

Връстници обучават Връстници Обучение на обучители



*Междуинституционална група на ООН за здраве, развитие и закрила на младите хора в
Европа и Централна Азия
Подкомисия по обучение на връстници от връстници*

СЪДЪРЖАНИЕ

Благодарности	6
Въведение	7
РАЗДЕЛ I: ОТ ТЕОРИЯ КЪМ ПРАКТИКА В ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ	9
Какво представлява обучението чрез връстници?	10
Защо обучение чрез връстници?	11
Теоретична основа на обучението чрез връстници	12
Теорията на мотивираните действия	12
Теория за социалното учене/социално-когнитивна теория	13
Теория за разпространение на нововъведенията	13
Теория на образованието с участие	14
Модел на здравните убеждения	14
Модел за информация, мотивация, поведенчески умения и ресурси (ИМПР)	15
Прилагане на теорията в практиката	16
Учене чрез правене	16
Приложение на ролевите игри	18
Обучението чрез връстници като партньорство между млади хора и възрастни	19
Обучението чрез връстници като парченце от пъзела	20
РАЗДЕЛ II: НАСОКИ ЗА ОБУЧЕНИЕТО НА ОБУЧИТЕЛИ	21
Увод	22
Как се използва тази програма за обучение на обучители	23
Ключови компоненти на семинар	24
Примерен шестдневен семинар за обучение на обучители	26
Цели	26
Очакван резултат	26
Дневен ред на семинара: кратък преглед	27
Описание на обучителната програма ден по ден	29
ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 1	29
1. Откриване на семинара	30
2. Представяне на обучителите и участниците	31
3. Въпросник, предхождащ теста	33
4. Увод в обучителната методология	33
5. Тема на обучението: Представяне на техниките за „разчупване на леда“, загаряване и енергизиране на участниците	33
6. Обучителна тема: Създаване на основни правила	37
7. Участниците споделят очакванията и притесненията си	38
8. Какво могат да очакват участниците през седмицата	38
9. Обучителна тема: Обучението чрез връстници - теория и практика	39
10. Обучителна тема: Използване на въвеждащи тематични заглавия в обучителната програма	43
11. Обучителна тема: Как да говорим пред аудитория	45
12. Обучителна тема: Представяне на игри и упражнения за изграждане на екипа и на доверието в него	48
13. Обучителна тема: Използване на ролеви игри	52
14. Подбор на екипите, които ще докладват след всеки изминал ден	55
15. Приключване	55

СЪДЪРЖАНИЕ

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 2	56
1. Разтягане и загряване	57
2. Докладване по ген 1	57
3. Упражнения за „разчупване на лега“ и за изграждане на екип	58
4. Обучителна тема: Техники за обмен на информация	59
5. Обучителна тема: Техники за изследване ценностите и нагласите	62
6. Обучителна тема: Джендър-осъзнаване и чувствителност	71
7. Приключване	74
ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 3	75
1. Упражнение за разтягане	76
2. Докладване по ген 2	76
3. Упражнение за «разчупване на лега»/загряване	76
4. Обучителна тема: техники за формиране на умения	77
5. Енергизиращо упражнение	81
6. Обучителна тема: мотивационни способности и техники	81
7. Отново ролева игра	86
8. Приключване	87
ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 4	88
1. Упражнение за разтягане	89
2. Докладване по ген 3	89
3. Изграждане на доверие	89
4. Обучителна тема: Работа с деца в риск	90
5. Приключване	95
Групова екскурзия	95
ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 5	96
1. Упражнение за разтягане	97
2. Докладване по ген 4	97
3. Изграждане на екип	97
4. Обучителна тема: Умения за съвместно водене на групи	97
5. Енергизиращо упражнение, предложено от участник	100
6. Обучителна тема: Подбор, обучение, и супервизия върху обучители на връстници	100
7. Обучителна тема: Съветване съпоставено с обучение	103
8. Приключване	106
ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 6	107
1. Упражнение за разтягане	108
2. Докладване по ген 5	108
3. Упражнение за „разчупване на лега“, предложено от участници	108
4. Обучителна тема: Наблюдение и оценка на програми за обучение чрез връстници	108
5. Обучителна тема: Партньорство между възрастни и млади хора	111
6. Какво усвоихме, коментар, оценка	116
7. Церемония за закриване и раздаване на сертификати	116
РАЗДЕЛ III: ПРИМЕРНА СЕСИЯ ЗА ОБУЧИТЕЛИ НА ВРЪСТНИЦИ ПО ХИВ/СПИН	119
Основна презентация	120
Дневен ред	121

СЪДЪРЖАНИЕ

Описание на дейностите	122
Въпросник	122
Увод	122
Упражнения за „разчупване на леда“	123
Основни правила	123
Какво означава за вас „безопасен секс“? ?	123
Гостуващ лектор или видеопрожекция	124
ХИВ/СПИН: Основни факти и въпроси	124
Ролева игра	124
Как се поставя презерватив - презентация	125
Въпроси преди края	125
Приключване	125
ПРИЛОЖЕНИЯ	127
ПРИЛОЖЕНИЕ 1: Анотиран списък с ресурси за обучение чрез връстници	128
ПРИЛОЖЕНИЕ 2: Примерен тест за оценка на семинара преди/след провеждането му и проучване за качеството на обучението	144
ПРИЛОЖЕНИЕ 3: Примерен формуляр за оценка на уменията на връстниците обучители и на учителите	147
ПРИЛОЖЕНИЕ 4: Материали за раздаване	150
Десет факти за ХИВ/СПИН	151
Онагледяване на пряк опит	154
Обучението чрез връстници и теориите за промяна на поведението	155
Илюстрация на квадратите на неприкосновеното пространство	157
Илюстрация на дървото на проблемите	158
Тест на тема ХИВ/СПИН	159
Предизвикателството на ППИ – версия на фасилитатора	161
Видове подходи, ръководени от връстници (А)	164
Видове подходи, ръководени от връстници (Б)	165
Стилове на съвместно водене на групи	166
Тест на тема съвместно водене на групи	167
Ефективно партньорство между млади хора и възрастни	168
Стълбицата на участие, създадена от Роджър Харт	170
Ползите от партньорството между млади хора и възрастни	172
Пречките пред изграждането на ефективно партньорство между млади хора и възрастни	173
Наблюдение и оценка на програма за обучение чрез връстници	177
Скалата на Кинсли	181
ПРИЛОЖЕНИЕ 5: Допълнителни упражнения	182
Какво означават понятията „пол“ и „джендър“	183
Анализ на медийните образи	185
Парти на млади хора без гаджета през почивните дни	187

БЛАГОДАРНОСТИ

Създаването на този наръчник е дело на Съвместната Междунституционална група на ООН за здраве, развитие и закрила на младите хора в Европа и Централна Азия – подкомисия за обучение чрез връстници. Той е подкрепен от Фонд на ООН за население, Дирекцията за арабските страни и Европа и УНИЦЕФ, Регионален офис за Централна и Източна Европа и ОНД.

Междунституционалната група е група за техническа подкрепа, която беше сформирана през юни 1999 г., за да предоставя насоки за разработване на програми, обучения, изследвания, добри практики и материали за цялостно развитие и защита на здравето на младите хора чрез основани на правата подходи и общи работни планове и обмен на опит между агенциите на ООН и други ключови партньори. Основният екип от автори се състои от Робърт Зиелони, Грета Кимзеке, Срджан Стакич и Мария де Баун. Александър Богдироза ръководи цялостно процеса, а Сю Пфифнер беше редактор консултант.

Дължим специални благодарности на рецензентите Давид Кларк (ЮНЕСКО),

Хали Малер (Международна агенция за семейно здраве) и Алана Армитаж (Фонд на ООН за население).

За създаването на този наръчник помогнаха много ентузиазмът и коментарите на всички обучители на връстници, които участваха в регионалните и субрегионалните семинари, организирани от Междунституционалната група между 2000 и 2003 година в Източна Европа и Централна Азия, с които бяха обсъждани и апробирани обучителните дейности, описани в този наръчник.

Юли, 2003

Мненията, изразени в този документ, не изразяват непременно становището на Фонда на ООН за население и на УНИЦЕФ. Принципите и политиките на двете агенция се определят от съответните решения на ръководството на всяка от агенциите и всяка от агенциите изпълнява описаните в този документ интервенции според своите принципи и политики и в рамките на мандата си.

ВЪВЕДЕНИЕ

В много страни по света има наръчници за обучение на връстници от връстници. Като цяло те се опитват да дават насоки за обучение на учителите на връстници или идеи за дейности, които могат да бъдат провеждани в проекти с млади хора за обучение на връстници от връстници.

Тази публикация обаче се концентрира специално върху обучението на учители и дава примерна учебна програма. Примерният график се основава отчасти на опита от поредица субрегионални учебни семинари в Източна Европа и Централна Азия, организирани от Междунационалната група на ООН за здраве, развитие и закрила на младите хора в Европа и Централна Азия.

Наръчникът е предназначен да подпомогне работата в бъдещи обучения на „опитни“ учители в обучението на връстници от връстници. Но много от упражненията, включени в учебната програма, могат да бъдат използвани и за обучение на учители по подхода „Връстници обучават връстници“ на възраст над 16 години. Някои от дейностите са подходящи и за сесии на терен, в които учителите работят с целеви групи от млади хора на възраст между 14 и 20 години.

Тази учебна програма се фокусира върху темите за сексуално и репродуктивно здраве и превенция на ХИВ, полово предавани инфекции и злоупотреба с психоактивни вещества. Специално внимание се обръща на чувствителността към социалните, половите и културните различия при дейностите, свързани със здравното образование. Общите насоки за обучение и предложените техники обаче могат да бъдат използвани за обучение на връстници от връстници във всички области.

И все пак тази учебна програма не претендира (и не би могла), че покрива всички възможни варианти на гореспоменатите теми. Основната информация за ХИВ/СПИН е дадена в Приложение 4 (стр. 134), а в Приложение 1 на стр. 115 са изброени полезни публикации и интернет страници, които дават факти и цифри за тази и за други теми.

Също така трябва да се подчертае, че този ръчник не може да замести реалния учебен курс чрез лично участие, а по-скоро трябва да се възприема като помощен инструмент за учебните семинари.

ВЪВЕДЕНИЕ


Наръчникът се състои от три части:

- **РАЗДЕЛ I: ОТ ТЕОРИЯ КЪМ ПРАКТИКА В ПОДХОДА „ВРЪСТНИЦИ ОБУЧАВАТ ВРЪСТНИЦИ“.** В този раздел прави преглед на определението на подхода „Връстници обучават връстници“ и на неговата обосновка и смисъл в контекста на различните теории и модели за промяна в поведението.

- **РАЗДЕЛ II: НАРЪЧНИК ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ОБУЧИТЕЛИ** представя план за примерен 6-дневен семинар за обучение на обучители. Програмата дава подходящи обучителни упражнения и бележки по всяка от обучителните теми. Упражненията са описани подробно, така че да могат да бъдат пресъздадени лесно в бъдещи обучителни курсове.

- **РАЗДЕЛ III: ПРИМЕРНА СЕСИЯ ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ВРЪСТНИЦИ ОТ ВРЪСТНИЦИ НА ТЕМА ХИВ/СПИН** Това е примерен вариант за обучение на връстници от връстници на терен. Описва три- до четиричасова обучителна сесия за ХИВ/СПИН с група пограстващи.

- **Приложенията** представят списък с публикации за подхода „Връстници обучават връстници“. Тази разширена библиография съдържа наръчници за подхода „Връстници обучават връстници“, изследвания, учебници за обучения и съответните програми за опазване на здравето на младите хора, списания за подхода и списък на полезни интернет страници. Приложенията съдържат и примери за пред- и след-тестови въпросници, както и форма за оценяване на уменията на обучителите, много материали за раздаване на участниците, свързани с обучителни теми, например основна информация относно ХИВ/СПИН и психоактивните вещества и примери за допълнителни обучителни упражнения.



От теория
към практика
в обучението
чрез връстници

РАЗДЕЛ I

ОТ ТЕОРИЯ КЪМ ПРАКТИКА В ПОДХОДА „ВРЪСТНИЦИ ОБУЧАВАТ ВРЪСТНИЦИ”

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ?

ЗАЩО Е НЕОБХОДИМО ТАКОВА ОБУЧЕНИЕ?

ТЕОРЕТИЧНА ОСНОВА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

Теория на обмисленото действие

Теория за социалното учене/социално-когнитивната теория

Теория за разпространение на иновациите

Теория на образованието с участие

Модел на здравните убеждения

*Моделът, наречен съкратено ИМППР: информация, мотивация, поведенчески умения
и ресурси*

ПРИЛАГАНЕ НА ТЕОРИЯТА В ПРАКТИКАТА

Учене чрез правене

Използване на ролеви игри

**ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ КАТО ПАРТНЬОРСТВО МЕЖДУ МЛАДИ ХОРА
И ВЪЗРАСТНИ**

ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ КАТО ЧАСТ ОТ ПЪЗЕЛА

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ?

В контекста на настоящия наръчник обучението чрез връстници е процесът, в който добре обучени и мотивирани млади хора извършват неформални или организирани образователни дейности с млади хора, близки до тях по възраст, произход или интереси (на английски „peer” – [пиър]). Тези дейности имат определен срок и са предназначени да развият у младите хора знания, нагласи, убеждения и умения на младите хора, за да могат те да пазят своето здраве и да се отнасят отговорно към него.

Обучението чрез връстници може да се осъществява в малки групи или чрез индивидуален контакт в разнообразна обстановка: в училища, университети, клубове, църкви, работни места, на улицата, в приюти или навсякъде, където се срещат младите хора.

Ето някои примери на дейности, представляващи обучение чрез връстници:

- организирана сесия с ученици в средното училище чрез прилагане на интерактивни техники като викторини, ролеви игри или разкази;
- театрално представление в младежки клуб, последвано от групова дискусия;
- неформален разговор с млади хора в дискотека на тема различни видове поведение, което може да изложи здравето им на риск. В хода на този разговор младите хора могат да получат информация и практическа помощ.

Обучението чрез връстници може да се прилага към различни социални и възрастови групи за постигане на различни цели. Отскоро този подход се прилага широко в превенцията на ХИВ/СПИН и в програмите за репродуктивно здраве навсякъде по света.

ДЕФИНИЦИЯ

Връстник е човек, който принадлежи към същата социална група като друг човек или група. Социалната група може да се базира на критерии като възраст, пол, полова ориентация, професия, социално-икономически и/или здравен статус и т.н. (*Бел. прев.:* В контекста на този наръчник е използвана думата „връстник” поради липсата на точен български аналог на думата „peer”.)

Обучение е понятие, което обхваща развитието на знанията, нагласите, убежденията или поведението на даден човек като резултат от процеса на учение.

¹ *NB!* Английският термин „peer education” се превежда трудно на други езици поради значението на думата „Peer”. Понятието датира от преди стотици години като британски термин, отбелязващ принадлежност към един от петте ранга на лицата с благородническо потекло – т.е. „пер, лорд”. Съвременното използване на думата е „този, който е равнопоставен с друг”, този, който принадлежи към същата обществена група, основаваща се, в частност на възраст, образователна степен или обществен статус”. Така терминът „обучение между равни” ще означава „обучение на връстници от връстници” или на тези от същата обществена група или социално положение, които взаимно се обучават

ЗАЩО ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ?

Възрастовата група, към която принадлежи младият човек, оказва голямо влияние върху начина му на поведение. Това е вярно както за рисковото, така и за безопасното поведение. Обучението чрез връстници използва влиянието на връстниците по един **положителен** начин.

Младите хора, които ще обучават своите връстници, трябва да се ползват с доверието на техните връстници, тъй като това е много съществено за успеха на подхода „връстници обучават връстници“. Много често млади хора, участвали в инициативи по обучение чрез връстници, твърдят, че усвояват информацията много по-лесно, защото връстниците им, които са ги обучавали, споделят техния музикален вкус, интерес към популярни личности, начин на изразяване, семейни проблеми (взаимоотношенията с братята и сестрите им, стремежа им към независимост и т.н.) и задължения като ученици, членове на екипи и т.н. Младите обучители на връстници рядко биват възприемани като хора, облечени във власт, които наставляват и критикуват останалите. Обучението чрез връстници се възприема повече като обстановка, в която младите хора получават съвети от приятел. Този приятел е компетентен и знае какво е да си млад, защото е изправен пред същите проблеми като връстниците си.

Не е изненадващо, че младите хора са готови да черпят много информация от своите връстници по въпроси, по които са особено чувствителни или представляват табу в обществото.

Обучението чрез връстници овластява младите хора, защото им позволява да участват в дейности, които пряко ги засягат, и им осигурява достъп до информация и услуги, които им помагат да опазват своето здраве.

ТЕОРЕТИЧНА ОСНОВА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

Неизменна обща цел на всяка програма за обучение чрез връстници е да развие определено препоръчително поведение или да промени рисковото поведение на дадена целева група.

Ключов въпрос в този контекст е защо и как се адаптират хората към ново поведение. Съвременната наука в сферата на психологията на здравето, здравното образование и общественото здраве предлага подходящи поведенчески теории, които обясняват този процес. Изключително важно е да познаваме тези теории, тъй като те предлагат теоретичната основа, обясняваща защо обучението чрез връстници е полезно и ползотворно. Те са ценен ориентир и за експертите, които планират и съставят програмата за обучение чрез връстници.

Ето някои теории и модели на поведенческа промяна, които са от особено значение за обучението чрез връстници.

ТЕОРИЯ ЗА ОБМИСЛЕНОТО ДЕЙСТВИЕ

Според тази теория намерението на даден човек да възприеме поведението, което му се препоръчва, се определя от следните фактори:

- нагласата му към това поведение и убеждението му за последствията от това поведение. Така например млада жена ще има положително отношение към използването на контрацептиви, ако смята, че това ще ѝ донесе положителни резултати;
- дали субективните възгледи (личната гледна точка по даден въпрос) и възприетите от дадена общност норми (или съвкупността от групови убеждения) се базират на това какво трябва да прави според другите и дали важни за него личности одобряват или не одобряват даденото поведение.

В КОНТЕКСТА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ...

Тази концепция е важна, ако отчитаме, че:

- нагласите на младите хора се влияят силно от представите им за това какво мислят и правят връстниците им;
- младите хора могат силно да се мотивират от очакванията към тях от страна на учителите ги връстници.

ТЕОРИЯ ЗА СОЦИАЛНОТО УЧЕНЕ/СОЦИАЛНО-КОГНИТИВНА ТЕОРИЯ

Тази теория се основава предимно върху работата на психолога Албърт Бандура. Той изтъква, че хората учат:

- непряко – като наблюдават и моделират себе си по образец на другите, с които се идентифицират (например начинът, по който младите хора възприемат поведението на връстниците си);

В КОНТЕКСТА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ...

... това означава, че включването на интерактивни и експериментални обучителни дейности е изключително важно, и че обучителите на свои връстници могат да бъдат важни модели за поведение.

- като усвояват умения, които създават у тях самоувереност, че са овладели дадено поведение. Това състояние се нарича самоефикасност и включва способността на човека да преодолява бариерите, които му пречат да се държи по определен начин. Така например когато млад човек разговаря за безопасен секс със своя партньор, той ще бъде

много по-самоуверен, ако е овладял правилната техника за поставяне на презервативи например.

ТЕОРИЯ ЗА РАЗПРОСТРАНЕНИЕ НА ИНОВАЦИИТЕ

Според тази теория социалното влияние играе важна роля за промяната на поведението. Ключов елемент на тази теория е ролята на влиятелните личности в дадена общност, способни да тласнат останалите към поведенческа промяна. Тяхното влияние върху груповите норми или порядки се разглежда предимно като резултат от междуличностен обмен и дискусии.

В КОНТЕКСТА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ...

... това означава, че избраните обучителите на свои връстници трябва да се ползват с доверие и влияние в рамките на целевата група. Тяхната роля като обучители е особено важна при условията, в които целевата аудитория не се достига чрез формално планирани дейности, а чрез ежедневни социални контакти.

ТЕОРЕТИЧНА ОСНОВА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

ТЕОРИЯ НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ УЧАСТИЕ

Според тази теория, за да се осъществи промяна на поведението на даден човек, трябва да се чуе неговият глас и да се осигури пълноценното му участие при разглеждане на проблема, който го вълнува.

В КОНТЕКСТА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ...

... значимостта на тази теория е очевидна: много застъпници на обучението чрез връстници твърдят, че хоризонталният процес, в който връстниците разговарят помежду си и определят своя курс на действия, е ключ към успеха на всяко начинание, включващо обучение чрез връстници.

МОДЕЛ НА ЗДРАВНИТЕ УБЕЖДЕНИЯ

Моделът на здравните убеждения е разработен в началото на 50-те години от социалните психолози Годфри Хохбаум, Стефан Кегелс и Ървин Розенцок. Моделът обяснява и предсказва здравното поведение, като проследява как то се влияе от човешката представа за уязвимост, пречки и ползи.

Според този модел ако даден човек има желание да избегне болестта или да оздравее

В КОНТЕКСТА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ...

... най-важна в модела на здравните убеждения е концепцията за представата за пречките, т.е. представата за материалната и психологическата цена на препоръчаното действие. В това отношение учителят на свои връстници може да намали представата за пречки сред своите връстници, като ги убеждава, коригира заблудите им, създава им стимули и ги подпомага. Така например ако млад човек не посещава поликлиниката, защото не вярва, че резултатите от прегледа му ще се запазят в тайна, учителят на свои връстници може да му предложи информация за друга здравна служба, която зачита това условие - така ще му помогне да преодолее предубежденията си и да се обърне към подходящи здравни грижи.

(ценност), а също така вярва, че конкретно здравно действие ще предотврати болестта (очакване), той ще извърши това действие.

За съжаление този модел на поведенческа промяна не обръща достатъчно внимание на навиците, нагласите и чувствата. Затова ако искаме да прилагаме този модел в процеса на обучение чрез връстници, ние трябва да се съобразим и с редица други фактори, които влияят върху поведението (култура, социално влияние, социално-икономически статут, личен опит и т.н.).

МОДЕЛ НА ИНФОРМАЦИЯ, МОТИВАЦИЯ, ПОВЕДЕНЧЕСКИ УМЕНИЯ И РЕСУРСИ (ИМПР)

ИМПР е адаптиран модел, върху който се базира голяма част от настоящото ръководство. Той разглежда здравното поведение изчерпателно и ясно, по начин, който може да бъде прилаган към най-различни култури. Моделът е насочен предимно към установяване на информацията (какво), мотивацията (защо), поведенческите умения (как) и ресурсите (къде), за да се въздейства върху млади хора с рисковото поведение. Така например ако даден младеж знае, че правилното използване на презерватив може да предотврати разпространяването на ХИВ, той може да е мотивиран да го използва правилно. Поради вероятността същият младеж да не е в състояние да си закупи или намери презерватив, към модела бе добавена и концепцията на ресурсите.²

В КОНТЕКСТА НА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ...

... на програма, която не прилага изчерпателния подход на ИМПР, ѝ липсват някои важни елементи за намаляване на рисковото поведение и насърчаване на по-здравословен начин на живот. Така например програмата може да обяснява необходимостта от контрацепция и да описва методите на контрацепция, но да не онагледява правилното използване на контрацептивите. Следователно младите хора ще знаят **какво** да правят, но не и **как** да го правят. В други случаи програмата запознава младите хора с примери на здравословно поведение, които онагледява практически, без да ги подкрепя с достатъчно силни емоционални или интелектуални аргументи, т.е. без да посочва **защо** е нужно такова поведение. Въпреки че ресурсите могат да се разглеждат като част от информацията, младите хора трябва да получават информация **къде** могат да получат подходящи ресурси или услуги извън контекста на обучението чрез връстници. Такива ресурси биват здравните заведения, които предлагат подходящи по форма и начин услуги за младите хора, служби за консултиране, програми, които предоставят тестове за ХИВ и полово предавани инфекции (ППИ) или бременност и предлагат предпазни средства (напр. презервативи и контрацептивни средства).

² Зелони, Р. И. Люис, Т. Личностно общуване. Адаптация на модела ИМП, 1993; Фишер, Дж. Д., Фишер, П. А. Как да променим рисковото поведение, свързано със СПИН, Бюлетин по психология, 11, 455-474-1992.

ПРИЛАГАНЕ НА ТЕОРИЯТА В ПРАКТИКАТА

Независимо дали провеждате обучение на обучители, обучение на обучители на свои връстници, или обучение на целевата аудитория чрез връстници, има някои основни методологични съображения при прилагане на теорията в практиката. Най-важните от тях са учене чрез опит и преживяване (наречено „учене чрез правене“) и използването на интерактивни методи на обучение и грама-методи.

УЧЕНЕ ЧРЕЗ ПРАВЕНЕ

Една древна поговорка гласи: *„Каж ми... забравям, покажи ми... помня, включи ме... разбирам.“*

По време на обучителния семинар е много важно да се осигури активното участие на обучаемите, така че те да могат да внесат в него собствения си опит. По този начин те ще могат да започнат да развиват своите умения и веднага да получат оценка за тях. Те получават и възможността пряко да участват в редица обучителни упражнения и техники и след това да предадат натрупания си опит на своите колеги или връстници.

Моделът за обучение на обучители, предложен в настоящото ръководство, се базира на модела на учене чрез правене и на техники с висока степен на интерактивност. Моделът включва четири елемента: **пряк опит** (дейност, в която обучаваните създават свой опит), **осмисляне** на формирания опит, **обобщение** (извлечени поуки) и **прилагане** на извлечените поуки. Обучението може да се обобщи в следната диаграма:³

³ *Де Брюн, М. Джендър или пол: кой го е грижа? Бележки за обучение на обучители. Чапъл хил, Ипас, 2002.*

ПРЯК ОПИТ

(ОБУЧИТЕЛЯТ ПРЕДСТАВЯ ДЕЙСТВИЕТО/УПРАЖНЕНИЕТО И ОБЯСНЯВА КАК СЕ ПРАВИ)

УЧАСТИЕ

ОБУЧАЕМИТЕ УЧАСТВАТ В:

- МОЗЪЧНА АТАКА
- РОЛЕВА ИГРА И РАЗКАЗВАНЕ НА ИСТОРИЯ
- ДИСКУСИЯ В МАЛКА ГРУПА
- КАЗУСИ
- ИГРИ И РИСУВАНЕ НА КАРТИНИ

ПРИЛОЖЕНИЕ

СЛЕДВАЩИ СЪПКИ
(ОБУЧИТЕЛЯТ ДАВА ПРЕДЛОЖЕНИЯ)

ОБУЧАЕМИТЕ ДИСКУТИРАТ:

- КАК ЗНАНИЯТА/УМЕНИЯТА МОГАТ ДА БЪДАТ ПОЛЕЗНИ В ТЕХНИЯ ЖИВОТ;
- КАК ДА ПРЕОДОЛЕЯТ ТРУДНОСТИТЕ ПРИ ИЗПОЛЗВАНЕТО НА ЗНАНИЯТА/УМЕНИЯТА
- ПЛАН ЗА ИЗПОЛЗВАНЕ НА ЗНАНИЯТА/УМЕНИЯТА В БЪДЕЩЕ

ОСМИСЛЯНЕ

МИСЛИ/ЧУВСТВА
(ОБУЧИТЕЛЯТ ПРОВЕЖДА ДИСКУСИЯ)

ОБУЧАЕМИТЕ:

- ОТГОВАРЯТ НА ВЪПРОСИ
- СПОДЕЛЯТ РЕАКЦИИТЕ СИ СПРЯМО ДЕЙНОСТТА
- ПОСОЧВАТ ОСНОВНИТЕ РЕЗУЛТАТИ

ОБОБЩЕНИЕ

ИЗВЛЕЧЕНИ ПОУКИ
(ОБУЧИТЕЛЯТ ДАВА ИНФОРМАЦИЯ;
ПОСОЧВА СХОДСТВОТА И РАЗЛИЧИЯТА;
ОБОБЩАВА)

ОБУЧАЕМИТЕ:

- ПРЕДСТАВЯТ СВОИТЕ РЕЗУЛТАТИ И ПРАВЯТ
- ГЕНЕРАЛНИ ЗАКЛЮЧЕНИЯ

ПРИЛАГАНЕ НА ТЕОРИЯТА В ПРАКТИКАТА

ПРИЛОЖЕНИЕ НА РОЛЕВИ ИГРИ

В обучението чрез връстници се прилага широк спектър от интерактивни техники: мозъчна атака, дискусии в малка група, казуси, викторини и др. Друга често използвана и много важна интерактивна техника е ролевата игра. Добрата, реалистичната ролева игра може да помогне за постигане на няколко основни цели на всяка здравнообразователна програма:

- **Представя информация.** Ролевата игра е привлекателен начин за представяне на информация чрез чувство за хумор и реалистични ситуации. Тя позволява на учителите да пресъздават чрез средствата на играта митовете, които хората разпространяват, и да покажат как те могат да бъдат развенчани. При ролевата игра хората могат да изследват проблеми, които им е неудобно да разискват в реалния живот.
- **Създава мотивация.** Ролевата игра пресъздава умело стресовите фактори в живота и трудните психо-социални ситуации, които понякога възникват поради грешни решения и рисково поведение. Тя може да пресъздаде по особено правдоподобен начин различни ситуации, като например получаването на положителен тест за бременност, ППИ, ХИВ и т.н. Тя може да демонстрира трудностите, пред които са изправени младите хора, когато трябва да споделят чувствителна и болезнена информация със своя любим или със сексуалния си партньор. Добре поставената ролева игра ангажира сърцата и умовете на аудиторията и може да я мотивира да промени своите нагласи по даден въпрос.
- **Изгражда умения.** Когато се провежда умело, ролевата игра има силата да оформя поведението. Тя илюстрира различни умения, като способността да преговаряме, да отказваме и да вземаме решения, а също ни учи на практически умения, като например как да използваме правилно презерватив.
- **Насочва към ресурси.** Ролевата игра информира аудиторията за здравните служби в рамките на нейната общност и ги описва, посочвайки дали те са достъпни за младите хора, дали уважават техните права на поверителност и т.н.

Поради всички гореизброени причини при обучението чрез връстници трябва да се заделя достатъчно време за ролеви игри и за усвояване от страна на учителите на свои на добри актьорски умения.

За повече насоки относно техниката на ролевите игри вижте Раздел ☒, стр. 43.

ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ КАТО ПАРТНЬОРСТВО МЕЖДУ МЛАДИ ХОРА И ВЪЗРАСТНИ

Обучението чрез връстници трябва да се разглежда като пример на партньорство между възрастни и млади хора: добротото обучение чрез връстници е резултат от съвместната работа на млади хора и възрастни по постигането на целите на тяхната програма.

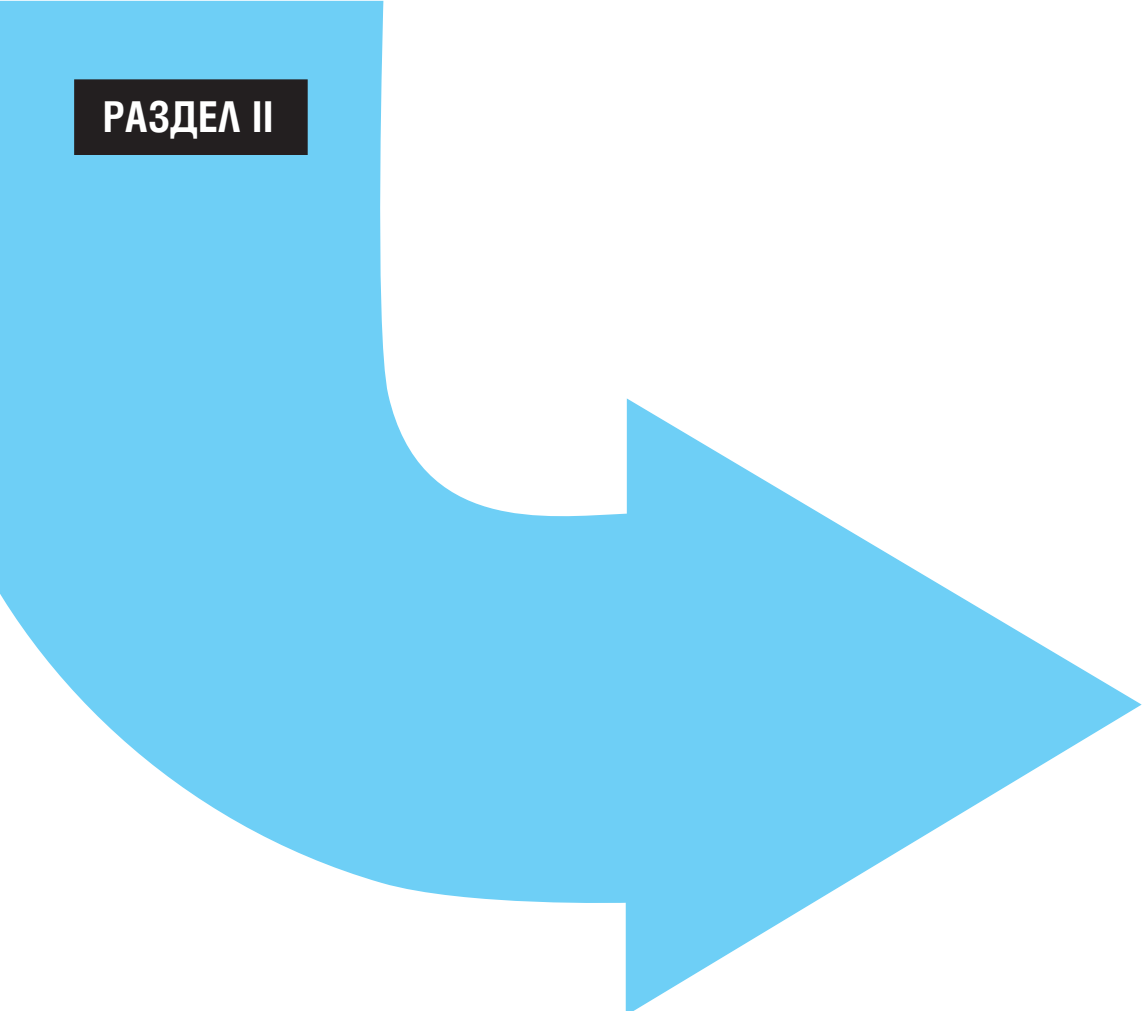
Партньорствата между младите хора и възрастните възникват от убеждението, че младите хора имат правото да участват в разработването на програми, които са насочени към тях, и правото на глас във формулирането на политиките, които ги засягат. Освен това положителната практика в младежкото здравно образование показва, че пълното ангажиране на целевата група в разработването на програмата допринася за нейната устойчивост и ефективност. Когато е налице такова участие от страна на младите хора, програмата откликва на конкретните нужди и грижи на целевата група, а нейните подходи са интересни и завладяващи.

Следователно когато се разработва и изпълнява проект за обучение на млади хора чрез връстници, от решаващо значение за успеха на програмата е да се изгради ефективно партньорство между младите хора и възрастните.

Най-важните елементи, съставляващи ефективно партньорство между млади хора и възрастни, са разгледани в Раздел, стр. 98.

ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ КАТО ЧАСТ ОТ ПЪЗЕЛА

Обучението чрез връстници е съставна част на сложния пъзел, представляващ подобряването на сексуалното и репродуктивното здраве на младите хора чрез превенция на ХИВ, ППИ, употреба на наркотични вещества и други здравословни проблеми. Между програмите за обучение чрез връстници и здравните служби и институции трябва да има много добра координация. За тази цел експертите, съставляващи такива програми, трябва да изградят тесни контакти с редица организации, с които да работят в коалиции или сдружения, и да се допълват и консултират взаимно. Затова обучението чрез връстници трябва да бъде част от един цялостен подход и от дейност, която обхваща цялата общност. Така например обучението чрез връстници може да допълва училищното здравно образование, насочено към развитие на умения и осъществявано от учители, или медийна кампания, за поощряване на използването на презервативи, или работата на здравните работници в клиниките или пък работата на социалните служители в стремежа им да установят контакти с уязвими млади хора извън училище.



Насоки за обучението на обучители

РАЗДЕЛ II

НАСОКИ ЗА ОБУЧЕНИЕТО НА ОБУЧИТЕЛИ

УВОД

КАК СЕ ИЗПОЛЗВА ТАЗИ ПРОГРАМА ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ОБУЧИТЕЛИ

КЛЮЧОВИ КОМПОНЕНТИ НА СЕМИНАР ЗА ОБУЧИТЕЛИ

ПРИМЕРЕН ШЕСТДНЕВЕН СЕМИНАР ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ОБУЧИТЕЛИ

Цели

Очакван резултат

ДНЕВЕН РЕД НА СЕМИНАРА: КРАТЪК ПРЕГЛЕД

ОПИСАНИЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА ПРОГРАМА ДЕН ПО ДЕН

УВОД

Този раздел представя примерна програма на шестдневен семинар за обучение на обучители. Семинарът е предвиден за приблизително 25 участници (виж стр. 21 за резюме на дневния ред).

Предложената програма се базира на опита, натрупан в поредица регионални обучителни семинари, проведени в Източна Европа и Централна Азия и организирани от Съвместната междуинституционална група на Обединените нации за здраве, развитие и закрила на младите хора в Източна Европа и Централна Азия.

Програмата включва набор от обучителни упражнения, които обучаемите да могат да възпроизведат сами, когато провеждат семинар за обучение обучители свои връстници.

КАК СЕ ИЗПОЛЗВА ТАЗИ ПРОГРАМА ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ОБУЧИТЕЛИ

П Някои от предложените упражнения могат да бъдат полезни за практическа работа, т.е. за работа с младежката целева група. Други дейности са предназначени само за обучение на обучители свои възрастни и може би не са подходящи за други възрастови нива. Описанието на упражненията включва и указание за възрастта на целевите групи, за които са предназначени.

Много теми и техники, описани в тази програма са съпътствани от **бележки на учителя**. Информацията в тях помага да се разбере защо дадена тема е важна или по какъв начин конкретни техники могат да допринесат за постигане на целите на обучението.

Освен като участници в обучителна програма, обучаемите учат и благодарение на социални контакти, които създават в хода ѝ. По тази причина вечер те трябва да имат възможността да се хранят и веселят заедно, да споделят своя опит, култура и таланти, да играят игри и да пеят заедно, и др. Така те получават възможност да създават мрежи и формират важен социализиращ опит. Затова в рамките на шестдневния обучителен курс е хубаво да се планира половин ден за групова екскурзия, по време на която участниците в семинара да създават контакти помежду си извън територията на центъра за обучение.

КЛЮЧОВИ КОМПОНЕНТИ НА СЕМИНАР ЗА ОБУЧИТЕЛИ

Н е съществува съвършен модел на програма за обучение на обучители, но всяка такава програма трябва да включва следните основни компоненти:

- **Изследване на аргументите в полза на обучението чрез връстници, включително ползите и предизвикателствата, които поставя.** Въпреки че бъдещите обучители на свои връстници сигурно са запознати с принципите на обучението чрез връстници, водещият трябва да се увери още в началото на обучението, че те не само разбират концепцията и ползите на този подход, но са наясно и с неговите ограничения и клопки.
- **Създаване на знания за здравно образование, базиращо се на развитие на умения, и провеждане на действия, водещи до промяна на поведението.** Обучението чрез връстници не е само начин за споделяне на информация; то цели и поведенческа промяна. Затова е важно да се схванат принципите на базиращото се развитие на умения здравно образование и на дейностите, водещи до поведенческа промяна, и да се разбере как те се обвързват с обучението чрез връстници. Така обучението ще включва всички необходими аспекти, с които се характеризира всяка ефективна програма за обучение чрез връстници.
- **Създаване на базови знания за съдържанието на програмата.** Обучителят на обучители се нуждае от основни знания по здравните проблеми, които засяга програмата. Когато възникнат въпроси, свързани със съдържанието на програмата, независимо дали това ще бъде в хода на обучението или по време на практическата работа на обучители на свои, той/тя трябва да може да им даде адекватен отговор.
- **Изследване на личните ценности, свързани със здравните въпроси, които засяга програмата, както и нагласи към норми и предразсъдъци, свързани с равенството между половете.** Обучителите на свои връстници трябва да съзнават собствените си ценности и предразсъдъци, за да могат да помагат на обучаемите да разбират техните собствени. Трудно е да ръководиш хора през процеса на самоосъзнаване, без сам да си свършил тази работа със себе си.
- **Обучение в методологии за развитие на умения, напр. ролевите игри.** Развитие на умения е съществена част от обучението чрез връстници. Всяка добра програма за обучение чрез връстници включва ролевата игра като техника за развиване на умения. За постигането на качество и убедителност на ролевата игра е необходимо известно упражняване.
- **Обучение в комуникационни и групови умения.** Умението да се фасилитира (*да се води груповият процес – б.р.*) по време на обучителен курс и да се работи интерактивно с обучаемите изисква добро познаване на комуникационните техники. Бъдещите обучители трябва да имат отлични умения по отношение на техниките на общуване и груповата работа, тъй като най-доброто обучение се провежда чрез личния пример.

-
- **Основни насоки за планиране, реализация, наблюдение и оценка на програмите за обучение чрез връстници.** Планирането и реализацията на програма за обучение чрез връстници не е само отговорност на проектния ръководител. Всички, които участват в програмата, включително обучителите на връстници, трябва да знаят какво представлява оценката на потребностите или проследяването и оценката на работата. Бъдещите обучители се нуждаят от солидни насоки, за да знаят как да подбират, наставяват и подкрепят обучители на връстници.
 - **Изследване на стратегии за достигане до уязвими млади хора.** Обучението чрез връстници е полезно както като образователен подход към обикновените млади хора, така и като начин за достъп до особено уязвими младежки групи. Бъдещите обучители на връстници трябва да могат да информират обучаемите относно потребностите на уязвимите групи и техниките за установяване на контакт и работа с тях.
 - **Насочване към ресурси във връзка с обучението чрез връстници.** Обучителите трябва да са запознати с ресурсите, които могат да допълват техните знания за обучението чрез връстници, каквито са ръководствата и учебниците за обучение чрез връстници и поведенческа промяна, информационни източници за темите, с които се работи при обучението чрез връстници (репродуктивно здраве, ППИ и СПИН, информация за наркотиците и т.н.). Всеки семинар за обучение на обучителите трябва да предлага възможности за изследване на тези ресурси.
 - **Препращане към младежки здравни услуги.** Програмите за обучение чрез връстници не се осъществяват във вакуум, а са елементи на една по-обширна среда от ресурси. Обучителите трябва да знаят какви клиници, информационни източници, аптеки, служби за здравна подкрепа и т.н. съществуват в техния район и да включат тази информация в програмата за обучение чрез връстници. Те трябва да обяснят на обучители на връстници и на останалите членове на общността как да осъществяват достъп до тези източници.

ПРИМЕРЕН ШЕСТДНЕВЕН СЕМИНАР ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ОБУЧИТЕЛИ

ЦЕЛИ

Главната цел на описания в наръчника примерен семинар за обучение на обучители е насочена към развиване на уменията им за планиране и реализиране на програми за обучение в рамките на подхода "Връстници обучават връстници".

Конкретните цели на семинара са да се даде възможност на участниците:

- да разбират по-добре концепциите на здравното образование, базиращо се на развитието на умения, както и на свързаните с това методологии, използвани от младите хора в рамките на подхода "Връстници обучават връстници";
- да получат правилна фактологична информация за репродуктивното и сексуално здраве, включително ХИВ и СПИН;
- да дискутират своите собствени нагласи и ценности относно здравното образование на младите хора;
- да придобият/развият комуникативни умения и умения за работа в група;
- да придобият умения за прилагане на интерактивните методи на обучение в работата си с младите хора;
- да усвоят основни знания по разработването на програми за обучение чрез връстници.

ОЧАКВАН РЕЗУЛТАТ

Самоуверени, компетентни треньори на обучители на връстници, които притежават умения да планират и реализират обучителна програма за обучители на връстници.

ДНЕВЕН РЕД НА СЕМИНАРА: ОБЗОР

1 ДЕН

Откриване на семинара, представяне на екипа от обучители и участниците

Представяне на обучителната методология

Създаване на непринудена обстановка

Въведение към техниките за „разчупване на лега“, загряване и енергизиране

Създаване и приемане на основни правила на работата

Споделяне на очакванията и притеснения

Запознаване с работата през седмицата

Обучение чрез връстници – теория и практика

Представяне на основните теми в обучителната програма

Използване на игри и упражнения, които способстват за сплотяване на екипа и за изграждане на взаимно доверие

Използване на ролеви игри

Избор на екипи за ежедневно докладване

Обобщаване на работата през изминалия ден

2 ДЕН

Загряване и разтягане

Докладване на свършеното през първия ден

Игра за енергизиране и „разчупване на лега“

Техники за обмен на информация

Техники за изследване на ценностните системи и нагласите

Създаване на чувствителност и осъзнаване по въпросите, свързани с джендъра (социално-половите различия - б.р.)

Обобщаване на работата през изминалия ден

3 ДЕН

Загряване и разтягане

Докладване на свършеното през втория ден

Упражнения за сплотяване на екипа и за „разчупване на лега“

Техники за формиране на умения

Мотивационни способности и техники

Ролева игра

Обобщаване на работата през изминалия ден

ДНЕВЕН РЕД НА СЕМИНАРА: ОБЗОР

4 ДЕН

Загряване и разтягане

Докладване на свършеното през третия ден

„Разчупване на лега“: използване на игри за задълбочаване на доверието

Работа с уязвими групи

Идентификация на приоритетни и целеви групи

Обобщаване на работата през изминалия ден

Групова екскурзия

5 ДЕН

Загряване и разтягане

Докладване на свършеното през четвъртия ден

Техники за „разчупване на лега“, предложени от участниците

Умения за съвместно водене на групи

Подбор, обучение и супервизия на обучители на връстници

- *различни модели за обучение на обучители на връстници*
- *подбор и супервизия на обучители на връстници*
- *Ръководене на вътрешните взаимоотношения между обучителите по подхода „връстници обучават връстници“*

Умението да консултираме съпоставено с уменията да образуваме

Обобщаване на работата през изминалия ден

6 ДЕН

Загряване и разтягане

Докладване на свършеното през петия ден

Техники за „разчупване на лега“, предложени от участниците

Мониторинг и оценка на програмите за обучение чрез връстници

Младежко участие в изготвянето на програми

Обратна връзка и оценка

Церемония по закриване на семинара

ОПИСАНИЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА ПРОГРАМА ПО ДНИ

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 1

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
1	Откриване на семинара	
2	Представяне на обучителите и участниците	Да осигури текуща оценка на семинара
3	Въпросник за оценка на входното ниво	Да осигури възможности за оценка
4	Представяне на обучителната методология	Да се изясни целта на семинара и да се представи концепцията на ученето чрез правене
5	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Представяне на техниките за „разчупване на лега”, зазряване и енергизиране на участниците Упражнения: • Предай ритъма • Подхвърляне на топка и представяне	Участниците се опознават взаимно. Участниците се запознават с дейностите за „разчупване на лега” и натрупват опит в прилагането им
6	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Създаване и приемане на основни правила на работа	Участниците се договарят за правилата, които ще са в сила по време на семинара. Участниците набелязват общи правила, валидни за обучението чрез връстници
7	Споделяне на очакванията и притесненията	
8	Какво могат да очакват участниците през седмицата	Идентифицират се очакванията на участниците относно различните аспекти на обучителния семинар
9	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Обучението чрез връстници – теория и практика Упражнения: • обучението чрез връстници – какво и защо? • теория – практикувай я! • информация, мотивация, поведенчески умения и ресурси	Тези занимания позволяват на участниците да вникнат в същността и целта на обучението чрез връстници. Участниците схващат механизмите на поведенческата промяна и тяхната обвързаност с обучението чрез връстници

ОПИСАНИЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА ПРОГРАМА ПО ДНИ

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 1 *(продължение)*

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
10	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Използване на въвеждащи тематични заглавия в обучителната програма Упражнения: • Колко внимателно се отнасяме към нашето здраве?	Въвеждане употребата на ключови теми
11	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Как да говорим пред аудитория? Упражнения: • Умения за говорене пред аудитория • 30 секунди слава	Участниците идентифицират и упражняват уменията си да правят презентация/изказване и уменията си да водят работата на малка група
12	Представяне на игри и упражнения за изграждане на екипа и на доверието в него Упражнения: • Преместване на скулптури • Човешки възел • Аха, и аз бях там	Поставя се началото на изграждане на екипа от участници в семинара. Участниците осъзнават необходимостта от изграждане на екип по време на обучението и натрупват опит в прилагането на съответните техники за това
13	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Използване на ролеви игри Упражнения: • Революция под формата на ролева игра	Въвеждането на ролевата игра като важен интерактивен метод, обслужващ целите на здравното образование
14	Подбор на екипите, които ще докладват след всеки изминал ден	Въвеждане на способ за мониторинг и оценка
15	Обобщаване на работата през изминалия ден	

1. ОТКРИВАНЕ НА СЕМИНАРА

Семинарът започва с кратко приветствие от организацията домакин. Това дава на организаторите възможността да опишат накратко проекта и да дадат на участниците допълнителна информация за обучителните занятия, за някои конкретни организационни или битови въпроси (настаняване, храна, екскурзии и т.н.).

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Сесията за приветствие на участниците може да бъде поднесена в зависимост от стила на организацията домакин и на местните традиции. Понякога церемонията по откриването на семинара се провежда в строго традиционен или официален дух с множество не винаги интересни речи, по време на които участниците трябва да пазят тишина. Това може да ги отегчи и да се запитат дали такъв ще бъде начинът за работа през останалата част от обучението им. За да избегнат подобна ситуация, обучителите могат да дадат гумата на участниците още на тази първа ключова среща. Участниците трябва на всяка цена да бъдат поканени да се представят пред цялата група, като кажат своето име, града и/или организацията, към която принадлежат.

2. ПРЕДСТАВЯНЕ НА ОБУЧИТЕЛИТЕ И УЧАСТНИЦИТЕ

Членовете на обучителния екип трябва да се представят на участниците и да им разкажат накратко за професионалния си опит, като изразят радостта си, че ще могат да работят с тях.

Бележка: *В настоящото ръководство членовете на екипа от обучители се наричат „треньори“ или „фасилитатори“ (водещи груповия процес).*

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Треньорите в семинара за обучение чрез връстници играят няколко роли:

- **Експерт.** Обучителят предава знания и умения, отговаря на въпроси (или обещава да даде информация на участниците по-късно) и коригира неправилни схващания.
- **Фактор за социализация.** Обучителят се стреми да сподели своите ценности и идеали с обучаемите. Като пример той може да сподели с тях, че както юношите, така и възрастните трябва да третират техните връстници от женски и мъжки пол като равни и да поемат отговорност за насърчаване на равенството между половете.
- **Фасилитатор.** Като базират своите методи върху опита на участниците, треньорите им помагат да придобиват новите знания и умения, представени в семинара.

Обучителите могат да подпомагат (фасилитират) различни видове учене:

- учене, свързано с дадена тематика: например какво представлява половата или сексуалната ориентация;
- учене, свързано с връзката на дадена тематика с реалния живот: например как се отразяват половите роли върху взаимоотношенията между момичетата и момчетата в периода на юношеството;
- учене как да се прилагат придобитите знания: например как могат юношите да използват чувствителността на своя пол, за да забелязват и да избягват здравните рискове;

Груповите дискусии играят съществена роля във всяка интерактивна обучителна програма. За да ръководят ефективно груповите дискусии, фасилитаторите се нуждаят от различни умения, които подпомагат процеса на обучение. Те трябва да знаят как се работи с различни видове участници и как да излизат от неудобни ситуации по време на дискусията.

Повече насоки за фасилитиране на групови дискусии можете да намерите в сесията, посветена на уменията за водене на група (5 ден, стр. 86).

КОЙ ТРЯБВА ДА БЪДЕ ВКЛЮЧЕН В ЕКИПА НА ОБУЧИТЕЛИТЕ: ☒

- Мъже и жени, които насърчават равнопоставеното участие на половете. Така се развива чувствителност по отношение на двата пола в програмата.
- Екипът може да включва също така и експерти в области, които се засягат по време на обучението: имунология, насилие, злоупотреба с наркотици и т.н. ☒
- Друга възможност, която трябва да се има предвид, е включването в екипа на млади мъже и жени, които имат богат опит в обучението чрез връстници, или които имат други конкретни полезни преимущества. ☒
- Ангажирането на преподавател по грама или по актьорско майсторство в обучителния екип може да бъде много полезно, тъй като ролевата игра е съществен елемент програмите за обучение чрез връстници. Ако бюджетът не позволява наемането на такъв експерт, задачата може да се поеме от актьори на доброволни начала, студенти по грама или пък от обучителите, ако те притежават такива умения. Този актьор ще дава напътствия на участниците как да изпълняват ролите в ролевите игри и как да изпълняват монолози. Някои обучители може вече да имат опит в съчетаването на дейности, свързани с въпросите на здравето и с актьорското майсторство. Други фасилитатори могат да почерпят от знанията на експертите, които идват да преподават техники на актьорското майсторство, и впоследствие сами да водят тази форма на обучение.

3. ВЪПРОСНИК ЗА ОЦЕНКА НА ВХОДНОТО НИВО

Участниците попълват въпросник, за да се придобие представа за тяхното входно ниво на знания, нагласи и умения (или умения, които те считат, че притежават) по отношение на темите, включени в обучението. Фасилитаторът трябва да насърчи участниците да отговорят на въпросите от своя гледна точка, а не да преписват от съседите си. Пример на подобен въпросник е включен в Приложение 2, стр. 128.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Въпросникът, чиято цел е да направи оценка на входящите знания, нагласи и умения на обучаемите, е способ за оценка, сходен на тези, които се използват при оценката на въздействието на заниманията върху целевата група на младите хора. Наблюдението и оценката представляват съществен аспект на качествения контрол и устойчивостта на всяка програма. Този въпрос се разглежда в по-голяма дълбочина в сесията за наблюдение и оценка през шестия ден от семинара.

4. ПРЕДСТАВЯНЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА МЕТОДОЛОГИЯ

Обучителят или обучителите правят кратко описание на обучителната методология (която се характерна с практическия си и интерактивен подход), която ще бъде представена и използвана през шестте дни на семинара. Това е добър момент да се припомни старата поговорка: „Кажу ми... забравям, покажи ми... помня, включи ме... разбирам.” Обяснете, че това обучение ще бъде обучение чрез преживяване и опит и активно участие, както бе описано в Раздел [I](#), стр. 13. Диаграмите в този раздел и в Приложение 4, стр. 136, могат да се размножат и раздадат на участниците.

5. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА

Представяне на дейностите за „разчупване на лега”, загаряване и енергизиране.

Цели на сесията: Участниците в семинара да се да се опознаят взаимно, да разберат целта на дейностите за „разчупване на лега” и да натрупат опит в прилагането им.

Обучителят първо представя една от описаните по-долу дейности за „разчупване на лега”. След първото упражнение се провежда групова дискусия върху начина на използване на дейностите за „разчупване на лега”, загаряване и енергизиране при обикновеното обучение и при обучението чрез връстници. Ако времето позволява, участниците могат да направят и второ упражнение.

Техника за „разчупване на лега”:

Дейност, която се осъществява в началото на дадена сесия, за да помогне на участниците да се отпуснат.

Енергизиращи дейности: Дейности, използвани за стимулиране и мотивиране на участниците в дадено обучение.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

При първата среща с треньора участниците не винаги реагират благосклонно. Чрез „загриване“ на групата с някоя приятна игра за „разчупване на леда“ или за енергизиране, участниците вероятно ще се отпуснат и така ще станат по-отворени и по-положително настроени.

Деятностите за „разчупване на леда“, които се провеждат в началото на семинара, представляват важно средство за взаимното опознаване на участниците и за намаляване на началното напрежение от това, че са заобиколени от непознати хора, с които трябва да работят. Хубаво е всяка сесия в рамките на семинара да започва с подобни дейности – те помагат на треньорите да играят и да учат заедно, както и да се чувстват мотивирани да продължат своето съвместно обучение и занаят.

Загриващите упражнения се правят в началото на всяка обучителна сесия, за да създадат положително отношение към работата. Някои групи започват с най-обикновени упражнения за разтягане, чрез които да се загреят участниците. В други случаи енергизиращите упражнения се използват за повишаване на груповата енергия, ако е ниска.

Не бива да се забравя, че дори когато хората проявяват интерес и ангажираност към преподаваната тема, те понякога се уморяват и им се доспива. Енергизиращите упражнения им позволяват да направят кратка пауза и внасят хумор, което пък укрепва положителния дух в групата.¹

КАКВО ТРЯБВА ДА ИМАМЕ ПРЕДВИД, КОГАТО ИЗПОЛЗВАМЕ ЕНЕРГИЗИРАЩИ УПРАЖНЕНИЯ?

- Използвайте енергизиращи упражнения често по време на сесиите, винаги когато хората изглеждат сънени или уморени или за да направите естествена пауза между дейностите.
- Опитайте се да подберете игри, подходящи за местния контекст. Внимателно преценете дали е подходящо да се използват игри, които включват докосване, особено на различни части на тялото.
- Опитайте се да подберете игри, които да ангажират всички участници и да отчитат потребностите и спецификата на дадената група. Така например някои игри не са подходящи за хора с увреждания.
- Игрите трябва да гарантират безопасността на групата, особено когато включват тичане. Например, осигурете достатъчно просторно пространство с чиста повърхност.
- Опитайте се да използвате не само състезателни игри, но и такива, които насърчават участниците да действат като екип.
- Опитвайте се да избягвате енергизиращи игри, които продължават твърде дълго. Упражнения не бива да са твърде дълги. Добре е да са кратки и да се преминава към следващото занимание, след като всички са се раздвижили и събудили.

Тези съвети се базират на: „Сто начина да се енергизира групата: какви игри можем да използваме по време на обучения, срещи и на практики на нашата общност.“ Международен Алианс за ХИВ/СПИН, 2002.

УПРАЖНЕНИЕ 1: ПРЕДАЙ РИТЪМА²

ЦЕЛИ: Участниците се запознават и груповата енергия се повишава, след като осъзнаят, че зависят един от друг.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 5 до 10 минути

МАТЕРИАЛИ: Никакви

ПОДХОДЯЩО ЗА: Всякакви форми на обучение и практическа работа

ПРОЦЕС: Участниците се нареждат в кръг. Обучителят представя упражнението с думите *„Сега ще се обърна и ще погледна човека, който е от лявата ми страна. В същия момент ще се опитаме да си плеснем ръцете (показва как се прави това). След това той или тя ще се обърне наляво и веднага ще плесне с ръце ръцете на своя съсед. Така ще предадем ритъма по целия кръг. Нека да се опитаме да направим това, като не забравяме да осъществяваме зрителен контакт и в същия момент да пляскаме.“*

Ритъмът на играта се ускорява, а треньорът може да казва *„по-бързо“* или *„по-бавно“*. След като всички са плеснали ръцете на съседа си, водещият казва: *„А сега ще се опитаме да ускорим максимално ритъма. Бъдете непрекъснато нащрек, защото можем да започнем нов кръг от пляскания веднага след започването на първия.“*

Ритъмът започва да се предава по веригата от един участник към следващия. Припомняйте на участниците, че трябва да го поддържат дори и някой да пропусне да плесне ръцете на съседа си. След като първият кръг от пляскания е затвърден, започнете нов, без да прекъсвате стария. Така в един и същи момент може да се осъществяват три или четири пляскания по кръга. Това често поражда приятен и енергичен хаос, съпроводен с много смях.

ЗАКРИВАНЕ: Набързо разпитайте участниците дали са се забавлявали. Помолете групата да опише, без да посочвате конкретен участник, какво се случва, ако участниците играят игра, чийто успех зависи от всички, и някой от тях изпусне топката. Напомнете на групата, че когато работят като екип, хората в него са взаимозависими и разчитат един на друг, за да имат успех.

ДЕН 1

УПРАЖНЕНИЕ 2: ПОДХВЪРЛЯНЕ НА ТОПКА И КАЗВАНЕ НА ИМЕТО³

ЦЕЛИ: Чрез тази дейност за „разчупване на лега“ участниците запомнят имената на останалите членове на групата, чрез заучаване на простичка метафора за комуникационните умения.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: 3 хартиени или много леки топки за всяка група от приблизително 8 до 12 души

ПОДХОДЯЩА ЗА: Всякаква форма на обучение и практическа работа (когато се играе в малка група)

ПРОЦЕС: Топките трябва да са готови за употреба във всеки момент от упражнението. Оформете малки групи от участници под формата на кръгове, изградени така, че да има свободно пространство от един или два метра зад всяка група, в случай че участниците се наклонят назад в опит да хванат топката.

Помолете малките групи (8 до 12 участника) да се подредят в кръг. Инструктирайте участниците: „В тази игра ще се опитаме да научим имената на останалите участници в малката група.“ Помолете всички в кръга да кажат името си един по един. Повторете това веднъж или два пъти и припомнете на участниците да казват имената си бавно и ясно, така че останалите да могат да запомнят едно или две имена. Обяснете, че в началото участникът, който държи топката, ще извика името на друг участник в групата и след това ще му метне топката. Покажете как се прави това.

Продължавайте с инструкциите: „Участникът, който хвърля топката, осъществява зрителен контакт с друг участник в групата, извиква името му и му хвърля топката. Ако искате да си припомните името на даден участник, можете да го помолите да го повтори. Така също можете да изпратите топката обратно към човека, който ви я е хвърлил.“

Част I: *Играта в действие.* Започнете играта както е описано по-горе. След няколко минути, когато участниците запамятат няколко имена, добавете втора топка и инструктирайте групата да продължи да играе с двете топки. След минута-две въведете трета топка в играта. Групата трябва да си постави за цел да мята и хваща всяка топка 10 или 15 пъти, без да я изпускат, като в същото време извиква името на този, който ще я получи. Ако някой изпусне топката, броенето започва отначало. В упражнението се използват и трите топки.

Част II: Дискусия. След като приключи хвърлянето на топките, поканете участниците да споделят как са се чувствали по време на играта. След това преминете на идеята, че мятането на топката от един участник към друг е метафора за начина на общуване между учителите на връстници. Помолете участниците в групата да опишат какво е трябвало да направят, за да приключат успешно играта: зрителен контакт, извикването на друг участник по име, проверка дали този човек е бил готов да поеме топката (или зрителното послание), хвърлянето на топката пряко към този човек, а не когато друга топка е насочена към него и т.н.

ЗАКРИВАНЕ: Подчертайте, че един от най-важните елементи на обучението чрез връстници е уменията да се общува добре. Предложете на учителите на връстници да запомнят тази игра, за да преценяват собствените си умения за общуване.

6. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Създаване и приемане на основни правила на работа*

Цели на сесията: Въвеждане на основни правила за семинара и набелязване на основните правила, които се съблюдават в обучението чрез връстници.

Водещият заедно с участниците решава какви ще бъдат правилата за настоящия обучителен семинар. След това се обсъжда важната роля, която играят основните правила при всички форми на обучение.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

В началото на обучителната сесия групата трябва да състави и съгласува набор от основни правила или насоки за работа и да разбере защо са важни те. Учителят трябва да следи за включването на определени важни правила в този набор (виж карето по-долу). Особено важно правило в семинар, в който се разглеждат деликатни въпроси, е уважението към личната или поверителната информация на участниците. Всички трябва да са наясно, че никой от участниците няма правото да споделя личната информация на другите извън групата. Някои групи използват правило за насърчаване на участниците да споделят чувствата си, ако някой ги е обидил или наранил, за да му дадат възможност да се извини. Това е особено важно, ако обидата е причинена от нетактична шега или коментар на тема пол, етническа принадлежност или лични характеристики.

След като участниците се споразумеят върху основните правила, правилата се написват на голям лист хартия, който се закача в залата за обучение и стои там по време на целия семинар. Това се прави, защото понякога е необходимо договорените правила да се припомнят на участниците.

ОБЩИ ОСНОВНИ ПРАВИЛА:

- Ще уважавам останалите, дори да не съм съгласен с тях.☒
- Ще участвам активно.☒
- Имам правото да не участвам в дадена дейност, ако тя ме кара да се чувствам неудобно.☒
- Ще изслушвам останалите, без да ги прекъсвам.☒
- Ще използвам „Аз-послания“: когато споделям свои ценности и чувства, ще използвам изречения, които започват с „Аз“ (а не с „Ти“).☒
- Няма да унижавам останалите (няма да се държа презрително или унижително с тях).☒
- Ще уважавам поверителността на чуждата информация.☒
- Ще идвам на занятията навреме.

7. ОЧАКВАНИЯ И ПРИТЕСНЕНИЯ НА УЧАСТНИЦИТЕ

Участниците имат възможност да споделят своите очаквания за обучителната сесия и да заявят своите притеснения относно обучението чрез връстници, във връзка с които биха искали да получат разяснение. Отговорите се записват на флипчарт.

Треньорите преценяват на кои очаквания може да се даде отговор в хода на обучителния семинар и кои излизат извън неговия обхват.

В края на сесията се прави преглед на тези начални очаквания като част от оценката.

8. КАКВО МОГАТ ДА ОЧАКВАТ УЧАСТНИЦИТЕ ПРЕЗ СЕДМИЦАТА

Водещият описва как обучителят екип си представя успешния семинар, като включва в това описание и очакванията на участниците. Той обяснява какво ще се случи по време на занятията през следващите няколко дни, така че участниците да знаят какво да очакват.

9. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Обучение чрез връстници – теория и практика*

Цели на сесията: Участниците да разберат същността и целта на обучението чрез връстници, както и механизмите на промяната на поведението и тяхната взаимовръзка с обучението чрез връстници.

УПРАЖНЕНИЕ 1: ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ - КАКВО И КАК

ЦЕЛ: Да се изгради общо разбиране за концепцията на обучението чрез връстници. Да се набележат ползите и ограниченията.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: три флипчарта и маркери

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на млади хора връстници.

ПРОЦЕС: Фасилитаторът провежда три поредни групови кръга на „извикване“ (дейност, която наподобява техниката на мозъчна атака, в която участниците извикват своите отговори) в отговор на следните въпроси:

- Какво разбираме под обучение чрез връстници?
- Какви са преимуществата на обучението чрез връстници?
- Какви са недостатъците на обучението чрез връстници?

(*Мозъчна атака* – групова техника за творческо създаване и натрупване на идеи по даден въпрос, при която процесът на оценяване е отложен във времето - б.р.)

Всички отговори се записват на флипчартовете.

Когато групата работи по оформяне на работната дефиниция за обучение чрез връстници по въпросите на здравето, текстът трябва да е максимално сходен до следното описание:

„Обучение чрез връстници по въпросите на здравето е процес, при който добре обучени и мотивирани млади хора предприемат неформални или организирани образователни дейности с техните връстници (млади хора на близка до тяхната възраст, произход или интереси) за определен срок от време с цел да развият техните знания, нагласи, убеждения и умения, както и чувство за отговорност спрямо тяхното здраве и способност да го опазват.“

ДЕН 1

Когато обсъждате основните преимущества и недостатъци на обучението чрез връстници в сравнение с другите форми на образование, е полезно да разполагате със следната таблица, от която да можете да почерпите полезни аргументи:

ПРЕИМУЩЕСТВА: ☒	НЕДОСТАТЪЦИ: ☒
<ul style="list-style-type: none">• млади хора поемат отговорности;• учителите и целевата група говорят на един и същ език; ☒• учители получават умения, които са важни за тяхното по-нататъшно личностно развитие; ☒• обучението чрез връстници може да допълва другите образователни дейности, каквито са работата на учителите, социалните работници, здравните специалисти и т.н.;• обучението чрез връстници се провежда на ниво общност и предоставя възможност за осъществяване на връзки с други услуги в общността;• учителите на връстници могат да имат достъп до групи, с които обикновено е трудно да се осъществи контакт;• Обучението чрез връстници не е скъпо.	<ul style="list-style-type: none">• с израстването си учителите на връстници награват своята роля. Това налага постоянно обучение и въвеждане на нови млади хора;• въздействието на обучението чрез връстници трудно се поддава на оценка;• ако учителите не са добре подготвени, обучението чрез връстници може да окаже вредно въздействие (неправилна информация, непрофесионални съвети и т.н.)

Закриване: В края на тази дейност треньорите подчертават, че обучението чрез връстници не е решение на всички проблеми и понякога може би е по-добре да се прилагат други подходи. Целта на заниманието, характеристиките на целевата група или конкретната среда са все елементи, които определят дали обучението чрез връстници е уместно или не.

УПРАЖНЕНИЕ 2: ТЕОРИЯ – ПРАКТИКУВАЙ Я!

ЦЕЛ: На участниците се разяснява практическото приложение на теоретичните и други подходи, които целят промяна на поведението.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: хартия за флипчартовете, маркери и лепенки

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

ПРОЦЕС: След кратка презентация на теориите и моделите за промяната на поведението (Вж. материалите за раздаване, включени в Приложение 4, стр. 137), участниците се разделят на три групи и на всяка група се дават по един голям лист хартия и маркери.

Всеки участник избира програма, в която е включен един от членовете на неговата група. Анализират се всички аспекти на тази програма - какво, къде и как. След това описват програмата на лист хартия и идентифицират теориите и моделите (или техни аспекти), които тя прилага. Трябва да подчертаете, че в една и съща програма може да са застъпени различни теории и модели, а в друга – само определени техни аспекти. След това групата представя резултатите от своята дискусия пред всички останали членове.

ЗАКРИВАНЕ: Подчертайте, че без да си дават сметка, всички използват теории и модели за промяна на поведението в своята ежедневна работа. Групата провежда дискусия на тема „Защо в обучителните програми е необходимо да включваме организирани теоретични и методологични подходи за промяна на поведението?“ Подчертайте още веднъж, че не е задължително една теория или модел да бъдат застъпени изцяло от програмата, а също и че програмата може да черпи аспекти от различни теории и модели.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Завършен модел за обучение чрез връстници. Като бе споменато по-горе, усилията на хората, ангажирани в обучение чрез връстници, трябва да се базират на модел или теория на поведенческа промяна, за да може да се извлече техният максимален потенциал. Колкото по-завършен е този модел, толкова по-голям ще е успехът на обучението чрез връстници.

Виж как се прилага модела ИМПР (Раздел ▣, стр. 13) в обучението чрез връстници.

ДЕН 1

УПРАЖНЕНИЕ 3: ИНФОРМАЦИЯ, МОТИВАЦИЯ, ПОВЕДЕНЧЕСКИ УМЕНИЯ И РЕСУРСИ

ЦЕЛИ: Да се набележат четирите основни елемента на успешното обучение чрез връстници, а именно: информация, мотивация, поведенчески умения и ресурси.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20 минути

МАТЕРИАЛИ: Флипчарт и маркери

ПОДХОДЯЩО ЗА: Обучение на обучители

ПРОЦЕС: Водещият начертава на флипчарта 4 колонки (които все още не озаглавява) и провежда групова викторина, в която участниците трябва да изброят основните елементи на успешната програма за обучение чрез връстници.

Те все още не знаят коя колонка за какво е, но водещият записва техните отговори на флипчарта в съответствие със следните четири категории:

- даване на информация;
- създаване на мотивация;
- формиране на поведенчески умения;
- ползване на ресурси.

Най-добре категориите да не се назовават предварително, а да се запишат отговорите в съответните колонки. След като бъдат записани всички отговори, фасилитаторът идентифицира четирите категории и провежда обсъждане на отговорите на участниците.

ЗАКРИВАНЕ: Водещият подчертава, че това са четирите взаимно допълващи се елемента.

10. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Използване на въвеждащи теми в обучителните програми*

Цел на сесията: Да запознае участниците как се използват въвеждащите теми и да създаде възможност те да натрупат опит в използването на този подход в контекста на обучението по здравно образование.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Упражнението, описано по-долу - „Колко внимателни сме към здравето си?“ - може да бъде смятано за въвеждаща тема по отношение на здравното образование. Има няколко начина да се представи нова тема или предмет на група обучители на връстници.

Въвеждащата тема може да изпълнява редица функции. Тя може:

- *да породи интерес към темата;*
- *да активира предишните знания на участниците по темата;*
- *да насърчи споделянето на информация и ресурси;*
- *да преодолее нежеланието на участниците да дискутират и учат.*

Друг прост пример за въвеждаща тема е използването на „ключови думи“. Обучителят записва ключова дума на флипчарта и кани участниците да споделят думи или идеи, които асоциират с тази ключова дума, и също ги записва на флипчарта (ако са подходящи). За по-голяма яснота вижте упражнението за джендър (стр. 62). Друг начин да се представи дадена тема е участниците да попълнят кратък въпросник по темата. Понякога водещият използва импровизирани ролеви игри като увод към темата (за други примери вж. ролевата игра „Революция“, описана на стр. 44, и упражнението с паролата, описано на стр. 49).

ДЕН 1

УПРАЖНЕНИЕ: „КОЛКО ВНИМАТЕЛНИ СМЕ КЪМ ЗДРАВЕТО СИ?“⁴

ЦЕЛИ: Това упражнение показва на участниците, че поведението на много хора не е благоприятно за тяхното собствено здраве. То цели да разшири разбирането на участниците за човешкото поведение и за разминаването между знанията ни и нашето поведение.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 10-15 минути

МАТЕРИАЛИ: Стол за всеки участник

ПОДХОДЯЩО ЗА: Обучение на обучители, обучение на обучители на връстници.

ПРОЦЕС: Всички участници застават пред столовете си. Обяснете упражнението така: *„За да започнем упражнението, всички трябва да застанете пред столовете си. Аз ще прочета някои твърдения. Ако вашият отговор на дадено твърдение е „Не“, трябва да седнете на стола. Ако можете да отговорите с „Да“ на твърдението, оставате прави. Но след като сте седнали, оставате седнали дори ако отговорът на следващите твърдения е „Да“. Така например ако първото твърдение е „Редовно ходя на медицински преглед“, а вие не се подлагате редовно на медицински преглед, трябва да седнете и да останете на мястото си.“*

Разяснете още две правила: *„Понякога на даден участник му се налага да седне още след първото или второто твърдение. Ако поредността на изказванията е била различна, може би участникът би останал прав. Тогава той пита дали би могъл да се изправи отново. Но участникът няма право да става, след като веднъж му се е наложило да седне. Това може да не изглежда справедливо, но такива са правилата на тази игра. Понякога участниците си казват: „Разбира се, че ходя редовно на преглед - последния път беше през 1992 г.!“ По време на упражнението заедно ще решим какво означава „редовно“ и това трябва да е един разумен срок. „Редовно“ не означава веднъж на 10 години!“*

Участниците се изправят. След това фасилитаторът изчита с ясен и силен глас списъка от изказванията:

- „Ходя редовно на медицински преглед.“
- „Ходя редовно на зъболекар.“
- „Не пуша цигари.“
- „Правя редовно физически упражнения.“
- „Придържам се към здравословно хранене (не ям нездравословна храна).“
- „Никога не прекалявам с алкохола.“

След като всички участници седнат, попитайте ги какво е общото между всичките твърдения. Ако никої не намери свързващото звено, вие кажете, че всички те се отнасят до различни аспекти на здравословното поведение. Обяснете, че въпреки че повечето от нас може и да знаят какво най-добро за нашето здраве, не винаги използваме тази информация по най-добрия начин. Така например макар да знаем, че не бива да ядем големи количества сладкиши, нашата воля невинаги е достатъчно силна, за да устоим на апетита си. Просто се случва така, че втората порция сладолед или сладкиш ни зоват твърде силно и непреодолимо от хладилника!

ЗАКРИВАНЕ: Обяснете, че в нашата работа може да срещнем хора със заболявания, породени от редица фактори. Не е нужно да се замисляме много дълбоко, за да разберем, че повечето от нас са си навредили в един или друг момент или са се отървавали, защото са имали късмет. Да, но не всички имат такъв късмет.

11. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Как да говорим пред аудитория*

Цел на сесията: Участниците се запознават и упражняват уменията за говорене пред аудитория и за водене на малка група (фасилитиране).

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Някои обучители на връстници изпитват притеснение да говорят пред аудитория или да бъдат обект на внимание. Затова за да се справят добре със задачите си, обучителите не бива да бъдат насилвани да правят нищо извън възможностите си.

Следното упражнение ще позволи на участниците да формират и подобрят уменията си за правене на презентация.

ДЕН 1

УПРАЖНЕНИЕ 1: УМЕНИЯ ДА ГОВОРИМ ПРЕД АУДИТОРИЯ

ЦЕЛ: Участниците се запознават с уменията за говорене пред аудитория и за водене на малка група и ги упражняват.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20 минути

МАТЕРИАЛИ: никакви, освен ако даден участник не реши да използва определени материали, като например флипчарт

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: Обяснете на групата, че ще се занимавате с техниките на говорене пред аудитория. Покажете на участниците основните елементи на умелото говорене пред аудитория, като ги инструктирате да наблюдават внимателно и да опишат това, което правите. Така участниците не само виждат принципите на умелото презентирание в действие, но и могат да размишляват върху тях.

След това водещият моли участниците да коментират току-що видяното: „*Как бихте описали това, което правя в момента?*” За да улесни участниците да различават разнообразните техники, съставляващи умелото презентирание, фасилитаторът влиза и излиза от групата, като непрекъснато използва различни важни елементи на това изкуство, сред които:

- завладяващи/интерактивни техники;
- движение във и извън аудиторията;
- използване на жестове;
- зрителен контакт (с подходящо времетраене);
- модулиране на гласа;
- подходящи шегги.

След това проведете дискусия на тема характеристиките на умелия оратор, в която трябва да засегнете следните аспекти:

- използването на конкретни истории като техника за привличане на вниманието;
- предупреждение, че участниците не бива да използват жаргонни изрази или други неподходящи изразни средства;
- как да се гарантира и поддържа безопасна учебна среда за аудиторията;
- как да реагираме при неправилни отговори от страна на аудиторията.

ЗАКРИВАНЕ: Обяснете на участниците, че ще получат оценка и коментар на умения си да говорят пред аудитория, по време на упражнението.

УПРАЖНЕНИЕ 2: 30 СЕКУНДИ СЛАВА⁵

ЦЕЛ: Участниците изнасят реч пред своята група. Това трябва да бъде едно максимално положително преживяване, за да не подтисне самочувствието им.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: столове за всички участници

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучаване на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: В това упражнение всички участници получават възможността да говорят в продължение на 30 секунди на тема по техен избор. Водещият казва: *„В края на трийсетте секунди, независимо какво става, аз ще започна да ръкопляскам и това ще бъде сигнал за всички останали да се присъединят към мен. През тези 30 секунди имате право да правите каквото си поискате. Но ако спрете да говорите, ние няма да започнем да ръкопляскаме, докато не свършат трийсетте секунди. Всички в групата трябва да удостоят говорещия с неотклонно внимание и ентусиазиран интерес. Моля ви, не го прекъсвайте говорещия по какъвто и да било начин. Освен това не бива да се опитвате да го спасявате. Трябва да ръкопляскаме еднакво силно както на първия, така и на последния говорещ, а също и на всички останали между тях.”*

Дайте знак на първия участник да започне да говори. След 30 секунди, дори и говорещият да е на средата на изречението си, групата започва да ръкопляска. Понякога може да се наложи да напомните на участниците да пазят тишина, да изчакат сигнал за начало на ръкоплясканията и да не се разсейват, докато някой говори.

ЗАКРИВАНЕ: След като всички участници говорят по 30 секунди, проведете групова дискусия, в която участниците споделят как са се чувствали по време на упражнението.

ДЕН 1

12. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Представяне на игри и упражнения за изграждане на екип и за изграждане на доверие*

Цели на сесията: Да започне процес на изграждане на екип, за да разберат участниците значението му в рамките на обучението и да усвоят техниките за осъществяването му.

След като приключи първото упражнение за изграждане на екип, (упражнението за движещите се скулптури, описано по-долу), водещият обяснява колко е важно участниците да работят като екип, в който цари взаимно доверие (вж. учебната бележка по-долу). Другите упражнения за изграждане на екип - „Човешкият възел” и „Аха, и аз бях там” – могат да се включат в бъдещ семинар.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Още от началото на своето обучение бъдещите обучители на връстници трябва да развият усещане за работа в екип и за доверие помежду си. Упражненията за изграждане на екип и доверие ще създадат такива взаимоотношения между тях, които ще им помогнат да си сътрудничат и подкрепят в бъдещата им работа. Те трябва да имат достатъчно взаимно доверие, за да работят успешно като екип.

УПРАЖНЕНИЕ 1: ПРЕМЕСТВАНЕ НА СКУЛПТУРИ⁶

Изпълнението на упражнението кара участниците да се раздвижат, да бъдат спонтанни и да преодолеят задръжките си. Също така им помага да работят за изграждане на екип и на взаимно доверие.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20 до 45 минути (честа повторяемост, с изменения)

МАТЕРИАЛИ: никакви

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: Определете място в предната част на стаята за сцена и обяснете: „*В това упражнение ще направите човешки скулптури и ще съчините стихотворение. Освен това ще доизградите своя екип и ще развиете колективно творчество.*”

Обучителят сформира група от 5-8 доброволци, които застават от двете страни на сцената (след като е посочил къде се намира сцената). Кажете на участниците да излизат отпред и да застават един по един в каквато поза пожелаят (покажете им различни пози). След като първият заеме своята поза, останалите доброволци отиват при него и също заемат някаква поза. Всички участници докосват поне един от останалите позиращи. За тази цел фасилитаторът трябва да е проверил предварително дали всички са склонни да осъществяват подобен физически контакт. Участниците излизат на сцената доброволно, заемат поза и след това замръзват в нея. Когато водещият изрече думата „Смени!”

(изказва я протяжно - смеееееииии), участниците трябва да заемат нова поза, без да прекъсват контакта си нито за миг с поне още един участник. В края на думата „Смени!“ те трябва да замръзнат в новата си поза.

Наблюдавайте групата внимателно и отбелязвайте, когато някой участник загуби физически контакт с друг. Ако видите, че момчетата и момичетата изпитват неудобство от това, че трябва да се докосват, помогнете на участниците да пренаредят скулптурата така, че един до друг да са хора от един и същи пол. Освен това може да внесате промени в условията на играта, като променяте дължината на думата „Смени!“, така че понякога групата да разполага с повече време, за да намери нова поза, а в други моменти да трябва да смени позата много бързо (за 2-3 секунди). Това прави играта по-предизвикателна и забавна. Направете така, че повече екипи да участват, след като участниците в първия направят поредица от пози.

ЗАКРИВАНЕ: За да се укрепи екипният дух, полезно е да се заснемат прекрасните групови композиции, които се образуват в тази игра. Можете да раздадете снимките на участниците, което ще им даде възможност да се почувстват част от екипа.

Варианти на упражнението

„**Кажу гума**“ (без тема). Можете да инструктирате участниците да кажат гума (произволна) в момента, в който дойдат на сцената, за да заемат поза. След като всички заемат своите пози, накарайте участниците да повторят своите гуми в същия ред, в който са идвали на сцената. Окуражете ги да казват гумите си последователно и без накъсване, като в изречение.

„**Създай поема**“ (гуми, свързани с дадена тема). Този път участниците могат да използват гума, която се свързва с дадена тема (тя може да бъде избрана от някой участник). След като групата упражни няколко пъти тази своеобразна поема, участниците извикват своите реплики едновременно.

Вариант на заключителната процедура. Когато сте готови да започнете упражнението с нова група, можете да промените начина на разчупване на скулптурата. Участниците казват гумите си в първоначалния ред и след това напускат скулптурата един по един. В друг вариант те казват своите гуми, докато напускат позата в обратен ред (т.е. тръгва си пръв този участник, който се е присъединил към груповата поза последен и последен е казал своята реплика).

ДЕН 1

УПРАЖНЕНИЕ 2: ЧОВЕШКИЯТ ВЪЗЕЛ⁷

ЦЕЛИ: Участниците работят по изграждане на доверие, изграждане на екип и разрешаване на проблеми. Те се научават да уважават телата на другите, като упражняват самоконтрол, докато се стремят да изпълнят групова задача, без да наранят останалите.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 10-15 минути

МАТЕРИАЛИ: никакви

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: Разчистете пространство, в което могат да се образуват един или повече кръгове от около 8-10 участници. Обяснете, че в тази игра е много важно да участниците да следват инструкциите и да се слушат един друг внимателно, за да не пострада нито китката, нито друга част от тялото им.

Всички застават в кръг и протягат двете си ръце към средата на кръга, така че всеки да хване ръцете на други двама участници. Задачата е без да пускат ръцете си, да разплетат възела и отново да образуват кръг.

Участниците хващат дясната ръка на един човек и лявата ръка на друг. След това бавно и внимателно размотават възела, докато успеят отново да образуват кръг, без да пускат ръцете, които държат. Ако групата се справя много добре със задачата, може да се измислят варианти, като например да се забранят разговорите или пък участниците да имат право само да си шепнат и т.н.

ЗАКРИВАНЕ: Може накратко да обсъдите с участниците как са се чувствали по време на играта.

Внимание: Преди започване на играта участниците трябва да бъдат предупредени много да внимават да не наранят себе си или другите чрез извиване на китките, настъпване и т.н.

УПРАЖНЕНИЕ 3: АХА, И АЗ БЯХ ТАМ!⁸

ЦЕЛИ: Участниците работят по изграждане на екип и доверие.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: стая, в която участниците могат да се движат свободно

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: Осигурете достатъчно пространство, в което участниците могат да тичат. Столовете се отместват встрани.

Обяснете, че един участник започва да разказва история и да изпълнява ролята на един от героите. Останалите реагират, като се включват в същото действие, сякаш всеки от тях също е този герой от разказа.

Започнете така: *„Някой започва да разказва история и да изпълнява ролята на своя герой, докато разказва. Всички в групата трябва да извършват същите действия, сякаш те също са героят на разказвача. Ако той каже „Един ден се разхождах по улицата...”, докато той върви, вие също вървите. Той може да каже: „Видях огромно дърво и започнах да се катеря по него.” Вие започвате да се катерите по дървото. Във всеки момент всеки от групата може да извика: „Аха, и аз бях там!” В този момент всички трябва да извикат в един глас: „И какво видя, приятелю?” Човекът, който прекъсне действието, поема разказа и упражнението продължава по същия начин.”*

Обяснете, че всеки от групата трябва максимално да подкрепя останалите. Ако разказвачът се затруднява и не може да измисли нова реплика, може да попитате участниците какво биха искали да се случи в този момент, ако те разказват. Те могат да отговорят, че биха искали някой друг да се включи. Това е подходящ момент да се подчертае, че при работата в екип всички трябва да са готови да се притекат на помощ на член от екипа, който е изпаднал в затруднение, така както и на тях биха искали да им се помогне в подобна ситуация.

Обяснете, че дори в разказа да има и други герои, работата на групата е да казва или прави **само** това, което прави или казва **героят на разказвача**, независимо какви са техните реплики.

Ако вие, в ролята си на водещ, забележите, че участниците описват по-слабо активни форми на поведение, като размишление, изчакване, наблюдение и т.н., обяснете, че би било по-забавно, ако изборът на поведение включва повече действие.

Обявете край на играта чак след като повечето участници са имали възможност да изиграят ролята на разказвач.

ДЕН 1

ЗАКРИВАНЕ: Проведете дискусия, в която участниците споделят как са се чувствали в играта. Попитайте например, дали някой се е почувствал „спасен” от участника, който се е намесил и на свой ред е станал разказвач или пък дали са помогнали на някой изпаднал в затруднение разказвач. Подчертайте, че успешната екипна работа изисква участниците да обръщат сериозно внимание на работата на останалите членове от екипа и да знаят как и кога могат да им се притекат на помощ, без да доминират над тях или да се стремят да поемат нещата от тях прибързано или в неподходящия момент. Можете да закриете упражнението с думите: „Нещата се развиват много по-добре, когато знаете, че ще бъдете подкрепени, ако се нуждаете от помощ. Целевата ви аудитория със сигурност ще усети това.”

13. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Използване на ролеви игри*

Цел на сесията: Въвеждане на ролевата игра като силно интерактивен метод, обслужващ целите на здравното образование.

Увод към сесията: Водещият първо разяснява значението на актьорските умения в обучението чрез връстници. Той изтъква, че предстоящата сесия ще представи техниката на ролевата игра. В хода на следващите 5 дни ролевата игра ще се използва често като образователен метод и участниците ще имат и други възможности да доразвият актьорските си умения.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Ролевата игра е метод, прилаган в обучението чрез връстници, който обслужва различни цели (вж. също така Раздел ъ, стр. 15). Много програми за обучение чрез връстници използват ролевите игри, за да илюстрират различни предизвикателства и да оформят важни умения. Ефективната ролева игра завладява сърцата и умовете на аудиторията и я мотивира да направи съществена крачка от колебание към сериозен размисъл за реална промяна на поведението.

Когато се организира представянето на ролева игра, особено важни са следните насоки:⁹

- Обикновено двама или повече участници поемат определени роли, след това разыграват сценка според предварително описана ситуация. В някои случаи се дават предварителни насоки за развитието на ситуацията, а участниците измислят само края ѝ.
- Някои млади хора не се чувстват комфортно в позицията на актьори и затова никога не бива да поема роля насила. Но ако даден член на групата реагира неохотно само защото е малко срамежлив, той трябва внимателно (не насила) да бъде насърчен да изиграе предложената му роля.
- Предложете от време на време участниците от мъжки пол да поемат женски роли и обратното, така че да имат възможността да се поставят в ситуация, пред която обикновено са изправени представителите на противоположния пол.
- Докато малките групи създават ролевите си игри, наблюдавайте работата им, за да сте сигурен, че епизодът не е по-дълъг от 5-7 минути и че всички членове участват еднакво активно в този процес.
- Насърчавайте малките групи да не съсредоточават усилията си единствено върху измислянето на сценария, а и върху упражняването на ролите.
- Осигурете достатъчно пространство за представянето на ролевата игра, за да могат всички останали участници да наблюдават безпрепятствено.
- Насърчавайте участниците да говорят високо, така че цялата аудитория да чува диалога им.
- Ако ролевата игра продължи твърде дълго или „зацikli“, предложете на играещите да спрат, за да могат всички заедно да обсъдят ситуацията.
- Дайте възможност на другите участници да споделят наблюденията си след като малката група е представила сценката си и е отговорила на въпросите на упражнението. Например, можете да попитате публиката, какво е видяла и след това да попитате актьорите дали именно такава ситуация са искали да възпроизведат.
- Понякога, когато ролевата игра е силно завладяваща, се налага актьорите да „излязат“ от ролята си и да се разкрият такива, каквито са в реалния живот, извън ролята, възпроизведена от тях.
- Ако има достатъчно време, попитайте участниците как виждат ролевата игра в контекста на собствения им живот.

ПРЕДЛОЖЕНИЯ ЗА СЦЕНАРИИ НА РОЛЕВИ ИГРИ

- **Презентация на презерватив.** Предстои ви среща със сексуален партньор, който не знае как да си сложи презерватива правилно. Покажете му как трябва да го направи, без да разваляте хубавия момент
- **Употреба на наркотици/алкохол.** Ваша добра приятелка е решила да пробва наркотик, който приятелят ѝ използва от известно време. Той ѝ е казал колко приятно се чувства и как тя ще забрави всички грижи, свързани с училището и семейството. Как ще реагирате в тази ситуация?
- **Родители намират презерватив.** Родителите на тийнейджърка намират презерватив в стаята ѝ. За какво ще си говорят с нея?
- **Пиянство, купони и секс.** Вашият приятел тийнейджър ви се хвали, че пие алкохол и е правил секс с жена, която е срещнал на купон. Казва, че някои моменти от вечерта му се губят. Подобни инциденти му се случват почти всяка събота и неделя. Какво ще го посъветвате?
- **Приятелство с ХИВ позитивни хора.** Приятел споделя с вас, че е ХИВ позитивен. Как ще реагирате на тази ситуация?

Гореописаните сценарии дават възможности да запознаете участниците с различни теми:

- Какъв е инкубационният период на ХИВ инфекцията?
- Трябва ли да се изследвам за ХИВ?
- Страхувам се, че имам ППИ. Лечимо ли е?
- Каква е разликата между презерватив от латекс и презерватив от агнешка кожа?
- Какво представляват спермицидите или овлажнителите?
- Какво е въздействието на екстази?

УПРАЖНЕНИЕ: РОЛЕВА ИГРА „РЕВОЛЮЦИЯ”¹⁰

ЦЕЛ: Това упражнение може да се използва за постигане на различни цели. То може да послужи като въведение за представяне на различни аспекти на дадена тема, като източник на информация, средство за мотивиране на промяна на поведението, за онагледяване на редица умения за водене на преговори и за вземане на решения, за моделиране на подходящо поведение и за информация относно ресурси.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20 минути

МАТЕРИАЛИ: 2 стола

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: 8-10 доброволци правят полукръг зад гърбовете на два стола. Помолете двама от тях да седнат на столовете и им обяснете, че ще трябва да направят кратко представление. Помолете единия от седналите участници да започне импровизирана сценка, като казва нещо, на което другият трябва да отговори. Обяснете, че всеки от участниците, които стоят зад столовете, може да се включи и да поеме представлението, като потупа по рамото някого от седналите (в случай че този вид докосване е приемливо

в контекста на местната култура). Актьорът, който се включва в този момент, може да продължи сценката или да започне нова.

ЗАКРИВАНЕ: След като повечето или всички участници изиграят сценка, закрийте заниманието и проведете дискусия, в която участниците споделят какво са преживели, докато са играли своята роля. Всяка непълна или неправилна информация, появила се в разказа, може да бъде подложена на обсъждане. Много важно е да се отбележи, че актьорите са се превъплъщавали в определени герои, а не са играли себе си.

Бележка: В това занимание учителите на връстници се упражняват да оказват взаимна подкрепа като членове на един и същ екип. Например, на тези, които стоят за столовете, е полезно да се напомни да пазят тишина и да се гържат така, сякаш ролевата игра е „най-невероятното нещо, което се случва на планетата в този момент”.

14. ПОДБОР НА ЕКИПИТЕ, КОИТО ЩЕ ДОКЛАДВАТ ЗА СЛУЧИЛОТО СЕ ПРЕЗ ПРЕДИШНИЯ ДЕН

Водещият обяснява, колко е важно участниците да споделят ежедневно впечатленията си от всички аспекти на обучението (съдържание, организация и логистика). Така учителите ще могат да внесат необходимите промени, ако се налага. За тази цел водещият предлага да се излъчи по един екип за оценка, съставен от двама доброволци (наречени „очите и ушите”), за всеки ден от обучението. Тяхна задача ще бъде да събират мнения и да ги докладват пред цялата група на следващата сутрин.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Подобно на началния въпросник, тази ежедневна обратна връзка е и полезен способ за наблюдение и оценка на образователния процес.

15. ОБОБЩАВАНЕ НА ТЕМИТЕ ОТ ДЕНЯ: Кратък преглед на темите, разглеждани през деня. Участниците коментират какво се е случило през деня, като отбелязват основните теми. Те могат да споделят и как смятат, че протича обучението до тук.

ДЕН 2

ОПИСАНИЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА ПРОГРАМА ПО ДНИ

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 2

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
1	Разтягане и загаряване	Участниците да придобият опит в правене на енергизиращи и загаряващи упражнения
2	Обратна връзка от първия ден	Да се осигури текуща оценка на семинара
3	Упражнение за повишаване на енергийното ниво и изграждане на екип: • "Студен вятър вее"	Да се онагледят техники за изграждане на екип
4	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Техники за обмен на информация Упражнения: • "Парола за обучение чрез връстници" • "Предизвикателството на полово-предавани инфекции (ППИ)"	Участниците да придобият опит при използване на техниките за споделяне на информация по въпросите на сексуалността, ППИ, ХИВ/СПИН, наркотици и др. Да се развият знанията на участниците по теми, свързани с обучението на връстници, като сексуалност, превенция на ППИ и ХИВ, злоупотреба с наркотици и т.н.
5	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Техники за изследване на ценностите и нагласите Упражнения: • "Езикът на секса" • "Квадратите на неприкосновеното пространство" • Мозъчна атака по 4 теми • "Съгласни ли сте...?"	Участниците да придобият опит за използване на техниките за изследване на ценностите и нагласите. Участниците да могат сами да изследват своите ценности и нагласи по отношение на сексуалността, превенцията на ХИВ/ППИ и злоупотребата с наркотици. Участниците да говорят по-непринудено за своята сексуалност.

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 2 *(продължение)*

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
6	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Осъзнаване и чувствителност на тема джендър (социално-полови различия) Упражнение: <ul style="list-style-type: none">• Джендър, а не пол	Участниците да осъзнаят деликатните моменти, свързани с обучението на други хора на тема сексуалност. Участниците да разберат разликата между джендър и пол и да се научат да разпознават джендър-стереотипите. Участниците да осъзнаят колко е важно да отчитат особеностите на джендъра, когато провеждат здравно обучение.
7	Обобщаване на темите от деня	

1. РАЗТЯГАНЕ И ЗАГРЯВАНЕ

Участниците се приканват да покажат на групата упражнения за разтягане. Водещите може да внесат смях в упражнението, като накарат участниците да се постараят да достигнат тавана или пода, докато се разтягат. При подобни упражнения може да приканите участниците да наблюдават дишането си, което помага на цялата група да се отпусне и подготви за работата през деня.

2. ДОКЛАДВАНЕ ЗА ХОДА НА РАБОТАТА ОТ ПРЕДИШНИЯ ДЕН

Докладващият екип представя резюме на мненията, събрани от всички участници за обучителната програма като цяло, и по-конкретно за дейностите през предишния ден.

ДЕН 2

3. ТЕХНИКИ ЗА „РАЗЧУПВАНЕ НА ЛЕДА” И УПРАЖНЕНИЯ ЗА ИЗГРАЖДАНЕ НА ЕКИПИ

УПРАЖНЕНИЕ: „ДУХА СТУДЕН ВЯТЪР”¹¹

ЦЕЛ: Участниците повишават енергийното си ниво.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 10-20 минути

МАТЕРИАЛИ: кръг от столове

ПОДХОДЯЩО ЗА: всякакви форми на обучение и практическа работа

ПРОЦЕС: Подгредете столовете в кръг така, че да бъдат с един по-малко от броя на участниците.

Внимание: За всеки случай проверете, дали по столовете няма остри ръбове, в случай че във възбудата от играта някой плъзне стола си назад към друг участник или се блъсне в стола с гръб. Освен това столовете трябва да са достатъчно издръжливи за подобен род дейност, тъй като участниците ще сядат върху тях със скачане.

Поставете един участник в центъра на кръга и обяснете, че задачата на играта е този човек да си намери място. Той казва „*Студен вятър вее за всеки, който...*” и продължава с твърдение, което е вярно за него самия. Ако например играчът в центъра е с черни обувки, той може да каже „*Студен вятър вее за всеки, който носи черни обувки*”. Всички, за които се отнася това (в случая всички, които са с черни обувки), трябва незабавно да станат от своя стол и да хукнат да си търсят място, освободено от другия. Участниците не могат да заемат мястото непосредствено до своето, освен когато има **само** още един човек, който си сменя мястото. Човекът в средата също хуква да си търси място, така че винаги един остава без място. Оставащият в центъра на кръга повтаря процеса и играта продължава.

Подчертайте, че за край на изречението не е задължително да се използват само материални неща. Например, участниците могат да включват нагласите си или свои преживявания. Ако някой смята, че е добре да се подкрепят хора, които желаят да се въздържат от секс, той може да каже: „*Студен вятър вее за всеки, който вярва, че трябва да се подкрепят хората, взели решение да се въздържат от секс.*” Друга възможна реплика е „*Студен вятър вее за всеки, който смята, че на учениците от средните училища трябва да се предлагат презервативи*”. Играта приключва, когато водещият (или групата) реши, че трябва да свърши.

Закриване: Попитайте участниците дали им е харесала играта и как са се почувствали, докато са играли.

4. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Техники за обмен на информация

Цели на сесията: Да изгради знанията на участниците в основните области на обучението чрез връстници - сексуалност, превенция на ППИ/ХИВ, превенция на злоупотребата с наркотици и т.н., - както и да изгради умения да прилагат техники за обмен на информация по тези теми.

Въведение: Водещият започва традиционна лекция (с помощта на флипчарт), в която представя техническа информация, подкрепена с много факти. Тази лекция може да продължи само няколко минути – колкото да се илюстрира отрицателният ефект от старомодния начин на преподаване. Веднага след това може да се проведе кратка групова дискусия по по-интересните и творчески техники за обмен на информация, които изискват активното участие на обучаемите.

УПРАЖНЕНИЕ 1: „ПАРОЛА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ”¹²

ЦЕЛ: Участниците научават огромна информация по увлекателен и забавен начин.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20-40 минути

МАТЕРИАЛИ: Големи карти, на всяка от които е изписана една дума; две редици столове за участниците

ПОДХОДЯЩО ЗА: Всякакви форми на обучение и практическа работа

ПРОЦЕС: Подредете две редици столове, обърнати един срещу друг, и помолете участниците да седнат. Близко до тях поставете картите с думите, но все още не позволявайте на участниците да видят какво пише на тях.

Застанете **заг** едната редица столове и инструктирайте всички да гледат право напред. Покажете паролата на участниците, седящи на столовете, гледащи към Вас. Участниците, видели паролата, трябва да направят така, че седящите срещу тях да я отгатнат. За целта те им помагат, като им подсказват с по **една дума**. Сигналият в началото на редицата подсказва, а седящият срещу него се опитва да отгатне паролата. Ако сбърка, следващият подсказва, а седящият срещу него се опитва да отгатне тази парола. Това продължава, докато паролата не бъде отгатната. Ето и някои пароли: влагалище, клитор, пенис и т.н.

ДЕН 2

Обяснете на групата, че целта на тази информационна игра е да си подказват взаимно в стремежа си да отгатнат правилния отговор. Можете да им дадете някакви насоки как да си подказват: самото подказване може да се състои само от една дума, но отговорите могат да са от повече от една дума; подказването не трябва да съдържа част от фактическия отговор. Трябва да се избягват хитрини. Пример на хитрина в тази игра би било подказване, което съдържа точното значение на паролата. Например ако отговорът е „пенис“, не може подказващият да посочи в скута си и да каже „Венера“ (на английски „пенис“ и „Венера“ се римуват). Не е позволено да се прилага и подказване чрез рими.

ЗАКРИВАНЕ: След като оставите участниците да играят достатъчно време (приблизително 15-20 мин.), седнете сред участниците и ги поканете един по един да разкажат на групата каквото могат за думата, написана на картата, която държат. След това приканете останалите да допълнят някаква подходяща информация във връзка с тази дума. В качеството си на обучаващ можете да коригирате погрешната и да добавяте вярна информация, която ви се струва важна. Опитайте се да минете през колкото се може повече карти. Ако няма достатъчно време, не забравяйте да ги минете през тях по-късно или пък ги използвайте в друга игра по-нататък.

За да представи следващото упражнение, водещият обяснява как един прости чък тест може да се използва като отправна точка за дискусия на фактическа информация с обучители на връстници. Включването на един-два трудни въпроса също може да провокира допълнителен интерес сред участниците, които си мислят, че знаят всичко на света (вж. Приложение 4 за пример на тест за ХИВ/СПИН и за ППИ).

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Когато изготвяте тест за ППИ или ХИВ/СПИН, предназначен за обучители на връстници или за обучители, въпросите от теста може да бъдат малко по-трудни, отколкото ако бяха предназначени за обикновени млади хора. Въпреки това не бива да забравяте, че нито обучителите на връстниците, нито останалите обучители имат толкова задълбочени познания по инфекциозните заболявания, колкото професионалните здравни работници.

УПРАЖНЕНИЕ 2: ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВОТО НА ППИ¹³

ЦЕЛ: Участниците да усвоят и обменят информация по забавен и увлекателен начин.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20-40 минути

МАТЕРИАЛИ: Таблица, на която се записват резултатите

ПОДХОДЯЩО ЗА: Всякакви цели на обучение и практическа работа

ПРОЦЕС: Изготвя се списък с въпроси и отговори (примерния списък, озаглавен *Предизвикателството на ППИ – вариант, предназначен за ползване от водещия* можете да намерите в Приложение 4, стр. 143).

Разделете участниците на 2-3 или повече екипа (в зависимост от общия брой) и дайте инструкцията всеки екип да си избере име и говорител. Членовете на екипите могат да работят заедно, за да намерят отговора, но само един от тях има право да каже отговора на глас. Обяснете им, че ще задавате въпроси на всеки екип. Ако първият екип не знае или не даде правилен отговор, следващият има възможност да отговори. Всеки екип разполага с приблизително 3 минути, за да даде отговор. При финалния въпрос участниците имат възможността да зложат всички натрупани точки (за всеки правилен отговор се получава 1 точка). Ако дадат правилен отговор на последния въпрос, те получават удвоен брой точки, а ако дадат погрешен отговор - ги губят.

Започнете да задавате въпросите. След всеки правилен отговор питайте или обяснявайте защо е правилен. По същия начин обяснявайте погрешните отговори, особено ако става въпрос за всеобща заблуда.

ЗАКРИВАНЕ: След като приключи играта, попитайте участниците дали имат някакви въпроси и дали някои от въпросите и отговорите ги е обърнал. Ако има такива случаи, веднага дайте необходимите разяснения.

5. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Техники за изследване на ценностите и нагласите*

Цели на сесията: Да се даде възможност на участниците да упражнят техники за изследване на ценностите и нагласите и да осъзнаят колко трудно е да се обсъждат открито въпроси, свързани със сексуалното и репродуктивно здраве.

Въведение: Водещият въвежда участниците в темата като им обяснява, че ще проведат дискусия за човешката сексуалност, в която те ще могат да изследват собствените си ценности и нагласи.

Обучителят подчертава, че въпреки че обучението може да засегне някои деликатни аспекти, свързани с тази тема, той в никакъв случай не цели да поучава участниците как да живеят живота си. Целта на тези образователни сесии е да информират участниците, за да могат те да изберат собствената си посока на действие, да са способни да помагат на другите и да им внушават здравословно поведение в живота.

ДЕФИНИЦИЯ:

Ценности са всички онези неща, които хората харесват и ценят. Ако младите хора са се научили да ценят здравето си, ще е по-вероятно е да отложат момента на първия сексуален опит или ще правят безопасен секс.

Нагласи са отношенията на хората към нещата или към останалите хора. В контекста на СПИН най-важните нагласи са толерантността към различния начин на живот, отхвърлянето на дискриминацията и прегубежденията, както и проявата на съчувствие и загриженост.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Повечето от нашите схващания за сексуалността са повлияни от сексуални и джендър-норми, както и от нормите на нашата семейна и културна среда, които усвояваме, докато растем. Важно е да се отчете и това, че нашето религиозно или нерелигиозно възпитание също може да играе значителна роля в личностните ни нагласи към обучението чрез връстници и към въпросите, които то засяга. Следователно всички обучители и обучители на връстници трябва да подложат своите собствени ценности и нагласи на проверка.

Не е лесно да се преподават и измерват нагласите и ценностите. Независимо от това има техники, каквито са груповата дискусия, казусите или гласуването според ценностите, които могат да способстват да се изследват ценностите и нагласите на хората и да се оказва влияние върху тях. Друг начин за развиване на нагласите е чрез даване на личен пример. Обучителите на връстници могат да дават подобен личен пример. Така например ако някоя от целите на програма за обучение чрез връстници е да насърчава младите хора към толерантност, личното поведение на обучителите на връстници трябва да отразява това отношение.¹⁴

Преди провеждането на програма „Обучение на връстници чрез връстници“ трябва да се познават на всяка цена господстващите културни и социални норми и традиции на общността където ще се осъществява програмата. Иначе има голяма опасност хората да бъдат неволно обидени и засегнати и обучителите да бъдат отхвърлени като такива, както и да бъде отхвърлена самата програма. Загубата на авторитет може да има дълбоки и дълготрайни последствия.

В някои общности е възприето поведение на сдържаност по отношение на сексуалните въпроси. Затова в такава общност би било погрешно веднага да се преминава към открити и подробни дискусии по тези въпроси. В други общности може не се одобряват програмите, в които млади жени и мъже участват заедно. Затова там трябва да се действа много внимателно, стъпка по стъпка. По-долу са дадени примери за информация, която ще ви помогне да установите особеностите на общността, с която работите, и да избегнете действия, с които бихте предизвикали неодобрение:

- установете какви проблеми вълнуват организацията, с която ще работите;*
- направете оценка на целевата общност, ако не е направена такава досега. Установете дали общността позволява на младите жени да участват във вашата програма, а ако не - какво им пречи да вземат участие. Това може да ви служи като аргументация на предлаганите от вас дейности;*
- обсъдете с лидерите или администрацията на организацията, с която ще работите, по какви теми предлагат да се работи и как да бъдат преподавани тези теми;*
- започнете дискусията по въпросите на сексуалността и джендъра постепенно и предпазливо;*
- ако е възможно, организирайте поредица обучителни сесии за администрацията, за да може тя по-добре да разбере проблематиката, с която ще работите (например репродуктивно здраве, предубеждения на джендър-основа);*
- ако работите с млади хора в училище, постарайте се първо да информирате или обучите администрацията, след това учителите и накрая родителите, и чак след това да преминете към обучение на самите млади хора. По този начин ще си осигурите доверието и подкрепата на общността към програмата, по която желаете да работите;*
- настоявайте за обратна връзка от страна на общността, в чиито рамки работите, относно програмата, и засвидетелствайте своето уважение към нея;*
- напишете кратък отчет и го представете пред общността, в която сте работили.*

ДЕН 2

РАБОТА С РЕЛИГИОЗНИ ЛИДЕРИ

Важно е да намерите най-подходящия подход към целевата общност, която възнамерявате да обучите в принципите на обучаване чрез връстници, отчитайки нейните религиозни убеждения, норми и влияния. Програмите за обучение чрез връстници често постигат по-голям успех, ако религиозните организации и лидери са участвали в разработването на учебните програми и материали за тяхната общност. Ако лидерите на целевата група, която предстои да се обучава, са се запознали с нейните потребности (провежда се оценка на потребностите и те се запознават с резултатите) и проблеми, (които засегнатата група лично е споделила с тях), те могат да се превърнат във важни съюзници за постигане целите на обучението. Особено полезни са религиозните лидери, които съзнават значимостта на равнопоставеността между мъжете и жените и помагат за прилагането на тези принципи във вашата програма. По традиция религиозните лидери съветват и подкрепят болните. Може би ще е необходим по-различен и по-деликатен подход, за да им помогнете да видят важната роля, която биха могли да имат в това, да помагат на хората да не се разболяват. Това може да стане, ако те се застъпват за задълбочено обучение. Веднъж спечелени за съмишленици, такива религиозни лидери и експерти ще ви помогнат да обясните защо е важно да се засягат въпросите на репродуктивното здраве като обяснят къде и как религиозните учения позволяват такова обучение. Така например, въпреки че дадени религии подчертават значението на сдържаността по отношение на сексуалните въпроси, техните норми сочат, че опазването или спасяването на човешкия живот има върховенство над всички останали правила. Съгласно тези религиозни вярвания, нормите трябва да се прилагат така, че да помагат на хората да живеят и бъдат здрави, но не и така, че да водят до тяхната смърт. Те учат, че животът е свещен, че трябва да предупреждаваме другите за рисковете, да сме състрадателни към болните. В някои религии се казва, че когато човек спасява живот, „сякаш е спасил целия свят“. Религиозните институции проповядват, че не бива да се работи през свещените дни, но правят изключение за лекарите, когато е застрашено човешкото здраве.

УПРАЖНЕНИЕ 1: „ЕЗИКЪТ НА СЕКСА”¹⁵

ЦЕЛИ: Участниците свикват да се държат по-непринудено, когато говорят за сексуалността.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 25 минути

МАТЕРИАЛИ: листовки с гуми и въпроси, листове хартия, химикалки

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: Участниците се разделят на малки екипи от по трима и всеки екип получава лист от флипчарт и маркер.

Обяснете, че много хора се притесняват да обсъждат сексуалността и нейните последствия. Независимо от това, когато се дискутират теми като сексуално здраве и ХИВ/СПИН, хората трябва да могат да говорят за сексуалните си нагласи и поведение и последствията от необезопасения секс.

Насърчете участниците да преодолеят притесненията си от това, че по време на следващото упражнение ще изрекат гуми табу. Обяснете им, че трябва да свикнат да говорят за своите полови органи и за сексуалното си поведение, за да могат да опазват своето здраве.

Раздайте на екипите материал, който съдържа списък на термини, свързани със сексуалността (вж. по-долу приложен подобен примерен списък). След това инструктирайте участниците да изберат две гуми (или вие им ги изберете това, ако те се срамуват да го направят сами): едната гума трябва да бъде от списъка, свързан със секса и репродукцията, а другата - от списъка, свързан с последствията от секса.

Примери на термини, свързани със сексуалността: вагина, гърди, менструация, сперма, penis, полов акт, оргазъм, удоволствие, ППИ, ХИВ/СПИН, мастурбация, презервативи, жена с множество сексуални партньори, мъж с множество сексуални партньори.

Тричленните екипи трябва да запишат на флипчарта синоними (гуми със сходно значение), които се използват от тяхната общност за всяка от гумите, която са избрали.

Групата трябва да отговори на следните въпроси:

- Кои от синонимите за всяка от гумите са най-приемливи за използване в обществото и кои се смятат за неприемливи?
- Кои гуми най-често използват младите хора, когато говорят помежду си?
- Кои гуми най-често използват младите хора, когато разговарят с родителите си и с други възрастни?
- Кои гуми имат отрицателен смисъл за жените или мъжете?
- Смятате ли, че отрицателните гуми могат да бъдат вредни, когато се използват с цел да засрамят или обидят хората? Ако да, защо ги използвате?
- Защо използвате гуми, които изразяват неуважение към жените или мъжете?

След като екипите представят своите отговори на останалите, те поставят голям лист хартия със синонимите на стената, така че всички да го виждат.

ЗАКРИВАНЕ: Обяснете колко е важно да се говори с погротстващите на техния собствен език или поне да им се позволи да използват гумите, които знаят най-добре, за да се чувстват непринудено да говорят за секса и неговите последствия. Отбележете, че често адаптираме езика си според аудиторията. Това означава, че използваме едни гуми с приятелите си и други - когато разговаряме с възрастните, каквито са родителите и учителите.

ДЕН 2

Обяснете, че за да можем, като обучители, да говорим за сексуалността, трябва да преодолеем собствените си задръжки при използването на сексуално експлицитни изрази. Ако не можем ясно да обясним на другите какво харесваме и какво не, какво желаем и какво не, те няма да ни разберат. Участниците трябва да разберат, че когато се обръщат за помощ (например за консултация със здравен работник), те трябва да могат да изричат гумите, свързани със секса и сексуалното поведение.

Подчертайте, че някои от обидните гуми могат да нанесат вреда. Например много общности имат куп отрицателни гуми за жени, упражняващи извънбрачен секс (например курва, мръсница), а в същото време използваните гуми за мъже, упражняващи извънбрачен секс с много партньорки (например истински мъж, жребец) се считат за положителни. Това използване на изразни средства подхранва двойните стандарти и неравенството между мъжете и жените.

Също така посочете и онези гуми в списъка, чиято същност съдържа насилие (например пищов, меч, бухалка), и обяснете как употребата на подобни изрази може да подхрани идеята, че е допустимо в секса да има насилие.

УПРАЖНЕНИЕ 2. „КВАДРАТИ НА НЕПРИКОСНОВЕНОТО ПРОСТРАНСТВО”¹⁶

ЦЕЛИ: Да се даде възможност на участниците да помислят и оценят колко е важно да се проявява деликатност, когато преподават теми като сексуално здраве и ХИВ/СПИН.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20-25 минути

МАТЕРИАЛИ: Химикалка или молив и лист хартия, на който са нарисувани квадрати, влизащи един в друг; маркери; списък на теми, представляващи част от квадратите на неприкосновеното пространство, върху които участниците размишляват (вж. по-долу)

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

ПРОЦЕС: Раздайте на всеки участник лист хартия и химикалка или молив и ги помолете да седнат и да се приготвят да пишат. Покажете голям лист от флипчарт, на който са нарисувани концентрични квадрати (вж. примера по-долу, както и приложение 4, стр. 129).



Напишете следните въпроси, свързани с квадратите на неприкосновеното пространство, на листа:

С кого бихте споделили:

- височината си (Вс);
- теглото си (Т);
- това, че харесвате определена част от тялото си (ТЯЛО);
- метода, който използвате за презпазване от нежелана бременност(КОНТРА);
- сексуалния ви опит (СЕКСОП);
- сексуалните ви фантазии (ФАНТАЗИИ);
- че харесвате еротични материали (Х);
- че имате фантазии, свързани с хомосексуални преживявания (ГЕЙ);
- че сте имали хомосексуални преживявания (ГЕЙПРЕЖ);
- вашето отношение към оралния секс (ОРАЛЕН);
- че сте обмисляли да се изследвате за ХИВ (ОБМИСЛЯЛИ);
- че сте се изследвали за ХИВ (ИЗСЛЕДВАНИЯ);
- че сте регистриран като ХИВ-позитивен (+).

Обяснете на участниците, че когато се преподава тема, свързана със сексуалността, е особено важно да се уважава неприкосновеността на участниците. За да проверят собствените си разбирания по тази тема, участниците прерисуват квадратите на

ДЕН 2

неприкосновеното пространство от флипчарта (или използват предварително подготвени листа) и ги запълват. Трябва да посочат в съответния квадрат с кого биха искали да споделят информацията, която фасилитаторът ще им прочете (могат да използват символите или съкращенията, вместо да записват целите гуми).

Обяснете, че за да могат да изпълнят упражнението, участниците следва да помислят кои от хората в техния живот попадат в съответните квадрата. Ако е необходимо, пояснете значението на термините „познати“ и „интимни партньори“.

Може да започнете упражнението с гумите: *„Нека започнем с височината ви - помислете с кого бихте могли да споделите информация за своята височина. Бихте ли я споделили с човек, който е ваш интимен партньор, или с ваш познат? Бихте ли обсъдили височината си с хора, които не познавате?“*

Обяснете, че не е задължително участниците да са преживявали всички ситуации, изброени във въпросите. В такива случаи те трябва да помислят с кого биха споделили съответната информация, ако възникне подобна ситуация.

Когато задавате въпроси, свързани с неприкосновеността, трябва да отделите достатъчно време, за да позволите на участниците да помислят както върху въпроса, така и върху своя отговор.

ЗАКРИВАНЕ: Поканете участниците да споделят как са се почувствали по време на упражнението и да кажат дали са научили нещо ново за себе си. Подчертайте, че понеже сме свикнали да работим, мислим и говорим по проблемите на сексуалността, понякога може да забравим, че за някои хора тези теми са нещо много интимно.

УПРАЖНЕНИЕ 3: МОЗЪЧНА АТАКА НА ЧЕТИРИ ТЕМИ¹⁷

ЦЕЛИ: Да се изследват личните ценности, свързани със сексуалните взаимоотношения.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: приблизително 70 минути

МАТЕРИАЛИ: 4 флипчарта и 4 маркера, тиксо

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

ПРОЦЕС: Закачете четири листа от флипчарта на стената, като в горната част на всеки лист са написани следните въпроси:

- Защо младите хора установяват сексуални взаимоотношения?
- Какви биха били причините те да изчакат/да се въздържат от сексуален живот?
- Защо трябва да използваме предпазни средства при секс?
- Какви са алтернативите на секса?

Разделете групата на четири екипа, раздайте им по един маркер и ги насочва към един от листовите с въпроси. Екипите разполагат с 5 минути, за да запишат колкото може повече теми/идеи на листа.

Дайте на екипите едноминутно предупреждение, че времето им изтича. След като петте минути изтекат, инструктирайте ги да се придвижат към следващия лист. Кажете им да изчетат отговорите на предишните екипи, за да избегнат повторение на написаното от тях. Това упражнение се повтаря, докато всеки екип напише своя отговор върху дискутираните теми, след което участниците отново се събират в една група.

Помолете участниците да направят оценка на списъците. Смятат ли, че някои аргументи са по-дори от други? Откъде знаят? Как тези аргументи влияят върху начините, по които учителите на връстници се опитват да въздействат на решенията, които техните приятели правят?

Ако смятате, че младите хора са пропуснали някоя важна причина, кажете им я и ако се съгласят, добавете я към списъка.

След това започнете дискусия с участниците. Като използвате отговорите на въпросите, свързани с алтернативите на секса и необходимостта от предпазни средства, приканете участниците да предложат начините, по които ще насърчат свой приятел или връстник да упражнява безопасен секс (или да се въздържа от секс). Групата решава кои стратегии са най-ефективни и положителни.

Ако има достатъчно време, разделете участниците на двойки и организирайте ролева игра. Един от участниците е учителят на връстници, а другият - приятел/връстник. Инструктирайте участниците да упражняват съответните техники, за да убедят приятеля да не се впуска в рисково поведение.

Бележка: *Участниците не бива да забравят, че представителите на някои култури биха сметнали за неуместно обсъждането на въпроси като гореизброените. Затова те могат да пристъпват към такова обсъждане с бъдещата си целева аудитория, само ако това е приемливо в нейния културен контекст, като дори в такива случаи трябва да са особено предпазливи.*

ДЕН 2

УПРАЖНЕНИЕ 4: „СЪГЛАСНИ ЛИ СТЕ?“

ЦЕЛ: Да изследва личностните ценности и нагласи, свързани с различни теми като сексуалността, ХИВ/СПИН, злоупотреба с наркотици и т.н.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 45 минути

МАТЕРИАЛИ: 2 листа от флипчарт, на единия от които е написано „Съгласен съм“, а на другия - „Не съм съгласен“

ПОДХОДЯЩО ЗА: Всякаква обучителна или практическа работа с млади хора над 16-годишна възраст, организирани в малки групи

ПРОЦЕС: Поставете двата листа хартия или в двата срещуположни края на въображаема линия върху пода, или на срещуположни стени. Инструктирайте участниците да застанат в средата на стаята.

Обяснете, че ще прочетете някои спорни твърдения и участниците ще трябва да застанат по протежение на въображаемата линия между „Съгласен“ и „Несъгласен“ в зависимост от тяхната позиция по съответното твърдение.

След като прочетете първото твърдение, всеки участник отива на мястото, което най-добре отразява неговото отношение. Когато всички са застанали някъде по линията, помолете някой доброволец да обясни защо е застанал/а на съответното място. Трима доброволци споделят своето мнение, след това останалите реагират на тези споделени мнения.

Продължете със следващото твърдение.

След като изчетете и направите разбор на всички твърдения, можете да попитате някои участници как са се чувствали, докато са споделяли своите ценности с останалите, особено ако са били малцинство.

Също така можете да дадете възможност на участниците, след като изслушат възгледите на останалите, да се придвижат към позицията, която най-добре отразява начина, по който се чувстват в момента. Попитайте ги дали им е било лесно да променят позицията си.

Ето и няколко примера на твърдения:

- тийнейджърите трябва да знаят как да използват презерватив и да имат безпрепятствен достъп до презервативи;
- приемам хомосексуалист за свой приятел;
- бих приел хомосексуалността на брат ми/сестра ми;
- хората, заразени с ХИВ, сами са си виновни за това;

-
- проституцията трябва да бъде забранена, за да се предотврати разпространението на ХИВ/СПИН;
 - на инжектиращите се наркомани трябва свободно да се предоставят дезинфекцирани игли.

ЗАКРИВАНЕ: Трябва да подходите деликатно към потребностите на участниците преди упражнението, докато то се изпълнява и след като приключи. Някои от тях може да се почувстват уязвени, но да не го покажат. Затова първо трябва да ги предразположите да споделят личната си информация и да им обясните, че няма нищо лошо в това да не я споделят. След като упражнението приключи, отделете време за индивидуално обсъждане на евентуалните проблеми с участниците.

6. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Джендър-съзнание и чувствителност¹⁸

Цели на сесията: С настоящата сесия се цели да се формира разбиране у участниците защо е важно да се интегрира джендър-перспективата в работата на учителите на връстници.

Джендър е термин, който обозначава широко разпространени идеи и очаквания (норми) по отношение на жените и мъжете. Подобни норми формират представите за типично женските/женствени и мъжките/мъжествени характеристики и способности, както и всеобщо споделените очаквания за поведението на жените и мъжете в различни ситуации. Тези представи и очаквания се научават от семейството и приятелския кръг, от лидерите на мнението в дадена общност или малка група, от религиозните и културните институции, от училище, на работното място, от рекламите и медиите. Те отразяват и влияят върху различните роли, социален статус и икономическа и политическа власт на жените и мъжете в обществото.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Младите мъже и жени могат да помогнат за намаляване на някои от рисковите фактори, които водят до здравни проблеми, ако знаят как да ги разпознават и да се справят с тях.

Предубежденията на джендър-основа са подобен рисков фактор. Хората, които работят в областта на юношеското здраве, трябва да разбират концепцията на джендъра и да съзнават как самите те се влияят от нея чрез своята култура, традиции и предубеждения, понякога без да си дават сметка за това. Всички се учат - като деца и като възрастни - да се държат по определен начин и да вярват в определени неща в съответствие с норми, базирани на джендъра.

След като хората си дадат сметка за своите норми и роли, базирани на джендъра, те могат да се научат как да ги променят и да се съпротивляват на очакванията и ситуациите, които излагат младите хора на риск. Учителите на връстници могат да помогнат за оспорването на нормите и стереотипите, базирани се на джендъра, като осъзнават как джендърът влияе на тяхното собствено поведение и на поведението на техните връстници.

Когато интегрират джендър-перспективата в обучението, учителите на връстници трябва да съблюдават следните правила:

- За да съумеят да включат джендър-перспективата в дейностите, насочени към младите хора, те трябва да полагат непрекъснати усилия да повишават осъзнатостта на своята аудитория. Това не е еднократно действие, нито пък само въпрос на използване на правилна терминология (например да говорим както за младите мъже, така и за младите жени, или да използваме **тя** и **той** вместо само **той** в писмени материали).
- Джендърът засяга не само взаимоотношенията между половете, но и отношенията между жени и жени и между мъже и мъже. Например майките учат дъщерите си да не противоречат на мъжете, а бащите учат синовете си да не се държат като жени и да не плачат, когато ги боли.
- Ефикасен начин да запомним разликата между пол и джендър е, че полът е биологично понятие, а джендърът е социално. Това означава, че терминът пол се отнася до физическите характеристики, с които се раждаме, а джендър-ролите се заучават постепенно и подлежат на промяна.
- Джендърът не се отнася само за хора, които са хетеросексуални, но и за бисексуални или хомосексуални и за хора, които избират да се въздържат от секс.
- Има случаи, в които мъже и жени манипулират идеите и формите на поведение, базирани се на джендъра, за да извличат лична полза, без задължително да вредят на другите, но същевременно засилват стереотипите (например жените плачат или флиртуват, а пък мъжете демонстрират своя чар, за да получат това, което искат).
- Трудно е човек да бъде напълно джендър-осъзнат; джендърът влияе на идеите и действията на почти всички хора.
- Когато казваме, че сме джендър-осъзнати, това не означава, че не отчитаме разликите между мъжете и жените. Някои разлики остават поради чисто биологични причини; други можем да запазим дори и в нашите равнопоставени взаимоотношения със срещуположния пол (например мъжете отварят вратите на жените в знак на уважение).

Допълнителни упражнения, свързани с джендъра, можете да намерите в Приложение 5, стр. 163.

УПРАЖНЕНИЕ: „ДЖЕНДЪР, НЕ ПОЛ”¹⁹

ЦЕЛ: Участниците разбират разликата между пол и джендър и се учат да разпознават джендър-стереотипите.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 25 минути

МАТЕРИАЛИ: големи листа от флипчарт и от вестник, маркери и тиксо; лист от флипчарт или прозрачен лист, върху който са написали дефинициите, свързани със сексуалната ориентация

ПОДХОДЯЩО ЗА: всякакви форми на обучение и практическа работа

ПРОЦЕС: Начертайте три колонки на голям лист хартия. Озаглавете първата колонка „жена” и оставете останалите две празни.

След това инструктирайте участниците да изброят личностните характеристики, способности и роли (атрибути), които най-често се свързват с жените. Сред тях могат да фигурират преобладаващите стереотипи в общностите на участниците или пък техни собствени идеи. Запишете техните предложения в колонката, озаглавена „жена”.

След това озаглавете третата колонка „мъж” и инструктирайте участниците отново да направят списък от личностните характеристики, способности и роли, които се асоциират най-често с мъжете. Запишете предложенията на участниците в колонката, озаглавена „мъж”.

Ако участниците не посочат отрицателни или положителни характеристики, способности или роли за различните полове, добавете такива, за да се увери, че и в двете колони фигурират и положителни, и отрицателни гуми. Добавете и биологични характеристики (например гърди, брада, пенис, вагина, климактериум), ако участниците не предложат такива гуми.

Следващата стъпка е да смените заглавията в първата и третата колонка, като напишете „мъж” на първата и „жена” на третата. Попитайте участниците дали мъжете могат да проявяват характеристиките и поведението, приписвани на жените, и обратното. Атрибути, които по принцип не се считат за взаимозаменяеми, се поставят в средната колонка, която се озаглавява „пол”.

За да спестите време, не е нужно да се обсъждате всеки термин поотделно, но на всяка цена трябва да се отдели време за обсъждане на гумите в средната колонка.

Трябва да предвидите възможността значенията на някои гуми да предизвикат спор. И още по-добре, защото една от целите на това упражнение е да покаже, че хората влагат различни значения в повечето характеристики на джендър-основа.

ДЕН 2

Трябва да сте готови да проведете дискусия за различните видове сексуалност. Полезно е да се направи разграничение между сексуална ориентация и гъендър. Ако е необходимо, дайте прости дефиниции, за да обясните сексуалната ориентация, като използвате флипчарт или шрайбпроектор. Може да изтъкнете, че независимо каква сексуална ориентация има, всеки човек се влияе от социални очаквания спрямо поведението и ролята му в зависимост от биологичния му пол.

Обяснете, че полът е свързан с биологично-генетични белези, докато гъендърът обхваща социалните и културните представи и очаквания спрямо ролята на жените и мъжете в обществото, и затова съдържанието му може да се различава в отделните култури и общества.

Всички гуми в колонките, озаглавени „мъж“ и „жена“, се отнасят до гъендъра. Въпреки това много хора бъркат пол с гъендър и обратно, и в резултат посочват едни и същи гуми в колонката за пол и в колонката за гъендър. Често гумата гъендър се използва неправилно като заместител на гумата пол (например във формулярите се пита какъв е гъендърът вместо пола [Бел. прев. - това объркване се прави в английския език]).

ЗАКРИВАНЕ: Подчертайте, че стереотипите относно женските и мъжките качества могат да бъдат вредни, защото ограничават пълното разгръщане на човешкия потенциал. Като възприемаме тези стереотипи, ние ограничаваме собствените си действия: не можем да определяме сами своето поведение и интереси или умения и в резултат на това мъжете биват насърчавани да не участват в женски работи (като например грижата за децата), а пък жените - да не избират роли, които са традиционно възпрети като мъжки (каквато е например професията инженер).

Подчертайте също, че това не значи, че не можем да се радваме на това са излагаме качества, принципно асоциирани с нашия пол. Това е напълно уместно, стига нашите действия да са плод на осъзнати решения.

7. ОБОБЩАВАНЕ НА ТЕМИТЕ ОТ ДЕНЯ

Прави се кратък преглед на темите, разглеждани през деня. Участниците коментират свършеното, като отбелязват най-важните теми. Те могат да споделят как са се чувствали в хода на заниманията.

ОПИСАНИЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА ПРОГРАМА ПО ДНИ

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 3

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
1	Упражнения за разтягане	
2	Обратна връзка за втория ден	Да се осигури текуща оценка на семинара
3	Дейност за "разчупване на лега" и за загаряване Упражнения:☒ • "Предай маската"	Създава възможност за натрупване на опит сред участниците в прилагането на техники за "разчупване на лега", загаряване или изграждане на екипа
4	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Техники за формиране на умения Упражнения: • увод в образованието, базиращо се на умения за живот • ролева игра, включваща уменията да казваме "не" (умения за преговори)☒ • състезание за предаване на презервативи	Въвежда концепцията за умения за живот и образованието, базирано на умения за живот, и посочва неговата връзка с обучението чрез връстници. Формира опит сред участниците по отношение на техниките за изграждане на умения за опазване на личното здраве:☒ • техники, изграждащи умения да отказваме • техники, създаващи знания и умения за правилното използване на презервативи
5	Енергизиращо упражнение, предложено от участниците	Участниците споделят опита си в прилагане на енергизиращи упражнения
6	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Мотивационни способности и техники Упражнения: ☒ • Защо вършим тази работа? Групова дискусия: Покана на външен лектор Интегриране на хората от уязвимите групи в програмата Видеото като мотивационен способ Упражнение: • Визуален образ - ХИВ тест	Да се мотивират участниците да продължат работата си в областта на младежкото здравно образование, като колективно осъзнаят значимостта на тази работа. Участниците да натрупат опит в мотивационните техники. Да се осмисли как разказът по действителен случай може да създаде мотивация за поведенческа промяна.
7	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Отново ролева игра Упражнение: • "Триади - как да привлечем вниманието на аудиторията ни"	Да се оползотвори силата на видеотехниката за формиране на мотивация Да се упражнят умения за ролеви игри
8	Обобщаване на темите от деня	

ДЕН 3

1. УПРАЖНЕНИЕ ЗА РАЗТЯГАНЕ

Участниците представят упражнения за разтягане. Различни участници представят упражнения за различни групи мускули.

2. ОБРАТНА ВРЪЗКА ЗА ВТОРИЯ ДЕН ОТ СЕМИНАРА

Екипът за обратна връзка представя резюме на мненията, споделени от участниците за работата през преходния ден.

3. УПРАЖНЕНИЯ ЗА „РАЗЧУПВАНЕ НА ЛЕДА” И ЗАГРЯВАНЕ

Обяснете на участниците колко е важно през целия период на обучението да се използват упражнения за „разчупване на леда”, загряване, повишаване на енергийното ниво и изграждане на екип.

УПРАЖНЕНИЕ: „ПРЕДАЙ МАСКАТА”²⁰

ЦЕЛИ: Участниците „разчупват леда.” Груповата енергия се повишава и се предприемат стъпки към сплотяване на екипа. Участниците свикват с това, че могат да попаднат в ситуация, в която изглеждам глупаво в очите на останалите.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 5 до 10 минути

МАТЕРИАЛИ: никакви

ПОДХОДЯЩО ЗА: всякакви форми на обучение

ПРОЦЕС: Участниците образуват кръг с лица, обърнати навътре.

Обяснете, че всеки участник трябва да направи гримаса (маска) и да я предаде на съседа си. Той прави същата гримаса, предава я на следващия съсед и така нататък.

Кажете им следното: *„Правя гримаса или маска и установявам зрителен контакт със съседа ми отляво. Той или тя копира моята гримаса, сякаш гледа огледало (демонстрирайте как), след това се обръща наляво и я променя маска в нова, която предава на съседа си. Така маските се предават по кръга. Нека сега да опитаме да го изиграем, като не забравяме да установим зрителен контакт със съседа си отляво и да му дадем достатъчно време да направи сполучливо копие на нашата маска със своето лице. Не бързайте с предаването на маската, а дайте достатъчно време на съседа си да може да я изкопира правилно.”*

ЗАКРИВАНЕ: Участниците обсъждат как са се чувствали по време на играта.

4. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Техники за формиране на умения*

Цели на сесията: Тук целта е участниците да разберат защо е необходимо здравнообразователната програма да формира умения. Те изследват концепцията на уменията за живот и натрупват опит в прилагането на техники за формиране на умения сред младите хора.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Различни изследвания показват, че знанието само по себе си не води до промяна на поведението. Така например повечето хора знаят, че цигарите могат да предизвикат рак на белите дробове, но това не им пречи да започнат или да продължат да пушат. В контекста на ХИВ/СПИН и други ППИ това означава, че знанието за механизма на предаване на болестите или за предпазването от тях не води до по-безопасно поведение. Затова информационните дейности не бива да преобладават в обучителната програмата. Добрите знания представляват само основа, върху която да се надграждат необходимите умения и правилните нагласи и ценности.

За да възприемат и упражняват безопасно сексуално поведение, младите хора трябва да развият важни житейски или поведенчески умения като:

- *самоосъзнаване*
- *умение за вземане на решение*
- *увереност (например да могат да устоят на натиска за употреба на наркотици и/или за секс)*
- *умения за преговори (да настояват за безопасен секс)*
- *практически умения (за ефективна употреба на презервативи)*
- *умението да разпознават, избягват или управляват ситуации, които могат да доведат до насилие или злоупотреба.²¹*

ДЕН 3

УПРАЖНЕНИЕ 1:

ВЪВЕДЕНИЕ В ОБРАЗОВАНИЕТО, БАЗИРАЩО СЕ НА УМЕНИЯ ЗА ЖИВОТ

ЦЕЛ: Участниците се запознават с уменията за живот и значението им, както и с концепцията на образованието, базиращо се на умения за живот, и със собствената си роля в рамките на това образование.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: 2 флипчарта

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

ПРОЦЕС: Участниците провеждат мозъчна атака в четири малки групи, като всяка група обсъжда два въпроса. Първата тема на обсъждането за всички групи е „Какво представляват уменията за живот?“.

След това всяка група избира един от следните въпроси като втора тема на своето обсъждане:

- Кои може да преподава умения за живот?
- Къде могат да бъдат преподавани умения за живот?
- Как могат да бъдат преподавани умения за живот?

След това проведете сесия, в която всички заедно обсъждат отговорите на четирите въпроса.

Прочетете или дайте на някой участник да прочете дефиницията на СЗО за уменията за живот (вж. карето по-горе) и обсъдете как дефиницията се вписва във формулировките, направени от участниците.

Помолете участниците да споделят собствения си опит във формиране на умения в процеса на работа с млади хора и посочват подходящи техники за тази цел.

Следващото упражнение е типичен пример за дейност, която способства за формирането на умения. То цели да развие увереността на индивида в житейски ситуации и затова е много подходящо за младежка целева аудитория. Може да се използва и като въведение към дейност, целяща създаването на умения за договаряне на безопасен секс.

Уменията за живот са способностите за адаптивно и позитивно поведение, което дава възможност на индивидите да се справят ефективно с изискванията и предизвикателствата на всекидневния живот. Източник: Световната здравна организация (СЗО), 1993.

УПРАЖНЕНИЕ 2: РОЛЕВА ИГРА ЗА УМЕНИЕТО ДА КАЖЕМ „НЕ”²²

ЦЕЛ: Да помогне на младите хора да бъдат по-самоуверени в житейски ситуации.

Да помогне на участниците да намерят начин да устоят на натиск от връстниците си.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 45 минути

МАТЕРИАЛИ: никакви

ПОДХОДЯЩО ЗА: всякакви форми на обучение

ПРОЦЕС: Помолете участниците да си припомнят ситуация от своето детство, в която техен връстник ги е накарал да направят нещо, което не са искали да правят.

На базата на дадените отговори изберете няколко примера:

- Ваш приятел ви е помолил да вземе назаем новото ви колело и да го кара по лош път;
- Ваш приятел ви е поканил да опитате цигара или джойнт;
- Ваш приятел ви е предизвикал да откраднете стока от магазин.

Изберете двама доброволци да изиграят една от тези ситуации под формата на ролева игра.

Проведете се дискусия за начина, по който единият от героите в ролевата игра е казал „не”. Поканете изпълнителите да споделят как са се чувствали, отказвайки това, което им е било предложено. Лесно ли им е било?

В хода на дискусията подчертайте, че не винаги е лесно да откажем, особено на приятел. Нормално е да се чувстваме объркани или да мислим, че нещо не ни е съвсем наред, когато върху нас оказват натиск. Независимо от това можем да се научим на различни начини да отказваме нещо, което не желаем да направим или не харесваме, като в същото време останем верни на себе си и на това, в което вярваме.

Помолете участниците да помислят за различните форми на отказ.

Ето няколко примера как можем да кажем „не” по убедителен начин:

- отказваме възпитано;
- обясняваме защо отказваме (което не означава, че трябва да се извиняваме!);
- отиваме си;
- предлагаме алтернатива;
- проявяваме несъгласие с другия човек;
- поемаме офанзивата;
- избягваме ситуацията.

ДЕН 3

Провежда се още една ролева игра. Помолете гвама доброволци да изиграят някоя от ситуациите, предложени в началото на заниманието, като приложат някоя от току-що обсъдените форми на отказ.

И отново, обсъдете с цялата група колко умело изпълнителите са устояли на натиска на своите приятели.

УПРАЖНЕНИЕ 3: СЪСТЕЗАНИЕ ЗА ПРЕДАВАНЕ НА ПРЕЗЕРВАТИВ²³

ЦЕЛ: Участниците се упражняват да поставят презерватив правилно в ситуация, в която няма напрежение.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: гва демонстрационни модела за използване на презерватив (например банани или модел на penis), достатъчно презервативи за всеки участник, флипчарт и маркери

ПОДХОДЯЩО ЗА: всякакви форми на обучение

ПРОЦЕС: Разделете групата на гва екипа. Ако в групата има равен брой момчета и момичета, може да се направят екипи от един и същи пол. Двама доброволци (участници или водещи) държат гвата модела на penis.

Кажете на екипите, че всеки от участниците ще направи кратка презентация на правилна употреба на презерватив. Участниците трябва да отворят опаковката на презерватива, да сложат презерватива на модела и да го махнат като им го даде реда. Когато единият приключи, идва ред на следващия. Победител е екипът, в който първи всички успеят да се справят със задачата. Играта е изключително забавна, защото е съпроводена с окуражителни възгласи и веселба.

Попитайте дали всички са отворили пакета и поставили и махнали презерватива по правилния начин. Отново опишете стъпките за правилна употреба на презерватив и ги напишете на флипчарт:

- Трябва да се провери срокът на годност на презерватива, отбелязан на пакетчето.
- Опаковката се отваря внимателно, за да не се скъса презервативът. Презервативът не се развива преди да бъде поставен.
- Стиска се връхчето на презерватива, така че да се остави сантиметър празно място на върха му за спермата.
- Държете връхчето и развивате презерватива, докато обхване целия еректирал penis.

-
- След еякулацията penisът се изважда преди загуба на ерекция, като се гържи краят на презерватива, за да се предотврати изливането на спермата.
 - Презервативът се изхвърля на безопасно място.

Подчертайте също, че презервативът трябва да се съхранява на сухо и прохладно място.

ЗАКРИВАНЕ: Фасилитаторът уверява групата, че с малко повече практика правилното поставяне на презерватива може да се направи за секунди.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Не забравяйте, че въздържанието от секс и използването на презерватив по време на сексуален контакт са единствените начини за защита както от нежелана бременност, така и от ХИВ и от други ППИ. Въпреки това много изследвания показват, че младите хора не използват презервативи, независимо че знаят за тяхната защитна роля. Това често се дължи на липса на умения за използването на презерватив с партньор, на липса на увереност, когато трябва да влязат в аптеката и да си поискат презерватив, или на отрицателната им нагласа към използването на презерватив. Затова е изключително важно да включите в програмата си по превенция и дейности, свързани с използването на презервативи. Добре е също така да можете отговорите на въпросите, които младите хора често задават за презервативите. (Виж карето по-долу)

5. ЕНЕРГИЗИРАЩО УПРАЖНЕНИЕ

Индивидуални участници показват на групата енергизиращо упражнение, което тя изпълнява.

6. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Мотивационни способности и техники

Като увод към темата дайте възможност на участниците да обсъдят значението на работата им като обучители на връстници в техния личен живот. По този начин те изследват и увеличават своята мотивация за работа в областта на младежкото здравно образование.

Сесията продължава с обсъждане на способите и техниките, които могат да се прилагат за насърчаване на младите хора да проявяват сериозно отношение към превенцията на здравето, за да се грижат по-добре за собственото си здраве и за здравето на другите. Един от начините да се илюстрират полезните техники и способности е да се покани външен лектор, който да сподели своя опит. Друг начин е в програмата да се ангажират хора от уязвимите групи или да се прожектира подходящ филмов материал.

НАЙ-ЧЕСТО ЗАДАВАНИ ВЪПРОСИ ЗА ПРЕЗЕРВАТИВИТЕ

- **Можем ли да използваме презерватив повторно?**

Не, презервативът е за еднократна употреба. ☒

- **Трябва ли да използваме овлажнител с презерватив?**

Овлажнителят помага срещу скъсването на презерватива. Повечето презервативи са фабрично овлажнени, но ако не са, можете да използвате овлажнители на водна основа. Никога не използвайте масла, тъй като те могат да доведат до скъсване на презерватива. ☒

- **Презервативите намаляват ли чувствителността?**

В днешно време презервативите са много тънки, но много издръжливи. По-дебелите не са задължително по-издръжливи. Съвременните презервативи не намаляват чувствителността. ☒

- **Може ли презервативът да изпадне във влагалището или ануса?**

Да, но не и ако сте го поставили правилно – четете инструкциите внимателно и се упражнявайте насаме! ☒

- **Презервативите имат ли размери?**

Обикновено презервативите се правят с универсална големина. ☒

- **Какво представлява женският презерватив?**

Женският презерватив е издръжлива мека прозрачна мембрана от полиуретан. Тя влиза във влагалището и предотвратява контакт със семенната течност на мъжа. Може да се постави по всяко време преди полов акт и след това да се извади. Тези въпроси и отговори са адаптирани от *Училищно здравно образование за превенция на СПИН и полово предавани инфекции*, пакет от ресурси за съставителите на учебни програми, СЗО, ЮНЕСКО, 1994.

УПРАЖНЕНИЕ 1: ЗАЩО ВЪРШИМ ТАЗИ РАБОТА?

ЦЕЛИ: Участниците осъзнават по-задълбочено какво ги мотивира да работят като обучители на връстници.

Като споделят своите лични усещания с останалите членове на групата под формата на открита дискусия, участниците се приобщават към екипа.

Колкото по-добре участниците разбират значимостта на своята работа, толкова по-мотивирани се чувстват да продължат да я вършат и да останат членове на своята мрежа от обучители на връстници.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 45 минути

МАТЕРИАЛИ: удобно място, в което участниците могат да седнат като група, без да бъдат обезпокоявани

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: В началото на упражнението напомнете на участниците, че трябва да се зачитат неприкосновеното пространство и поверителността на информацията. Обяснете, че всеки може да говори за личния си опит, но не бива да се чувства задължен да разкрие повече, отколкото смята за уместно. Участниците сами трябва да преценят доколко ще се разкрият, защото това все пак е образователен семинар, а не кабинет на психотерапевт. Възможно е да предпочитат да обсъждат болезнени факти от своето минало в друга обстановка.

Споделете с другите своето собствено усещане за важността на обучението чрез връстници и промоцията на здраве във вашия живот. Например, можете да разкажете някое свое преживяване, което е допринесло по някакъв начин, за да изберете този вид работа, и/или да поговорите за професионалната кариера, която ви е насочила към тази конкретна работа.

По този начин показвате на участниците, че по време на това упражнение е напълно приемливо да се говори за лични неща. Споделянето на личен опит и поканата да се говори открито и свободно окуражават участниците, които имат желание да говорят за личните си преживявания. Групата вероятно ще е готова за такова ниво на взаимодействие, особено ако дейностите на семинара вече са ги накарали да се чувстват като един екип. За да ги отпуснете напълно, може да организирате весело социално мероприятие вечерта преди упражнението.

Някои от участниците ще последват примера ви и ще споделят преживените от тях събития или загуби, които са ги подтикнали да се заемат с обучение чрез връстници.

ЗАКРИВАНЕ: Благодарете на групата за откритото им участие в обсъждането. Обяснете, че самите те могат в началото на всеки семинар по обучение чрез връстници да обяснят защо са избрали да се занимават с това. Тази уводна сесия се нарича „Защо сме тук“ и целта ѝ е да създаде сериозно отношение към обучителите връстниците. Като споделят своя личен опит, те печелят доверието на участниците.

ДЕН 3

Групова дискусия по определени способности за създаване на мотивация

Покана на външен лектор: Участниците в семинари или обучителни сесии могат да споделят своя работен опит с външни лектори (например с човек, който живее с ХИВ/СПИН). Водещият подчертава колко полезно може да бъде това преживяване като мотивационен способ и колко е важно да се включват такива хора в хода на цялата програма, а не само като гости (виж по-долу).

Участие на хора от уязвими групи в програмата: Участието на хора от уязвимите групи е важен елемент на обучението чрез връстници. Колкото по-цялостно са ангажирани хората, живеещи с ХИВ/СПИН или с други животозастрашаващи и сериозни здравни проблеми, в разработването на цялостната програма за обучение чрез връстници, а и в пакета от образователни материали, толкова по-мотивирано и сериозно ще бъде отношението на участниците към работата.

ВИЗУАЛНАТА ИНФОРМАЦИЯ КАТО МОТИВАЦИОНЕН СПОСОБ: Част от подходящ филмов материал се показва на участниците и след това се подлага на обсъждане. Водещият помага на участниците да помислят как трябва да представят и да обсъждат филмов или видеоматериал в програмите за обучение чрез връстници. Той подчертава, че когато използват видеоматериал, участниците трябва да се подготвят внимателно и да направят задълбочен анализ на видяното с аудиторията си. Обучителят трябва например да помисли какви ключови въпроси да зададе на аудиторията, за да я насърчи към обсъждане, и да насочи обсъждането в правилна посока след прожекцията.

УПРАЖНЕНИЕ 2: УПРАЖНЕНИЕ С ВИЗУАЛЕН ОБРАЗ – ТЕСТ ЗА ХИВ²⁴

ЦЕЛ: Участниците се запознават обстойно с преживяванията на хора, които си правят тест за ХИВ.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 45 минути

МАТЕРИАЛИ: чанта или шапка, в която има малки листчета от два цвята и малък брой листчета с трети цвят

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

ПРОЦЕС: Обяснете на участниците, че ще изпълнят упражнение с визуален образ, което ще им помогне да разберат какво изпитват хората, които се подлагат на прегледи, и хората, които изпълняват функциите на консултанти.

Помолете участниците да вземат листче от чантата или от шапката и да го загържат. След това кажете (текстът може да се адаптира в зависимост от аудиторията): *„Затворете очи. Представете си, че сте си в леглото у дома и е сутрин. Будилникът звъни, вие протягате ръка, изключвате го и бавно се разбуждате. Все още се чувствате уморен и забелязвате, че главата ви тежи повече от обичайното. Осъзнавате, че имате температура и че тялото ви боли при всяко движение. Ставате да се измиете, но решавате, че няма да ходите на училище или на работа, а ще отидете на лекар, за да се прегледате.*

След прегледа лекарят ви казва, че няма нищо страшно и че просто сте болен от грип. На път към къщи се сещате, че докато сте чакали пред кабинета му, ви е хрумвало, че никога не сте си правили изследвания за ХИВ. Затова когато пристигате у дома, се обаждате в клиниката и си уговаряте час за ХИВ тест. Подготвяте се за теста.

Настъпва денят за теста. Представете си пътуването до клиниката. Може би ще трябва да вземете автобуса, да отидете с кола или пък пеша. Представете си как изглежда клиниката. Може би на вратата има табелка с името на клиниката, а може би не пише нищо, за да е по-анонимно. Влизате, дават ви номерче и започвате да чакате реда си. Идва медицинско лице, което ви задава въпроси за вашето поведение, разпитва ви дали сте използвали наркотици и какви са вашите сексуални връзки. След това дават кръв или слюнка за проба и ви назначават нов час за повторно посещение на клиниката.

Времето минава бавно. Настъпва денят, в който трябва да отидете в клиниката, за да получите резултатите от теста. След сън, докато се миете или къпете, се чудите какво ли ще стане, ако резултатът от теста е положителен. Спомняте си пътя до клиниката. По пътя си припомняте преживяване, в което сте били изложени на риск от заразяване с ХИВ. Влизате в клиниката и казвате на рецепцията как се казвате. Докато чакате, виждате как консултантите влизат и излизат от кабинета с други пациенти. Консултантът ви поздравява и ви кани да го последвате в кабинета. Показва ви номерче, за да го сравни с вашето в потвърждение на това, че резултатите от теста, които ще получите, са със сигурност ваши. След като се уверите, че номерата съвпадат, той отваря вашата папка и ви дава резултатите.”

Вземете едно листче от чантата и продължете: „Онези от вас, които са избрали хартията с (казва цвета), са с положителен резултат от теста; които са избрали (друг) цвят, са с отрицателен резултат, а ако сте взели късче с (трети) цвят, тогава резултатът от теста ви е неопределен.”

ДЕН 3

Водещият прави пауза и продължава: „Помислете си дали искате да кажете нещо и да зададете въпроси на консултанта. Може би се питате с кого да споделите новината.

Сега искам да си спомните къде всъщност се намирате. Спомнете си, че правите упражнение и изобщо не сте в клиника. Когато сте готови, можете да отворите очи и да споделите своите мисли и чувства.”

Дайте възможност на участниците да обсъдят преживяванията си. Трябва да сте подготвени за значителен прилив на емоции от групата, особено ако някои от тях са се подлагали на тест за ХИВ и резултатите им са положителни. Дайте възможност на участниците да обсъдят чувствата си, но им напомнете, че трябва да са внимателни, защото някои от останалите участници може би живеят с ХИВ/СПИН.

ЗАКРИВАНЕ: Отбележете, че понякога хората изпращат други хора да си направят тест за ХИВ, без да обмислят или да разбират последствията от това. Може да споменете, че често се случва хора, които са получили положителни резултати от теста, да бързат да споделят новината със свои познати. Нерядко след като осъзнаят емоционалната ѝ тежест, те съжаляват, че са я споделили. Затова е много важно хората, които се тестват да бъдат посъветвани да преценят много внимателно с кого могат да споделят тази информация.

Бележка: Трябва да отделите най-малко 45 минути за тази сесия и тя не бива да е последното упражнение за деня или за семинара, тъй като на някои участници ще им е необходимо време да се съвземат емоционално. В Приложение 5, стр. 168 е описано алтернативно упражнение, наречено „Уикенд парти за млади хора без гадже”, предназначено да създаде мотивация за превенция на ХИВ/СПИН.

7. ОТНОВО РОЛЕВА ИГРА: Както вече видяхме, ролевата игра е много полезна в обучението чрез връстници. Затова тук е предвидено още едно занимание, в което се затвърждават уменията на участниците в прилагането на тази техника.

УПРАЖНЕНИЕ: „ТРИАДИ – КАК ДА АНГАЖИРАМЕ ВНИМАНИЕТО НА ДРУГИТЕ”²⁵

ЦЕЛИ: Участниците се упражняват да преследват цел, да слушат и да отговарят селективно своето внимание чрез импровизирана ролева игра.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30–40 минути

МАТЕРИАЛИ: 3 стола

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: Помолете участниците да седнат в кръг. Трите стола се поставят един до друг и леко се отдръпват от участниците, така че да бъдат в центъра на вниманието. Помолете трима доброволци да седнат на столовете с лице към останалата част от групата.

Обяснете, че упражнението е предназначено да тренира театралните умения, за да се постигне някаква цел и да се слуша.

Започнете упражнението с думите: *„Седящият на средния стол е слушателят, чиято задача е да се стреми да слуша внимателно съседа си отляво и отдясно. Седящият на стола от дясната страна трябва непрекъснато да се стреми да привлича и задържа вниманието на слушателя, като му разказва за някакъв свой измислен проблем. Седящият от лявата страна също трябва да се стреми да задържи интереса и вниманието на слушателя, като му разказва за своята невероятно прекрасна работа. Седящият отляво и този отдясно се игнорират взаимно. Вниманието им е насочено към слушателя.”*

Всички участници в групата сядат поред на всеки един от трите стола, като се придвижват от първия към втория и след това към третия, наподобявайки голям движещ се кръг. По време на това занимание показвайте на участниците успешни техники за задържане вниманието на слушателя. За тази цел може да направите временна пауза в играта, за да покажете тези техники на практика. Например можете да демонстрирате бурна емоция в знак на огромното си желание да привлечете вниманието на слушателя.

ЗАКРИВАНЕ: Дайте възможност на участниците да споделят преживяванията си по време на упражнението и ги подканете да се спрат на онези моменти, които помнят най-отчетливо. Помолете ги да посочат онези стратегии, с които най-успешно са привлекли вниманието на слушателя.

8. ОБОБЩАВАНЕ НА ТЕМИТЕ ОТ ДЕНЯ: Направете кратък преглед на темите, разглеждани през деня. Помолете участниците да коментират заниманията през изминалия ден, като посочват основните теми. Някои от тях може веднага да дадат обратна връзка за това, как протича семинара според тях.

ДЕН 4

ОПИСАНИЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА ПРОГРАМА ПО ДНИ

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 4

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
1	Упражнения за разтягане	
2	Обратна връзка от третия ден	Да се осигури текуща оценка на семинара
3	Изграждане на доверие Упражнение: • "Върба, брулена от вятъра"	Участниците добиват опит в упражнение за изграждане на доверие
4	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Работа с особено уязвими млади хора Упражнения:☒ • "Един ден от моя живот" (набелязване на приоритетни цели в групи)☒ • Анализ на дървото на проблемите☒ • Използване на подходите "връстници обучават връстници" за осъществяване на контакт с особено уязвими млади хора	Да се помогне на участниците да разберат, че уязвимостта се корени в обществото, и да се посочи връзката между причините и следствията на уязвимостта. Да се набележат възможностите за използване на обучението чрез връстници като стратегия за контакт с уязвимите групи
5	Обобщаване на темите от деня Групова екскурзия	

1. УПРАЖНЕНИЕ ЗА РАЗТЯГАНЕ

Участниците се приканват да покажат на останалите упражнения за разтягане. Няколко участници показват упражнения за различни групи мускули.

2. ДОКЛАДВАНЕ ПО РАБОТАТА ПРЕЗ ТРЕТИЯ ДЕН

Екипът, избран да докладва, представя резюме на мненията за третия ден, събрани от участниците.

3. ИЗГРАЖДАНЕ НА ДОВЕРИЕ

Групата започва заниманията през четвъртия ден с играта „Върба, брулена от вятъра“ (виж описанието по-долу). Обучителят обяснява, че тази игра цели да накара участниците да осъзнаят усещането си за уязвимост и да укрепят взаимното си доверие. Следователно тя е добро въведение към следващата обучителна тема, а именно работа с особено уязвими млади хора.

УПРАЖНЕНИЕ: „ВЪРБА, БРУЛЕНА ОТ ВЯТЪРА“²⁶

ЦЕЛ: Участниците се научават как се изгражда доверие.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 10 минути

МАТЕРИАЛИ: Помещение, в което участниците разполагат с достатъчно пространство да се движат безпроблемно и да правят кръгове от по 8 души. За предпочитане е мястото да е с мека подова настилка или с килим, но това не е от решаващо значение.

ПОДХОДЯЩО ЗА: всякакви форми на обучение

ПРОЦЕС: Участниците се аранжират в работното пространство, което трябва да е достатъчно обширно, за да се оформят три кръга от по 8 души. Трябва да се остави малко пространство около периферията на кръговете. Махнете столовете извън стаята или поне ги подредете покрай стените.

Обяснете, че целта на упражнението, е изграждането на доверие и затова участниците трябва внимателно да слушат инструкциите. Важно условие в упражнението е всеки участник в групата да следва тези инструкции внимателно, защото в противен случай някой може да пострада. Всеки участник може да застане в средата и да играе ролята на върба, но само ако иска. Върбата ще бъде брулена от вятъра, но и подкрепяна от него.

Участниците застават в кръг рамо до рамо и гледат към центъра на кръга, където стои един от тях. Обяснете, че човекът в центъра на кръга е върбата. Всички, които

ДЕН 4

стоят в кръга, повдигат ръце и насочват глави към стоящия в средата малко под нивото на гърдите му. Краката на участниците са разкрячени, единият е леко пред другия, а коленете им са леко сгънати, така че да не загубят равновесие, ако някой се облегне силно върху тях. Демонстрирайте правилната стойка и наблюдавайте работата им внимателно.

След това обяснете, че участникът в центъра на кръга трябва да стои неподвижен през цялото време с кръстосани на гърдите ръце и с глави, пъхнати под мишниците. Когато участникът е готов да започне, той трябва да отправи поредица от твърдения на конкретна тема и след това да каже „Готов съм да падна”. Кръгът трябва да отговори „Готови сме да те хванем”. След това стоящият в центъра казва „Падам”. Кръгът отговаря „Падай!”.

Участникът, имитиращ върба, пада към кръга, без да се сгъва в кръста (*и с изпънати колени! - Б.р.*). Участниците в кръга прикрепят върбата и бавно я движат напред и назад. Те могат да издават леки звуци, подобни на свистене на лек бриз.

ЗАКРИВАНЕ: След няколко минути, през които върбата е била „брулена” от вятъра, участниците в кръга изправят човека, като поставят ръце на раменете му, с което показват, че е време да спре.

Обсъдете с участниците какво са изпитали по време на играта.

Бележка: Някои участници може да изпитат страх от тази игра и не бива да бъдат насилвани да я играят. Трябва винаги да се дава възможност за избор.

4. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Работа с особено уязвими млади хора

Цели на сесията: Тази сесия си поставя множество цели. Основната е да се разберат рисковите фактори, които увеличават уязвимостта на младите хора, и последствията от проблемите, пред които са изправени младите хора в днешното общество.

Освен това по време на тази сесия участниците научават как заклеимяването и дискриминацията задълбочават човешката уязвимост, и споделят опита си и положителната си практика в работата с особено уязвими млади хора.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА:

В даден момент от своя живот много млади хора са склонни да бъдат въввлечени в рисково поведение като необезопасен секс, злоупотреба с алкохол, пушене или експериментиране с наркотици. Затова те са по-уязвими спрямо последствията от подобно рисково поведение: ППИ, преход към инжектиране с наркотици, инфекция с ХИВ и т.н. Важно е обаче да се отбележи, че не всички млади хора са еднакво уязвими.

Обучителите на връстници често остават в „удобната зона“ на собствената си житейска среда и опит и не винаги разбират някои от конкретните потребности на по-уязвимите социални групи, с които не споделят определени характеристики, като например еднаква социално-икономическа среда.

УПРАЖНЕНИЕ 1: „ЕДИН ДЕН ОТ МОЯ ЖИВОТ“

ЦЕЛ: Да се посочат причините за уязвимостта в обществото.

Да се усети колко тежка е участта на особено уязвимите хора, които са обект на заклеймяване и дискриминация.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 40 минути

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

МАТЕРИАЛИ: 5 листа хартия, всеки обозначен с един от следните герои: ХИВ позитивна млада жена, млад хомосексуалист, момче, живеещо на улицата, млад човек, който си инжектира венозно наркотици, млада проститутка.

ПРОЦЕС: Поканете петима доброволци да изиграят ролята. Ако ролята е на момчето, живеещо на улицата, то описва какъв е бил денят от момента на събуждането му сутринта до вечерта. След това публиката задава на всеки от актьорите допълнителни въпроси, свързани с живота им, на които те отговарят от позицията на момчето, живеещо на улицата, младата проститутка или друг герой, в който са се превъплътили.

ЗАКРИВАНЕ: Групата обсъжда преживяното и актьорите – ако желаят – могат да опишат как са се чувствали в ролята на съответните герои

УЯЗВИМОСТ В ИЗТОЧНА ЕВРОПА И ЦЕНТРАЛНА АЗИЯ

През последното десетилетие редица фактори допринесоха за внезапното и безпрецедентно увеличение на уязвимостта на младите хора в Източна Европа и Централна Азия. Социално-икономическият преход в региона доведе до срив на социалния контрол и ценности, до липса на алтернативни подходи, още по-изразено рисково поведение, силно увеличена сексуална активност и експериментиране с наркотици и алкохол.

Увеличената бедност, миграцията и конфликтите, намаляващият процент млади хора започващи и завършващи средно образование, липсата на развлекателни дейности след училище и безработицата (която е три пъти по-голяма сред младите хора, отколкото сред възрастното население), допринася за увеличаване както на уязвимостта, така и на рисковото поведение на младите хора. Други рискови фактори включват социална изолация и дискриминация (в резултат на етническа принадлежност, инвалидност, гражданско състояние и сексуална ориентация), и увеличаваща се достъпност на вносни наркотици като опиум и хероин.

В този географски район е регистрирана най-бързо разпространяващо се заразяване с ХИВ в света, дължащо се предимно на лица, инжектиращи венозни наркотици, които са предимно млади хора. До 1% от още по-младите хора (13-14-годишни млади хора в някои страни) са лица, инжектиращи венозни наркотици.

УПРАЖНЕНИЕ 2: АНАЛИЗ НА ДЪРВОТО НА ПРОБЛЕМИТЕ²⁷

ЦЕЛ: Участниците установяват причините и следствията за конкретен проблем на гаген млад човек и за уязвимостта на младите хора като цяло.

Участниците набелязват потенциалните стъпки за разрешаване на проблема и решават в кой момент обучението чрез връстници може да се окаже полезно.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 75 минути

МАТЕРИАЛИ: 3 флипчарта и достатъчно маркери

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

ПРОЦЕС: Водещият рисува на всеки флипчарт дърво с големи корени и клони с листа и плодове (вж. примера в приложението на стр. 140). В ствола на дървото написва следните проблеми:

- Таня - 16-годишна, бременна в третия месец;
- Руслан - 19-годишен, инжектира си венозно наркотици и живее с ХИВ от 4 години;
- Сашо – 15-годишен, живее на улицата.

Част 1. За начало на упражнението приканете участниците да се изправят и да направят физическо упражнение. Дайте им следните инструкции, които едновременно с това ги изпълнявате:

- Използвайте тялото си като актьорски инструмент. Представете си, че сте малко семенце, коленичете и се свийте. Докато преброя до 10, трябва да започнете да растете (той се изправя) и да се превърнете в дърво - ръцете ви са клони, а пръстите ви - плодове.
- Усетете лек бриз, който духа в клоните и ги люлее напред-назад. После усетете буря и след това – как вятърът утихва (движете ръцете си плавно, след това по-бурно и отново по-бавно).
- Позволете на дървото да се усети. Размърдайте корените (пръстите на краката си), след това клоните (ръцете) и плодовете (пръстите).
- А сега си представете как дървото бива отровено. Отровата прониква в него през корените, придвижва се нагоре към плодовете (пръстите се отпускат безжизнено), клоните (ръцете се отпускат безжизнено) и накрая поражява и ствола. Цялото дърво умира. (Сценката приключва, като участникът се свлича на пода.)

Поканете групата да седне и обяснете, че здравето дърво получава достатъчно хранителни вещества от корените си, но ако плодовете започнат да гният, това означава, че нещо не е наред. Хранителните вещества са недостатъчни или пък са отровни. Ние забелязваме само видимите признаци на болестта над земята, които поражават плодовете, листата, клоните и ствола на дървото. Това е знак, че и корените страдат. Същото се отнася и за живота: проблемите, които виждаме, като например ХИВ-инфекцията или рисковите аборти, са видимият резултат на други проблеми, които са съществували преди тях (например невзимане на предпазни мерки поради липса на информация или липса на достъп до здравни услуги).

Обяснете, че проблемите може да имат както преки, така и косвени причини. Преките причини са очевидни, забелязват се по-лесно, отколкото косвените. Така например неизползването на презерватив може да е пряка причина за ХИВ инфекция или нежелана бременност. Лошо отношение по време на детството, което снижава самоуважението, може косвено да допринесе за упражняването на рисково сексуално поведение. Нежеланата бременност може да е пряк резултат от изнасилване, но в същото време социалните норми, които толерират насилието над жени, също могат да доведат до изнасилване и по този начин непряко да допринесат за нежелана бременност.

ДЕН 4

Част 2. Разделете групата на три малки групи и обяснете, че всяка от тях ще разгледа проблема на един млад човек (виж трите проблемни казуса, описани по-горе).

Всяка група разсъждава по възможните причини за проблема и ги записва при корените на дървото. Тя прави същото с последствията и ги записва на клоните и плодовете. Групата обсъжда и връзките между отделните фактори, като ги обозначава със стрелки. Групите имат приблизително 20 минути, за да изпълнят задачата.

Дайте още 10 минути за:

- обсъждане на възможните стратегии и стъпки за разрешаване/намаляване на проблема;
- преценка в кои случаи обучението чрез връстници може да бъде подходяща стратегия.

Всяка малка група представя своето дърво на проблема пред останалите участници. След презентацията останалите споделят своето мнение и задават въпроси, ако има такива.

ЗАКРИВАНЕ: Обяснете, че понякога „принципните“ корени на проблемите са различни за мъжете и жените и носят различни последствия, базирани на джендъра. Така например млади жени, които упражняват рисково сексуално поведение, са изправени пред много повече потенциални последствия както в социален аспект, така и по отношение на своето здраве, отколкото младите мъже.

Обяснете, че при подходящи условия обучението чрез връстници може да бъде съчетано с други стратегии и стъпки, целящи разрешаването на даден проблем.

УПРАЖНЕНИЕ 3: ПОДХОДИ ОТ ТИПА „ВРЪСТНИЦИ ОБУЧАВАТ ВРЪСТНИЦИ”, ИЗПОЛЗВАНИ ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА КОНТАКТ С ОСОБЕНО УЯЗВИМИ МЛАДИ ХОРА

ЦЕЛ: Споделяне на опит и формиране на разбиране за основните характеристики на подхода „връстници обучават връстници”.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20 минути

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

МАТЕРИАЛИ: флипчарт и маркери, материали за раздаване (вж. по-долу)

ПРОЦЕС: Върху лист от флипчарта нарисуйте таблица, сходна на таблицата, озаглавена „*Видове подходи, ръководени от връстници (А)*” (Виж приложение 4, стр. 146), като попълване само заглавията на колонките и редовете.

Поканете участниците, които имат опит в подходите, ръководени от връстници и насочени към особено уязвими млади хора, да опишат накратко целите и дейностите на проектите, в които участват или са участвали.

На базата на споделената информация проведете обсъждане с цялата група върху основните разлики между обучението чрез връстници, насочено към обикновени млади хора (т. нар. образователен подход) и обучение, насочено към особено уязвими млади хора (подходът за осъществяване на контакт на място).

Помолете участниците да помислят върху следните положения, описани на флипчарта:

- възможни ситуации;
- видове дейности;
- използвани методи;
- фокус (вид и големина на аудиторията).

Обсъдете тези положения с участниците и запишете техните идеи и изводи на флипчарта.

Целта е на флипчарта да се направи рамка, сходна на таблицата „*Видове подходи, ръководени от връстници*” (А). Водещият може да спомене накратко конкретните изисквания към подбора и обучението на обучители на връстници, които ще работят с особено уязвими млади хора или пък с обикновени млади хора, и как се подкрепя тяхната работа. Тези въпроси се обсъждат в повече подробности в други обучителни сесии.

ЗАКРИВАНЕ: Раздайте материал, озаглавен „*Видове подходи, ръководени от връстници*” (А) (виж Приложение 4, стр. 146).

5. ОБОБЩАВАНЕ НА ТЕМИТЕ ОТ ДЕНЯ: Прави се кратък преглед на темите, разгледани през изминалия ден. Участниците разказват за случилото се през деня, като маркират основните теми. Те могат да споделят и как са се чувствали в хода на работата си.

ГРУПОВА ЕКСКУРЗИЯ: Хубаво е участниците да могат да релаксират по време на семинара. За тази цел може да им се даде почивка през един цял следобед, или да им се организира групова екскурзия до интересно място. Нека те сами да решат дали да отидат на екскурзията, или да останат в хотела, за да си починат и да почетат, да наваксат пропуснатото, да свършат някаква своя задача или пък сами да се разхождат из околността.

ДЕН 5

ОПИСАНИЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА ПРОГРАМА ПО ДНИ

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 5

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
1	Упражнения за разтягане	
2	Обратна връзка за четвъртия ден	Осигурява текуща оценка на семинара
3	Изграждане на екип Упражнения: • "Аха, и аз бях там"	Обогатява опита на участниците в упражненията за изграждане на екип
4	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Умения за водене на група Упражнения: • ролева игра, която представя лоши умения за водене на група • "Какво бихте направили, ако..."	Участниците задълбочават уменията си да водят малка група
5	Енергизиращо упражнение, предложено от участник	Участниците обменят опит в упражненията за повишаване на енергийното ниво
6	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Подбор, обучение и супервизия на обучители на връстници Упражнения: • Подбор и надзор над обучители на връстници • Съставяне на програма за обучение на обучители на връстници Да се подобрят уменията на участниците за различни модели на програми за обучение чрез връстници.	Участниците подобряват уменията си да съставят график на различни видове програми за обучение на обучители на връстници Участниците се запознават с критериите за подбор, супервизия и подкрепа на обучителите на връстници
7	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Различията между консултирането чрез връстници и обучението чрез връстници Упражнения: • "Битка със снежни топки"	Участниците осъзнават разликите между концепциите "консултиране чрез връстници" и "обучение чрез връстници". Участниците набелязват уменията и качества, които трябва да притежават, за да могат да оказват индивидуална подкрепа на своите връстници. Участниците осъзнават предизвикателствата, пречките и ограниченията пред подхода "консултиране чрез връстници".

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 5

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
8	ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА Партньорство между младите хора и възрастните в контекста на обучението чрез връстници	Участниците осъзнават колко са важни партньорствата между младите хора и възрастните в процеса на съставяне и изпълнение на обучение чрез връстници. Участниците набелязват стратегии за партньорство между млади хора и възрастни
9	Обобщаване на темите от деня	

1. УПРАЖНЕНИЕ ЗА РАЗТЯГАНЕ: Няколко участници показват упражнения за разтягане на различни групи мускули.

2. ОБРАТНА ВРЪЗКА ОТ РАБОТАТА ПРЕЗ ЧЕТВЪРТИЯ ДЕН: Докладващият екип представя резюме на мненията, изказани от участниците, за свършеното през четвъртия ден.

3. ИЗГРАЖДАНЕ НА ЕКИП: Упражнението „Аха, и аз бях там” (виж описанието на упражнението в Ден 1, стр. 41) е подходящо за сплотяване на екипа.

4. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Умения за ко-фасилитиране

Цели на тази сесия: В семинарите най-често работят екипи от двама-трима водещи. За да вършат съвместната си работа и осигурят успех на обучението, те трябва да притежават специфични умения. Тази сесия е насочена към акцентирание на това, че добрите умения за работа в екип лежат в основата на успешната обучителна програма. Сесията дава възможност на участниците да разгледат и да развият подобни умения за ко-фасилитиране чрез интерактивни упражнения.

ДЕН 5

УПРАЖНЕНИЕ 1: РОЛЕВА ИГРА, ПРЕДСТАВЯЩА ЛОШИ УМЕНИЯ ЗА ВОДЕНЕ НА МАЛКА ГРУПА (КО-ФАСИЛИТИРАНЕ²⁸)

ЦЕЛ: С езика на хумора се описват важните аспекти на процеса на водене на група и се показва до какво може да доведе лошото управление на груповия процес.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 40 минути

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

МАТЕРИАЛИ: никакви

ПРОЦЕС: Двама водещи изиграват ситуация, която е пример на лошо сътрудничество. Те непрекъснато се прекъсват, противоречат си, стремят се да завладеят вниманието на публиката, като застават един пред друг и т.н.

ЗАКРИВАНЕ: Участниците споделят впечатленията си от ролевата игра и дават конкретни примери на лошо партньорство при водене на група. След това те описват как трябва да изглежда доброто управление на процеса с двама водещи.

УПРАЖНЕНИЕ 2: „КАКВО БИХТЕ НАПРАВИЛИ, АКО...”²⁹

ЦЕЛ: Участниците се обучават да съобразяват/реагират незабавно в ситуация, в която играят ролята на водещи.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

ПОДХОДЯЩО ЗА: Обучение на обучители

МАТЕРИАЛИ: Листовки, озаглавени „*Стилове на съвместно водене на групи*” и „*Тест за съвместно водене на групи*” (виж Приложение 4, стр. 148 и 149)

ПРОЦЕС: Участниците се разделят по двама и правят теста за съвместното водене на групи. Те сами решават как ще изпълнят задачата.

ЗАКРИВАНЕ: Попитайте участниците как са решили да направят теста (индивидуално или заедно). Какви неща са установили за съвместното водене на групи заедно с партньора си? Какво би ги затруднило в процеса на партниране с този човек? А как биха преодолели тези трудности? Раздайте материала „*Стилове на водене на малки групи.*”

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Какво е позволено и какво не е позволено в съвместното водене на групи:

- **Преди началото на семинара уточнете с вашия партньор-водител какви ще бъдат задачите на всеки.** Изяснете си кой какво ще прави и в каква последователност.
- **Идвайте навреме, не закъснявайте.** Идвайте достатъчно рано, за да решите с вашия партньор как искате да изглежда помещението и да можете да го препоредите.
- **Бъдете отговорни за собственото си време.** Не карайте другия водещ да си наблюдава часовника и да ви сигнализира, когато свърши времето ви. Носете часовник и го проверявайте от време на време, за да знаете колко време ви остава.
- **Започвайте и свършвайте навреме.** Не превишавайте времето, което сте договорили с участниците или с колежата ви. Ако не ви стигне времето и не сте изчерпали докрай темата, спрете и се постарайте следващия път да се справите по-добре. Не забравяйте, че след края на сесията участниците могат да останат и да си поговорят с вас.
- **Допринасяйте за воденето на вашия партньор.** Не го прекъсвайте или предизвиквайте. Изчакайте той да ви покани да вземете думата. Винаги можете да разговаряте с участниците след сесията, за да дадете правилната информация или пък да добавите към темата неща, които знаете, когато дойде вашият ред да презентирате.
- **Канете другия водещ да говори, когато имате нужда от помощ.** Не считайте, че той е длъжен да ви се притече на помощ. Кажете му „Иване, имаш ли нещо да допълниш?“ или „Мария, знаеш ли отговора на този въпрос?“.
- **Заставайте встрани, когато е ред на вашия партньор да представи своята тема.** Не заставайте до него, нито пък така, че да не може да ви вижда. Сядайте някъде встрани, така че едновременно да можете да осъществявате зрителен контакт с него, но и да му дадете възможност за самостоятелна изява.
- **Внимателно следете думите на партньора си.** Не се занимавайте с други неща, докато не е ваш ред (като например да четете вестник, да си попълвате календарчето с плановете или да си пишете домашното). Когато презентирате след вашия партньор, старайте се да правите препратки към казаното от него. Ако сте слушали внимателно думите му, и участниците ще направят това.
- **Помагайте, когато има нужда.** Не давайте указания за действия, които противоречат на това, което се опитва да направи партньорът ви.
- **Правете комплименти на партньора си.** Не го унижавайте. Споделете с него какво ви е харесало в презентацията му (нещо, което е направил или казал). Когато човек получи похвала за свое действие, той е склонен да го направи отново. Внимателно разменяйте шеги с партньора си, особено ако те са непонятни на групата или са по адрес на някого. Когато взаимоотношенията между двамата водещи са положителни и градивни, те създават благоприятна учебна среда за участниците. Взаимоотношенията между водещите са от основно значение за ученето на групата.

ДЕН 5

5. ЕНЕРГИЗИРАЩО УПРАЖНЕНИЕ, ПРЕДЛОЖЕНО ОТ УЧАСТНИЦИТЕ: Участниците имат възможност да споделят знанията си, като предложат упражнение за „разчупване на лега“ или за загряване.

6. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Подбор, обучение и супервизия на обучители на връстници

Цели на сесията: Настоящата сесия цели да подобри уменията на участниците да разработват дневния ред на различни програми за обучители на връстници и да им даде насоки относно критериите за подбор, супервизия и подкрепа към обучителите на връстници.

Важни критерии за подбор на кандидати за обучители на връстници:☒

- Добри междуличностни умения, включително умения за слушане
- Приемане и уважение от целевата група
- Неосъждащо отношение☒
- Самоувереност и потенциал за лидерство☒
- Достатъчно свободно време, енергия и мотивация, за да вършат тази работа☒
- Потенциал да служи като образец на своите връстници

УПРАЖНЕНИЕ 1: ПОДБОР НА ОБУЧИТЕЛИ НА ВРЪСТНИЦИ И ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ ПРОЦЕС НА СУПЕРВИЗИЯ ЗА ТЯХ

Участниците провеждат ролеви игри и обсъждат различните стратегии, които прилагат за подбор на обучители на връстници и за супервизия на формираните умения.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Изграждане на екип от обучители на връстници

След като се подберат и обучат обучителите на връстници, които ще работят в екип, много е полезно заедно с тях да се изготви договор за техните очаквания и те да се подпишат, че ще спазват условията му. Договорът трябва да бъде разработен в резултат на сътрудничество с цялата група и да описва какво се очаква от всеки участник в програмата (включително и от екипа на обучителите). При всички положения договорът трябва да включва условия за присъствие, предварително уведомяване (ако членовете на екипа знаят, че ще отсъстват, например за да ходят на лекар), точност, спазване на установените основни правила и т.н. Важно е участниците да знаят, че ако пропуснат някоя обучителна сесия, трябва да си наваксат пропуснатото. Водещият обяснява, че прекомерните отсъствия или закъснения са повод да се преразгледа дали наистина даденият участник е подходящ за групата. Такива членове се предупреждават, че могат да бъдат изключени.

Всички членове на екипа трябва да притежават определени основни умения независимо от тяхната специалност или талант. Опитът показва, че групите от обучители на връстници са склонни да разчитат на едни и същи хора за едни и същи задачи, а това не е полезно. Да вземем за пример група, която разчита на един или двама обучители като източници на научна/медицинска информация. Ако на тези експерти се наложи да отсъстват от някоя обучителна сесия, останалите ще се чувстват некомпетентни или недостатъчно квалифицирани да представят съответния модул.

Затова трябва да се положат усилия, така че всички обучители на връстници в групата да натрупат самоувереност и знания по всички аспекти на преподаваната тематика. Как може да стане това? В най-добрия случай обучителите на връстници ще могат да преподават всяка произволно избрана тема или упражнение от обучителната програма с лекота. Полезно е те да знаят още от началото на своето обучение, че носят отговорност за всичко, което е включено в програмата. В края на обучението може да бъдат подложени на тест за сертификация. По този начин те ще получат удостоверение, че са изгържали обучението, а това постижение ще им донесе чувство на гордост и самоуважение.

Като обучаващ вие най-вероятно ще трябва да следите как се гържат обучителите на връстници един към друг и да реагирате по подходящ начин. Както във всяка група, и тук може да се появи междуличностно напрежение. Освен това много често в рамките на група връстници се образуват фракции. Ако програмата е добре структурирана от самото начало, в нея фигурират упражнения за изграждане на доверие и сплотяване на екипа. Когато провежда групови упражнения, водещият трябва да регрупира участниците на произволен принцип, за да им позволи да влязат в максимален контакт един с друг и да им попречи да образуват подгрупички. Когато обучителите на връстници имат повече възможности да открият хубавите неща един в друг, те са по-малко склонни да образуват групички или пък да си набелязват врагове или удобни изкупителни жертви.

УПРАЖНЕНИЕ 2: СЪСТАВЯНЕ НА ГРАФИК ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ОБУЧИТЕЛИ НА ВРЪСТНИЦИ:

Провежда се мозъчна атака в малка група, по време на която участниците обсъждат и се запознават с различни модели и стратегии за обучение на обучители на връстници. Те записват коментарите си на флипчартове и ги представят на всички останали.

В тази сесия може да се включи и обсъждане на начина, по който се оценяват уменията на бъдещите обучители на връстници. Пример за формуляр за оценка на уменията е даден в Приложение 3, стр. 131.

КАК ДА УПРАВЛЯВАМЕ ОТНОШЕНИЯТА МЕЖДУ ОБУЧИТЕЛИТЕ НА ВРЪСТНИЦИ:

- Често сменяйте състава на малките групи, за да могат всички участници да работят заедно, разделени от най-близките си приятели или компании. ☒
- Доколкото е възможно, в малките групи трябва да има еднакъв брой представители на мъжкия и женския пол. Те трябва да се включват активно в дейностите на групата си на равни начала. ☒
- Организирайте дейности, които насърчават участниците да се покажат в истинската си светлина, още от началните етапи на обучението. Като говорят за своите уязвими страни и споделят лична информация, те създават по-тесни връзки с останалите участници. Това е възможно да се получи, ако сте им създали усещането, че работят в безопасна среда. ☒
- За да установите по какви въпроси се различават мненията на представителите на двата пола, проведете някои от упражненията с малки групи, съставени само от момичета и само от момчета. След това ги накарайте да представят резултатите си един на друг, да сравнят своите отговори и да обсъдят сходствата и различията. ☒
- Установете какво нарушава груповите взаимоотношения от самото начало на обучението. Междупличностните конфликти са неизбежни. ☒
- Насърчавайте групата да реагира колективно на евентуални проблеми (например нередовно присъствие на учител на връстници). Ефектът е по-голям, когато решенията за справяне със ситуацията се вземат със съгласието на всички в групата.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА

Съществуват най-различни модели за осъществяване на обучението на обучители на връстници, като всеки от тях носи своите преимущества и недостатъци. Някои включват интензивно обучение в продължение на няколко пълни дни, докато други траят седмици или месеци, но тъй са с по-кратки занимания.

Пример на успешен график за обучение на бъдещи обучители на връстници е този, при който те се обучават по два или три часа една вечер от седмицата в продължение на цялата учебна година. Когато групата е готова да провежда обучение сред общността, тя може да продължи да се придържа към този график (ако е възможно), за да осигури максимално присъствие на обучителите на връстници. Такъв график позволява на много ученици, които ходят на училище през деня, да участват във вечерните занимания. При този график се избягват затрудненията, които поставя неколкодневното плътно обучение пред обучаемите, когато имат неотложни ангажменти.

Често първото въвеждащо обучение се провежда през два пълни почивни дни. Този модел е доказал своя успех и е широко разпространен. Едно от преимуществата му е, че обучителите на връстници могат да започнат работа сред общността много по-бързо. Този модел предлага и възможността за интензивно изграждане на екип, което тъй води до бързо сработване в рамките на групата, когато се извърши успешно. Недостатък на модела е, че затруднява включването на нови обучители на връстници след първите няколко сесии.

БАЛАНСИРАНЕ: ПОДДЪРЖАНЕ НА ВИСОКО ЕНЕРГИЙНО НИВО

Понякога да обучавате обучители на връстници е като да вървите по въже. Ако се наклоните твърде много в едната посока, губите баланс. Необходимо е да напрегнете всичките си сетива, за да наблюдавате енергийното ниво на групата, макар че понякога самите участници в нея ви дават сигнал за това. Така например те може да реагират, ако говорите твърде много на дадена тема или бавите приключването на упражнението и започването на ново. Реакцията им може да е пряка или непряка. Понякога сами ще ви помолят да преминете на нова тема. В други случаи го показват непряко - стават неспокойни, започват да се въртят, да се разсейват, а понякога и да пречат на заниманието. Едно от предизвикателствата пред учителя е как да се увери, че участниците са научили фактите, без да превърне обучението им в традиционно училищно преподаване. Затова той трябва да наблюдава, слуша и гледа, за да установи кога на групата ѝ е трудно да следва гумите и действията му. Ако това се случи, той може да направи пауза и да насочи вниманието на групата към друго занимание. Учителят трябва внимателно да си отбелязва каква информация преподава, за да може след това да се върне отново към нея и да се увери, че групата я е усвоила и запазила добре.

7. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Различията между консултирането чрез връстници и обучението чрез връстници³⁰

Цели на сесията: Тази сесия си поставя редица цели. Тя е предназначена да предизвика осмисляне на факта, че консултирането чрез връстници се различава от обучението чрез връстници и изисква специфични умения. Освен това тя цели да подчертае необходимостта от обучение в уменията да се консултира човекът, с когото се работи, и важността от супервизия върху проекта за обучение чрез връстници от страна на компетентни възрастни.

Уменията за консултиране представляват способността ни да преценим дали даден човек се нуждае от по-сериозна помощ или услуги, отколкото можем да му предложим, и да намерим необходимата информация къде и как може да получи тези допълнителни услуги. Това е дефиниция по-скоро на уменията за препращане („реферирание“) на даден случай към професионално оказване на помощ. - Б.р.

УПРАЖНЕНИЕ: БИТКА СЪС „СНЕЖНИ” ТОПКИ

ЦЕЛИ: Да се разбере концепцията „консултиране чрез връстници”; да се идентифицират онези умения и качества, които трябва да притежаваме, за да можем да оказваме индивидуална подкрепа на нашите връстници; да се набележат минималните критерии за консултиране чрез връстници и да се осъзнаят предизвикателствата, пречките и ограниченията пред дейностите по консултиране чрез връстници. Да се подчертае значимостта на уменията за консултиране в рамките на обучението чрез връстници.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: по 1 лист хартия на всеки участник, химикалки и текста на материала, озаглавен „*Видове подходи, ръководени от връстници*” (Б) (виж приложение 4, стр. 147), на прозрачна хартия за шрайбпроектор или на флипчарт, и материали за раздаване

ПРОЦЕС:

Част 1. Участниците записват на лист хартия разликите между консултиране чрез връстници и обучение чрез връстници. Когато приключат, те смачкват листовите на топки и ги мятат към останалите участници, така че да се развихри неколкominутна битка със „снежни” топки. По този начин всеки получава мнението на другия чрез листа, който му е бил изпратен под формата на топка. Участниците изчитат написаното на листовите и първо самите те го коментират, а след това се включва и цялата група.

Структурирайте дискусията около следните въпроси:

Роля на връстника обучаващ:

- съдържателна
- краткосрочна
- ориентирана към цели
- подобряване на знания, нагласи и умения, за да се осъществи поведенческа промяна
- насочване към професионалисти

Роля на консултанта:

- обучен в уменията да консултира
- осланя се на определена процедура
- включва работа с мисли, чувства и поведение
- с отворен край
- ориентирана към взаимоотношенията
- насочена към разкриване на механизмите, които мотивират личността или я тласкат към отричане и съпротива

Участниците провеждат мозъчна атака, в която съставят работна дефиниция на консултирането чрез връстници, която накрая трябва да бъде близка до тази: „Консултирането на млади хора чрез връстници е ситуация, в която млад човек се обръща към обучен човек на неговата възраст, за да получи разбиране и доверие, както и помощ да се справи с даден личен проблем.”

Част 2. След това инструктирайте участниците да проведат мозъчна атака, за да установят на какви проблемни или други ситуации могат да се натъкнат младите хора, които търсят подкрепа от свой връстник. Запишете реакциите им на флипчарта. Можете да добавите следните примери, ако участниците пропуснат да ги споменат: нещастие (депресия), трудности във взаимоотношенията с приятели/възрастни (родители, учители), проблеми, свързани с училището, проблеми, свързани със сексуалното поведение, нежелана бременност, злоупотреба с наркотици, и т.н.

Проведете групова дискусия по следните въпроси:

- Дали всички участници в програмата умеят да оказват подходяща подкрепа на хората с проблемите, описани по-горе? Получили ли са специално обучение, за да формират у себе си такива умения?
- Какво може да им попречи да окажат подходяща подкрепа?
- Какви опасности крие неправилно оказаната подкрепа от страна на връстниците?

ЗАКРИВАНЕ: Подчертайте, че често се случва участниците в обучение чрез връстници да споделят свой личен проблем с някого от учителите на връстници и да искат от тях съвет. В такъв случай е изключително важно:

- учителят на връстници да бъде внимателен слушател и да притежава необходимите умения за консултиране;
- екипът от учители на връстници да бъде наблюдаван от компетентни възрастни, към които може да се обърне за съвет.

В края на учебната сесия водещият посочва разликите между трите подхода, ръководени от връстници: информация чрез връстници, обучение чрез връстници и консултиране чрез връстници. Всички те са обобщени в материала за раздаване, озаглавен „*Видове подходи, ръководени от връстници*” (Б) (виж Приложение 4, стр. 147). Тази таблица може да се прожектира на екран или да се нарисува на флипчарт и след това да се разгада на участниците.

Трябва да се подчертае, че концепцията за консултиране чрез връстници понякога обърква хората. Някои ситуации неправилно се описват като „съветване чрез връстници” (напр. млади хора, които отговарят на гореща телефонна линия). Те не са съветници, а по-скоро „млади хора, които предоставят уместна информация и насоки на своите връстници”.

ДЕН 5

Въпреки че засега има малко натрупани добри практики и ограничени доказателства за ефективността на консултирането чрез връстници, този подход е подходящ за осъществяването на контакт с някои групи от особено уязвими млади хора. Той често се използва при тестовете за ХИВ и при съветването и подкрепата на млади хора, които живеят с ХИВ.

8. ОБОБЩАВАНЕ НА ТЕМИТЕ ОТ ДЕНЯ: Прави се кратък преглед на темите, разгледани през деня. Участниците разказват какво са правили през деня, като споменават най-важните теми. Ако желаят, могат да споделят как са се чувствали в хода на работата.

ОПИСАНИЕ НА ОБУЧИТЕЛНАТА ПРОГРАМА ПО ДНИ

ДНЕВЕН РЕД ЗА ДЕН 6

№	ДЕЙНОСТ	ЦЕЛИ
1	Упражнения за разтягане	
2	Обратна връзка за работата през петия ден	Да осигури текуща оценка на семинара
3	Участниците предлагат техники за "разчупване на леда"	Участниците да придобият опит в дейности, които енергизират и загреват
4	<i>ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА</i> Мониторинг и оценка на програмите за обучение чрез връстници Упражнения: Уводна презентация и групова дискусия Мониторинг и оценка	Да даде възможност на участниците да разберат концепциите за мониторинг и оценка и значението им при създаването на програми за обучение чрез връстници
5	<i>ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА</i> Партньорство между възрастни и млади хора Упражнения: Увод към теорията за спектъра на нагласите Ролева игра, базирана на спектъра на нагласите Ползи от мозъчната атака; бариери и стратегии	Да увеличи способността на участниците да работят като партньори, независимо дали са възрастни или млади хора, в полза на здравето и развитието на младите хора
6	Какво усвоихме - коментар, оценка	Да се обобщи постигнатото по време на семинара Да се направи оценка на обучителните методологии и резултатите на семинара
7	Церемония за закриване на семинара и раздаване на сертификати	

ДЕН 6

1. УПРАЖНЕНИЕ ЗА РАЗТЯГАНЕ: Няколко участници показват упражнения за разтягане на различни групи мускули.

2. ОБРАТНА ВРЪЗКА ЗА РАБОТАТА ПРЕЗ ПЕТИЯ ДЕН: Докладващият екип представя обобщение на мненията, споделени от участниците за работата през петия ден.

3. УПРАЖНЕНИЯ ЗА „РАЗЧУПВАНЕ НА ЛЕДА”, ПРЕДЛОЖЕНИ ОТ УЧАСТНИЦИТЕ: Участниците провеждат упражнения за „разчупване на леда” или за загряване по свой избор.

4. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: *Мониторинг (наблюдение) и оценка на програмите за обучение чрез връстници*

Цели на сесията: Тази сесия разглежда основните концепции за мониторинг (наблюдение) и оценка и посочва защо е важно да се прави план за наблюдение и оценка, когато се осъществява проект за обучение чрез връстници. Не е необходимо да се навлиза в твърде голяма дълбочина по отношение на темата, тъй като тя не е предмет на това обучение. Списъкът от ресурси в Приложение 1 (стр. 115) предлага полезни източници, от които може да се почерпи повече информация по темата.

УПРАЖНЕНИЕ 1: УВОДНА ПРЕЗЕНТАЦИЯ И ГРУПОВА ДИСКУСИЯ

ЦЕЛИ: Да формира разбиране на основните принципи на наблюдението и оценката на програми за промоция на здравето.

Да набележи потенциалното въздействие на процеса на наблюдение и оценка върху качеството на програмата.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 минути

МАТЕРИАЛИ: за презентация на Power Point или на шрайбпроектор

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

ПРОЦЕС: Използвайте Power Point презентация или текст на шрайбпроектор, за да представите и обсъдите основните концепции, принципи и насоки за мониторинг и оценка, които са описани в материала за раздаване, озаглавен „*Мониторинг и оценка на програмите за обучение чрез връстници*” (виж Приложение 4, стр. 159). Материалът се раздава на участниците след сесията.

Като въведение към темата, обяснете, че наблюдението и оценката често липсват от разработването на проектите, защото някои хора ги смятат за твърде технически и несвързани с техните занимания. Такива хора се интересуват повече от междуличностните аспекти на работата, отколкото от количествените. Често хората,

които страстно обичат това, което правят, вярват, че проектът има силно въздействие, защото могат да дават конкретни забележителни примери. Например, могат да разкажат колко ентусиазирани са били някои участници в семинар или в обучително мероприятие. Подобни индикатори обаче не дават достатъчно информация за реалното въздействие на програмата. Не е достатъчно само да усещаме и да знаем интуитивно, че проектът ни постига своите цели. Важно е да се знае дали и в каква степен проектът реално постига своите цели и оказва въздействие, макар някои хора да смятат, че това е скучно и отегчително занимание.

Презентацията трябва да включва следните дискуссионни точки:

- Каква е разликата между мониторинга и оценката?
- Какво е значението на термините „оценка на процеса”, „оценка на въздействието” и „оценка на резултата”?
- Какви са типичните показатели/индикатори, прилагани към обучението чрез връстници?
- Необходимостта от набелязване на подходящи показатели
- Защо е толкова трудно да измерваме промяната на поведението?

След представянето следва сесия на въпроси и отговори, която дава възможност на участниците да споделят практическия си опит в областта на мониторинга и оценката и да разкажат за преживените трудности и успехи в тази област.

Наблюдение (мониторинг) е редовното събиране, анализ и употреба на информация в помощ на работата по даден проект.

Оценка е внимателният преглед на текущ или приключил проект.

Оценката на процеса събира информация, която разкрива доколко добре се извършват проектните дейности (например достига ли програмата своята целева група).

Оценката на въздействието определя непосредственото въздействие на дадена дейност върху целевата аудитория (например увеличени знания или промяна в нагласите).

Оценката на резултатите представлява оценка на дългосрочните ефекти, произтичащи от проекта; тя измерва по-устойчивите промени (например намаляване ръста на ППИ, увеличена употреба на здравни услуги и т.н.).

ДЕН 6

УПРАЖНЕНИЕ 2: МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА³¹

ЦЕЛИ: Да се определят подходящи стратегии за наблюдение и оценка на програмите за обучение чрез връстници. Да се обмени опит.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 60 минути

МАТЕРИАЛИ: флипчартове

ПРОЦЕС: Разделете участниците на малки групи от хора, които работят в сходни условия, напр. училищни/извънучилищни програми за обучение чрез връстници, или пък програми за обучение на млади хора, с които трудно се осъществява контакт, и т.н.

Групите провеждат мозъчна атака по следните групи въпроси:

- Какво оценяваме в нашите проекти?
- Как правим оценка?
- Къде правим оценка?
- Кога правим оценка?
- С кого правим оценка?
- За кого правим оценка?

След като отговорят на въпросите, малките групи докладват пред цялата група. След това се провежда групова дискусия, по време на която се задават следните въпроси:

- Какво ни казват тези данни?
- По какъв начин ще променят това, което правим?

Закриване: В края на сесията е необходимо да се подчертае, че е хубаво да се провежда оценка, защото:

- тя е икономически ефективна: позволява на взимашите решения да продължат успешните програми и да подобрят или да изоставят неуспешните;
- може да подкрепи бъдещи искания за финансиране;
- може да допринесе за разработването на нови програми;
- ако оценката посочи провал на проекта, тя може да обясни и причините (например поради лошо формулиране на проекта или необосновани очаквания).

5. ОБУЧИТЕЛНА ТЕМА: Партньорства между млади хора и възрастни

Цел на сесията: Главната цел на тази сесия е да развие у участниците нагласи, които увеличават способността им да работят като партньори както с други млади хора, така и с възрастни, в името на здравето и развитието на младите хора.

ОБУЧИТЕЛНА БЕЛЕЖКА³²

Партньорствата между младите хора и възрастните възникват от убеждението, че младите хора имат право да участват в разработването на програмите, които са предназначени за тях, както и право на глас в оформянето на политиките, които ги засягат. Хората, които подкрепят създаването на партньорство между младите хора и възрастните, вярват, че младите хора са загрижени и способни. Те гледат на младите хора като на личности със способност да направят многобройни позитивни неща, ако получат подкрепа и шанс да развият уменията си. Освен това тези хора застъпват становището, че програмите са по-устойчиви и ефективни, когато младите хора участват в съставянето, разработването и осъществяването им. Те твърдят, че резултатите от оценката са по-искрени и реалистични, когато млади хора помагат за събиране и представяне на данните, върху които се базира оценката.

В обучението чрез връстници младите хора получават възможността да поемат отговорност за собственото си здраве в съответствие със способностите си. В партньорство с възрастните те получават, така да се каже, право на собственост върху работата, която вършат.

УПРАЖНЕНИЕ 1: УВОД КЪМ ТЕОРИЯТА ЗА СПЕКТЪРА НА НАГЛАСИТЕ³³

ЦЕЛИ: Да се въведе концепцията на партньорство между млади хора и възрастни.

Да се въведе теоретична рамка за фундаменталния обрат в нагласите, който трябва да настъпи, за да бъдат ефективни партньорствата между младите хора и възрастните.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20 минути

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

МАТЕРИАЛИ: 3 Power Point диапозитива, диапозитиви за шрайбпроектор или текстове, написани на флипчарт, на тема „Младите хора като обекти, младите хора като получатели и младите хора като партньори” (вж. текста по-долу), както и материал за раздаване, озаглавен „Барииери пред изграждането на ефективни партньорства между младите хора и възрастните” (вж. Приложение 4, стр. 156)

Токенизъм (идва от „символичен”, „привиден”)

означава да се даде на младите хора право на глас, но да им се остави малък избор по отношение на темата или начина, по който да използват своя глас, и малка или никаква възможност да формулират собствени мнения.

ПРОЦЕС: Направете кратко въведение към концепцията за партньорството между млади хора и възрастни, като „сътрудничество, в което възрастните работят в пълноценно партньорство с младите хора по въпроси, засягащи младите хора, и/или по програми и политики, насочени към младите хора”.

ДЕН 6

Подчертайте, че за да е напълно успешно партньорството, трябва да са налице определени умения (напр. умения за общуване). Още по-важни обаче са нагласите на хората. Разкажете за теорията за спектъра на нагласите, разработена от изследователя Уилиам Лофтквист, която определя дали дадено партньорство между млади хора и възрастни ще бъде успешно.

Първата нагласа в този спектър е възприемането на младите хора като обекти. Опишете тази нагласа (или на диапозитив, или на шрайбпроектора, или като текст на флипчарта):

- **Младите хора като обекти.** Възрастните, които възприемат младите хора като обекти, вярват в мита за абсолютната мъдрост на възрастните. Според тях само възрастните знаят кое е най-доброто за младите хора. Опитват се да контролират ситуацията, в която участват млади хора и смятат, че самите млади хора не могат да окажат почти никакъв принос. Такива възрастни изпитват потребността, базирайки се на предишен свой опит, да защитават младите хора от последствията на потенциалните им грешки.

За да илюстрирате тази нагласа, може да използвате следния пример: „Да кажем, че аз работя за неправителствена организация по проект за обучение чрез връстници във връзка с превенцията на ХИВ/СПИН. Аз съм наел Димитър - млад художник - да ми помогне да направя плакат с послания за превенция на ХИВ/СПИН. Този плакат ще се разпространи сред училищата в района. Ако гледам на младите хора като на обекти, ще кажа на Димитър как точно трябва да изглежда този плакат, какво послание трябва да съдържа той, къде ще бъде поставен, и т.н. С други думи, ще контролирам всеки аспект на проекта. И ако Димитър е умен, никога вече няма да работи с мен, защото пиля времето и таланта му.”

Втората нагласа е „младите хора като получатели”. Покажете или изчетете следния текст:

- **Младите хора като получатели.** Възрастните хора с тази нагласа смятат, че трябва да помагат на младите да се адаптират към обществото на възрастните и да участват във вземането на решения, защото смятат, че този опит ще им бъде полезен. Според тях младите хора все още не са сериозни хора и се нуждаят от практика, за да се научат да мислят като възрастни. Тези възрастни обикновено възлагат на младите хора тривиални отговорности и задачи, които самите те не желаят да поемат. В повечето случаи диктуват условията на участието на младите хора и очакват от тях да ги спазват. Такава нагласа често води до прилагане на принципа на токенизма (вж. дефиницията в карето по-горе) спрямо младите хора. Пример за това е, че едва в последния момент възрастните се сещат да включат младите хора в дискусийна група или да ги ангажират в някаква дейност. Върнете се към примера си: „Да кажем, че аз имам такава нагласа. В случая с младия художник аз ще измисля посланието и дизайна на плаката, след което ще

му дам възможност да избере цвят за текста. Друга възможност е да го помоля да закачи плакатите в училищата, защото аз нямам време за това.”

Попитайте участниците дали могат да разпознаят тази нагласа. Те трябва да споделят дали им се е случвало да бъдат обект на унизително или пренебрежително отношение от страна на възрастните, само защото са млади.

Когато говорите за токенизма, можете да се позовете на Стълбата на участие, разработена от Роджър Харт (вж. Приложение 4, стр. 153). Този изследовател представя различните видове взаимодействие между децата или младите хора и възрастните като стъпала по стълбата на участието. Колкото по-високо са стъпалата, толкова по-голямо е детското или младежкото участие.

Третата нагласа е тази, която се стремим да постигнем - младите хора като партньори. Покажете и прочете следния текст:

- **Младите хора като партньори.** Възрастните с тази нагласа уважават младите хора и вярват, че те могат да окажат съществен принос. Тези възрастни насърчават младите хора да участват и силно вярват, че участието им е важно условие за успеха на програмата. Те приемат, че младите хора трябва да имат равен глас във вземането на решенията, и отчитат, че и младите хора, и възрастните имат способности, силни страни и опит, с които могат да бъдат полезни. Те работят еднакво лесно както с млади хора, така и с възрастни, и са им приятни и двата вида компания. Възрастните, които гледат на младите хора като на партньори, вярват, че реалното участие на младите хора обогатява възрастните точно така, както участието на възрастните обогатява младите хора, и че отношенията, почиващи върху взаимно уважение, оползотворяват по най-добрия начин преимуществата на двете страни.

Връщайки се на примера за младия художник, попитайте участниците какво биха направили, ако бяха партньори по проекта за изготвяне на плакат. Ето един от уместните отговори: „Да покана младия художник да изготви проект на плаката или пък заедно със свои приятели да измисли посланията или оформлението.” Друг вариант е: „Да събере идеите на много млади хора, включително и на художника; да му възложи проекта и да организирам комитет, в който отговорностите са разделени между млади хора и възрастни според техните способности, таланти, професия и интереси.”

ЗАКРИВАНЕ: Подчертайте, че тези нагласи определят доколко възрастните ще повярват, че младите хора могат да взимат добри решения, и доколко ще ги ангажират като партньори във вземането на решения по оформлението, разработването, изпълнението и оценката на програмите.

Водещият раздава материал, озаглавен „Ефективни партньорства между младите хора и възрастните” и „Стълбата на участие на Роджър Харт” (вж. Приложение 4, стр. 151 и 153).

ДЕН 6

УПРАЖНЕНИЕ 2: РОЛЕВА ИГРА, ОСНОВАНА НА СПЕКТЪРА НА НАГЛАСИТЕ³⁴

ЦЕЛ: Да се упражнят някои теоретични нагласи спрямо партньорствата.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 45 минути

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

МАТЕРИАЛИ: картончета

ПРОЦЕС: От едната страна на картончето водещият написва гумата МЛАДЕЖ или гумата ВЪЗРАСТЕН, а от другата страна - следните твърдения (по едно на всяко картонче за възрастен/младеж).

ВЪЗРАСТЕН: Искате да контролирате всичко.

ВЪЗРАСТЕН: Вие сте лидер, отгаден на каузата си, и сте готов на всичко за нейния успех.

ВЪЗРАСТЕН: Вие се държите наставнически с младите хора.

ВЪЗРАСТЕН: Вие пренебрегвате младите хора.

МЛАДЕЖ: Желаете да контролирате всичко.

МЛАДЕЖ: Вие сте лидер, отгаден на каузата си, и сте готов на всичко за нейния успех.

МЛАДЕЖ: Вие сте отрицателно настроен към всичко, което се предлага.

МЛАДЕЖ: Вие сте отегчен и не желаете да бъдете тук.

Трябва да имате 3-4 комплекта от тези картончета в зависимост от общия брой на участниците.

Представете сесията, като се позовавате на теорията за спектъра на нагласите и на това, че много възрастни и млади хора се придържат към нагласи, които ограничават способностите им да работят заедно. Приканете участниците да експериментират, като проведат ролева игра, в която изявяват различни нагласи. Обяснете, че ще трябва да се разделят на 2 или 4 групи от по 8 души (в зависимост от общия брой), които трябва да бъдат колкото е възможно по-еднородни от гледна точка на възрастта, пола и т.н. След като се оформят групите, раздайте картончетата на участниците. Те изчитат указанията, залепват картончето на грехата си със страната, на която пише МЛАДЕЖ или ВЪЗРАСТЕН, и започват ролевата игра.

Обяснете, че групата трябва да планира голяма кампания, която включва обучение чрез връстници. Групите разполагат с 10 минути да изготвят план, с който всички да са съгласни. Те трябва да изготвят и кратка презентация на плана за пред цялата група.

Като изминат десетте минути, попитайте групите какви планове са разработили (въпреки че очевидно те не са имали достатъчно време да ги довършат). След това те представят плана си, но първо проверете дали, че всички членове на групата са еднотушни.

ЗАКРИВАНЕ: След приключването на задачата поканете участниците да споделят как са се чувствали в съответните роли. Участниците остават разделени на малки групи, а вие питате по няколко представители от всяка да споделят как са се чувствали. След като участниците изпълнят и тази задача, задайте на цялата група следните въпроси:

- С кого беше най-трудно да се работи?
- Какво направиха останалите, за да осъществят контакт с този човек?
- Кои доминираха - младите хора или възрастните?
- Как се чувствахте във вашата роля?
- Някои хора изиграха една и съща роля. Дали реакциите им като възрастен и като младеж бяха различни?
- Кои бяха най-ефективните стратегии за съвместна работа при изготвянето на плана?

УПРАЖНЕНИЕ 3: ПОЛЗИ ОТ МОЗЪЧНАТА АТАКА. ПРЕЧКИ И СТРАТЕГИИ³⁵

ЦЕЛ: Да се опишат стратегиите и пречките пред създаването на ефективно партньорство между млади хора и възрастни, и да се посочат ползите от него.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 45 минути

ПОДХОДЯЩО ЗА: обучение на обучители

МАТЕРИАЛИ: флипчарт и маркери

ПРОЦЕС: Разделете участниците на групи от не повече от 8 души, съставени или само от млади хора, или само от възрастни. В зависимост от броя на младите хора и възрастните формирайте 2 до 4 групи, но при всички положения запазете възрастовия признак на разделение. Участниците трябва сами да се определят като възрастни или млади хора. Възможно е някои от тях да се противопоставят на подобно разделяне. Ако това се случи, обяснете им, че това помага на някои хора да бъдат по-отворени и да споделят по-лесно. Също така обяснете, че групата ще докладва какво е обсъждала след провеждането на упражнението.

ДЕН 6

След като се оформят, групите обсъждат следните теми:

- Какви са ползите от партньорството между млади хора и възрастни в нашата работа?
- Какви са пречките пред прилагането на такъв подход?

Групите разполагат с по 10 минути за обсъждане на всеки въпрос. Обучителите оказват помощ на групите в тази дейност, като младите хора фасилитатори работят с групата на младите хора, а възрастните работят с групата на възрастните. Те трябва да внимават да не влияят върху груповите обсъждания. Участниците коментират обсъжданията си върху лист от флипчарт. В края на обсъждането всяка група докладва съдържанието на своята дискусия.

ЗАКРИВАНЕ: След като всички групи направят презентациите си, се сравняват докладите на младите хора и на възрастните. В края на обсъждането раздайте материалите на тема *„Ползите от партньорството между млади хора и възрастни“* и *„Пречките пред изграждането на ефективно партньорство между млади хора и възрастни“* (вж. Приложение 4, стр. 155 и 156).

6. КАКВО НАУЧИХМЕ - ОБРАТНА ВРЪЗКА И ОЦЕНКА

Главният треньор кани участниците да направят обобщение на заученото през изминалите шест дни. Той/тя прави обобщение на постигнатото, като го обвързва с началните очаквания на групата и с информацията, записана върху множеството листове, които покриват стените на залата. Участниците споделят мнението си за основните моменти в обучението, посочват кои цели не са постигнати и по кои теми се нуждаят от допълнително обучение.

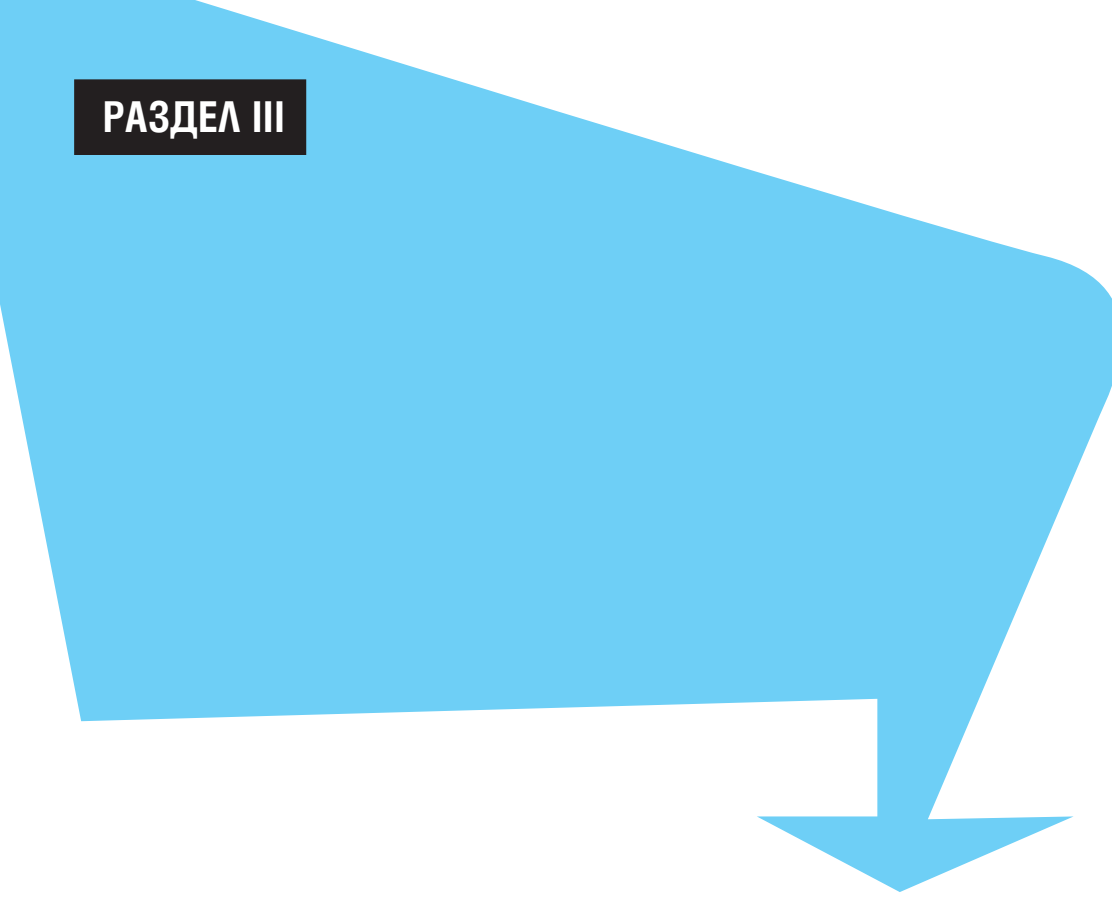
Раздава се въпросникът за приключване. (вж. Приложение 2, стр. 128 - за пример).

7. ЦЕРЕМОНИЯ ПО ЗАКРИВАНЕ И РАЗДАВАНЕ НА СЕРТИФИКАТИ

Водещите трябва да предвидят достатъчно време за провеждането на добре организирана церемония по закриването на семинара. Тази част трябва да включва приветствена реч от страна на водещия организатор и на фасилитаторите, както и време, в което участниците да могат да изразят своите виждания. Освен това трябва да се подготвят професионални сертификати за успешно завършено обучение. Тези сертификати са много ценни за професионалната кариера на участниците и са награда за упорития им труд през изминалите шест дни.

-
- 1 **СЗО.** „Работа с улични деца, насоки за учителя, обучителен пакет на тема употреба на наркотици, сексуално и репродуктивно здраве, Вкл. ХИВ/СПИН и ППД,” 2000; Репролайн: Помощни способности за учителя.
 - 2 **Екерт, Боб.** Институтът LIFE (Институт за функционално образование), или Стейси Блок – Програми за обучение чрез връстници „Отражения”. Берген, Ню Джързи, САЩ.
 - 3 Адаптирано от упражнението, преподадено от **Робърт Екерт**, NDRI (Корпорация за изследвания на лекарства и наркотици).
 - 4 Оригиналният източник на това упражнение е неизвестен. Авторът на използвания вариант не е посочен.
 - 5 Адаптирано от упражнението, преподадено от **Робърт Екерт**, NDRI (Корпорация за изследвания на лекарства и наркотици).
 - 6 **Шира Пивен.** *Театрално обучение за целите на програми за ХИВ/СПИН, използващи обучители на връстници*, 92 Улица У Б Ню Йорк Сити, САЩ.
 - 7 Адаптирано от **Льофевър, Д.Н.** *Нови игри за цялото семейство*. Перигий букс, издателство Дъ Пътнам пбблишинг груп, Нотс/Джайънт нот, 1988 г., стр. 130.
 - 8 **Стейси Блок.** *Програми за обучение чрез връстници...*
 - 9 **Де Брюн, М.** *Джендър или пол: кой го е грижа? Бележки за обучение на обучители*. Издателство Чапъл хил, Ипас, 2002.
 - 10 Адаптирано от техника, преподавана от **Стейси Блок** - *Програми за обучение чрез връстници ...*
 - 11 Тази игра е популярна сред младите хора от много години. Източникът ѝ е неизвестен.
 - 12 Адаптирано от концепция, използвана в учебната програма на проекта „Х-РАП” (Проект за високорискови млади хора) на Уестовър кансълтантс във Вашингтон, САЩ.
 - 13 **Богарт, Джейн.** Представено по време на Обучението на напреднали обучители на връстници в Парну, Естония, март 2003.
 - 14 Международна федерация на гружествата на Червения кръст и Червения полумесец (IFRC). *„Дейности с млади хора, ХИВ/СПИН и ППД: Обучителен наръчник за млади хора.”* Женева, 2000.
 - 15 **Де Брюн, Мария и Франс, Надин.** *Джендър или пол: кой го е грижа? Ресурсен пакет на тема джендър и репродуктивно здраве, предназначен за изграждане на умения сред юношите и младите хора, занимаващи се с просветна работа.* Издателство Чапъл хил, Ипас, 2001.
 - 16 **Селвърстоун, Р.** *Обучителен наръчник за специалисти в областта на психичното здраве*, написан за Американския съвет за сексуална информация и образование (SIECUS).
 - 17 **Зиелони, П.** *Отговори, получени в резултат от мозъчни атаки, проведени по време на обучение по ХИВ/СПИН и репродуктивно здраве в продължение на няколко години*, 1991 и 1995.
 - 18 **Де Брюн, М. и Франс, Н.** *Джендър или пол: кой го е грижа? Ресурсен пакет на тема джендър и репродуктивно здраве...*
 - 19 **Де Брюн, М. и Франс, Н.** *Джендър или пол: кой го е грижа? Ресурсен пакет на тема джендър и репродуктивно здраве...*
 - 20 Адаптирано от **Льофевър, Д.Н.** *Нови игри за цялото семейство*, стр. 84.

-
- 21 IFRC. *Дейности с млади хора, ХИВ/СПИН и ППД: Обучителен наръчник за млади хора*. Женева, 2000.
 - 22 IFRC. *Дейности с млади хора, ХИВ/СПИН и ППД: Обучителен наръчник за млади хора*. Женева, 2000 г.
 - 23 Програма за здравно образование, предназначено за млади хора, предоставящи здравни грижи.
 - 24 Идеята за това упражнение е на **Дани Киънън и Рон Хенджерсън** от Сан Франциско, Калифорния. Впоследствие тя е адаптирана от Робърт Зиелони в памет на Дани Киънън, който преподава това упражнение на мнозина от нас и просвети много млади хора за ХИВ/СПИН, преди да умре.
 - 25 **Шира Пивен**. Театрално обучение за целите на програми за ХИВ/СПИН...
 - 26 *„Книга с нови игри и още нови игри.“* Издателство Долфин букс, Дъбълдей & Ко. Инк. Уилоу ин дъ уинд, 1976 г. и 1981 г.
 - 27 **Де Брюн, М. и Франс, Н.** *„Джендър или пол: кой го е грижа? Ресурсен пакет на тема джендър и репродуктивно здраве...“*
 - 28 **Богарт, Джейн**. Представено по време на Обучението на напреднали обучители на връстници в Парну, Естония, март 2003 г.
 - 29 **Богарт, Джейн**. Представено по време на Обучението на напреднали обучители на връстници в Парну, Естония, март 2003 г.
 - 30 **Богарт, Джейн**. Представено по време на Обучението на напреднали обучители на връстници в Парну, Естония, март 2003 г.
 - 31 Това е част от текста на семинар за обучаване на обучители на връстници, разработен от **Брайън Добсън и Робърт Зиелони** по време на съвместен регионален обучителен проект на ФНООН и УНИЦЕФ.
 - 32 Адаптирано от наръчника *„Създаване на партньорство между млади хора и възрастни“*, съставен от Кент Клиндера, Найна Дхингра и Джейн Нормън. Advocates for Youth (Застъпници за младежта)/YouthNet (Младежка мрежа), проект от януари 2003 г.
 - 33 Адаптирано от наръчника *„Създаване на партньорство между млади хора и възрастни“*, съставен от Кент Клиндера, Найна Дхингра и Джейн Нормън...
 - 34 Адаптирано от наръчника *„Създаване на партньорство между млади хора и възрастни“*, съставен от Кент Клиндера, Найна Дхингра и Джейн Нормън...
 - 35 Адаптирано от наръчника *„Създаване на партньорство между млади хора и възрастни“*, съставен от Кент Клиндера, Найна Дхингра и Джейн Нормън...



Примерна
сесия
за обучители
на връстници
по ХИВ/СПИН

РАЗДЕЛ III

ПРИМЕРНА СЕСИЯ ЗА ОБУЧИТЕЛИ НА ВРЪСТНИЦИ НА ТЕМА ХИВ/СПИН

ОСНОВНА ПРЕЗЕНТАЦИЯ

ПРОГРАМА

КРАТКО ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ

Въпросник

Увод

Упражнения за „разчупване на леда”

Основни правила

Какво означава за вас „безопасен секс”?

Гостуващ лектор или видео прожекция

ХИВ/СПИН: основни факти и въпроси

Ролева игра на конкретна тема

Как се използва презерватив - презентация

Въпроси преди края

Обобщаване

ОСНОВНА ПРЕЗЕНТАЦИЯ

АУДИТОРИЯ

Сесията е предназначена за млади хора на възраст 14-20 години без специфични проблеми.

ОБСТАНОВКА

Обстановката трябва да е подходяща за провеждане на образователна дейност. За тази цел може да послужи училище, младежки клуб, летен лагер и т.н.

ЦЕЛИ

Главната цел на предложената сесия за обучение чрез връстници е да провокира младите хора да се замислят по въпросите на ХИВ/СПИН, да им предостави информация и да им помогне да развият умения за предпазване от полово-предавани инфекции, да изгради у тях положителни нагласи към хората, живеещи с ХИВ/СПИН.

НЕОБХОДИМО ВРЕМЕ

Ако сесията включва всички дейности, описани по-долу, тя трябва да бъде дълга 3 часа и половина с 20-минутна почивка.

Подготовка на учителите на връстници

Обучителите на връстници трябва да имат опит в интерактивните методологии, да могат да владеят младежката аудитория с деликатност и лекота и да имат известни познания по здравните въпроси, на които ще бъде посветена сесията.

Преди да представят сесията, учителите на връстници се договарят за програмата и я записват. Те уточняват кой кое занимание ще води и посочват заместници, в случай че някой е възпрепятстван да гоиде.

Сесията трябва да се репетира (за предпочитане една седмица преди датата на провеждането ѝ). Понякога хората си мислят, че са добре подготвени за своята сесия, но всъщност не е така и това става ясно именно докато репетират презентацията си.

ПРОГРАМА

- *Въпросник (10 минути)*
- *Увод (5 минути)*
- *Упражнение за „разчупване на леда“ (15 минути)*
- *Основни правила (10 минути)*
- *Какво означава безопасен секс? (20 минути)*
- *Гостуващ лектор или видео прожекция (30 минути)*
- *Почивка (20 минути)*
- *ХИВ/СПИН: основни факти и въпроси (30 минути)*
- *Ролева игра (25 минути)*
- *Как се използва презерватив – презентация (25 минути)*
- *Въпроси преди края (10 минути)*
- *Обобщение (10 минути)*

ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ

ВЪПРОСНИК

Въпросникът може да се раздава на участниците на влизане в залата. Обучителите на връстници инструктират участниците да го попълнят без помощ от приятели в рамките на 10 минути. След това обучителите на връстници събират въпросника. Ако има възможност, обучителите преглеждат отговорите набързо, за да установят с какви знания по темата идват участниците. Това им помага да преценят върху каква информация да акцентират при презентацията. Същият въпросник може да се използва в края на сесията, за да се направи оценка за успеха ѝ.

УВОД

Подходящо е да се започне с увод към целта на обучителната сесия, след което да се представят участниците и да се напомни защо са тук. Има няколко различни вида уводни дейности и обучителите на връстници трябва да преценят коя от тях да използват, когато вземат решение за дневния ред на обучението. Тук са включени два примера на уводни дейности - и двата са свързани с презентация на ХИВ/СПИН.

ПРИМЕР 1: УВОД „ЗАЩО СМЕ ТУК?“

За целите на това упражнение обучителите на връстници застават в редица, казват си имената и обясняват защо са тук, а именно: за да обучават останалите по въпросите на ХИВ/СПИН. След като се представи, последният обучител казва: „Това, което се опитваме да кажем, е, че всички, всеки един от нас в тази зала, сме изправени пред реалността, че ХИВ и СПИН съществуват в този свят и оказват влияние - пряко или непряко - върху нашия живот. Следователно, в определен смисъл всички ние сме „хора, които живеят със СПИН“. Не е нужно да сме заразени с вируса на СПИН, за да се окаже, че тази болест влияе върху нас.“

ПРИМЕР 2: УВОД „ЗДРАВЕЙТЕ, КАЗВАМ СЕ... И СЪМ ЧОВЕК, КОЙТО ЖИВЕЕ СЪС СПИН“

Този увод е прекрасен начин да се привлече вниманието на аудиторията, да се обясни защо обучителите на връстници са на семинара и да се посочи как СПИН влияе на всички. Някои обучители предпочитат да не използват този увод, защото аудиторията им понякога погрешно разбира, че са заразени с вируса на СПИН. Други харесват това упражнение и смятат, че си струва риска. Обучителите на връстници образуват редица пред аудиторията и човекът в края на редицата казва: „Здравейте! Казвам се... и съм човек, който живее със СПИН.“ Тази реплика се повтаря от всички в редицата. След като последният обучаващ каже името си, добавя: „Понякога тази част от нашата презентация е много измамна. Хората си тръгват с мисълта, че всички сме ХИВ позитивни. Не това

се опитваме да ви кажем. Всъщност искаме да подкажем, че всеки от нас в тази зала е изправен пред реалността, че СПИН съществува на този свят и пряко или косвено оказва въздействие върху нашия живот. Следователно в определен смисъл ние всички сме „хора, живеещи със СПИН“. Не е необходимо да сме заразени от СПИН, за да сме подвластни на влиянието му.”

УПРАЖНЕНИЕ ЗА „РАЗЧУПВАНЕ НА ЛЕДА“

Има най-различни упражнения за тази цел, като игри, упражнения („*Подай ритъма*” и „*Колко внимателно се отнасяме към здравето си?*” (вж. Раздел ☒ за подробно описание на тези игри).

ОСНОВНИ ПРАВИЛА

Особено важно е групата да създаде основни правила, с които да са съгласни всички. Групата провежда мозъчна атака, за да установи кои са тези важни правила. Направете така, че следните особено важни правила са включени:

- **Поверителност.** Хората могат да споделят информация с другите извън сесията, стига да не споменават имената на участниците.
- **Уважение.** Участниците трябва да се отнасят с взаимно уважение един към друг. Това означава, че не бива да нападаме другите и трябва да зачитаме техните гледни точки. Хубаво е да се използват твърдения, започващи с „Аз...” Много по-ефективно е да кажем „Лично аз смятам, че...”, отколкото „Не, грешиш, правилно е следното...”.
- **Внимание и взаимно изслушване.** Когато изслушваме другите, ние не само научаваме нещо ново от тях, но и ги преграждаме към себе си.
- **Откритост.** За да извлекат максимална полза от сесията, участниците трябва да се чувстват достатъчно уверени да говорят на базата на своя личен опит, а не от името на някого друг. Те трябва да поемат рискове и да не се страхуват да говорят това, което мислят, стига да не проявяват агресивност, обидно отношение или безчувственост.

КАКВО СПОРЕД ВАС ОЗНАЧАВА БЕЗОПАСЕН СЕКС?

Ако е възможно, участниците се разделят на малки групи от по 6 или 8 души. Всяка група получава един въпрос, който трябва да обсъди и на който трябва да отговори. Ако групата е малка, могат да се образуват по-малко групи. По-бързите групи получават втори въпрос за дискусия.

ОПИСАНИЕ НА ДЕЙНОСТИТЕ

Обучителите на връстници трябва да се разпръснат между групите, за да работят като водещи (фасилитатори). В идеалния случай те са по двама или трима на група.

На групите се дава достатъчно време, за да намерят отговора на въпроса, а водещите ги насърчават да открият и повече отговори, като им подават идеи и хрумвания.

Ето пет примерни въпроса, които могат да бъдат зададени на семинар на тема ХИВ/СПИН:

- Защо хората правят секс?
- По какви причини забавяме първия си сексуален контакт или се въздържаме от секс?
- Какви са някои от алтернативите на сексуалния акт?
- Защо някои хора не използват противозачатъчни средства?
- Как можем да насърчим някого (например партньор) да действа по безопасен начин?

ГОСТУВАЩ ЛЕКТОР ИЛИ ВИДЕО ПРОЖЕКЦИЯ

Ако времето позволява, кани се гостуващ лектор (човек, който живее с ХИВ/СПИН), за да сподели своя опит. Най-добре е учителите на връстници да познават добре този човек и да са сигурни, че умее да говори пред публика и е добре подготвен. Тази част от презентацията е най-ефективна, когато говорещият споделя личния си опит, с който аудиторията може да се идентифицира. Друг начин да се мотивират участниците е като им се прожектира вълнуващ документален филм за ХИВ/СПИН епидемията.

ХИВ/СПИН: ОСНОВНИ ФАКТИ И ВЪПРОСИ

Като увод към дискусията на основните факти и въпроси, свързани с ХИВ/СПИН, може да се използва и тест.

В Приложение 4, стр. 141 е описан примерен тест.

Основните аспекти на проблема ХИВ/СПИН са описани в Приложение 4, стр. 134. За допълнителна информация можете да се консултирате със списъка от ресурси, посочен в Приложение 1 (стр. 115), в който са включени полезни интернет страници.

РОЛЕВА ИГРА

Възможно е през сесията участниците да повдигат особено важни въпроси или проблеми, като например как да кажат „НЕ“ в определени ситуации, как да помагат на своите връстници да се грижат за здравето си по-добре и т.н. Учителите на връстници могат да използват тези въпроси като теми на различни ролеви игри, да включат един или повече

членове от аудиторията в ролевата игра или пък само те самите да участват в нея. За повече информация на тема ролеви игри вж. Раздел ☒, стр. 15 и Раздел ☒☒, стр. 43.

КАК СЕ ИЗПОЛЗВА ПРЕЗЕРВАТИВ - ПРЕЗЕНТАЦИЯ

Препоръчва се във всяка образователна сесия на тема ХИВ/СПИН да се включват дейности, свързани с правилното използване на презерватив и категоричното противопоставяне на необезопасения секс. Подробно описание на начина, по който се прави презентацията за използване на презерватив, е включено в упражнението в Раздел ☒☒, стр. 69-71.

ВЪПРОСИ ПРЕДИ КРАЯ

В края на сесията участниците се канят да споделят своите преживявания по време на провеждането ѝ. Те може да имат коментари по отношение на ролевата игра или на въпросите, които са останали без отговор по време на презентацията. Макар че водещите трябва да ги насърчават да задават въпроси и да правят коментари по всяко време на заниманията, именно сега те имат възможност да зададат последните си въпроси преди окончателното приключване на сесията. Обучителите на връстници също трябва да имат възможността да се върнат на въпросите, които са възникнали в резултат на ролевите игри. Ако героите в дадена ролева игра са предприели някаква спорна стъпка, тя може да заслужава допълнително обсъждане.

Ако в залата присъства ХИВ позитивен лектор, участниците имат възможността в този момент да му задават въпроси, които са им хрумнали по време на презентацията.

ОБОБЩАВАНЕ

В заключителната сесия се изказва благодарност на всички участници и технически помощници. Участниците попълват въпросник, който включва и кратък формуляр за оценка.

След приключването на презентацията е желателно обучителите на връстници да изчакат няколко минути, за да дадат възможност на отделни участници да им задават въпроси или да отправят към тях коментари. Понякога участниците искат да споделят свой личен въпрос или се нуждаят от указания къде могат да намерят допълнителна информация по тази тема. Възможно е да предпочитат индивидуален контакт с обучителите, вместо да задават въпросите си по време на презентацията.



Приложения

ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1. ПРИМЕРЕН СПИСЪК С РЕСУРСИ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. ПРИМЕРЕН ТЕСТ ЗА ОЦЕНКА НА СЕМИНАРА ПРЕДИ И СЛЕД ПРОВЕЖДАНЕТО МУ И ПРОУЧВАНЕ ЗА КАЧЕСТВОТО НА ОБУЧЕНИЕТО

ПРИЛОЖЕНИЕ 3. ПРИМЕРЕН ФОРМУЛЯР ЗА ОЦЕНКА НА УМЕНИЯТА НА ОБУЧИТЕЛИТЕ НА ВРЪСТНИЦИ И НА ОБУЧИТЕЛИТЕ

ПРИЛОЖЕНИЕ 4. МАТЕРИАЛИ ЗА РАЗДАВАНЕ

Десет факта за ХИВ/СПИН

Упражнение за илюстрация на пряк опит

Обучението чрез връстници и теориите за промяна на поведението

Илюстрация на квадратите на неприкосновеното пространство

Илюстрация на дървото на проблемите

Тест на тема ХИВ/СПИН

Предизвикателството на ППИ - версия на водещия

Видове подходи, ръководени от връстници (а)

Видове подходи, ръководени от връстници (б)

Стилове на водене на малки групи

Тест на тема съвместно водене на група

Ефективно партньорство между млади хора и възрастни

Стълбата на участие, създадена от Роджър Харт

Ползите от партньорството между млади хора и възрастни

Пречките пред изграждането на ефективно партньорство между млади хора и възрастни

Мониторинг и оценка на програма за обучение чрез връстници

Скалата на Кинси

ПРИЛОЖЕНИЕ 5. ДОПЪЛНИТЕЛНИ УПРАЖНЕНИЯ

Какво означават понятията „пол“ и „джендър“

Анализ на медийните образи

Ергенско парти през почивните дни

СПИСЪК ЗА РЕСУРСИТЕ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

1. НАСОКИ ЗА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ/УЧАСТИЕТО НА МЛАДИ ХОРА

АКТИВИРАНЕ

Международна федерация за планирано родителство - отдел „Глобално застъпничество“

Този подробен наръчник е предназначен за подкрепа на млади хора, които са или желаят да бъдат ангажирани в програми и дейности, свързани със сексуалното и репродуктивното здраве. Наръчникът им помага да установят своите потребности и да действат съгласно тях, както и да установят на кого от своята общност могат да разчитат за подкрепа и да убеждават хората, които взимат решения, в правилността на своите позиции.

Интернет адрес: <http://www.ippf.org>

Пощенски адрес: IPPF, Regent's College, Inner Circle Regent's Park, London NW1 4NS, UK.

Електронна поща: activate@ippf.org

РАМКА ЗА УЧЕНИЕ НА ВРЪСТНИЦИ

Британски младежки клубове (Youth Clubs UK), 2000 (Второ издание), 80 стр., цена 8,95 лири

Тази книжка е предназначена за младите хора обучители или за преподавателите и им дава указания как да изградят успешна програма за обучение чрез връстници. В книжката се проследяват различните етапи на обучението чрез връстници и предложената структура може да се използва на различни нива и във връзка с разнообразни теми. Книгата включва насоки за действие, планове на сесии за подбор и обучение на кандидати, идеи за последваща работа и оценка, както и раздел „Основните проблеми и дилеми“. Книгата може да се използва в комбинация с книжката, озаглавена „Да, аз“ (вж. по-долу, стр. 120).

Интернет адрес: <http://www.youthclubs.org.uk>

Пощенски адрес: Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.

РЪКОВОДСТВО ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ВРЪСТНИЦИ ОТ ВРЪСТНИЦИ В СФЕРАТА НА СПИН

Гери Свенсон и колектив Факултет по медицина на общността, Университет в Лунд, Швеция. Европейска комисия, 1998.

Тази публикация на Европейска мрежа за обучение чрез връстници (EUROPEER) предлага насоки за създаване, провеждане и оценка на проекти на тема СПИН, предназначени за млади хора и провеждани чрез обучители на връстници. Първите две глави изследват възможностите и ограниченията на обучението чрез връстници.

Книжката е публикувана на английски, френски, немски, гръцки, италиански, португалски, испански, шведски и български.

Интернет адрес: <http://www.europeer.lu.se>

Пощенски адрес: Europeer, Department of Community Medicine, Malmö University Hospital, S-205 02 Malmö, Sweden.

НАРЪЧНИК ЗА ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ЮПС (ЮНОШИ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА СПИН)

Застъпници за младежта (Advocates for Youth), Вашингтон, САЩ, 2002 (Второ издание).

Този детайлен наръчник е предназначен да помага на възрастни и тийнейджъри да разработват и осъществяват програми за превенция на ХИВ/СПИН на основата на обучение чрез връстници в училищата и общностите. Наръчникът включва планове за 17 сесии, предлага дейности и описва текущи проекти.

Интернет адрес: <http://www.advocatesforyouth.org>

Пощенски адрес: Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC 20005, USA

КАК ДА СЪЗДАДЕМ ЕФЕКТИВЕН ПРОЕКТ ЗА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ. НАСОКИ ЗА ПРОЕКТИ, СВЪРЗАНИ С ПРЕВЕНЦИЯТА НА СПИН

„AIDSCAP” Медународна организация за Семейно здраве (Family Health International), САЩ

Предлага практически указания за планиране и осъществяване на проект на база обучение чрез връстници и посочва евентуалните затруднения.

Интернет адрес: <http://www.fhi.org/publications>

Пощенски адрес: Family Health International, PO Box 13950, Research Triangle Park, Durham NC 27709, USA.

ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ КАТО ПОДХОД ЗА ОБУЧЕНИЕ ПО ТЕМИ, СВЪРЗАНИ С РЕПРОДУКТИВНОТО ЗДРАВЕ – НЯКОИ ИЗВЛЕЧЕНИ ПОУКИ

Образователно бюро за Азия и Тихия океан на ЮНЕСКО, Тайланд 2003

Книжката изследва влиянието на обучението чрез връстници за насърчаване здравословно поведение сред юношите. Освен това тя синтезира практическия опит и помага на хората, изготвящи политики, и на хората, изпълняващи програми, да възприемат подходящи стратегии или да адаптират вече възприетите към собствените си условия.

Интернет адрес: <http://www.unescobkk.org/ips/arh-web>

ВРЪСТНИЦИ ОБУЧАВАТ ВРЪСТНИЦИ: МЛАДИ ХОРА, ПРЕДОТВРАТЯВАЩИ ЗАРАЗЯВАНЕТО С ХИВ, ЗАЕДНО

Застъпници за младежта, Вашингтон, САЩ 1993, 4 долара

Този ресурсен материал, предназначен за специалисти, които изготвят програми, и за млади хора, които работят като обучители, изследва аргументите в полза на и изследванията във връзка с обучението чрез връстници за намаляване на риска, с акцент върху превенцията на риска. Публикацията описва подробно успешни програми за обучение чрез връстници.

Интернет адрес: <http://www.advocatesforyouth.org>

Пощенски адрес: Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC 20005, USA.

СПИСЪК ЗА РЕСУРСИТЕ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

ВРЪСТНИЦИ: ЗАДЪЛБОЧЕН ПОГЛЕД ВЪРХУ ПРОЦЕСА НА ПОДПОМАГАНЕ, ПЛАНИРАНЕ, ИЗПЪЛНЕНИЕ И АДМИНИСТРИРАНЕ НА ДЕЙНОСТИ, ИЗВЪРШВАНИ ОТ ВРЪСТНИЦИ

Тингал, Дж. А., „Ускорено развитие,” преработено издание, 1994

Тази книга описва подхода на консултиране чрез връстници и предлага аргументите за това. Освен това тя показва и как този подход може да повлияе на някои от проблемите на обществото. Книгата е предназначена за онези, които отговарят за планирането, изпълнението и администрирането на програми, оказващи помощ чрез връстници.

Можете да поръчате книгата, като пишете или се обадите на: Accelerated Development, 1900 Frost Road, Suite 101, Bristol, Pennsylvania 19007-1598, USA; tel. +1-800-821-8312

2. ИЗСЛЕДВАНИЯ

2.1. ОБЩИ ИЗСЛЕДВАНИЯ

ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ И СПИН: КОНЦЕПЦИИ, ПРИЛОЖЕНИЯ И ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВА

ЮНЕЙДС, Сборник с най-успешните практики, 1999

Тази брошура дискутира теорията на обучението чрез връстници и предлага резултатите на оценка на потребностите, проведена в Ямайка през април 1999 г., както и преглед на публикациите по тази тема.

Брошурата е издадена на английски и френски език.

Интернет адрес: <http://www.unaids.org>

Пощенски адрес: UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland

Електронна адрес: unaids@unaids.org

ПОТЕНЦИАЛЪТ НА ВРЪСТНИЦИТЕ: КАК ДА ОПОЛЗОТВОРИМ СПОСОБНОСТИТЕ НА ЮНОШИТЕ ДА ВЪЗДЕЙСТВАТ ВЪРХУ ВРЪСТНИЦИТЕ СИ

Национална кампания за предотвратяване на юношеска бременност, април 1999 г., 15 долара

Това са три изследователски материала, които посочват положителните ефекти от въздействието на юноши върху живота на техни връстници и в същото време предупреждават за някои вредни форми на подобно влияние. Изследванията предлагат и важни указания на вниманието на експертите, разработващи програмите и изготвящи политиките, така че да могат да се възползват по най-добрия начин от потенциала на учителите на връстници.

Интернет адрес: <http://www.teenpregnancy.org/publications>

Пощенски адрес: The National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2100 M Street, NW, Suite 300, Washington, DC 20037, USA.

СБОРНИК С НАЙ-УСПЕШНИТЕ ПРАКТИКИ

UNAIDS (Програма на ООН по въпросите на ХИВ/СПИН), 1999 г., бр. 1, *Деца и млади хора*, стр. 27-72

Сборникът описва 18 проекта, насочени към младите хора. Основните им цели са да:

- поощряват сексуалното здраве;
- обогатяват младите хора чрез умения за живот;
- намаляват риска от заразяване с ХИВ/СПИН;
- предотвратяват риска от насилие, злоупотреба и участие в търговията със секс;
- изграждат мрежа за подкрепа на млади хора от техните връстници;
- намаляват дискриминацията спрямо хората, които живеят с ХИВ/СПИН;
- помагат на младите хора да продължат своето образование и да осигуряват дългосрочна социална и икономическа сигурност на участниците.

Повечето от описаните в тази публикация проекти включват принципа на обучението чрез връстници.

Интернет адрес: <http://www.unaids.org>

Пощенски адрес: UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland.

Електронна поща: unaids@unaids.org

2.2. МОНИТОРИНГ И ОЦЕНКА НА ПРОГРАМИ ЗА/С МЛАДИ ХОРА

„ДА СЕ НАУЧИМ ДА ЖИВЕЕМ: НАБЛЮДЕНИЕ И ОЦЕНКА НА ПРОГРАМИ НА ТЕМА ХИВ/СПИН ЗА МЛАДИ ХОРА”

Уеб, Д. и Елиът, Л., Спасете децата, 2000; 12,95 лири

Практически наръчник за разработване, наблюдение и оценка на програми на тема ХИВ/СПИН, предназначени за млади хора и черпещи от опыта на проекти, осъществени в различни страни по света. Наръчникът описва поуките, извлечени от работа с млади хора в областта на обучението чрез връстници, училищното обучение, клиничните услуги, обучението на особено уязвими деца и работата с деца, страдащи от ХИВ/СПИН.

Интернет адрес: <http://www.savethechildren.org.uk>

Пощенски адрес: UNAIDS, 20 Avenue Appia, CH 1211 Geneva 27, Switzerland

Електронна поща: unaids@unaids.org

СПИСЪК ЗА РЕСУРСИТЕ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

2.3. ИЗСЛЕДОВАТЕЛСКИ ИНСТРУМЕНТАРИУМ

Изследователски метод на разказване – изследване на поведенческите модели на младите хора. Наръчник за приложението му

СЗО, 1993, Каталоген № 1930054, 8 швейцарски франка/7,20 долара

Това е изследователски инструмент, който се използва широко за разбиране на поведението на младите хора, включително сексуалното, в контекста на тяхната културна среда. Формирана е група млади хора, които съставят разказ, характеризиращ поведението в тяхната общност. След това разказът се трансформира във въпросник, който се предлага на други млади хора в изследваните райони. Направените констатации в хода на тази методология на базата на участие могат да се използват за разработване на местни или национални планове за действие в подкрепа на юношеското здраве или на определени здравно-информационни продукти. Първоначалната група млади хора може да участват в този процес като фасилитатори.

Публикацията е издадена на английски, френски и испански.

Интернет адрес: <http://www.who.org>

електронна поща: publications@who.org

3. ОБУЧИТЕЛНИ РЪКОВОДСТВА

3.1. ОБУЧИТЕЛНИ РЪКОВОДСТВА ЗА ОБУЧАВАНЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

ПОДХОДИ КЪМ ЗДРАВНОТО ОБРАЗОВАНИЕ, РЪКОВОДЕНО ОТ ВРЪСТНИЦИ:

НАРЪЧНИК ЗА МЛАДИ ХОРА

Клемет, П. И Бушкевич, М. Асоциация за здравно образование, 1993, 96 стр. (извън печат)

Този наръчник насърчава младите хора, занимаващи се със социална дейност в общността си, да изследват приложението на обучението чрез връстници в областта на здравното образование. Наръчникът предлага аргументи в полза на обучението чрез връстници, 11 обучителни сесии, идеи за работа с млади хора на здравни теми и примери за обучение чрез връстници във Великобритания.

ЕТИЧНИЯТ МОМЕНТ. ДОГОВАРЯНЕ НА ДНЕВНИЯ РЕД С МЛАДИТЕ ХОРА. НАРЪЧНИК ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ОБУЧИТЕЛИ НА ВРЪСТНИЦИ

Шотландски съвет за здравно образование, 1997, 20 лири

Този наръчник описва контекста, в който е възникнало обучението чрез връстници, предлага теоретична рамка в помощ на разработването на обучение чрез връстници и практически насоки за добри практики. Наръчникът илюстрира теорията и практиката,

ползвайки примери от образованието за предотвратяване на злоупотребата с наркотици, алкохол, тютюн. Независимо от това насоките могат да се прилагат към всякаква форма на обучение чрез връстници.

Пощенски адрес: *Fast Forward, 4, Bernard Street, Edinburgh, EH6 6PP, UK.*

Електронна поща: *admin@fastforward.org.uk*

ЗНАЙ РЕЗУЛТАТА

Британски младежки клубове, 1999, 70 стр., 17,95 лири

Основна тема на тази публикация е образованието за предотвратяване на злоупотребата с наркотици. Предназначена е да се използва като подготвителна програма за обучители на връстници и включва:

- описание на предимствата и предизвикателствата, пред които са изправени младите хора, обучители връстниците си в превенция на наркотиците;
- обучителни наръчници, които лесно могат да бъдат фотокопирани и да се използват за обучение на млади хора, обучители на връстници си в превенция на наркотиците;
- дейности, които обучителите на връстници могат да използват или адаптират, за да задълбочат познанията на връстниците си относно наркотиците и свързаните с тях проблеми;
- различни начини за оценка на инициативи, включващи обучение на млади хора от техни връстници в превенция на наркотици;
- практически казуси от два различни проекта, включващи обучение на млади хора от техни връстници в превенция на наркотици.

Интернет адрес: *<http://www.youthclubs.org.uk>*

Пощенски адрес: *Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK*

ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ: НАРЪЧНИК ЗА ОБУЧЕНИЕ НА МЛАДИ ХОРА ДА РАБОТЯТ КАТО ОБУЧИТЕЛИ НА ВРЪСТНИЦИ

Книга 1. „Обучение чрез връстници – увод”

Книга 2. „Обучение на обучители на връстници” (15 обучителни сесии в 5 модула)

Книга 3. „ХИВ/СПИН и сексуалност” (обучителни сесии).

Муртаг, Б. Национална младежка федерация в съдружие със Звеното за здравна промоция, Ирландия, 1996, 127 стр.

Тези три наръчника предоставят информация, насоки и модели за проекти, включващи

СПИСЪК ЗА РЕСУРСИТЕ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

обучение чрез връстници в областта на младежките услуги. И трите ползват личен практически опит. Първата книга е предназначена да изясни концепцията на обучение чрез връстници и включва насоки за оценка на обучението чрез връстници. Втората предлага 5 модула за приложение по време на общата подготовка и обучение на потенциалните обучители на връстници. Третата книга предлага два модула: единия – за подготовка на обучители на връстници в областта на ХИВ/СПИН, а другия – да ги запознае с аспектите на сексуалността.

Интернет адрес: <http://www.iol.ie/~nyf/indexa.html>

Пощенски адрес: National Youth Federation, 20 Lower Dominick Street, Dublin, Ireland

Електронна поща: info@nyf.ie

ЗАЕДНО МОЖЕМ

Наръчник и комплект за практически дейности на обучители на връстници, *Проект за обучение на връстници на тема ХИВ/СПИН, организиран от Червения кръст на Ямайка, Червен кръст на Ямайка, Ямайка 1995*

Наръчник за юноши, обучители на връстници, работещи по превенцията на ХИВ/СПИН и ППИ.

Включва дейности за управление на рискови ситуации, оценка на личностни ценности и на умения за използване на презерватив.

За повече информация: jrcs@mail.infochan.com

ДА, АЗ!

Британски младежки клубове, 1996, 70 стр., 8,95 лири

Тази книжка описва по достъпен начин програмата, предназначена да помогне на бъдещите обучители на връстници да получат знания и умения, необходими за провеждане на обучителни занимания с техни връстници.

„Да, аз!“ ясно демонстрира ползите на обучението чрез връстници за младите хора, които прилагат този вид обучение, като ги насърчава да се възгледат в себе си и да разберат своите качества и силни страни. Книгата разглежда различни теми, сред които невербалната комуникация и груповата динамика като начин младите хора да разберат защо искат да бъдат обучители на връстници.

Интернет адрес: <http://www.youthclubs.org.uk>

Пощенски адрес: Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK.

ШЕГУВАШ СЕ!

Британски младежки клубове, 1997 г.

„Шегуваш се!“ е набор от ресурси за обучители на връстници в приоритетни области: превенция на нещастни случаи (катастрофи), превенция на рак, сърдечно, умствено и сексуално здраве. Всяка книга съдържа указания за ролята на обучителите на връстници, информация по темата, дейности, които обучителите на връстници могат да осъществяват, и един казус.

Интернет адрес: <http://www.youthclubs.org.uk>

Пощенски адрес: Youth Clubs UK, 2nd Floor Kirby House, 20-24 Kirby Street, London EC1N8TS, UK

3.2. ДРУГИ ОБУЧИТЕЛНИ НАРЪЧНИЦИ НА ТАЗИ ТЕМА

ДЕЙСТВИЯ С МЛАДИ ХОРА, ХИВ/СПИН И ППИ: ОБУЧИТЕЛЕН НАРЪЧНИК ЗА МЛАДИ ХОРА

Международна федерация на гружествата на Червения кръст и Червения полумесец, Женева, 2000. Второ издание.

Този наръчник помага на младите лидери да съставят програми за превенция на ХИВ/СПИН, предназначени за млади хора. Той дава обща информация за ХИВ/СПИН епидемията и нейното въздействие, описва как се планират програми и предлага набор от идеи за образователни действия и общностни проекти.

Наръчникът се издава на английски и френски, предстои издаването му и на испански език.

Пощенски адрес: International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, PO Box 372, CH-1211 Geneva 19, Switzerland

Електронна поща: guidera@ifrc.org

СПИН – РАБОТА С МЛАДИ ХОРА

Егълтън, П., Хорсли, Ц., Уорик, И. и Уилтън, Т. Аверт, Великобритания, 1993 г.

Този обучителен наръчник е предназначен за млади хора над 14-годишна възраст, които работят в младежки клубове, обучителни програми и училища. Включва упражнения и игри, представени чрез текст, който дава поглед върху медицинските и социалните аспекти на СПИН, както и съвети за образованието по темата ХИВ/СПИН.

Интернет адрес: <http://www.avert.org>

Пощенски адрес: AVERT, 11, Denne Parade. Horsham, West Sussex RH12 1JD, UK

СПИСЪК ЗА РЕСУРСИТЕ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

ИЗСЛЕДВАНЕ НА ЗДРАВΟΣЛОВНИТЕ ФОРМИ НА СЕКСУАЛНОСТ

Джудит, Ц. Британска асоциация за семейно планиране, 1994 г.

Наръчник, предназначен за млади просветни работници с малък опит в образованието на сексуални теми.

Пощенски адрес: Family Planning Association-UK, 27-35 Mortimer Street, W1N 7RJ London, UK. Fax: +44 207 837 3026

ПРИЯТЕЛИ СПОДЕЛЯТ С ПРИЯТЕЛИ НА УЛИЦАТА

Карол, Грег и Чеп Хек, Нонтаторн, Тайландски червен кръст,

Изследователски център за СПИН, 2000 г.

Това е изчерпателен наръчник, предназначен да развива психологически умения сред децата от улицата. Включва повече от 116 добре описани дейности на различни теми (общо здраве, злоупотреба с наркотици, ХИВ/СПИН, репродуктивно здраве, права на децата, лична безопасност, търсене на работа) и още 87 упражнения, свързани с основни умения за живот.

Адрес: The Thai Red Cross AIDS Research Centre, 1871 Rama IV Road, Bangkok 10330, Thailand. Tel. 662 256-4107-9, Fax 662 254-7577

ИГРИ ЗА ЮНОШИ И РЕПРОДУКТИВНО ЗДРАВЕ. МЕЖДУНАРОДЕН НАРЪЧНИК.

PATH (Програма за подходяща технология на здравето), Вашингтон, САЩ.

Този наръчник е предназначен да подхранва въображението на преподавателите като им дава насоки как да започнат, описва 45 интересни и лесно приложими игри с образователна стойност, дава насоки как сами да измислим нови игри, и предлага набор от готови за употреба карти. Уводът включва теоретична обосновка на описания материал.

Интернет адрес: <http://www.path.org/files/gamesbook.pdf>

ДЖЕНДЪР ИЛИ ПОЛ: КОЙ ГО Е ГРИЖА. РЕСУРСЕН ПАКЕТ ЗА ИЗГРАЖДАНЕ НА УМЕНИЯ НА ТЕМА ДЖЕНДЪР И РЕПРОДУКТИВНО ЗДРАВЕ ЗА ЮНОШИ И МЛАДИ ПРОСВЕТНИ РАБОТНИЦИ. С АКЦЕНТ ВЪРХУ НАСИЛИЕТО, ХИВ/ППИ, НЕЖЕЛНА БРЕМЕННОСТ И РИСКОВИ АБОРТИ.

Де Брюн, М. и Франс, Н. ИПАС и HD Network (Мрежа за човешко развитие), 2001 г.

Този пакет от ресурси, който включва наръчник, учебни карти и слайдове за шрайбпроектор/материали за раздаване, предлага увод към темата за джендъра и

сексуалното и репродуктивното здраве (СРЗ). Целта му е да служи като допълнение към обучителните материали по СРЗ, като предлага практически инструмент, позволяващ да се разграничи гъендър от пол и да се покаже как гъендърът влияе върху СРЗ.

Интернет адрес: http://www.ipas.org/english/publications/gender_sex_manual.pdf

ПРАВИЛНО. ПРАКТИЧЕСКИ НАРЪЧНИК ЗА ИЗУЧАВАНЕ НА КОНВЕНЦИЯТА ЗА ПРАВАТА НА ДЕТЕТО

УНИЦЕФ, 1993 г.

Този наръчник е предназначен за лидери на младежки групи и за учители, работещи с млади хора над 13-годишна възраст. Той предлага набор от дейности, които информират децата за техните права и им помага да планират своите действия във връзка с правата им.

Публикацията е издадена на английски и френски език.

Интернет адрес: <http://www.unicef.org/publications>

ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ПЛАНИРАНЕ НА ЖИВОТА – ПРОГРАМА ЗА МЛАДЕЖКО РАЗВИТИЕ

Застъпници за младежта, Вашингтон, САЩ, 1995. 65 щ. г.

Това е обучителен пакет с интерактивни упражнения за обучение на тема сексуалност/ умения за живот, предназначени за млади хора от 13 до 18-годишна възраст и за преподаване в училищата или в младежките центрове.

Интернет адрес: <http://www.advocatesforyouth.org>

Пощенски адрес: *Advocates for Youth, 1025 Vermont Avenue NW, Suite 200, Washington DC 20005, USA*

ПРАКТИЧЕСКИ НАРЪЧНИК ЗА ПРОГРАМИ НА ТЕМА „МЛАДЕЖКИ ПРОГРАМИ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ НА ЗЛОУПОТРЕБАТА С НАРКОТИЦИ” – РЪКОВОДСТВО ЗА РАЗВИТИЕ И ПОДОБРЕНИЕ

UNODC (Служба на ООН за наркотиците и престъпността) и Глобалната младежка мрежа, Ню Йорк, 2002 г.

В този документ е застъпено разбирането, че борбата срещу злоупотребата с наркотици трябва да се води от младите хора, тъй като те знаят своите нужди по-добре от всички останали. Следователно този наръчник е инструмент за младежките групи, предназначен да набележи реалните проблеми, които ги засягат, и да им помогне да намерят разрешението им.

Публикацията е издадена на английски, китайски, френски, испански и руски език.

Интернет адрес: http://www.unodc.org/youthnet/youthnet_youth_drugs.html

СПИСЪК ЗА РЕСУРСИТЕ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

НАЧАЛНА ПРЕВЕНЦИЯ НА ЗЛОУПОТРЕБАТА С НАРКОТИЦИ. НАРЪЧНИК ЗА ФАСИЛИТАТОРИ. ТЕТРАДКА ЗА РАБОТА ПО ПРОЕКТ

СЗО/Служба на ООН за наркотици и престъпност, 2000 г.

Електронна поща: publications@who.org

ПРОЕКТ „Н-РАР” – РАБОТА С МЛАДИ МЪЖЕ ЗА ПРОМОЦИЯ НА РАВЕНСТВО ПО ОТНОШЕНИЕ НА ЗДРАВЕТО И ДЖЕНДЪРА

Координация на проекти: Институтото промундо. Подкрепа: Общоамериканска здравна организация, СЗО, Международна федерация по планиране на родителството, 2002 г.

Наръчникът включва 5 теми: сексуалност и репродуктивно здраве, бащинство и оказване на грижи, от насилие към мирно съвместно съжителство, причини и емоции, превенция на ХИВ/СПИН и живот с това заболяване. Всяка тема съдържа теоретичен раздел и редица практически действия за стимулиране на групова работа с млади мъже (на 15 до 24-годишна възраст).

Интернет адрес: <http://www.promundo.org.br>

Електронна поща: promundo@promundo.org.br

ПРАВИЛНИТЕ НАСОКИ – РЕСУРС ЗА ОБУЧИТЕЛИ НА ВРЪСТНИЦИ НА ТЕМА КОНВЕНЦИЯТА НА ООН ЗА ПРАВАТА НА ДЕТЕТО

Фондация „Спасете децата” в партньорство с Асоциация „Водачите”, Великобритания, 1999, 64 стр., 4,99 лири

Този наръчник насърчава младите хора да мислят за своите права чрез поредица от интересни оживени дейности, базиращи се на текстовете на Конвенцията на ООН за правата на детето. Четиридесетте дейности обхващат широк набор от важни въпроси, засягащи младите хора, като упражняването на тормоз, дискриминацията, бедността, бездомността, здравето и изразяването на мнение.

Интернет адрес: <http://www.savethechildren.org.uk>

УЧИЛИЩНО ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ В ПРЕВЕНЦИЯ НА СПИН И ППИ: РЕСУРСЕН ПАКЕТ ЗА ПЛАНИРАНЕ НА УЧЕБНИ ПРОГРАМИ

СЗО/ЮНЕСКО, 1994 г.

Пакетът включва наръчник за планиране на учебни програми, ръководство на учителя и наръчник за ученици с 53 дейности на тема комуникационни умения, безопасен секс, ХИВ/СПИН.

Електронна поща: publications@who.org

МЛАДИТЕ ХОРА И ЗЛОУПОТРЕБАТА С НАРКОТИЦИ: НАРЪЧНИК. КАК ДА СЪЗДАВАМЕ, ИЗПОЛЗВАМЕ И ОЦЕНЯВАМЕ ОБРАЗОВАТЕЛНИТЕ МАТЕРИАЛИ И ДЕЙНОСТИ

Монтейро, М. Преработено издание. СЗО и Фондация „Наставник“, 1999 г., 161 стр., каталожен № 190151, 30 шв. фр./27 долара

Това е лесен наръчник, предназначен за здравни работници, които нямат сериозна подготовка или достъп до професионални информационни ресурси. Наръчникът помага за създаване на образователни ресурси. Вниманието е насочено предимно към потребностите на децата от улицата. Наръчникът показва различни начини да се ангажира участието на младите хора в създаването, използването, разпространението и оценката на образователните материали.

Електронна поща: publications@who.org

РАБОТА С УЛИЧНИ ДЕЦА: ОБУЧИТЕЛЕН ПАКЕТ ЗА ЗЛОУПОТРЕБАТА С НАРКОТИЦИ, СРЗ И ПО-КОНКРЕТНО ХИВ/СПИН И ППИ

СЗО, 2000, кат. № WHO/MDF/MDP/00.14.

Изчерпателен обучителен пакет, разработен за хора, обучители децата от улицата (и други хора, работещи по програми за улични деца), който се състои от две части:

- 10 обучителни модула, които предлагат информация за проблемите на децата от улицата и за основните умения и знания, които трябва да имат тези хора, за да функционират правилно в динамичната среда на улицата
- „Насоки за обучителите“. Този наръчник предлага как да бъдат преподавани темите, включва информация по определени теми, и съветва как да адаптират материала за местните нужди и ресурси.

Електронна поща: publications@who.org

СТО НАЧИНА ДА ЕНЕРГИЗИРАМЕ ГРУПАТА: ИГРИ ЗА ПРИЛОЖЕНИЕ В СЕМИНАРИ, СРЕЩИ В РАМКИТЕ НА ОБЩНОСТТА

Международен алианс за ХИВ/СПИН, 2002 г.

Това е сборник от упражнения за повишаване енергията и „разчупване на лега“, както и игри, които могат да се използват от всички работещи с групи от хора независимо дали се провежда семинар, среща или събрание в рамките на общността.

Интернет адрес: <http://www.aidsalliance.org>

(отидете в раздел Публикации и ресурси /инструменти и наръчници)

СПИСЪК ЗА РЕСУРСИТЕ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

3.3. ОБУЧИТЕЛНИ НАРЪЧНИЦИ ЗА СЪВЕТВАНЕ (НЕ САМО ЗА СЪВЕТВАНЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ)

Обучение в умението да съветваме на тема юношеската сексуалност и репродуктивното здраве. Наръчник на фасилитатора

СЗО/ADH (Фондация „Действия за човешко достойнство“), преработено издание, 2001 г.

Наръчникът помага на водещите да проведат 5-дневен обучителен семинар по умения за консултиране на тема юношеска сексуалност и репродуктивно здраве. Описаното в наръчника обучение комбинира основна информация на тема СРЗ и принципите на ненаставническото съветване, с обучението по конкретни междуличностни комуникационни умения.

Електронна поща: cah@who.int

4. РЕСУРСНИ НАРЪЧНИЦИ

Аотирана библиография за обучение на европейски млади хора по въпросите на СПИН от техни връстници

Свенсон, Г. и др. (редактори), Факултет по медицина на общността, Университет в гр. Лунг, Швеция, Европейска комисия, 1998 г.

Интернет адрес: <http://www.europeer.lu.se>

Пощенски адрес: Europeer, Department of Community Medicine, Malmö University Hospital, S-205 02 Malmö, Sweden

РЕСУРСЕН НАРЪЧНИК ЗА ПРЕПОДАВАТЕЛИ НА ТЕМА СЕКС - ОСНОВНИТЕ РЕСУРСИ, КОИТО ВСИЧКИ ПОДОБНИ СПЕЦИАЛИСТИ ТРЯБВА ДА ПОЗНАВАТ

Хуберман, Б., Застъпници за младежта, 2002 г., 10 долара

Интернет адрес: <http://www.advocatesforyouth.org>

5. СПИСАНИЯ

XCELLENT („ОТЛИЧНО“) – СПИСАНИЕТО НА ШОТЛАНДСКИТЕ ОБУЧИТЕЛИ НА ВРЪСТНИЦИ

Публикува се от Fast Forward Positive Lifestyles Ltd., абонамент 10 лири годишно

Това списание излиза 3 пъти в годината. Целта му е да популяризира обучението чрез връстници сред младите хора, работещи в областта на здравеопазването. Освен това предлага възможности за изграждане на мрежи, способности за обмен на положителни практики, осигурява форум за дебати, разпространява полезни ресурси и обявява предстоящи събития (като например курсове за обучение).

Пощенски адрес: Xcellent, c/o Fast Forward, 4, Bernard Street, Edinburgh, EH6 6PP, UK

Електронна поща: sandra@fastforward.org.uk

6. ПОЛЕЗНИ ИНТЕРНЕТ СТРАНИЦИ

<http://www.advocatesforyouth.org/>

Застъпници за младежта разглеждат въпроси, свързани със СРЗ на младите хора в международен план. Предлага информация, обучение и стратегическа помощ на организации, които обслужват младите хора, на специалистите, които изготвят политиките, на младите хора активисти и на медиите.

<http://www.avert.org>

Благотворителна организация за ХИВ/СПИН, която предлага полезна статистическа информация, информация за младите хора, новини, актуална информация и ресурси на темите хомосексуалност, епидемията ХИВ/СПИН и ППИ.

<http://www.europeer.lu.se>

Това е ресурсният център за младежко обучение чрез връстници в Западна Европа на Университета в Лунд (Швеция) и Европейския съюз. Той предлага информация за здравето, развитието и овластяването на младите хора.

<http://www.fhi.org>

Family Health International работи за подобряване на СРЗ по целия свят като предлага информация за биомедицински изследвания в областта на социалните науки, новаторски форми на здравно обслужване, обучение и информационни програми.

<http://www.goaskalice.columbia.edu>

Това е виртуална програма за здравно образование на *Колумбийския университет*, която се характеризира с ориентираност към младите хора, разнообразие и информативност и е представена под формата на въпроси и отговори.

<http://www.ippf.org>

Международната федерация за планирано родителство (IPPF) е най-голямата доброволна организация, водеща по въпросите на СРЗ. Тя се стреми да подкрепя правото на жените и мъжете да решават свободно относно броя на децата си и интервала между тях, както и правото им на възможно най-доброто СРЗ.

СПИСЪК ЗА РЕСУРСИТЕ НА ТЕМА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

<http://www.iwannaknow.org>

Това е сайтът на *Американската социална здравна асоциация* за сексуално здраве, агресивен към младите хора.

<http://www.savethechildren.org.uk>

„*Спасете децата*” е водеща британска благотворителна организация, която работи за създаването на един по-добър свят за децата. Има клонове в 70 страни, в които помага на най-бедните слоеве от населението.

<http://www.siecus.org>

Американският съвет за сексуална информация и образование (SIECUS) работи в подкрепа на обстойното сексуално образование и се застъпва за правото на хората да упражняват отговорен сексуален избор.

<http://www.teenwire.com>

Сайтът за сексуално образование на *Федерацията за планирано родителство* предлага множество статии, написани от и за млади хора.

<http://www.unaids.org>

UNAIDS обединява усилията и ресурсите на 8 организации в рамките на ООН, за да помогне на света да предотврати нови случаи на зараза с ХИВ, да осигури грижа за вече заразените и да смекчи въздействието на ХИВ/СПИН-епидемията.

<http://www.unfpa.org>

Фондът на ООН за населението (ФНООН) подкрепя развиващите се страни в подобряването на достъпа и качеството на услугите в областта на репродуктивното здраве, и по-конкретно семейното планиране, безопасното майчинство и превенцията на ППИ, включително ХИВ/СПИН.

<http://www.unicef.org>

УНИЦЕФ (Фондът на ООН за децата) работи със своите партньори по целия свят в подкрепа на признаването и упражняването на човешките права на децата. На този сайт има препратка към сайта <http://www.unicef.org/programme/lifeskills.html>, където можете да намерите обширна информация за образованието, базираща се на умения за живот.

<http://www.unodc.org/youthnet>

Глобалната младежка мрежа е инициатива на UNDCP (Програмата на ООН за международен контрол върху наркотиците) към UNODC (Службата на ООН за наркотици и престъпност). Глобалната младежка мрежа цели да увеличи участието на младите хора в международната общност при разработването на политики и програми за превенция на злоупотребата с наркотици.

<http://www.youthclubs.org.uk>

Това е британска национална мрежа, чиято цел е да подкрепя и създава качествени работни и образователни възможности за всички млади хора.


<http://www.youthhiv.org>

Youth HIV е проект на „Застъпници на младежта.“ Сайтът е създаден от и за млади хора, живеещи с ХИВ, и обучители на връстници на тема ХИВ. Целта е да се предложи безопасна и ефективна интернет страница с информация за сексуалното и психическо здраве, подкрепа на общността, възможности за застъпничество, ресурси и консултации и он-лайн обучение чрез връстници.

<http://www.youthshakers.org/index.htm>

Това е Интернет страницата на „Застъпници за младежта“ и *Международната федерация по планирано родителство*. Тук се предлага информация за обучение на сексуални теми чрез връстници, мрежи, програми и др. От него можете да отидете на <http://www.youthshakers.org/peereducation/manual/index.htm>, където има полезна информация за обучение чрез връстници.

ПРИМЕРЕН ТЕСТ ЗА ОЦЕНКА, КОЙТО СЕ ДАВА ПРЕДИ И СЛЕД ПРОВЕЖДАНЕТО НА СЕМИНАР

		ФНООН, УНИЦЕФ Семинар на Обучители на връстници, Неум, Босна и Херцеговина 28 май – 2 юни 2001 г.		ФОРМУЛЯР № 1: _____
Благодарим ви, че участвате в оценката на семинара. Бихме искали да установим равнището на вашите умения на тема обучение чрез връстници и да научим какво мислите за тази форма на обучение. Отговорите на тези въпроси ще ви отнемат не повече от няколко минути. Няма правилни или грешни отговори. Интересува ни само вашето мнение. Ще ви помолим да попълните въпросника в началото и в края на семинара.				
Пол <input type="checkbox"/> Мъжки <input type="checkbox"/> Женски	Възраст	От колко години работите като учител на връстници?	Каква е основната ви роля във вашата работа? (изберете един от следните варианти) <input type="checkbox"/> Ръководител <input type="checkbox"/> Треньор <input type="checkbox"/> Обучител на връстници <input type="checkbox"/> Друго	
Начална буква на собственото ви име				
1. Мисля, че бих могъл да ръководя обучителна програма за обучители на връстници <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен				
2. Мога да опиша изчерпателен модел на програма, включваща обучение чрез връстници <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен				
3. Мога да опиша разликата между понятията джендър и пол и да обясня как джендърът влияе върху СРЗ <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен				
4. Мога с лекота да организирам и провеждам ролеви игри за обучители на връстници <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен				

<p>5. Ако е възможно, бих поканил човек, който живее с ХИВ/СПИН, да изнесе лекция пред младежкия семинар</p> <p> <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен </p>
<p>6. Зная и бих могъл да проведа най-малко 3 игри за сплотяване на екип, предназначени за обучители на връстници</p> <p> <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен </p>
<p>7. Зная 4 упражнения за “разчупване на лега”</p> <p> <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен </p>
<p>8. Зная 3 различни начина за преподаване на фактологическа информация по време на семинар</p> <p> <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен </p>
<p>9. Сещам се за 3 различни мотивационни техники, които бих могъл да използвам в семинар за обучители на връстници</p> <p> <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен </p>
<p>10. Сещам се за най-малко 5 различни умения за живот, които мога да включа в програмата за здравно образование</p> <p> <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен </p>
<p>11. Бих ангажирал човек, който живее с ХИВ/СПИН, в разработването и изпълнението на моята програма за обучение чрез връстници</p> <p> <input type="checkbox"/> Напълно съм съгласен <input type="checkbox"/> Съгласен съм <input type="checkbox"/> Донякъде съм съгласен <input type="checkbox"/> По-скоро не съм съгласен <input type="checkbox"/> Изобщо не съм съгласен </p>

ИЗСЛЕДВАНЕ КАЧЕСТВОТО НА ОБУЧЕНИЕТО

Как бихте оценили степенята на вашата увереност да предлагате услуги на клиенти по теми, застъпени в този семинар?	Преди семинара	Ниска <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	Средна <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4	Висока <input type="checkbox"/> 5
	След семинара	Ниска <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2	Средна <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4	Висока <input type="checkbox"/> 5
Каква е вашата обща оценка за семинара?				
<input type="checkbox"/> Лоша <input type="checkbox"/> Сравнително добра <input type="checkbox"/> Добра <input type="checkbox"/> Много добра <input type="checkbox"/> Отлична				
Каква е вашата оценка за полезността на семинара по отношение на вашата работа?				
<input type="checkbox"/> Лоша <input type="checkbox"/> Сравнително добра <input type="checkbox"/> Добра <input type="checkbox"/> Много добра <input type="checkbox"/> Отлична				
Защо се включихте в семинара - най-вече за да може да обучавате другите ли?				
<input type="checkbox"/> Да <input type="checkbox"/> Не <input type="checkbox"/> Не зная				
Планирате ли да използвате този семинар, за да обучавате други хора?				
<input type="checkbox"/> Да <input type="checkbox"/> Не <input type="checkbox"/> Не зная				
Бихте ли препоръчали на ваш връстник да се запише на такъв семинар?				
<input type="checkbox"/> Да <input type="checkbox"/> Не <input type="checkbox"/> Не зная				

ПРИМЕРЕН ФОРМУЛЯР ЗА ОЦЕНКА НА УМЕНИЯТА НА ОБУЧИТЕЛИТЕ НА ВРЪСТНИЦИ¹

	1 Слабо	2 Приемливо	3 Добре	4 Много добре	5 Отлично
ТЕХНИКИ НА ОБУЧЕНИЕ					
1. Умение да обяснява дейността/играта					
2. Контакт с участниците					
3. Зрителен контакт					
4. Движения					
5. Жестове					
6. Умение да изслушва					
7. Сила на гласа					
8. Умение да използва флипчартове					
9. Умение да използва пространството и работната среда					
10. Интонация					
ЕКИПНА РАБОТА					
11. Балансира участието					
12. Взаимодейства с колегите					
13. Помага на колегите					
14. Споделя удачно работното пространство... "дава и взима"					
15. Взаимно уважение					
16. Овладява връстниците-обучители					
17. Овладява проблемните участници					
ТЕХНИКИ НА ОБУЧЕНИЕ					
18. Адаптира се към скуката					
19. Овладява твърде словоохотливите участници					
20. Владее техники за говорене пред публика					

¹ *Зилони, Р. Мудрович, Ж. и обучители на връстници от Червения кръст на Сараево, ФНООН. Семинар за обучение на връстници, 2001 г.*

	1 Слабо	2 Приемливо	3 Добре	4 Много добре	5 Отлично
21. Има мотивиращо въздействие върху участниците					
22. Енергичност на водещия					
23. Ентусиазъм на водещия					
24. Актьорски умения					
25. Създава уютна учебна среда					
26. Умее да съставя дневен ред за презентацията от връстници					
27. Помага по време на презентацията					
28. Откликва на въпросите, поставени от учителите на връстници					
29. Насърчава членовете на екипа					
30. Умела екипна работа: създава безпроблемна работна среда					
31. Насърчава аудиторията					
32. Осигурява атмосфера на сътрудничество вместо сблъсък					
33. Придържа се към договорената програма					
34. Договаря наложилите се промени в дневния ред					
35. Безпроблемна комуникация с колежите					

Бележка: Понякога 5-степенната скала за оценка, включена в този формуляр, не е необходима. В много случаи въпросите предлагат само общи характеристики. Затова ако участниците имат идеи за уменията и техниките, които не фигурират във формуляра, могат да ги обсъдят с учителите на връстници или учителите.

КОМЕНТАРИ:

ПРИЛОЖЕНИЕ 4: МАТЕРИАЛИ ЗА РАЗДАВАНЕ

10 ФАКТИ ЗА ХИВ/СПИН

УПРАЖНЕНИЕ, ОНАГЛЕДЯВАЩО ПРЯКО ПРЕЖИВЯВАНЕ

ТЕОРИИ ЗА ОБУЧЕНИЕТО ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ И ЗА ПРОМЯНА НА ПОВЕДЕНИЕТО

ИЛЮСТРАЦИЯ НА КВАДРАТИТЕ НА НЕПРИКОСНОВЕНОТО ПРОСТРАНСТВО

ИЛЮСТРАЦИЯ НА ДЪРВОТО НА ПРОБЛЕМИТЕ

ТЕСТ НА ТЕМА ХИВ/СПИН

ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВОТО ППИ – ВАРИАНТ, ПРЕДНАЗНАЧЕН ЗА ВОДЕЩИЯ

ВИДОВЕ ПОДХОДИ, РЪКОВОДЕНИ ОТ ВРЪСТНИЦИ (А)

ВИДОВЕ ПОДХОДИ, РЪКОВОДЕНИ ОТ ВРЪСТНИЦИ (Б)

СТИЛОВЕ НА СЪВМЕСТНО ВОДЕНЕ НА ГРУПИ

ВИКТОРИНА ЗА СЪВМЕСТНО ВОДЕНЕ НА ГРУПИ

ЕФЕКТИВНО ПАРТНЬОРСТВО МЕЖДУ МЛАДИ ХОРА И ВЪЗРАСТНИ

СТЪЛБАТА НА УЧАСТИЕ НА РОДЖЪР ХАРТ

ПОЛЗИТЕ ОТ ПАРТНЬОРСТВОТО МЕЖДУ МЛАДИ ХОРА И ВЪЗРАСТНИ

ПРЕЧКИ ПРЕД ИЗГРАЖДАНЕТО НА ЕФЕКТИВНО ПАРТНЬОРСТВО МЕЖДУ МЛАДИ ХОРА И ВЪЗРАСТНИ

НАБЛЮДЕНИЕ И ОЦЕНКА НА ПРОГРАМА ЗА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ

СКАЛАТА НА КИНСИ

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ДЕСЕТ ФАКТИ ЗА ХИВ/СПИН

1. СПИН (синдром на придобитата имунна недостатъчност) е причинен от ХИВ – вируса на човешкия имунен дефицит, който разрушава имунната система на човешкото тяло. Хората със СПИН губят своите защитни сили, т.е. телата им губят способността да се противопоставят на различни инфекциозни болести, което впоследствие води и до смърт. До момента не е известно лечение на ХИВ/СПИН.

2. Периодът от момента на заразяването с ХИВ до развиването на СПИН е до 10 години. Човек, заразен с ХИВ, може да изглежда и да се чувства здрав в продължение на много години, като в този период той може да предава вируса на други хора. Новите медикаменти помагат на хората, живеещи с ХИВ, да останат здрави по-дълго време, но те не унищожават напълно вируса в организма и рискът инфекцията да бъде пренесена на друг човек остава.

3. ХИВ се съдържа в по-голямо количество в някои телесни течности и се предава от човек на човек при обмен на тези течности. Предаването на заболяването може да се осъществи по време на всеки етап на болестта. ХИВ се съдържа в следните телесни течности: кръв, семенна течност (и пред-еякулационната течност), влагалищен секрет, майчино мляко. Засега няма известни случаи на предаване на заболяването чрез обмен на слюнката при целувка. Но ако човек има раничка в устата, той може да се зарази с ХИВ, ако целуне заразен човек, който също има раничка в устата. Извън човешкото тяло ХИВ е жизнеспособен за съвсем кратко време (няколко секунди) и не може да се предаде чрез докосване на заразен човек или съвместното използване на битови предмети - чинии, прибори за хранене, грехи и т.н.

4. Най-често срещаният начин на предаване на ХИВ в световен мащаб е половият, макар че в днешно време в Източна Европа и Централна Азия използването на общи игли и спринцовки от инжектиращите венозно наркотици лица е основна причина за новите случаи на болестта.

По време на половото сношение телесните течности се смесват и вирусът на ХИВ може да премине от заразения човек към неговия партньор, особено ако има наранявания (охлузвания) във влагалището или ананалната тъкан, рани или ППИ. Младите момичета са особено уязвими по отношение на ХИВ, защото влагалищните им мембрани са по-тънки и по-податливи на инфекции, отколкото при зрелите жени.

Ако ХИВ позитивен мъж осъществи сексуален контакт с жена, без да използва презерватив, чрез семенната му течност вирусът може да бъде пренесен във влагалището на жената, а оттам в кръвта ѝ през някое малко охлузване, толкова малко, че тя дори да не знае за съществуването му.

Ако ХИВ позитивна жена осъществи полов акт с мъж без презерватив, чрез нейния влагалищен секрет вирусът на СПИН може да попадне в кръвообращението на партньора ѝ през раничка на пениса му, или като влезе в уретрата, тръбичката, която е по продължение на пениса му.

5. Хората, които имат полово-предавани инфекции, са изложени на по-голям риск от заразяване с ХИВ/СПИН, и по-лесно предават инфекцията на другите. Те трябва да потърсят неотложно лечение и да избягват полови контакти или да практикуват безопасен секс (без проникване или с презерватив) и да информират своите партньори. Човек с ППИ е 5-10 пъти изложен на по-голям риск да се зарази с ХИВ. Освен това хора с ППИ по-лесно предават инфекцията си на другите.

6. Рискът от предаване на ХИВ/СПИН по полов път може да се намали по един от следните начини: при сексуално въздържание; при двустранно моногамна връзка между неинфектирани партньори; при практикуване на безопасен секс (т.е. без проникване или с използване на презерватив). Единственият сигурен начин за предотвратяване на половото предаване на ХИВ е въздържанието от сексуални контакти.

7. ХИВ може да се предаде и при нараняване повърхността на кожата или лигавицата с нестерилна игла, спринцовка, ножче за бръснене, нож или друг остър инструмент, които са били предварително в контакт с кръв на човек, носител на вируса. Хората, които инжектират венозни наркотици, са изложени на по-висок риск от инфектиране с ХИВ/СПИН. Освен това злоупотребата с наркотици променя способността им за трезва преценка и може да доведе до рисково сексуално поведение, при което не използват презервативи.

Инжектиращите венозно наркотици лица трябва да използват еднократни, неупотребявани преди това игла и спринцовка и да не използват иглата и/или спринцовката на друг човек. Ако знаете или подозирате, че сексуалният ви партньор си инжектира венозно наркотици, не практикувайте необезопасен секс с него.

8. Всеки, който подозира, че може да е заразен с ХИВ, трябва да се обърне към здравен работник или център за изследване за ХИВ/СПИН, за да получи съвети и да се подложи на изследване.

Тестовете за ХИВ/СПИН могат да установят наличието на антитела на ХИВ в кръвта най-рано две седмици след заразяването. Но тялото може да произведе достатъчно антитела и чак след шест месеца. Средният срок е 25 дни.

Положителният резултат от тест за ХИВ означава, че в кръвта са открити антитела и че човекът е ХИВ позитивен, но не значи, че е болен от СПИН. Периодът от заразяването с ХИВ до развитие на СПИН е 10 и повече години. Човек може да води здрав и здравословен живот и докато живее с ХИВ/СПИН.

Отрицателният резултат обикновено означава, че човекът не е инфектиран с ХИВ. Въпреки това той трябва да се подложи на повторен тест след 3-6 месеца, ако е имал високорисково поведение през последните месеци, защото максималният период, в който организмът произвежда достатъчно антитела, така че да се повардят от теста, е 6 месеца.

9. ХИВ не се предава чрез обичайни всекидневни контакти като прегръщане, ръкостискане, използване на обществени плувни басейни, тоалетни, седалки, спално бельо, прибори за хранене или храни, чрез ухапвания от комари и други насекоми, кашляне или кихане.

10. Дискриминацията срещу заразените от ХИВ/СПИН или спрямо хора, за които се счита, че са изложени на риск от зараза, нарушава човешките права и застрашава общественото здраве. Хората, заразени от ХИВ/СПИН и страдащи от неговите последици, заслужават състрадание и подкрепа.

Този материал е приет от ФНООН, Програмата на ООН за ХИВ/СПИН, Световна банка, СЗО, ЮНЕСКО, Програмата на ООН за контрол на наркотичните вещества, УНИЦЕФ и „Спасете децата“ (Великобритания), „Факти за юношите“, Инициатива за правото да знаем, проектен вариант, май 2002 г.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ПРИМЕР, ОНАГЛЕДЯВАЩ ПРЯКО ПРЕЖИВЯВАНЕ

ПРЯКО ПРЕЖИВЯВАНЕ

(ОБУЧИТЕЛЯТ ПРЕДСТАВЯ ДЕЙНОСТТА/УПРАЖНЕНИЕТО И ОБЯСНЯВА КАК СЕ ПРАВИ)

УЧАСТИЕ

ОБУЧАЕМИТЕ УЧАСТВАТ В:

- МОЗЪЧНА АТАКА
- РОЛЕВА ИГРА И РАЗКАЗВАНЕ НА ИСТОРИЯ
- ДИСКУСИЯ В МАЛКА ГРУПА
- КАЗУСИ
- ИГРИ И РИСУВАНЕ НА КАРТИНИ

ПРИЛОЖЕНИЕ

СЛЕДВАЩИ СЪПКИ
(ОБУЧИТЕЛЯТ ДАВА ПРЕДЛОЖЕНИЯ)
ОБУЧАЕМИТЕ ДИСКУТИРАТ:

- КАК ЗНАНИЯТА/УМЕНИЯТА МОГАТ ДА БЪДАТ ПОЛЕЗНИ В ТЕХНИЯ ЖИВОТ;
- КАК ДА ПРЕОДОЛЕЯТ ТРУДНОСТИТЕ ПРИ ИЗПОЛЗВАНЕТО НА ЗНАНИЯТА/УМЕНИЯТА
- ПЛАН ЗА ИЗПОЛЗВАНЕ НА ЗНАНИЯТА/УМЕНИЯТА В БЪДЕЩЕ

ОСМИСЛЯНЕ

МИСЛИ/ЧУВСТВА
(ОБУЧИТЕЛЯТ ПРОВЕЖДА ДИСКУСИЯ)

ОБУЧАЕМИТЕ:

- ОТГОВАРЯТ НА ВЪПРОСИ
- СПОДЕЛЯТ РЕАКЦИИТЕ СИ СПРЯМО ДЕЙНОСТТА
- ПОСОЧВАТ ОСНОВНИТЕ РЕЗУЛТАТИ

ОБОБЩЕНИЕ

ИЗВЛЕЧЕНИ ПОУКИ
(ОБУЧИТЕЛЯТ ДАВА ИНФОРМАЦИЯ;
ПОСОЧВА СХОДСТВАТА И РАЗЛИЧИЯТА;
ОБОБЩАВА)

ОБУЧАЕМИТЕ:

- ПРЕДСТАВЯТ СВОИТЕ РЕЗУЛТАТИ И ПРАВЯТ
- ГЕНЕРАЛНИ ЗАКЛЮЧЕНИЯ

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ТЕОРИИ ЗА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ И ЗА ПРОМЯНАТА В ПОВЕДЕНИЕТО

ТЕОРИЯТА НА ОБОСНОВАНИТЕ ДЕЙСТВИЯ

Според тази теория намерението на даден човек да възприеме препоръчаното му поведение се определя от:

- неговите нагласи към такъв тип поведение (неговите убеждения относно последствията от това поведение);
- представата на този човек за социалните норми на неговата група или култура по отношение на определено поведение.

В контекста на обучението чрез връстници тази концепция има своето значение, ако отчетем факта, че:

- нагласите на младите хора се влияят силно от представите им за действията и мислите на връстниците им;
- младите хора често изпитват силна мотивация от това, че уважавани обучители на връстници имат определени очаквания към тях.

ТЕОРИЯТА НА СОЦИАЛНОТО УЧЕНЕ

Според тази теория хората могат да увеличат способността си да поемат контрол върху собствената си житейска ситуация, като получат нови знания и умения, които им позволяват да се справят по-добре. Това учене може да възникне:

- чрез пряк опит;
- непряко чрез наблюдение и моделиране на поведението на други, с които човекът се идентифицира;
- чрез обучение в умения, които формират увереност в способността ни да упражняваме дадено поведение.

В контекста на обучението чрез връстници това означава, че включването на интерактивни експериментални дейности за учене играе огромно значение и че обучителите на връстници могат да изпълняват важната роля на модели за подражание.

ТЕОРИЯТА ЗА РАЗПРОСТРАНЕНИЕ НА НОВАТОРСТВОТО

Тази теория твърди, че социалното влияние играе важна роля в промяната на поведението. Хората, които формират лидерите на мнението в дадена общност, действат като катализатори за промяна на поведението и са ключов елемент на тази теория. Тяхното влияние върху груповите норми се разглежда преди всичко като резултат от междуличностния обмен на информация и дискусии.

В контекста на обучението чрез връстници това означава, че подбраните обучители на връстници трябва да се ползват с доверието на тяхната целева група и да са лидери на мнението в целевата група има. Особено в работата с труднодостъпни социални групи, където целевата аудитория не се достига чрез формално планирани дейности, а чрез ежедневни социални контакти, ролята на лидерите на мнението обучители, може да изиграе решаващо значение.

Тези три теории потвърждават идеята, че хората приемат определено поведение не поради научни доказателства, а поради субективната преценка на близки до тях и доверени връстници, които им служат като модели за подражание и промяна.

В контекста на обучението чрез връстници са важни и други две теории:

МОДЕЛ НА ЗДРАВНИТЕ УБЕЖДЕНИЯ

Той застъпва тезата, че ако човек има желание да избегне болестта и да се оправи (ценност) и убеждението, че конкретно здравно действие може да предотврати болестта (очакване), тогава той ще предприеме положително поведенческо действие в посока на такова поведение. Важен елемент на модела за здравно убеждение са пречките, които човекът си представя, че съществуват, или мнението му за материалната и психологическата цена, която трябва да плати, за да извърши препоръчаното действие.

Обучителите на връстници могат да премахват тези пречки, като убеждават, поправят погрешно възприета информация и помагат на своите връстници. Така например ако гаден младеж не търси услугите на местната болница, защото смята, че там няма да уважат неговите изисквания за поверителност, обучителят на връстници може да му предостави точна информация за здравна служба, която зачита изискванията на младите хора, и по този начин да му помогне да преодолее скептичното си отношение към здравните услуги.

ТЕОРИЯ НА ОБРАЗОВАНИЕТО ЧРЕЗ УЧАСТИЕ

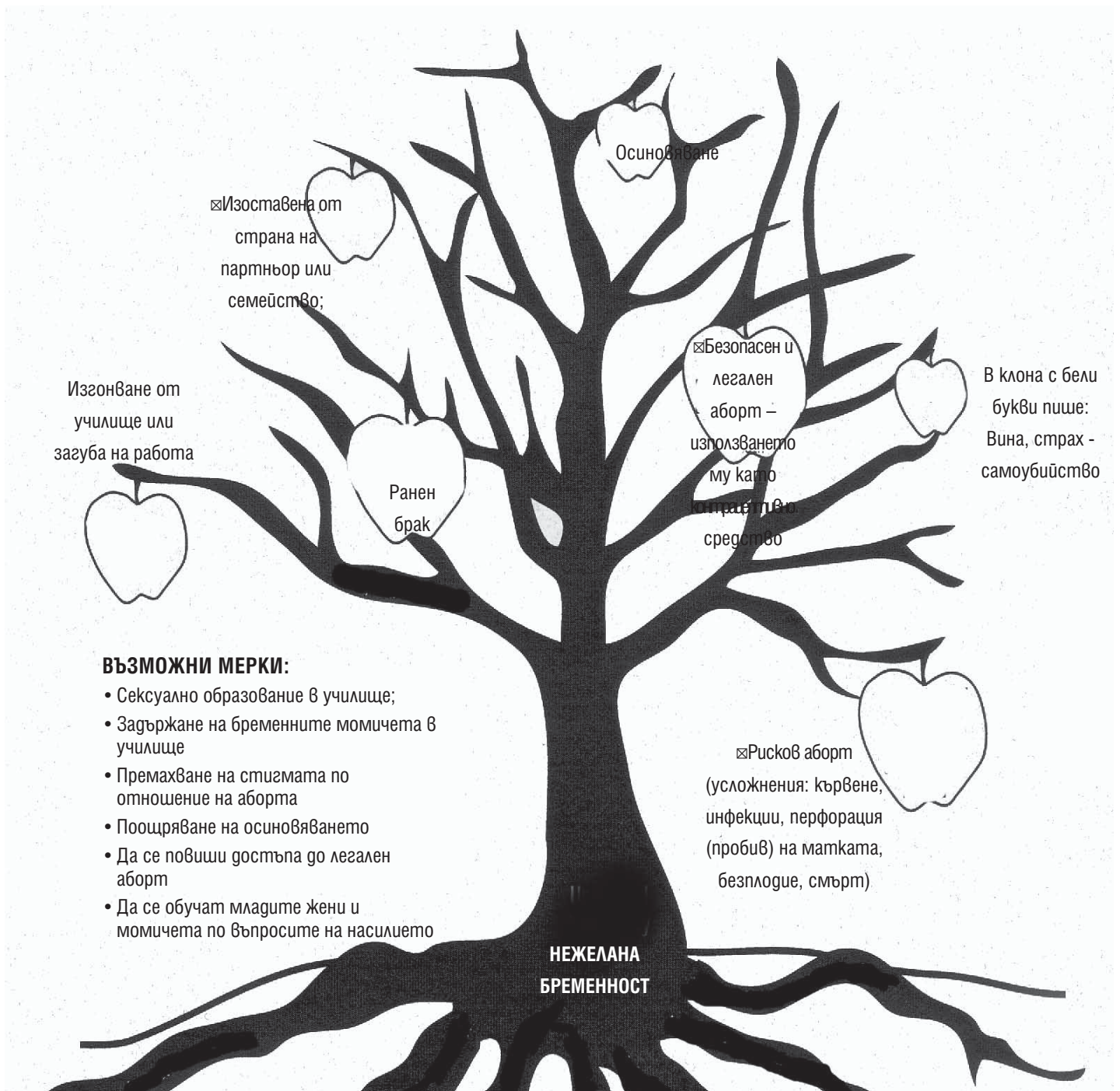
Тази теория застъпва тезата, че овластяването и пълноценното участие на хората, засегнати от гаден проблем, имат решаваща роля за промяната на тяхното поведение.

Значимостта на тази теория в контекста на обучение чрез връстници е очевидна: много застъпници на този тип обучение твърдят, че хоризонталният процес, в който връстниците разговарят помежду си и определят посоката на действие, представлява ключ към успеха на всяка програма за обучение чрез връстници.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: КВАДРАТИ НА НЕПРИКОСНОВЕНОТО ПРОСТРАНСТВО



МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ИЛЮСТРАЦИЯ НА ДЪРВОТО НА ПРОБЛЕМИТЕ



☒ Липса на сексуално образование;

☒ Принудителен секс; за момчетата натиск от страна на връстниците; изнасилване и „кръвосмешение“ (изнасилване от мъж в семейството – брат, баща);

☒ Митове (не мога да забременея от първите полови контакти, и т.н.)

☒ Преживяно насилие, злоупотреба с психоактивни вещества и алкохол водят до въвлечането в рисково поведение

☒ Неблагоприятни здравни и социални ситуации;

☒ Скъсване на презерватив, пропуск да се вземе анти-бебе хапче (спешна контрацепция), др.

☒ Провал на контрацептивен метод;

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ТЕСТ НА ТЕМА ХИВ/СПИН

ВЪПРОСИ:

1. Какво означава съкращението СПИН?
2. Какво означава съкращението ХИВ?
3. Може ли човек да се зарази с ХИВ от целувка?
4. „Човек може да се зарази със СПИН, като споделя инфектирани игли.“ Има ли нещо погрешно в това твърдение? Отговорете с „да“, „не“ или „не зная.“ Ако отговорите с „да“, обяснете какво не е наред в твърдението.
5. Какво означава диагнозата „позитивен за ХИВ антитела“ (ХИВ+)?
6. Как може ХИВ да се предаде от майка на дете?
7. Какво означава „прозоречен период“ в контекста на изследванията за ХИВ?
8. „Вирусът на ХИВ не може да оцелее извън човешкото тяло.“ Вярно или погрешно е твърдението?
9. Защо аналният секс излага човека на по-голям риск от заразяване с ХИВ, отколкото другите видове секс?
10. „Не може да се заразим с ХИВ, ако даваме кръв със стерилна спринцовка.“ Вярно или погрешно е твърдението?

ВЕРНИ ОТГОВОРИ:

1. Синдром на придобита имунна недостатъчност
2. Вирус на човешкия имунен дефицит
3. Целувката може да изложи на риск от заразяване с ХИВ само ако има обмен на кръв от ХИВ позитивен човек с неговия партньор. Това може да се случи, когато целостта на кожата или лигавицата във или около устата е нарушена.
4. Твърдението е погрешно: човекът се заразява с ХИВ (вируса), но не и със СПИН.
5. Това означава, че в кръвта на изследвания човек са установени антитела спрямо ХИВ. Това показва, че човекът е заразен с ХИВ. Въпреки че са форма на реакция на организма спрямо външен причинител, антителата не могат да унищожат вируса и установяването им е косвен белег за навлизането му в организма.
6. По време на бременността чрез общото кръвообращение между майката и плода, при раждането и чрез кърменето.
7. Обикновено антителата спрямо ХИВ могат да се установят в кръвта на инфектирания 2 или 3 месеца след заразяването. Този период се нарича „прозоречен период“. През него тестът на заразеня човек ще бъде отрицателен, независимо че е вирусноносител и може да пренася инфекцията на други хора.
8. Вярно.
9. Лигавицата в областта на ануса е лесно ранима и често кърви при сексуални контакти. Това позволява на кръвта да се смеси със семенна течност, носеща вируса на ХИВ.
10. Вярно.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВОТО ППИ – ВАРИАНТ, ПРЕДНАЗНАЧЕН ЗА ВОДЕЩИ

1. Презервативите са най-ефективната защита срещу разпространението на ППИ.

ПОГРЕШНО

- Въздържанието от полово сношение е най-ефективният начин за предотвратяване разпространението на ППИ.
- Презервативите са следващият по ефикасност способ за превенция, но пълното въздържане от полов контакт е 100% ефективно.

2. От биологична гледна точка мъжете и жените са подложени на еднакъв риск от придобиване на ППИ от сексуален партньор.

ПОГРЕШНО

- Жените са по-уязвими към ППИ отколкото мъжете, защото тяхната лигавица е по-податлива на наранявания и площта ѝ е по-голяма. Малки разкъсвания/ охлузвания във влагалището са често срещано явление.

3. Жените, които вземат противозачатъчни, са защитени от бременност и ППИ.

ПОГРЕШНО

- Обмяната на телесни течности излага жените на риск от зараза с ППИ. Хапчето не пречи на обмяната на течности по време на полов акт.
- Когато се взима редовно, хапчето е ефективен хормонален метод за предотвратяване на бременност.

4. Използването на два презерватива едновременно, осигурява по-голяма защита срещу ППИ.

ПОГРЕШНО

- Презервативите са предназначени да се използват поединично - търкането между два презерватива може да ги скъса
- Не комбинирайте мъжки презерватив с женски.

5. Презервативите не винаги са ефективно средство за предпазване от човешкия папиломен вирус, който предизвиква генитални брадавици.

ВЯРНО

- Не е задължително да е имало полово сношение: човешкият папиломен вирус може да бъде пренесен и чрез допир (ръка/гениталии или гениталии/гениталии) с кожата или лигавицата на човек, носител на този вирус.

-
- Гениталните брадавици могат да се намират и в областта на външните полови органи (тестиси, вулва), които не са закрити/защитени от презерватив.
 - Заразеният човек може да не знае за наличието на генитални брадавици, защото те понякога са твърде малки, за да бъдат забелязани.

6. Човек, заразен с хламидии, има видими симптоми.

ПОГРЕШНО

- Повечето хора, заразени с хламидии, нямат никакви симптоми (същото се отнася и за гонореята/трипера).
- Ако не се лекуват (с антибиотици), хламидиите (а също и гонореята) може да предизвикат трайни усложнения (безплодие и възпалително заболяване на таза при жените и простатит при мъжете).
- Симптоми: При жените - болка (тъпа болка и тежест в тазовата област), болка при уриниране или при полово сношение, обилна менструация, оскъдно кървене при полов акт, обилно вагинално течение. При мъжете - течение от уретрата, епидидимит.

7. Човек, който има херпес, може да зарази своя партньор, дори и да няма видими наранявания.

ВЯРНО

- Възможно е да настъпи заразяване дори без наличието на наранявания.
- Най-вероятно е инфектирането да настъпи в началото на пристъпа на генитален херпес, когато инфектираният човек изпитва болка и/или усещане за щипане/парене/сърбеж.
- Най-малко заразеният период е когато инфекцията е в покой и няма видими наранявания.
- Понякога вирусните ППИ, каквато е гениталният херпес, остават в организма без клинични прояви (т.е. в състояние на покой). Когато са налице клинични прояви, необходимо е лечение с антивирусни лекарства. Те помагат за контролиране проявите на болестта и удължаване състоянието на покой на инфекцията.

8. Гонореята/Триперът се лекува с антибиотици

ВЯРНО

- Има два вида ППИ: бактериални и вирусни. Тъй като гонореята/триперът е бактериална ППИ, може да бъде лекувана с антибиотици.
- Симптоми: При жените - болки (тъпа болка и тежест в тазовата област, болка при уриниране или по време на полово сношение, обилна менструация, обилно вагинално течение. При мъжете - течение от уретрата, болка при уриниране, епидидимит.

9. Само жените могат да се изследват за ППИ.

ПОГРЕШНО

- И мъжете, и жените могат да бъдат изследвани за повечето бактериални и вирусни ППИ.
- Тестовете се различават при мъжете и жените и зависят от тяхното сексуално поведение (взимат се клетъчни култури от устната кухина, цервикалния канал, уретрата и ануса).
- Прилагат се два вида тестове за ППИ: кръвни тестове (сифилис, ХИВ); посявки (хламидия, гонорея); презлед от лекар (при човешкия папиломен вирус и при херпес).

10. Жените могат да предават на своите партньори гъбички по полов път.

ВЯРНО

- Симптомите на гъбичките включват: гъсто бяло вагинално течение, кисел мирис, остър сърбеж и възпаление.
- Възможна е повторна инфекция. Ако единият партньор не се лекува, може да зарази повторно другия.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ВИДОВЕ ПОДХОДИ, РЪКОВОДЕНИ ОТ ВРЪСТНИЦИ (А)

	ОБРАЗОВАТЕЛЕН ПОДХОД	ПОДХОД КЪМ ПРОБЛЕМНИ МЛАДИ ХОРА НА ТЕРЕН
<i>Цел</i>	Предимно се използва за осъществяване на контакт с не-рискови млади хора	Използва се за осъществяване на контакт с млади хора извън училищната среда, които са високорискови, маргинализирани и по-неконтактни
<i>Обстановка</i>	Предимно формална обстановка (т.е. училище, младежки центрове)	Неформална обстановка, т.е. кафене, места за среща, спирки и т.н.
<i>Вид дейности</i>	Планирани дейности, често допълващи други дейности, залегнали в учебната програма	Неформални срещи
<i>Методи</i>	Използване на интерактивни техники, даващи възможност за широко участие	Различни техники за обмен на информация, спонтанни дискусии, включително и консултиране
<i>Насоченост</i>	Структурирани групи; със или без присъствие/ фасилитиране от страна на възрастни	Малки групи, а често и индивидуални контакти

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ВИДОВЕ ПОДХОДИ, РЪКОВОДЕНИ ОТ ВРЪСТНИЦИ (Б)²

	ИНФОРМАЦИЯ ЗА ВРЪСТНИЦИТЕ	ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ	КОНСУЛТИРАНЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ
Цели	Осъзнаване Информация Промяна на нагласите	Осъзнаване Информация Промяна на нагласите Формиране на умения	Информация Промяна на нагласите Умение за превенция Умение за справяне с проблеми Работа за позитивна самооценка Психологическа подкрепа
Обхват	Голям	Среден	Малък
Интензивност	Ниска	Средна/висока	Висока
Поверителност	Никаква	Важна	Изключително важна
Насоченост	Общността Големи групи	Малки групи	Индивидуална
Необходимо обучение	Инструктаж	Структурирани семинари и поддържащи курсове	Интензивно и дълго
Примери на дейности	Раздаване на материали по време на обществени мероприятия (спортни срещи, младежки концерти и т.н.) Дейности по отбелязване на Световния ден за борба срещу СПИН	Повторяеми групови мероприятия, базиращи се на учебна програма	Консултиране на млади хора, живеещи със СПИН Консултиране на млади хора по въпросите на репродуктивното здраве в клинични условия

² Адаптирано от Уеб, Д. и Елиът, Л. Да се научим да живеем. Мониторинг и оценка на програми за ХИВ/СПИН, предназначени за млади хора. Лондон, фондация "Спасете децата", 2000, стр. 79

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: СТИЛОВЕ НА СЪВМЕСТНО ВОДЕНЕ НА ГРУПИ

СТИЛЪТ НА СОЛИДАРНОСТ СРЕЩУ СТИЛА НА КОНКУРЕНЦИЯ

Стилът на солидарност се характеризира с това, че докато единият водещ прави презентация, другият отстъпва встрани, наблюдава и подкрепя работата му. При тези условия материалът се разделя в зависимост от това кой в коя област е по-силен и се дава възможност на всички членове на екипа да изживеят своя „момент на слава.“ Конкуrentният стил означава, че водещите се напреварват да преподават на участниците. Независимо че са заявили желанието си да работят съвместно и да не се конкурират, те понякога се изкушават. За предпочитане е екип, възприел стил на солидарност.

СЪХРАНЯВАНЕ НА ЕНЕРГИЯТА

Воденето на група и правенето на презентация е доста изтощително както за водещия, така и за участниците. Наличието на партньор във воденето на процеса осигурява разнообразие в гласовете, в стиловете на водене на група и на енергийните нива. Съвместното водене и редуването на водещите помага да се задържи вниманието на групата. Освен това дава възможност на всеки водещ да редува интензивната работа с почивка.

МАКСИМАЛНО ОПОЛЗОТВОРЯВАНЕ НА ВЪЗМОЖНОСТИТЕ

Никой, независимо колко добре е образован или обучен, не е еднакво добър във всичко или има професионални знания във всички области на човешкото познание. Затова работата в екип позволява на всеки човек да изяви своите най-добри способности, талант и ресурси.

ДОПЪЛНИТЕЛНИ ОЧИ, УШИ И РЪЦЕ

Двама водещи могат да владеят групата си по-добре, отколкото един. Вторият може да наблюдава реакциите на отделни участници или да отбележи на кои техни въпроси не е даден отговор. Партньорът, който не води в момента, може да се заеме с решаването на проблеми, свързани с помещението, закъснелите, телефонните обаждания и т.н. И накрая той може да помага, като раздава материали и ресурси за предстоящото занимание или подпомага работата в малки групи.

ПОДКРЕПА

Двамата водещи трябва да си помагат взаимно, а не да се съревновават. Всекиму се случва да има лоши дни, в които нищо не върви - не се справя с работата си така добре, както обикновено, разсеян е и т.н. В подобни моменти неговият партньор трябва да му се притече на помощ. Ролята му е да допълва, а не да отнема от водещия. И двамата водещи трябва да се държат така, както биха искали да се държат участниците. Затова те трябва да служат като модели за подражание на своя екип от обучители на връстници.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ТЕСТ НА ТЕМА СЪВМЕСТНО ВОДЕНЕ НА ГРУПИ

Насоки: Оградете „Съгласен/-на” или „Несъгласен/-на” за всеки въпрос.

1. Докато говоря, нямам против партньорът/ко-водещият ми да ме прекъсва, за да отбележи нещо важно.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

2. Ако нещо ми се стори важно като водещ на обучението, трябва да имам възможност да прекъсна другите обучители, за да отбележа това, което имам предвид.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

3. Ако партньорът ми сбърка докато води някоя сесия, в реда на нещата е да го поправа пред групата.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

4. Искам да мога да се доверя на партньора си и да знам, че той/тя ще разбере, когато имам нужда от помощ при воденето.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

5. Начинът да покажеш на партньора си, че имаш да кажеш нещо, е да вдигнеш ръка и да чакаш той/тя да забележи.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

6. Не обичам аз да ръководя нещата, затова предпочитам партньора ми да го прави.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

7. Когато партньорът ми говори прекалено много, някак чувствам, че трябва да кажа нещо, просто за да напомня на групата, че и аз съм там.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

8. Когато някой от участниците сподели информация, която би разтроила околните обикновено изчаквам да видя дали другият водещ ще се справи с положението, преди да го сторя аз.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

9. Най-напрегнат/а съм в началото на всяко обучение, защото стартът е наистина труден.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

10. Обичам да бъда гъвкав/а и да се придържам според желанията на групата, затова не обичам да планирам точно какви теми ще бъдат застъпени по време на обучението.

Съгласен/-на

Несъгласен/-на

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ЕФЕКТИВНО ПАРТНЬОРСТВО МЕЖДУ МЛАДИ ХОРА И ВЪЗРАСТНИ

Партньорството между млади хора и възрастни е ефективно, когато:

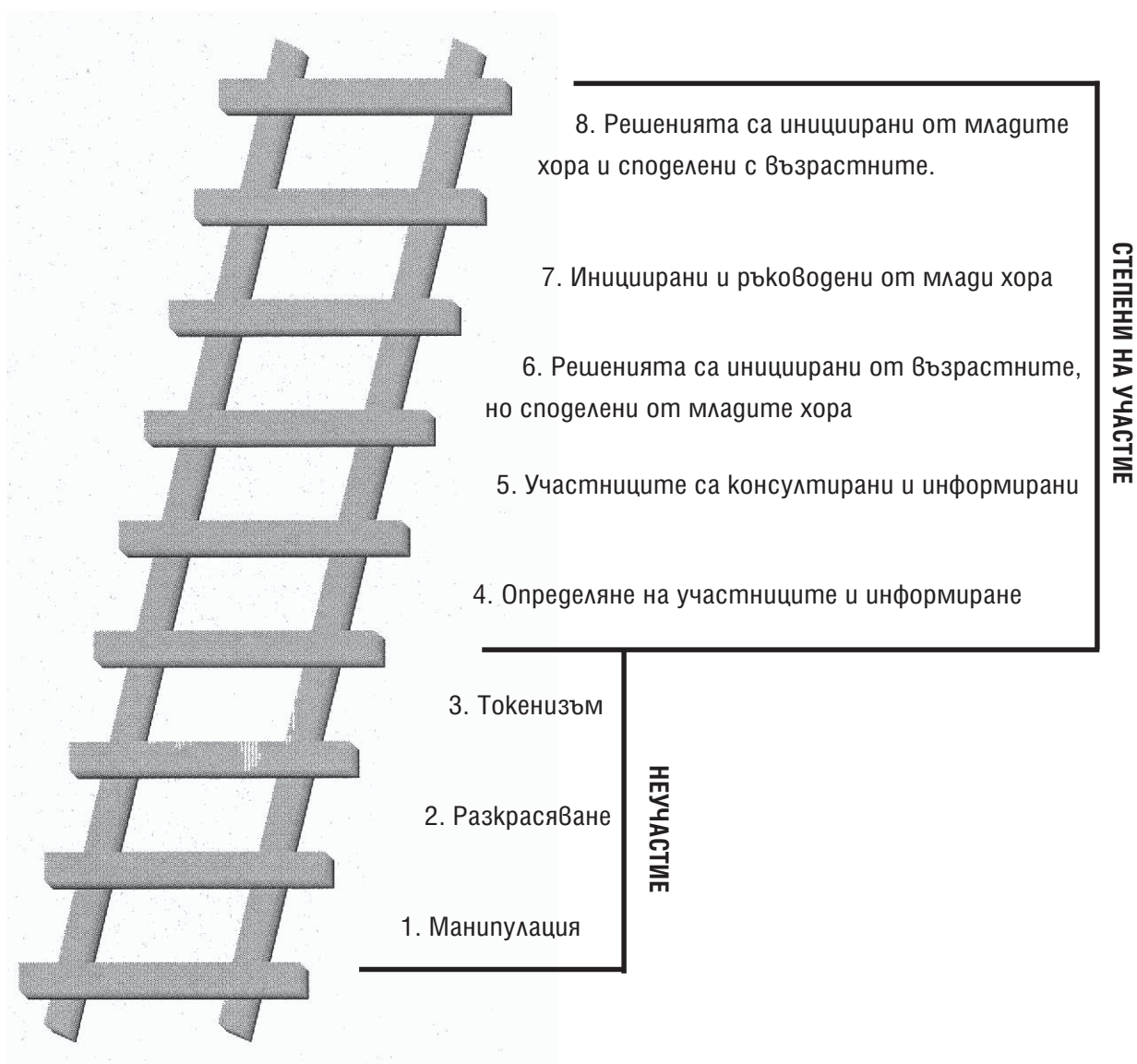
- **има ясно набелязани цели** - младите хора и възрастните трябва да знаят какви са ролите и отговорностите им за постигането на общите цели;
- **Вземането на решения става съвместно** - ако младите хора нямат глас или власт при вземането на решенията, тяхното участие не се базира на принципи на партньорство;
- **Висшите ръководители на организацията подкрепят напълно** младежкото участие в работата ѝ;
- **Всеки възрастен и всеки млад човек участва в партньорството с ясно разбиране за ролите и отговорностите на останалите** – не всички възрастни искат да работят с млади хора и не всички млади хора искат да работят с възрастни;
- **има селективност** - младите хора се различават в своето развитие и в своята готовност и склонност да поемат отговорност. Ако са достатъчно ясни целите на партньорството и ролята, отредена на младите в него, по-лесно биха се намерили ангажирани, надеждни и ефективни млади хора за това партньорство. В същото време ефективното партньорство е селективно и по отношение на възрастните участници. Възрастните трябва да гледат на младите хора като на хора с потенциал, и да са готови да се застъпват за тях, когато се сблъскат с шаблонни или отрицателни представи;
- **осъществява изграждане на капацитет и обучение** -ефективното партньорство избягва да въвлеча младите хора и възрастните в ситуации, за които те не са подготвени. Възможно е както възрастните, така и младите хора да се нуждаят от обучение в умения за общуване, лидерство, самоувереност, сътрудничество, работа с млади хора/възрастни, провеждане на интервюта и т.н., както и в определени експертни области като превантивното образование по ХИВ/СПИН;
- **преобладава мнението, че прилагането на различни стилове на общуване не изразява неуважение или незаинтересованост, нито пък различие в целите и очакванията** - младите хора и възрастните казват, че когато между тях възникнат конфликти, защото използват различни стилове на общуване, най-добре е да попитат какво е казал единият и защо го е казал. Когато възникват такива конфликти, членовете на екипа трябва да си припомнят общата цел, която са си поставили;
- **участието и приносът на младите хора са ценни** - екипът, в който е налице ефективно партньорство, поставя високи изисквания към младите си членове и не се колебае да ги държи отговорни за изпълнението на техните задължения;
- **участието и приносът на възрастните също са ценни** - възрастните внасят в партньорството своите знания, опит и достъп до ресурси. Ефективното

партньорство не отхвърля потенциалните съюзници в лицето на възрастните, приемайки, че всички възрастни хранят отрицателни настроения към младите хора, нито пък смята, че възрастните не могат да окажат никакъв стойностен принос към програма, предназначена за млади хора;

- **осигурена е възможност за продължаване на сътрудничеството** - В каква посока могат да тръгнат младите хора и възрастните след съвместната си работа по приключила програма? Програмите за обучение чрез връстници често доказват отличния си потенциал да овластяват младите хора и да развиват важни умения у тях. Независимо от това подобни програми рядко включват възможности за развитие или за разширяване отговорностите на обучителите на връстници за в бъдеще. Ефективните програми гарантират, че както младите хора, така и възрастните, които работят с млади хора, ще имат възможност за развитие. Такива млади хора и възрастни имат ценен опит и виждания, които могат да споделят с по-висшите ръководители на организацията.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: СЪЛБАТА НА УЧАСТИЕ, СЪЗДАДЕНА ОТ РОДЖЪР ХАРТ

Роджър Харт представя различни видове взаимодействие между деца/млади хора и възрастни като стъпала на участие. По-високите стъпала представляват по-голяма степен на детско/младежко участие:



Стъпалата от 1 до 3 се характеризират с неучастие, а от 4 до 8 представляват степени на участие

СТЪПАЛО НА СТЪЛБАТА	НИВО НА УЧАСТИЕ
8. Решенията са инициирани от младите хора и споделени с възрастните	Деца/младите хора разполагат с идеите, формулират проекта и канят възрастните да се включат във вземането на решенията
7. Инициирани и ръководени от млади хора	Деца/младите хора имат първоначалната идея и решават как ще се проведе проектът. Възрастните са налице, но не изземват инициативата от младите.
6. Решенията са инициирани от възрастните, но споделени от младите хора	Възрастните имат първоначалната идея, но деца/младите хора участват във всяка стъпка по планирането и изпълнението. Техните възгледи се зачитат и те участват във вземането на решенията.
5. Участниците са консултирани и информирани	Възрастните съставят и ръководят проекта, но се консултират с деца/млади хора. Младите хора са напълно запознати с процеса и на мненията им се гледа сериозно.
4. Определяне на участниците и информиране	Това стъпало на стълбичката бележи началото на истинското участие. Възрастните вземат решенията във връзка с проекта, а деца/младите хора кандидатстват за определени роли в него.
3. Токенизъм	Възрастните ги информират достатъчно изчерпателно и уважават техните възгледи.
2. Разкрояване	Възрастните се допитват до мнението на деца/младите хора по дадени въпроси, но не им дават голяма възможност да го изразяват. Характерен пример за това стъпало е включването на деца в дискуссионни групи по време на конференции.
1. Манипулация	На този етап възрастните не се преструват, че каузата им е вдъхновена от децата. Те просто ги използват, за да ѝ осигурят непряка подкрепа. Ако младите хора не са запознати със съдържанието на проекта, те няма да схващат какво правят. Това е манипулация.

Текстът е адаптиран от Роджър Харт. "Участието на децата: от токенизъм към гражданство", 1992 г.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: ПОЛЗИ ОТ ПАРТНЬОРСТВОТО МЕЖДУ МЛАДИ ХОРА И ВЪЗРАСТНИ³

Изследванията доказват, че партньорството между млади хора и възрастни влияе положително върху развитието на младите хора, което води до по-благоприятни резултати. Партньорството между млади хора и възрастни може да помогне на младите хора, като разшири:

- социалните компетенции (способността за общуване);
- уменията за справяне с проблеми;
- автономията (например способността за вземане на самостоятелни решения);
- усещането за цел и за перспектива, което поражда положителни очаквания и ориентация към успех на младите хора.

Освен това, както възрастните, така и организацията, в която се осъществяват това партньорство, имат ползи от него. Възрастните

- добиват преки впечатления от уменията на младите хора и започват да гледат на тях като на хора, способни да оказват легитимен и важен принос;
- установяват, че стават по-отдадени и енергични, когато работят с младите хора;
- започват да работят по-ефективно и самоуверено с млади хора;
- разбират потребностите и грижите на младите хора, започват да ги отразяват по-пълноценно в програмите си и развиват по-силно усещане за контакт с общността, в която работят;
- черпят свежи идеи от различни гледни точки;
- достигат до по-широк кръг от хора;
- разработват по-актуални и полезни програми и услуги;
- споделят знания.

Партньорството е полезно за организацията, защото:

- младите хора ѝ помагат да изясни и фокусира своята мисия;
- възрастните и организацията им като цяло укрепват контактите си с младите хора в общността и стават по-отзивчиви към тях, което пък води до подобряване на програмите им;
- организацията разбира необходимостта да осигурява на младите хора по-широко представителство в своите програми и си дава сметка, че младежкото мнение внася разнообразие в решенията, които се вземат;
- фактът, че във вземането на решения са участвали млади хора, убеждава фондациите и останалите финансиращи агенции, че организацията е отдадена на целта да способства за благотворното развитие и участие на младите хора.

³ Адаптирано от "Формиране на партньорство между млади хора и възрастни." Ръководството е разработено от Кенет Клиндера, Найна Дингра и Джейн Нормън, "Застъпници за младежта"/Младежка мрежа, проектен вариант от януари 2003 г.

НАГЛАСИТЕ КАТО ПРЕЧКИ

Все още много възрастни вярват, че мненията на младите хора са маловажни, че те не могат да оказват полезен принос и че възрастните няма какво да научат от тях. Културните норми също могат да попречат на възрастните да осъзнаят, че техните нагласи са форма на предубеждение. Един от начините за осъществяване на промяна в нагласите на възрастните към младите хора е да се подходи към този въпрос както към всеки друг, свързан с културното разнообразие. Най-често прекият личен опит дава най-ефективните и трайни резултати за промяна на мненията на хората. Освен това, възрастните започват да гледат на младите хора като на сериозни и големи хора, когато видят, че те могат да поемат максимални отговорности при вземането на решения. Когато човек забележи, че дадена група, която е възприемал като еднообразна, е всъщност съставена от разнообразни личности, той много по-лесно ще отхвърли предубежденията си към нея, и ще е готов да оцени индивидуалността на нейните членове.

Съвместната работа на млади хора и възрастни може да се затрудни и от стереотипите за властта, формирани от културните норми. Училището формира нагласата у младите хора да очакват готови отговори от възрастните, както и да очакват те да пренебрегват, омаловажават и отхвърлят техните идеи. От своя страна възрастните нерядко недооценяват знанията и творческия потенциал на младите хора, взимат решения, без да искат приноса на младите хора, дори и тогава, когато тези решения ги засягат пряко. Следователно съвместната дейност за разрешаването на даден проблем може да бъде трудна задача, която изисква съзнателни усилия от страна и на възрастните, и на младите хора.

Един учен е разработил т. нар. теория за спектъра на нагласите, която разграничава три различни нагласи от страна на възрастните към младите хора. В зависимост от своята нагласа, възрастните вярват в различна степен в способността на младите хора да взимат добри решения. Тази нагласа определя и доколко възрастните ще са склонни да ангажират младите хора като значими партньори в решенията относно разработване, реализация и оценка на програми. Трите нагласи са: младите хора като обекти, младите хора като получатели и младите хора като партньори.

Младите хора като обекти: Възрастните, които възприемат младите хора като обекти, вярват в мита за абсолютната мъдрост на възрастните. Според тях само възрастните знаят кое е най-доброто за младите хора. Стремят се да контролират ситуацията, в които участват младите хора. Опитват се да контролират ситуацията, в които участват млади хора и смятат и смятат, че самите млади хора не могат да окажат почти никакъв принос. Такива възрастни изпитват потребността, базирайки се

⁴ *Национален 4-Н Съвет, "Създаване на партньорство между млади хора и възрастни: учебните програми за младите хора, възрастните, и екипите между млади хора и възрастни". Чеви Чейс, САЩ: Съветът, 1997 г.*

на предишен свой опит, да защитават младите хора от последствията на потенциалните им грешки. Възрастните, които възприемат младите хора като обекти, рядко им позволяват да взимат реално участие. Пример на тази нагласа е възрастен, който пише писмо до някой държавник по въпрос, засягащ младите хора, използвайки името и подписа на млад човек, за да придобие тежест на писмото си.

Младите хора като получатели: Възрастните хора с тази нагласа смятат, че трябва да помагат на младите да се адаптират към обществото на възрастните и да участват във вземането на решения, защото смятат, че този опит ще им бъде полезен. Според тях младите хора все още не са сериозни хора и се нуждаят от практика, за да се научат да мислят като възрастни. Тези възрастни обикновено възлагат на младите хора тривиални отговорности и задачи, които самите те не желаят да поемат. Възрастните, които гледат на младите като на получатели, обикновено диктуват условията на тяхното участие и очакват от тях да се придържат към тези условия. Ето и пример на такава нагласа: възрастни канят младеж да се присъедини към борда на директорите, който е изцяло съставен от възрастни. В подобна среда неговият глас рядко ще се чува. Той знае, че те не очакват от него да оказва принос. Той е наясно, че възрастните с пълно съзнание държат цялата власт и контрол в свои ръце.

Младите хора като партньори: Възрастните с тази нагласа уважават младите хора и вярват, че те могат да окажат съществен принос. Тези възрастни насърчават младите хора да участват и силно вярват, че участието им е важно условие за успеха на програмата. Те приемат, че младите хора трябва да имат равен глас във вземането на решенията, и отчитат, че и младите хора, и възрастните имат способности, силни страни и опит, с които могат да бъдат полезни. Те работят еднакво лесно както с млади хора, така и с възрастни. На тях им е полезна както компанията на млади, така и на възрастни. Възрастните, които гледат на младите хора като на партньори, вярват, че реалното участие на младите хора обогатява възрастните точно така, както участието на възрастните обогатява младите хора. Те вярват, че взаимоотношения, базирани на взаимно уважение, дават възможност да се разгърне потенциалът и на двете страни. Пример за това е ангажирането на млади хора да участват в съставянето на програма, за да ѝ се осигури най-добро съответствие с потребностите на дадената младежка общност.

Пречки от логистично и организационно естество

За създаването на истинско партньорство не е достатъчно само да има добри намерения. Възрастните, които поддържат концепцията за партньорство, трябва да са готови да променят такива порядки в тяхната организация, които пречат на младите. Институционални пречки, които особено пречат на истинското партньорство между млади хора и възрастни са следните:

- **Графикът за срещи и работа.** Обикновено работното време на организацията съвпада с времето, в което младите хора са на училище или на работа. Затова, за да се осигури присъствието на млади хора по време на важни програмни срещи, тези срещи трябва да са в удобно за тях време. Понякога е трудно да се състави график, който устройва всички. Затова организацията трябва да прави компромиси, ако държи да формира партньорство с млади хора. От страна на възрастните това може да означава да си освободят време за срещи с младите хора в късния следобед, ранната вечер или през почивните дни. За младите това означава, че ще трябва да поискат разрешение от училище, за да дойдат на среща с организацията през деня.
- **Транспорт.** Много млади хора нямат постоянен достъп до собствен транспорт. Затова експертите, които съставят програмите, трябва да уреждат срещите на леснодостъпни места. Освен това те трябва да дават средства на младите хора за пътуване или да поемат техните пътни разходи.
- **Храна.** Малко млади хора разполагат с достатъчно средства да си купуват храна в центъра или да ходят на вечеря в ресторант. Когато срещата е по обедно или вечерно време, организацията трябва да осигури храна или достатъчно средства на младите хора да си заплатят храната.
- **Техника и подкрепа.** Организациите трябва да осигурят на младите хора същата техника, с каквато разполагат другите им служители, като например компютър, пощенска кутия за кореспонденция, електронна поща и визитни картички. Ако не направят това, те негласно биха подсказали на младите хора, че те – доброволци, стажанти или обучители на връстници, работещи на пълно или непълно работно време – не са важни за тях или най-малкото не са толкова важни, колкото възрастните служители.
- **Процедури и политики.** Организацията трябва да разработи правила за партньорството между младите хора и възрастните, като се консултира с мнението и на двете страни. Така например, ако дадена програма включва пътуване с отсъствие от дома, както младите, така и възрастните трябва да са наясно какви ще са техните роли и отговорности в съвместното им пътуване. Правилата на организацията трябва да отчитат желанията на младите хора за независимост, но същевременно да взимат предвид и юридическата отговорност, която организацията носи,

мнението и юридическите отговорности на възрастния персонал и загрижеността на родителите за сигурността на децата им. При формулиране на тези правила организацията може да изисква съгласието на родителя или настойника на младежа за неговото участие или за това, че човек от персонала ще го превозва до друго място и т.н. Правилата и процедурите на организацията трябва да са съобразени и със средата, в която ще се осъществява партньорството между младите хора и възрастните, както и с целта на това партньорство.

- **Обучение.** Понякога служителите на организация, която досега е работила само от позицията на възрастните, се нуждаят от обучение за работа в динамична културна среда. Независимо дали ще работят пряко с млади хора или не, тези служители трябва да приемат тяхната гледна точка и да работят за промяна на работните си правила, така че те да отговарят на младежките потребности. Организацията и служителите ѝ трябва да положат съзнателни усилия, за да засвидетелстват уважение към младите хора, с които работят.

Успешното партньорство между млади хора и възрастни е плод на усилената работа. Задачата съвсем не е лесна. Въпреки това ползите са огромни както за младите, така и за организациите, работещи с тях. Ако младите хора и възрастните не забравят потенциалните ползи, ще установят, че работата си струва усилено. Дори може да се окаже, че е по-лесно, отколкото са си мислели в началото.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: МОНИТОРИНГ ОЦЕНКА НА ПРОГРАМИТЕ ЗА ОБУЧЕНИЕ НА ВРЪСТНИЦИ

Каква е разликата между наблюдение и оценка?

Мониторинг е редовното събиране, анализ и използване на информация в помощ за управлението на проекта. Мониторингът сравнява начина, по който се правят нещата в действителност, с начина, по който са били замислени.

Оценката е внимателният преглед на текущ или приключил проект. Целта на оценката е да установи как програмата може да стане още по-ефективна и ефикасна.

Какво означава оценка на процеса, оценка на въздействието и оценка на резултата?

На базата на събраните чрез мониторинг данни за програмните дейности **оценката на процеса** показва колко добре работи програмата (например дали тя достига до своята целева група).

Оценката на въздействието определя непосредствения ефект от дадена стъпка върху целевата група (напр. задълбочени познания и промяна в нагласите).

Оценката на резултата е преценката на по-дълготрайните ефекти от програмата. Тя измерва по-устойчивите промени (например намаляване в степента на ППИ, увеличено използване на здравни услуги и т.н.).

Следователно оценките на въздействието и на резултата измерват непосредствените и дългосрочните резултати на дадена програма. Те сравняват данните, събрани преди и след програмните дейности.

Какво е показател?

Показателят е измерител на напредъка при изпълнението на някоя от целите на програмата. Той трябва да бъде измерим, реален и поддаващ се на проверка. Показател е например броят на учениците, които даден проект трябва да обхване до края си, или пък броят или процентът участници в дадена целева група, които са решили да използват презерватив.

Преди осъществяването на програмата трябва да се изберат измерими цели или индикатори. Оценката разглежда дали проектът е постигнал тези показатели.

Определени показатели са свързани и с оценката на процеса. Те отразяват дейностите, предложени да залегнат в проекта, като например броя проведени сесии за обучители на връстници, броя на обучените преподаватели, броя на проведените семинари, броя на разпространените презервативи и т.н. Друга част от оценката измерва доколко са постигнати показателите, свързани с въздействието и резултата. По този начин се измерват реалното въздействие и дългосрочният ефект, постигнат от програмата, каквито са промяната в знанията, нагласите и поведението на целевата аудитория (вж. карето по-долу, в което са описани типични индикатори, прилагани към обучението чрез връстници).

ТИПИЧНИ ПОКАЗАТЕЛИ ЗА ОБУЧЕНИЕ ЧРЕЗ ВРЪСТНИЦИ:

Оценка на процеса (мониторинг)	Оценка на резултата/въздействието
<ul style="list-style-type: none"> • брой на обучените обучители на връстници • присъствие на редовните срещи • баланс между момичета и момчета, участници в групата • ниво на постигнато участие на млади хора • брой на дейности за контакт с проблемни групи на терен • брой на разпространени образователни материали • брой или % участници от целевата аудитория, които са обхванати в програмата☒ • насочване към други услуги☒ • разходи 	<ul style="list-style-type: none"> • познания за механизма на предаване на ХИВ • познания за наличните услуги • използване на наличните услуги • нагласи относно използването на услуги • намерение да използват презерватив • рисково сексуално поведение • брой партньори

Затруднения при измерване на промяната в поведението

Знанията се измерват относително лесно, тъй като връстниците-обучители знаят каква информация искат да предоставят на своята група. Нагласите, уменията (или поне предполагаемите умения) и поведенческите намерения също се измерват относително лесно. В същото време измерването на реалните промени на поведението е сложен процес, който често изисква прилагането на по-сериозни измервателни техники. Понякога промяната в поведението, която е резултат от дейности, осъществявани в рамките на обучение чрез връстници, може да се измери само чрез думите на участниците за тяхното собствено поведение, а това трудно се поддава на проверка. Освен това някои култури или институции посрещат всякакви въпроси относно поведението, свързано със сексуалността или употребата на наркотици, със съпротива или недоверие. Независимо от това е важно да се събират полезни поведенчески данни и да се докладва по процеса и резултатите на програмата.

Изследванията в областта на обучението чрез връстници показват, че са постигнати положителни резултати по най-различни показатели. Някои програми постигат увеличена употреба на предпазни средства и отлагане на началото на половия живот сред участниците. Други програми (особено мащабните) регистрират въздействие върху цялата целева общност – намаляване разпространението на ХИВ и ППИ.

Насоки за опростено и творческо наблюдение

Рядко се случва програмите за обучение чрез връстници да бъдат част от големи изследователски проекти, и затова те рядко са част от експериментална извадка. При добре провежданите изследователски проекти ефективността на програмата се измерва, като се набелязват условия, на които трябва да отговарят участниците (напр. дали възприемат дадена дейност, дали възприемат различни дейности и т.н.). Когато няма група, чиито членове да могат да се сравняват при еднакви условия, ще бъде трудно да се направят категорични заключения за реалната причина за промените, които ние възприемаме като резултат от програма за обучение чрез връстници.

Дори и без наличието на строга изследователска методология има много начини да се оценят въздействието, богатството и стойността на програмите за обучение чрез връстници. По-долу са изложени някои прости и полезни насоки за наблюдение и докладване на резултатите от програма за обучение чрез връстници.

- Преди началото на образователното мероприятие раздайте въпросник на всички участници - общност или цяла паралелка. Можете да използвате въпросници преди и след мероприятиято, за да установите знанията, нагласите и поведението.
- Снимайте с видеокамера обучението чрез връстници и другите дейности, като срещите за планиране с учителите на връстници, учебните сесии, семинарите, мероприятията за установяване на неформален контакт и реакциите и мненията на участниците непосредствено след учебните сесии.
- Направете фотоалбум от проведените учебни занимания с връстници.
- Помолете участниците да напишат писмо, описвайки своите преживявания в програмата.
- Организирайте събития, които привличат медиите и ще бъдат отразени (по този начин ще получите безплатен качествен видеоматериал).
- Рекламирайте обстоятелството, че към вас са се обърнали нови училища или организации, кандидатстващи за вашата програма.
- Събирайте мненията на участниците, в които те споделят дали им е била полезна програмата като цяло и коментират конкретни упражнения.
- Доколкото е възможно, събирайте материали от конференции на теми, по които преподават вашите учители на връстници (материали за обучението чрез връстници за ХИВ/СПИН, за употребата на наркотици, за насилие на джендър-основа, за СРЗ и т.н.). Отбелязвайте си колко хора са присъствали на тези презентации.

Литература:

Уеб, Д. и Елиът, Л. Да се научим да живеем. Мониторинг и оценка на програми за ХИВ/СПИН, предназначени за млади хора. Фондация „Спасете децата”, 2000.

Важак, Ц. и Свенсон, Г. Как да оценяваме програми, преподавани от връстници. Практически наръчник за преодоляване на рисковете и клопките пред изследванията, осъществявани в реалния свят. Фемили хелт интърнешънъл/Младежка мрежа, 2002.

МАТЕРИАЛ ЗА РАЗДАВАНЕ: СКАЛАТА НА КИНСИ⁵

Според скалата на Кинси освен хетеросексуалната и хомосексуалната ориентация съществуват и редица други сексуални ориентации. „Независимо от общото в нюансите между чисто хетеросексуалното и чисто хомосексуалното поведение би трябвало да се разработи някаква класификация, която да се базира на личния хетеросексуален и хомосексуален опит или реакция във всеки отделен случай... Индивидът може да се постави на определено място в тази скала за всеки период от живота му... Тази скала, състояща се от седем точки, отразява много по-пълноценно различните нюанси, които всъщност съществуват.” (стр. 639, 656)

СКАЛАТА НА КИНСИ

0 – само хетеросексуален

1 – преобладаващо хетеросексуален, инцидентно хомосексуален

2 – преобладаващо хетеросексуален, но и хомосексуален, и то не само инцидентно

3 – поравно хетеросексуален и хомосексуален

4 – преобладаващо хомосексуален, но и хетеросексуален, и то не само инцидентно

5 – преобладаващо хомосексуален, инцидентно хетеросексуален

6 – само хомосексуален

⁵ **Кинси, А. Ц. и др. (1948 г.-1998 г.).** Сексуалното поведение на мъжа. Филадельфия: У. Б. Сондърс/Блумингтън: Издателска къща на Университета в Индиана [Първо издание на скалата за оценка на хетеросексуалното и хомосексуалното поведение, разработена от Кинси. Обсъжда скалата на Кинси, стр. 636-659].

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

ДОПЪЛНИТЕЛНИ УПРАЖНЕНИЯ

КАКВО ОЗНАЧАВАТ ПОНЯТИЯТА „ПОЛ“ И „ДЖЕНДЪР“?

АНАЛИЗ НА МЕДИЙНИТЕ ОБРАЗИ

КУПОН ЗА МЛАДИ ХОРА БЕЗ ГАДЖЕТА

УПРАЖНЕНИЕ: КАКВО ОЗНАЧАВАТ ПОНЯТИЯТА „ПОЛ” И „ДЖЕНДЪР”?⁶

ЦЕЛ: Участниците да могат да правят разлика между понятията „пол” и „джендър.”

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 15 минути

МАТЕРИАЛИ: Големи листове хартия от флипчарт, маркери, голям лист хартия или лист за шрайбпроектор с определенията за пол и джендър, както и материали с определенията на тези понятия.

ПОДХОДЯЩО ЗА: Всякакви форми на обучение и практическа работа.

ПРОЦЕС: Участниците сядат в полукръг с лице към учителите и флипчарта.

Напишете думата „пол” (думата за „пол” на английски е „sex”, така че се появява двузначност – б. пр.) като заглавие на колонка в левия горен ъгъл на черната дъска или флипчарта.

Участниците изброяват и други думи, за които се сещат, или първото, което им хрумва във връзка с думата „пол”. Тези думи може да бъдат синоними на това понятие, както и думи табу. Вие записвате отговорите им под думата „пол”.

Ако участниците се срамуват, насърчете ги, като им дадете няколко примера (удоволствие, табу, интимност, гърди).

Направете нова колонка вдясно на черната дъска или флипчарта, която озаглавява с думата „джендър”. Поканете участниците да изброят думите, за които се сещат, когато чуят думата „джендър”, след което запишете отговорите им.

ЗАКРИВАНЕ: Ако участниците са изброили предимно физически (биологични, генетични) асоциации за думата „пол” и социални концепции за думата „джендър”, поздравете ги, че знаят значението на тези термини.

Раздайте на участниците дефинициите на думите „джендър” и „пол,” посочете ги на черната дъска (флипчарта) и прочетете дефинициите им. След това попитайте участниците дали се нуждаят от допълнителни пояснения.

ПОЛ се отнася за физическите атрибути, които определят даден човек като мъж или като жена: вид гениталии (пенис, тестиси, влагалище, утроба, гърди); вид преобладаващи хормони в тялото (естрогени, тестостерони); способност да произвежда сперма или яйцеклетки; способност да ражда и да кърми деца.

ДЖЕНДЪР се отнася за широко споделени идеи и очаквания (норми), засягащи мъжете и жените. Сред тях са идеите за типично женските/женствени и мъжките/мъжествени

⁶ Де Брюн, М. и Франс, Н. „Джендър или пол: кой го е грижа?” Ресурсен пакет за изграждане на умения по въпросите на джендъра и репродуктивното здраве за юноши и млади просветни работници, *Издание на Чалъ Хил, Ипас, 2001.*

характеристики и способности и всеобщо утвърдените очаквания за поведението на мъжете и жените в различни ситуации. Ние заучаваме тези идеи и очаквания от семейството, приятелите, влиятелните личности, религиозните и културните институции, училището, работното място, рекламите и медиите. Те се отразяват и влияят върху различната роля, социалното положение, икономическата и политическата власт на жените и мъжете в обществото.

Ако някой от участниците поиска да получи речникова дефиниция за пола и джендъра, обяснете, че речниците дават сходни дефиниции на тези термини, но че в контекста на обучение на обучители на връстници се използва социално-научната дефиниция на термина „джендър.“

УПРАЖНЕНИЕ: АНАЛИЗ НА МЕДИЙНИТЕ ОБРАЗИ⁷

ЦЕЛ: Участниците анализират как медиите изобразяват мъжете и жените и как образите, които те представят, могат да затвърдят или оспорят стереотипите, изградени върху основата на джендъра.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 20 минути

Материали: Въпросници за раздаване; снимки от вестници и списания, големи листове от флипчарт, химикалки или моливи

ПОДХОДЯЩО ЗА: Всякакви форми на обучение и практическа работа

ПРОЦЕС: Преди началото на семинара съберете снимков материал (реклами, карикатури) от списания и вестници, които изобразяват жени и мъже при различни обстоятелства. Те трябва да включват изображения, които затвърждават или оспорват стереотипите, както и положителни изображения. Участниците са склонни да критикуват всяко изображение, без да признават, че има и положителни такива. Хубаво е да имате тези изображения и върху слайдове за шрайбпроектора.

Разделете участниците на малки групи по трима и дайте на всяка група голям лист хартия, маркер, лист с въпросите и 3 снимки.

Обяснете, че стереотипите представляват убеждения или заключения, които ни изглеждат толкова естествени, че не ги оспорваме. Дори да не споделяме тези убеждения, ги чуваме твърде често, особено от медиите. Затова е нужно да разберем как стереотипите влияят на нашите нагласи и поведение.

Поканете участниците да разгледат раздадените им снимки и да отговорят на следните въпроси за всяка снимка поотделно:

- *Какво е основното послание към мъжете или жените, което отправя тази снимка?*
- *Как тази снимка изобразява мъжете или жените - в добра или в лоша светлина?*
- *Тази снимка утвърждава или оспорва стереотипите, основаващи се на джендъра?*
- *Бихте ли искали да ви изобразят (или вашата майка, баща, брат или сестра) по този начин пред обществото? Защо да или защо не?*

Всяка малка група представя една от своите снимки пред останалата част от групата и отговаря на зададените въпроси. Попитайте другите участници дали са съгласни с мнението на малката група.

ЗАКРИВАНЕ: Обяснете, че това упражнение дава възможност да се анализира въздействието на един информационен източник – печатните медии.

⁷ Дебрюн, М. и Франс, Н. "Джендър или пол: кой го е грижа?" Ресурсен пакет за изграждане на умения по въпросите на джендъра и репродуктивното здраве за юноши и млади просветни работници, Издание на Чапъл Хил, Ипас, 2001 г.

Снимките могат да се тълкуват от различни гледни точки. На един човек снимката казва едно, а на друг – друго, и това послание не винаги е същото, каквото го е предвидил авторът му. Общото между хората е това, че техните идеи за правилните или желани характеристики и поведение на жените и мъжете се влияят от подобни изображения често без самите те да осъзнават това.

Посочете, че по този начин както юношите, така и възрастните непрекъснато научават нови неща за джендър-ролите, и че тези роли определят нашето сексуално и репродуктивно поведение, както и последствията от това поведение.

Подчертайте, че много предизвикателства, отправени към джендър-стереотипите, са полезни. Такива предизвикателства отправят рекламите, които изобразяват жените да упражняват някаква спортна дейност или мъжете да се грижат за децата. Те показват, че и мъжете и жените могат да изпълняват тези дейности независимо от своя пол.

В стремежа си да подтикнат хората да закупят определени продукти, медийните реклами често утвърждават джендър-стереотипите. Има и случаи, в които медиите отправят и вредни предизвикателства към джендър-стереотипите, особено когато се променят идеите за ролята на жените и мъжете в обществото. Пример за това са рекламите за цигари, насочени конкретно към жените, с послания за авантюра или независимост. Следователно трябва да осъзнаваме здравните последствия на посланията, които виждаме, дори и ако те отправят предизвикателство към джендър-стереотипи, които искаме да променим.

УПРАЖНЕНИЕ: КУПОН ЗА МЛАДИ ХОРА БЕЗ ГАДЖЕТА⁸

ЦЕЛИ: Участниците гобиват по-голяма мотивация да се предпазват от заразяване с ХИВ и разбират колко лесно това може да стане реалност в резултат от поведенческия им избор.

ВРЕМЕТРАЕНЕ: 30 до 40 минути

МАТЕРИАЛИ: Химикалка или молив, както и четири листчета хартия (около 3 кв.см) за всеки участник. Листчетата представляват ключовете от хотелски стаи. Четири или осем листчета, върху които е написана думата ХИВ с малки букви. Касетофон с танцувална музика.

ПОДХОДЯЩО ЗА: Обучение на обучители, обучение на обучители на връстници

ПРОЦЕС: Всеки участник взема четири листчета хартия, поставени в плик, който се подава на всички в залата. Направете така, че един или двама участници или водещи, които ще участват в купона, да вземат четири ключа от хотелска стая, на които е написано ХИВ.

Обяснете на участниците следното: *„В това упражнение ще си представим, че сме поканени да прекараме много приятен уикенд в известен курорт. Сега е петък вечер и групата ни е пристигнала точно навреме, за да отиде в клуба, където се провежда голямо парти за хора без гаджета. Можете да се смесите с тълпата и да създадете нови познанства. В ръцете си държите ключове от четири стаи. Ако искате, можете да размените ключовете от стаите си с други хора, които намирате за привлекателни. Правилото е, че когато гадете ключ от стая на някого, трябва да вземете и ключ от неговата стая, така че винаги да имате ключовете от четири стаи. Май чувам музиката да свири! Хайде на парти!“*

След първия тур на размяна на ключове от стаи (около 2-3 минути) музиката спира. Помолете участниците да запазят тишина и да слушат внимателно следващите му инструкции.

Обяснете, че участниците не трябва да споделят с никого това, което ще установят в следващия момент. Те трябва скришом да проверят ключовете от стаите си, за да видят дали не са взели ключ от стая с надпис ХИВ върху листчето. Подчертайте, че дори и да имат такъв надпис, те не бива да реагират, за да не разберат останалите. Обяснете, че листчетата на някои участници са празни, а пък други имат един или два ключа с надпис ХИВ. На този етап всички трябва да вземат молив и да се престорят, че пишат ХИВ на всичките четири листчета, представляващи ключове от стаи. Обяснете, че всеки, който

⁸ Адаптация на текст от H-RAP (Проект за юноши в голям риск), учебна програма на Уестовър консалтънтс във Вашингтон, САЩ.

е забелязал, или ще забележи, че гържи ключ с надпис ХИВ (дори вече да е дал този ключ на някой друг), трябва наистина да напише ХИВ и на четирите си листчета. Също така отбележете, че дори някой вече да е дал, или да даде на някой друг листчето с ХИВ, щом веднъж е бил в контакт с него, продължава да има ХИВ.

След това обяснете, че след един ден, изпълнен с плуване, водни ски и плаж, е настъпила събота вечер и започва второто парти. Участниците ще използват ключовете от стаите, които гържат при себе си, за второто парти. Партито започва. Обучителят обяснява, че правилата са същите. Той напомня на участниците: „Можете да размените ключ от стаята си с човек, който ви харесва.“

Сложете край на партито и кажете на участниците да обозначават листчетата си по същия начин както и преди. Обяснете, че участниците са били поканени да останат в хотела още една вечер. Партито се повтаря.

ЗАКРИВАНЕ: След като приключи обозначаването на листчетата, попитайте колко участници са били „заразени“ (виртуално – в играта). След това пита колко имат четири чисти/празни листчета и как са успели да избегнат заразата. Дискутирайте преживяванията на участниците. Примерен въпрос е дали на жените или на мъжете им е било по-трудно да избегнат вируса. Дайте възможност на участниците да споделят как са се чувствали, като заразяват другите - най-вероятно съзнателно.

Обучителят пита участниците дали са останали учудени от своите емоции или реакции и дали виждат някакъв паралел между поведението им в играта и в реалния живот? Имало ли е някакъв натиск от техните връстници? Дали някой е решил да се въздържа от контакт в даден момент? Дали някой е разменил ключ от стая само с един човек (което е символ за моногамия)? Дали участниците считат, че е добра стратегия да се осланят на късмета си?

Трябва да напомните на участниците, че в реалността ХИВ не се предава задължително при всеки контакт. Отбележете, че единият или двамата участници, които са внесли ХИВ в групата, са изиграли важна роля в упражнението, като са помогнали на всички да научат нещо ново. Тяхното поведение може да съдейства за забавянето на епидемията, като поучава някои и помогне на други да добият по-реална представа за нея.