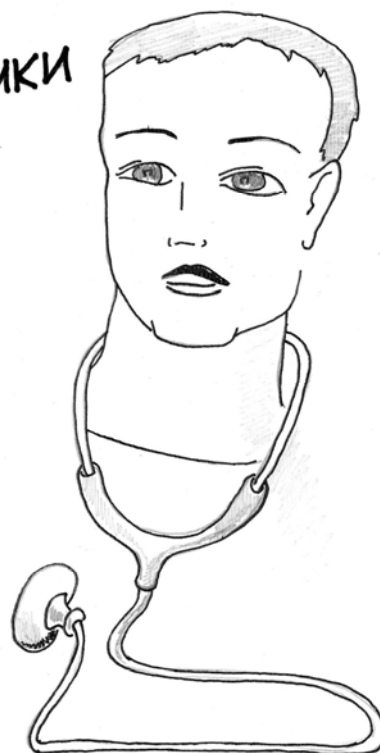


**11.**

## **Обучение людей, работающих с ВИЧ**

✓ НАРКОТИКИ  
✓ ВИРУС  
✓ СЕКС



*История Тимура*

*Как мы обучаемся?*

*Кто придёт на тренинг?*

*Где следует обучать?*

*Начало занятия*

*Помощь другим в руководстве*

*Использование языка и методов, которые работают*

*Как служить примером*

*После сессии*

*Ответы на вопросы Тимура*

*История Тимура*

Тимур живет в Крыму. Он – деревенский врач, который недавно принял участие в тренинге по изучению ВИЧ в Симферополе. Он поехал туда, потому что в его поселке есть люди, которые больны СПИДом, и распространился слух, что вирус был в воде. Тимур не думал, что ВИЧ может передаваться через воду, но он не был уверен. Он хотел узнать правду.

После того, как он вернулся с тренинга, Тимур понял, что в его поселке должно быть больше людей, знающих о ВИЧ и СПИДе. Они могли бы учить других и остановить ложные слухи о вирусе. Несколько человек предложили это сделать, и Тимур запланировал собрание, чтобы рассказать о том, что он узнал на тренинге, но он волнуется; он всегда чувствовал себя уверенней, говоря один на один с человеком. Он хочет знать: «Как возбудить интерес в группе? Как задействовать всех, даже людей, которым обычно становится скучно? Что, если люди стесняются говорить о таких темах, как секс и употребление наркотиков?»

## *Как мы обучаемся?*

Лучший способ обучиться чему-то – это сделать это самому. Большинство людей учатся фермерству, работая, вместо того, чтобы читать о фермерстве в книге. Люди также могут учиться, разговаривая друг с другом, читая или слушая чей-то совет. Эта глава описывает разные способы того, как помочь людям обучиться. Её можно использовать как пособие для тренировки врачей или обучения в обществе. Вы можете использовать идеи из этой главы, чтобы помочь нуждам вашего общества.

Самая главная задача работника здравоохранения – помогать людям контролировать своё здоровье. Это особенно верно для человека, работающего с зараженными ВИЧ, потому что предотвращение заражения очень важно. Тренировочные сессии – важная часть этого процесса. Хорошие учителя приглашают к участию других и помогают появляться новым идеям. Они разъясняют все четко, так что люди не чувствуют себя глупо из-за незнания вопроса или из-за ошибочных предрассудков. Хорошие учителя не заставляют людей скучать, потому что когда людям скучно, они отвернутся от шанса учиться.

Большинство стилей преподавания, используемых в официальном обучении, основаны на том, что учитель говорит ученикам то, что, по мнению учителя, им важно знать, а потом проводит тесты, чтобы проверить, всё ли они запомнили. Врачи, работающие с ВИЧ в Доминиканской республике, говорят, что это всё равно что «лить воду в сито вместо котла». Часто люди не запоминают информацию, потому что они изначально не были в ней заинтересованы.

Многие плохо посещали школу и не привыкли к одностороннему потоку информации и фактов от «учителя» к «ученику». Говорят, что хорошее преподавание – это извлечение фактов из учеников, а не вкладывание в них идей. Двусторонний обмен информацией – лучший способ преподавания для работника здравоохранения.

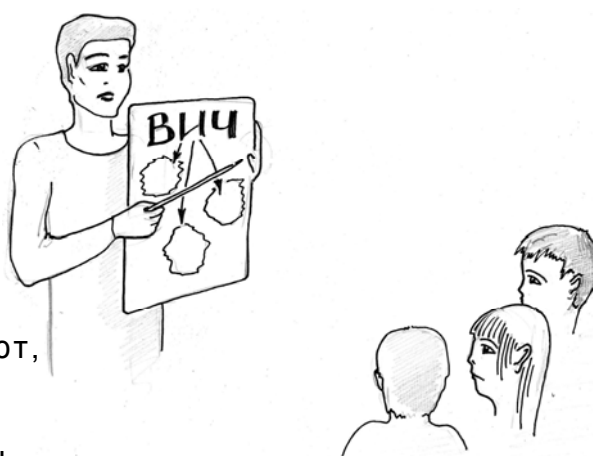
## *Кто придет на ваше занятие?*

Прежде чем начать сессию, подумайте о том, кто примет в ней участие. В некоторых частях света почти у всех есть друзья или члены семьи, зараженные ВИЧ. В таких местах многие люди в вашей группе будут заражены ВИЧ. Там дискуссии будут отличаться от дискуссий в тех местах, где мало у кого есть личные связи с зараженными вирусом. Некоторых людей друзья или семьи с ВИЧ будут поощрять приходить к вам, чтобы узнавать больше об уходе за больными людьми и о предотвращении распространения вируса. Ещё могут быть врачи, работники сексуальной индустрии или общественные работники, занимающиеся проблемами ВИЧ.

Подумайте о проведении занятий, которые включают похожих людей. Например, это может означать одну группу для подростков, другую – для женщин, и ещё одну – для людей с ВИЧ. У людей бывают разные причины для интереса к изучению ВИЧ, и вы можете просить людей поговорить об этих причинах во время занятий. Группы с похожими людьми позволяют людям говорить более свободно о проблемах, о которых им неудобно было бы говорить в более многочисленной и разнородной группе.

### **Обучение детей**

Во многих частях света старшие дети следят за младшими братьями и сестрами, пока их родители работают. Некоторые занимаются этим, потому что их родители умерли. У них редко бывает время посещать школу. Эти дети выполняют функции родителей, но часто не знают, как ухаживать за маленькими детьми и младенцами. Многие страны начали программы, которые работают с такими детьми.



**Диарея** – основная причина детской смертности. Она может быть особенно серьезной проблемой для детей со СПИДом. В Махараштре в Индии была начата обучающая программа для детей, чтобы научить их лечить и предотвращать диарею. Медработник проводит несколько часов в день, обучая старших детей. Часто диарея бывает у одного из младших детей. Медработник использует это как возможность обучать остальных детей, как различать опасные признаки обезвоживания (когда тело теряет слишком много воды), как помочь дома и когда идти за помощью в клинику. Пока одного ребенка с диареей лечат, другие дети будут следить. Часто дети очень радуются, когда ребенку становится лучше. Они идут домой и обучают родителей тому, чему обучились сами. Вы можете собрать вместе детей из вашего района и рассказать им о ВИЧ. Они потом смогут пойти домой и рассказать своим сестрам, братьям и родителям.

### *Где проводить обучение?*

Обучение может происходить во многих местах. «Формальное» обучение обычно проводится в школе, клинике, общественном здании. Другие люди, особенно сельские жители, обучаются «неформально», во время приготовления еды, прогулки, дойки коров или прополки грядок. Лучшее место для обучения людей зависит от того, кого вы собираетесь обучать. Например, может быть лучше говорить с проститутками в ночном клубе до того, как они начнут работать. Так они будут думать об услышанном во время работы. С медиками можно говорить в клинике. С учителями удобнее всего будет заниматься в школе. Вы можете использовать парикмахерскую, чтобы говорить с людьми в обществе. Традиционные лекари будут лучше учиться в собственных домах, чем в школе или клинике. Ищите, где люди живут и работают; не заставляйте их приходить к вам.



### Начало занятия

Очень важно то, как вы построите ваше занятие. Сядьте в кружок, и вы легко сможете подключить всех, когда все друг друга видят. Людям легче обмениваться идеями, вместо того, чтобы просто быть публикой для учителя. Сидя на одном уровне с группой, вы помогаете людям чувствовать себя комфортно.

Позже, особенно если группа большая, вы можете разделиться на меньшие группы. Группы смогут обучать друг друга. Просите меньшую группу обучать большую группу важнейшим вещам, которые их участники узнали друг от друга. Начните первое занятие, объяснив, что вы на сегодня планируете. Потом попросите людей представиться. Представившись, люди будут чувствовать себя более комфортно в разговоре друг с другом. Один способ представления – когда каждый объясняет, кто он, зачем он пришел на занятие и что он больше всего хочет узнать. Другой способ – взять какой-нибудь предмет, типа мяча. Все встают в круг и передают этот предмет друг другу. Каждый, взявший этот предмет, говорит своё имя и откуда он, описывает себя и говорит слово на первую букву его имени. И ещё один способ начать занятие – каждому человеку повернуться к соседу и спросить у него, откуда он и что он хочет узнать о ВИЧ. Потом каждый рассказывает группе о своем новом друге.

Вы можете спросить у людей, что они уже слышали о том, как распространяется ВИЧ и как люди заболевают от вируса, а также о каком-нибудь личном опыте с ВИЧ. Это покажет, в чём люди в группе больше всего заинтересованы и о чём они больше всего хотят узнать. Это даёт вам стартовую позицию для предложения новых идей. Это также помогает всем комфортно говорить в группе. Самое важное – обсуждение этих проблем даёт группе понять, что у людей существуют разные убеждения и опыты с ВИЧ и СПИДом. ВИЧ может быть у некоторых людей в группе. Если они могут рассказать о своём опыте, это может быть особенно убедительно для других. Из-за личных рассказов проблемы, о которых будет говорить группа, будут казаться более важными для всех в группе.

**Планирование занятий: перед началом планируйте цели занятий.**

Устраивайте занятия в соответствии с потребностями общества.

Учитывайте сильные и слабые стороны группы.

Выберите количество людей для обучения.

Подумайте о том, какие упражнения лучше использовать для группы.

Подготовьте любые обучающие материалы, которые могут вам понадобиться, такие как картинки или куклы.

Поговорите с людьми из этого сообщества, чтобы:

Выбрать место для занятий.

Выбрать лучшее время (время суток, день и время года).

Создать расписание занятий.

В дальнейшем сообщать им о собраниях.

Обычно как только начинает говорить один человек, сразу подключаются другие. Можно создать чувство доверия и сотрудничества, если всем будет комфортно говорить. Доверие – это важно. Говорить о ВИЧ означает говорить о сексе, наркотиках и других чувствительных темах. В

начале для группы проще будет отвечать на основные вопросы, которые не смущают людей. Поговорив об общих вопросах, связанных с сексом и ВИЧ, люди будут более откровенно обсуждать собственный опыт. Обращайте внимание на то, как вы задаете вопросы. Точные вопросы – обычно не лучший способ начать дискуссию. Например, вопрос группе «Все здесь регулярно пользуются презервативами?» подразумевает ответы «да» или «нет» и те, кто не пользуется презервативами, чувствуют себя виновато.

## **Во время и после занятий**

### **Во время занятий**

В начале каждого занятия объясняйте свой план на день.

Попросите группу придумать несколько правил для занятий. Вот несколько примеров:

Нельзя никого заставлять говорить о чувствах или вещах, которыми человеку неудобно делиться.

Уважайте каждое мнение о сексуальности. Замечайте и принимайте разницу во мнениях и опыте.

Определите разницу между «я верю» и «правда в том, что».

Установите конфиденциальность. Обратите внимание на том, что никто не должен говорить о чувствах и опыте других людей вне группы.

Оценивайте то, как проходит ваше занятие:

Спрашивайте людей, обучаются ли они и чему они хотят обучаться. Если нет, попросите их сделать предложения о том, как изменить занятия, чтобы их улучшить. Следует ли говорить на другие темы? Надо ли проводить занятия по- другому?

### **После занятий**

*Обсудите способы, как людям больше узнавать самим.*

*Выделите время для обсуждения курса:*

*Спросите людей в группе, что они думают о занятиях, и о том, как их улучшить, говорите об успехах и проблемах.*

*Пользуйтесь помощью участников групп для организации следующих занятий.*

Вместо этого вы можете спросить: «Почему презервативы предохраняют от ВИЧ?». Такие открытые вопросы побуждают людей говорить и делиться идеями.

Обращайте внимание на тех, кто говорит в группе. Застенчивые люди говорят мало. В некоторых обществах больший авторитет принадлежит людям старшего поколения, и поэтому молодые люди могут не захотеть говорить то, что они думают. В других культурах всё наоборот. Для изучения ВИЧ важны представления как молодых, так и пожилых людей. Поощряйте всех в группе высказывать свое мнение.

Во многих обществах женщины будут говорить реже, когда они в одной группе с мужчинами, чем когда они в группе с женщинами. Это – проблема, потому что мнения женщин важны при разговорах о СПИДе, и мужчины и женщины должны говорить о ВИЧ вместе. Одной из самых важных задач при проведении занятий является помощь каждому в обмене идеями. Задавайте каждому человеку вопрос во время занятия. Не бойтесь тишины. Позволяйте каждому хотя бы три секунды на ответ – поначалу это может показаться непривычным, но больше людей будут выражать свои мысли, если им будет казаться, что вы ждете их ответа. Вы можете иногда просить застенчивых людей вести дискуссию. Идея в том, чтобы выражать разные мнения.

### *Помощь другим в руководстве*

Многие преподаватели удивляются тому, сколько всего они сами узнают от людей во время занятий. Иногда преподавание – лучший способ учиться. У студентов-медиков в Соединенных Штатах есть поговорка: «Увидел – сделал – научил». Если у кого-нибудь в группе есть особенные знания или опыт, он может обучать группу. Например, вы можете попросить акушерку рассказать группе о том, как рождается ребенок и о способах, которыми акушерки защищают себя и своих пациенток от ВИЧ. Люди, обучающие друг друга на занятиях, помогают всем – в том числе и вам – учиться.

Хорошие преподаватели часто говорят, что глупых вопросов не существует. Если у кого-то есть вопрос, часто тот же вопрос интересует и остальных людей в группе. Пытайтесь отвечать на вопросы, сразу после того, как их задают, а не в конце занятия. Таким образом, вопросы не забываются во время занятий и всё непонятное становится ясным, прежде чем вы переходите к следующей теме.



## *Использование понятного языка и методов*

Попытайтесь преподавать на уровне, понятном для большинства людей в группе. Если вы будете задавать вопросы, это поможет вам узнать, поняли ли люди то, о чем вы говорите. Вы можете менять свой стиль преподавания в соответствии с уровнем группы. Некоторые лучше обучаются при помощи рассказов или рисунков. Другие лучше запоминают, когда информация записана. Думайте сначала, прежде чем пробовать новый метод. Например, если люди не привыкли видеть рисунки, которые показывают предмет большего размера, чем он есть на самом деле, вы можете получить неожиданные реакции. Если вы нарисуете вирус на доске, люди решат, что вирусы огромные. Так как они никогда не видели ничего похожего на ваш рисунок, они даже могут решить, что ВИЧ не существует в их районе. Объясняйте слова или идеи, новые для группы. Каждый день добавляйте достаточно новой информации, чтобы людям было интересно, но не слишком много, чтобы не перегружать людей. Когда это возможно, подавайте новую информацию в значимом виде, используя практические примеры из жизни.



### **«Мозговой Штурм»**

«Мозговой штурм» происходит, когда собирается группа людей и делится идеями о том, как решить какую-нибудь проблему. Мозговой штурм, связанный со СПИДом, может начаться с вопроса: «Почему люди боятся людей со СПИДом?». Группа может говорить о человеческом страхе перед смертью и заражением вирусом. Вы можете говорить об этих

страхах и о том, как в действительности ВИЧ передаётся и не передаётся. При мозговом штурме записывайте ответы так, чтобы люди могли их видеть. Говорите о том, какие идеи самые полезные, и развивайте те, которые кажутся лучшими. В конце обсудите ответы и раздайте задания на следующую встречу. Вы можете использовать мозговой штурм, чтобы определить проблему и найти решение.

### *Использование ролевых игр*

Обучать при помощи игр или просмотров спектаклей может быть полезней, чем читать лекцию. В ролевой игре люди берут роль персонажа, находящегося в сложной ситуации, и разыгрывают проблемы из настоящей жизни. Это помогает и актерам, и зрителям справляться с собственными проблемами. Ролевые игры помогают людям подготовиться и попробовать то, что они сказали бы или сделали в сложной ситуации; здесь они эти ситуации проигрывают. Многие ситуации не кажутся вам сложными, когда вы о них слышите, но разыгрывая их перед группой, можно показать сложности, которые появляются в жизни. Ролевые игры помогают людям придумывать творческие решения этих сложностей. Ролевые игры помогают людям справиться с застенчивостью, смущением или страхом. Вы можете использовать ролевую игру, чтобы помочь человеку научиться сказать своему партнеру о результате на анализ ВИЧ или просить партнера заниматься более безопасным сексом. Ролевые игры могут показать худшие и лучшие вещи, которые могут произойти в данной ситуации. И наконец, ролевые игры могут помочь людям понять мнения других людей. Люди в ролевой игре могут играть свои роли в течение нескольких минут, а потом меняться ролями. Это помогает им понять обе стороны проблемы. Это также поможет им увидеть, как другой человек говорил бы о той же проблеме. Позже группа, просмотревшая ролевую игру, может предложить что-то из собственного опыта или даст идеи о том, как проще говорить друг с другом. Два других человека из группы могут повторить эту же ролевую игру, а группа может выразить свои мнения о том, что, по их мнению, было сказано убедительно, а что нет.

## Ролевая игра

Попросите двух людей в вашей группе разыграть ролевую игру, в которой действующие лица – муж и жена. Один человек играет роль мужа, работающего пять дней в неделю в другом городе.

Другой играет роль женщины, работающей на рынке в родном городе. Мужчина начал заниматься сексом с другой женщиной из города, где он работает. Он любит и жену, и любовницу. К сожалению, недавно он узнал, что у него ВИЧ. Он думает, что заразился им от своей девушки. Теперь он хочет пользоваться презервативами, когда он занимается сексом с женой, но Он боится, что если он расскажет ей о своей девушке, или о том, что у него ВИЧ, его жена и семья отвергнут его. В этой ролевой игре, двое могут разыграть диалоги, которые могут произойти между мужчиной и женой или девушкой.



И наконец, ролевые игры могут помочь людям понять мнения других людей. Люди в ролевой игре могут играть свои роли в течение нескольких минут, а потом меняться ролями. Это помогает им понять обе стороны проблемы. Это также поможет им увидеть, как другой человек говорил бы о той же проблеме. Позже группа, просмотревшая ролевую игру, может предложить что-то из собственного опыта или даст идеи о том, как проще говорить друг с другом. Два других человека из группы могут повторить эту же ролевую игру, а группа может выразить свои мнения о том, что, по их мнению, было сказано убедительно, а что нет.

## *Необходимо показывать пример*

Лидер группы должен показывать остальным пример и поощрять всех в группе участвовать в процессе как обучения, так и преподавания. Вы подадите хороший пример, если вы покажете, что вы готовы признать свои ошибки или незнание. Если вы будете искренне беспокоиться о людях с ВИЧ, люди на ваших занятиях будут чувствовать то же.

Делайте то, чему вы учите. Если вы хотите, чтобы люди принимали участие, не превращайте всё занятие в лекцию. Учите при помощи историй, скетчей, игр и ролевых игр. Подумайте о том, чтобы вместе с группой посетить ВИЧ-проект в другом городе. Некоторые преподаватели любят разнообразить занятия в разные дни. Например, вторник можно сделать днём для поездок в другие места, чтобы обучаться у людей, занимающихся похожей работой; среду можно сделать днём для работы над спектаклем; четверг может стать днём для более традиционных лекций. Если группа встречается раз в неделю, каждую встречу можно построить по-разному. Испробовав разные способы организации занятий, вы можете выбрать способы, лучше всего подходящие для каждой отдельной группы. Вы будете знать, что ваши занятия успешны, когда участники групп будут способны обучать других людей тому, что они узнали.

## *После занятий*

После занятий решите, насколько понадобится поддержка новым работникам. Как они начнут использовать свои новые навыки? Будут ли они лучше всего обучаться, если в начале они будут работать с другими, более опытными медработниками, которые могли бы давать им советы по улучшению работы? Помогут ли встречи после работы учиться на обычных ошибках и опыте? Всегда можно научиться большему.

Программа сопутствующего обучения поможет людям продолжить учиться.

## **Пример однодневного занятия для работников с ВИЧ-инфицированными**

1. Знакомство: разделите группу по парам. В каждой паре два человека разговаривают друг с другом о себе и о том, чего они хотят от занятий. Соберите всех в круг и попросите каждого представить группе своего партнера (15 минут).
2. Задания: Обсудите, что группа хочет выучить к концу занятий. Что они хотят делать с этой информацией? (15 минут)
3. Упражнение 1: Обсудите с группой то, как люди могут и не могут заразиться ВИЧ. Спросите группу о вопросах и беспокойствах, связанных с ВИЧ. Цель заключается в том, чтобы вспомнить то, как распространяется ВИЧ и помочь людям поделиться тем, что их волнует. Это упражнение помогает людям говорить друг с другом и ставить учебные цели для занятий (45 минут).
4. Презентация 1: Покажите, как определять и консультировать пациентов с высоким риском ВИЧ. Добавьте сюда основную информацию о распространении ВИЧ, анализах на ВИЧ и консультациях. (1 час).
5. Упражнение 2: Разделитесь на две группы для ролевых игр. Каждая из групп может спланировать ролевую игру, сыграть её, а потом провести дискуссию со всей группой. Первая игра может описать разговор мужчины и медработника. Мужчина хочет сдать анализ на ВИЧ, потому что он занимался сексом с женщиной, которую он посещал во время путешествий (*см. главу 8*). Вторая игра может быть о замужней женщине, которая беспокоится о беременности и ВИЧ (*см. главу 9*). (1 час).
6. Обеденный перерыв (1 час)
7. Презентация 2: Покажите пример социальных тем при ВИЧ консультировании, включая вопросы этнической принадлежности, религии, сексуальной ориентации и употребления наркотиков. Цель в том, чтобы помочь людям лучше понять других людей и использовать эту информацию, чтобы улучшить ВИЧ консультирование. (30 минут)
8. Упражнение 3: Создайте список слов, чтобы описать разные группы людей там, где вы живете. Некоторые из этих слов будут нести отрицательные ассоциации. Поговорите о данном списке. Цель в том, чтобы узнать о тех отрицательных представлениях, которые могут быть у людей об определенных группах людей, и как эти представления могут помешать приобретению знаний о ВИЧ. (1 час)
9. Упражнение 4: Сыграйте ещё одну ролевую игру, чтобы определить несколько способов того, как говорить о сексе. Разделите группу по парам: один человек играет молодую женщину, которая хочет поговорить о «более безопасном сексе» со своим новым другом. Второй человек играет роль этого друга, который хотел бы заняться сексом с молодой женщиной. Группа может посмотреть на этих двух актеров, а потом поговорить об их поведении. (1 час).
10. Краткое изложение и оценка: Поговорите о занятии и о поддержке программ по борьбе с ВИЧ в данном районе. Обсудите последующие занятия. Определите завершающий круг вопросов и комментариев. (30 минут)
11. Планы на будущее: Попросите людей в группе обсудить то, что они планируют в своей работе с ВИЧ там, где они живут. (30 минут)

## *Ответы на вопросы Тимура*

*«Как мне повысить интерес внутри группы? Как подключить всех, даже людей, которым обычно становится скучно? Что, если люди слишком застенчивы, чтобы говорить на такие темы, как секс и употребление наркотиков?»*

Чтобы повысить интерес, важно, чтобы Тимур помог группе обучиться знаниям о ВИЧ. Это значит, что у всех должен быть шанс поговорить. Тимур может попросить участников группы сесть в круг и представиться. Он может использовать рисунок или отдельный вопрос о ВИЧ, чтобы помочь людям начать говорить. В начале занятий Тимур может спросить у каждого, почему его интересуют занятия о ВИЧ и СПИДе и что он хочет узнать. Некоторые люди не любят говорить на такие темы, как секс; чтобы упростить дискуссию, Тимур может организовать для всех ролевые игры. Он может разделить большую группу на более маленькие группы, чтобы говорить с ними на разные темы. После этого маленькие группы могут вернуться в большую группу, чтобы обсудить то, что они узнали. После занятий Тимур может спросить у группы, что получилось, что не получилось и как сделать следующее занятие лучше.