Вот почему существует риск при половом контакте или совместном употреблении наркотиков.

В отличие от многих других венерических заболеваний, СПИД не излечивается. У многих из тех, кто заражен ВИЧ-инфекцией, через 6–10 лет развивается СПИД и — без лечения — большинство из них умирает. При лечении здоровье сохраняется лучше, но недостаточно хорошо.

Теперь давайте поговорим о ВИЧ и СПИДе и о том поведении, которое связано с риском заражения этим заболеванием. На следующих занятиях мы рассмотрим конкретные способы использования этой информации, чтобы уговорить ваших друзей избегать риска.

(Задайте группе вопрос) *Давайте начнем с рассмотрения некоторой основной информации о ВИЧ и СПИДе. Какие четыре жидкости в организме могут содержать в себе вирус, и посредством которых ВИЧ передается от человека к человеку?*

Выслушайте ответы.

Кровь.

Сперма.

Влагалищные выделения.

Грудное молоко.

Если кровь, сперма или влагалищные выделения зараженного человека попадают в кровяное русло другого человека, он может заразиться ВИЧ-инфекцией.

Главные пути передачи — половые контакты без применения защитных средств и совместное использование игл и шприцев. Почему вся эта информация так важна?

7. **Эпидемия СПИДа в мире и вашем сообществе.**

В этом разделе вы хотите, чтобы участники осознали огромный масштаб распространения этого заболевания. Вы также хотите, чтобы они почувствовали, что это главная (потенциальная) проблема для здоровья в их сообществе и что их друзья и соседи могут подвергаться серьезному риску.

Впервые СПИД был обнаружен в начале 1980-х годов, но было неясно, что это за заболевание и как оно передается от человека к человеку. В 1985 г. был разработан тест, который позволяет определить, кто заражен вирусом (ВИЧ-положительный статус), а кто нет (ВИЧ-отрицательный статус).

В настоящее время более сорока миллионов человек во всем мире заражены вирусом СПИДа. Около двадцати миллионов человек уже умерли. За первые годы эпидемии СПИД был особенно распространен в Африке. В некоторых областях этого континента зараженной является одна треть населения.

[Вставьте местные эпидемиологические данные по ВИЧ/ИППП по России и Санкт-Петербургу в целом.] Ведущие начинают обсуждение ситуации с эпидемией ВИЧ в данном месте. *Вы знаете кого-нибудь с ВИЧ/СПИД?*

Если многие участники ответят «нет», используйте их ответы, чтобы показать, что это может быть проблемой при профилактике ВИЧ.

ВИЧ распространяется незаметно, люди могут жить 6–10 лет, даже не зная о болезни и распространяя заболевание среди других людей. Они выглядят и чувствуют себя здоровыми, и нельзя сказать, что они заражены вирусом. Поэтому так важно

подумать о личной безопасности до того, как ВИЧ/ИППП широко распространился в вашем сообществе. Многие люди не считают ВИЧ/ИППП проблемой. Они не думают, что у них есть знакомые, больные СПИДом. Мы должны помочь людям изменить их поведение, пока они не заразились.

Если многие участники ответят «да», используйте их ответы, чтобы показать, что проблема уже существует.

СПИД уже широко распространен в вашем сообществе. Гораздо больше людей заражены ВИЧ-инфекцией, чем количество больных СПИДом. Вы можете помочь другим, рассказав им, как избегать рискованного поведения.

8. **ВИЧ/ИППП можно предотвратить.**

Многие заболевания предотвратить нельзя. Это заболевание (ВИЧ) — можно. Из-за того, что грипп и туберкулез настолько заразны, можно оказаться в толпе и заразиться от кого-то рядом. В отличие от этого, заражение ВИЧ и другими ИППП можно полностью предотвратить, они не могут передаваться при нахождении рядом с зараженным человеком. Каждый новый случай ВИЧ/ИППП можно предотвратить, если сделать три вещи:

- *если лица, употребляющие наркотики инъекционным путем, никогда не используют иглы вместе и чужие иглы и шприцы;*
- *если люди занимаются сексом только с одним партнером и ни один из них не заражен ВИЧ или другим ИППП;*
- *если люди всегда используют презерватив при половых контактах.*

9. **Справочная информация.**

Используйте заранее подготовленные материалы по статистике и местах, где можно пройти тестирование, получить лечение и консультацию, получить профилактические средства.

Ведущие должны назвать группе конкретные места, куда люди могут обращаться для лечения ИППП, сдачи анализа на ВИЧ, получения бесплатных или дешевых презервативов, получения лечения от наркозависимости или доступа к стерильным шприцам и иглам.

ЛОМ будут задавать вопросы о ВИЧ/СПИД, и важно, чтобы они могли точно рассказать о заболевании и способах его профилактики. Кроме того, они должны иметь возможность сказать друзьям и соседям, куда они могут пойти для получения услуг и лечения. Они должны знать о следующих ресурсах:

- местные ресурсы и организации, работающие в области профилактики ВИЧ и ИППП;
- места, где можно сдать анализ на ВИЧ и получить соответствующую информацию;
- места, где можно провериться на ИППП, гепатиты и получить лечение;
- программы лечения от наркозависимости;
- горячие линии и информационные бюллетени с информацией о ВИЧ.

10. **Ваша роль в профилактике ВИЧ/ИППП среди друзей.**

Шаги для снижения риска кажутся простыми, и таковыми они и являются. Но большинству трудно, например, начать использовать презервативы и продолжать ими пользоваться. Чтобы люди смогли это сделать, им нужна сильная поддержка, множество советов и огромная просветительская работа. Именно поэтому вы здесь, так как вы можете стать теми людьми, кто поможет вашим друзьям защититься от СПИДа.

В течение следующих четырех недель мы покажем вам, как это делать. Вы сначала узнаете о профилактике СПИДа и ИППП, а потом вы научитесь помогать своим друзьям избегать риска, передавая им эту информацию. Вы — лидеры, вы можете остановить СПИД в своем сообществе, разговаривая с другими. Мы рады, что вы здесь, и мы рады, что вы согласились это делать.

11. **Определение цели на следующую неделю.**

Объясните, что члены этой группы могут стать источниками информации для других людей, которых они знают. Важно, чтобы лидеры имели информацию, полученную из первоисточников, которой они могут поделиться с другими.

Мы бы хотели, чтобы каждый из вас выполнил задание до нашей следующей встречи на будущей неделе и сделал кое-что, что превратит вас в хороший источник информации по вопросам здоровья для ваших друзей. Вот несколько вариантов заданий, которые можно выполнить до следующей недели.

Ведущие пишут на доске следующие домашние задания и добавляют другие варианты, которые могут относиться к месту проведения исследования.

- Определите и посетите одно из мест, описанных ранее, где можно бесплатно сдать анализ на ВИЧ. Запишите информацию о расписании работы, адрес, перечень услуг, стоимость и другую специфическую информацию, полезную для участников тренинга и их окружения.
- Определите и посетите одно из мест, описанных ранее, где можно получить информацию и о СПИДе. Запишите информацию о расписании работы, адрес, перечень услуг, стоимость и другую специфическую информацию.
- Определите и посетите одно из мест, описанных ранее, где можно сдать анализы и получить лечение при подозрении на венерическое заболевание. Запишите информацию о расписании работы, адрес, перечень услуг, стоимость и другую специфическую информацию, полезную для вас и ваших друзей.
- Найдите несколько источников, где можно приобрести дешевые презервативы. Запишите информацию о расписании работы, адрес, типы презервативов, стоимость, качество и другую специфическую информацию, полезную для себя и вашего окружения.

Ведущие просят каждого члена группы выбрать один из этих вариантов в качестве домашнего задания на следующую неделю, объяснив, что это позволит каждому участнику получить практическую информацию, которой можно поделиться с другими. Ведущие говорят о том, что в начале занятия на следующей неделе мы обсудим, что узнал каждый член группы.

12. **Информация о следующем занятии.**

Ведущие напоминают участникам о дате и времени следующего занятия.

Все ли смогут присутствовать?

Нам очень важно встречаться каждую неделю всей группой, поэтому, пожалуйста, сделайте все возможное, чтобы прийти. Мы рассчитываем на вас, и ваше участие очень важно для всех.

В следующий раз мы обсудим ваш опыт по выполнению домашнего задания (идентификации ресурсов в вашем сообществе) и поговорим о том, как передавать эффективные сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП друзьям и знакомым в обычном разговоре.

ЗАНЯТИЕ 2. СОЗДАНИЕ ЭФФЕКТИВНЫХ СООБЩЕНИЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ВИЧ/ИППП

Основные цели:

- Обсудить опыт участников, полученный при выполнении домашнего задания после занятия 1.
- Рассмотреть модели рискованного поведения, которые приводят к заражению людей ВИЧ/ИППП.
- Выяснить, есть ли у участников опыт коррекции неправильных представлений о ВИЧ и ИППП, которые могут существовать в их сообществе.
- Провести демонстрацию правильного использования презервативов и дать возможность попрактиковаться.
- Обсудить характеристики эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП, используя конкретные примеры.
- Рассмотреть эффективные сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП с заявлениями от первого лица, используя конкретные примеры.
- Рассмотреть форму отчета о разговорах и попросить ЛОМ найти 4 человека, с которыми они могли бы попрактиковаться в передаче сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП; в конце занятия попросите участников подумать, как, когда и где это сделать в качестве части плана.
- Определите домашнее задание, состоящее в передаче сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП 4 человекам, чтобы научиться объяснять другим, как предотвращать или снижать риск или как избегать рискованного поведения.

Советы ведущим:

Выделите типы моделей рискованного поведения

При обсуждении уровней риска различных моделей поведения нужно подчеркнуть для ЛОМ следующие аспекты:

- ВИЧ представляет собой угрозу при половом контакте без использования защитных средств, если один из партнеров может быть заражен.
- При сексе между мужчинами и женщинами ВИЧ обычно передается при вагинальном или анальном половом контакте без применения презерватива.
- При половом контакте между двумя мужчинами ВИЧ обычно передается при анальном сексе без применения презерватива.
- Один из способов избежать риска половой передачи ВИЧ — не иметь половых контактов с любым партнером, который может быть инфицирован.
- Другой способ сокращения риска — использовать презерватив во время половых контактов.
- Употребляющие наркотики могут избежать риска заражения ВИЧ, никогда не используя инъекционное оборудование совместно с кем-либо другим.

Стратегии изменения поведения, направленные на снижение риска

После обсуждения уровней риска необходимо описать различные стратегии изменения поведения, направленные на снижение риска. При разговоре о снижении рискованного сексуального поведения обычно нужно подчеркнуть следующие аспекты:

- избегайте половых контактов без применения презерватива;
- в случае половых контактов используйте латексный презерватив;
- просвещайте и защищайте себя и своих партнеров.

План занятия:

Рассмотреть опыт, полученный при выполнении домашнего задания (нахождение ресурсов для сообщества, мест доступа к профилактическим средствам, презервативов и т. д.).

1. Рассмотреть ключевые аспекты прошлого занятия.
2. Виды рискованного поведения в отношении ВИЧ/ИППП.
3. Действия по снижению риска заражения ВИЧ.
4. Групповое упражнение для коррекции неправильных представлений о ВИЧ.
5. Демонстрация презерватива и практики его применения.
6. Характеристики эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП.
7. Сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП с заявлениями от первого лица.
8. Моделирование ведущими эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП.
9. Практика ЛОМ по созданию эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП.
10. Разработка плана разговора с четырьмя друзьями с записью результатов.
11. Домашнее задание к следующему занятию.

Цель занятия — подготовить ЛОМ к просвещению членов своего сообщества в плане действий по снижению поведенческого риска и коррекции неправильных представлений о СПИДе. Занятие должно включать групповое обсуждение и ролевые игры по разоблачению мифов и неправильных представлений, имеющихся у людей из окружения участников. Ведущим необходимо побудить ЛОМ рассказать на групповом занятии, что сейчас знают его или ее друзья об этой проблеме, что они думают о ВИЧ/ИППП, а также об их неправильных представлениях о риске.

Обычно это интересное, живое и активное обсуждение в форме диалогов, в котором должны участвовать все ЛОМ. Но рассказа участников о неправильном представлении их друзей о риске и уменьшении риска недостаточно. Они должны уметь передавать правильную информацию и учить других. Таким образом, когда ЛОМ говорит о неправильном представлении своего друга или знакомого о риске, ведущие группы должны попросить его объяснить, что бы он/она сказал(а) этому другу, чтобы исправить его неправильные представления. Таким образом, ЛОМ узнают стратегии и практикуются в том, что они могут сказать для просвещения других для снижения риска заражения.

Главное сообщение, которое ЛОМ должны научиться передавать своим друзьям, — это то, что половой контакт без применения презерватива приводит к распространению ВИЧ/ИППП и применение презерватива уменьшает риск. Сделайте эту часть занятия по обучению ЛОМ интересной, оживленной и занимательной при совместном обсуждении того, что бы они сказали для увеличения знаний своих друзей о СПИДе и уменьшении риска.

Помните, цель состоит не просто в просвещении ЛОМ в части снижения риска — нужно помочь им освоить и развить навыки разговора с другими людьми с целью их просвещения.

1. **Обсуждение опыта, полученного при выполнении домашнего задания по нахождению ресурсов в сообществе.**

Это возможность поделиться опытом посещения различных учреждений, которые являются профилактическими ресурсами для членов сообщества. Ведущие могут использовать наглядные материалы с перечислением домашних заданий с прошлого занятия.

Теперь вы можете поделиться со всеми, как вы посетили места, где можно сдать анализ на ВИЧ или места лечения ИППП, или выяснили, где можно приобрести дешевые презервативы или получить информацию о СПИДе.

Для участников, посетивших ресурсные организации:

Кто расскажет нам, куда он ходил и как это было?

Как вы считаете, вы предложили бы другу или соседу пойти туда для лечения [ИППП или от наркозависимости]? Если да, почему? Если нет, почему?

Скажите, что показалось трудным? Что бы вы предложили друзьям и соседям, чтобы их опыт оказался более позитивным?

Повторите диалог с другими ЛОМ, чтобы группа получила пользу от рассказов о различном опыте. *Хорошо, похоже, многие из вас прекрасно справились с домашним заданием и много узнали о ресурсах, имеющихся в вашем сообществе.*

2. **Рассмотрение ключевых аспектов прошлого занятия.**

Рассмотрите ключевые аспекты прошлого занятия. Начните с краткого обобщения, что такое ВИЧ/ИППП, как ими заражаются многие люди, семьи и сообщества. Напомните группе, что можно защититься от распространения ВИЧ, а значит, заражение СПИДом можно предотвратить. Напомните участникам, что целью этой программы обучения является оказание им помощи в предотвращении распространения СПИДа в их сообществе.

Теперь мы бы хотели повторить некоторые основные аспекты, рассмотренные на прошлой неделе.

— Подчеркните, что они здесь потому, что выбраны в качестве лидеров в их сообществе.
— Повторите симптомы ИППП, но подчеркните, что ВИЧ-инфекция характеризуется очень медленным течением без симптомов или признаков заболевания в течение многих лет.
— Повторите эпидемиологические данные по ВИЧ в сообществе/городе/стране.

3. **Модели поведения, рискованные с точки зрения заражения ВИЧ/ИППП.**

Ведущие будут обсуждать, как можно заразиться, и покажут презерватив.

В каких жидкостях концентрируется ВИЧ в организме?

При правильных ответах участников (кровь, сперма, влагалищные выделения, грудное молоко) записывайте их на доске или флипчарте.

Почему ВИЧ передается при половом контакте?

Пусть члены группы выскажут свои мнения. Используйте ответы участников для перехода к следующим объяснениям риска сексуального поведения.

Вагинальный половой контакт.

Если мужчина, зараженный ВИЧ, имеет вагинальный половой контакт с женщиной, вирус попадает в ее организм с его предсеменной жидкостью и спермой. Если женщина, зараженная ВИЧ, имеет вагинальный половой контакт с мужчиной, ВИЧ-инфекция попадает в организм мужчины с ее влагалищными выделениями, соприкасающимися с его гениталиями.

Анальный половой контакт.

Для партнера женского или мужского пола анальный половой контакт связан с особенно большим риском. Причиной этого является то, что при анальном половом контакте вирус очень легко передается от партнера к партнеру. И активный, и пассивный партнер может заразиться ВИЧ-инфекцией при анальном половом контакте, если один из них инфицирован. Это происходит через мельчайшие трещинки, которые могут возникать при анальном сексе, и через ректальное проникновение вируса (в прямой кишке содержится огромное количество специфических клеток, особенно восприимчивых к вирусу).

Оральный секс.

Существует очень небольшая вероятность передачи ВИЧ при оральном сексе. Риск заражения намного ниже, чем при вагинальном или анальном половом контакте.

Начинайте обсуждение риска при употреблении наркотиков инъекционным путем.

Почему лица, употребляющие наркотики инъекционным путем, рискуют заразиться СПИДом?

Пусть члены группы выскажут свои мнения. Используйте ответы участников для перехода к объяснению риска.

ВИЧ сконцентрирован в крови. При употреблении наркотиков инъекционным путем небольшое — часто невидимое — количество крови остается на шприце или внутри шприца. Если человек ВИЧ-инфицирован, то любой, кто использует этот же шприц после него, может заразиться.

Таким же образом могут передаваться гепатиты В и С.

Если употребляющие наркотики путем инъекционным путем заражаются ВИЧ, они могут передать вирус своим сексуальным партнерам.

4. **Действия по снижению риска заражения ВИЧ/ИППП.**

Исходя из ваших знаний о том, как передается ВИЧ-инфекция между употребляющими наркотики инъекционным путем, как, по вашему мнению, они могут избежать риска заражения ВИЧ?

Пусть члены группы выскажут свои мнения. Используйте ответы участников для перехода к сообщению, что шприцем или иглой нельзя пользоваться совместно с кем бы то ни было, и что нельзя пользоваться шприцем, которым ранее пользовался кто-либо другой.

Наилучшая стратегия для тех, кто употребляет наркотики путем инъекций, — это покупать или получать новые шприцы. Что вы узнали о возможных источниках покупки или получения стерильных шприцев?

Исходя из ваших знаний о том, как передается ВИЧ-инфекция при сексе, как, по вашему мнению, люди могут избежать риска?

Пусть члены группы выскажут свои мнения.

Один из способов избежания риска — не заниматься сексом совсем.

Другой способ — заниматься сексом только с одним партнером, если вы абсолютно уверены, что вы оба не ВИЧ-инфицированы и что ни один из вас никогда не занимается сексом с кем-то другим.

Еще одни способ исключить риск — заниматься сексом без проникновения. Примеры: взаимная мастурбация, трение друг о друга без полового контакта и иные действия, при которых жидкость не попадает в организм.

И еще один способ снижения риска — всегда использовать при половом контакте презерватив.

5. **Групповое упражнение по коррекции неправильных представлений о ВИЧ/ИППП.**

Ведущие обсуждают неправильные представления о ВИЧ/ИППП для перехода к созданию сообщений, предназначенных для исправления этих понятий.

Теперь вы много знаете о СПИДе и способах уменьшения риска заражения ВИЧ и другими ИППП. Многие люди имеют неправильную информацию о СПИДе и соответствующие стереотипы. Наверное, у некоторых ваших друзей также имеются неправильные представления о СПИДе, о путях заражения и способах избегания риска. Мы бы хотели услышать некоторые из этих неправильных представлений.

Ведущие должны попросить членов группы перечислить как можно больше мифов, неправильных представлений и идей и записать их на доске или флипчарте. Постарайтесь, чтобы группа назвала 10 или больше неправильных представлений. Если группа не назовет следующие неправильные представления сама, ведущие все равно должны добавить их в список.

По внешнему виду человека можно сказать, что он заражен СПИДом.

Чистый, приятный и порядочный партнер не может подвергнуть меня риску заражения.

СПИД у нас не является большой проблемой.

Заражение СПИДом — просто случайное невезение.

Я не буду пользоваться презервативами, потому что они ненадежны.

Только гомосексуалисты / наркоманы / проститутки / люди со множеством сексуальных партнеров рискуют заразиться СПИДом.

Если женщина пользуется другими контрацептивами (пилюлями, спермицидом, ВМС), презерватив не нужен.

Если мужчина вынимает пенис до наступления оргазма, риска нет.

Можно добавить другие неправильные представления, типичные для конкретного места проведения исследования.

После того как на доске или на лекционном плакате написано несколько неверных представлений, ведущие должны использовать их для создания путей исправления неверных представлений у друзей.

Считайте, что я ваш друг и у меня неверные представления о СПИДе. Я говорю вам [прочитайте первое неправильное представление].

Почему это представление неправильно и что вы скажете, чтобы я изменил свое мнение? Притворитесь, что я друг и только что сказал вам это, и говорите со мной, как бы объясняя правильную информацию.

Пусть кто-нибудь ответит по желанию. Если ответ правильный, скажите участнику, что ответ хорош. Если ответ неправилен, предложите лучший способ для исправления неверного представления друга. Ведущие должны действовать так же с каждым неверным пониманием, или ведущие могут пользоваться пачкой карточек с неверными представлениями, просить кого-нибудь в группе выбрать карточку, зачитать неверное представление и просить другого участника исправить только что прочитанное другим членом группы неверное представление. Затем ведущие могут попросить разных ЛОМ исправить каждое неверное представление.

Если некоторые участники стесняются, сидят спокойно или не вызываются отвечать добровольно, мягко вовлеките их в занятие, попросив ответить на «простое» неверное представление. Идея этого упражнения — приобретение участниками опыта в формулировке фраз, которые они сказали бы другу, высказавшему каждое неверное представление из числа написанных на доске.

6. **Демонстрация презерватива и практика его применения.**

Для большинства людей секс означает половой акт. Люди могут значительно уменьшить риск, если они будут применять презерватив при каждом половом акте с партнером, который может иметь сексуальные отношения с кем-либо еще.

Вирус находится в семенной жидкости инфицированного мужчины и во влагалищных выделениях инфицированной женщины. Что может его заблокировать?

Запишите предложения ЛОМ: воздержание, только один партнер (если вы оба не инфицированы ВИЧ и занимаетесь сексом исключительно друг с другом), непроникающий

секс, презервативы. *Да, это хорошие предложения. Иногда люди занимаются сексом и при других обстоятельствах. Мы бы хотели теперь поговорить о презервативе как методе, блокирующем передачу ВИЧ или ИППП. Я бы хотел поговорить с вами о применении латексного презерватива.*

Ведущий раздает по одному образцу презерватива каждому участнику и просит их посмотреть на пакетик. Рассмотрите действия, описанные в инструкции, по правильному использованию презерватива.

Презервативы эффективно предотвращают передачу ВИЧ или венерического заболевания от того, кто может быть заражен, к тому, кто не заражен, но только при их правильном использовании.

Мы бы хотели повторить шесть действий, имеющих критическое значение для правильного использования презервативов: 1) проверяйте срок годности; 2) открывайте пакетик осторожно; 3) надевайте презерватив до проникновения; 4) правильно развертывайте презерватив; если не удалось его правильно развернуть, выбросите его и начинайте разворачивать новый; 5) держите его за кончик; 6) осторожно снимайте его и выбрасывайте как можно быстрее после секса.

Вы услышите термин «безопасный секс». Безопасный секс означает либо правильное использование презерватива при половом сношении, либо секс без проникновения. Чтобы презервативы были эффективны, их нужно использовать правильно. Это значит, что презерватив надевается перед первым проникновением.

Теперь давайте попрактикуемся с этими моделями(овощами), чтобы убедиться, что мы умеем выполнять правильные действия.

После того, как ведущие убедятся, что они правильно выполняют действия для надевания презерватива на модель, обсуждение должно сосредоточиться на доступности и на стратегиях обеспечения друзей и соседей презервативами, когда они необходимы.

Чтобы быть эффективными, презервативы должны быть доступны.

При вашем посещении ресурсов в сообществе видели ли вы свободно продаваемые и доступные презервативы?

Где расположены все места, где можно купить или получить презерватив?

Можете ли вы быть уверены, что вы достанете презервативы, когда они понадобятся?

Перерыв (15–20 мин).

7. **Характеристики эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП.**

Ведущие должны обсудить с ЛОМ вопросы, касающиеся характеристик эффективных профилактических сообщений по профилактике.

Теперь мы поговорим о том, как должно выглядеть хорошее сообщение по профилактике ВИЧ/ИППП. Эффективные сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП должны передаваться своими словами. Сообщения, написанные другими и заученные, не будут эффективными для ваших друзей и соседей.

Ведущим удобнее показывать «Характеристики эффективных сообщений» на большом настенном плакате в помещении, где проходят занятия.

СПИД — серьезная проблема, но его можно остановить и предотвратить.

Эффективны позитивные сообщения о способах снижения риска. Ваши друзья и соседи могут прекратить слушать пугающие сообщения.

Подчеркните преимущества изменений с целью снижения риска.

Конкретно укажите, что означает защищенный или безопасный секс. При занятиях сексом пользуйтесь презервативом. Например, «Лучшая защита — использование презерватива при каждом половом контакте».

Дайте практические советы о том, как увеличить применение презервативов. Например, «Носите с собой презервативы» или «Перед занятием сексом поговорите с партнером об использовании презерватива».

Подчеркните, что применение презервативов и безопасный секс — это новая мода, что другие люди делают это и что делать это — предусмотрительно и правильно. (Формирование местного стандарта безопасного секса.)

Поскольку вы ЛОМ, важно, чтобы вы старались разговаривать с друзьями и соседями неофициально, а не проповедовали им и не читали лекции.

Используйте при разговоре выражения от первого лица при рекомендациях и перечислении преимуществ действий по профилактике СПИДа.

Напомните лидерам, что разговоры должны происходить естественно и им не нужно беспокоиться о том, чтобы упоминать каждый компонент. Лидеры должны чувствовать и ждать правильного момента для включения превентивных сообщений в отношении ВИЧ в разговоры с другими людьми.

8. **Использование выражений от первого лица.**

ЛОМ — это члены групп с повышенным риском заражения ВИЧ-инфекции. ЛОМ сами могут иметь модели рискованного поведения. Участники тренинга являются членами той же социальной сети целевого населения и отобраны в группу в тех же местах, куда ходят их друзья и соседи. ЛОМ не должны лгать; они должны говорить только правду. Так, если они скажут: «Я всегда пользуюсь презервативом», а остальные члены сообщества знают, что это не так, сообщение не будет эффективным. ЛОМ должны делать правдивые заявления, такие как «Я начал серьезнее беспокоиться о СПИДе» или «Я думаю, что использовать презерватив мудро и что это становится все более принятым».

Если вы не пользуетесь презервативами, не лгите. Лучше сделать заявление, отражающее ваше действительное поведение. Например: «Я теперь начал пользоваться презервативом при сексе с новыми партнерами», или «Я много слышал про СПИД, и мне кажется, что лучше начать пользоваться презервативами», или «Я хочу иметь семью и детей в будущем. Вот почему теперь во время занятий сексом я всегда пользуюсь презервативом».

Выражения от первого лица — выражения, начинающиеся словом «я», — хороший способ передачи сообщений. Выражения очень эффективны, поскольку ЛОМ поддерживают использование презервативов личными заявлениями и поступками. Лидеры общественного мнения должны практиковаться в использовании заявлений от первого лица, которые кажутся для них естественными.

Вы должны стараться произносить заявления от первого лица, которые относятся к вашему личному опыту, поскольку это может быть убедительнее для ваших друзей и соседей. Например: «Используя презерватив, я показываю свою заботу о моем партнере».

«Я использую презерватив, чтобы избежать риска». «Я больше доверяю тому человеку, который всегда пользуется презервативом». «Теперь я всегда ношу с собой презервативы. На всякий случай».

«Перед тем как заняться сексом, я всегда разговариваю с партнером о безопасности». «Я стараюсь не пить слишком много перед тем, как заняться сексом. Хочу быть с ясной головой и не забыть о безопасности». «Меня не волнует, что обо мне по-

думают другие, но я скажу НЕТ моему партнеру, если он или она не хочет использовать презерватив».

В этой части занятия ведущие будут моделировать передачу эффективных сообщений по профилактике ВИЧ. ЛОМ могут приобрести навыки, наблюдая за ролевыми играми, а потом, играя сами, с использованием собственных слов.

Для того чтобы помочь ЛОМ приобрести навыки, на занятиях по обучению используются две тактики. Это моделирование ведущими и ролевой тренинг ЛОМ.

Моделирование

Моделирование состоит в том, что ведущие демонстрируют, или моделируют, примеры ведения разговоров с равными им людьми, а вся группа ЛОМ наблюдает. Это позволяет ЛОМ увидеть, каким должен быть хороший разговор. Старайтесь создавать собственные сценарии и профилактические сообщения, используя эффективные элементы, чтобы они представляли реалистичные ситуации из вашего социального окружения. После моделирования ситуации нужно запланировать достаточно времени, чтобы ЛОМ обсудили то, что они увидели, и чтобы они сами попрактиковались, используя собственные примеры. Это позволит усилить довод о том, что существует множество правильных способов передачи сообщения, что ЛОМ должны передавать сообщения своими словами и что разговоры должны адаптироваться применительно к объектам превенции.

Ролевые игры

После моделирования ведущими начала разговора и передачи сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП каждый ЛОМ практикуется, репетирует или усваивает в ролевых играх, что он/она скажет в разговоре с другом при таких же обстоятельствах. ЛОМ, как и на предыдущем занятии, разбиваются на пары для ролевого тренинга по ведению разговора.

9. **Моделирование ведущими эффективных профилактических сообщений.**
Ведущие должны моделировать передачу сообщений по профилактике ВИЧ.

Примерный сценарий 1
Двое друзей случайно встречаются в общежитии.
Ведущий 1: *Привет. Как дела?*
Ведущий 2: *Нормально. В основном учусь. А ты? Что нового?*
Ведущий 1: *Недавно на тренинге был.*
Ведущий 2: *Что за тренинг?*
Ведущий 1: *По профилактике СПИДа и ВИЧ-инфекции.*
Ведущий 2: *Ну и как?*
Ведущий 1: *Было интересно. Много новой и полезной информации. Например, ты знаешь, что можно заразиться ВИЧ от кого-нибудь кто выглядит совершенно здоровым? Люди могут даже и не знать о своей болезни. С презервативом как-то безопаснее!*

Попросите группу сказать, что им понравилось, а что нет в разыгранном разговоре. В частности, попросите группу посмотреть на плакат с характеристиками эффективного разговора и сказать, какие из них использовал ведущий, а какие нет.

Теперь мы покажем вам другой способ разговора с другом.
Примерный сценарий 2

Вы отдыхаете вечером в клубе. Вы встречаете друга, с которым часто разговариваете, и беседуете с ним. Вы знаете, что этот друг сексуально активен и имеет различных партнеров. Вы хотите поднять вопрос о профилактике СПИДа. Вместе

с жевательной резинкой вы достаете из кармана мелочь и презерватив. Пересчитывая мелочь, вы говорите:

Ведущий 1:

Вот это мелочь, а вот это нет (показывая на презерватив). Я тут на тренинге был по СПИДу. Ты знаешь, это оказывается большая проблема. Вокруг так много инфицированных людей. Почти каждый сотый. А выглядят совершенно здоровыми. Теперь я все время ношу с собой презерватив.

Попросите ЛОМ обсудить, как им понравилось это сообщение по профилактике ВИЧ/ИППП, почему оно им понравилось или нет, какие элементы эффективного разговора включены в только что продемонстрированную ведущими модель разговора.

10. **Ролевой тренинг ЛОМ по передаче эффективных сообщений.**

Разбейте группу ЛОМ на пары, чтобы они могли попрактиковаться в передаче сообщений по профилактике ВИЧ. Укажите, что длительность сообщения должна составлять 30–60 с. Пусть они произносят сообщения по профилактике ВИЧ по очереди. Дайте каждому ЛОМ 5 карточек с различными неправильными представлениями о ВИЧ, и пусть они их читают; другой ЛОМ должен в ответ сформулировать профилактическое сообщение. Каждый член в каждой паре должен попрактиковаться в ответах на все 5 сценариев. Потом пусть они обсудят свой опыт.

Теперь представьте несколько сценариев, и пусть каждый ЛОМ попрактикуется в передаче различных профилактических сообщений партнеру по ролевому тренингу, как если бы они говорили с другом в описанной ситуации.

Сценарий 3

Вы встретились с другом в общежитии. Ваш друг сказал, что он планирует заняться сексом в первый раз с человеком, которого он встретил вчера на вечеринке. Этот человек выглядит здоровым, и ваш друг уверен, что риска нет.

Сценарий 4

Вы находитесь в клубе (кафе, дискотеке), и вы знаете, что здесь большинство сексуально активны, некоторые с постоянными партнерами, а некоторые ищут новых партнеров. Один из ваших знакомых говорит вам: «У нас нет проблемы со СПИДом. Мы все знаем друг друга».

Сценарий 5

Случайный знакомый разговаривает с вами о своем новом увлечении, которое началось всего месяц назад, но становится все более сильным. Ваш знакомый говорит: «Первый раз я всегда пользуюсь презервативом, но никогда с постоянным партнером, особенно если я хочу, чтобы все продолжалось».

Сценарий 6

Вы разговариваете с кем-то в общежитии. Собеседник говорит вам: «СПИД — ужасная вещь, но заражение — просто невезение».

11. **Разработка планов для начала передачи эффективных сообщений по профилактике ВИЧ.**

Если у вас произошел разговор с кем-нибудь из друзей, подобный разговорам, которые велись здесь, он может произвести на них огромное положительное влияние. Вы именно тот человек, который лучше всего может справиться с друзьями! И это не так трудно! За эти две встречи вы уже много узнали о предотвращении риска заражения ВИЧ, и вы теперь можете поделиться этой информацией с друзьями. Возможно, многие из них никогда не думали о риске.

Можно раздать участникам заранее подготовленные планы и отчеты о разговорах с четырьмя человеками.

Теперь мы хотим, чтобы вы наметили четверых молодых людей, которым вы можете передать сообщение по профилактике СПИДа, и записали их инициалы или прозвище в первом столбце этого листка. Может быть, кто-нибудь из вас пойдет в (перечислите названия мест, являющихся основными местами воздействия). Было бы особенно хорошо, если бы вы попытались поговорить там с четырьмя постоянными посетителями. Пусть первые четыре разговора будут с теми, кого вы хорошо знаете и кто, по вашему мнению, нормально отреагируют на ваш разговор. Потом подумайте, где вы будете с ними разговаривать, что вы скажете и как вы будете общаться с каждым из них. Если найти правильные слова, это можно сделать меньше чем за минуту! Запишите на листке о своем опыте после разговора с каждым из них. Это поможет вам и нам увидеть прогресс.

Ведущие должны обсудить и помочь каждому ЛОМ спланировать, с кем, где и когда провести каждый разговор. Постарайтесь, чтобы каждый ЛОМ спланировал особенности разговора с каждым лицом.

12. **Определение цели на следующее занятие.**

Ведущие просят ЛОМ просмотреть имена друзей и соседей в их списке и подумать, как, когда и где, по их мнению, они будут говорить с каждым из них на следующей неделе. Пусть ЛОМ проведут хотя бы некоторые разговоры в местах проведения профилактической программы. Цель — разработка каждым ЛОМ конкретного и реалистичного плана.

Вы сделали большую работу в ролевом тренинге по передаче этих сообщений по профилактике СПИДа. Помните, что каждый из вас присутствует здесь потому, что вы пользуетесь большим доверием среди своих друзей. Вы только что узнали, что можете эффективно вести беседы с другими людьми о неверных представлениях о ВИЧ/ИППП, о методах снижения риска заражения СПИДом, о том, что можно сделать для своей защиты и что важно знать о ВИЧ.

На следующей неделе мы обсудим, как начать разговор о профилактике СПИДа в повседневной беседе с друзьями, какие сообщения вы можете использовать в таких беседах и какие профилактические действия рекомендовать.

Напомните ЛОМ заполнить и принести на следующее занятие бланки отчета о разговорах. Напомните каждому ЛОМ, чтобы он попытался провести хотя бы четыре разговора с разными лицами и подготовился в следующий раз обсудить, как прошли эти разговоры.

После окончания второго занятия по обучению ЛОМ нужно разместить в местах проведения программы постеры с логотипами. Логотипы нужно размещать на видных местах, чтобы члены целевой группы (объекты превенции) увидели их и заинтересовались, что они значат.

ЗАНЯТИЕ 3. ОБСУЖДЕНИЕ ОПЫТА УЧАСТНИКОВ И МОДЕЛИРОВАНИЕ

Основные цели:

- Научиться преодолевать барьеры при передаче эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП.
- Изучение различных стратегий инициирования разговора для передачи эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП.
- Разработать перечень позитивных выражений в противовес негативным заявлениям о практике безопасного секса.

— Попрактиковаться в инициировании разговора для выработки личного стиля передачи сообщений по профилактике ВИЧ.

Советы ведущим:

— Люди могут приобрести новые навыки, наблюдая за другими и практикуясь. Поэтому важно, чтобы ведущие продемонстрировали множество примеров того, как начать и провести эффективный разговор по профилактике ВИЧ.
— Главное внимание должно уделяться разработке ЛОМ планов разговора с конкретными лицами в сообществе и их практике по инициированию разговора, оценке возможных негативных заявлений, которые может высказать человек, и способам реагирования на эти заявления.
— ЛОМ должны планировать ведение разговоров с равными собеседниками в «безопасном месте» и при наличии достаточного времени, что позволит им чувствовать себя при разговоре комфортно.

План занятия:

1. Проверка домашнего задания по разговору с четырьмя лицами.
2. Повторение основных моментов занятия 2.
3. Реагирование на негативные заявления других людей о практике безопасного секса.
4. Моделирование ведущими начала разговора с целью передачи сообщений по профилактике ВИЧ.
5. Ролевой тренинг ЛОМ по началу разговора для передачи сообщений по профилактике ВИЧ.
6. Планирование разговоров с восемью лицами в качестве домашнего задания.
7. Раздача значков, футболок или бейсболок с логотипом профилактической программы, сопровождаемая просьбой к ЛОМ носить их в местах проведения исследования.
8. Рассказ о следующем занятии.
9. Индивидуальное консультирование и помощь в разрешении трудностей — после сессии.

1. **Проверка домашнего задания.**

Попросите ЛОМ достать их планы на четыре разговора с членами сообщества на прошлой неделе.

На прошлой неделе мы обсудили характеристики эффективных сообщений по профилактике СПИДа, и вы должны были передать сообщения по профилактике ВИЧ четверым членам своего сообщества. Вы принесли бланки, на которых записали комментарии к своим разговорам? Мы бы хотели поговорить о вашем опыте разговоров с четырьмя друзьями на прошлой неделе. Пусть кто-нибудь начнет и расскажет о разговоре: где он произошел, с кем вы говорили, и — самое важное — что именно вы сказали?

Ведущие должны попросить, чтобы доброволец рассказал первым о разговоре, который он провел на прошлой неделе. Чтобы стимулировать рассказы ЛОМ о подробностях разговоров, задайте несколько вопросов следующего характера:

Какое профилактическое сообщение вы использовали?
Как вы вставили сообщение по профилактике СПИДа?
Где состоялся разговор?
Сколько времени занял разговор?
Какие были препятствия для начала и продолжения разговора?

Какова была реакция друга на этот разговор?

Почему вы считаете, что разговор был успешным?

После того как выделены успешные части разговора, попытайтесь определить, были ли проблемы.

Многие из вас прекрасно провели разговоры с друзьями. Теперь мы хотели бы спросить вас о проблемах, с которыми вы столкнулись при ведении разговоров.

После того, как кто-нибудь расскажет о проблемах, обсудите стратегии их разрешения.

Что вы можете сделать по-другому в следующий раз?

Ведущие должны помочь решить проблемы и попросить остальных членов группы предложить другие способы разрешения каждой проблемной ситуации.

Теперь проверьте, сколько разговоров было проведено на прошлой неделе.

Если каждый из вас провел четыре разговора, это значит, что [количество] человек в вашем сообществе задумались о том, как обеспечить свою безопасность. Вы выполнили на этой неделе важную работу.

Если проведены не все запланированные разговоры, спросите о причинах, но не критикуйте. Подчеркните, что эта программа может быть более эффективной, если они будут как можно больше общаться с друзьями.

Если запланированный разговор не состоялся на прошлой неделе, вы можете провести его на следующей неделе.

Помните, что разговор может быть кратким, если вы не стесняетесь передавать сообщение по профилактике СПИДа.

2. **Повторение основных моментов занятия 2.**
   - — Повторение действий для снижения риска заражения ВИЧ/ИППП.
   - — Повторение действий по правильному использованию презервативов.
   - — Повторение характеристик эффективных сообщений по профилактике СПИДа.
   - — Повторение сообщений по профилактике СПИДа с использованием выражений от первого лица.

3. **Реакция на негативные взгляды других людей о профилактическом поведении.**

Одна из целей разговора с другими о действиях по профилактике СПИДа — это научить их тому, как уменьшить риск заражения. Но часто только просвещения или предоставления информации недостаточно для того, чтобы помочь людям обеспечить свою безопасность.

Ведите обсуждение, подчеркивая, что одной информации недостаточно.

Многие люди делают то, что очень вредно для здоровья, даже если они знают, что это представляет серьезную угрозу.

Вы можете привести несколько примеров?

Если ЛОМ не привели примеров, то скажите, что такими примерами могут быть наркотики, малоподвижный образ жизни, употребление алкоголя и курение.

Как вы думаете, что еще нужно, кроме предоставления людям основных фактов о СПИДе?

Пусть ЛОМ предлагают свои идеи.

Для некоторых людей мало только информации о СПИДе. Им нужно точно знать, что они могут делать, и нужно иметь позитивное отношение к тому, что они делают.

Поговорим о ситуации, когда ваши друзья отрицательно относятся к безопасному сексу или применению презервативов.

В качестве группового задания попросите каждого ЛОМ назвать как можно больше негативных высказываний о безопасном сексе или презервативах. Разделите доску или лекционный плакат на две равные части, проведя по доске вертикальную черту. Слева запишите все негативные высказывания. Постарайтесь, чтобы группа придумала 10 негативных высказываний.

Если группа не предложит следующие негативные высказывания, ведущие должны добавить в список следующие:

Использование презервативов уменьшает удовольствие от секса.

Презервативы показывают, что партнеры не доверяют друг другу.

Безопасный секс или использование презервативов утомительны.

Презервативы ослабляют ощущения при половом контакте.

Презервативами нужно пользоваться только с проституткой, а не с порядочной женщиной. Презервативы не нужны с человеком, который стал вашим постоянным партнером. Кожа к коже лучше.

Теперь попросите ЛОМ придумать и произнести позитивное высказывание, которое будет убедительным в противовес каждому негативному высказыванию.

Пусть я — один из ваших друзей — говорю [прочитайте первое негативное высказывание].

Что бы вы сказали, чтобы создать позитивное отношение, чтобы переубедить меня? Пусть кто-нибудь ответит добровольно. Если ответ хороший, скажите: «*Прекрасный ответ*»!

Запишите позитивное высказывание справа под заголовком «Позитивные высказывания». Попросите группу придумать другие позитивные высказывания, по одному в противовес каждому негативному высказыванию слева. *Что бы вы сказали еще?*

Ведущие должны хвалить и усиливать примеры, придуманные участниками. Ведущие должны делать одно и то же с каждым негативным высказыванием, зачитывая их и прося группу придумать альтернативные позитивные высказывания. Если некоторые участники стесняются, попытайтесь вовлечь их, попросив ответить на простое негативное высказывание.

Добавьте следующие позитивные высказывания, если их не предложат:

Презервативы в моде, они выпускаются различных цветов и с различными запахами.

Использование презервативов может быть эротичным и являться частью сексуальной игры.

Использование презервативов показывает, что вы беспокоитесь о партнере.

Заплатив немного за презерватив, вы можете сохранить собственное здоровье.

Безопасный секс или презервативы лучше, потому что они исключают элемент тревоги в сексе.

Секс с презервативом защищает вас от заражения не только СПИДом, но и другими венерическими заболеваниями.

Презерватив стоит дешевле, чем лечение или похороны.

Это упражнение должно познакомить ЛОМ с позитивными высказываниями, которые они могут использовать в качестве реакции на негативные высказывания друзей и соседей.

4. **Моделирование ведущими начала (инициирования) разговоров с целью передачи сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП.**

Для ведения эффективного разговора по профилактике ВИЧ/ИППП с равным собеседником требуется практика. Данный тренинг позволяет ЛОМ попрактиковаться друг с другом (в ролевом тренинге) в том, что они будут потом говорить своим друзьям. Это поможет ЛОМ выработать уверенность в своих способностях разговаривать с другими о профилактике ВИЧ/ИППП, что не просто даже для популярных людей.

Прежде чем переходить к моделированию ведущими и к ролевому тренингу ЛОМ с целью разговорной практики, нужно провести обсуждение способов начала разговора с друзьями по профилактике СПИДа. Вопросы безопасного секса, применения презервативов и СПИДа не возникают естественным образом в большинстве повседневных разговоров, и ЛОМ должны выработать навыки для начала таких разговоров в реальной жизни.

Как можно поднять вопросы СПИДа, презервативов и безопасного секса в повседневном разговоре с другом, знакомым или соседом?

— Сослаться на то, что вы участвуете в этой программе и узнали много нового и интересного.
— Когда друг говорит о своем романе, приятеле или приятельнице, о встрече с кем-то необыкновенным или о том, что он считает кого-то привлекательным.
— Вспомнить событие или рассказ о СПИДе, сообщить другу о нем и перевести разговор на одно из средств профилактики ВИЧ.

Следующие сценарии, моделируемые ведущими перед группой ЛОМ, демонстрируют стратегии начала разговора с целью передачи сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП:

— Моделирование сценария 3-1. Начало разговора с сообщения, что вы участвуете в этой программе.
— Моделирование сценария 3-2. Разговор со знакомым.
— Моделирование сценария 3-3. Разговор с другом о безопасном сексе.
— Моделирование сценария 3-4. Вставка сообщений по профилактике СПИДа в случайный разговор.

Поскольку целевым населением этого проекта являются члены сообщества, проводящие время в местах, где были отобраны ЛОМ, мы хотим подчеркнуть, что ЛОМ должны специально направлять сообщения другим людям, посещающим эти же места (если даже ЛОМ могут вести разговоры с другими людьми, окружающими их в жизни).

Сценарий 3-1*: Начало разговора с сообщения о том, что вы участвуете в этой программе. Вы встречаете друга в общежитии и начинаете болтать о жизни. Вы хотите начать разговор с другом, чтобы передать ему сообщение по профилактике СПИДа.*

Ведущий 1:

Я участвовал в тренинге по СПИДу. Это было интересно, потому что на самом деле мы говорили о сексе. Ты себе можешь представить разговор о сексе более часа? Никогда серьезно не задумывался о СПИДе. Но нам рассказали, как много людей (мужчин и женщин) прямо здесь заражены СПИДом. Ты знаешь, сколько студентов ВИЧ-инфицированы?

Ведущий 2:

Ты шутишь?! Есть студенты, у которых ВИЧ?

Ведущий 1:

Серьезно, почти каждый сотый болен. А у гораздо большего числа есть разные вензаболевания. Большинство даже не знают, что заражены.

Ведущий 2:

И что же делать? Как узнать, если кто-то заражен?

Ведущий 1:

На самом деле никак не узнать. Вот почему я теперь всегда ношу с собой и использую презервативы.

После ролевой игры ведущие должны выслушать комментарии ЛОМ.

Ну вот. Как мы провели этот разговор?

Что вам понравилось в том, что мы говорили? Какие элементы эффективного разговора вы услышали?

Что бы вы могли сделать, чтобы улучшить разговор? Что бы вы сказали по-другому в этой ситуации?

Моделирование сценария 3-2*: Разговор со знакомым.*

Вы встречаете знакомого в общежитии. Ваш друг говорит «привет», и вы хотите начать разговор о профилактике СПИДа, потому что довольно хорошо знаете этого друга и знаете, что он очень сексуально активен.

Ведущий 1:

Привет, как дела?

Ведущий 2:

Нормально. Я тут слышал, что некоторые люди говорят о СПИДе в России. Слава богу, есть способ защитить себя от этой заразы. Я участвую в программе, как защитить себя от СПИДа. Я так понял, хороший способ защитить себя — это использовать презерватив. Я могу позаботиться о своем партнере и о себе, используя презерватив.

Ведущий 1:

А я не люблю пользоваться презервативами, это неприятно.

Ведущий 2:

Это раньше так думали! На самом деле, это дело привычки. Использование презерватива может быть приятным и классным! Также они помогают защитить здоровье. Я всегда заранее теперь покупаю презервативы. Теперь я и кайф ловлю, и чувствую себя в безопасности.

Ведущие должны выслушать комментарии группы о ролевой игре.

Ну вот. Как мы провели этот разговор?

Что вам понравилось из того, что мы говорили? Какие элементы эффективного разговора вы услышали?

Что бы вы могли сделать, чтобы улучшить разговор?

Что бы вы сказали по-другому в этой ситуации?

Ведущие должны смоделировать другой разговор с использованием других стратегий для начала разговора.

Моделирование сценария 3-3*: Разговор с другом о безопасном сексе.*

Однажды вечером вы разговариваете с другом в вашей комнате в общежитии, вы разговариваете о другом друге, который решил практиковать безопасный секс.

Ведущий 1:

Знаешь, я недавно разговаривал с другом, который помог мне кое-что понять о сохранении здоровья. Мой друг сказал, что безопасный секс и использование презерватива показывает, что ты действительно заботишься о партнере. Использовать презервативы для собственной защиты и чтобы показать, что ты заботишься о партнере, — хорошая идея. Некоторые думают, что презервативом нужно пользоваться только с тем, кого только что встретил. Конечно, в этом случае нужно всегда пользоваться

презервативом. Но нужно пользоваться презервативом и с тем, кого вы знаете, и кто вам нравится. Мне кажется, это разумно.

Ведущий 2:

Я согласен. Но я и так в безопасности без презерватива. У меня нет случайных отношений больше. У меня есть девушка уже больше месяца. Мы уверены друг в друге, и нам не нужен презерватив.

Ведущий 1:

Я знаю, что эта девушка особенная для тебя. Но до этого у тебя и, может быть, у нее были другие отношения. Например, у меня было несколько романов. В то время я никогда не пользовался презервативами. Но теперь я понимаю, насколько это было рискованно. ВИЧ настолько распространен теперь. Даже здесь в общежития почти каждый сотый заражен. Я полагаю, что это веская причина начать пользоваться презервативами.

Ведущие слушают комментарии группы ЛОМ и узнают, что члены группы думают о смоделированном разговоре:

Ну вот. Как мы провели этот разговор?

Что вам понравилось из того, что мы говорили? Какие элементы эффективного разговора вы услышали?

Что бы вы могли сделать, чтобы улучшить разговор? Что бы вы сказали по-другому в этой ситуации?

Сценарий 3-4*: Вставка сообщений по профилактике СПИДа в случайный разговор.*

Вы находитесь в баре (кафе, дискотеке, клубе), и ваш собеседник говорит, что он собирается «склеить» (пригласить) привлекательного человека, который только что пришел.

Ведущий 1:

Смотри, какая классная девчонка (парень). Пойду, попробую познакомиться.

Ведущий 2:

Береги себя!

Ведущий 1:

Что ты имеешь в виду?

Ведущий 2:

Ничего. Не забудь про свое здоровье. Я теперь гораздо осторожнее стал. Всегда ношу с собой презервативы. Кстати, у тебя есть?

Ведущий 1: *Нет.*

Ведущий 2:

На, возьми. Поговори с ней об этом, до того как решите заняться сексом.

Ведущий 1:

Я уверен, что она здорова!

Ведущий 2:

Откуда ты знаешь? Трудно сказать только по внешнему виду.

Ведущий 1:

А что, если она не захочет пользоваться презервативом?

Ведущий 2:

На твоем месте я бы сказал НЕТ. СПИДу наплевать на твои симпатии.

Ведущие должны выслушать комментарии ЛОМ по смоделированному разговору:

Ну вот. Как мы провели этот разговор?

Что вам понравилось из того, что мы говорили? Какие элементы эффективного разговора вы услышали?

Что бы вы могли сделать, чтобы улучшить разговор? Что бы вы сказали по-другому в этой ситуации?

5. **Ролевой тренинг ЛОМ по ведению разговора с целью передачи сообщений по профилактике ВИЧ.**

В этой части занятия каждый ЛОМ будет персонально участвовать в ролевых играх, начиная разговоры с передачи сообщений по профилактике ВИЧ. ЛОМ могут выработать навыки разговора с друзьями путем практики в ролевых играх на занятии.

Попросите участников выбрать кого-нибудь в группе для участия в ролевой игре. При нечетном количестве участников с тем участником, кто остался без партнера, будет играть один из ведущих. Пусть каждая пара пойдет в другую часть помещения для практики ролевого тренинга. Ведущие должны назначить одного члена каждой пары на роль ЛОМ, а другой член будет представителем сообщества. Потом они должны поменяться ролями.

У каждого ЛОМ должно быть несколько возможностей обыгрывания примеров, как она или он будет разговаривать с друзьями. Каждому ЛОМ нужна возможность выработки собственного стиля и улучшения его на практических занятиях.

Используйте каждый разговор в ролевых играх как возможность выделить новые эффективные элементы и разрешить реальные трудности.

Ведущие создадут основу для ролевого тренинга, прочитав сценарий, в рамках которого должны играть ЛОМ.

Сценарий 1-го ролевого тренинга

Представьте, что вы сидите в своей комнате в общежитии и разговариваете с другом. Вы поговорили о том и о сем. Это человек, с которым вы запланировали провести следующий разговор о СПИДе. Вам придется начать разговор естественно и комфортно. Ваша цель — передать позитивные сообщения о презервативах и безопасном сексе и отреагировать на отрицательное отношение, которое может высказать собеседник.

Ведущие просят участников несколько минут обдумать, как они начнут разговор и что они хотят сказать. Ведущие показывают список позитивных высказываний справа на доске и просят ЛОМ использовать некоторые из этих выражений во время ролевой игры.

Участники не должны чувствовать, что им нужно точно копировать разговоры, ранее смоделированные ведущими. Каждый разговор участников должен вестись своими словами, языком и стилем, естественным и обычным для участника. Для каждого ЛОМ стили, язык и слова будут разными.

Ведущие должны (на расстоянии) наблюдать за ролевой игрой каждой пары. После окончания разговора между участниками ролевой игры должны быть высказаны комментарии. Участников нужно похвалить за эффективные аспекты разговора, а тем, у кого возникли проблемы при ролевом тренинге, ведущие должны помочь почувствовать себя комфортнее.

Если ведущие наблюдают за ролевой игрой, которая не может считаться хорошей или не передает позитивных сообщений, они должны предложить варианты из списка справа на доске или лекционном плакате. Потом участников нужно попросить повторить ролевую игру. При необходимости одну из ролей должен взять на себя ведущий.

Часто участники стесняются играть в ролевых играх, некоторые чувствуют смущение и робость. Для ведущих важно сделать упражнение позитивным, поощряя участников, избегая критики и помогая участникам придумывать ответы, когда они не знают, что делать. Не заставляйте участника смущаться перед всей группой.

После того как первый член пары закончил разговор в ролевой игре и выслушал комментарии, члены пары меняются ролями.

Сценарий 2-го ролевого тренинга

Представьте, что вы находитесь в (баре, кафе, дискотеке) и разговариваете с другом. Вы сидите, выпиваете и беседуете. Вы ищете естественный способ передать сообщение по профилактике ВИЧ/ИППП, содержащее информацию о СПИДе, объясняющее, как уменьшить риск и подчеркивающее, что безопасный секс — хорошее дело.

Ведущие просят участников несколько минут обдумать, как они начнут разговор и что они хотят сказать. Участники не должны чувствовать, что им нужно точно копировать разговоры, ранее смоделированные ведущими. Каждый разговор участников должен вестись своими словами, языком и стилем, естественным и обычным для него. У каждого ЛОМ стили, язык и слова будут разными.

Ведущие должны (на расстоянии) наблюдать за ролевой игрой каждой пары. После окончания разговора между участниками ролевой игры должны быть высказаны комментарии. Участников нужно похвалить за эффективные аспекты разговора, а тем, у кого возникли проблемы при ролевом тренинге, ведущие должны помочь почувствовать себя комфортнее. Если ведущие наблюдают на ролевой игрой, которая не может считаться хорошей или передает неправильную информацию другому лицу, они должны высказать предложения и попросить участника сыграть разговор снова, чтобы он получился лучше.

Ведущие предлагают поменять пары ЛОМ для следующего упражнения. Потом ведущий зачитывает новый сценарий для ролевой игры.

Сценарий 3-го ролевого тренинга

Теперь представьте, что вы случайно встретили друга в (баре, кафе, дискотеке) и — после небольшого разговора — хотите поговорить с другом о СПИДе, о программе, в которой вы участвуете, и дать ему некоторую информацию о презервативах и снижении риска.

Потом ведущие просят группу обдумать разговор, который они могли бы провести, но он должен отличаться от того, который они практиковали в последнем упражнении ролевого тренинга. Участников нужно поощрять к выработке собственного тона, стиля и содержания. Пусть группа в течение нескольких минут сочиняет и планирует следующий разговор, а потом снова зачитайте сценарий. Разговор должен составлять не менее 30 с.

Как и ранее, ведущие должны наблюдать за ролевой игрой каждой пары и предлагать улучшения, комментарии, отдельные высказывания, причем тон комментариев должен быть положительным и поощрительным. После этого пара должна поменяться ролями, чтобы второй член пары также смог поучаствовать в игре в роли лидера.

Для следующего упражнения ведущие предлагают ЛОМ поменять пары. Потом ведущий зачитывает новый сценарий для ролевого тренинга.

Сценарий 4-го ролевого тренинга

Вы находитесь на мероприятии и разговариваете с другом. Ваш друг видит кого-то, кто кажется ему привлекательным. Ваш друг говорит, что хотел бы встретиться с приятным посетителем, и вы уверены, что друг хочет его (ее) «склеить». Друг говорит: «Мне кажется, этот парень (девушка) действительно что-то, я постараюсь его (ее) заполучить».

Как и раньше, каждый член пары ЛОМ в этой ролевой игре практикуется, что бы он (она) сказали в этой ситуации.

В данном руководстве мы привели несколько примеров сценариев, которые можно использовать. Однако они могут быть не самыми подходящими для вашего сообщества. Если это так, создайте другие сценарии для моделирования и практики.

Кроме того, ведущие должны попросить ЛОМ подумать о реальном человеке, с которым они могли бы провести разговор. Подумать о том, что они могут сказать этому другу и какие негативные высказывания можно ожидать. Каждый должен поделиться этой информацией о друге с другим членом пары, и они должны разыграть ролевую игру о том, как начать разговор с друзьями из сообщества.

Ведущие должны подчеркнуть все позитивные высказывания на доске и предложить, чтобы каждый ЛОМ использовал различные сообщения в каждой ролевой игре.

Важный аспект — возможность для ЛОМ практиковаться и получать комментарии ведущих и других ЛОМ с целью оказания им помощи в отработке навыков, совершенствовании стиля при разговоре с другими лицами о СПИДе.

Самый трудный способ завести разговор, который приводит к сообщению по профилактике СПИДа, — это начать его без вопросов об этом. Если ЛОМ могут начать сообщение по профилактике ВИЧ/ИППП после того, как друг сказал только: «*Привет, как дела?*», это значит, что ЛОМ выработал хороший навык.

Сценарий 5-го ролевого тренинга

Вы разговариваете с другом, которого считаете сексуально активным, который встречается с разными людьми и, возможно, не так часто пользуется презервативом. Вы хотите поднять вопрос о профилактике ВИЧ, и вам придется самому поднять эту тему. Ваш друг говорит вам: «Привет, как дела?»

6. **Планирование еще восьми разговоров.**

Занятий в группах для участников недостаточно. Поэтому домашние задания по отработке навыков профилактических разговоров являются важным компонентом превенции. Участники должны передать сообщения об уменьшении риска другим людям в реальной жизни. Превентивное вмешательство ЛОМ будет успешным только в том случае, если каждый ЛОМ действительно будет вести разговоры о профилактике СПИДа с друзьями и соседями в сообществе.

После окончания ролевого тренинга, который занимает много времени на этом занятии, снова соберите вместе ЛОМ и спросите, хочет ли каждый ЛОМ провести такие же разговоры по крайней мере с восемью равными собеседниками до следующего собрания группы. Восемь разговоров — это хорошая цель, поскольку позволяет ЛОМ набраться опыта разговора с равными собеседниками.

После того как ЛОМ согласятся провести восемь разговоров с равными собеседниками, поставьте еще более конкретную задачу. Попросите каждого ЛОМ подумать, конкретно с какими восемью собеседниками они будут разговаривать.

Дайте ЛОМ время составить конкретные планы о разговорах, которые они проведут на будущей неделе и разработать стратегию как, когда, где и с кем могут проводиться разговоры по профилактике ВИЧ/ИППП.

Может кто-нибудь сказать что-либо об одном из восьми человек, с которыми вы намерены поговорить? Это близкий друг, сосед или сокурсник?

Где, по вашему мнению, состоится этот разговор?

Как вы поднимете тему профилактики СПИДа с каждым собеседником?

Есть ли у вас конкретное сообщение по профилактике ВИЧ/ИППП для каждого из людей в списке?

Далее приводятся некоторые высказывания, которые можно использовать.

Вы можете назвать одного из восьми лиц в вашем списке, для которого может подойти одно из этих высказываний?

Прочитайте по очереди высказывания и попросите ЛОМ сказать, знают ли они кого-нибудь, для кого это было бы хорошим профилактическим сообщением.

Я учусь в этой программе здоровья тому, как защищаться от ВИЧ/ИППП. Планировать безопасность и действительно ее обеспечивать — разные вещи. Никто заранее не планирует рисковать. Но посмотри, сколько зараженных людей вокруг. Если ты с кем-нибудь, кто тебе действительно нравится, может оказаться трудным обеспечить безопасность. Особенно в первый раз. Ты когда-нибудь думал о том, как защитить себя и своего партнера?

Мне нравится пользоваться презервативом, потому что я чувствую себя намного спокойнее.

Поговори со своим партнером о безопасности до того, как заняться сексом в первый раз.

Обязательно имей с собой презервативы.

Тебе необходимо знать, как сказать НЕТ и отказаться от занятий сексом, если ты не уверен в безопасности. Здоровье гораздо важнее.

Когда сознание затуманено алкоголем или наркотиками, отложите секс. Лучше быть в безопасности, чем потом жалеть.

Учитесь на ошибках других и будьте готовы избегать рискованных ситуаций.

Будьте признательны партнеру за его усилия, направленные на избегание риска.

Отчет о восьми разговорах должен включать информацию о месте разговора и краткое описание основных частей разговора. Попросите ЛОМ принести на следующее занятие заполненный бланк с информацией о восьми друзьях или соседях.

Вы хорошо знаете своих друзей? Значит, вы можете подобрать тему и стиль для каждого разговора? Не бойтесь, если вам кажется, что долгого разговора не получится. Даже короткий разговор может быть очень важным для помощи другу.

7. **Раздача значков, футболок и бейсболок с логотипом проекта, сопровождаемая просьбой к ЛОМ носить их в местах проведения профилактической программы.**

Объясните, что это логотип проекта и что он визуально идентифицирует каждого участника программы как сторонника профилактики СПИДа.

Поскольку ЛОМ популярны, логотип будет поддерживать действия по профилактике СПИДа со стороны самых популярных людей в сообществе. Этот логотип такой же, как на постерах, уже размещенных в местах проведения программы.

Многие спросят: «Что означает логотип?» Это предоставит дополнительные возможности разговора.

Используйте каждый вопрос «Что означает логотип?» для проведения с тем, кто его задал, разговора по профилактике СПИДа. Это позволит вам провести больше разговоров, даже с незнакомыми людьми.

Запишите на бланке также все незапланированные разговоры, которые произошли из-за вашего логотипа, и принесите бланки на следующей неделе, отметив их логотипом. У вас может появиться больше возможностей для разговора.

8. **Рассказ о следующем занятии.**

Мы встретимся на следующей неделе здесь же. Мы обсудим ваш опыт по-началу запланированных вами разговоров. Мы попрактикуемся вставлять профилактические сообщения в различные разговоры. Успехов вам на следующей неделе.

9. **Индивидуальное консультирование и помощь в разрешении трудностей.**

В конце 3-го и 4-го занятий ведущие предоставляют возможность всем участникам группы индивидуально обсудить любые проблемы, которые возникли между сессиями.

Это даст возможность участниками поделиться своими личными трудностями (барьерами) и беспокойствами, возникшими с тренингом. Также это даст возможность ведущим снова попрактиковаться с участниками в формулировании превентивных сообщений, делая упор на успешных компонентах и находя решения для слабых мест. Таким образом, фокус данного компонента тренинга делается на дополнительном моделировании и практике.

ЗАНЯТИЕ 4. ПОМОЩЬ ДРУГИМ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ПРЕПЯТСТВИЙ НА ПУТИ К БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ

Основные цели:

— Определение участниками препятствий для реализации здоровьесберегающего поведения среди друзей.
— Обучение ЛОМ давать советы другим по преодолению этих препятствий.
— План передачи дополнительных сообщений по профилактике СПИДа.

Советы ведущим:

— Это занятие должно помочь ЛОМ определять и давать другим практические советы по реализации изменения поведения с целью снижения риска.
— ЛОМ должны укрепить навыки пользования презервативом.
— ЛОМ должны укрепить навыки передачи профилактических сообщений и адаптации этих сообщений к типу рискованного поведения, свойственного их друзьям и соседям.

План занятия:

1. Обсуждение домашних заданий.
2. Повторение основных моментов занятия 3.
3. Определение препятствий для безопасного поведения.
4. Разработка советов для людей, говорящих об этих препятствиях.
5. Практика применения презервативов.
6. Моделирование и ролевые игры по высказыванию рекомендаций по преодолению препятствий.
7. Ролевой тренинг ЛОМ в отношении передачи советов по преодолению препятствий.
8. Планирование разговоров с друзьями и соседями.
9. Информирование о поддерживающих встречах.
10. Индивидуальное консультирование и помощь в разрешении трудностей — после сессии.

1. **Обсуждение домашних заданий.**

Позвольте мне поздравить вас с большим успехом, которого вы добились, оказывая помощь друзьям в избегании риска заражения СПИДом. Все вы очень старались взять на себя эту важную роль не только для себя, вы делали это для друзей, семьи и всего сообщества. Вы узнали важные факты о ВИЧ/ИППП, научились защищать себя, разговаривать с друзьями и партнерами, исправлять представления друзей о безопасном сексе и презервативах и, наконец, помогать друзьям принять решение перейти на безопасный секс.

Вы ушли с прошлого занятия с задачей поговорить с восьмерыми друзьями и помочь им выполнить действия для снижения риска. Мы также просили вас носить

логотип проекта для создания дополнительных возможностей разговора. Мы бы действительно хотели узнать о разговорах, которые вы провели на прошлой неделе.

Может кто-нибудь начать и сообщить нам о некоторых разговорах: где они состоялись, с кем вы разговаривали и — самое важное — что вы говорили?

Скажите нам, как вы начинали разговоры с друзьями на прошлой неделе? Какие подходы вы использовали для начала разговора и какие лучше всего сработали?

Ведущие должны спросить добровольца, желающего говорить первым на занятии, о разговорах, которые он провел на прошлой неделе. Активно заставляйте ЛОМ поделиться о проведенных ими разговорах.

Где состоялся разговор?

Сколько времени занял разговор?

Какова была реакция друга на этот разговор?

Какие встретились препятствия для начала и продолжения обсуждения?

Почему разговор можно считать успешным?

Теперь переведите обсуждение на возникшие проблемы, чтобы группа могла решить, как избегать таких проблем в будущем.

Наверное, не все разговоры были позитивны. Может кто-нибудь рассказать нам о возникших проблемах?

После того как кто-нибудь расскажет о возникшей проблеме, обсудите стратегии ее разрешения.

Что бы вы сделали по-другому в следующий раз?

Ведущие должны разрешить проблемы и попросить членов группы высказать предложения по альтернативным способам разрешения каждой проблемной ситуации.

Ведя эти разговоры, вы выполняете очень важную миссию для друзей, даже если это не очевидно и не всегда действует идеально.

Теперь пусть кто-нибудь еще поделится своим опытом.

Повторите диалог (включая приведенные выше вопросы) с другим ЛОМ. Используйте ту же стратегию, чтобы определить наиболее и наименее успешные моменты каждого разговора. В общем, потратьте несколько минут на описание каждого разговора и его позитивные аспекты, прежде чем переходить к проблемам.

В некоторых случаях ЛОМ могут сообщить, что они общались с друзьями, поведение которых полностью безопасно либо за счет постоянного применения презервативов, либо за счет длительных отношений с одним партнером, который заведомо не инфицирован и не имеет отношений с другими партнерами, либо за счет только безопасного секса с новыми партнерами. В этом случае нужно попросить ЛОМ потратить время при общении с такими друзьями, чтобы поощрить их и поддержать безопасное поведение.

Однако нужно помнить, что сообщение человека о том, что он придерживается безопасного поведения, может быть ложным и что продолжение разговора ЛОМ и этого члена сообщества может выявить рискованные модели поведения, первоначально отрицаемые.

Всего вы провели [вставить количество] разговоров с друзьями и соседями. Это значит, что эти люди задумались о том, как они могут увеличить свою безопасность. Вы проделали важную работу на этой неделе.

Если проведены не все запланированные разговоры, спросите о причинах. Проявите понимание, если ЛОМ не провели несколько разговоров. Подчеркните, что эта программа может быть более эффективной для их друзей, если ЛОМ будут как можно больше общаться с друзьями.

Напомните ЛОМ, что общение может быть коротким. Скажите также, что если запланированный разговор не состоялся на прошлой неделе, ничто не мешает запланировать его на следующую неделю.

Ведущие должны помогать разрешить проблемные ситуации, если ЛОМ не провели разговоры на прошлой неделе, и помочь ЛОМ запланировать способы проведения этих сообщений на следующей неделе.

Если ЛОМ чувствуют себя обескураженными, неуверенными, напомните им о следующем:

Даже популярные люди могут чувствовать робость и стеснение.

СПИД — не очень приятная тема, даже если сообщение позитивно по тону и подчеркивает преимущества применения презервативов.

Когда вы накопите опыт и приобретете уверенность, разговоры будет вести легче и вы будете чувствовать себя комфортнее.

Разговаривая с другими о применении презервативов так, как мы обсуждали, вы сможете помочь своим друзьям и знакомым обеспечить свою безопасность.

Вы не можете принять на себя ответственность за других — вы можете только попытаться передать им сообщение.

Если кто-то не воспринял ваше сообщение или не отреагировал на него, это не значит, что вы не выполнили задачу.

Вы здесь потому, что вызвались использовать свое лидерство для провозглашения стандарта и преимуществ безопасного поведения друзьям, знакомым и незнакомым. Используя методы, обсужденные на занятиях, вы можете оказать сильное влияние на здоровье своего сообщества.

Помните, что вы можете спасти жизнь человека. Если даже один разговор, проведенный с другом, привел к изменению его поведения от модели высокого риска к полностью безопасному поведению, вы, возможно, спасли жизнь.

2. **Повторение основных моментов занятия 3.**
   - — Реагирование на отрицательные высказывания о практике безопасного секса.
   - — Повторите способы начала разговора с целью передачи сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП и вставки позитивных высказываний о практике безопасного секса.
3. **Определение препятствий для профилактического поведения и безопасного секса.**

До этого времени мы обсуждали преимущества разговора с другими людьми о снижении риска заражения ВИЧ, о создании положительного отношения и о передаче сообщения, что применение презервативов — мудрое решение, которое сейчас в моде.

Иногда вашим знакомым трудно избежать риска, иногда кто-то, скорее всего, будет заниматься сексом без защиты, даже если он знает, что это плохо.

Что же это за случаи, места, ситуации или взаимоотношения, при которых вашим знакомым может быть трудно обеспечить свою безопасность? Что же это за препятствия на пути к безопасности?

Ведущие должны использовать флипчарт или доску, чтобы записать препятствия, названные группой ЛОМ. В списке должны быть ситуации, при которых многим людям трудно избежать рискованного поведения. В список нужно занести следующие ситуации, даже если они не названы ЛОМ:

Человеку трудно заговорить с партнером о презервативе, потому что он стесняется.

Мои друзья не уверены в том, как использовать презервативы.

Человек боится, что партнеру секс с презервативом понравится меньше, чем без презерватива.

Самоконтроль человека может быть понижен из-за употребления алкоголя или наркотиков.

Человек не знает, как преодолеть возражения партнера по безопасному сексу или применению презервативов.

Партнер сильнее и устанавливает модель сексуального поведения, и человек не может повлиять на партнера.

Человеку трудно предложить использовать презерватив в ходе любовной игры.

Человек говорит, что это постоянный партнер, поэтому презервативы не нужны.

У человека не всегда есть презервативы, когда они нужны.

Мои друзья теряют голову и забывают о безопасности.

Итак, существует несколько возможных проблем, с которыми могут столкнуться некоторые из ваших друзей. Наверное, даже некоторые из вас сталкивались с ними.

4. **Формулирование и высказывание советов людям, говорящим об этих препятствиях.**

Частью вашей роли может быть предложение практических советов людям, которые говорят о препятствиях тех видов, которые мы здесь перечислили. Рассмотрим некоторые из них в качестве примеров и постараемся придумать, что можно посоветовать человеку с такими проблемами.

Возьмем проблему робости при покупке презервативов. Что бы вы порекомендовали человеку, который сказал вам, что он просто стесняется покупать презервативы?

Ведущие просят разных членов группы ЛОМ высказать предположения, какой совет можно дать человеку с такой проблемой. Это групповой мозговой штурм. Постарайтесь, чтобы группа определила несколько различных вариантов решения этой проблемы.

Теперь возьмем человека, который говорит, что его беспокоит реакция партнера на вопрос применения презервативов. Какой совет вы бы дали этому человеку?

Снова пусть группа решит эту проблему мозговым штурмом и определит несколько вариантов решения этой проблемы.

Кто-то из знакомых, скорее всего, будет заниматься сексом без защиты после употребления алкоголя или наркотиков. Какие действия могут помочь этому человеку решить проблему?

Продолжайте поощрять групповое обсуждение с целью определения стратегий решения нескольких других проблем в списке.

5. **Практика ЛОМ по применению презервативов.**

Возьмем другой пример. Пусть ваш друг не уверен в правильном применении презерватива. Чтобы помочь другу приобрести уверенность в применении презервативов, нужно объяснить или показать ему, как это делается.

Однако сначала мы должны быть уверены, что мы сами знаем, как правильно пользоваться презервативом.

Ведущие используют для демонстрации презерватива модель пениса (овощи). При демонстрации применения презерватива ведущий объясняет каждый шаг в процессе показа:

1. Проверьте срок годности.
2. Правильно откройте пакетик.
3. Осторожно выньте презерватив.
4. Выдавите воздух из кончика.

5. Наденьте на конец пениса и осторожно разверните презерватив вдоль тела пениса.

Напомните группе, что правильное применение презерватива означает надевание его перед первым проникновением.

Теперь мы бы хотели, чтобы вы продемонстрировали, как правильно пользоваться презервативом.

Ведущие просят добровольца из группы повторить демонстрацию презерватива перед группой. Эта часть упражнения должна развить нормы демонстрации презервативов для группы: когда кто-то из группы делает это, другие будут чувствовать меньшее смущение при такой демонстрации.

Ведущие просят всех повторить это упражнение.

Чтобы упражнение было интересным, пусть у вас будет бумажный пакет с разнообразными презервативами, овощами и моделями фаллоса. Пусть каждый ЛОМ возьмет одну штуку, и дайте ему пакетик с презервативом. Пока каждый ЛОМ тренируется надевать презерватив на предмет фаллической формы, ведущие должны наблюдать за процессом и по мере необходимости давать инструкции и делать замечания.

Теперь вы знаете, как пользоваться презервативом. Но некоторые ваши друзья могут этого не уметь. Теперь поговорим о том, что делать с другом, который не уверен или не имел опыта применения презерватива. Так, если у вас есть друг, который не уверен или не имеет опыта применения презерватива, что вы сделаете? Как можно научить друга?

Ведущие должны попросить группу предложить несколько примеров того, как они помогут другу, у которого нет уверенности или опыта применения презерватива. Если члены группы не могут придумать советы или думают только об одной стратегии, ведущие должны помочь им, описав несколько других стратегий.

6. **Моделирование и ролевой тренинг по высказыванию советов друзьям о преодолении препятствий к безопасному сексу.**

При моделировании следующих сценариев ведущие должны изменять язык и содержание, а также пол людей, моделируемых в сценариях.

Иногда трудно говорить с основным партнером о презервативах из-за страха отрицательной реакции партнера или страха потерять эти взаимоотношения. Мы покажем вам, как кто-нибудь может разговаривать с другом и помочь ему решить эту проблему, а потом вы можете попрактиковаться.

Моделирование сценария 1:

Два друга разговаривают, и один из них признается, что он (она)не может сказать своему партнеру о применении презерватива.

Ведущий 1:

Ты всегда пользуешься презервативом при занятии сексом?

Ведущий 2:

Ну, не всегда… это зависит от ситуации. Со случайными партнерами я обычно так и делаю, но я не знаю, как предложить пользоваться презервативом основному партнеру, я боюсь, что он не согласится на это.

Ведущий 1:

Думаешь, ты смог бы поговорить с основным партнером просто о сексе, что делают люди, чем они пользуются… пилюли, ВМС, презервативы. Спроси, что думает партнер об этих вещах. Узнай, что твой партнер думает о презервативах. Если ре-

акция не очень отрицательная, спроси, не хотел бы твой партнер попробовать их в следующий раз при сексе.

Ведущий 2:

Это хороший совет, но я не уверен, что это правильно сработает в моей ситуации

Ведущий 1:

Ну, давай подумаем о другом подходе к этой проблеме. Иногда причиной того, что постоянному партнеру трудно согласиться на применение презервативов, является то, что презервативы предполагают необходимость защиты от заболевания. Это никому неприятно слышать. Может быть, лучше предложить использовать презерватив просто для разнообразия секса, для создания новых ощущений, чтобы секс стал более волнующим, просто чтобы попробовать нечто новое, интересное и модное.

Ведущий 1:

Ну вот. Как я провел свой разговор? Что я сказал, что может помочь другу придумать, как решить проблему? Что вам понравилось из того, что я говорил? Послушайте комментарии и обратную связь со стороны ЛОМ.

Моделирование сценария 2:

В этом сценарии две подруги идут и разговаривают. Эта ролевая игра посвящена проблеме, когда люди боятся, что их партнеру секс с презервативом понравится меньше, чем без него. Они могут тогда бояться, что, если партнеру не понравится секс с презервативом, они найдут кого-нибудь другого. Мы сейчас покажем, как можно поговорить с другом, чтобы помочь ему решить эту проблему.

Ведущий 1:

Ты всегда пользуешься презервативом при занятии сексом?

Ведущий 2:

Нет, не всегда.

Ведущий 1:

Что мешает тебе пользоваться презервативом все время?

Ведущий 2:

Ну, мне действительно нравится мой парень. Потребовалось много времени и сил, чтобы дойти до таких отношений. Но люди не ангелы, и иногда у нас появляются другие партнеры. Сейчас кажется, что мой парень так же счастлив, как и я, и я боюсь, что если я предложу начать пользоваться презервативами, ему уже не будет нравиться заниматься со мной сексом, он бросит меня или найдет кого-нибудь, с кем он сможет заниматься сексом без презерватива. Я дорожу нашими взаимоотношениями, и я боюсь, что я их потеряю, если буду настаивать на использовании презервативов.

Ведущий 1:

Хорошо, что ты понимаешь, что ты и твой парень могут рисковать заразиться ВИЧ или венерическими заболеваниями. Давай посмотрим, что ты можешь сделать. Одна возможность — спросить, не хочет ли партнер попробовать использовать презерватив. Скажи заранее, что, если он не хочет, ты настаивать не будешь. Может быть, твой партнер и согласится. Потом попробуйте с презервативом, и после этого спроси, как ему понравился секс.

Ведущий 2:

Но мой парень может отказаться.

Ведущий 1:

Тогда у тебя все-таки будут варианты. Ты с твоим парнем можете сдать анализы на ВИЧ. Потом скажи ему: «Я действительно люблю тебя и действительно о тебе беспокоюсь. Ты не обязан говорить мне, что у тебя бывает с другими. Я не хочу тебя спрашивать об этом. Но вот что важно. Если любой из нас имеет ожидаемый или неожиданный сексуальный контакт с кем-нибудь еще, мы будем защищать себя с этими людьми, пользуясь презервативом. Если ты или я занимаемся сексом без презерватива, мы говорим друг другу об этом, а потом пользуемся презервативом друг с другом в течение 3 мес., пока новый анализ на ВИЧ не покажет, что все в порядке.

Ведущий 2:

Здорово! А есть другие варианты?

Ведущий 1:

Конечно! Можешь пообещать своему парню наилучший сексуальный опыт даже с презервативом. Возбуди его и покажи, как это может быть прекрасно! Другой вариант — попробуй именно с этим партнером секс без проникновения, если это кажется вам обоим нормальным.

И, наконец, вы оба можете решить хранить верность друг другу.

Ведущий 2:

Спасибо. Мне кажется, я теперь знаю, что делать!

Теперь ведущие должны вовлечь ЛОМ в обсуждение, что им понравилось в проведенном разговоре и что бы они сделали по-другому. Это подчеркивает, что существует не единственный способ передачи сообщений и информации по профилактике ВИЧ/ИППП.

Ну вот. Как мы провели наш разговор? Что вам понравилось в моих словах?

Послушайте комментарии участников.

Тогда что вам не понравилось? Что бы вы сказали по-другому в этой ситуации?

Снова послушайте комментарии участников, чтобы они поговорили о том, что они сказали бы сами.

7. **Ролевой тренинг ЛОМ в отношении передачи советов по преодолению препятствий.**

Ведущие должны (на расстоянии) наблюдать за ролевой игрой каждой пары. После того как каждый участник ролевой игры завершит разговор, нужно дать комментарии. В частности, ведущие должны обращать внимание, предлагают ли ЛОМ своим «друзьям» конкретные планы по снижению риска и как они это делают, давать положительные комментарии и (при необходимости) предлагать лидеру способы повышения эффективности его (ее) стиля общения.

Ролевой тренинг по сценарию 1:

Ваш друг решил начать пользоваться презервативами. Но на него влияют знакомые, и ему не хватает уверенности в принятии самостоятельного решения. Кто-то сказал вашему другу, что секс лучше без презерватива. Значит, ваш друг теперь решил заниматься сексом без презервативов и снова рисковать?

Ведущие просят участников обдумать в течение нескольких минут, как они начнут разговор и что они хотят сказать. После этого ведущий должен проинструктировать пары ролевой игры.

Ведущие должны (на расстоянии) наблюдать за ролевой игрой каждой пары. После того как каждый участник ролевой игры завершит разговор, нужно дать комментарии. В частности, ведущие должны обращать внимание, предлагают ли «лидеры» своим «дру-

зьям» конкретные планы по снижению риска и как они это делают, давать положительные комментарии и (при необходимости) предлагать лидеру способы повышения эффективности его (ее) стиля общения.

Ролевой тренинг по сценарию 2:

У вас есть друг, любящий выпить, часто слишком много. Если ваш друг перебрал, случаются сексуальные контакты, обычно без защиты. Для этого друга препятствием на пути к безопасности является чрезмерное употребление алкоголя.

Ролевой тренинг по сценарию 3:

Вы встречаете кого-то, с кем уже разговаривали об использовании презервативов. Этот человек говорит, что они попытались использовать презерватив, но им не хватило уверенности, чтобы предложить презерватив в середине любовной игры. Ваш друг чувствует, что это прервет процесс.

Ролевой тренинг по сценарию 4:

Вашему другу не хватает уверенности в способности найти слова, необходимые, чтобы предложить партнеру безопасный секс.

Ролевой тренинг по сценарию 5:

У вас есть друг, который иногда встречается с новыми партнерами, и, скорее всего, ваш друг собирается начать новые отношения. Вы уже говорили с ним о СПИДе и теперь хотите предложить совет, как начать новые отношения без всякого риска.

Что бы вы порекомендовали другу? Что бы вы сказали ему при беседе?

Ролевой тренинг по сценарию 6:

Вы знаете, что ваш близкий друг не имеет постоянного сексуального партнера, но имеет несколько или много случайных партнеров. С одним из партнеров ваш друг занимался сексом раньше, и при этом они никогда не пользовались презервативами. Этот друг, скажем, уже получал от вас некоторые позитивные сообщения. Теперь вы хотите дать ему совет, как составить план по обеспечению безопасности с этим партнером. Не забудьте, раньше они занимались сексом без презерватива.

Что бы вы порекомендовали другу? Что бы вы сказали в ходе беседы?

Каждый разговор участник должен вести своими словами и использовать естественный и обычный для него язык и стиль. Стили, язык и слова будут разными у каждого участника.

Для ЛОМ, у которых возникли проблемы с началом разговора или разговор пошел не так хорошо, как вам бы хотелось, расскажите, как его построить лучше. Это может включать поиск более уединенного места для разговора, другой способ подхода к проблеме, использование подсказок и наводящих слов или просто дополнительную практику по ведению разговоров.

СПИД — личная забота окружающих людей.

Можно так изменить поведение, чтобы успешно уменьшить или исключить риск.

Изменение поведения для уменьшения или исключения риска приносит пользу обоим сексуальным партнерам.

Применение презервативов — это новая позитивная социальная норма, и вы (лидер общественного мнения) следуете ей или пытаетесь это делать.

Применять презервативы проще, если выполнять следующие действия:

- *Примите заранее решение, что вы будете или не будете делать.*
- *Заранее поговорите с партнером о безопасности.*

- *Будьте уверены в себе и настойчивы с партнером и скажите «нет», если все повернется в рискованном направлении.*
- *Держите наготове презервативы.*
- *Избегайте занятий сексом в сочетании с употреблением наркотиков или алкоголя. В качестве примера используйте себя, собственные поступки и слова.*

Вы только что практиковались друг с другом по другим способам помощи друзьям приобрести уверенность в пользовании презервативами, в их надевании и разговорах с партнером о безопасности и презервативах. До этого времени вы уже вели разговоры с друзьями, и многие из них, вероятно, многое узнали о СПИДе, услышали положительные высказывания о презервативах и, возможно, о планах постоянного использования презервативов. Но у этих друзей могут по-прежнему быть проблемы, которые мешают их безопасности. Поэтому в течение двух следующих недель вашей целью будет поговорить с каждым из друзей, чтобы помочь им определить собственные проблемы. В ходе следующих разговоров дайте несколько практических советов, которые помогут друзьям решить проблемы, мешающие безопасному сексу, и почувствовать себя уверенными в своей способности обеспечить и обеспечивать далее свою безопасность. Просто проведите разговоры, которые вы все время практиковали здесь, если вы чувствуете, что друзья нуждаются в вашем совете.

Ведущие должны попросить ЛОМ, обратиться к их планам на ведение разговоров.

Давайте поговорим о том, как начинать такие разговоры с друзьями на следующей неделе. Вы знаете, иногда трудно просто начать такой разговор. Поэтому поговорим о некоторых способах начала таких разговоров.

Один из способов начать разговор — это сказать друзьям, что вы посещали профилактическую программу, посвященную проблемам СПИДа, и хотите поделиться с ними некоторыми новыми идеями.

Другой способ — вы можете сказать друзьям, что у вас есть для них важное сообщение, которое вы просто обязаны им передать.

Каждый раз, когда в разговоре с друзьями поднимаются вопросы взаимоотношений, свиданий, парней, девушек, секса или другие подобные вопросы, используйте это как возможность поговорить таким образом, чтобы выработать положительное отношение к презервативам и безопасному сексу.

Если для вас это нормально, расскажите о собственном положительном отношении и передайте сообщения, совпадающие с вашими взглядами. Не чувствуйте себя обязанным рассказывать о собственном поведении, но вы можете захотеть высказать собственные взгляды.

Ведущие должны собирать примеры, названные участниками, о том, что хорошо срабатывает при начале разговоров.

8. **Планирование разговоров с друзьями и соседями.**

Ведущие просят всех участников вспомнить имена членов сообщества и обсудить в группе, как, когда и где они думают поговорить с каждым членом сети в течение двух будущих недель. Цель этой части задачи — каждый ЛОМ должен определить конкретный и практичный план разговора с каждым членом сообщества, включая место, где может состояться разговор, возможно, дату, личный разговор или по телефону и т. д.

Лидеры общественного мнения (ЛОМ) должны записать все это на бланке отчета о разговорах. Напомните ЛОМ принести заполненные бланки на общее собрание 4 недели (если оно планируется). Ведущие должны сказать группе, что следующее занятие начнется с обсуждения того, как прошел каждый разговор в течение периода, начиная с последнего собрания группы.

ЛОМ нужно попросить вести разговоры, сочетающие элементы всех предыдущих занятий, с членами сообщества, которые еще не охвачены. Эти элементы включают просвещение по проблемам СПИДа, советы по избеганию риска, создание норм, согласно которым разговоры о безопасном сексе и СПИДе приемлемы, а безопасный секс разумен, создание положительного отношения к презервативам и безопасному сексу. Кроме того, в этом же разговоре нужно спросить друга, что является препятствием для безопасного секса и использования презервативов, а потом дать соответствующий совет по его преодолению.

9. **Индивидуальное консультирование и помощь в разрешении трудностей.**

В конце 3-го и 4-го занятий ведущие предлагают всем участникам группы индивидуально обсудить любые проблемы, которые возникли между сессиями. Это даст возможность участниками поделиться своими личными трудностями (барьерами) и беспокойствами, возникшими с тренингом. Кроме этого, ведущие снова смогут попрактиковаться с участниками в формулировании превентивных сообщений, делая упор на успешных компонентах и находя решения для слабых мест. Таким образом, фокус данного компонента тренинга базируется на дополнительном моделировании и практике.

ЗАНЯТИЕ 5. УРОКИ АКТИВНОСТИ ЛИДЕРОВ

Основные цели:

— Лидеры обсуждают дополнительную информацию и вопросы о СПИДе.
— Лидеры практикуются и участвуют в ролевых играх по началу разговора, делятся сообщениями, основанными на личном опыте.
— Планирование дальнейших разговоров по передаче превентивных сообщений.

Советы ведущим

— Это занятие должно помочь лидерам определить, выработать советы, а также овладеть практическими навыками, как внедрять поведенческие изменения, снижающие риск.
— Лидерам необходимо подкрепить и усилить навыки использования презерватива.
— Лидерам необходимо укрепить навыки передачи превентивных сообщений и улаживания трудных ситуаций (совладания с трудностями).
— Это занятие должно носить мотивирующий характер, подчеркивать тот аспект, что лидеры являются частью профилактического движения и их роль является крайне важной.

План занятия:

1. Проверка домашнего задания.
2. Обсуждение дополнительной информации и вопросов о СПИДе.
3. Ролевые игры: как начать разговор, включающий превентивные сообщения .
4. Повтор практики использования презерватива.
5. Ролевые игры по высказыванию советов о том, как справляться с барьерами для безопасного поведения.
6. Приглашение новой волны лидеров.
7. Рассказ об общих занятиях (в случае планирования данных мероприятий).
8. Церемония завершения тренинга.

1. **Обсуждение домашнего задания.**

Позвольте мне поздравить вас с большим успехом в деле оказания помощи друзьям избегать риска заражения СПИДом. Все вы с усердием старались выполнять эту важную роль по ходу тренинга, причем не только для себя и не только по тому, что

вас об этом просили. Вы делали это для своих друзей, знакомых, родственников и сообщества в целом. Вы узнали важную информацию о СПИДе и ИППП, о том, как можно защитить себя, как разговаривать с партнерами и друзьями, как улучшить представления ваших друзей о безопасном сексе и презервативах, а в итоге — как помогать своим друзьям принимать решения заботиться о безопасности. С последнего занятия вы ушли с заданием поговорить с 12 друзьями и помочь им предпринять шаги для снижения риска. Мы также просили вас носить логотип проекта, для того чтобы стимулировать возникновение разговоров. Мы бы действительно хотели узнать о разговорах, которые вы провели на прошлой неделе.

Может кто-нибудь рассказать нам о некоторых разговорах: где они состоялись, с кем вы разговаривали и — самое важное — что вы говорили?

Скажите нам, как вы начинали разговоры с друзьями на прошлой неделе? Какие подходы вы использовали для начала разговора и какие лучше всего сработали?

Ведущие должны спросить добровольца, желающего говорить первым на занятии, о разговорах, которые он провел на прошлой неделе. Активно заставляйте ЛОМ рассказать о проведенных ими разговорах.

Где состоялся разговор?
Сколько времени занял разговор?
Какова была реакция друга на этот разговор?
Какие встретились препятствия для начала и продолжения обсуждения?
Почему разговор можно считать успешным?

Теперь переведите обсуждение на возникшие проблемы, чтобы группа могла решить, как избегать таких проблем в будущем.

Наверное, не все разговоры были позитивны. Может кто-нибудь рассказать нам о возникших проблемах?

После того как кто-нибудь расскажет о возникшей проблеме, обсудите стратегии ее разрешения.

Что бы вы сделали по-другому в следующий раз?

Ведущие должны разрешить проблемы и попросить членов группы высказать предложения по альтернативным способам разрешения каждой проблемной ситуации.

Этими разговорами выполняете очень важную миссию для друзей, даже если это не очевидно и не всегда действует идеально.

Теперь пусть кто-нибудь еще расскажет о своем опыте.

Повторите диалог, включая приведенные выше вопросы с другим ЛОМ. Используйте ту же стратегию, чтобы определить наиболее и наименее успешные моменты каждого разговора. В общем, потратьте несколько минут на описание каждого разговора и его позитивные аспекты, прежде чем переходить к проблемам.

В некоторых случаях ЛОМ сообщат, что они разговаривали с друзьями, поведение которых полностью безопасно либо за счет постоянного применения презервативов, либо за счет длительных отношений с одним партнером, который заведомо не инфицирован и не имеет отношений с другими партнерами, либо за счет только безопасного секса с новыми партнерами. В этом случае нужно попросить ЛОМ потратить время при разговоре с такими друзьями, чтобы поощрить их и поддержать безопасное поведение.

Однако нужно помнить, что начальное сообщение друга о безопасном поведении может быть ложным и что продолжение разговора ЛОМ и этого члена сообщества может выявить рискованные модели поведения, первоначально отрицаемые.

Всего вы провели [вставить количество] разговоров с друзьями и соседями. Это значит, что эти люди задумались о том, как они могут увеличить свою безопасность. Вы проделали важную работу на этой неделе.

Если проведены не все запланированные разговоры, спросите о причинах. Проявите понимание, если ЛОМ не провели несколько разговоров. Подчеркните, что эта программа может быть более эффективной для их друзей, если ЛОМ будут как можно больше общаться с друзьями.

Напомните ЛОМ, что разговор может быть коротким. Скажите также, что если запланированный разговор не состоялся на прошлой неделе, ничто не мешает провести его на следующей неделе.

Ведущие должны помогать разрешить проблемные ситуации, если ЛОМ не провели разговоры на прошлой неделе, и помочь ЛОМ запланировать способы проведения этих разговоров на следующей неделе.

Если ЛОМ чувствуют себя обескураженными, неуверенными, напомните им о следующем:

Даже популярные люди могут чувствовать робость и стеснение.

СПИД — не очень приятная тема, даже если сообщение позитивно по тону и подчеркивает преимущества применения презервативов.

Когда вы накопите опыт и приобретете уверенность, разговоры будет вести легче и вы будете чувствовать себя комфортнее.

Разговаривая с другими о применении презервативов так, как мы обсуждали, вы сможете помочь своим друзьям и знакомым обеспечить свою безопасность.

Вы не можете принять на себя ответственность за других — вы можете только попытаться передать им сообщение.

Если кто-то не воспринял ваше сообщение или не отреагировал на него, это не значит, что вы не выполнили задачу.

Вы здесь потому, что вызвались использовать свое лидерство для провозглашения стандарта и преимуществ безопасного поведения друзьям, знакомым и незнакомым. Используя методы, обсужденные на занятиях, вы можете оказать сильное влияние на здоровье своего сообщества. Вероятно, вы спасете жизни. Если даже один разговор, проведенный с другом, привел к изменению его поведения от модели высокого риска к полностью безопасному поведению, вы, возможно, спасли жизнь.

2. **Дополнительная информация и вопросы об ИППП/ВИЧ/СПИД.**

Ведущие в свободной форме проводят групповую дискуссию о новых вопросах, которые возникли у лидеров по проблемам ИППП, ВИЧ и СПИД. Эти вопросы могут возникнуть в ходе предыдущих занятий и в промежутках между занятиями, во время разговоров лидеров с друзьями. Целью является сбор существенной информации, которая может быть использована для коррекции программы тренинга в соответствии с текущим состоянием сообщества (например, новые мифы, заблуждения).

3. **Ролевые игры по началу превентивных разговоров.**

Важно, чтобы акцент в ролевых играх был сделан на трудных сообщениях для передачи с точки зрения лидеров. Ведущие должны помогать участникам справляться с трудностями и барьерами, при передаче этих сообщений ведущим следует просить участников использовать реальные ситуации из жизни успешной и неуспешной передачи сообщений. Важно, чтобы у участников были дополнительные возможности для практики. Поощряйте участников использовать собственные сценарии ролевых игр для упражнения.

Разделите участников на пары для ролевых игр. Отметьте, что сообщение может длиться от 30 до 60 с. Участники должны по очереди упражняться в донесении превентивных сообщений.

Перерыв (15–20 мин).

4. **Повторная практика ЛОМ по отработке навыков использования презервативов.**

Возьмем другой пример. Пусть ваш друг не уверен в правильном применении презерватива. Чтобы помочь другу приобрести уверенность в применении презервативов, нужно объяснить или показать ему, как это делается.

Однако сначала мы должны быть уверены, что мы сами знаем, как правильно пользоваться презервативом.

Ведущие используют для демонстрации презерватива модель пениса (овощи). При демонстрации применения презерватива ведущий объясняет каждый шаг процесса в процессе показа:

1. Проверьте срок годности.
2. Правильно откройте пакетик.
3. Осторожно выньте презерватив.
4. Выдавите воздух из кончика.
5. Наденьте на конец пениса и осторожно разверните презерватив вдоль тела пениса.

Напомните группе, что правильное применение презерватива означает надевание его перед первым проникновением.

Теперь мы бы хотели, чтобы вы продемонстрировали, как правильно применять презерватив.

Ведущие просят добровольца из группы повторить демонстрацию применения презерватива перед группой. Эта часть упражнения должна развить нормы демонстрации презервативов для группы: когда кто-то из группы делает это, другие будут чувствовать меньшее смущение при такой демонстрации.

Ведущие просят всех повторить практику применения презерватива.

Чтобы упражнение было интересным, пусть у вас будет бумажный пакет с разнообразными презервативами, овощами и моделями фаллоса. Пусть каждый ЛОМ возьмет одну штуку, и дайте ему пакетик с презервативом. Пока каждый ЛОМ тренируется надевать презерватив на предмет фаллической формы, ведущие должны наблюдать за процессом и по мере необходимости давать инструкции и делать замечания.

Теперь вы знаете, как пользоваться презервативом. Но некоторые ваши друзья могут этого не уметь. Теперь поговорим о том, что делать с другом, который не уверен или не имел опыта применения презерватива. Так, если у вас есть друг, который не уверен или не имеет опыта применения презерватива, что вы сделаете? Как можно научить друга?

Ведущие должны попросить группу привести несколько примеров, как они помогут другу, у которого нет уверенности или опыта применения презерватива. Если члены группы не могут придумать советы или думают только об одной стратегии, ведущие должны помочь им, описав несколько других стратегий.

5. **Ролевой тренинг лидеров по высказыванию рекомендаций о том, как справляться с барьерами для профилактического поведения.**

Помните, как вы участвовали в ролевых играх и пытались давать советы во время предыдущих занятий? Мы бы хотели предложить вам еще попрактиковаться в этом. Дополнительная практика поможет вам.

Ведущие должны (на расстоянии) наблюдать за ролевой игрой каждой пары. После того как каждый участник ролевой игры завершит разговор, нужно дать комментарии. В частности, ведущие должны обращать внимание, предлагают ли ЛОМ своим «друзьям» конкретные планы по снижению риска и как они это делают, давать положительные комментарии и (при необходимости) предлагать лидеру способы повышения эффективности его(ее)стиля общения.

Ролевой тренинг по сценарию 1:

Ваш друг решил начать пользоваться презервативами. Но на него влияют и другие, и ему не хватает уверенности в принятии самостоятельного решения. Кто-то сказал вашему другу, что секс лучше без презерватива. Значит, ваш друг теперь решил заниматься сексом без презервативов и снова рисковать?

Ведущие просят участников обдумать в течение нескольких минут, как они начнут разговор и что они хотят сказать. После этого ведущий должен проинструктировать пары ролевой игры.

Ролевой тренинг по сценарию 2:

У вас есть друг, любящий алкогольные напитки, часто употребляет слишком много. Если ваш друг перебрал, случаются сексуальные контакты, обычно без защиты. Для этого друга препятствием на пути к безопасности является чрезмерная выпивка.

Ролевой тренинг по сценарию 3:

Вы встречаете кого-то, с кем уже разговаривали об использовании презервативов. Этот человек говорит, что он попытался использовать презерватив, но ему не хватило уверенности, чтобы предложить презерватив в середине любовной игры, так как почувствовал, что это прервет процесс.

Ролевой тренинг по сценарию 4:

Вашему другу не хватает уверенности в способности найти слова, необходимые, чтобы предложить партнеру безопасный секс.

Ролевой тренинг по сценарию 5:

У вас есть друг, который иногда встречается с новыми партнерами, и, скорее всего, ваш друг собирается начать новые отношения. Вы уже говорили с ним о СПИДе, и теперь хотите предложить совет, как начать новые отношения без всякого риска.

Что бы вы порекомендовали другу? Что бы вы сказали ему при беседе?

Ролевой тренинг по сценарию 6:

Вы знаете, что ваш близкий друг не имеет постоянного сексуального партнера, но имеет несколько или много случайных партнеров. С одним из партнеров ваш друг занимался сексом раньше, и при этом они никогда не пользовались презервативами. Этот друг, скажем, уже получал от вас некоторые позитивные сообщения. Теперь вы хотите дать ему совет, как составить план по обеспечению безопасности с этим партнером. Не забудьте, раньше они занимались сексом без презерватива.

Что бы вы порекомендовали другу? Что бы вы сказали в ходе беседы?

Каждый разговор участник должен вести своими словами и использовать естественный и обычный для него язык и стиль. Стили, язык и слова будут разными у каждого участника.

Для ЛОМ, у которых возникли проблемы с началом разговора или у которых разговор пошел не так хорошо, как вам бы хотелось, расскажите, как его построить лучше. Это может включать поиск более уединенного места для разговора, другой способ подхода к проблеме,

использование подсказок и наводящих слов или просто дополнительную практику по ведению разговоров. Снова рассмотрите примеры позитивных превентивных сообщений, которые обсуждали ранее.

СПИД — личная забота окружающих людей.

Можно так изменить поведение, чтобы успешно уменьшить или исключить риск.

Изменение поведения для уменьшения или исключения риска приносит пользу обоим сексуальным партнерам.

Применение презервативов — это новая позитивная социальная норма, и вы (лидер общественного мнения) следуете ей или пытаетесь это делать.

Применять презервативы проще, если выполнять следующие действия:

- *Примите заранее решение, что вы будете или не будете делать.*
- *Заранее поговорите с партнером о безопасности.*
- *Будьте уверены в себе и настойчивы с партнером и скажите «нет», если все повернется в рискованном направлении.*
- *Держите наготове презервативы.*
- *Избегайте занятий сексом в сочетании с употреблением наркотиков или алкоголя.*

В качестве примера используйте себя, собственные поступки и слова.

Вы только что практиковались друг с другом по другим способам помощи друзьям приобрести уверенность в пользовании презервативами, в их надевании и в разговорах с партнером о безопасности и презервативах. До этого времени вы уже вели разговоры с друзьями, и многие из них, вероятно, многое узнали о СПИДе, услышали положительные высказывания о презервативах и, возможно, о планах постоянного использования презервативов. Но у этих друзей могут по-прежнему быть проблемы, которые мешают их безопасности. Поэтому в течение двух следующих недель вашей целью будет поговорить с каждым из друзей, чтобы помочь им определить собственные проблемы. В ходе следующих разговоров дайте несколько практических советов, которые помогут друзьям решить проблемы, мешающие безопасному сексу, и почувствовать себя уверенными в своей способности обеспечить и обеспечивать далее свою безопасность. Просто проведите разговоры, которые вы все время практиковали здесь, если вы чувствуете, что друзья нуждаются в вашем совете.

Ведущие предлагают ЛОМ достать бланки ведения разговоров.

Давайте поговорим о том, как начинать такие разговоры с друзьями на будущей неделе. Вы знаете, иногда трудно просто начать такой разговор. Поэтому поговорим о некоторых способах начала таких разговоров.

Ведущие просят группу:

Один из способов начать разговор — это сказать друзьям, что вы посещали просветительскую программ, посвященную проблемам СПИД, и хотите поделиться с ними некоторыми новыми идеями.

Другой способ — вы можете сказать друзьям, что у вас есть для них важное сообщение, которое вы просто обязаны им передать.

Каждый раз, когда в разговоре с друзьями поднимаются вопросы взаимоотношений, свиданий, парней, девушек, секса или другие подобные вопросы, используйте это как возможность поговорить таким образом, чтобы выработать положительное отношение к презервативам и безопасному сексу.

Если для вас это нормально, расскажите о собственном положительном отношении и передайте сообщения, совпадающие с вашими взглядами. Не чувствуйте себя

обязанным рассказывать о собственном поведении, но вы можете захотеть высказать собственные взгляды.

Ведущие должны собирать примеры, названные участниками, о том, что хорошо срабатывает при начале разговоров.

6. **Привлечение новой волны лидеров к участию в профилактических тренингах.**

В этой части занятия ведущим необходимо рассказать участникам, что предполагается дальнейшее привлечение лидеров и проведение тренингов. Кроме того, ведущие могут попросить ЛОМ пригласить для участия в подобном тренинге других потенциальных лидеров (людей, которые с их точки зрения могут быть заинтересованы в подобной программе). Этот шаг имеет критическое значение для обеспечения успешного воздействия ЛОМ, поскольку превентивное вмешательство должно быть длительным и массированным, чтобы нормы здоровьесберегающего поведения, в частности защищенные сексуальные практики, стали устойчивыми.

Для этого можно провести разговор, подобный следующему.

Поскольку вы — популярный лидер в своем сообществе, вы знаете других, которые тоже нравятся сообществу и к которым там хорошо относятся, мы считаем, что данный проект и ваша роль лидера в нем будут проще, если несколько ваших друзей тоже примут участие в обучении.

Мы бы хотели, чтобы каждый из вас подумал о людях, имеющих влияние, которые могут помочь вам изменить нормы в сообществе. Попросите их прийти на следующую встречу и расскажите им о проекте. У нас есть информационное письмо, которое вы можете дать друзьям, с описанием проекта и с указанием телефона, по которому можно задать дополнительные вопросы.

7. **Информирование о регулярных общих собраниях.**

Главной задачей подобных собраний является обсуждение текущей активности лидеров в сообществе в группе. Важно, чтобы лидеры приносили с собой свои планы и отчеты о разговорах. Акцент будет делаться на успехах, трудностях и проблемах. В качестве основных задач для подобных встреч выступают следующие:

1. Знакомство ЛОМ из разных «волн».
2. Обсуждение реального опыта профилактических разговоров с друзьями и соседями.
3. Ролевой тренинг по возникшим проблемам.
4. Назначение времени и места следующего общего собрания.

8. **Церемония завершения тренинга.**

Перед занятием ведущие должны подготовить свидетельства или дипломы, которые будут вручены всем ЛОМ за их активные действия по профилактике ВИЧ и для свидетельства об окончании ими обучения.

Мы гордимся вами. Мы гордимся, что вы взяли на себя ответственность помогать друзьям обеспечивать безопасность, чтобы они смогли защитить свое здоровье, здоровье своих семей и своего сообщества. Неправда, что только вы учились у нас. На самом деле, мы тоже многому научились у вас. Теперь вы будете важными источниками знаний для своих друзей, потому что пока вы единственные люди, заботящиеся о своем здоровье и способные дать некоторые ценные советы по этим вопросам. Кроме того, мы ценим вашу помощь, так как теперь мы намного лучше знаем, какие аспекты исследовать в наших следующих программах. Ваш вклад был очень ценным, и мы благодарим вас за ваши усилия.

Ведущие называют каждого ЛОМ по имени, вручают ему (ей) свидетельство и поздравляют, пожимая руку.

Напомните членам группы, что через 4 недели состоится общее занятие. На этом общем занятии группа встретится снова и обсудит свои продолжающиеся роли по разговорам с другими о профилактике СПИДа. Напомните членам группы, чтобы заполнили бланки отчетов и принесли их на общее собрание.

Мы ждем новой встречи с вами через четыре недели, чтобы узнать, как идут дела в вашем сообществе. Удачи вам!

Общие регулярные собрания разных групп ЛОМ (англ. boosters)

Обоснование необходимости общих собраний

После окончания профилактического тренинга важно организовывать общие собрания участников разных групп, направленные на поддержание мотивации и непрерывности превентивного вмешательства на уровне сообщества.

Собрания или встречи для поощрения постоянных усилий ЛОМ и обеспечения социальной поддержки и разрешения проблем, возникающих при проведении разговоров по снижению риска, объявляются как «общие собрания» (*boosters, reunions*). На этих собраниях важно обсуждать с лидерами количество проведенных бесед, как были приняты эти беседы и темы бесед. По мере необходимости старайтесь помочь участникам разрешать проблемы, препятствия и трудности. Предлагайте дополнительные темы бесед, чтобы деятельность участников имела новое развитие. Напомните участникам, что людям проще многократно обсуждать темы безопасного секса с разными людьми в сообществе или компаниях друзей. Начало и содержание профилактического разговора должно как можно больше напоминать «обычный разговор».

Общие собрания помогают поддерживать среди ЛОМ чувство приверженности и усиливать ответственность перед сообществом и желание работать на его благо. Собрания также уменьшают изолированность, ощущаемую некоторыми индивидуумами. Это время может быть также использовано для совместной выработки дополнительных способов поддержки воздействия и последующих «волн» участников профилактического воздействия.

При завершении обучения следующих «волн» ЛОМ члены этих более поздних «волн» должны посещать те же самые общие собрания. Со временем общие группы будут увеличиваться, так как вновь «выпущенные» группы ЛОМ добавляются к участникам общих собраний и создают ощущение, что общественное профилактическое движение набирает размах и темпы.

Основные цели:

— Привлечение потенциальных новых ЛОМ, приглашенных на собрание, которые примут участие в отдельной программе обучения.
— Обсуждение практики ЛОМ по разговорам с членами сообщества в течение последних 4 недель.

Советы ведущим:

— Потратьте время на то, чтобы ЛОМ познакомились друг с другом, потому что они будут принадлежать к различным когортам обученных ЛОМ.
— Подчеркните все хорошее, сделанное ЛОМ, по их словам.
— Помогите разрешить трудные ситуации.
— Выработайте у них чувство принадлежности к движению защиты здоровья в сообществе.

План занятия

1. Приветствие.

Вы прошли очень интенсивную, но и интересную программу профилактики СПИДа, и теперь являетесь важными источниками знаний в своем сообществе. Большое вам спасибо, что вы привели на это общее занятие своих друзей и соседей. Мы встретимся с ними отдельно и узнаем, согласятся ли они тоже стать ЛОМ.

Мы рады видеть вас снова. Вы из разных учебных групп. Хотя программа вашего обучения завершена, мы подумали, что это хорошая идея, если вы встретитесь и обменяетесь опытом и информацией. Если каждый из вас за последний месяц поговорил с 8 молодыми людьми, это значит, что по крайней мере [умножьте на количество присутствующих] человек в вашем сообществе получили сообщения по профилактике ВИЧ/ИППП. Мы очень хотим узнать, что произошло со времени нашей последней встречи. Нас интересуют и ваши успехи, и то, что для вас оказалось трудным.

Попросите ЛОМ достать их бланки и отчеты по ведению разговоров, на которых они отмечали, с кем проведены разговоры за последние 4 недели. Ведущие не должны критиковать участников, если предложенное количество разговоров не состоялось, и не должны задавать вопросы, чтобы узнать конкретную информацию: такую, как места или имена.

Мы обсуждали, как помочь друзьям преодолеть препятствия для применения презервативов или безопасного секса. Вы ушли с последнего занятия с заданием поговорить с друзьями и помочь им приобрести уверенность. Мы действительно хотим услышать о разговорах, которые вы провели с друзьями за последние две недели. Пусть кто-нибудь начнет и расскажет нам о некоторых разговорах, где они состоялись, с кем вы разговаривали и — самое важное — что вы сказали?

Ведущие просят, чтобы доброволец, желающий говорить на занятии первым, рассказал о разговорах, которые он или она провел на прошлой неделе. Активно вовлеките ЛОМ в описание подробностей разговоров, особенно важно, чтобы они рассказали о планах уменьшения риска, которые ЛОМ рекомендовали каждому из своих друзей. Ведущие должны попытаться заставить каждого лидера рассказать о нескольких разговоров, потом перейти к рассказу другого лидера о его или ее разговорах. Поощряйте рассказы и проявляйте интерес к отчету каждого лидера. Если трудно побудить участника рассказать о беседах во время встреч, можно также использовать следующие наводящие вопросы:

Где состоялся разговор?

Сколько времени занял разговор?

Какова была реакция друга на этот разговор?

После того, как ряд ЛОМ из различных учебных групп поделятся опытом, перейдите к возникшим проблемам, чтобы выработать стратегии разрешения этих проблем в будущих разговорах.

Многие из вас прекрасно провели разговоры с друзьями. Теперь мы бы хотели спросить вас, с какими проблемами вы столкнулись при ведении разговоров.

После того как кто-нибудь поделился проблемой, спросите:

Что бы вы сделали по-другому в следующий раз?

Ведущие должны разрешить проблему и попросить других членов группы назвать альтернативные варианты по разрешению каждой ситуации, о которой кто-то сообщил как о проблеме.

Ну, я думаю, мы придумали несколько прекрасных способов разрешения такой проблемы в будущем. Есть ли еще проблемы, которые мы могли бы обсудить в группе?

Будут названы другие проблемы, и процесс повторяется.

После разрешения нескольких проблем ведущие должны рассмотреть проблемы, связанные с несостоявшимися разговорами. Проявите понимание, если ЛОМ не провели несколько разговоров. Напомните участникам, что их беседы могут быть краткими, если использовать правильные слова. Скажите также, что если запланированный разговор не состоялся в прошлом месяце, можно перенести его на ближайшее будущее. Ведущие разрешают ситуации, когда ЛОМ не провели разговоры в последние 4 недели, и помогают им запланировать способы проведения этих разговоров на следующей неделе.

Многим из вас удалось провести 8 разговоров с прошлого раза, но не у всех это получилось.. Были ли конкретные проблемы и тревоги, помешавшие вам провести все разговоры, которые мы может разрешить?

Если кто-нибудь выскажется, начните обсуждение.

Ну, вы смогли провести [количество] разговоров, и это хорошо.

Теперь узнайте у всех, сколько запланированных разговоров лидеров с членами сообщества фактически состоялось после занятия месяц назад (ЛОМ могут воспользоваться своими планами-дневниками). Если состоялись не все запланированные разговоры, узнайте причины.

Ведущие должны попросить добровольцев поделиться с группой своим лучшим опытом общения с друзьями по профилактике ВИЧ.

Со времени начала этой программы вы провели множество разговоров о профилактике СПИДа со своими друзьями. Мы надеемся, что вы делали это не по обязанности, а по желанию помочь своим друзьям. Кто из вас может рассказать нам о своем лучшем разговоре?

Если никто не хочет быть добровольцем, попросите ЛОМ выступать по очереди. Важно, чтобы каждый лидер рассказал хотя бы одну хорошую историю. Задайте следующие вопросы:

Что делает этот опыт особым?

Чем этот разговор отличался от других?

Как вы думаете, какие изменения произошли для вашего друга в результате вашего разговора?

Что, по вашему мнению, было самым интересным в этом разговоре?

Ведущие должны попросить добровольцев из группы рассказать, с какими препятствиями, трудностями или вопросами они столкнулись.

Теперь, пожалуйста, расскажите нам, что показалось вам трудным в общении с друзьями. Что оказалось для вас самой большой проблемой?

Запишите ответы на доске или лекционном плакате. Это покажет, что многие ЛОМ столкнулись с некоторыми одинаковыми проблемами или вопросами.

Были ли другие проблемы?

Снова запишите описания проблем на доске. В это время на вопросы не отвечайте.

Если ЛОМ не рассказали о проблемах, предложите следующие примеры:

Не удалось связаться с кем-то.

Друзья задавали очень трудные вопросы, и я не был уверен, что отвечу на них правильно. Может быть, у вас был просто разговор с другом, и вы не были уверены в том, что ему (ей) сказать, чтобы перейти к профилактике СПИДа.

Возможно, кто-то рассказал о такой трудной жизненной ситуации, что вы не знали, что ему порекомендовать, и почувствовали себя некомпетентным и смущенным.

Для разрешения проблем, названных участниками, нужно использовать групповой мозговой штурм.

Хорошо. Понять проблему — это половина ее решения. Здесь вы назвали несколько проблем.

Давайте послушаем идеи друг друга о том, что делать в каждой такой ситуации.

Начинайте с первой проблемы, записанной на доске. Зачитайте группе ее описание.

Ну, кто может придумать какой-то способ или у кого есть идеи, как разрешить такую ситуацию?

По возможности получите ответ от того лица, которое поставило проблему. Кроме того, если о подобной проблеме говорили и другие лидеры, послушайте их совет. Потом попросите остальных членов группы разрешить мозговым штурмом обсуждаемую проблему, записанную на доске первой. Ведущие также должны предложить решения, но групповой процесс будет наилучшим, если ЛОМ как можно больше предлагают идеи друг другу. Будут некоторые ситуации, относящиеся к разговорам с друзьями об уменьшении риска, которые могут не иметь решений. Некоторые друзья могут, несмотря на усилия ЛОМ, отказаться обсуждать вопросы риска заражения или не пожелают изменить свое поведение. Для ЛОМ важно постараться передать другим профилактические сообщения, а не принимать на себя ответственность за то, последовали ли друзья их советам.

Перерыв

Вы много узнали о том, как эффективно вести с друзьями разговоры по профилактике СПИДа. Эти действия были очень важны, потому что помочь другим изменить их поведение — дело не простое, и вы можете действительно им помочь, подняв некоторые вопросы при общении. Теперь мы бы хотели, чтобы вы повторили изученные ранее темы. Кроме того, вы поймете эти темы лучше, когда увидите, как усвоенные вами части связаны друг с другом.

Три недели назад мы начали эту программу с разговора о том, как просвещать друзей по вопросам уменьшения риска заражения СПИДом. Представим, что вы встретили кого-то, кто почти ничего не знает о том, что нужно делать для избегания риска заражения СПИДом. Может ли каждый из вас назвать один критический факт, чтобы помочь этому человеку понять, что делать для обеспечения собственной безопасности?

Ведущий должен обойти группу, прося каждого лидера предложить сообщение по профилактике ВИЧ, которое можно передать этому человеку, который на данный момент почти ничего не знает об уменьшении риска.

Сценарии:

Трудно говорить с партнером о презервативах, потому что я боюсь его потерять.

Стесняюсь покупать презервативы.

Не уверен в том, как пользоваться презервативом.

Человек боится, что его партнеру не понравится секс с презервативом.

Употребление алкоголя или наркотиков.

Трудно заниматься безопасным сексом с тем, кому ты доверяешь.

Партнер возражает против безопасного секса или презервативов.

Партнер сильнее и устанавливает порядок сексуальных отношений, и на него невозможно повлиять.

Трудно предложить воспользоваться презервативом в середине любовной игры.

Я пользуюсь презервативом каждый раз, когда он у меня есть, но если его нет, я все равно занимаюсь сексом.

У меня нет денег на покупку презервативов.

У меня нет времени идти куда-то и покупать презервативы.

Все вы точно знаете, что говорить своим друзьям. Говорите то, что вы говорили только что, каждый раз, когда вы чувствуете, что друзья нуждаются в вашем совете. Мы надеемся снова приветствовать вас на общем собрании через 4 недели. У нас будут также ЛОМ из других учебных групп, чтобы вы могли увидеть, как важна эта работа по профилактике ВИЧ/ИППП.

Напомните членам группы носить футболки с логотипами проекта, передавать профилактические сообщения и играть ту важную роль, которую они научились выполнять.

Напомните группе, что после них придут новые «волны» ЛОМ для усиления сообщений о защите здоровья. На следующем общем собрании эти новые ЛОМ уже будут «выпущены» и присоединятся к ним.

Вместе мы создадим общественное движение по защите нашего сообщества от СПИДа.

Материалы для использования в ходе тренинга:

1. **Факты о ВИЧ/СПИД. Что такое ВИЧ и СПИД?**

СПИД **—** это синдром приобретенного иммунодефицита. ВИЧ — вирус иммунодефицита человека, — который вызывает СПИД (синдром приобретенного иммунодефицита).

ВИЧ — это недолговечный вирус, который не может выжить вне тела человека. Поэтому нельзя заразиться, например, через сиденье унитаза, или пользуясь одними и теми же тарелками или кухонной посудой. Но, попав в тело человека, ВИЧ может «прятаться» в течение месяцев и лет, серьезно повреждая иммунную систему.

Поэтому люди, на вид совершенно здоровые, могут, сами об этом не зная, передавать вирус другим.

Как передается ВИЧ?

ВИЧ может передаваться с некоторыми жидкостями организма:

- Кровь
- Семенная жидкость
- Влагалищные отделения
- Грудное молоко

Как ВИЧ НЕ передается?

Нет свидетельств, что вирус передается со слюной, слезами или потом. ВИЧ попадает в организм через слизистые оболочки (оболочку прямой кишки, стенки влагалища или мужские гениталии) или при прямом контакте с кровотоком. Вирус не может проникнуть через кожу, если кожа не повреждена или не порезана так, что инфицированные жидкости организма другого человека попадают в кровоток. Вирус не может передаваться по воздуху при чихании или кашле. Нельзя заразиться ВИЧ при случайных контактах, таких как прикосновения, пользование общественным туалетом или телефоном, совместном использовании посуды и пищи.

Что такое оппортунистические инфекции?

ВИЧ атакует иммунную систему, систему организма, которая борется с инфекцией. Когда иммунная система ослаблена, у человека могут развиваться серьезные инфекционные и раковые заболевания. Эти инфекционные и раковые заболевания называются условно-патогенными (оппортунистическими) заболеваниями, поскольку они развились

в результате пониженной способности человека противостоять заболеваниям. Вы могли слышать, что кто-то «умер от СПИДа», но фактически он умер от условно-патогенного заболевания, которое развилось из-за СПИДа.

Можно ли предотвратить ВИЧ и СПИД?

Да, используя латексные презервативы при всех сексуальных контактах и чистые иголки при употреблении наркотиков путем инъекций.

Латексные презервативы. При правильном применении латексные презервативы могут предотвратить передачу ВИЧ от инфицированного человека к его сексуальному партнеру. Убедитесь, что срок годности используемых или отдаваемых вами презервативов не истек, что они изготовлены из латекса, а не из кожи животных (их поры больше и пропускают ВИЧ через презерватив). Вы учите инструкциям по правильному применению презервативов и сами следуете этим инструкциям.

Чистые иголки. Поскольку ВИЧ может передаваться от инфицированного человека через совместно используемые иголки или шприцы, безопаснее всего не использовать иголки и шприцы совместно. Предпочтительна программа замены иголок, если она целесообразна в вашем районе или стране.

Что говорит мне результат анализа на ВИЧ?

Анализ на антитела ВИЧ

Когда ВИЧ попадает в организм, организм начинает вырабатывать антитела для борьбы с вирусом. Анализ на антитела ВИЧ обнаруживает наличие в крови этих антител. Анализ на ВИЧ не выявляет, болен ли человек СПИДом; он только обнаруживает, вырабатываются ли антитела в качестве реакции на ВИЧ.

Отрицательный результат анализа на ВИЧ

Если у человека не обнаружены антитела к вирусу, то говорят, что он ВИЧ-отрицательный. Однако отрицательный результат не гарантирует, что у него нет вируса. Поскольку организму для выработки антител требуется от 3 до 6 мес. после заражения, человек может быть по результатам анализа ВИЧ-отрицательным, пока его организм не выработал достаточное количество антител для положительного результата анализа.

Положительный результат анализа на ВИЧ

Человек, в организме которого выработаны антитела вируса, называется ВИЧ-положительным. Это значит, что на него воздействовал вирус и что он заражен ВИЧ. Некоторые сохраняют хорошее здоровье в течение длительного периода времени. (Однако, несмотря на то, что они выглядят «здоровыми», они могут передавать вирус другим через сексуальные отношения, совместное использование иголок или иной кровообмен.)

Каковы стадии развития ВИЧ-инфекции?

Начало развития инфекции.

В течение 2–8 недель после заражения ВИЧ вирус «обустраивается» в организме. Симптомы на этой стадии напоминают простуду — температура, утомляемость, сыпь, увеличенные гланды, боль в мускулах.

Асимптотический период

Никаких признаков или симптомов инфекции. Длительность бессимптомного периода зависит от возраста, общего состояния здоровья, употребления наркотиков и других факторов. Обычно период развития от заражения до появления симптомов для взрослых составляет от 5 до 10 лет.

Хронические симптомы

Развивающиеся симптомы. Типичные симптомы — температура, понос и распухшие гланды. Могут быть периоды хорошего самочувствия с рецидивами симптомов.

СПИД

Человеку ставится диагноз СПИД, когда он начинает страдать от многочисленных условно-патогенных заболеваний.

2. **Фактический материал по венерическим заболеваниям (ИППП).**

ИППП и ВИЧ передаются тогда, когда человек, зараженный ИППП и ВИЧ, занимается сексом с другим человеком. Многие ИППП легко лечатся; заражение ВИЧ и ИППП можно предотвратить. В этих материалах представлена информация о наиболее распространенных инфекциях и о том, что необходимо делать, если у вас есть какая-либо инфекция.

Многие люди, у которых есть та или иная инфекция, не имеют симптомов заболевания и не знают о том, что больны. Очень важно, чтобы вы приходили за своими результатами тестирования на наличие ИППП в лаборатории и клиники, даже если на момент тестирования вы прошли лечение. Не все формы лечения помогают при всех ИППП, и у вас по-прежнему может оставаться инфекция в организме даже после лечения.

3. **Информация о гепатите В и С. Справочная информация о тестировании и лечении.**

Гепатит С — это заболевание печени, вызываемое вирусом гепатита С (HCV). 80 % больных гепатитом С не имеют никаких симптомов. Гепатит С передается так же, как ВИЧ: 1) через незащищенный половой контакт; 2) через совместное использование зараженных игл; 3) через грудное молоко; 4) от матери к ребенку во время родов. Долговременное последствие HCV — это заболевание печени. Использование презервативов во время секса и использование чистых игл является лучшей профилактикой гепатита С. В настоящее время не существует вакцины против гепатита С.

Гепатит В — это серьезное заболевание, вызываемое вирусом, который атакует печень. Вирус гепатита В (HBV) может вызвать пожизненную инфекцию, цирроз печени, рак печени, нарушения работы печени и смерть. Вирус гепатита В передается во время занятий сексом с зараженным человеком без презерватива (эффективность латексных презервативов как средства профилактики гепатита В неизвестна, но правильное использование презерватива может снизить риск заражения), через совместное использование инъекционного оборудования во время употребления наркотиков, от матери к ребенку во время родов. Наилучшая профилактика гепатита В — это вакцинация. Также использование презерватива во время секса и неиспользование грязных игл являются прекрасными средствами профилактики гепатита В.

4. **Мифы и заблуждения о СПИДе.**

По внешнему виду человека можно сказать, болен ли он СПИДом.

Чистый, приятный и порядочный партнер не может подвергнуть меня риску заражения.

СПИД у нас не является большой проблемой.

Заражение СПИДом — просто случайное невезение.

Презервативы ненадежны.

Только гомосексуалисты / наркоманы / проститутки / люди со множеством сексуальных партнеров рискуют заразиться СПИДом.

Если женщина пользуется другими контрацептивами (пилюлями, спермицидом, ВМС), презерватив не нужен.

Если мужчина вынимает пенис до наступления оргазма, риска нет.

Слишком горячая пища вызывает СПИД. Секс с девственницей излечивает СПИД.

5. **Алгоритм правильного использования презервативов.**
   1. Проверьте срок годности.
   2. Правильно откройте пакетик.
   3. Осторожно выньте презерватив.
   4. Выдавите воздух из кончика и держите презерватив за кончик.
   5. Наденьте на конец пениса и осторожно разверните презерватив вдоль тела пениса.
   6. После окончания полового акта осторожно снимите презерватив с пениса и выбросьте как можно скорее.
6. **Характеристики эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП.**
   1. Сообщение должно быть составлено собственными словами.
   2. Подчеркните, что СПИД — серьезная проблема, которую можно предотвратить.
   3. Сообщения должны быть позитивными.
   4. Сообщение должно содержать рекомендации пользоваться презервативами при сексуальных отношениях.
   5. Сообщение должно содержать полезные советы для увеличения частоты использования презервативов.
   6. Сообщение должно обучать, а не проповедовать.
   7. Разговоры должны вестись в «безопасных местах», когда есть достаточно времени.
7. **Примеры эффективных сообщений по профилактике ВИЧ/ИППП с выражениями от первого лица.**
   a. Теперь я серьезнее отношусь к проблеме СПИДа.
   b. Я думаю, что использовать презерватив — это разумно и теперь стало более приемлемым.
   c. Я начал использовать презервативы, когда нахожусь с новыми партнерами.
   d. Я много слышал о СПИДе, и мне кажется разумнее начать пользоваться презервативами.
   e. Я знаю, что раньше рисковал, но теперь у меня семья. Я хочу видеть, как вырастут мои дети. Поэтому теперь я все время использую презерватив во время занятий сексом.
   f. Я люблю ее, и поэтому мы всегда пользуемся презервативами.
   g. Я не против секса, я использую презервативы для того, чтобы избежать риска.
   h. Теперь у меня всегда с собой презервативы просто так, на всякий случай.
   i. Перед тем как заняться сексом, я всегда разговариваю со своими партнерами, чтобы удостовериться, что они понимают необходимость безопасности.
   j. Я стараюсь не пить слишком много перед тем, как заняться сексом. Хочу иметь ясную голову и не забыть о безопасности.
   k. Меня не волнует, что обо мне подумают другие, но я скажу НЕТ моему партнеру, если он или она не хочет использовать презерватив.
8. **Планы/отчеты о разговорах с членами сообщества.**

Имя — поставьте инициалы	Где? Когда? Как?	Результаты разговоров
1.		
2.		
3.		
4.		

9. **Позитивные высказывания о безопасном сексе.**
    1. Презервативы в моде, они выпускаются различных цветов и с различными запахами.
    2. Использование презервативов может быть эротичным и являться частью сексуальной игры.
    3. Использование презервативов показывает, что вы беспокоитесь о партнере.
    4. Заплатив немного за презерватив, вы можете сохранить собственное здоровье.
    5. Безопасный секс или презервативы лучше, потому что они исключают элемент тревоги в сексе.
    6. Секс с презервативом защищает вас от заражения не только СПИДом, но и другими венерическими заболеваниями.
    7. Презерватив стоит дешевле, чем лечение или похороны.