

## 第 1 单元 同伴教育介绍

### 1.1 什么是同伴教育？

类似的人群非正式地在一起学习

同伴是指其身份和阶层与另外的人相同的人。同伴教育者是指一组具有相同背景、经验和价值观的人中的一个成员。同伴教育者是经过培训来开展有关艾滋病危险行为的讨论，带领其同伴找出解决问题的方法，同伴教育者是项目与目标人群之间的纽带，由于他们与同伴之间具有相同的年龄、性别或社会地位，因此同伴教育者可以：

- 组织讨论
- 回答问题
- 发布信息
- 开展倡导
- 提供咨询
- 组织演出
- 分发资料
- 提供转诊服务
- 开展安全磁营销或发放

同伴教育或同伴领导层

在制服部门，使用“同伴领导者”这样的名称有时比“同伴教育者”更加合适。所谓领导意味着树立一种正面的榜样，并激励其他人效仿。期望这样的同伴领导者能够帮助同伴人群中的其他人员找出艾滋病感染的危险行为，并且最终最能够改变这样的行为。同伴教育或同伴领导是一种非正式的、花费很少则可建立的教育形式，并且已经证明是一种在不同文化背景人群中传递敏感信息和有利于特定人群的好方法。

### 1.2 同伴教育者的工作内容是什么？

不同层次的干预

同伴教育者以各种不同的方式开展工作：

- 开展危险行为及其产生原因的讨论
- 宣传性病/艾滋病的防治基本知识
- 对同伴进行安全性行为的培训
- 对同伴进行安全套使用以及与性伴协商使用安全套的培训
- 在同伴中鼓励使用安全套
- 协助开展安全套市场营销
- 发现性病感染者，并且鼓励他们及时和彻底接受治疗

- 发现性病反复感染者和/或治疗失败者，并将他们转诊到合适的医疗中心
- 参与广泛的项目活动

### 1.3 为什么要用同伴教育这种方式？

同伴教育的优点包括：

- 成本低
- 消除障碍，有助于毫无恐惧地讨论敏感的话题
- 带来可持续的行为改变
- 有助于保密
- 向目标人群传递正确信息的最有效和非正式的方法
- 比正规的方式耗时少。

同伴教育的关键

同伴教育项目的成功与否很大程度上取决于同伴教育者的素质。同伴教育者需要具备的主要素质包括：

- 任何时候都可以有时间和可接近到目标人群
- 工作的出发点是考虑到目标人群的健康
- 具备良好的人标交往能力
- 对穿制服群体有所了解或本身就是穿制服的人员
- 受到制服部门及其人员的尊敬
- 能够不带任务偏见和框框地听取其他人的想法
- 具备与穿制服群体开展工作的信息
- 会讲目标人群的语言。

### 1.4 小组和个人如何学习

信息是不够的

只对艾滋病知识有所耳闻往往不足以导致危险行为的改变。只有人们对艾滋病的后果有所了解，以及自己决定应该改变行为时，人们才能真正地去改变自己的行为，人们可以不断接受行为改变的教育，但是在他们没有看到行为改变是值得的，以及他们自己想去改变之前，他们往往都不会真正去改变行为。

从经验中学习

同伴教育者是提问而不说教，这种方式更加有效。同伴受益者更加希望同伴教育的过程是鼓励他们对自己的生活加经思考并讨论他们所面临的行为选择。换句话说，并不是告诉他们饮酒会增加危险行为，而是让他们思考饮酒后，他们个人会发生什么，以及对他们的行为有什么影响。

## 将问题与个人联系起来

具有危险行为的人有时会否认他们存在问题。同伴教育者能够让同伴受益者认识到艾滋病并不只是其他人的问题。让同伴受益者设身处地的想一下，如果他们的孩子没有足够的我一上学或他们在没有思想准备的情况下房子被收走，他们会怎么感受。通过这样的方法让人们联想这种病毒的潜在影响与个人利益之间的关系。

## 情感触动

如果同伴教育者只是介绍艾滋病的知识，那么很容易被同伴受益者不当回事。更加有效的方法是，让他们关心感梁了艾滋病病毒对他们自己及其家庭会意味着什么。例如，要求同伴受益者描述这种情况下他们会是什么感觉，即假设他一直盼望有个儿子，当他的妻子有一天果真生了一个像他一样漂亮的小子，但后来发现他感梁了艾滋病且在5岁前就折了。

## 理解行为选择与未来之间的联系

那些不用安全套的嫖客通常只追求一时的快乐，特别是酗酒和/或吸毒后更是如此。让同伴受益者谈谈自己未来的梦想，以及假设自己已经实现了这些梦想。也可以询问这些同伴受益者他们目前的行为选择是否减少了这些梦相实一的可能。

## 1.5 人们如何改变自己的行为

### 鼓励行为改变

人们需要自己决定改变那些导致艾滋病病毒感梁的危险行为。说服他们检查自己的行为 and 考虑这些和为的结果。然而，命令他们去改变或简单地告诉他们这些行为的危险性往往不足以让人们实现行为的改变。行为的改变是一个涉及到多个步骤的过程。

### 从无知到有知

起初人们并不了解某种特殊的行为可能是危险的。行为改变项目的第一步是让人们对这种危险性有所了解。例如，为了促进安全的性行为，人们首先需要有关性传播疾产现和艾滋病的基本信息。这些都可以通过大众传媒，以及包括同伴教育在内的人际交流等各种方式得到。

### 关心

那些了解危险行为的人对这种危险行为可能并不在意。提供信息的方式一定要确保信息的目标人群这些信息对他们是有用的，即人们关心这些信息，以及希望通过这些信息去评估自己的行为。有针对性的交流和人际间的交流方式要比大众传媒的方法更加有效。

### 具备知识和技能

一旦人们开始关注，他们就会以通过与朋友、社会工作或医疗保健人员谈论有关性病和艾滋病的危险性以及预防方法来获取更多的信息。在这一阶段，特别是在培训规划中

需要更多的人际交流方法，从而建立人们在讨论性及性问题方面，以及商讨性为责任方面的能力。

### 有改变的动机和做好改变的准备

人们现在可能会认真地考虑需要保护自己以及他们所爱的人避免感染艾滋病和其他性病。这时他们可能开始具备行为改变的动机和做好了行为改变的准备。他们可能会考虑很长时间，然后决定放弃多个性伴，或者可能去购买安全套。在这一阶段，需要安全套能够容易获得，需要人们能够使用安全套和进行安全性行为的沟通。从众媒体和有组织的宣传可以通过展现一些促进安全性行为的正面典型，从而营造一种支持性的环境。新闻发布会上的一些正面信息是非常有效的。

### 行为的尝试转变

在下一个阶段，人们可能会发现这样的情况，即在性行为发生的地方可以容易地获得安全套。是的，他们可能会决定尝试新的行为，然后再对这种尝试的结果进行评估。如果他们由于缺乏相应的经济和技能而感到这样的行为改变非常困难和尴尬，他们可能会很、长时间不再去尝试这样的新行为。所以，安全套使用的沟通技巧和正确使用安全套的技能是非常关键的。

### 新行为的维持/适应

在危险行为上避免重操旧业是一项挑战。同伴教育者在强化正面行为和鼓励维持正面行为方面可以发挥一定的作用。新的危险可以不断出现，对此需要新的行为改变与此相适应。

## 第2单元 培训同伴教育者

### 2.1 如何培训同伴教育者？

#### 师资培训

对于未来的同伴教育者的培训需要建立师资队伍。师资队伍越大，项目开展得越快。

该师资队伍需要对同伴教育有非常全面的了解，包括：

- 同伴教育项目的需求
- 同伴教育项目的目的
- 同伴教育者的作用和责任
- 同伴教育者的激励方法。

### 2.2 如何组织培训？

#### 培训的连续性

同伴教育者的培训必须是一个持续的过程。在完成同伴教育者的筛选后，启动培训项目的主要活动包括以下内容。

- 通过快速评估调查和小组专题讨论来评估同伴教育受益者对知识了解的需求。
- 评估各类同伴教育者现有的知识和态度（为些，可以开展快速评估调查）。
- 根据培训需求评估和受益者需求评估的结果制定培训计划。
- 确定每批培养的同伴教育数量。培训的质量往往与每批培训的规模有关。换句话说，一次培训 20 人要比一次培训 100 人更加有效果。

### 2.3 为什么要开展培训需求评估？

- 确保培训计划在建立于被培训者的学习需求基础之上。
- 提高被培训者对学习的承诺，因为他们参与了培训计划的制定。
- 使这种学习成为被培训者和教员共同的责任。
- 在正式开始培训之前，有助于在被培训者和教员之间形成和谐的关系。
- 帮助确定被培训者的优势和不足。
- 帮助明确学习目的。
- 帮助评估这种培训对被培训者的影响。

### 2.4 培训需求评估如何进行？

- 以单个的方式或集体的方式与同伴教育者交谈，告诉他们有关培训项目的内容和目的。
- 评估同伴教育者的兴趣所在，以及他们希望学到什么。
- 请同伴教育者对每个培训内容的相对重要性进行排序分级。
- 请同伴教育者对每个培训内容的相对重要性进行排序分级。
- 通过针对每个培训内容询问一些探索性的问题来评估同伴教育者的现有知识。
- 根据同伴教育者的排序分级和现有知识状况的评估，以及同伴教育者需要具备的基本知识和技能，考虑这些培训内容的优先领域。

### 2.5 培训的目标是什么？

每一部分的培训内容在设计方面都应该是参与式的，并且应该尽可能地达到以下目的。

同伴教育者应该了解：

- 成人学习的原则
- 与同伴和目标人群交流技巧
- 如何利用交流技巧开展小组讨论
- 如何解释艾滋病的流行状况及其影响
- 如何讨论艾滋病/性病的基本知识
- 如何讨论性病的基本症状，以及在本地区的医疗机构情况
- 如何讨论与艾滋病有关的性别问题

- 艾滋病/性病预防的同伴教育和外展策略
- 如何以保密的方式讨论性问题
- 如何正确使用安全套
- 如何讨论有关艾滋病病毒检测的问题
- 行为改变的过程
- 如何评估同伴或目标人群的危险行为
- 如何利用决策的方法或解决问题的方法来降低危险性
- 如何利用与艾滋病预防相关的沟通技巧
- 如何与当地的行政当局讨论有关安全性服务的好处
- 如何与性娱乐场所的业主讨论有关安全性服务的好处
- 性工作者卫生保健服务的可及性情况
- 性工作者的生活条件和权益
- 建立有效交流项目的过程

## 2.6 如何对同伴教育者进行督导？

有必要：

- 确定督导人员的数量
- 明确督导者
- 确定督导的方法：以个人还是以小组的方式进行
- 确定督导的频率
- 为督导人员制定督导清单
- 培训督导人员。

## 2.7 有效督导的特点是什么？

- 督导人员必须对艾滋病和同伴教育项目有所了解，并且与同伴教育者保持密切接触。
- 在同伴教育者和督导人员之间需要有双向交流。
- 同伴教育者应该了解，他们不能以个人去判断：督导人呐喊会支持他们，他们的经验将有助于对项目的整个运转情况的有更加全面的了解。
- 理想的是能够与同伴教育者每周联系一次，最好是由同一个督导人员进行。
- 督导人员需要与所有的被教育者大约每月接触一次，评估项目的效果。
- 在需要的情况下，督导人员应该能够确定和招募其他的或后备的同伴教育者，特别是在发现目前的教育者没有效果的情况下。
- 督导人员需要通过让同伴教育者认识到自己工作的价值以及他们对项目的重要性来激励他们。

- 需要每个季度对督导人员的报告进行分析和审阅，以便确定项目需要做什么样的改进。

## 2.8 为什么要组织继续培训？

### 知识的更新和补充

项目开始时通常开展同伴教育者培训，但随后很少再提供支持。继续培训对同伴教育者补充新知识和重新确定他们的工作是很有价值的。继续培训的内容应该基于督导和监督工作的反馈情况。在制定继续培训计划时应考虑以下方面：

- 同伴教育者和受益者所反馈的妨碍同伴教育的障碍
- 前期学习中需要加强的部分
- 明确需要的其他知识和必要的技能。

## 第3 单位元 组织同伴教育

### 3.1 如何为同伴教育赢得支持？

#### 与其他同伴教育者合作

与其他的同伴教育者讨论有关开展同伴教育的方法，以及评估培训中学到了哪些内容往往是开始这种合作的一种好方法。如果这种方法还不明确，同伴教育的培训教员应该能够提供帮助以开始这样的合作。可以通过一起开发高层管理人员，让他们允许在工作时间内组织这样的活动。

#### 说服高层管理人员

并不是所有的高层管理人员都能被说服，认为同伴教育是一件好事。可以取决于你自己如何解释什么是同伴教育，以及为什么同伴教育是重要的。可以指出，在战争中长官总是希望他的军队能够受到保护，那么，他们为什么不保护他们避免受到更大的威胁呢？告诉他们，你得到了同伴的支持来组织这样的同伴教育，但这一工作还有赖于高层管理人员提供鼓舞性的领导，以及鼓励人们来参与这样的同伴教育。

### 3.2 为什么要制定工作计划？

工作计划奠定了基 工作计划可以简单地 陈述每个同伴教育者计划做什么、什么时候做、在哪里做，以及针对的对象是谁。有计划定期开展的同伴教育，即使是非正式的总比那些事先没有任何计划的同伴教育要即。一旦制定了工作计划并得到领导或上司的批准，这样的同伴教育就遥相呼应能按期开展，同伴受益者也会来参加。如果领导要求大家参加并允许在工作时间开展这样的同伴教育，则同伴教育的开展时间和参加人员更能得到保证。

### 3.3 如何确定同伴受益者？

#### 确定最危险的人群

并不是所有的穿制服群体教上在相同的感染和感染危险之中。许多男性在嫖娼时已经

使用了安全套，而其他一些人则一直忠诚于他们的妻子。喜欢饮酒和嫖娼的年轻人是同伴教育需要针对的最重要人群。

与领导和其他官员一起确定被教育者

领导可以安排那些可以在工作时间开展的同伴教育，甚至那些年长的同伴受益者可以参加。可以准备一份未婚者和年轻人的名册，以确保这些人从开始主不能够参与同伴教育。

去人群集中的地方

在供应酒的场所往往可以发现到具有潜在危险的男性，那些年轻男性通常是在一起开展体育活动或玩牌。如果这些活动是在军营里进行，他们就很容易被发现。

通过公共庆典活动发布通告

公司的公共庆典活动或会议是发布通告，向大量人群提供基本信息的好机会，但对于互动性的对与式活动并没有用：这样的活动最好是以6—10人的小组方式进行。

寻找特殊人群会是敏感的

嫖客、男男性行为者和静脉吸毒者都是具有同伴教育需求的人群，因为他们容易被感染。最好同们教育者与接受同伴教育和安全性行为的目标人群具有相同的特征。可以想象到，如果将发地些最危险的人归纳成高危行为组，那么他们肯定会担心受到人们的歧视。为了赢得他们的信任，有必要在他们聚集的地方以个人或小组的方式与他们接触。

### 3.4 如何吸引同伴受益者？

要让同伴教育更加有趣

同伴教育越是正规和枯燥无味，越难吸引和保持同伴受益者的兴趣。同伴教育越是生动有趣，同伴受益者越是愿意参加。如果他们接受的是一个温长而说教性的讲座，可以肯定当同伴教育者来到他们当中时，他们将不会理睬。

培训中利用练习进行学习

大多数同伴教育者喜欢将游戏、角色扮演，参与式讨论作为他们培训的一部分。可以预料到，同伴受益者也会喜欢这类活动。通过鼓励大家对一些有争论必的问题进行讨论，使同伴教育的活动更加有吸引力。

### 3.5 作为同伴教育者如何推销自己？

表明自己是同伴教育者

如果有一张同伴教育的海报，应该把它张贴的军营外或贴在工作场附近的醒目地方。如量水槽有同伴教育专门的T恤衫，尽量在任何场合都穿上。如果在闲谈中谈到有关艾滋闰的话题时，应该指出你是一名同伴教育者，并且愿意与大家一起讨论这一主题和回答大家的问题。

在人员聚会上介绍自己



在公司庆典或其他会议上 让人们了解你是一名同伴教育者，并且愿意与希望讨论艾滋病问题的同事单独或以小组的方式见面。

### 3.6 如何选择同伴教育活动的场所？

去人们所去的地方

同伴教育更加有效的方法是同伴教育者深入到被教育者中，而不是让被教育者过来。在同伴受益者越方便的地方他们越愿意参加，如在被教育者聚集的地方，军营、娱乐场的或俱乐部。如果领导同意在上班时间开展同伴教育活动，那么工作现场是最好的场所。

对于敏感的话题，最好选择隐蔽的场所

如果讨论的话题是关于嫖娼中安全套的使用，那么在军营是城当军们在旁边走来走去的情况下开展同伴教育往往不是一个好主意。这种情况建议选择很少有人经过，并且上司和家庭成员听不到的隐蔽地方。

### 3.7 如何准备同伴教育活动？

充分准备是重要的

同伴教育者的准备工作做得越好，活动则会进行得越顺利。需要弄明确将要涉及哪些内容、组织什么样的练习以及希望达到什么样的目的。

在同伴教育活动之前阅读背景资料

糟糕的是同伴教育者事先没有做准备而是同伴教育过程中查阅相关的参考资料。最好能够在教育之前利用很和三的时间阅读背景资料，并且在头脑里过一遍。

首先在朋友中预习同伴教育的活动

在提供同伴教育之前先在部分朋友中通过预习这些练习，可以增加他们在实际开展同伴教育活动中的成功机会。

准时到达

活动的时间一旦确定，同伴教育者最好能够的提前一点到达，以便在开展同伴教育之前能够与被教育者问候打招呼。不要让被教育者等你：也许当你到达那里的时候他们已经离开。早一点到达可以让你通过与先来的部分被教育者之间的交谈而得到某些反馈。

### 3.8 如何介绍同伴教育活动？

介绍自己和活动的目的

如果同伴受益者对你尚不了解，自己主动介绍并说明你的角色是什么。告诉他们，你将会提出一些问题来启发大家讨论和介绍一些游戏和练习。解释本次同伴教育活动的目的。产工强调需要每个人来参与，以及大家的意见和经历同样也是非常重要的。

营造一个信任的环境

让同受益者知道你是来帮助他们的，能及希望鼓励大家自上和开放的讨论，从而对造成

危险的原因以及如何降低这种危险有更好的了解。反复强调，本次活动中谈及的所有内容，你都替他们保密，因此鼓励所有被教育者相互之间应该保密和相互尊重。

### 3.9 如何开展同伴教育活动？

保持轻松和非正式

同伴受益者往往希望同伴教育者在非正式的氛围下开展活动，这种教育者是一种非正工的，而不是象长官老师那样。

同伴受益者可以找到乐趣

角色扮演、做游戏和谈论性问题可能是一种乐趣和引人发笑。否否营造出这样的非正式氛围完全取决于同伴教育者。

不要采用审判和教训的态度

如果让同伴受益者感到谈论危险行为有罪恶感，那么有可能会 导致交流的中断，而且不可能导致正在的行为改变。尽量尊重每个人的观点，甚至在你不同意这种观念情况下。一个对妻子或女友忠诚的同伴教育者可能很难理解为什么这些男性要去嫖娼或与其他男性发生性行为。然而，同伴教育的重点应该放在如何保护同伴免受感染，而不要求将道德和行为改变得像你一样。

确保每个人的参与

尽可能 保证每个人都平等地参与讨论。往往一些人希望多说，而其他一些安静的人则不愿意讲调向叠加。这取决于同样 教育者是否鼓励每个人参与。询问问题时应该直接向个人提问而不是问整个组，同样的问题可以问几个人，特别向那些比较安静的人提问。

不要试图告诉别人去干什么

记住同伴受益者应该自己进行危险性评人在，让他自己决定行为改为后对他们由什么好处。简单地告诉他们去改变自己的行为往往并不能奏效。

询问一些探讨性或延伸性的问题

让同伴受益者提供个人经历的详情，以及他们有什么想法和感受，针对他们的陈述再进一步询问其他的问题。例如，询问他们的感觉是什么，而不是问他们想什么或知道什么。注意察觉他们在某些特殊情况下是否表现出高兴、内疚、忧愁、焦虑、恐惧或 没有什么不同。

让同伴受益者 起来运动一下

如果同伴受益者的注意力有所下降或表现出有些不耐烦，应该让他们站起来伸展一下，踮踮脚或原地活动活动。

## 第 4 单元 确保同伴教育的参与性

读者须知

本单元是用来提高同伴教育者在同伴教育活动中积极参与到同伴受益者中的能力，提出了确保同伴教育参与的原因和如何实现这样的参与。强调的重点是放在同伴教育者可以询问什么样的问题来鼓励这种参与。本单元提供的两个练习有助于同伴教育者提高自己组织和实施参与式活动的的能力。

确保同伴教育参与性的基本信息

#### 4.1 为什么要确保同伴教育的参与性？

只靠信息往往不能改变行为

经验表明，在调动被教育者认真考虑自己的行为选择和激励他们做出改变行为时，互动式和参与式的方法要比仅提供知识更加有效。

正式的讲座似乎是枯燥乏味的

同伴受益者往往不喜欢从资料中直接阅读或朗诵有关艾滋病的知识。他们更加喜欢同伴教育者介绍一些讨论性的主题，诸如性病或侮辱与歧视，以及在讨论过程中提供相应的信息和回答他们的问题。

需要一些信息

需要改进显然存在着信息不足的现象，但知识的缺乏通常并不是穿制服群体面临的问题。人们知道艾滋病是如何传播以及如何预防传播。问题在于即使人们具备应该使用安全套的知识，但他们还是存在着诸如没有使用初始段一套就发生性行为的危险行为。

#### 4.2 为什么要鼓励参与

- 如果同伴受益者能够在同伴教育活动中谈笑风生和积极参与，他们会从这种活动中得到更多乐趣。
- 不是依赖于那些抽象的艾滋病知识，而是通过参与使得问题更加个性化，并且与同伴受益者的生活密切相关。
- 如果采用的是讨论和针对个人的情况进行分析的方法而不是知识的呈现，那么同伴受益者就能够更好地记住详细的内容。
- 积极的参与有利于同伴受益者及时反馈他们的想法和感受，并且可以向同伴教育者提从机会来面纠正错误的信息和确定需要重视的问题。
- 鼓励参与可以使同伴受益者反映他们自己的情况和行为选择。
- 倾听其他人的经验有助于同伴受益者认识到其他人也面临相同的挑战，可以从那些行为发生了成功改变的人身上得到鼓励。
- 通过参与可以提高同伴教育者与同伴受益者之间接触的质量。
- 鼓励参与实际上对同伴教育者来说是容易做到的，因为他们不需要在活动中从头说到尾，也不需要花时间准备讲座。

### 4.3 如何让同伴受益者交谈？

询问问题是关键

同伴受益者说得越多，同伴教育者就说得越少，同伴教育者的工作就做得越好。换句话说，同伴教育者应该通过问问题来展开讨论，例如“是否能够说一下到了妓院报发生了什么？”。当小姐讨论没有什么可以再说时，同伴教育者应该重新的提出另外一个问题，或许给参与者指定一个领域：“当妓院里的安全套用完后会出现什么情况？”

确保双向交流的途径畅通

一个好的同伴教育者应该多听少说。关键是提出问题和倾听他们的回答，然后根据回答内容再提出新的问题。提出的问题其目的是要了解，在某种情况下事情“为什么”会发生或人们会“怎么”去考虑。这样的想法并不是要提供知识，而是弄清生个同伴受益者对危险行为和行为的改变有什么想法和感受。

人们本身想要回答 问题

同伴受益者往往喜欢通过谈论自己的经验而参与讨论。营造一个正面的氛围和让同伴受益者乐意打开他们的话题，对于同伴教育者来说是一项挑战。起初似乎有些难度。但一旦同伴教育者发现启示讨论是如此的容易，他们就会更加喜欢这项工作。

人数少的组比人数多的组容易

开展同伴教育活动时，同伴受益者的人数最好为 6 ——10 人，如果人数过多，小组活动起来则不方便，并且难以控制，不可能让所有的同伴受益者都有机会积极参与。如果小组人数太少，讨论的关注点总是集中在少数人身上，使得参与的人感到更加不舒服，特别是讨论性生活这样一类隐私的具体内容时。

### 4.4 什么是探讨性的问题？

不局限于表面的概念

探讨性的问题是用来获取需要通过有效的交流才能获得的信息。同伴受益者的回答通常都很短或者只是提供他们认为你希望听到的答案。在提出探讨性问题方面有经验的同伴教育者可能会基于现实情况，鼓励开放性和坦诚的讨论。培养如何询问探讨性问题是得要的。有关探讨性问题的部分例子有：

- 可以告诉我更多这方面的情况吗？
- 是什么原因使你这样做？
- 事情发生时你的感觉如何？
- 为什么你认为那是重要的？

### 4.5 什么是开放式的问题？

问题的回答不仅是“是”和“否”

开放式的问题是一种不能只用“是”与“否”来回答的问题。开放式的问题对于启动同伴的讨论是有用的。开放式的问题不是用一两句话就能回答，通常是以“如何”、“为什么”或“能否”这样的词开头。封闭式的问题只询问简单的回答，不需要答者的任何反应，这些问题的答案通常是简要的（“是”与“否”），它们往往是以“吗”结尾。在同伴教育活动中，开放式的问题比封闭式的问题更有价值，因为增加了被教育者的参与。

封闭式问题的例子

- 你喜欢米饭吗？
- 你喝啤酒吗？
- 你喜欢这项培训吗？

开放式问题的例子

- 你最喜欢的食品是什么？
- 你对喝啤酒有什么看法？
- 如何改进这项培训？
- 为什么你认为男女不同？

#### 4.6 为什么要检查行为选择？

让同伴受益者了解他们的行为后果

建立一种宽松、非正式的氛围，让同伴受益者能够描述自己的危险行为和思考所选的行为的可能导致的后果。这些思考可能包括感到自己有罪、害怕感染自己的妻子、担心过早地死亡或受到侮辱和歧视。

让同伴受益者找出他们的决策过程

同伴教育者可以鼓励同伴受益者准确找出决定作出危险行为的时候。可以询问以下一些问题

- 什么时候决定要去妓院的？
- 什么时候决定要获取或不获取安全的？
- 什么时候决定要使用或不使用安全套的？
- 是否因为女伴漂亮而认为她们不会被感染？

询问这类问题的想法是，如果具有危险行为的人了解为什么他们会做出某种决定以及什么时候做出了这种决定，他们可能就会在下一次的相同环境的下做出不同的决定和避免危险行为。

让同伴受益者考虑对他们行为的影响

同伴教育者可以帮助同伴受益者理清他们行为选择的外部影响。在同伴的压力下与其他人

一起嫖娼，以及 起酗酒后无法做出自我决策，或者由于提出使用安全 套而被非礼等，这些都是影响 行为选择的现象。

#### 让同伴受益者面对争议

有些同伴受益者往往不承认他们的危险的行为是个问题，甚至为此而责备别人。同伴受益者有时对他们不使用安全套能够列出许多理由。关键在于同伴教育者能够让同伴受益者认真考虑艾滋病的现实，检查他们的行为选择，不要躲在错误信息或自我想象的背后。这一点可以通过 让其他同伴受益者对提出的这些理由以及他们所想象的真正危险行为加以评论来实现。

#### 4.7 如何使用辅助资料？

##### 辅助资料有助于增强同伴 教育

辅助资料通常是指带有手图和照片的印刷材料，被同伴教育者用来转达一些观念和激发讨论。同伴教育者喜欢这样材料，因为他们只要询问一些问题，从而使得他们的工作相对容易。有关如何使用辅助资料提出以下建议：

- 不要告诉同伴受益者照片或插图是什么含义：要求他们告诉你。
- 不要求同伴受益者在提出信息之前进行广泛评论。
- 通过将同伴受益者集中在一起看资料或将资料传递给每个人看的方法，确保每个人都仔细看过这些资料。
- 询问开主和式问题：避免只提供“是”与“否”的回答。
- 让同伴围成一圈，面前不放桌子，从而营造一个轻松的氛围。
- 根据诸如“你能够展开讲一下吗？”“这对你来说真正意味着什么？”“还有谁需要补充点什么？”等这样的问题而 继续接下来 问问题。
- 将同一个问题询问不同的同伴受益者。
- 将同伴受益者提出的问题让其他同伴受益者回答。
- 避免让同一个同伴受益者回答所有的问题。
- 尽量和某个特定的人提出问题，而不是让每个人来回答，因为 一个人往往回答提问。
- 询问简单的问题，诸如：“你是怎么想？”、“你是怎么认为？”、“你主人人们会怎么感受？”、“你认为他们会怎么做？”

#### 4.8 如何吸引同伴受益者？

##### 确保所有 同伴受益者的参与

同伴受益者对同伴教育活动越积有和参与得越多，他们就越喜欢。对于如何吸引同伴受益者，有以下的建议：

- 询问同伴受益者他们更加喜欢哪些类型的活动知话题，然后向他们提供这样的活动和

话题。

- 让同伴受益者参与决定同伴教育活动的的时间和地点。
- 让比较活跃的同伴受益者作为助手和小组的组长。
- 对更隐私的内容进行分组或配对讨论，然后让小组进行汇报。
- 建议使用同伴受益者包干负责的方法，有助于他们在同伴教育活动以外的场合能够相互监督。

#### 练习 4.1

##### 如何开展同伴教育活动

目的：

提高同伴教育的技能。

背景：

同伴教育者具备的技能越多，工作效率就会越高。本练习单元将让参加者练习如何开展同伴教育活动。

材料：

挂图板和纸或者黑板（备选）

时间：

1 小时

说明

步骤一

将参加者分成几个 5—10 人组。

步骤二

每一组选出一名成员作为同伴教育者。

步骤三

要求每组选出的同伴教育者通过角色扮演表现他们如何接近这一组穿制服群体。他们可以根据自己的喜欢选择任何与艾滋病有关的话题。小组的其他成员则扮演同伴的角色。

以下是选择有关话题方面的一些建议：

- 安全套对艾滋病预防的重要性
- 艾滋病病毒是如何在人群之间传播
- 为什么穿制服群体容易感染艾滋病

步骤四

让每个组表演他们创作的情节。

步骤五

与参加者讨论，并且提醒他们在第一次与小组成员见面时必须记住的要点：

- 问候小组成员
- 介绍自己
- 解释来的原因

#### 步聚六

写出并向参加者解释一些在他们辅导一组同伴者时应该记住的事情：

- 准时参加活动
- 以轻松的方式开展游戏，使大家得到乐趣。
- 不要以一种判断的态度，并且记住每个人都有他们自己的观点和信仰。
- 尽量不要指示小组/成员应该做什么，而是询问他们问题以引导他们自己作出回答。
- 如果在活动过程中小组成员表现出疲劳或注意力不集中，停下来运动一下或唱首歌，然后再继续，或者重新安排其他时间。

#### 步骤七

复习一下要点，并且询问参者的意见。询问他们是否有问题。

### 练习 4.2

#### 提出问题的技能

##### 目的

通过有效的提问来提组织讨论的技能。

##### 背景

应用探讨性的问题来获了开展有效交流所需要信息。同伴教育活动中参加者往往提供简短的答案，甚至提供的是他们认为你想听到的答案。在提出探讨性问题上经验的同伴教育者可能会基于现实的情况，鼓励开放性和坦诚的讨论。

##### 材料

无

##### 时间

20 分钟

##### 说明

##### 步骤一

告诉同伴教育者为什么建立提出探讨性问题的技能是重要的。要求他们提供一些探讨性问题的例子，例如：

- 对此能提供更多的情况吗？
- 你为什么会那样做？



- 事情发生后你有什么感觉？
- 你为什么会认为那是重要的？

#### 步骤二

向同伴教育者解释，开放式问题是一类不需要用“是”或“否”回答的问题。开放式问题对于启示同伴者的讨论是有用的。开放式问题不能用简单的几个字回答，通常是以“如何”、“为什么”或“能否”这类词开头。

#### 步骤三

向同伴教育者指出，封闭式问题只要求简单的回答，不要求听众有任何的反馈意见。问题的答案通常很简要（“是”或“否”），并且问题通常以“吗”结尾。要求同伴教育者轮流提出以下问题：

- 你喜欢米饭吗？
- 你喝啤酒吗？
- 你喜欢这项培训吗？

#### 步骤四

现在要求每个同伴教育者轮流回答以下开放式问题

- 你最喜欢的食品是什么？
- 你对喝啤酒看法如何？
- 这项培训如何才能改进？
- 为什么你认为男女不同？

#### 步骤五

提醒参加者，开放式问题较封闭式问题更有价值，因为他们增加了参加者对同伴教育活动的参与。

### 第5章 动角 克服障碍

#### 读者须知

本单元重点讨论在开展同伴教育活动中存在一些困难。主要争对如何克服一些阻碍，如交流不畅、不愿坦诚对待和不喜欢开放式的问题，并提法出建议。其中一个练习是让同伴教育者考虑他们面临的常见阻碍，以及考虑如何克服这些障碍。另外一个练习是让他们考虑阻碍他们开展同伴教育工作的个人障碍。

#### 克服障碍的基本信息

##### 5.1 如何克服影响有效交流的障碍？

#### 少说多提问

如果同伴教育者说辞太多，他们就不是在工作。大多数同伴受益者感到说教的讲座是枯

燥无味的。通过提问而启动大家讨论的同伴教育者发现，这种方法要比预称准备讲座的方法更加有效。同伴受益者对于讨论他们自己的生活要比听同伴教育者演讲艾滋病的专业知识更感兴趣，他们并不理解或真正关心演讲的内容。

#### 提出问题和倾听回答

为了更加有效，同伴教育者必须鼓励同伴受益者思考和讲述自己的情况。他们更喜欢谈论自己生活中发生的事。同伴教育者应该倾听同伴受益者说些什么，然后不断提出问题，使得每一个人有机会加入到讨论中。

#### 发现同伴受益者生活中所发生的事表

同伴教育者对同伴受益者的生活方式越是理解，他们就越能够帮助这些同伴受益者认真地考虑他们的行为选择。如果同伴教育者说得太多，那么他们就不想听。例如，并不是单向地提供自愿咨询检测的知识，同伴教育者可以询问同伴受益者是否考虑过要去做检测，或者询问曾经做过检测的人，他们对这一经历的感觉。

### 5.2 如何保持对知识的了解？

#### 阅读参考资料

对知识了解的同伴教育者则是一个值得信任的教育者。反复阅读参考资料可以提高同伴教育者对这些内容的记忆。每六个月阅读一次这些资产可以更新你的记忆。

#### 把困难的问题放在后面来回答

为了顾及面子而假装知道问题的答案并不是一个好的主意。好的同伴教育者往往将他们不能回答的问题记下来，然后回去查找参考资料或者向其他同伴教育者或老师请教，在下次活动时将正确答案提供给同伴受益者。

#### 寻求咨询和指导

同伴教育者的指导者的部分工作是向同伴教育者提供他们需要的信息。他们同时也对组织或从事同伴教育中存在的问题提供指导。这些指导者乐意与同伴受益者见面，解决同伴教育者无法处理的问题。

### 5.3 如何适应谈及性的问题？

#### 将同伴教育的重点放在性问题上

大多数的艾滋病感染是通过性接触传播，绝大多数是异性间传播。即使是在第二个重要的传播途径，即母婴中传播的情况下，母新也是首先通过性伴感染，然后将病毒传给胎儿的。即使如此，在部分同伴教育者和参加者中往往还是不愿意坦诚和公开地谈及性关系的问题。为了有效地预防艾滋病，需要穿制服群体的危险性行有所了解。

#### 大胆讨论性的问题

讨论性问题对许多人来说是一种禁忌，特别是涉及到社会不能接受的性行为细节时，

例如婚外性行为或卖淫等。这需要同伴教育者具备特殊的技能，能够适应处理性问题，以及使他们的同伴也能适应。为了相对容易地谈及性问题，提出以下建议：

- 放松地谈论性的问题。如果你表现出紧张，参加者也会紧张。
- 提供舒适和安静的环境，在这种情况下人们不会受到干扰，因此参加者在坦诚地谈及性方面的信息时候会感到安全。
- 直接询问性问题，从而鼓励同伴受益者提供有关他们性取向的详细信息。
- 如果人们在谈论自己性习惯时感到害羞，让他们谈及“像某人那样的一个人”或者“他们非常了解的某个人”的情况，这样要比谈及自己更加自由。

#### 5.4 如何让其他人谈及性的问题？

思考你自己的性价值观

同伴教育者一开始就应该考虑他们自己的性行为，检查他们的个人观点和道德观念，以及他们对性问题的感受。必须学会适应使用性方面的用词。学会询问一些能引出性信息的问题，而不会引起参加者的难堪。如果人们还不愿意坦诚和公开谈及性问题，同伴教育者要能够使用各种技巧，包括以下方面：

- 以容易回答的非直接性问题开始，例如要求同伴受益者讲述一下家庭状况，谈谈他们兄弟姐妹或孩子的情况。
- 询问与性问题有关的特殊问题，但是如果同伴受益者不愿意讨论自己的经历，要求他们谈及“他们所了解的某个人”，或者“现在的人”都是怎么做的。
- 在讨论性问题时，如“你的感觉是什么”？或“为什么你认为会发生？”来鼓励大家讨论。或者要求其他人对发生的情况进行评论，以及他们是否具有相同或不同的经历。

承认讨论性问题是并不容易的

向参加者指出，你知道人们通常是不讨论性问题的，以及讨论这样的问题会感到尴尬。然而，我们大家都有性活动，以及我们面临的疑问和问题需要我们能够公开地讨论这样的主题。其他的建议包括：

- 使用幽默。没有什么象大笑那样能够减少尴尬的。
- 开如时先询问 一些陈述不同种类的性行为的一般性问题。以一种大家可以接受的方式进行，然后再要求他们描述自己，或者他们非常了解的某个人的性行为。例如：“有人告诉， 有些男性想使用安全套，但由于喝醉酒而忘记使用。你知道有人发生这种情况吗？”
- 从一般的提问开始，然后等待同伴受益者放松和开始交谈后再转入具体的问题，例如，让他们谈一下经常去哪里喝酒、和谁一起喝酒、在喝酒的地方遇到过谁；然后请他们描述发生的性经历。

• 使用同伴受益者能够理解和接受的语言。开发一些同伴受益者常用的术语。即便这些术语听起来很粗鲁，不要害怕使用它们。这些包括：性交、阴茎、阴道、精液、口交、肛交、性工作者，以及与各种性病相关的词语等。

### 5.5 如何克服个人障碍？

#### 不能忽视安全套

没有安全套是不可能减少艾滋病病毒感染的。某些同伴教育者可能个人会反对安全套或者不愿意谈论安全套。但是，如果同伴教育者不能让同伴受益者考虑坚持使用安全套，那么，他们就无法有效地开展工作。

#### 道德评判导致相反的结果

同伴教育者可以通过自己不去妓院和不过多酗酒来树立一个很好的榜样。但是，如果对其他没有这样正确去做的人加以批评，最后只能疏远你的工作对象。通常，对同伴受益者进行的道德加以评判会导致交流的中断，以及使人们不愿意暴露自己的危险行为。理想的是建立有效的交流，并且使同伴受益者对行为改主为有更好的理解。

### 练习 5.1

#### 了解影响有效交流的障碍

##### 目的

促进对影响有效交流的常见障碍的了解，增加克服这些障碍的知识。

##### 背景

存在许多影响有效交流的常见障碍，严重妨碍了同伴教育的开展。这些障碍可以与同伴教育者（个人）有关，也可能与社会大环境（社会文化）或同伴的组织（后勤保障）有关。重要的是同伴教育者能够了解存在着那些挑战，以及如何有效地克服这些挑战。

##### 材料

白纸或挂图纸（备选）

##### 时间

1 小时

##### 说明

##### 步骤一

以下描述的是一些影响有效交流的不同障碍。给同伴教育者读出每一条障碍，要求他们考虑同伴教育者可以应对的方法。

##### 步骤二

在每条障碍后面列出在同伴教育者的回答中还没有提到的策略。把存在的障碍和相应策略写在挂图纸上或白纸上，或者写在黑板上，确保障碍和策略分开来。

## 个人障碍

### 障碍一

同伴教育者在有效交流方面存在着困难，不了解主题，或者对他们的同伴以及同伴对主题的看法不甚了解。

### 策略

确保你的知识不断更新。如果对一些事情不了解，你就如实告诉同伴，然后把他们所需要的信息在下一次活动时再带给他们。

### 障碍二

同伴教育者的消极态度会影响到这些信息对其他人所产生的作用。

### 策略

对你自己的态度和偏见需要敏锐的观察和加以认识，在与同伴一起工作时尽量将它们搁置一边。不要把你个人的观点加入到争论的话题中。

### 障碍三

一些年轻人不愿意与比自己年轻大的人在一起，同样，年长的人也不愿意与年轻人一起讨论某些话题。

### 策略

尊敬所有的参加者。明确你自己有责任敏锐地处理不同的话题。

## 视会文化障碍

### 障碍四

宗教和文化背景有时可能不同，这可能会影响到交流。

### 策略

对你的工作人群，了解他们的宗教和文化信念是有帮助的。需要认识到宗教和文化信念可能会影响到交流，有必要去应对。不要忽略它们。对人们的价值观即使你并不同意，但应该加以尊重。

### 障碍五

某些人更愿意与同性别的人交流，特别是在敏感问题上。

### 策略

认识到敏感问题的讨论可能是尴尬的，但应该解释，讨论这些问题是必要的。认识到这种尴尬有时会对克服这种尴尬有所帮助。

### 障碍六

有些人可能不了解专业术语。可能会显得很有礼貌和假装能够理解，听众中可能有很多人会表现出很茫然。

## 策略

在讨论中，使用参加才能够听得懂的语言和可能接受的术语是非常重要的。语言尽可能简练。弄清参加者是否熟释这些术语，以及是否需要加以解释。如果你是与一个说另一种语言的人一起工作，城要找一个可信的人来做翻译。

## 障碍七

年轻的参加者可能会发现，他们很难与经济状况不同或社会阶层很高的人联系在一起。

## 策略

不论等级或年龄如何，都应该表现出尊重。坐在小组成员中间，而不是站在他们前面或坐在他们外边。穿非正式的服装也可以帮助打破这些障碍。

## 后勤障碍

## 障碍八

如果会议时间不方便，同伴受益者可能不会好好地听（甚至可能不会来参加）。

## 策略

允许同伴受益者选择时间。

## 障碍九

吵闹、高温和坐的地方不够都有可能会影响有效的交流。

## 策略

确保活动的地点舒适、安静和容易到达。

## 练习 5.2

### 克服对安全套的障碍

#### 目的

鼓励参加者放松地讨论性的问题。

#### 背景

讨论者如性和安全套这样的隐私问题可能会让人感不舒服。从事艾滋病预防工作的人员，以及目标人群和社区领导中也是如此。具有多种不同的“脱敏”方法，从而使安全套的推广工作能够更加轻松的开展。

#### 材料

安全套、香蕉或木质模型、白纸、简短问 卷（备选）

#### 时间

30 分钟

#### 说明

#### 步骤一

在穿制服群体中，部分人从来没有见过、接触过和使用过安全套。将安全套发给大家，并让大家打开包装和检查一下安全套。要求他们将安全套拉长，甚至让他们将安全套吹成气球。通过香蕉或木质膜型演示如何使用安全套。

### 步骤二

以下的简短问卷可以衡量大家在处理性问题和安全套方面的适应程度。问卷包括下面一些要点，要求在家针对每个问题的适应程度，按照 1—4 分级进行打分。例如，在第一个陈述的旁边打上“1”则表明被调查者针对于“与 10 几岁小孩讨论安全套问题”这样话题很适应，“4”分表示很不适应。

- 与 10 几岁的孩子或侄儿侄女这样的孩子讨论安全套使用的问题。
- 在睡觉地方贴上促进安全套使用的宣传画。
- 给具有危险行为的朋友推荐安全套。
- 使用香蕉演示如何使用安全套。
- 向其他人分发安全套。
- 根据自己使用安全套的经验回答问题。
- 去商店购买安全套。
- 让妻子在你的箱包中查找安全套。
- 在工作的场所讨论安全套。
- 与间接新属讨论安全套。
- 与上司讨论安全套。
- 第一次与一群男男性行为者见面。
- 讨论有关海洛因注射器械的清洁方法。

### 步骤三

让参加者考虑好 1—4 级分级打分后，要求在任何一项中打 3 或 4 分的人谈主为什么他们会感以不舒服。询问了们是否认为这种不适应会成为影响他们有效地开展同伴教育的障碍。如何彻底地克服这种不适应？

## 第 6 单元 监控与评估

### 读者须知

本单元包括两方面的主要内容。第一部分重点是关于向同伴教育督导者做出汇报，与关键人物，如决策者、项目计划者和高层督导人员开会，以及用日志和纪事本等方式。第二部分讨论信息的收集：数据类型（定性和定量）、季度报告的监督。练习部分提供了监督表格的样表，让参加者了解这些内容，以及要求参加者针对填写的内容及其重要性，提出自己的看法。

## 监控与评估的基本信息

### 6.1 什么是临控与评价？

在同伴教育项目中最大的挑战之一是确定这些项目是否有效。有多种信息收集的方法和途径可以用来确定同伴教育项目是否发挥了作用，危险的行为是否有所减少。例如，可以按照下列步骤进行：

1. 确定需要收集的信息类型。
2. 设计报告系统。
3. 确定用来监控项目进展情况和评估项目的实际影响的相应指标。诸如：
  - 由同伴教育者推荐到附近医疗部门接受性病和机会性感染治疗，或接受自愿咨询检测（VCT）的人数
  - 由同伴教育者销售或提供，且由同伴使用了的安全套数量
  - 由同伴教育者分发经人其同伴的宣传教育资料的数量
  - 由同伴教育者讲述的轶事
  - 随机抽取的同伴受益者对同伴教育者工作的认同/认识情况
4. 用于督导和监控的非正式方法，包括：
  - 观察法（简单地观察同伴教育者的行为）
  - 与参加者的互动和同伴教育者的反馈意见
  - 小组讨论
  - 向同伴教育者提供的反馈的机制。
5. 正式的方法，包括：
  - 现场访问的反馈意见和关键知情者的访谈
  - 同伴教育者的每周例会
  - 同伴教育者的定期知识更新培训
  - 在高危人群工作或居的场所进行结构式访谈。
6. 用于评估同伴教育项目影响的指标，包括：
  - 经合格医务人员治疗的性病患者人数
  - 由同伴教育者社会营销的安全套数量
  - 目标人群到性病服务机构就诊的人数
  - 目标人群在上次随意性行为时使用安全套的比例。
7. 监控的工具：
  - 转诊卡片
  - 从个体或政府医疗工作人员处收集的性病治疗者的信息



- 安全套社会市场营销点和同伴教育者的报告。

## 6.2 如何提高监控的质量？

### 对同伴教育者进行监控方面的培训

同伴教育者有责任记录自己的活动并向督导者进行汇报，以及最终向项目计划者汇报。由于同伴教育者工作在第一线，所以他们有责任对同伴爱益者的行为变动进行监控以及向他们报告。为了得到较好的结果，他们必须认识到自己的角色，有积极性去开展这样的工作。

### 从收集基本的资料开始

在开展何同伴教育项目之前，收集基线资料是非常重要的。需要在人群中进行调查，了解他们的真正需求。调查的内容应该主要围绕知识水平，以及对艾滋病及相关领域的了解情况。

### 保持报告表格简洁

同伴教育者的报告表格应该简单，易于资料的收集和结果的解释。练习部分列出了 3 种样表，分别为：a) 每月活动登记表；b) 每月资料收集表；c) 安全套储备情况卡。另外，每位同伴教育者应该备上一个袖珍的笔记本和日本本，详细记录每次活动的情况和列出各种预约的时间安排。鼓励同伴教育者在开始阶段在工作场所每月组织 5 次见面活动，以后逐渐增加。

### 举行每月一次督导会议

根据当地情况，同伴教育者应该与同伴教育协调员或他们本身每月举行一次会议。同伴教育者负责对过的效果情况进行总结，确定这些信息应应哪些相关人员共享并邀请他们在加会议。这种人员确定的过程应该是由同伴教育者决定，但必须包括决策者、项目计划者和高层督导人员。这样的会议往往用来分享经验、沟通发生的事件、存在的问题、交流工作进展、找出问题的原因和可能解决的方法。会议安排可以包括对艾滋病相关活动的复习、提交月度报告和制定行动计划。同伴教育者收集相应的资料，在可能的情况下这些资料不世编成有意义的统计数据。

### 定期开会是必要的

为了对同伴教育者进行督导和监控，最好的方法是通过定期会议，记录瓣的变化和总结进展情况，从而确定存在优缺点和检查工作的实施情况。此外，还要针对需要加强的领域安排相应的继续教育培训。

### 督导人员汇编报告

督导人员应该负责汇编监控工作的季度报告。应该对艾滋病项目实施状况进行监控，重瞳了解性病/自愿咨询检测、安全套推广/分发，以及在同伴中开展健康讨论与咨询活动

的进展情况。

#### 鼓励保留记录

保留记录是一个重要方法，因为这种方法有助于衡量同伴教育者的工作情况，以及评估项目进展的情况。

#### 收集每月例会上的信息

同伴教育者应该与督导者举行每个月的例会，会议的重点包括：

- 分享经验和相互学习
- 向同伴传达最新的艾滋病的信息和事件
- 提出重点存在的问题和解决的办法
- 进行角色扮演/讲座演习。

#### 组织会议的要点

- 会议之前收集需要的资料
- 安排人员进行会议记录或备忘录。
- 发放通知。
- 审议上次会议的记录并对必要的部分进行修改。
- 陈述本次会议的目的和通报会议议程。
- 询问大家对会议议程是否是增加的内容。
- 如有必要，对会议议程进行逐项讨论和/或做出决定。
- 分享上次会议以来的成功经验和成果。
- 提出有关问题和其他议题。
- 讨论培训或其他的需求。
- 如有必要，过一遍工作计划。
- 会议结束前讨论下次会议的安排。
- 以积极性的闭幕词结束会议（分享参会者的经验，并且认为他们做得很好）。

#### 监控同伴教育者的目的

- 有助于调动同伴教育者的积极性。
- 发现工作中存在的不足之处。
- 总结同伴教育者是如何应对困难的。
- 确保同伴教育者的目标和实践是与项目的目的是一致的。

#### 6.3 如何开展对同伴教育者的监控？

• 现场走访。项目协调人员列出将要去走访的有关部门，注明日程安排，并且与有关部门预约。

- 定期走访，记录新的变化情况。
- 查阅记录，发现不足/长处，检查实施的情况。
- 点上的检查可以是随机进行而不需要制定计划，以便对活动进行及时的随访和检查，有助于同伴教育者时刻保持警醒和积极工作。此外，对于需要改进的领域有必要安排继续教育培训。

• 季度报告：该报告是由项目协调人员针对 4 个主要任务进行撰写：

- a) 艾滋病项目的实施：重点是性病/自愿咨询检测，以及安全套推广 /分发的进展情况。
- b) 培训计划：是否与实施指南相一致。
- c) 督导：对重点人员/同伴教育者的监控性走访情况。
- d) 监控和评估：基线调查资料的收集。

#### 6.4 为什么基线调查是重要的？

最好的评估是对同伴教育开展之前与开展之后的情况进行比较。为了进行比较，项目一开始，就收集可靠的资料是重要的。例如，收集的信息可以是：

##### 定量评估

- 本国的艾滋病流行状况和艾滋病可能传播的状况。
- 明确国家的指导原则和战略计划
- 国家指导原则是否包括和结合了制服工作部门，特别是这些部门的年轻人和新加入人员？
- 明确具体的服务部门：军队，警察，边防/海关人员等。
- 人员招募的有关政策。
- 参加招募的人数和实际招到的人数。
- 现役穿制服群体的数量（包括性别和年龄）。
- 部门的结构状况，即培训基地、医疗部门等。
- 穿制服群体中性病/艾滋病的患病病或发病率。
- 转诊体系的现有情况（在哪城能得到性病治疗？）
- 制服部门内流行病学监测情况。
- 与其他部门或活动的联系（如健康和教育）
- 在制服部门中与艾滋病预防有关的政策和活动。
- 制服部门对开展艾滋病干预的准备情况。
- 对感兴趣和做好实施准备的机构进行分布图的绘制和确定。
- 确定监控和评价的基本指标。
- 安全套：信息、教育与交流（IEC）；性病自愿咨询检测的可及性情况。

- 在开展预防、咨询和关怀的地区健康教育资料、项目及活动的提供情况。
- 信息的可及性：信息、教育与交流（IEC）、媒体、教育和内部交流。

#### 定性评估

在穿制服群体中，特别是新加入的人员中，决定艾滋病传播的主要因素是什么？是上个单元中验出的有关穿制服群体的一般因素同在不 的国家和环境中有所不同。例如，在东欧和中亚地区，决定的因素是静肪吸毒和强迫的商业化性工作（贩卖妇女），这与许多非洲国家的决定因素有所不同，后者主要与贫穷和缺乏教育有关。

更加具体地说，定性评估应该强调以下方面：

- 制服部门的长官和士兵，特别是新兵是如何认识到他们的危险性的危险行为？
- 他们是否使用安全套（可及与使用）？
- 他们的娱乐消遣活动是什么？
- 在获得艾滋病信息是他们听谁的？
- 他们的文化背景和价值观是什么？
- 他们的受教育程度如何？
- 他们有哪些与关键性行为有关的问题（例如，性暴力和吸毒）？
- 相关培训的质量如何（例如，有性别意识吗）？

评估的结果应当回答下列问题：

- 干预活动是否覆盖了每一个？
- 多少同伴接受了培训？
- 艾滋病感染者/艾滋病患者参与培训的情况如何？
- 培训活动的实施是否按照人们希望的方式进行？
- 哪些具体的干预措施效果最好？是在什么条件下？
- 哪些部分不起作用？问题在哪里？
- 哪些方面需要进一步加强？
- 哪些能够得到改进？

#### 练习 6.1

##### 监控表格的 评价

##### 目的

进一步了解在监控和评估方面同伴教育者需要做什么，以及更加熟悉报告表的样表。同伴教育者应该更好地了解需要收集什么样的信息，如何计划他们的活动和加强协调的重要性。

##### 背景

同伴教育者在提供同伴教育进展的监测方面具有重要的作用，因为他们工作在第一线。

材料

报告表的样表，挂图板和白板，或者黑板（备选）

时间

45 分钟

说明

步骤一

将评估表的样表发给参加者，简要解释如何记录下列信息：

- 每月的活动记录：同伴教育活动的详细信息。
- 每月的数据收集表：安全套发放反馈信息、性病转诊治疗人数和参加自原咨询检测的人数。
- 全套储备情况卡：对系统中安全套流通情况进行监控的信息来源。
- 同伴教育者日志：有助于同伴教育者保留个人记录和进行快速记录。

步骤二

向参加者询问下列问题，如果可能的话，将他们的回答写在挂图板上或黑板上：

- 你认为评估表怎么样？
- 表中是否有不明白的内容？
- 为什么填写这样的表格很重要？
- 表格中收集的信息有什么用处？
- 为什么提供表格中的正确信息很重要？

第三步

对参加者发表的观点进行总结。

评估表的样表

每月活动记录

单位名称.....

同伴教育者姓名.....

年/月.....

题目	活动方式	男性参加人数	女性参加人数	注释


活动方式：角色扮演-RP 录像-VO 小组讨论-GD 幻灯放映-SS 舞蹈表演-DT 演示-DN

每月数据收集表

单位名称.....

同伴教育者姓名.....

年/月.....

男用安全套发放数		女用安全套方法数		转诊人数		转诊原因	
男性	女性	男性	女性	男性	女性	男性	女性

安全套储备情况卡

单位名称.....

年份.....

库存情况.....

月份	签发数量	剩余情况
第一周		
第二周		
第三周		
第四周		
	合计	合计

同伴教育者日志

单位名称.....

同伴教育者姓名.....

日期	
类型（小组或一对一）	
会议地点	
会议时间	
同伴受益者参加人数	
女性参加者人数	
演示方法	
议题	
得到了安全套的人数	
转诊接受性病治疗人数	
转诊接受自愿咨询检测人数	

## 第7单元 艾滋病的基本知识

### 读者须知

对于同伴教育者而言，掌握艾滋病的基本知识是十分必要的，因为他们要为回答同伴提出的问题做好准备。掌握艾滋病和性病，以及安全套的基本知识可以增强人们的信心。以下将详细介绍艾滋病毒是如何在人群之间传播以及这种感染的不同阶段。本单元有三个练习。第一个是帮助人们区别不同的感染风险，另外两个是通过游戏的形式表明艾滋病病毒是很容易在人群中传播。

### 艾滋病的基本知识

#### 7.1 艾滋病是怎样引起的？

艾滋病是由下列病毒引的：

H=人类

I=免疫缺陷

V=病毒

这种病毒又称为艾滋病毒。艾滋病病毒是一种很小的病毒：用肉眼无法看到。这种病毒往往存在于体液，如血液，精液、阴道液、乳汁这样的阴暗、潮湿的地方。它又是一种十分脆弱的病毒，在暴露于空气下只要几秒钟就会死亡。肥皂可以迅速杀灭这种病毒。

#### 7.2 艾滋病（AIDS）的定义是什么？

A 代表获得性。表明艾滋病是由一个感染者传播给另一个的。

I 代表免疫，指免疫系统。免疫系统的由许多保护人体不受疾病侵害的细胞构成。艾滋病病毒是个严重的问题，因为它一旦进入人体，就会攻击并杀死人体的免疫细胞。

D 代表缺陷，即没有某种足够的东西。这里指人体缺乏足够的用以保护其免受感染的免疫细胞。艾滋病病毒进入人体后，就像一个耐心的狙击手，长时间隐蔽以完成削弱机体免疫系统的任务。随着时间的推移，艾滋病病毒杀死越来越多的免疫细胞，而人体的免

疫系统变得越来越虚弱，以至于无法工作。这样感染艾滋病病毒的人就发病了。

S 表明艾滋病是一种综合症。综合症是指一组伴随某种特定的疾病或症状同时发生的许多症状。艾滋病是一种综合症，因为患上艾滋病的人会同时具有多种疾病或症状。而这些疾病和症状只有当人感染艾滋病时才会同时发生。

### 7.3 艾滋病病毒是怎样传播的？

可以传播艾滋病病毒的体液有：

- 精液
- 阴道液
- 血液
- 乳汁

艾滋病产现毒的大多数情况下是通过与感染了艾滋病病毒的人进行不使用安全套的阴道性交、肛交和口交而感染。

#### 阴道性交

是指一个男性将他的阴茎插入一个女性的阴道内。阴道性交让艾滋病病毒通地阴道内或阴阴茎上的任何伤口、擦伤进入体内。艾滋病病毒既能存活于精液中，也能存活于阴道液中。所以男性可以将艾滋病病毒传播给女性；同样，女性也可以将艾滋病病毒传播给男性。当男性被激起性欲时，他的阴茎会勃起；同样，当女性被激起性欲时，她的阴道会伸展。这种勃起和伸展使阴茎和阴道具有更强的渗透性，同时可以造成微小的肉眼无法看见的伤口或裂隙。

#### 肛交

是指一个男性 将他的阴茎插入另一个男性或女性的直肠或肛门内。肛交可以使艾滋病病毒通过直肠或肛门的伤口或擦伤进入体内。直肠不如阴道那样容易伸展，因此它更加容易撕裂、流血。女性可能在男性现她的肛门射精时通过精液感染艾滋病病毒；男性也可能在另一个男性向其肛门射精时通过精液感染艾滋病病毒。而男性之间进行肛交更容易感染艾滋病病毒。阴茎可能会刺激和擦破肛门内膜，使病毒进入体内的可能性大大增加。

#### 口交

是指对生殖器的吮吸或舔舐。男性可能吮吸或舔舐一个女生的生殖器或鼐一个男性的阴茎；女性可能吮吸或舔舐男性有阴茎或另一个女性的生殖器。口交可以使艾滋病病毒通过口腔内由于肥作或牙龈疾病产生的伤口进入体内。口中接受精液的人要比射出精液的人更加容易受感染。通过口交感染艾滋病病毒的风险比阴道性行为或肛交要低很多，尤其是如果精液没有进入口中射。



## 与艾滋病感染者共同针具

共同针具会使受感染的血液从一个人身上转移到另一个人身上。尤其是静脉吸毒者，如静脉使用海洛因的人。

## 感染艾滋病毒的母亲在怀孕、分娩、哺乳期间会将病毒传播婴儿

感染在怀孕期间，艾滋病病毒可以由母亲通过胎盘传播给胎儿。出生的时候，艾滋病病毒可以通过分娩过程中的血流传播。艾滋病病毒存在于母乳中，可以在哺乳过程中传给婴儿。目前的统计资料表明，在每三个受感染的母亲中就有一个可能在哺乳过程中将艾滋病病毒传播给婴儿。

## 输入被艾滋病病毒污染的血液

并非所有的血液都按常规进行过艾滋病病毒检测，有些血液直接从供血者体内输到需要输身的患者体内，供血者和受血者之间往往是亲属关系。

## 7.4 什么是艾滋病病毒感染的不同阶段？

### 窗口期

当感染上艾滋病病毒时，不会立刻成为“艾滋病病毒阳性”者。在人体对病毒发生反应并在血液中产生可能被实验室检测到的抗体之前，通常会有3—6周的窗口期（有时可达3—6个月之久）。如果检测到了这些抗体，那么检测结果就是“阳性”。检测结果仍是阴性的这段时期就叫“窗口期”。了解窗口期很重要，因为尽管在这几周内艾滋病病毒的检测结果还是阴性，感染者依然有可能将病毒传染其他人。

### 无症状期

人感染了艾滋病病毒之后，健康状况常常在几年内都没有变化，自我感觉良好，能够像从前那样工作并且不会表现出任何生病的体征和症状（这就是“无症状”的含义）。除了体内有艾滋病病毒以外，这个还是能够“适应于工作”。这个无症状时期可持续几年到将近12年不等，平均为8—12年。然而，人们也可能在感染之后1—5年就发症。

### 患者出现艾滋病相关疾病的有症状时期

需要记住，艾滋病是一种“综合症”。多种病症综合在一起，从而，使我们诊断出这是艾滋病。大多数开始出现的病症都为“机会性感染”。机会感染是由细菌或病毒引起的。这些细菌，病毒在免疫系统健全的人中是不会致病的，会使病人反复发病。当一个被诊断艾滋病时，他的存活时限则会因其机会性感染的数量、类型的不同，以及是否治疗和用什么药物治疗而有所不同。他们可以存活1至2年或者更长时间（如果接受药物治疗的话）。

### 窗口期和艾滋病病毒检测

如果一对夫妇想停止使用安全套或想要孩子，他们俩可以先同时进行艾滋病病毒检测，

然后在 3—6 个月的“窗口期”期间，每次性行为（阴道性性交、肛交及口交）时都使用安全套。这是在假定两个检测结果均为阴性的情况下采取的措施。他们必须同意仅与对方而不会与其他任何人发生性行为。六个月之后，这对夫妇可以再一次同时进艾滋病病毒检测，如果两人检测结果依然是阴性，那么他们就可以开始在不使用安全套的情况下进行性行为或试图怀孕。再一次强调，两人必须同意只与对方发生性行为，或者在与其他人发生性行为时使用安全套。

#### 7.5 艾滋病病毒在什么情况下不会传播？

- 日常（非性行为）的交往，如握手、抚摸、拥抱等。使用马桶座垫或食用艾滋产现感染者/病人烹饪的食物。
- 共同使用杯子、盘子、壶、刀叉等餐具或饮具。
- 接吻，甚至可以是适部接吻（法式或深接吻）。艾滋病病毒已经被发现可以存活于唾液中，但是数量极少。至今还没有人因为接吻而感染艾滋病病毒。
- 蚊子咬。蚊子可引起其他疾病，但是不会传播艾滋病病毒。你不会像染上疟疾一样通过蚊子咬而感染上艾滋病病毒，蚊子以吸血为生。一只携带疟原虫的蚊子在咬一个从之后，会进入一个为时两周的生理周期来培养体内的寄生虫。这个两周的时期过去之后，这只蚊子又去咬其他人，将疟疾传播给这些人。艾滋病病毒不会被这样传播，因为艾滋病病毒在蚊子体内不能存活两周，病毒残废了，所以蚊子不能在咬另一个人的时候将艾滋病病毒传给这个人。

#### 7.6 是否会由于仅仅一次暴露而感染艾滋病病毒？

任何一个人都可能通过一次不安全的性行为或仅仅一次毒品注射则感染艾滋病病毒。大多数艾滋病病毒的感染是通过与一个已经感染了艾滋病病毒的男性或女性进行没有任何防护措施性行为后而感染的（占感染的 80%）。但是，与一个已经感染艾滋病病毒的人发生性行为并不表示感染者在每次进行无保护措施性行为时都会将病毒传染给其性伴。一个已感染的男性可能与他的一子维持了两年的性关系才将艾滋病病毒传染给她，也可能在他们进行第一次性行为时就传染给她。人们在刚刚被感染的时候有较大的传染性。

#### 7.7 感染艾滋病病毒的最常见途径是什么？

基本上所有艾滋产现病毒的传播都是通过两个进行不使用安全套的性行为（可能是异性性行为，也可能是男性与男性之间的性行为）所致。有越来越多的感染了艾滋病病毒的母亲将病毒在分娩时或分娩后传给她们的孩子。这些妇女通常通过她们的丈夫感染了艾滋病病毒，而她们的丈夫常常是通过卖淫妇女感染的。在有些情况下，是将艾滋病病毒感染者体内的血液输入另一个人体内，使后者感染艾滋病病毒。那些注射像海洛因这

样的毒品并且共同针具的人也有感染的危险。除上述以外，所有其他的传播方式几乎都是无足轻重的。通过与艾滋病感染者/病人进行日常交往而感染艾滋病病毒是不可能的。触摸艾滋病人或与他们共同餐具、梳子等也没有任何问题。

#### 7.8 艾滋病可以治愈吗？

目前艾滋病还无法治愈。抗逆转录病毒（APV）的联合用药能够控制病毒，从而使病毒不能削弱免疫系统的功能并使患者不易感染艾滋病相关疾病。目前，抗逆转录病毒的价格是世界上大多数艾滋病感染者无法负担的。科学家们正在努力降低药物成本，从而增加药物的可提供性。

#### 7.9 传统疗法治疗艾滋病有效吗？

全世界的传统疗法都在推销治疗艾滋病的药物。科学家们检测过很多药区，但至今还未发现一种能消灭艾滋病病毒。如果传统治法确实发明出某些能治愈艾滋病的良药，那将会给世界带来极大的福音。传统疗法只能减轻某些艾滋病相关疾病以及机会性感染的症状。不幸的是，许多艾滋产现感染者/病人都抱着错误的希望求助于传统的治疗，从而浪费钱财。

#### 7.10 女性比男性更容易受感染吗？

女性感染性传播疾病，包括艾滋病病毒的风险是男性的4倍。这很大程度上是由于解剖结构的原因。在性交过程中，女性暴露于精液和其他性接触液全的生殖器面积是男性的4倍之多。女性受感染的风险更大还由于精液中的病毒数量相对于阴道液中的数量要多得多。女性可能因为强奸的而受感染；也可能出于经济原因而被迫卖淫。不使用安全套的女性性工作者更容易感染艾滋病病毒和其他性传播疾病，从而也增加了她们将病毒传给许多性伴的可能。

#### 7.11 性传播疾病对艾滋病病毒感染有什么影响吗？

未经治疗的性传播疾并不是，如梅毒、淋病会促进艾滋病病毒在人与人之间的传播。开放性的溃疡和疱疹为性传播疾病，包括艾滋病病毒进入机体 提供了一个方便的入口。性传播疾病是危险行为的一个标志。对于性传播疾病和防治是预防艾滋病病毒感染的另一种途径。

#### 7.12 酒精和吸毒怎样增加感染的机会？

酗酒或吸食非法毒品会降低人的判断能力，以及 将行为控制在安全范围内的能力。当处在酒精或毒品刺激的情况下，更有可能放纵自己进行危险的性接触。酗酒会使人情不自禁地增加性欲并使人产生性冲动。所以，在供应酒的地方，常常在被发现卖淫女。在制服部门工作并一直被限制在军营里的男性，可能会盼望拿到月薪、休假、酗酒并找女人进行性行为。他们可能打算使用安全套却由于喝酒而较少地在意感染艾滋病病毒的问题。

题。静脉吸毒者如果共同注射器，则直接面临着感染的危险。

### 7.13 什么是相对安全的性行为？

相对安全性行是预防艾滋病经性传播的一种方式。那些处于性活跃时期的人能够采取的最简单的安全性行为方式是在每次阴道性交、肛交和口交中使用乳胶安全套。相对安全性行为也包括不发生性行为、对没有受感染的性伴保持忠诚并进行像拥抱、接吻、手淫，以及在性伴的大腿胸部之间模拟性交这样的非插入式性行为。它们这这所以被称为“相对安全”而非“安全”性行为是因为安全套可能会损坏或那些本打算进行非插入式性行为的人在性交最激烈的时刻最终还是进行了未使用安全套的插入式性行为。

### 7.14 艾滋病和性传播疾病的蝴蝶图案是什么？

艾滋病/性传播疾病蝴蝶图由一系列图例组成，显示出一个人不仅是与一个人发生性行为，而是在与这个人发生性行为之前，也与其他人发生过性行为。

为了说明性传播疾病，包括艾滋病病毒是如何从一个人传给另一个人的，设想以下的情景。

想像你在一个酒吧里。你和单位的一些朋友们一起在外面工作。经过一周劳累的工作，你和朋友们只想放松一下并玩个痛快。当你坐在吧台上时，一群美丽的姑娘进来了。你和你的朋友开始同她们搭讪，不知不觉地已经配成对子。假彩色开始和其中的一个小组说话和跳舞，并最终决定跟她离开酒吧。你到了她的家里，随着事情的发展，你们决定发生性行为。由于你事先对此毫无准备，你并没有在离工单位时顺手带上安全套。但是你对自己说，“仅仅这一次”不会出任何问题的。此外，那个小姐这么可爱，也不可能有任何问题的。于是，你们在未使用安全套的情况下发生了性行为。当你躺在床上的时候，满脑子都是这个如此浪漫的夜晚…只有你们俩。然而，让我们想像一下你这个新结识的朋友是个例外，她曾经有过于少两次像今天这样的“仅仅这一次”的无防护的性行为。

你的新朋友有所不知的是，那个她几个月前在酒吧随意结识的小伙子曾在一个派对上喝醉了酒并与一个完全陌生的人发生了“仅仅一次”的性行为。她不知道，在另外一次场合下他把“仅仅这一次”也作为例外而—他那位只约会了一周的女朋友又发生了无保护的性行为。她不知道，那个和她发生无保护性行为的小伙子也曾同至少两个不同的性们有过“仅仅这一次”的例外。

这当中的每一个都曾将自身置于“仅仅这一次”的危险之中至少有两次。

再想像一下他们的性伴是否也有过例外并曾经与至少两个人发生过“仅仅这一次”无保护的性行为。现在让我们想想，究竟谁在床上…你认为只是你们俩…其实你们的“床上”有至少30人同你和你美丽的新朋友在一起，他们中的任何一个人都可能传播疾病。可惜的是，你不知道是哪一个。他可能是任何一个…

现在，让我们看一看你和你的性伴们。这种情况将会使蝴蝶两个“翅膀”不断向外反复延伸。

想想这个问题：如果这个小姐是个商业性工作者，这张床需要多大才能容纳曾经和你发生过无保护的性行为的人？它可能要象足球场那么大！如果你认为这是一种夸张，考虑一下这个问题：蝴蝶图案上的两个人发生任何一次性行为，你都有染上性传播疾病，包括艾滋病的风险。如果在你这一边的人有疱疹的话会发生什么？或者如果他们中有个感染了艾滋病病毒的又会怎么样？对你来说是非常容易感染艾滋病病毒或其他性传播疾病。

#### 练习 7.1

高风险、低风险、几乎无风险和无风险

目的

消除对艾滋病如何传播和不会传播的误解，

背景

不同的行为带来不同程度感染艾滋病病毒的风险。人们对于像共用茶标或剃须刀这样的日常接触常常有一种会感染艾滋病病毒的恐性感。本练习的重点在于使参加者更好地理解什么使他们处于感染艾滋病病毒的危险之中，以及没有什么有什么危险或无危险。

材料

白纸或挂图纸，索引卡片 或裁成两半的纸片，上面写上要点

时间

1 小时

说明

步骤一

在一张白纸或挂图纸上写上“高风险”三个字。在其他纸上写上“低风险”，“几乎无风险”和“无风险”。在练习开始前把以下每一条要点写在索引卡片或裁成两半的纸片上，然后将它们混在一起：

高危险:

- 不使用安全套的阴道性行为
- 与卖淫女进行不使用安全套的性行为
- 不使用安全套的肛交
- 不使用安全套并拥有许多性伴
- 已感染一种性病并在性交过程中不使用安全套
- 与一个已感染一种性病的人进行不使用安全套的性行为
- 喝醉酒后进行的不使用安全套的性行为
- 艾滋病病毒感染者希望生个孩子
- 用矿物油或发油来润滑安全套
- 与静脉吸毒者共用针具
- 输入未经检测的血液

低危险

- 不使用安全套的口交
- 使用安全套的性行为
- 使用安全套的卖淫行为
- 接触一个受伤者的血液

几乎无危险

- 药物注射
- 划伤
- 女性生殖器割伤
- 共用剃须刀

无危险

- 禁欲
- 接吻、拥抱、按摩和相互手淫
- 未受感染并彼此忠诚的伴侣之间的性行为
- 与一个已感染者共用餐具和饮具
- 献血
- 用舌头深吻
- 共用牙刷和梳子
- 被蚊子叮咬
- 接触艾滋病感染患者和病人

- 共同浴室或厕所
- 拥抱艾滋病感染者/ 病人
- 照顾艾滋病感染者/病人（照顾女性艾滋病感染者/病人，要注意对经血的处理，其他接触无危险）

## 步骤二

将以下内容展示给参加者，并解释他们所面临的区滋病病感染的相对危险

### 高危险

- 高危险性是指做某此事具有很大感染艾滋病毒的可能性。
- 导致艾滋病的艾滋病病毒在包括血液、精液和阴道液这类体液中可见。
- 超过 90% 的艾滋病病毒是通过插入 式（阴茎插入阴道或肛门）性接触传播的。

### 低危险

- 低危险性是指从事某项活动感染艾滋病病毒的较小可能性。
- 安全套可以消除感染的可能。
- 手上有割伤的人在为一个正在流血的人包扎时被感染的可能性很小，如果有怀疑，则戴上手套。

### 几乎无危险

- 几乎无危险性指至今还没有出现通过这种途径而获得感染的案例，但是有间接的可能性
- 少量的艾滋病病毒可以在唾液、汗液、泪液中发现，但不足以感染其他人
- 共同递须刀存在的风险几乎没有或完全没有

### 无危险

- 无危险是表明通过这种途径感染艾滋病病毒是不可能的
- 所有的日常接触，如触摸、接吻、拥抱、按摩和手淫
- 由于艾滋病病毒主要是存在于血液中，共用日常餐具和饮具根本没有风险

## 步骤三

请参加者拿起一张卡片，然后判断它应当归于“高危险”，“低危险”，“几乎无危险”和“无危险”中的哪一类交卡片放置于相应的类别中。他们还应当说出为什么认为卡片应归在这一类。

## 步骤四

当所有卡片都归类放好之后，询问所有的参加者他们是否希望将卡片从一类转移到另一类。

## 步骤五

确保所有的卡片都被正确分类并为分类中的错误提供以下解释：

### 高危险

- 不使用安全套的阴道性行为  
(精液和阴道液体中可能含有艾滋病病毒。)
- 与女性工作者进行不使用安全套的性行为  
(女性性工作者有多个性伴，增加了她们感染艾滋病病毒的可能性。)
- 不使用安全套的肛交  
(直肠不适合用来进行性行为，且阴茎可能造成其内部撕裂使得血液或精液进入对方的体内。)
- 拥有许多性伴且不使用安全套  
(拥有的性伴数越多，与已感染者发生性行为的概率越大。)
- 已感染一种性病并在性交过程中使用安全套  
(性传播感染使血液流入皮肤表现，增加了感染的可能性。)
- 与一个已感染一种性病的人进行不使用安全套的性行为  
(性传播感染使血液流入皮肤表面，增加了感染的可能性。)
- 喝醉酒后进行不使用安全套的性行为  
(过多酒的刺激会降低使用安全套的意识。)
- 艾滋病病毒感染者希望生个孩子  
(感染艾滋病病毒的母亲有三分之一的可能性在分娩或哺乳过程中将病毒传给孩子。)
- 用矿物油或发油来润滑安全套  
(石油制品降低安全套的功效并可能使其破裂。)
- 与静脉吸毒者共用针具  
(共用针具有注射吸毒者就相当于将别人的血液注入自己的血管中。)
- 输入未经检测的血液  
(除非进行血液检测，否则人们无法知道献血者是否感染了艾滋病病毒。)

### 低危险

- 不使用安全套的口交  
(只有很小的感染风险，除非口中有伤口。)
- 使用安全的性行为  
(安全套是很好地艾滋病病毒防护措施，除非它非现了破裂。)
- 使用安全套的卖淫行为  
(安全套是很好的艾滋病病毒防护措施，除非它出现了破裂。)



- 接触一个受伤者的血液

(皮肤表面的很强密封性可以将艾滋病病毒拒之体外，除非出现伤口或炎症。)

几乎无危险

- 一般的药物注射

(由于被注射的是药物而非血液，感染风险极低。)

- 划伤和文身

(如果有风险，就会有更多的孩子在性成熟之前就被发现感染了艾滋病病毒。几乎找不到一个感染艾滋病病毒的孩子其感染不是来自于已感染的母产在分娩或哺乳期间的传染。)

- 女性生殖器割伤

(如果这有风险，会有更多女孩在性成熟之前就被发现感染艾滋病病毒。几乎找不到一个感染了艾滋病病毒有孩子其感染不是来自于已感染的母亲在分娩或哺乳期间的传染。)

- 共同剃须刀

(血液中的艾滋病病毒在体外非常脆弱，很容易被肥皂或水杀灭。如果这是一种常见的传播途径，那么会有更多的老年男性被发现感染了艾滋病病毒。)

无危险性

- 禁欲

(不发生性行为可以阻断艾滋病病毒的性传播途径。)

- 接吻、拥抱、按摩和相互手淫

(唾液、汗液中少量的艾滋病病毒不足以传播给其他人。)

- 未受感染并彼此忠诚的伴侣之间的性行为

(两人必须通过检测并保持对彼此的忠贞。)

- 与一个已感染者共用餐具和饮具

(艾滋病病毒在体外是一种非常脆弱的病毒。它在空气中会很快死亡，并能被肥皂和水杀灭。)

- 献血

(血液采集人员必须注意使用新的或消过毒的针头。)

- 用舌头深度接吻

(唾液中可以找到艾滋病病毒，但不足以从一个人传播到另一个人。)

- 共同牙刷或梳子

(共同牙刷或梳子也许不卫生，但没有传播艾滋病病毒的问题。)

- 被蚊子叮咬  
(如果蚊子传播艾滋病病毒，好么会有更多的不同年龄的人被感染。)
- 接触艾滋病感染者/病人  
(皮肤是一层很好的防护衣。只要没有炎症或伤口，艾滋病病毒就不能穿透它，)
- 共同浴室或厕所
- 拥抱艾滋病感染者/病人
- 照顾艾滋病感染者/病人  
(照顾女性艾滋病感染者/病人，要注意对经血的处理。其他接触无危险。)

## 练习 7.2

### 手套游戏

#### 目的

使人们更好地了解艾滋病的传播方式，以及做好防护和保持禁欲的影响，并使参加者对自愿咨询检测服务做出反应。

#### 背景

该游戏比其他几个更加复杂，并且需要手套作为游戏道具。慢速和清楚地解释游戏规则是非常重要的。

#### 材料

纸片（将每张白纸裁成四份）和两副手套

#### 时间

45 分钟

#### 说明

##### 步骤一

准备一些纸片，数量比参赛者人数少 3 个。（比如，有 20 个参加者，准备 17 张纸片。）在其中一张纸片上写上“X”。将纸片放进一顶帽子或一碗中。按照下列说明，另外准备 3 张纸片：

G 在游戏的第一和第二轮中右手戴上手套。

G 在游戏的第三和第四轮中右手戴上手套。

A 在游戏中，如果有人试图与你握手，向他们道歉并且解释你不能握手。

##### 步骤二

在游戏开始之前，将三位参加者带到旁边，发给每人一张写有特别说明的纸片，不要让其他参加者看见。向拿到写有“G”纸片的参加者提供手套。告诉他们当你拿着帽子或碗来到他们身边时，他们应该假装拿起一张纸片，而实际上没有拿。告诫这三位参加

者不要让其他任何人知道你对他们说了这些。

#### 步骤二

让参加者给另一组纸片按 1 至 4 编号。请参加者从碗或帽子中挑一张纸片并且将其放入自己的口袋里。强调一下，任何人都不能在游戏结束之前看他们的纸片。

#### 步骤四

请参加者各找一个搭档（如果参赛者人数是奇数，组织者可以参与游戏）。他们应该和搭档打招呼、握手，并且将搭档的名字写在他们纸片的第一行。

#### 步骤五

现在让他们随意走动并另找一个搭档。他们应再一次和搭档打招呼、握手，并且将其名字写在纸片的第二行。重复以上行为，直到每个人都与 4 个不同的人握过手，并在纸片上写上了 4 个名字。

#### 步骤六

请每个人回到原位。问是否有人想进行艾滋病病毒检测，从而确定自己是艾滋病病毒阳性还是阴性，以及想做检测的理由。询问那些不想做检测的人为什么不想做检测。

#### 步骤七

让每个人拿出他们的纸片并看一看上面的内容。请拿到“X”纸片的人到前面来。向大家解释，在这个游戏中，这个人感染了艾滋病病毒。请每个人看一看他们纸片的第一行，如果上面定有这个感染者的名字，他们应该到前面来。询问每个站在前面的人，当他们的与感染者握手时有没有戴手套。没有戴手套的人应加入“感染者”的行列，并且站在中间。如果戴了手套，他们就可以返回自己的座位。

#### 步骤八

现在，请每个人看一看他们纸片的第二行，凡是纸片上写有站在中间者名字的人都应该到前面来。他们应该加入到中间这群人的行列，除非在握手时戴了手套。

#### 步骤九

现在，请每个人看一看他们纸片的第三行，凡是纸片上写有站在中间者名字的人都应该到前面来。他们应该加入到中间这群人的行列，除非在握手时戴了手套。

#### 步骤十

现在，请每个人看一看他们纸片的第四行，凡是纸片上写有站在中间者名字的人都应该到前面来。他们应该加入到中间这群人的行列，除非在握手时戴了手套。

#### 步骤十一

询问参加者握手代表什么（答案：性行为）。请他们记住，在参加者中艾滋病病毒“感染”人数只有一人。这证明了艾滋病病毒传播速度如此之快并呈倍数的效应。当他们看

见站在中间者的最终人数时会怎么想？

#### 步骤十二

请拿到纸片上写着“A”的参加者站在前面来。向大家解释“A”代表禁欲。询问这些参加者如果他们不能握手会怎么想。这样困难吗？如果这个拒绝握手，其他人会怎么想？

#### 步骤十三

询问大家，手套代表什么（答案：安全套）。发现戴手套的人一个也没有被感染。如果是这样，利用这样的现象向大家指出，人们必须在每次性行为时使用安全套，从而保护自己免受性传播疾病和感染艾滋病病毒。问两位戴手套的参加者当他们握手时是怎么想的，他们的搭档又是怎么想？

#### 步骤十四

询问没有被感染的人：

- 你的行为与那些被感染的人有什么不同？
- 你是怎样使自己最终没有被感染的？
- 对那些被感染的人你有什么感受？

#### 步骤十五

询问被感染的人：

- 认识到自己可能受感染有什么想法？
- 你本来可以怎样做来保护自己？
- 你会告诉其他人你可能被感染吗？告诉谁？
- 你会告诉你的性伴吗？
- 在这种情况下你需要什么关的支持以及会向谁寻求支持？

#### 步骤十六

别忘了说明这一切都只是一场游戏，当然那个持有“X”纸片的人并没有感染艾滋病病毒。同时，还要强调艾滋病不会通过握手传播或通过戴手套预防。从帽子或碗中选择的纸片是都是随机的。每一次握手都代表一次无保护的性行为。即使发生一次这样的性行为，都有发生感染的危险。

#### 练习 7.3

##### 野火

##### 目的

缩短制服人员对艾滋病流行方面的认识距离。其目标也在于给人们灌输对艾滋病感染者/病人的同情和理解。

## 背景

该游戏将会使人动情。同伴教育者应该花时间分享患者的感受和经历。该游戏使人们进一步接受艾滋病不会通过握手而感染这样的基本事实。

## 材料

无

## 时间

45 分钟

## 说明

### 步骤一

让参加者围成一圈坐下。请他们闭上眼睛。解释你将绕着圈走动并且轻敲其中 2 或 3 人的肩膀。被轻敲的人将根据游戏的目的被认为是艾滋病感染者。（如果参加者中有艾滋病感染者，你应与他们协商并寻求他们的协助来开展该游戏）。

### 步骤二

请参加者起立并随意走动。他们每人必须与 3 个人握手。

### 步骤三

重新回到原位，请被你轻敲肩膀的人举手。请与被轻敲的人握过手的人举手。要求下一层次的人（那些与握手者又握手的人）举手。

### 步骤四

向大家解释，通过握手不会感染艾滋病病毒，但在这场游戏中，我们假设发生了高危险性行为，并且每个举手的人都已经暴露于病毒。问一问被轻敲的人有什么感想。

### 步骤五

询问暴露于病毒的人是否愿意接受艾滋病病毒检测。不愿意者必须解释原因。

### 步骤六

让选择接受检测的人到前面来并且选择一张折叠起来的纸。（这些纸必须提前准备好）。纸上写着“艾滋病病毒阴性”或“艾滋病病毒阳性”。

### 步骤七

询问每个人对自己的检测结果，以及这些结果对自身生活的影响有什么感想。

## 第 8 单元 危险性评估

### 读者须知

穿制服群体仍然否认他们的危险行为会使他们更加容易感染艾滋病病毒。目前的倾向是只注重一时的性快乐而不考虑危险性。本单元讨论了一些与危险性评估相关的虚构事件和对现实否定的情况。同时，本部分还提供了有关男男性行为者的信息。提供的练习将

帮助学员更好地理解某些行为是如何让人们处于感染艾滋病病毒的危险。某些练习对于学员了解艾滋病如何容易传播是非常有用的。这些练习向我们解释了，如果我们一某个人发生了无保护性的性行为，就相当于我们与这个人的过去所有性伴发生了危险行为。有一个练习 让每个学员进行一次个人危险性评估。最后，图片故事部分可以帮助人们建立行为选择与后果之间的联系。

### 危险性评估的基本信息

#### 8.1 为什么艾滋病病毒感染如此的不露声色？

##### 从外观上无法认了艾滋病病毒感染

在安全武器和安全性行为之间要以建立一种类推的关系。存在一种错误的概念，即如果一个人感染了艾滋病病毒或性病可以从外观上“告诉”你。对美国部队的研究中，许多人认为如果某上级指人头发脏乱和皮肤上污垢，他们就可以说得出这些人是否患有性病/艾滋病。重要的是要知道，简单地观察外表是不能断定某人的艾滋病毒感染状况的。绝大多数艾滋病病毒感染者并不知道自己已经感染，并且可以生存 10 年或 10 年以上而不表现出任何感染体征。在整个这段时间内，都存在将病毒传给与其发生无保护性性行为的人。

##### 年轻、漂亮和健康女性可以被感染

部分男性错误地认为，女性越年轻被感染的可能性越小。事实上，在许多国家，年龄在 15-25 岁的年国以女性的感染率上升的速度最快。某些男性错误的认为，只要与性工作者使用安全磁，而与其他女性不使用就是安全的。性工作者一夜间可能有 5 个性伴，而其他女性一年中也许只有 5 个性伴。但是，有可能是这 5 个性伴中的一个感染了她，如果不使用安全套，很可能会存在这位女性感染其未来性伴的危险。

##### 艾滋病感染者中四分之三不知道他们的感染状况

仅仅通过简单的外表观察是不能断定一个人是否感染了艾滋病病毒 或其他性病。他们并没有特殊的味道和看上去有病态的样子。开始出现艾滋病相关疾病和机会性感染的人所表现出的症状与其他常见疾病的症状，如发热、咳嗽和腹泻非常相似。虽然有些人在患病时症状可能会持续一段时间，而其他一部分则可表现出非常健康。

##### 将枪搁在你的脑袋上

如果你拿起一杆枪，你怎么会知道子弹是否上膛？武器训练时应该将安全的观念牢记在心，你必须做什么样假设？你会拿起一杆枪，然后搁在自己的脑袋上扳起扳机吗？你不会在不彻底检查和确保李是否安全的情况下而 将自己置于这种危险之中。

##### 不可能通过外表观察断定艾滋病病毒感染状况

在“打量”一个潜在性伴，特别是陌生者时，人们会考虑这种同样的问题。你不可能通

过观察他们的外表断定他们是否感染了艾滋病病毒或性病。可能某个女性并不知道感染了淋病或艾滋病病毒，但是她长相很漂亮。你所了解是她可能“只有一次”例外，而偏偏感染上了艾滋病病毒。她仍然外表漂亮，但是现在她就像一杆子弹上膛的枪存在着严重的威胁。你值得拿你的健康和生命风险而与这样的陌生人发生无保护性的性行为吗？

军队内看上去英俊的男性又是怎么样？也许他是一名维和人员或士兵。单靠观察他的外表能够断定他的艾滋病病毒感染状况吗？

因此，怎样才能知道一个感染了艾滋病/性病呢？通过外表观看是无法知道某个人是否感染了艾滋病或其他性病。

男男性行为者的基本信息

## 8.2 什么是“男男性行为者 (MSM)”？

口交和肛交

男男性行为者是指与其他男性发生口交和肛交的男性。这些男性也许是同性恋者而仅仅与男性发生性行为，或者他们是双性恋者而与女性和男性都发生性行为。一项研究发现，男男性行为者中有一半与女性发生性行为。某些男性，诸如限制军营或监狱中的男性由于无法接触到女性而暂时与男性发生性行为。这些男性可以来自不同的社会、文化或经济阶层。绝大多数男男性行为者并没有与其他男性不同的特征。某些男男性行为者也许表现出某种外观或作态，可以认出他们是同性恋者。在军队内的男男性行为者因为害怕被人发现，对自己产生负面影响，往往在性行为上更倾向于秘密性的。

## 8.3 军队内有男男性行为者吗？

男男性行为者到处存在

在许多国家，估计有 10% 的男男性行为者。可以预料在限服人员中男男性行为者的比例大体相同。在没有同性恋传统或在社会和文化上对这种现象存在严格禁忌的国家，该比例可能会小一点。例如，在次撒哈拉非洲地区的男男性行为者不如世界其他许多地区盛行。总的来说，制服群体中发生的男性间性行为的多要比我们所掌握的多，因为这些活动往往是秘密和隐藏的。

## 8.4 为什么关注男性行为者人群是重要的？

男男性行为者对艾滋病病毒易感

在工业化国家以外，绝大多数艾滋病预防项目是针对异性恋者（相互有性行为的男性和女性）。结果许多男性错误地认为，他们与其他男性发生性行为并不存在感染艾滋病病毒的危险。实际上，如果他们发生肛交则非常容易感染。在一些工业化国家，艾滋病预防项目已经针对于男男性行为者，其中 1/10 的人被感染。与男性和女性同时发生发性行为的男性可以通过与男性性伴的肛交被感染，然后又 将传染给自己的妻子和女友。

### 8.5 为什么在穿掉服群体中男性间的性特为是隐蔽的？

在许多国家，男性间的性行为是非法的。如果发现两个男性发生性行为则会被逮捕 并送进监狱。制服部门的男性如果被发现与其他男性发生性行为将会受到军事法庭的审判或降职。异性恋的男性对这些男男性行为者也很无情，嘲笑甚至攻击他们。有所有的社会中都会发生男性之间的性行为，但是由于社会的歧视和能常被法律禁止，许多人认为同性间的发球行为并不存在，而实际上它只是隐藏起来了。

### 8.6 存在男性性工作者吗？

存在着一些青年男性与愿意付钱的男性发生性行为。某些年轻男性并不是被其他男性所吸引，而是为了赚钱。他们与女性生娱乐式的性行为时存在感染她们的危险。与女性工作者一样，男性性工作者具有更高的艾滋病病毒感染率，因为他们有许多不同的性伴，而且会被支付更多的钱去发生不使用安全套的肛交。同样他们更容易感染艾滋病病毒，因为在肛交过程中他们更有可能是接受肛交的一方。

### 8.7 在男男性行为者中开展预防艾滋病病毒感染的挑战是什么？

- 由于男性之间的性行为是隐蔽性的，因而难以发现这些人并组织同伴教育活动。因此，你在所有规划中都应该包括男男性行为者危险性及其预防的信息。
- 许多男男性行为者对于将他们与“同性恋现象” 联系起来而感到不满，否认他们与男性有生行为，特别是在那些同时与男性和女怀有性行为的男性更是如此。
- 由于害怕被抓，男男性行为者往往在人们发现不到的昏暗公共场所与他们不认识的性伴发生性行为。这就使得获得安全套和协商使用安全套成为潜在的问题。
- 当政府官员否认有男性间性行为的存在时，获得批准开展同伴教育活动将更为困难。

### 8.8 在男男性行为者中如何将低艾滋病的传播？

- 提高男男性行为者的意识，让他们了解无保护性的性行为可以导致艾滋病 病毒感染。
- 在男男性行为者中推广安全套的使用。
- 建议采用其他方法替代插入性的性行为，诸如相互间的手淫和双股间的性交（将阴茎插入到双股之间进行性刺激）。
- 建议口交而不是肛交，避免性伴在口腔内射精。
- 建议在使用安全套肛交时采用非没性的润滑剂，如蛋清，以减少安全套的破裂。
- 在男男性行为者聚会的地点发生随意性行为时使用安全套。

### 练习 8.1

鼓声中的伙伴

目的

更好地了解不同性伴间的无保护性怀行为感染性病的危险性。



## 背景

旨在形象地演示性病如何迅速地在人群中传播。

## 材料

两分索引卡片或几张白纸、安全套、鼓（备选）。

## 时间

30 分钟。

## 说明

### 步骤一

同伴教育者在两张卡片上或几张纸上写上“性病”和“门诊”，同时备 5 个安全套和一只鼓（或者像鼓一样的东西）。同伴教育者划一块地方作为“门诊”，并放上“门诊”标志。另一块大约 3 米见方（9 英尺见方）的地方将椅子或其他物品放在 4 个角上做标志。

### 步骤二

同伴教育者召集大约 9 个自愿者，并将“性病”卡片给其中一个自愿者，告诉大家他患有性病。将安全套随机发放给一半参加者。游戏可以更多人参与，但安全套只可以给一半的人。

### 步骤三

辅导员告诉大家，在鼓敲响时参加者必须在上述指定的方框内转圈。当鼓一停止，拿着性病卡片的人抓住最近的人（可以使用录好的音乐替代鼓声）。如果他们有安全套。说明不会感染性并不是，继续游戏。如果他们没有安全套，就会感染性病并且退出到“门诊”接受治疗。游戏继续进行直至方框内仅留下有安全套的人，这时性病则没有传播功效了。

### 步骤四

根据这一练习，询问没有安全套的人，在敲鼓的时候他们在想什么。他们是否对自己可能被抓到而感到脆弱和紧张。现询问有没有安全套的人他们又是如何感觉的。

## 练习 8.2

### 艾滋病感染链

#### 目的

提高有关艾滋病病毒迅速传播的认识。

#### 背景

这是一个不南要设备的简单练习；说明与许多性伴发生无保护的尾行为的危险性。

#### 材料

无

时间

20 分钟

说明

步骤一

要求所有参与者闭着眼睛站成一个圈。告诉其中一个人将由同伴教育者指定为艾滋病病毒感染者，并在他/她的肩上拍一下。

步骤二

要求参加者与三个不同的人握手住手，要求感染者在他/她所握的三人的手掌上抓一下。

步骤三

在握完手后，要求肩上被拍过的人站到圈的中间，并且说一说作为艾滋病病毒感染者的感觉。询问他们对于感染其他人的感觉。要求手被感染者所抓过的人站到中间，询问当他们意识到被感染时，是何种感受。

练习 8.3

个人危险性评估

目的

的高人们对个人感染艾滋病病毒危险性的认识。

背景

本练的目的是要求参加者明白自己的行为选择会使他们处于感染艾滋病病毒的危险之中。

材料

白纸

时间

45 分钟

说明

步骤一

要求参加者针对下列问题中回答“是”的问题在白纸上做一个记号。

1. 你曾经发生过不使用安全套的性行为吗？
2. 你曾经与某个相互不忠诚的性伴发生过不使用安全套的性行为吗？
3. 结婚后，你曾经与妻子以外的其他女性（或丈夫以外的其他男性）发生过不使用安全套的性行为吗？
4. 你是否与触犯法律的人发生过无保护性的性行为，而让其免受处罚？

5. 你患过性病（诸如淋病、梅毒或其他疾病）吗？
6. 你是否由于喝醉了酒而记不清发生过性行为？
7. 你是否有过未咨询医疗专家而自行治疗过性病？
8. 你在一生中是否与 15 个以上的人发生过不用安全套的性行为？
9. 你输过血吗？
10. 你与相遇的人发生过不使用安全套的性行为吗？
11. 一个月内，你结识过一个或一个以上性伴，并且每次性行为时都不使用安全套吗？
12. 你花钱买过性服务吗？
13. 你发生过不使用安全套的肛交吗？
14. 结婚前，你的配偶与其他人发生过性行为吗？
15. 饮酒后，你对性的需求是否有所增强？
16. 你曾经与学校的女生发生过不使用安全套的性行为吗？
17. 你是否违背女性意愿，强迫她与你发生性行为？
18. 如果你是一名男性，是否与另外的男性发生过不使用安全套的性行为？

#### 步骤二

让参加者加上总分，并且解释分值归为以下类别的后果。

#### 12-18 分

很高的危险性。应该考虑做艾滋病病毒的检测。

#### 6-12 分

高危险性。应该考虑增加安全套的使用和行为的改变。

#### 0-6 分

低危险性，但是仍然处于危险之中。

#### 步骤三

要求参加者列在自己处于艾滋病病毒感染危险的所有问题，并且提出如何从个人方面进行行为改变。（例如：危险之一是性工作者发生性行为。行为的改变可以是在发生这种性行为时使用安全套。）

#### 练习 8.4

#### 关于危险性的图片故事

#### 目的

使人们认识到不同的行为选择是如何影响个人和家庭的性健康。

#### 背景

在制服群体中往往不承认有感染艾滋病病毒的危险。本故事让参与者就“危险行为”的

态度和性病及感染艾滋病的脆弱性进行思考。本故事以警察约翰和他的夫人玛丽为  
人物，讲述他们如何对待性病感染

材料

图片（见附件）

时间

1 小时

说明

步骤一

解释你将讲述有关约翰和玛丽的故事。如何合适，与大家回顾一下全世界有关讲故事的传统，以及如何从故事中学到东西。

步骤二

将图片展示给大家并讲完整个故事，期间不提任何问题。然后回到故事的开始，重述故事并提出讨论问题。在故事重述的过程中，鼓励每个人发表自己的意见。要求参加者将自己融入到故事的情节中，并且询问在各种情形下他们会怎么做。

步骤三

故事结束时，使每个人都能理解我们必须对自己负责。每个人都要保护自己，避免感染艾滋病。在小组内要求每个人说出从故事中学到的最重要的东西。

图片内容

在一个星期六的晚上，警察约翰到城外喝啤酒并拜访几位女士。

文字内容

约翰最后发生了没有使用安全套性行为。

图片内容

几天后，发现约翰用托住生殖器部位，一脸痛苦的表情。

文字内容

几天后，约翰感到生殖器部分发痒和有灼热感，表现为淋病的体征。

约翰从市场上从一个妇女那里购买了抗生素，这位妇女从塑料口袋里掏出药片。

文字内容

从市场上的妇女那里购买来的抗生素其实并没有效果，因为尿道口的分泌物依然存在。

约翰认为这只是一点小疼痛，没有把它当回事。他也没有告诉妻子。

玛丽用手按住腹部并向约翰抱怨。

文字内容

玛丽从丈夫那里感染了性病，但没有寻求治疗。

图片内容

约翰在酒吧里与其他女性在一起，看上去忧心忡忡。

文字内容

约翰并没有把患性病考虑得很严重，继续无保护的行为习惯。

图片内容

约翰与另外一个警察谈话。

文字内容

由于这次症状持续存在，约翰听从朋友的劝告去了门诊就诊。

图片内容

约翰和玛丽，玛丽已有身孕了

文字内容

你可能会不知不觉地将艾滋病病毒传给许多性伴，即使你还没有艾滋病病毒感染的任何症状或感到非常健康。你也有可能将艾滋病病毒传给妻子，再通过她传给未出生的胎儿。

图片内容

两名警察在夜间巡逻时逮捕了一名女性

文字内容

警察也许有多种危险行为。在夜间巡逻时或离家外出执行任何任务时可能有人给他们提供性服务且他们愿意接受这样的服务，他们也许会大量饮酒，也许会发生没有使用安全套的性行为和自己买药治疗性病。

图片内容

一名健壮的警察在商店里购买安全套。

文字内容

通过忠诚于性伴或使用安全套而保持健壮和避免感染性病。保护自己和家人。

图片内容

丈夫离家出差前妻子让丈夫带上安全套。

文字内容

妻子和固定女友应该确保在丈夫或男友外出时带上安全套，从而可保护他们自己和全

家。

## 第9单元 安全套使用

### 读者须知

安全套是预防艾滋病和性病感染的第一道防线。在下面的基本信息部分将讨论有关安全套使用的一些障碍以及如何克服这些障碍。在安全套部分的练习要比其他单元要多，这是因为安全套被认为是穿制服群体中预防艾滋病和性病感染的一项关键性措施。让这些人员在他们的婚外随意行为时使用安全套要比让他们完全放弃这种性行为为要更加容易。对未感染的性们保持相互之间的忠诚是一种预防的方法，并且在许多人当中已经奏效，必须加以鼓励。但是，为了取得预防控制的效果，必须将安全套作为穿制服群体预防艾滋病的首要 and 核心措施。本单元的练习将教会人们如何正确使用安全套，以及帮助参加者克服安全套使用中的一些常见障碍。

### 安全套使用的基本信息

#### 9.1 如何克服安全套使用的障碍？

这里的障碍系指“表现为阻碍开展安全套推广的各种条件或态度”。这些条件或态度可以存在于士兵、长官、一般大众或宗教领袖人群中。由于艾滋病主要是通过性接触传播，同时安全套又是预防艾滋病传播的主要手段，所以，同伴教育者很可能会面临下列这些人的阻碍：

- 出于宗教或道德的原因而反对安全套的人；
- 否认安全套能够可靠预防艾滋病的人；
- 曾经经历过安全套和性行为尴尬事件的人；
- 不承认性活动有危险和有安全套需求的人；
- 认为推广安全套会鼓励性行为的人。

#### 9.2 为什么有人会反对使用安全套？

人类对性的问题往往会特别感到害羞。他们也许是性活跃人群，但同时又可能不愿意谈论这样的话题，即使是在隐秘的情况下。在公开场合或行业范围内人们甚至更不愿意这样做。穿制服群体往往从事许多无保护的性行为，使他们处于艾滋病病毒感染的危险之中。遗憾的是，总有些人并不愿意接受这样的事实。并且不愿意接受有关性或安全套方面的知识。

#### 9.3 为什么要克服安全套使用上的障碍？

如果在安全套使用上的障碍不克服，使用安全套来进行预防的有效性就不能得到保证。为了预防艾滋病和其它性病的传播，有必要公开和诚实地对待人类的性问题和安全套的使用。如果同伴教育的计划者和同伴教育者不将安全套推广列为优先措施，防治工作就

不可能有明显的进展。不能克服安全套推广与使用上的障碍，其结果会增加艾滋病所导致的死亡。

#### 9.4 如何克服障碍？

克服这些障碍并没有固定的办法，也不能保证这些障碍一定能够被克服。以上只是一些建议。

##### 尽可能地发现障碍

障碍发现得越早，就越容易克服。无论同伴教育在开展安全套推广工作中设想多好，无法预料的障碍都可以将他们的努力毁于一旦。与其自己猜想可有会有哪些障碍，不如向穿制服群体、制服部门的主导者和宗教领袖询问，找出真正的障碍。

找出什么是可接受的。

要想了解人们对安全套推广的接受程度，方法之一是在与多数人谈论之前首先与少数人进行讨论。认为可能会存在敌对情绪的想法不一定正确。人们往往比同伴教育者料想的更加能够接受对世俗的挑战。

##### 让他们参与到对存在障碍的了解

有时，仅仅通过指出存在障碍并且进行相应的讨论则足以实现障碍的消除。然而，障碍的消除也许还需要特别的努力和更多的时间，要让人们认识到他们存在着偏见、他们的态度是保守的，或者让人们能够接受他们一直不承认存在或让他们感到不舒服的事实。

##### 公开和坦诚地应对障碍

讨论障碍背后的原因，以及寻求克服这些障碍可行的服善方案是非常重要的。角色扮演、小组练习、游戏和其它一些技术都可以帮助人们来应对障碍。

##### 大胆、坚定和有说服力

同伴教育者必须要有很强的信念，他们采用的方法是正确的，同时他们不要害怕打破常规，突破通常的接受限制。完全避免对性问题的讨论和忽视这些障碍的存在是容易的，但这并不能减缓艾滋病的传播。开展安全套推广工作的人在方法上要谨慎，以免与人们造成不必要的冲突，但同时也必须确保能够面对和应对这些障碍。穿制服群体与一般居民社区的人一样，在安全套和安全套使用态度方面是不断改变的。由艾滋病危机带来的挑战已经打破了那些妨碍公开讨论性健康问题的障碍。有利于安全套推广的环境正在改变。

##### 让安全套推广成为乐趣

克服对安全套的害羞和不安的最好方法之一就是从中寻找乐趣。仅仅提到“安全套”一词就有可能在人们中出现笑声。将安全套吹成气球，人们通常会发现非常好笑。吹成报球的这全套可以被弹来弹去，或者可以作为物挂在墙上。酒吧和夜总会是进行安全套“玩

耍”的最好地方。可以举行安全套气球竞赛，对吹得最大或者第一个吹成并打好结的人给予奖励。可以举行跑舞比赛，将安全套吹在的气球夹在一对舞伴之间跳舞。可以将安全套在大家中间传递，或者用香蕉和木制模具进行如何使用安全套的演示，从而减少人们对这种环境的敏感和帮助人们克服对安全套的不适应。开展安全套推广而不是提及艾滋病

实际上，对于处于潜在危险的人，他们往往并不认为艾滋病是一个问题，特别是在艾滋病死亡人数相对较少的国家更是如此。再者，一些国家的普通群众和不同的目标人群对艾滋病预防信息已经过于饱和，特别是持负面意见的人。解决的方式之一，是在开展安全套推广工作时不提及艾滋病。预防性病和意外妊娠对性活跃人群来说往往是一个更具压力的问题。将安全套与艾滋病、阴暗、消极情绪相联系会导致人们对安全套推广的“排斥”。

如安全套受到抵御则避免使用这个词

在提到安全套时，可以使用市场上广泛提供的一种品牌名称。如果人们对当地常用的安全套词汇或本土语言更加容易接受，也可以使用这些词。

#### 9.5 如何应对安全套使用中的障碍？

安全套并不一定是可靠的，地方上提供的安全质量较差，或者认为安全套 具有渗透性，因此不能预防艾滋病

- 指出，如果安全套被适当地存放并且能够被正常地使用，那么艾滋病的传播机会几乎为零。它们与其它一些人造物体，如汽车或抗生素一样可靠；
- 强调安全套是经过电子检测的，以及强调安全套使用已经近达到绝对安全了。这样总比在发生性行为时，因不使用安全而导致彻底的不安全要好。
- 提供有关研究结果证明艾滋病病毒、性传播感染病原体和精液（体积大得多）无法渗透乳胶（橡胶）安全套。

安全套降低性快感

- 指出，虽然在阴茎刚插入阴道时可能会感觉到安全套，但是一旦其温度上升到体温一样时，则很少感觉到很快忘记其存在。例如，这是为什么有些使用者在性交过程中常常毁坏或脱去安全套。
- 人们逐渐习以为常使用安全套。如果与不用担心艾滋病和性病传播而带来的满意感相比，降低性快感这一点就微不足道了。

害怕安全套掉进女性的子宫内

- 提供安全套使用指导，包括建议在射精后用手握住安全套抽出，特别是阴茎的变软时。
- 解释安全套是不可能掉进女性子宫或身体其它部位的。如果男将安全套留在女性的阴



道内，女性可以很简单地用手指将其拉出来。

由于未见任何安全套使用后的好处而拒绝使用

- 指出，使用安全套可以减少发生艾滋病和性病感染和意外妊娠有担心与不安；可以保护安全套使用者现在和未来的家庭；可以让男性或女性掌握自己的命运；可以表达对性伴的爱慕和关心；以及对女性而言，可以减少发生不孕和宫颈癌的机会。

部分人由于强烈的宗教信仰而反对安全套

- 鼓励年轻人推迟发生初次性行为、禁欲和促进忠诚。建议，具有危险性行为的人需要使用安全套来保护他们自己，直至这些策略发挥作用。

- 要求具有强烈宗教信仰的人同意而不是反对，至少同意不要主动抵制在危险行为者中推广使用安全套。

部分酒吧业主反对在穿制服群体和吧台小组中推广安全套

- 指出，推广安全套的目的不是阻止酒吧小组与顾客之间的性接触，而是鼓励安全套的使用。

- 与酒吧业主商量什么时候可以开展活动，而不于于影响他们的生意。

- 说服酒吧业主，安全套推广对保护酒吧小组及其顾客具有长期的益处。

## 9.6 如何使用安全套使用更加有趣？

### 发现安全套使用的乐趣

毫无疑问，许多穿制服群体由于感到安全套会降低快感而不使用安全套。以下是一些如何在安全套使用中寻找乐趣的建议：

#### 安全套小试验

与性伴一起玩弄安全套：将它吹大、拉长，或者象橡皮带那样绷开。

#### 将安全套看是乐趣的一部分

安全套不会像裸露的皮肤。简单地接受和探讨乳胶的感觉可以增加安全套使用的乐趣。如果将安全套看成是做爱过程中乐趣的一部分而不是一种卫生用具，就可以消除许多抵触情绪。

#### 让性伴戴上安全套

可以帮性伴戴上安全套，并成为性过程中激动的一部分，而不是一个中断的步骤。可以用嘴将安全套戴上，或者在亲密抚摸或接吻过程中戴上安全套。

#### 一个接一个地使用

男从经常错误地认为只要戴上安全套，他们就得射精。这给他们的性生活增加了压力。在射精之前，可以将安全套取下，然而重新戴上一个新的。

#### 润滑剂可以增加快感

使用安全套时，用水性润滑剂可以增加快感。在安全套表在涂上润滑剂有所帮助，但往往并不足够。在戴上安全套之前，在顶端的小囊内加入少许润滑可以增加快感。这可以帮助挤出顶端小囊内的空气，同时润滑剂渗在龟头上可以很大程度地增加快感。需要通过几次练习来确定润滑剂的用量。即使是最好的水溶性润滑剂在使用过程也会干掉，可以将安全套的外面涂上更多的润滑剂，或者加上唾液或水。润滑剂对于与男性或女性发和肛交的男性特别需要。在没有润滑剂的情况下，较为阴道性交，肛交过程中，安全套更有可能破裂。

#### 安全套可延长性交时间

安全套减少了摩擦，导致射精前性交时间的延长。这对于许多男性和女性来说都是一个优点，但对其他部分人可能是一个问题。对这些成为问题的人来说，可以利用其它非插入性的性爱技术，直到男生快要射精时再将安全套戴上。

#### 尝试不同的安全套

如果可能，手头准备多种型号和颜色的安全套，这样可以尝试找出你和你的性伴最喜欢的安全套。选择安全套就象选择肥皂一样。有些人喜欢尝试各种品牌，而另外一些人则喜欢固定使用同一品牌，因为他们已经习惯了这种品牌。并且使用时让他们感到安全。

#### 想象有安全套的性交

在性想象中加上安全套的内容。如果幻想中涉及一位电影明星，那么就想象这位明星使用安全套在做爱。由于戴安全套后阴茎疲软而存在性交困难的男性，甚至可以在戴安全套时就可以进行想象和手淫。

#### 也性伴谈论安全套

与性伴或朋友一起讨论如何在使用安全套时获得更多的乐趣。

#### 试一试女用安全套

使用女性安全套也是增加性加快感的一种方法。无论是男性还是女性都更加喜欢女性安全套，并且发现它不太让人分心。

### 练习 9.1

#### 演示正确使用安全套

##### 目的

向参加者提供实际操作安全套的使用机会。

##### 背景

由于没有正确的操作和使用而造成的安全套破裂要比由于存放与制造的问题所造成的破裂更多。因此，对于同伴教育者来说，帮助参加者学会如何使用安全套是非常重要的。

##### 材料

安全套、木制阴茎模具、扫帚柄或香蕉

时间

30 分钟

说明

步骤一

找出适当的模具。理想是利用木制阴茎模具来演示如何戴上安全套。如果没有这样的模具，也可以利用其它类似形状的物品，如香蕉或扫帚顶端。如果这些物品也没有，也可以用一只手，将安全套在另外一只手的一个或两个手指上展开。

步骤二

向穿制服群体解释需要做好自我保护，以及如果使用正确，安全套可以提供很好的保护。

步骤三

利用模具，演示如何戴上安全套，重点是以下几点：

1. 检查有效期并寻找是否有磨损的迹象，比如脱色、撕开或包装变脆。不要使用过期的或看上去旧的安全套。
2. 从一侧小心地撕开包装。尽量不要用牙齿或手指四，以免损坏安全套。
3. 将卷上的安全套放在木制膜具有顶部。
4. 用一只手的拇指和食指握住安全套的顶端小囊（顶端小囊的空间是用来收集精液的）。
5. 将安全套在顶端，通过推动安全套的圆环将安全套顺阴茎往下展开。（如果这样做很难，说明安全套放反了。将安全套换一面，拿往另一面的顶端小囊，再展开。）
6. 如果圆环抵达了阴茎的根产中（到达阴毛的部位），就可以插入了。
7. 性交和射精后，按住安全套的圆环，在阴茎疲软前抽出。将安全套打上一个结以密封精液。将安全套丢到安全的地方。下一交使用新的安全套。

步骤四

向每个参加者分发一只安全套。让他们在模具上练习戴上安全套，并用大声背育他们所做的每个步。要求在旁边观察的参加者指出存在什么困难或疏忽了哪些步骤。如果每组参加者的人数很多，可以让他们分成 5 个左右一组进行练习，然后进行反馈。

步骤五

外出遇见的最常见困难。要求参加者建议如何解决这些问题。部分常见的问题包括：

- 安全套在放反的情况下试图往下展开
- 安全套没有一直往下展开
- 安全套的模具上放弯了
- 打开安全套时动作太粗鲁或用牙齿咬

- 顶端小囊的空气没有排掉

## 练习 9.2

正确并坚持使用安全套

目的

练习安全套的操作。

背景

本练习与前面有关正确演示安全套使用的练习相似，但更具备互动性，并且要求参加者更加综合地考虑所有的步骤。

材料

白纸或索引卡片

时间

45 分钟

说明

步骤一

预先准备好几张白纸或索引卡片。在每白纸或卡片上写上下列一项内容：

- 检查有效期
- 与性伴讨论安全套的使用
- 带上安全套
- 勃起
- 小心打开安全套包装
- 挤出安全套顶端小囊中的空气
- 将安全套沿勃起的阴茎卷到根部
- 性交
- 射精
- 在根部 按住安全套，抽出阴茎
- 注意不要溅出精液
- 将安全套从阴茎上取下
- 阴茎变软
- 将安一套打结并扔在小孩子发现不到的地方
- 如果再次性交，打开另一个安全套。

步骤二

将所有的卡片随机混在一起，让每个参加者依次选择一张卡片，然后读出卡片内容并展

示给小组其他人看。让参加者按照正确的次序将卡片粘在墙上或放在地板上，这样就对安全套的使用提供了逐步描述。

### 步骤三

当所有的卡片被放好后，要求参加者对摆放的次序进行评论。必要时可以做调整。确保最后的次序是正确的。

### 步骤四

向参加者询问以下问题。如果没有正确使用全在会发生什么？其后果是什么？第一次使用安全套时是怎么样的？现在又是怎么样？

## 练习 9.3

### 使用安全套的优缺点

#### 目的

进一步理解为什么有些人拒绝使用安全套，并寻求克服这些障碍的方法。

#### 背景

绝大多数人一开始都不喜欢用安全套，但慢慢地习惯了。他们使用了安全套后套后就可以不用担心享受性生活。本练习让参加者权衡安全套使用的优点和缺点。

#### 材料

挂图纸或一般白纸

#### 时间

1 小时

#### 说明

#### 步骤一

阅读 9.6 部分（更加有趣地使用安全套）和 9.5 部分（应对安全套使用中的常见障碍）做为背景资料，在本练习中需要使用这些资料。

#### 步骤二

在墙上贴上 2 张挂图纸，一张写上“优点”，另一张写上“缺点”。（如果没有挂图纸，也可以用两张一般的白纸，即使没有白纸 也可以做。）

#### 步骤三

要求一名参加者提出使用安全套的优点并写在相应的纸上。要求另一名参加者提出使用安全套的缺点也写下来。直到所有的参加者都提过建议，或者已经没有人再有新的意见为止。

#### 步骤四

检查纸上所列出的内容，并建议对缺点进行讨论。（可以将这些缺点与那些本身并没有

提出缺点的人一起分享。) 这里是一引起通常被列出的缺点和讨论要点:

- 安全套降低快感

(虽然安全套会改主为感觉, 但并不清降感觉。)

- 安全套不可靠

(如果正确和坚持使用, 安全套可以提供很好的保护。)

- 安全套很贵

(与性病、意外妊娠的治疗, 以及因为艾滋病相关疾病而损失的收入相比, 安全套是很便宜的。)

- 安全套导致勃起困难

(这个问题会在你习惯使用安全套后消失。)

- 戴上安全套打断了激情

(让你的性伴帮你戴上。)

- 使用安全套后生殖器瘙痒

(用肥皂和水清洗。)

#### 第五步

检查纸上所列出的内容, 并建议对优点进行讨论。这里是一些通常被列出的优点:

- 减少了对感染艾滋病和过早死亡的担心。
- 保护人们避免发生导致不孕的性病。
- 减少了由于意外妊娠而引起亲子关系责任所面临的危险。
- 通过推迟男性欲高潮的出现而延长性交的时间。
- 对安全套而言没有阴茎过大或过小的问题。
- 艾滋病病毒不可能从安全套中渗漏。
- 大多数的安全套可以使用润滑剂, 这样在女性阴道过干时有所帮助。

#### 练习 9.4

##### 演示安全套的可靠性

##### 目的

克服对安全套的可靠性缺乏信任的现象。

##### 背景

几乎所有的穿制服群体了解了安全套, 以及为什么要使用它, 但并不是每个人都使用。有些人甚至从来都没有试过。一个经常用来说明不用安全套的理由, 是错误地认为安全套不可靠。本练习要求参与者体验安全套的耐力。

##### 材料

安全套、水、两个水桶、杯子

时间

30 分钟

说明

步骤一

取两个水桶，其中一个注满水。

步骤二

打开一个安全套，并用标子向里面缓缓注水。保持安全套放在桶的底部。在安全套里注入至少 1 升水以后打结，使其成为水球。

（在与参加者做这个试验以前，先试验一下以确定注入多少水才使安全套胀大而不破裂。如果安全套破了，用另一个再试。）

步骤三

询问参加者从这个试验中学到了什么。指出安全套是十分结实的，并可适保于任何大小的阴茎。安全套可以容纳很多的水而不破裂。

步骤四

从包装中拿出另一个安全套，将其吹成报球打上结。向每个参加者发放一个安全套，并请他们将其吹成气球。在练习中，通过询问参加者是否有哪个人因阴茎大而放不进安全套等这类问题而增加一些幽默。

步骤五

让参加者轮流将水注入安全套。

练习 9.5

安全套使用的图片

目的

激发大家对不同的感染艾滋病病毒危险状况进行讨论。

背景

图片是描述常见情景的简单黑白图画或草图，用来激发人们的讨论。这些情景反映了一些与安全套及艾滋病行为选择有关的状况缩影。每张图片的背面是提供给同伴教育者的一些描述，以及问题建议。设计这些图片是为了引发积极和热烈的讨论。

材料

图片（实际大小见附件）

时间

1 小时

## 说明

### 步骤一

将图片展示给参加者，要求他们看图想象和解释他们看到了什么。讨论在图片上表现的情况下他们当中是否常见，并且说明个人采取行动的重要性。提出下面列出的问题，以进一步引发讨论。注意不要提供太多的信息。（图片说明是供同伴教育者的。让参加者先猜想，他们认为图片是说明了什么。只有在参加者无法猜出接下来会发生什么，再给在家念出图片 说明的内容。）

### 图片内容

一位穿制服的男性正在与一位不是他妻子的年轻女性一起喝酒。她殷勤招呼这个男人。

### 问题：

- 描述一下你认为图片上正在发生什么。
- 你猜想这位男性正在想什么？
- 这位女性正在想什么？
- 你认为这位男性会怎么考虑他的妻子？
- 他很可有会做什么？
- 为什么你会认为这位男性会与这位女性发生性行为？
- 你认为他对安全套会有什么感觉？
- 这位男性如何才能控制这种局面？

### 图片内容

任何与临时性伴发生的没有使用安全套的性行为都容易感染艾滋病。接受艾滋病自愿咨询与检测使他们获得新的生活。无论艾滋病病毒感染状况是阳性还是阴性，都建议使用安全套。

### 问题：

- 在该图片上将会发生什？
- 为什么为位男性想接受自愿咨询与检测？
- 在知道检测结果之前他是什么样的感觉？
- 你认为得到结果后他会使用安全套吗？

### 图片内容

一位男性和一位女生走进卫生院寻求性病检查。女性腹痛。发果使用了安全套，就不会发生这种情况了。

### 问题：

- 描述你认为图片上发生了什么。



- 穿制服的男性去哪里寻求性病治疗？
- 治疗后告诉他们的性伴吗？
- 描述在制服部门有关性病治疗服务的提供情况。
- 这样的服务有人 使用吗？如果没有，为什么？
- 你认为在药房购药治疗性病有什么缺点？
- 这位男性如何才能控制这种局面？

图片内容

妻子在夫的制服里发现了安全套，两人大吵了一场。

问题：

- 描述你认为图片上发生了什么。
- 你认为这些女性为什么会有这样的反应？男性会如何反应？
- 这位男性很可能会做出什么不同的反应？
- 这位女性很可能会做出什么不同的反应？
- 妻子是否会接受丈夫婚外使用安全套？
- 预先对这一话题进行沟通是否能够有助于控制这种局面？

图片内容

一位警察叫住一位他喜欢的女学生。警察告诉她，她很漂亮而且他有一件小礼物要送给她。

问题：

- 描述你认为图片上发生了什么。
- 为什么你认为这个女学生会接受礼物，并且会与这位男人发生性行为？
- 你认为这位女孩会要求男性使用安全套吗？
- 你是否认为因为这位女孩年轻而不会感染艾滋病病毒吗？

图片内容

一个土拴在执行任务时跟一位性工作者在帐篷进行了性交易。

问题：

- 描述你认为图片上发生了什么。
- 为什么你认为这位男性想与她发生性行为？
- 为什么你认为这位女性会接受？
- 你认为与这位女性发生性行为时，他会使用安全套吗？
- 你认为这位女性会要求男性使用安全套吗？

图片内容

一个妇女在丈夫的制服裤子里发现了安全套。

问题：

- 描述你认为图片上发生了什么。
- 你认为妻子的反应会怎么样？
- 你认为接下去会发生什么？
- 为什么她会告诉她的丈夫？
- 为什么也不会告诉她的丈夫？
- 丈夫的反应会是怎样？
- 有没有可能男性使用安全套而不会被妻子发现？
- 丈夫和妻子如何讨论婚外使用安全套的问题？

图片内容

两个制服人员抓住了两个携有走私物品的妇女。两名妇女没有钱付罚款。这两位男性要求她们当天晚上到他们的帐篷中去“还债”。

问题：

- 描述你认为图片上发生了什么
- 为什么这两个妇女不敢拒绝这两位男性的性要求？
- 为什么你认为男性应该使用安全套？
- 你认为这两个妇女会建议男性使用安全套吗？
- 这个“债务”问题如何以其他方式解决？
- 男性接受性贿赂道德吗？

图片内容

一个穿着迷彩裤赤裸上身的男人紧紧地抓着一位妇女的手腕并且另一只手打她。她退缩并试图保护自己，另外一只手攥着安全套。

问题：

- 这种情景现实吗？
- 你认为正在发生什么？为什么会发生？
- 你认为发生争吵的原因是什么？
- 你认为可以用其他方式来解决这一问题吗？

练习 9.6

有关安全套的事实、观点与谣言

目的

让参加者区分什么是关于安全套的事实、观点和谣言。

## 背景

人们经常寻找不使用安全套的借口。结果毫无疑问，他们接受了许多有关安全套的错误信息。

## 材料

无

## 时间

30 分钟

## 说明

### 步骤一

在下面陈述中选出 5 到 6 个你认为对参加者最重要的，并加上你所听到的各种假谣言。

### 步骤二

告诉参加者他们将进行“事实、观点和谣言”的游戏，并且会要求他们对这些有关安全套的陈述进行分类。当读出一条陈述后，他们主不用以下手势来表达他们的观点：

事实：举起一只手；

观点：将两只手放在头上；

谣言：在身体前方双手交叉。

### 步骤三

每次立阅读一条以下的陈述问题。让参加者做相应的手势（开始时也许需要练习几次）。询问几个参加者为什么他们对每个陈述都采用一种特殊的手势。（如果他们对这些陈述的回答不一样，让他们互相纠正。）

- 戴上安全套的性交不是“真正的性交”（观点）
- 安全套可以预防性病和艾滋病（事实）
- 安全套总是会破裂（谣言）
- 安全套会掉进女性的体内（谣言）
- 安全套可以避孕（事实）
- 安全套与艾滋病病毒相关联（谣言）
- 安全套意味着你不忠诚（观点）
- 使用安全套后还是有感觉的（事实）
- 安全套只用于临时性伴（观点）
- 安全套使用简单（事实）
- 戴上安全套后性交不快乐（观点）
- 加上润滑剂的安全套感觉很好（观点）

- 安全套令人尴尬（观点）
- 安全套是针对性工作者的（观点）
- 安全套花费太大（观点）
- 安全套引起不适和疼痛（谣言）
- 使用安全套后，你就感觉不到与性伴的亲密关系（观点）
- 使用安全套表明你关心你的性伴（观点）
- 安全套增加了性乱（观点）
- 安全套在相互忠实的稳定性关系中没有必要（事实）
- 安全套是乳胶制造的（事实）
- 一个型号的安全套适用所有人（事实）
- 质量差的安全套进入了我国（谣言）
- 安全套是经过电子检测的（事实）
- 安全套可以吹成足球那么大（事实）
- 安全套可以阻止血液循环并会扼伤阴茎（谣言）
- 只有抽出安全套后，才能看到它是否破裂（事实）

#### 步骤四

拿一个明显错误谣言（如“安全套与艾滋病病毒相关联”）做例子，询问所有参加者以下的问题：

- 你认为为什么这样的谣言会一直存在？
- 谣言的后果是什么？

（按照答案，你也许可以提供一些涉及到害怕、无知、固执和不承认等方面的例子。）

#### 步骤五

选择有明确观点的例子，包括负面和正面的（如“使用安全套后，你就感觉不到与性伴的亲密关系”，和“使用安全套表明你关心你的性伴”）。询问参加者以下问题：

- 这些观点与事实有什么不同？
- 观点是对的还是错的？为什么？

#### 练习 9.7

不使用安全套的借口

目的

让参与者弄清不使用安全套的原因

背景

以下列出的是人们不想用安全套的常见借口，以及对这些借口的可能应对方法。

材料

白纸、挂图纸或黑板（备选）

时间

30 分钟

说明

步骤一

让参加者考虑这一系列借口，并确定哪些是最常见的。如果有可能，在白纸、挂图纸或黑板上将它们列出来。

步骤二

针对第一个借口，提供 3 个应对方法。针对其它的借口，询问参加者在提供下列应对措施之前是否可以考虑答案。

步骤三

询问他们是否认为这些应对方法是现实的，并且能够被这些人所采纳。

借口 1：你认为我有病。

- a) 我不想我们任何人一方感染上艾滋病病毒。
- b) 许多艾滋病病毒感染者并没有症状。
- c) 我们当中没有人会有病，但骤防万一不是更好吗？

借口 2：但是安全套没有用。

- a) 如果我们正确使用，安全套是有用的。
- b) 安全套甚至也可能是有趣的。
- c) 我从来没有遇到过安全套破裂。

借口 3：安全套扰乱了我的情绪。

- a) 你习惯了以后就好了。
- b) 为什么不试几次，然后再看看？
- c) 如果感到安全，它会让我感到更加放松。

借口 4：它们感觉不好。

- a) 但我们知道安全套可以保护我们。
- b) 我知道你对此并不喜欢，但目前安全套太重要了。
- c) 想想我们将会得到的是乐趣而不是安全套。

借口 5：它们让我感到下流和肮脏

- a) 目前安全套已经成为人们的一种生活方式。你会为大量的的人都在使用安全套而感到惊讶。

- b) 你知道对你关心和尊重。那才是最重要的。
- c) 因为不想在你希望怀孕之前让你怀孕，所以我想使用安全套。这与下流和肮脏无关。

借口 6: 我已经用避孕药来避孕了。

- a) 因为避孕药不能预防感染，所以我们同样要使用安全套。
- b) 避孕药对预防艾滋病和性病没有帮助。
- c) 太糟糕——没有安全套则无性行为。

借口 7: 我感到尴尬。

- a) 第一次以后，我再也不笨拙了。
- b) 我会去购买安全套，下次我们会使用。
- c) 尴尬并不会伤害任何人。

借口 8: 它们花费太多了。

- a) 当涉及我们健康问题时，我们不应该考虑花费的问题。
- b) 我负担得起。
- c) 与饮啤酒的费用相比，它的花费并不多。

## 第 10 单元 性传播疾病

### 读者须知

本单元介绍了性病的基础知识，包括其重要以及与艾滋病之间的关系。此外，还以常见的性病进行了描述。本单元有 5 个练习，这些练习提供了一些额外的信息。练习部分包括性病的传播方式、如何识别性病的症状和选择治疗。

### 性病的基本信息

#### 10.1 什么是性传播感染/疾病？

性传播感染与性传播疾病是同样一个概念。由于感染可以描述一些并非疾病的性传播感染，因此，目前象世界卫生组织这样的机构更加倾向于使用“感染”取代“疾病”。

#### 10.2 为什么要关注性传播疾病？

- 它们表明患者具有高危性行为，并且容易感染艾滋病病毒。
- 由于刺激和表皮炎症，从而艾滋病病毒进入体内提供了机会，因此明确地增加了发生艾滋病病毒传播的机会。

#### 10.3 对于空制服群体的关键问题是什么？

##### 及时和正规的治疗性病

穿制服群体往往不愿意去制服部门的医疗机构寻求性病治疗。他们经常不去治疗或者自己去药店买药治疗。获得可靠的治疗是非常重要的。

##### 确保所有的性伴接受检查和治疗

制服部门的男性人员在发生性病后，往往不愿意通知他们的固定性伴（妻子及固定女友）。性伴可能会被感染但并不表现出症状，甚至可以将性病反过来再传给已经治愈的男性。

#### 10.4 哪些是最常见的性病？

以下列出了目前发现的最常见的性病，以及感染的人群、疾病的症状和不给予治疗的后果。

##### 衣原体

男性：25%为无症状。男性在小便时可有疼痛或烧灼感和/或尿道口有水样或乳样的分泌物。

女性：75%无症状。女性可能会有阴道分泌物异常，不规则的阴道出血，伴有恶心和发热的腹涌或盆腔痛。感染可以引起尿痛、血尿或尿频、尿急。

男性及女性：感染可能会累及眼睛，导致眼部发红、瘙痒和刺激感。眼部的感染可能是由于感染者接触自身生殖器部位，然后又接触眼部所致。

婴幼儿：受感染的孕妇在分娩过程中可能会引起婴儿眼部的感染。

如果不治疗：可能会导致严重的并发症，诸如男性的非淋球菌性尿道炎（NGU）和女性的盆腔炎性疾病（PID）。如继续不治疗，盆腔炎性疾病常常会导致不育。婴幼儿的眼部感染如不接受治疗可能会导致失明。

##### 淋病

男性：患者可能有尿道口浑浊（粘稠、灰黄色）脓性分泌物，排尿时有烧灼感。部分男性无感染症状。

男性和女性：可能在接触传染源后的 2-10 天内出现症状。

女性：通常为无症状。部分女性有阴道脓性分泌物，不规则出血、尿痛和下腹痛。

如果不治疗：导致不育。女性盆腔炎性疾病（PID）。婴幼儿感染会导致失明。

##### 生殖器疱疹

男性和女性：此病由单纯疱疹病毒引起。有阴道，肛门或口交过程中通过皮肤与皮肤的直接接触传播。虽然部分人无症状，但大多数患者有瘙痒、刺痛或烧灼感，常常发展成生殖器或肛门周围的水疱样皮损。在接触传染源后的 2-10 天内现症状并持续 2-3 周。部分患者无症状。

如果不治疗：在感染了疱疹的患者中，33%的患者反复出现疼痛的水疱。生殖器疱疹的感染可能会增加发生宫颈癌的危险。在分娩过程中可能会感染婴儿。

##### 梅毒

男性和女性：对男性和女性来说，梅毒的症状往往是在感染后的 10 天至 3 个月内出现

在生殖器、肛门、口腔或咽喉部可以出现无痛性的硬下疳。如果在初期不给予治疗，在硬下疳出现后的 3-6 周内会出现皮疹，常见于手和足底部。皮疹通常也可以消退。其它症状包括脱发、咽喉疼痛、倦怠或低热。

如果不治疗：多年以后，最终可以导致心衰、失明和大脑及脊髓的受损。

#### 软下疳

男性和女性：症状为发生在阴道、阴茎和肛周部位及其周围的软的疼痛性溃疡，易出血。也可以出现腹股沟淋巴结肿大，疼痛，以及低热。

女性：很多人没有症状。可发生排尿或排便时疼痛、直肠出血、性交痛或阴道分泌物。

如果不治疗：软下疳患者非常容易感染艾滋病病毒，因为此病的溃疡易出血，从而使病毒容易侵入机体。

#### 尖锐湿疣

男性和女性：生殖器疣是由于性接触过程中病毒传播所致。通常在生殖器、肛周及咽喉部及周围以小疣体成簇生长。根据部位不同，疣体可以呈粉红色、棕色或灰色，质地柔软；也可以是灰黄色，质地较硬。不常见。

如果不治疗：生殖器疣会造成生殖器部位毁形，外观难看。治疗后可能不会造成永久性损害。

#### 毛滴虫病

女性：此病是一种阴道感染，绝大多数是通过性交传播，但也可以通过潮湿物品，如湿衣物、毛巾、浴衣等传播。症状包括排尿时烧灼感，泡沫样的阴道分泌物，有异味，阴道口红肿。

男性：男性患者通常无症状，但可能会有少量分泌物和/或皮损，感觉瘙痒。

如果不治疗：可造成尿道感染。

#### 盆腔炎症性疾病

仅女性：盆腔炎症性疾病会影响输卵管、子宫内膜和/或卵巢。通常由未治疗的性病所致，如衣原体或淋病，这些疾病的病原体经宫颈侵入生殖系统。虽然症状在个体间有所不同，但最常见的症状为盆腔部位的疼痛。其它的症状可以包括尿频和/或排尿时的烧灼感、突然发热、恶心或呕吐、阴道分泌物异常和/或性交出血或疼痛。

如果不治疗：导致不育或异位妊娠。

### 练习 10.1

#### 接触者追踪

#### 目的

增强参加者及其性伴对及时治疗的性病重要性的认识。



## 背景

如果性病患者不确保其性伴也接受治疗，而继续与同一性伴发生无保护的性行为，那么他们则存在重新感染性产现的危险。

## 材料

无

## 时间

30 分钟

## 说明

### 步骤一

请自愿者分别扮演性病诊所的病人和诊所工作人员。

### 步骤二

要求自愿者按下面的故事素材进行一分钟的角色扮演：

一等兵史密斯终于鼓起勇气去了船上的医务室，检查自己阴茎上出现的一个红色疱疹。工作人员对他进行了检查并告知他患了性病，同时要求他带妻子和其他性伴来治疗。一等兵史密斯感到很尴尬和焦虑不安。他告诉工作人员他无法做到这一点。工作人员向他解释防止将性病传给其他人是非常重要的。

### 步骤三

向参加者询问如下问题。（确保大家对每个问题进行了充分回答后再进入下一个问题。）

- 发生了什么事情？
- 为什么会发生？
- 造成了什么问题？
- 在你认识的人中是否也发生过这样的问题？
- 在事情发生的情况下能够做些什么？
- 为什么同时治疗性病患者及其性伴是很重要的？

### 步骤四

在练习结束前，需要对参加者提了的部分要点（如他们亲朋好友的实例、伴侣间交流不够、人们的否认、严重的尴尬心理）进行总结。

## 练习 10.2

### 性病的圆圈游戏

#### 目的

进一步了解性病是非常容易传播的，以及探索不同的预防措施。

#### 背景

使用安全套并非预防性病的唯一方法：另外两种方法包括节欲及与未感染的性伴之间彼此保持忠诚。本练习还将表明性病是很容易传播的，但同时将介绍三种不同的预防传播方法。

材料

索引卡或白纸

时间

20 分钟

说明

步骤一

将“节欲”两个字写在一张索引卡（或白纸）上，将“彼此忠诚”写在第二张卡片上，将“使用安全套”写在第三张卡片上，第四张上写“与许多性伴发生无保护的性行为”，以及第五张上写“性病”。

步骤二

请五名参加者来取卡片。将一张写有“性病”的卡片交给一名参加者，并让他将卡片上写的内容给其他人看。将剩下的卡分分给另个四名参加者，并且要求他们不要看卡片上的内容，也不让别人看到。

步骤三

将持有“性病”卡片的参加者的眼睛蒙上，并让他站在另外四名自愿者围成的圆圈中间。

步骤四

辅导员一直旋转这名持“性病”卡片的自愿者直至他/好辨别不清方向，然后让他/她从四人围成圆圈中选出一名自愿者。这名被选中的自愿者将念出其卡片上的内容，并展示给所有参加者。询问这名自愿者，根据其卡片的内容，他或她是否容易感染性病。

步骤五

指出，忠诚于伴侣、节欲或支持使用安全套的人非常不容易感染性病。而与许多不同性伴发生无保护性行为者容易感染性病。

步骤六

那个被选中的自愿者不要离开游戏，并且继续上面的过程，直到所有的自愿者都被选中为止。所有的参加者都可以参加各种观点的讨论。

练习 10.3

有关性病的是与非

目的

学习性病的基本知识

## 背景

本练习是通过判断所列陈述的对和错来学习性病的基本知识。

## 材料

白纸（备选）

## 时间

15 分钟

## 说明

### 步骤一

将陈述的内容逐项念出来或将它们事先与在折起来的纸上（一张纸上写一条陈述）。如果是事先写好的，则让参加者选择其中一项陈述。

### 步骤二

向参加者解释，在本次活动中将与大家一起讨论有关性病的知识，在一张纸上或挂图板上写上“STI”，并解释这 3 个字母代表的含义：

S—性的      T—传播的      I—感染

说明一下，有些人使用 STD（性传播疾病）。

### 步骤三

向参加者仔细解释，艾滋病病毒和艾滋病也是性传播疾病，但在本单元内我们将重点讨论的是“典型的”性病：即除艾滋病以外的所有性并不是。在其他单元里将详细讨论艾滋病。告诉参加者，你会明确指出，你所谈论的性病是否包含艾滋病。

### 步骤四

将参加者分成两组。要求每组成员站在一起，另一组成员站对面。告诉他们将要进行一次比赛，得分高的那组将为胜者。选出一名记分员。

### 步骤五

向参加者介绍下列规则：

每一组将选择一项陈述或将其内容念给他们听。这一组经过共同讨论后必须确定这项陈述是对还是错。然后由一名成员将内容读一遍并给出本组的答案。如果小组的答案正确会得到两分，如果小组能够对正确答案进行解释，则再扣一分。如果小组的答案是错的将不得分。每当小组回答错误时，则给出正确的答案并进行解释。

#### 1. 人们总能断定是否感染了性病。

（错误。人们感染性病后可能没有任何症状。这种情况尤其在女性中更加常见，因为她们的性器官在体内。然后，感染了某此性病，如衣原体的男性患者也可以没有症状。人们在感染了艾滋病病毒后通常在很长时间，有时甚至数年内都没有症状。）

2. 采取适当的治疗后，除了艾滋病病毒感染外其他所有性病都能治愈。

（错误。疱疹是一种由病毒引起的性病，目前还不能根治。其他的都可以治愈，但不要延误治疗。）

3. 性病的病原体只能够通过女性的阴道或男性阴茎侵入机体。

（错误。引起性病的细菌和病毒可以通过机体的任何粘膜部位，包括阴道、阴茎、肛门、口腔，以及在有些情况下还可以通过眼睛进入机体。艾滋病病毒还可以通过共用针具而进入血液。）

4. 通过与同伴握手、交谈、散步或跳舞是不会感染性病的。

（正确。性病是通过与感染者密切的性接触传播的。）

5. 许多本可以治愈的性病如果没有治疗，则会导致严重的并发症。

（正确。某些并发症能够导致女性不育。如果婴儿眼睛感染了衣原体而没有给予治疗，则可能会导致失明。其它的并发症可能会导致的心衰或脑部损伤。）

6. 性病患者不应该发生无保护的性行为，因为他们更容易感染或传播艾滋病病毒。

（正确。因为开放性溃疡或炎产下部位就象一个敞开的窗口，使艾滋病病毒能够进入。）

7. 如果安全套使用正确且没有破损，性病是无法透过安全套的。

（正确。性病的微小病原体不能透过乳胶（男性安全套）或聚亚安酯（女性安全套）。）

8. 男性之间发生性行为时是不会感染性病的，因为男性的性病只是来源于女性的阴道感染。

（错误。男性可通过与其他男性的肛交感染性病。男男同性之间的感染与男女异性之间的感染相同。）

## 步骤六

继续进行这种游戏，直至所有陈述都念完。由记分员宣布获胜组。可以用[发全套或其他物品作为奖品颁发给获胜组。

## 练习 10.4

### 性病的名称与症状

#### 目的

使参加者熟悉不同的性病，症状和不予治疗所产生的一的后果。

#### 背景

性病的存在可以明显增加性行为过程中人与人之间艾滋病病毒传播的机会。

#### 材料

挂图板，黑板或纸张

#### 时间

45 分钟

说明

步骤一

同伴教育者给大家念出前面单元中有关性病的基本知识，作为本练的背景信息。

步骤二

练习开始前，先在挂图板、黑板或纸上定出下列性传播疾病。除了它的医学名称外，留出空间让使用通俗语言或当地语言写出不同性病的相应名称。

性传播疾病常用名称/当地语言的名称

淋病

梅毒

疱疹

软下疳

衣原体

尖锐湿疣

盆腔炎症性疾病

毛滴虫病

步骤三

将这一列性传播疾病展示给大家。说出生个名称（每次说出一个），要求参加者针对该性病提供的常用的俗称或当地的名字。指出，虽然艾滋也是一种性传播疾病，但在本次练中不被纳入。

步骤四

向大家说明，这里谈及的症状和体征并不包括艾滋病的症状与体征。需要提醒参加者，许多性病患者并没有任何症状或体征，以及人们可以感染一种以上的性症。

男性体征

- 阴茎有分泌物（绿色、黄色、脓性样）。
- 尿痛、排尿困难、尿频。
- 腹股沟腺体/淋巴结肿痛。
- 生殖器部位疼痛性或无痛性水疱和开放性溃疡。
- 皮下结节。
- 生殖器部位疣体。
- 四肢非瘙痒性皮炎。
- 生殖器部位瘙痒或刺痛感。

- 流感样症状（头痛、不适、恶心、呕吐）。
- 发热或寒战。
- 口腔溃疡。

#### 女性体征

- 不规则出血。
- 下腹/盆腔疼痛。
- 阴道分泌物异常（白色、黄色、绿色、泡沫状、多泡样、凝乳状、脓性、有异味）
- 阴道肿胀和/或瘙痒，宫颈肿胀。
- 性交疼痛或困难。

#### 步骤五

让参加者列出他们认为在穿制服群体中最常见的性病。

#### 步骤六

要求参加者描述他们自己（或亲朋好友）曾经患过的任何性病，及症状。

#### 步骤七

告知参加者，性病如不进行治疗最终可以导致严重的，有时是危及生命的并发症。阅读以下有关性病未治疗引发的并发症（如可能，将其写在挂图板、黑板或纸上）：

- 不育
- 失明
- 盆腔炎症性疾病
- 宫颈癌
- 感染新生儿
- 增加艾滋病病毒感染的危险。

#### 步骤三

在“增加艾滋病病毒感染的危险”旁边作一个星号，并告参加者：有些性病可以使艾滋病病毒传播的危险性增加 3-10 倍。艾滋病病毒感染也可以增加某些性病的传染。这与生殖器部位的开放性溃疡及其他性病有关。

#### 步骤九

询问参加者在有关性病的体征、症状和并发症方面是否还有什么疑问。在性病基本信息单元的开头部分寻找相应的答案。

#### 练习 10.5

##### 性病的治疗

##### 目的

加强对寻求性病下规治疗重要性的理解。

### 背景

如果治疗不当，性病不仅不会好转，反而会加重。此练习将有助于参加者考虑治疗的意义。

### 材料

白纸

时间

1 小时

说明

### 步骤一

在 4 张纸上分别列出下陈述：

1. “我觉得自己患上了性病。但要感谢上帝，现在我的症状消失了。我不再担心了。”
2. “我确定自己患了性病。但我从药剂师那里得到了一些抗生素，因此，现在感觉好多了。我甚至不必完成全部治疗。”
3. “我的男性伴有分泌物。我没有症状。我确信自己没有感染。我想也许我感染上了性病，但我没有勇气去门诊看病。”
4. “我阴茎上有一处红色疱疹，我在市场上从一个年轻人手里买了 4 粒蓝色药片。这些药比药店里的便宜。很长时间后疱疹消失了。”

### 步骤二

告知参加者，一个患有性病的人，可以传染给他人而不表现出症状。每组发一张纸，并且经求他仔细地阅读问题的所在。假设这是他们的一个朋友所面临的情况。请参加考虑应该给，朋友什么样的建议。

### 步骤三

就提出的建议进行组与组之间的交流。如果参加者没有考虑到下列这些要点，可以将它们加进去。

1. “我觉得自己患上了性病。但要感谢上帝，现在我的症状消失了。我不再担心了。”
  - 可能是感染上性病且表现出症状，后来症状消失了。
  - 这样不表明你还没有感染，而且有可能传染他人。
  - 去诊所检查。
  - 你应该使用安全套。以免感染其他性病。
2. “我确定自己患了性病。但我从药剂师那里得到了一些抗生素，因此，现在感觉好多了。我甚至不必完成全部治疗。”

- 不坚持完成抗生素治疗并不是好主意，因为虽然症状会消失，但你仍可能患有性病。
- 抗生素治疗中途停止可能会导致性病的病程延长和抗生素效果下降。
- 你花钱买了抗生素，你应该让钱花得值，将药全部用完。

3. “我的男性伴有分泌物。我没有症状。我确信自己没有感染。我想也许我感染上了性病，但我没有勇气去门诊看病。”

- 你可能感染了性病而不表现症状。
- 你可能已经将性病付给你的性伴。
- 你应该鼓起勇气去门诊接受检查。
- 你应该考虑，你或你的性伴可能与别人有过无保护的性行为。你应该使用安全套。

4. “我阴茎上有一处红色疱疹，我在市场上从一个年轻人手里买了 4 粒蓝色药片。这些药比药店里的便宜。很长时间后疱疹消失了。”

- 性病的症状虽然消失，但感染可能仍然存在。
- 也许你认为你省了钱，但如果使用的药物不对，就会没有效果，那你还是没有省钱。
- 你应该使用安全套，感染了性病就表明你容易感染艾滋病病毒。
- 你应当去门诊接受检查。

#### 步骤四

要求参加者思考从这个练习中获得的经验教训是什么。他们应该提及到以下方面：

- 你中能感染了性病而没有表现出症状，并且可以传染给其他人。
- 你应该按医嘱接受全程治疗。
- 你应该使用安全套以免再次感染性病。
- 在怀疑可能感染性病时，应该去门诊寻求恰当的治疗。

## 第 11 单元 酗酒和吸毒

### 读者须知

本单元介绍酒精和毒品对人们性行为决定的影响，以及与艾滋病和性病预防之间的关系。全球范围内，穿制服群体中最大的问题是酗酒。在世界上的某一些地区，静脉注射吸毒是一个严重的问题，常常导致共用针头和注射器静脉注射毒品，如海洛因和速效可卡因等。在许多国家，共用针头和注射器是导致艾滋病病毒传染上升最快的传播模式。对于制服人员中很少有人进行静脉吸毒和国家，可能没有包含静脉吸毒这一部内容。本单元的四个练习是用来让参加者了解酒精和毒品是如何通过削弱人的判断力来影响人的行为选择的。这些练习采用了一系列的图片和实例来激发大家的讨论。

### 酗酒与吸毒的基本信息

#### 11.1 酒精在艾滋病病毒感染中发挥什么样的作用？



酒能激发绝大多数人对性的欲望。男性朋友喝完酒后光顾技院是个惯例。在某些供酒的地方，如酒吧、舞厅及餐馆，可以发现卖淫妇女。酒学会消弱人的判断力。它会消弱一个人拒绝性工作者或使用安全套的意志。一个可能主观上想使用安全套，但由于喝得沉醉而会忘记。再者，喝醉酒的人动作粗鲁，在使用安全套时很可能导致安全套的破裂。

### 11.2 酒精和毒品产生的影响是什么？

酗酒和使用毒品能够消弱人的思考能力和判断能力。人们在酒精和毒品的影响下，可能会发生一些平时不会发生的危险。包括做一些使他们容易感染性病，包括艾滋病病毒感染的事情，诸如不使用安全套的性行为。在共用被污染针头的情况下，静脉吸毒明显地增加了艾滋病病毒传播的危险。然而，诸如摇头丸、麦角酸二乙基的酰胺（LSD）、大麻或可卡因这类经口服用或吸入的毒品也可以使人处于危险，因为它们会影响人的判断能力，使人难以避免危险的性行为或讨论安全套使用的问题。即使只有一次与感染了性病或艾滋病病毒的人发生性行为时没有使用安全套，或与这样的人共用了一次注射针具，都有可能导致感染。

### 11.3 在酒精和毒品改变人的行为方面有什么事例吗？

这些方面的事例包括：酗酒后变得好斗、无法驾驶、激发性欲、不能正确使用安全和缺乏冷静地决策。性侵犯，如强奸也有可能发生。当男人成群出去喝酒，并且喝得大醉时，他们甚至会互相怂恿与性工作者发生性行为。即使那些很不感兴趣的人也会在其他人的压力下加入到他们的行列。

### 11.4 为什么穿制服群体容易染上酗酒和吸毒？

穿制服群体往往比较年轻且远离家庭。他们大部分时间无事可做，长时驻守在边境地带的闭塞地区，或者远离城镇和家庭，他们长时间被限制在营队里。制服人员经常处紧迫情况，如战斗，需要处理敌对分子，或者在上级长官的严格管理之下。在这种情况下，他们有可能会通过酗酒和吸毒来放松自己。

### 11.5 人们如何避免酒精和毒品所造成的性病/艾滋病病毒感染的危险？

最简单的方法就是不要酗酒和使用毒品。另一种方法就是适量的饮酒，不用别人帮你点酒或替你斟酒。可以将每天的酒量分顿饮用，或者喝完一定量的酒后改喝一些其它的软饮料及水。找朋友监督自己，或者两个人之间相互监督都可以减少过分酗酒、吸毒或发生不使用安全套性行为中能。穿制服群体的团队精神可用来指导他们保护自己，而不是用来将他们置入艾滋病病毒感染的危险之中。

### 11.6 除了酒精外，哪些毒品会削弱人们的判断力？

在导致人们与临时性伴发生无保护性行为方面，酒精是目前为止影响最大的。其它的毒品也能影响判断力并刺激性欲。大麻、可卡因、速效可卡因、亚硝酸酯（“爆破者”）

或摇头丸，以及酒精等都是与社会聚会有关，容易使人们减少对感染性病的恐惧，动摇人们采取使用安全套这类保护措施的决心。

### 11.7 为什么酒吧和聚会的地方是危险的场所？

在集会上或酒吧里相遇的临时性伴通常会带来危险，因为他们多半同时或先的一有许多个性伴。酒吧、舞厅或餐馆也可以见到性工作者。由于不可能单靠外观来判断一个人是否感染了艾滋病病毒，因此任何人都有可能感染了艾滋病病毒或其他性病。当两个人酒兴“高涨”或“兴奋”，加之灯光昏暗和吵闹的音乐，许多人会想到即时享乐而根本不会使用安全套。

### 11.8 各种毒品对身体的危害是什么？

物持 直接作用 潜在作用

酒精 心跳加快及衰弱；共济失调，注意力 肝，心脏及脑损害；酒精中不集中和压抑；感觉恶心，粗暴，爱 毒

交际，有暴力倾向和沮丧

可卡因 心跳加快，血压升高；过于自信，焦虑；躯体感觉敏感；颤抖

心脏问题，癫痫发作，肺部受损，皮肤溃疡及感染；偏执狂，暴力个性，沮丧；贫穷

结晶美沙酮 心跳加快，性冲动，警觉性加强，颤抖，呼吸不畅，口腔及嘴唇发干

呼吸不畅，身体异味，皮肤溃疡，腹泻，间歇性精神病

摇头丸 非常的友好，兴奋，热情，健谈

脱水，沮丧，神经受损

羟基丁酸（GHB）明显的神色呆滞、兴奋、分离感

呼吸问题，可能昏迷或死亡

洛洛因 冷静，欣快感，瞌睡，心率及呼吸减慢；恶心

便秘，肺部受损，性欲降低月经不正常，过量可致死

氯胺酮 用于马的镇静剂，神色呆滞、兴奋、分离感

判断力丧失，高度成瘾

麦角酰二乙胺（LSD）幻觉，自觉感觉增强；迷惑与惊恐

严重沮丧，幻觉，长期精神问题

大麻 使情绪更好或更坏；自觉愚钝，松懈，丧失时间概念；食欲增加

肺部受损，记忆力差，免疫力低下，精子数减少，月经不正常

蘑菇 幻觉，自觉感觉增强

辨认错误的蘑菇可导致疾病或死亡

氧化亚氮 幻听，眩晕，空白 由于缺氧导致大脑损伤

爆破者（Poppers）心跳和血流加快，机体感觉增强 由于缺氧而致头痛，吞下该药可导致死亡；能灼伤皮肤；口周及鼻周的皮疹

类固醇 痤疮，脱发，肌肉增多；暴力，沮丧；性欲减低。 心肌梗塞，肝癌，不育，阻碍生长；月经中断

静脉吸毒的基本信息

11.9 为什么注射毒品会使入处于感染艾滋病病毒的高危险？

注射毒品是传播艾滋病病毒及其它感染，如肝炎的最有效的途径之一。这主要是由于吸毒者间常常共用注射针头和注射器。一个吸毒者的血液往往会与毒品混合，然后通过另外一个的静脉直接注入体内。

11.10 如何避免注射毒品引起的感染？

避免与其他静脉吸毒者共用针头和注射器，每次注射前后用氯或肥皂和水清洗针具。如有可能鼓励脉吸毒者使用一次性注射器，或者参与一些能提供以旧针具换新针具的项目中来。有些组织可以向静脉吸毒者提供匿名帮助，协助他们解决对某些毒品，如海洛因成瘾的问题，并提供相应的治疗。

11.11 静脉吸毒现象在增加吗？

世界上一些地区的静脉吸毒现象正在增加。在有苏联的部分国家、印度和东南亚地区，发现静脉吸毒者人数有所增加。在许多国家，静脉吸毒的上升是艾滋病病毒流行显著扩散的主要原因。在前苏联的这些国家，通过与其他人共同针头和注射器而发生感染的人数估计占这些国家艾滋病感染人数的 80% 左右。

11.12 静脉吸毒与性传播之间有什么联系？

静脉吸毒与商业性工作及其它高危性行为存在联系，提示这种感染很容通过网络从静脉吸毒人群向非静脉吸毒人群传播。绝大多数新感者年龄在 25 岁以下。

11.13 为什么穿制服群体面临静脉吸毒的潜在问题？

社会经济和文化因素已经明显地加剧吸毒问题。要求年轻人服军役的国家会发现，军队人群中静脉吸毒者的比例比一般社会人群相似。例如，前苏联部分国家估计，在年轻男性中有大约 5% 的是静脉吸毒者，然而，尽管在军队内吸毒是违法的，估计仍有相同比例的年轻新兵是静脉吸毒者。由于吸毒是非法的，因此大多数吸毒行为是隐蔽的。

11.14 为什么针具会共用静脉吸毒？

共同吸毒针具有是非常普遍的，俄罗斯年轻人中开展的一项研究表明，在常规的吸毒者中有 60% 的人共用他们的“针具”。共用针具似乎并不仅仅是由于针具供应有限的原因，虽然这样考虑的方面，在把拥有针具视为非法和由警察执法的地区，人们更可能共用针具而不愿携带针具。在静脉吸毒者中似乎已经形成了一种很强的群体文化，这种文化鼓

励了针具共用和毒品的联合采购与制备。

#### 11.15 为什么接近吸毒人群是困难的？

正如绝大多数人群不信任吸毒者一样，吸毒者往往也不信任医疗机构，并对医疗机构所能提供的服务的保密性和人道性抱以很低的期望。年轻人同时还存在使用医疗服务的年龄障碍。似乎许多吸毒者并不与任何医疗或支持机构取得联系。这就要求通过同伴教育和建立网络的方式来接近这一脆弱人群。

#### 11.16 通过什么方法来帮助静脉吸毒者？

确保静脉吸毒者认识到共用针头和注射器与艾滋病病毒感染有关系是降低这种感染的第一步。同时还建议确保静脉吸毒者可以获取安全套和用于消毒注射器具有氯或酒精棉球。组织静脉吸毒者聚会或让他们与以往是吸毒者交流，也有助于向他们提供降低感染危险所需要的支持，并努力掉毒瘾。

#### 11.17 如何清洗针头和注射器？

在静脉吸毒的情况下，减少艾滋病病毒与肝炎感染危险的最有效方法是永远使用新的或干净的针头和注射器（常常称为“家伙”）。某些社区具有针具交换的项目，可以提供干净的针头，可以使用以下方法清洁针头：

1. 把注射器（针头）内注满清洁的水。
2. 摇晃注射器使针具充分冲洗。将注射器内的气泡排除。
3. 把水排到排水沟或其它地方，这样的水不可复复使用，且不能被其他人接触到。重复步骤 1-3，直到清洗的水中再看不到血液。
4. 在玻璃杯中倒上漂白剂。将针头浸入漂白剂中，并抽取漂白剂以充满整个注射器。将针头浸泡在漂白剂中至少 30 秒钟。
5. 把注射器的漂白剂排出，这样的漂白剂不可复复使用。
6. 用注射器重新抽取新的清水后再排出，至少重复三次，以保证所有的漂白剂都清洗掉。

针头和注射器一旦用过后就应该立即清洗，或到至少在滞留的血液干固之前清洁。绝对不与他人共用针头和注射器。即使是家庭成员或亲密朋友。最好是 将用过的针头和注射器丢弃到其他人无法发现的地方。

#### 练习 11.1

酒与穿制服群体

目的

思考酒消费的外部影响。

背景

喝酒和酗酒在制服部门是比较常见的，这些部门的工作性质与酒精消费有关。在本单元的练习中，要求参加者考虑他们生活和工作的环境，以及认真地思考他们的个人选择与责任。

#### 材料

白纸，黑板或挂图图（备选）

#### 时间

30 分钟

#### 说明

##### 步骤一

要求参加者列出的有与饮酒有关的积极方面，并将它们写在白纸，黑板或挂图纸上。这些积极方面也许包括：饮酒会让人感觉良好、忘记烦恼、更会交际、不太胆怯、减少压力，以及是一种庆贺特殊事件的方式。

##### 步骤二

要求参加者列出所有与多酒有关的消极方面，并将它们写在白纸，黑板或挂图纸上。这是消极方面也许包括：饮酒会让人感觉不适、次日头痛、对人动武、耗尽钱财，以及忘记使用安全套。

##### 步骤三

要求参加者列出会让空制服群体容易酗酒的特殊情形，并将它们写在白纸、黑板或挂图纸上。这些情形包括诸如：

- 与世隔离的岗位
- 感到厌倦
- 与家庭分开
- 友情或团队精神
- 处于高度紧张与危险情况下
- 有固定的收入
- 容易获得酒
- 来自同伴的压力

##### 步骤四

要求每个参加者考虑一下自己的情况，并且回答下列问题：

- 你为什么喜欢喝酒？
- 喝酒后让你感觉如何？
- 喝酒过量会让你感觉如何？

- 喝酒过量如何影响你的判断力？
- 你是否注意到一旦开始喝酒就很难戒掉？

## 练习 11.2

### 酗酒和吸毒

#### 目的

了解酗酒的消极影响。

#### 背景

饮酒被认为是性病和艾滋病 病毒感染的一个危险因素。特别是如果一个人酗酒，则更是如此。酒精能够削弱人的判断力。对那些平时性交中希望戴安全套的人来说，饮酒后的晚步可许他会丧失自己的意志。与喝醉的性伴沟通安全套的使用是非常困难的。酗酒也对女性施暴有关。许多商业性工作者害怕醉酒顾客的暴力行为。酗酒同样也与家庭经济收入的使用或滥用有关。

#### 材料

无

#### 时间

1 小时

#### 说明

#### 步骤一

大声朗读或者叫让一位参加者大声朗读以下每个故事 1-2 遍，然后要求他们回答每个故事的相应问题。

#### 故事一：人身攻击

一名在一家大市场入口处执勤的年轻警察注意到一群十几岁的女学生每天从这里经过。有时她们会停留下来和他闲聊几句。他发现其中一位特别漂亮和性感。她的名字叫玛丽。尽管他在这家市场里有好几位女友，而玛丽却是他梦想得到的，但玛丽每次都委婉地拒绝他的请求。在他的心目中似乎玛丽变得一到比一天漂亮和性感。然而，不管他是怎样用尽办法说服玛丽，玛丽都表示没有想过也没打算跟他呆在一起。这位年轻的警察有一个嗜好，就是每次下班之后都会到附近一家酒吧喝酒。这是一种非常烈性酒，他经常 酩酊大醉，一天傍晚，他喝完酒后摇摇晃晃地要返回营地，看到远入玛丽提着刚侧为家里买的新鲜面包。她看上去非常的迷人。在她没有穿学生装的时候，她更象个女人，而不像是一个学生。当好用手来搂她的时候，她并不乐意见到他，对此他感到很惊讶。她告诉他已经喝醉了，并要求他放开。这让他感到非常的恼火，并且决定给她看看。他把她的手扭在背后并强迫她去附近的灌木林中，狠狠地扇了她几个耳光后使她安静下来。后

来他强奸了她。事后，玛丽躺在地上哭泣。她的衣人服被撕破和沾满泥土，面包摔了一地。她被警告如果将此事告诉别人，他还会狠狠地教训她一顿。

#### 问题

- 你认为饮酒过量后有可能丧失判断力吗？
- 你知道什么人有过酒后施暴的行为？
- 你认为人们喝酒会达到失去控制力的时候吗？
- 玛丽能够做出什么，来避免这种情况吗？
- 在玛丽遭到强奸后，你想象中可以发生的最坏的事情是什么？

（说明这种可能性：玛丽被他强奸了几次并最终从他那里感染了艾滋病病毒，但两人都不知道感染了该病毒。玛丽后来怀孕了，但他不认是孩子的父亲。婴儿出生时检查艾滋病病毒阳性，玛丽发现自己感染了艾滋病病毒。他换了另外一个职位，否认自己感染了艾滋病病毒，并且继续与其他的女人发生无保护的性行为。）

#### 故事 2：酒能使人变穷

约翰被安排到一个偏远的边境小镇工作，由于当地没有住房，他被迫将家里人留在村里。四个月过去了，他每天都在思念家人。实际上，他非常想家，只有通过饮酒来放松自己。开如的时候只是在工作之后与其他人一起喝上少量几瓶啤酒。后来他发现，每天早上他需要干的第一件事情就是喝上一瓶啤酒，这样才能振作精神上班工作。部分原因在于每天在偏远的边境哨所里站岗几乎没有什么事情可做。实际上，思念他的家庭，以及生活在这样一个荒无人烟的地方使得他每天饮酒的量越来越多。他甚至悄悄地戴上一小瓶烈性酒在身边，在执勤的时候也不免史上一口。朋友发现他已经不是原来的他了。他经常会为了一些微不足道的事情与朋友争吵，甚至与他最好的朋友打架，后来两人互不理睬。有一天，他喝得酩酊大醉以至于走路都有困难，执勤时被他的上司送回营地。买酒花去他许多薪水以至于几乎剩不下什么寄回家。他的妻子靠在集市卖点小东西挣钱。但是在没有生意的日子里，她发现只有靠卖淫来挣一些钱抚养四个小孩。尽管她知道在性行为中应该使用安全套，但她发现如果在性交易中要求对方使用安全套，一些男人就不会与她进行性交易。

#### 问题

- 你认为有可能会开始只饮少量的酒，而最终会发展成饮酒过量吗？
- 你认为什么人曾经在饮酒后大发脾气和与别人争吵吗？
- 你认为有人会因为感到无聊或孤独而喝酒吗？
- 你认为这位妻子了解自己的处境是什么吗？
- 你能想象这个家庭将要发生的最坏的事情是什么？

（说明这种可能性：这位妻子从别的男性那里感染了艾滋病病毒，后来又将病毒传给了她的丈夫。之后她怀孕并生了一个孩子，出生时艾滋病病毒阳性。这对夫妻最后死于艾滋病，并留下了五个可怜的孤儿。其中一个感染了艾滋病病毒。

### 故事 3：酒能降低人的警惕性

这天有一场重要的足球赛事，约翰和彼得被派到赛场维持治安。他们无法与朋友一起坐在 球场内观看足球比赛，而只能在场外维持秩序。比赛过程中，他们每个人喝了两瓶啤酒。当欢呼的人们从赛场涌出来庆祝当地球队获胜的时候他们仍然需要坚守岗位。赛后，有人告诉他们有一个地方有许多酒吧，男男女女人在那里唱歌，跳舞和喝酒。他们去了那里并在那里结识了一群朋友，他们邀请他俩一起喝酒。这对他们来说是一个很大的诱惑。似乎除了他们俩人人都找到了乐趣。他们痛快地喝了一顿后，感觉真的很好。之后他们回到街上，那里仍然有很多球迷在庆祝球队的胜利。在一酒吧后面，他们看到五六个年轻男孩正在调戏两个在附件迪厅工作的女孩。他们撕破了她们的衣服，抚弄她们的胸部。酒精这时使约翰和彼得非常地粗鲁和粗暴，他们用执勤的警棒击打那些男孩的头部，那些男孩逃之夭夭。那两个女孩说。她们要感谢约翰和彼得地她们从那里男孩那里救出来并邀请他们到迪厅去。几个回合过后。约翰和彼得都喝得醉醺醺的。不仅他们发现自己和那两个女孩在迪厅的后厅。约翰先与那个女孩发生了性行为，并非常享受。彼得过了一会才开始。他从衬衣口袋里有一只安全套，他小心地打包装并带上安全套，才与另外一个女孩发生了性行为。

问题：

- 描述该故事会怎样发展下去。
- 你会对约翰提出什么有关饮酒的忠告？
- 你认为为什么这样的事情会发生在穿制服群体的身上？
- 约翰和彼得之间有什么不同？
- 你认为为什么彼得使用了安全套，而约翰没有？
- 约翰与那个女孩发生性行为的时候他在想什么？
- 彼得与另外一个女孩发生性行为的时候在想什么？
- 你认为他们俩第二天感觉会怎么？
- 你认为约翰的行为可能会出现会什么样的后果？

### 故事 4：注射毒品相当于慢性死亡

詹姆斯和马修来自同一个城镇，他俩同样面临着一个 前途未的未来。他们既没有工作也没有钱。他们和家乡里的其他年轻人一样对他们未来的生活不抱有任何的希望。他们开始喝上了一种当地自产的白酒并寻求一种更有效的方式来忘却他们对生活的绝望。他



们开始和一群会加工海洛因的年轻人混在一起，并经常进行静脉注射。就像其他 18 岁的年轻男孩一样，詹姆斯和马修被征集入伍，并被分配到西部边疆。他们发现，在那里有很多和他们一样的男孩对生活充满失望和沮丧。他们将自己隐藏的在私人用品内的针具拿出来供一组 10 个入伍新兵共用，用他们自己攒起来的一点钱购买海洛因进行静脉注射。由于他们害怕别人看见他们几乎没有机会适当地清洗针头和注射器。获得注射用具不是问题。他们对自己有一套针具感到的非常走运。很多人甚至不知道共同注射用品发生艾滋病病毒感染的危险，还有些人根本不在意。他们每天唯一考虑的是如何得到下一次注射需要的毒品，从而忘记了军队生活和惨淡的未来。他们并不是故意召集其他入加入他们的注射团伙，只有有人愿意一起出钱购买毒品，他们并不在乎与谁共用毒品。

问题：

- 描述该故事会怎样发展下去。
- 你对准备加入詹姆斯和马修团伙的人有什么关的忠告？
- 你认为为什么这样的事情会发生穿制服群体身上？
- 注射毒品的人与不注射毒品的人之间有什么区别？
- 你认为为什么他们会不清洗就共同注射器具？
- 这些男孩是如何看待他们的未来？
- 你认为如果这两个发现自己感染了艾滋病病毒他们会有什么感觉？
- 你认为谁能够帮助这两个男孩戒毒？

## 步骤二

复习一下这些讨论的要点，并且对这些教训进行总结。

## 练习 11.3

### 限制酒的消费

#### 目的

让参加者考虑控制过量饮酒的方法。

#### 背景

一些国家对饮酒有限制。这种做法的指导思想是如果消耗酒的机会减少，那么酗酒的可能性同样也会减少。

#### 材料

无

#### 时间

30 分钟

#### 说明

## 步骤一

与参加者分享下列有关控制酒的消费和毒品使用的观点，并提出相应的问题。

### 禁酒

在许多地方，酒是禁止出售的（如现在的一些穆斯林国家，几十年前的美国），但人们继续非法酿造和出售这一常常制造危险的东西——酒。人们也一如既往地喝酒。

- 你认为绝对禁酒是一个现实的解决办法吗？

### 限酒

在非洲的部分地区，例如通过限制婚礼的时间以及通过将酒吧开烽的时间仅限于白天或傍晚时间来达到减少饮酒的目的。但有些人提出，这样的结果会使饮酒更加集中在一个较短的时间内。没有简单的解决办法。

- 你听说过售酒的时间会有限制吗？

### 谁之过

许多酿酒者都是女性，她们靠卖酒的收入来支付学费和缴纳税费等。

- 如果人们饮酒过量，应该责谁或责备什么：酿酒者、酒本身，还是饮酒者自己。

### 醉酒司机

每个国家，许多恶性的撞车事件都是由于过度饮酒后驾车引起。

- 你认为吊销一个醉酒驾车的人的驾驶执照合适吗？

### 非法毒品

在许多制服部门，使用非法毒品，包括注射象海洛因这样的毒品的人是违法的。

• 你认为作为一个静脉吸毒者的朋友或同事应该将吸毒者交给他们的上司并由法庭上仲裁他们吗？

## 步骤二

复习讨论过的要点，并总结不同意见。

## 步骤三

与参加者分享如下有关个人选择与酒的消费的观点，并提出相应的问题。

### 酗酒

一些一认为限制酒的消费的法规只能让人们难以获得酒，但并不有阻止人们的酗酒行为。

- 你认为如何才能改变酗酒人的行为？
- 你认为如何才能确保你的饮酒量不超过你想喝的量？

### 保持控制

任何人喝酒过量都难以对自己的行为负责或控制自己的行为。头天晚上饮酒后发生的无

保护的性行为，第二天早上会感到后悔不已。

- 人们怎样才知道自己饮酒过量了？
- 人们怎么样才能避免饮酒超过限度？
- 你怎么才能够控制住自己的行为？

#### 攻击性行为

饮酒通常是一项愉快的社会活动，但过量饮酒常会臻使一个人具有攻击性，尤其会对妇女施暴。

- 如何才能减少男性在饮酒过量后对女性施暴？

#### 伙伴监督体系

这种伙伴监督体系已经被部分制服部门用来避免其工作人员饮酒过量。每个人在离开部门时被安排一个伙伴。当他们外出时，相互之间有责任监督饮酒的情况以及安全套使用的情况。

- 你认为这种办法在你们的部门能发挥作用吗？
- 这种伙伴监督体系对你有用吗？

越来越多的人认为，将静脉吸毒者送进监狱并不是最好的解决办法。更好的解决办法是确保静脉吸毒者能够通过不再共同针头和注射器，从而保护他们和其他人免受艾滋病病毒的感染。建议朋友或同事在愿意的情况下去保密治疗中心，那里他们可以得到专业的帮助，这样将增加他们戒毒的可能。

- 对你知道正在吸毒的人你会给他们什么样的忠告？
- 你认为静脉吸毒是一种非法行为，还是一种社会经济问题？

#### 步骤四

复习讨论过的要点。

#### 练习 11.4

有关饮酒的图片

目的

分析酗酒的后果。

背景

民法示图片是激发讨论某一话题的有效途径。这些图片表现了制服工作人员饮酒后可能会面临的一些不同情景。

材料

图片（大尺寸片详见附片）

时间

每张图片 15 分钟

说明

步骤一

将图片展示给参加者，要求他们看图说出看到了什么。讨论该现象在他人的生活中是否常见，以及说明个人采取相应行动的意义。为了引发进一步的讨论，向参加者提供下列问题。注意不要的供太多的信息。首先让参加者考虑对每张图片的想法。

一个看上去显然喝醉了的穿制服人员，周围一大推空啤酒瓶子。

- 该图片中发生了什么？
- 该男子为什么会出现在这种情景？
- 你认为他现在的感受是个么？
- 他为什么第要会喝那么多的酒（桌子上有许多空瓶子）？
- 这种表象可能导致一些什么样的问题？

（如果必要，提示一些想法：决定去寻求性刺激，喝醉酒后不愿意用安全套，钱用于喝酒而没有用于其他方面。）

- 该情景与性病或艾滋病病毒感染有什么联系？
- 为什么这种情景会发生在穿制服群体中。
- 怎么才能改变这种情景？

穿制服的男性正在酒吧里和一个女人喝酒。

- 该图片中发生了什么？
- 该男子为什么会出现在这种情景？
- 你认为他现在感受是什么？
- 为什么他在工作期间喝酒？
- 这种情景可能会导致一些什么样的问题？

（如有必要，帮助小组考虑以下方面：决定去寻求性刺激，喝醉酒后不愿意用安全套，钱用于喝酒而没有用于其他方面。）

- 该情景与性病或艾滋病病毒感染有什么联系？
- 为什么这种情景会发生在穿制服群体中？
- 怎么才能改为这种情景？

穿制服的男性一只手抓住啤酒瓶，举起另外一只手殴打他的妻子。

- 该图片中发生了什么？
- 该男子为什么会出现在这种情景？
- 你认为他现在感受是什么？

- 你认为这位女性的感受是什么？
- 这种情景可能会导致一些什么问题？  
(夫妻之间的关系紧张：缺乏对丈夫的信心；对妻子造成伤害。)
- 为什么这种情景会发生在穿制服群体中？
- 怎么才能改变这种情景？

在一家酒吧里，一群制服部门的人员和几个年轻女孩围在桌子旁边。桌子上放满了空酒瓶。酒吧服务员又上一次上了啤酒。一个男子掏出钱付帐。另一位男子示意他收起钱包并付给服务生一叠钞票。

- 该图片中发生了什么？
- 该男子为什么会出在这种情景？
- 你认为他现在的感受是什么？
- 为什么他这样急于要花他的钱？
- 这种情景可能会导致一些什么样的问题？  
(没有钱用在其他的事情上；不能很发了地抚养家庭；不能为朋友买东西。)
- 该情景与性病或艾滋病病毒感染有什么联系？
- 为什么这种情景会发生在穿制服群体中？
- 怎么才能改变这种情景？

### 练习 11.5

关于酒的话题的一分钟角色扮演

目的

分析酒削弱人的判断力以及引发侵犯性行为等不同情况。

背景

探讨由于过量饮酒而导致人的侵犯性行为是了解酒对每个参加者行为会有多大影响的第一步。

材料

无

时间

每个故事 20 分钟

说明

步骤一

选择一些参加者扮演故事中的角色（如果参加者都是男子，则要求部分男性扮演女性角色）。

## 步骤二

大声朗读或要求参加者给大家朗读故事情节。让参加者假装是故事中的某个角色，并且编出一段一分钟的对白。

## 步骤三

演完角色扮演后，让其他参加者对所看到的做出评论。每个角色扮演以后都可以用一些问题引发大家进行讨论。

### 故事一：丧失判断力

同一个掉服部门的两位朋友刚刚拿到薪水。他们一起来到一家由玛丽（一个单身女人）经营的小酒店，酒店中的酒都是她自己酿造的。他俩加入到一群喝得酩酊大醉的一伙人中。一个喝得醉醺醺的男子将一玛丽强行地推向灌木丛中。

### 问题

- 这段情景中发生了什么？
- 玛丽为什么要卖酒？
- 为什么那个男子要喝那么多酒？
- 喝酒的好处是什么？
- 喝酒的坏处是什么？
- 当人们喝酒过量时，谁应该受到谴责，为什么？
- 在影响人们的性行为方面酒发挥了什么样的作用？
- 这段情景的后果可能是怎样？
- 什么样的后果与性病及艾滋病病毒有关？
- 这样的情况怎么会发生在制服部门的人员中？
- 如何才能改变这种情况？

### 故事二：发薪水的日子

一位在制服部门工作的男性到财务办公室领取月薪。一个酒吧的老板看见他领走工资离开了财务办公室。酒吧老板气狠狠地要他反上月喝赊下账还清。恰巧这个时候他的妻子带着孩子来到他的工作地方。他妻子非常愤怒，向他索要伙食费和孩子的学费。

### 问题

- 这段角色扮演中发生了什么？
- 这种情景真实吗？
- 为什么会发生这种情景？
- 这种情节导致什么样的问题？
- 如果这种事情发生在你身上或在你的相识的朋友身上，会导致什么问题？

- 如何才能改变这种情况？

#### 故事三：节日

在一个盛大的节日里，一名穿制服的男性喝得酩酊大醉，并且想劝服一位妇女和他发生性行为。她并没有反对这样的想法，但试图与这位男性沟通，要求他使用安全套，但没有成功。

#### 问题

- 这段角色扮演中发生了什么？
- 这种情景真实吗？
- 为什么会发生这种情景？
- 你认为这位男子为什么不想使用安全套？
- 你认为这是否因为这位男子喝醉酒后影响了他的判断了？
- 你认为下一步会发生什么？
- 如何才能改变这种情况？

#### 故事四：瞄准对象

两位男子被安排到一个边远地区守护一片常年荒废的山丘。一天晚上，其中一个男子拿出一副看上去很脏的针头和注射器。他开始用蜡烛加热一种棕色的液体。他问他的朋友是否愿意注射些海洛因，然后做一些甜美的梦想以忘却他们要燥的生活。

#### 问题：

- 这段角色扮演中发生了什么？
- 这种情景真实吗？
- 为什么会发生这种情景？
- 你认为第一个男子为什么要注射毒品？
- 你认为他俩之间的朋友关系是否会影响第二个男子的判断力？
- 你认为下一步会发生什么？
- 如何才能改变这种情况？

### 第 12 单元 性别、强迫与性暴力

#### 读者须知

男性对女性的态度和行为会影响到艾滋病的传播。本单元就为什么性别问题是重要的，以及不良的行为是如何对女性产生影响这样的基本信息做出阐述。有四个练习。第一个练习是为了帮助参加者区分女性问题上何为正确的、何为错误的道德决策。第二个练习是让人们分析协商使用安全套的过程。从第三个练习中，参加者可以通过角色扮演观察到各种情景。最后的练习是帮助妇女了解她们的脆弱性。

## 性别、强迫与性暴力的基本信息

### 12.1 什么是性问题？

性别问题是指男女性之间的所有关系

这包括夫妻之间的关系，男性与他们的临时性伴，如性工作者之间的关系，以及那些开始不认识，但由于工作中的接触所形成的男性与女性或女孩之间的关系。

### 12.2 为什么性别问题很重要？

女性理会容易感染艾滋病病毒

研究这些关系的形成过程是十分重要的，因为这将对性和艾滋病病毒感染有重要的影响。穿制服的男性由于有威望、权力和金钱，因此在与女性发生性行为时则处于优势的一方。由于女性处于弱势的一方，她们受虐待的可能性很大。男性因性别上的优势而对女性的支配可能增加他们自己的危险行为，同时也会降低女性自我保护免受感染的能力。

### 12.3 什么是强迫？

滥用职权

强迫是指使用自己的权利和影响，不正当地强制某人做某事，比如强迫女性发生性行为。例如，一位穿制服男性威胁一名女性，如果不与他发生性行为则会逮捕的女性与他发生性行为后则会将她释放。另一个例子是，高级长官向官衔低的女性或女文员施压，要求与他发生性行为才能保住她的工作。

### 12.4 什么是性暴力？

殴打和强奸

性暴力是指通过殴打和限制女性的方法，从而从身体上强迫她们发生性行为。强奸是这种行为的一种术语。性暴力通常发生在战争时期，胜利者入往强奸失败一方的妇女。这种现象也会发生在家庭中，即丈夫违背妻子的意愿而强迫她发生性行为。有一些男子甚至强迫自己的孩子或其他人的孩子。

### 12.5 导致女性脆弱的因素是什么？

男性支配女性

制服部门的男生较女性的 很多的优势。只要男性想，女性最终会接受同男性发生婚外性行为。男性有权决定是否使用安全套。他们还决定的薪水该怎么花，给妻子多少，多少用来饮酒和花在女人身上。而对于已婚的女性来说，发生婚外性行为则是普遍不能接受的，以及女性常常缺乏权力和信息来说服对方使用安全套。尤其是年轻的女性往往 缺乏信心来拒绝男人在性方面的要求。女性在离婚或守寡后，其社会地位更低。

### 12.6 男性与其性伴之间发生摩擦的原因是什么？



### 男女双方缺乏交流

当男女之间在谈论性关系方面感到不协调的时候，他们相互之间，以及在婚外性关系上就不太可能会使用安全套。在处理象相互忠贞，自愿咨询检测和性传播感染这些重要问题时，要坦诚而公开，从而确保男女双方都能保护自己，免受艾滋病病毒的感染。

### 针对女性的身体暴力

身体的暴力比任何其他的一切都容易破坏相互之间的信赖与信任。如果一个女性受到了丈夫或男友的殴打，则很难让她对他抱以尊重。男性在殴打女性时，不仅给女性造成伤害，而且这种暴力往往会导致离婚或受到法庭的定罪。

### 性需求未满足

如果性伴不能满足他们的性需求的话，无论是男性还是女性都会寻求婚外的性关系。

### 没有提供足够的钱支撑家庭

如果男人不提供足够的钱来供养家庭的吃、穿和住，他们就没有尽到责任。这种未尽责可能会导致女性寻求其它经济来源来支撑家庭，包括通过向男性提供性服务。

### 钱花在女友、酒、毒品和赌博上

把家庭收入的大部分花都在社会活动上，使供养妻子和整个家庭的经济受限。

### 将性病传给妻子而导致不育

男性在婚外性行为中没有使用安全套可能会感染上性病，并将这类疾病传给妻子。尽管男性没有任何性病的症状，但是他们传给妻子的性病可能导致妻子不能生育。

### 将艾滋病病毒传给妻子而导致婴儿感染

许多夫妇都了解，男性感染了艾滋病病毒会传人他的妻子，而妻子所生的婴儿也会感染上病毒。一些家庭在知道家庭成员感染艾滋病病毒后仍然和好如初，但许多家庭则出现破裂。

## 12.7 如何才能改善男女之间的关系？

男性应该换位思考一下，如果他处于被虐待的地位会有什么感受。同时，他们还应该仔细考虑，如果他们的妻子或女儿被迫与人发生性关系，他们又会有怎样的感受。

### 尊重与交流

男性应该学会尊重所有的女性，并且应该理解女人有权拒绝与别人发生性行为。男性应该了解到，在他们滥职权和由于女性社会地位低而驾驶她们的时候可能会伤害到女性和他们自己。男人需要倾听女性的需求，以及对他们自己的行为负起责任和保护他们所爱的人。

## 12.8 男性对女性的责任是什么？

### 保护女性避免感染艾滋病病毒

避免你的固定性伴感染艾滋病病毒的最有效方法是不与其他女性发生性行为。如果做不到，那么使用安全套是非常必要的。拥有一个不与其他男性发生性行为的固定女友、及时治疗你和伴侣的性病，这样也会减少艾滋病病毒感染的机会。

### 尊重女民生

- 男性和女性应该学会互相之间的信任。需要指出的是，信任不是本来就有的，而是赢得的。
- 忠诚。不发生婚外性行为是保护夫妻双方和未来孩子避免艾滋病病毒感染的最好办法。
- 互相尊敬，并学会互相理解对方的需求。
- 相互沟通，或者一起讨论并解决问题。
- 对性伴为你所做的一切给予奖励和鼓励。
- 为了使家庭美满幸福应互相理解对方。
- 高质量的性生活必须是基于感情的基础上，而不是违背一方意愿的强迫行为。

### 准备未来

为未来做好经济的计划和遗嘱对于保护生伴的孩子的利益非常重要。

### 练习 12.1

#### 判定行为是否合适

#### 目的

帮助参加者了解在与他人的关系上所面临的选择。

#### 背景

该练习目的是增加参加者对三思而行重要性的认识，以及对不合适行为结果的了解。

#### 材料

无

#### 时间

30 分钟

#### 说明

##### 步骤一

向参加者解释，将给他们提供一系列不同的情况，要求他们口头中指出哪些行为是“合适的”，哪些是“为合适的”，或者写在纸上。

##### 步骤二

朗读或让参加者朗读出一系列情景，每次朗读一个。在他们考虑之后，要求他们解释为什么他们认为该行为是“合适”或“不合适”的。注意，在每个情景下面的括号内提供了正确的答案和解释。

### 场景一：看病

一位士兵被医生告知患了肺结核，这是由艾滋病病毒感染引起的一种常见的性感染。医生建议士兵和妻子去做艾滋病病毒的自愿咨询检测。然而，士兵告诉妻子他的慢性咳嗽是因为感冒，最终会好的。

（不合适：这位士兵有责任把从医生那里得到的真实情况告诉妻子，给她保护自己和避免潜在地受感染的机会。）

### 场景 2：性病的尴尬

一位入伍新兵被派驻到远离家乡的地方，并结识了一位当地的女孩，每次离开岗位后他都要去见她。有一天在洗澡时他发现，自己的阴茎头上出现一个红色的疱疹。他感到非常尴尬，所以没有将此事告知女友。但是他还是将人了的的女友带到医院让医生做了一次检查，并且将阴茎上的病这告诉了医生。

（合适：尽管这位新兵最好是以够将自己的性病情况直接告诉女友，确保他们两个都能够采取保护措施。这位新兵将他的女友到医院接受检查，以及将自己的情况如实告诉医生这样做是对的。）

### 场景三：妇女要小心

两个正在巡逻的年轻男性与几个头上正顶着包裹的妇女迎面相遇。这两个男性将子弹推上膛并假装向她们开枪来挑逗她们。他们用枪管轻轻地敲的这些妇女，吓得她们全身发抖。最后，他们使那几个妇女跪下来向他人求饶放过她们。这两个士兵试图要求那些妇女同意晚上过来与他们发生性行为。

（不合适：即使地些妇女违法了，她们也没有必要失去自己的尊严和感到害怕。这两位士兵表现出对女性的不尊敬，他们肯定不愿意他们的女儿、妻子或母亲受到这样的对待。）

### 场景四：里屋激情

一位男性带着一位在酒吧工作年轻女孩进了酒吧后面的一个房间。他们兴奋地脱去衣服，正当男子想要与女孩发生性行为的时候，女孩拿出一只安全套并要求他戴上。那男性粗暴地将女孩推开，并谴责女孩认为自己很脏和患有艾滋病。当她轻轻地把那位男性拉回来让他依在自己身上的时候，那位男性无可奈何地同意戴上了安全套。

（合适：最好是男性自己备上安全套并且希望使用。但是，这位男性做得对的地方是他尊重了这位酒吧女孩要求通过使用安全套来保护自己的愿望。）

### 场景五：没有免费的午餐

一位新兵一直在追求一位在市场卖桔子和鸡蛋的女孩。每交看见她的时候他都会给她捎上一些零食或一些其它的小礼品。他特别期望能够与这位女孩发生性行为。一天晚上，

他们接吻并抚弄这位女孩的胸部。他们性欲望发强烈，但女孩却表示她没有这样的准备。这位新兵再也按耐不住任何的等待，把女孩按倒在地方并束缚住她的手臂与她发生了性行为。

（不合适：这位新兵也许认为他给了这位女孩零食和礼品，她应该是“欠”他的性回报，但是，他并没有权力违背女孩的意愿，强迫与她发生性行为。）

#### 场景六：当场被抓

一个执勤的士兵在巡逻时突估听到从一间储藏室中传出一阵沙沙声。他打开存储室的门，使他感到非常震惊的是，他发现另外两个男士兵正在口交，旁边还有一盒安全套放在地上。他感到非常恶心，甚至想揍他们一顿。他觉得有义务将那两人交给部队警察。那两个士兵向他求情，希望能够放他们一次。他们很怕受到军事法庭的制裁。最后，这位执勤的士兵把门关上并继续巡逻。虽然他从来不与男性发生性行为，但他认为对其他人的这种行为轮不到他来进行评判的。

（合适：许多军队对男男性性行为者是采取“不闻不问”的态度。这意味着只要这些行为者自己多加谨慎，对这样的行为是可以容忍的。）

#### 步骤三

总结参加者提供的观点和他们的经验教训。部分建议包括：

- 公开和坦诚地讨论性问题可能是困难的，但却是重要的。
- 制服部门的男性不应该在执行任务时利用职权来压制女性。
- 男性应该尊重妇女拒绝与男人发生性行为的权利，以及她们 要求男人使用安全套的权利。
- 男男性行为者可难会让其他人感到不舒服，但是如果他们的行为小心谨慎的话，他们就不应该受到惩罚。

#### 练习 12.2

##### 协商使用安全套

##### 目的

提高协商使用安全套的技巧。

##### 背景

该练习旨在提高男性和女性在发生性行为之前协商使用安全套的得要性的认识。

##### 材料

无

##### 时间

30 分钟

## 说明

### 步骤一

让两位参中者阅读以下的故事情节，并展开一段角色抢演的对话，其中参与者扮演军警约翰，另一位扮演玛丽。（如果小组中只有男性，则可以要求一位男性扮演玛丽的角色。如有必要，同伴教育者可以扮演某个角色。）换句话说，让参加者根据主题创作相应的地白。

约翰刚刚被调到首府以外的一个新的工作岗位。他遇见了玛丽，他们想发生性行为。玛丽建议使用安全套，但约翰表示反对。约翰说他是非常健康的。并且已经 6 个月没有与任何人发生过性行为。玛丽也回答说，据她所知自己也没有任何疾病，但她表还还是希望使用安全套，因为也许他们已经被感染但只是自己不知道。约翰辩解到，安全套使用后感到不自然，而有还会是影响他们性行为时的快感。玛丽说她会给约翰戴上安全套，会使这次 性行为非常有趣。最后，约翰无可奈何地同意试一下。

### 步骤二

向参加者说明，两个人中可能一个希望使用安全套，而另外一个则可能不愿意。因此，在两人讨论有产在发生性行为之前是否使用安全套的问题时，则会出现两者之间的协商。然后，让参加者进行角色扮演。

### 步骤三

通过向参加者询问以下问题来激发大家针对角色扮演的内容进行讨论。

- 这段角色扮演中你看到发生了什么？
- 你为什么认为单凭你一个人的外表就认为他没有感染艾滋病病毒是不合适的？
- 你认为是否女性提出使用安全套是对的？为什么？
- 角色扮演中的两个人如何解决有关安全套使用的问题？

（答案：他们应该坦率地讨论这些问题，理解对方的观点。他们表现出关心彼此和愿意做一定的让步。）

### 步骤四

向参加者提供以下有关协商的定义：

- 协商是涉及到做出一个双方都能接受的决定。
- 协商是提供多种不同的选择并对这些选择进行讨论的过程。
- 协商还对这些不同选择的后果进行讨论。

（比如，在这一段角色的扮演中，玛丽和 约翰认为尽管在性交中使用安全套会感觉不舒服，但不合用安全套的后果要比这种感觉更糟糕。）

- 协商是找出一个双方觉得都能受益的答案。

### 步骤五

告诉参加者协商的过程包括以下步骤：

- 每个人都能够表达他或她自己的想法。
- 每个人都要倾听对方的意见。
- 要有时间来讨论各自的观点和选择。
- 每个人都应该得到尊重。
- 每个人都应该认识到其他人可能会有的感觉。
- 某个人要愿意做出妥协。

### 步骤六

要求参加者提供有关这些协商步骤如何在角色扮演中体现的例子。（例子可以包括这对男女在发生性行为之前利用一定时间来考虑他们各自不同的观点。玛丽考虑到约翰会感到使用安全套不舒服，并且试图建议的一些能够使用安全套使用后两者感觉更加快乐的方法。）

### 步骤七

要求参加者提供有关这些协商步骤如何在角色扮演中体现的例子。（例子可以包括这对男女在发生性行为之前利用一定时间来考虑他们各自不同的观点。玛丽考虑到约翰会感到使用安全套不舒服，并且试图建议一些能够使用安全套使用后两者都感觉更加快乐的方法。）

### 步骤七

要求参加者考虑在他们生活中有哪些需要协商的情况。向他们提出以下问题：

- 使用这些协商步骤和原则是容易还是困难？
- 哪些是容易的，哪些是困难的？
- 如果使用了这些协商步骤或原则，事情会发生怎样的改变？

### 步骤八

要求参加者考虑在哪些危险性行为中协商可以有所帮助，并要求他们：

- 描述一下协商有助于解决危险性行为的情景。
- 描述一下协商解决类似的问题出现困难的情景。

## 练习 12.3

### 角色扮演

#### 目的

通过由参加者自己创作的各种短剧来探讨现实生活中的危险状况，以及与这些危险状况相关的各种不同的行为。

## 背景

根据介绍部分的内容，由参加者编写出一段长一分钟没有结局的角色扮演情景。角色扮演结束之后，演员和观众根据该角色扮演内容进行讨论。

角色扮演的内容可以由同伴教育者来完成，他们可以事先练习一下演出中的对白。角色扮演也可以由参加者临时发挥或现场创作。角色扮演中的对白部分需要相对容易进入角色，并且能够让故事情节有所发展。无需特殊的设备就可使大多数人能够看到。由于这样的角色扮演往往非常幽默，因此对创作者和演出者来说，通常是非常尽兴的。通过角色扮演，参加者还要建立信任和交流的技能。典型并没有结局的一分钟角色扮演会引发一个与艾滋病有关的重要社会问题，让角色的分演没有结局，并且在一个戏剧化和充满感情色彩的时刻停下来。然后，同伴教育者转向观众，让他们对引发的这一问题进行讨论。紧接着通常是一场激烈的讨论。

## 材料

无

## 时间

每个角色扮演 10 分钟

## 说明

### 步骤一

向参加者解释“角色扮演”将要怎么做。挑选几个参加者扮演故事中出现的不同角色（如果小组中参加都是男性，则可以让男性扮演女性角色。）

### 步骤二

由同伴教育者或让参加者大声朗读出以下故事。要求参加者假设他们就是故事中的人物，并且人创作故事中角色之间的对白。

### 步骤三

短剧表演之后，要求其他参加者对他们在短期中所看到的情景作出评论。在每个情景故事之后都可以提出一些问题，激发大家的讨论：

- 在这段角色扮演中发生什么？
- 你认为这段角色扮演的观点是什么？
- 你认为这段角色扮演中的男子会有什么关反应？
- 你认为这段角色扮演中的女子会有什么关的反应？
- 这段角色扮演与区滋病有什么关的联系？
- 你认为这 一段我色扮演中人物的行为应该做什么样的改变？
- 这段角色扮演中的哪些内容应该在穿制服群中开展？

## 角色扮演实例

### 性病

一个士兵从动乱的边境地区执勤三个月回来。见到妻子后他非常高兴，并迫不及待地要与她做爱。在一阵激情性爱之后，妻子发现他阴茎上有一个小的红色疱疹。妻子问他“阴茎上的是什么？你有没有做什么傻事？”这位士兵因此非常气愤，对妻子怒斥了几句，摔门出去了。

### 发现了安全套

一位警察头天晚上与几个哥们一起出去喝酒，很晚才回家。第二天早上，妻子准备清洗他的制服时，发现他衬衣口袋里有一只安全套，这时他还在熟睡之中。正在此时，他醒了，看见妻子手中拿着安全套并且一脸的斥责表情。接着两人陷入了一场争吵之中。

### 妻子和安全套

制服部门一位年轻的已婚的男性回到军营与妻子和孩子团聚。他告诉妻子，在一天下午的会议上他从上司那里学到了许多关于艾滋病的知识，并且说：“上司跟我们说，一个士兵外出如果不带上安全套，那就不算彻底武装好了自己。所以，现在我们衣服口袋里必须随时备有安全套。”妻子抱紧他们刚出生的孩子依靠到他的身边说道：“这是什么发疯的想法？你准备使用这些安全套干什么？”该男性试图解释他为什么必须带上这些安全套。

### 女友的麻烦

一位下士的妻子在乘坐出租车经过警检查站时，发现丈夫正与一位看上去非常性感的年轻女士招呼还给了她钱。下士回到家，发现晚饭还没做好，家里一片狼藉，妻子正在生气。“几个星期以来你一直都跟我说你的薪水晚些时候发，可我今天确看见你把钱给了一位年轻女孩，”妻子大嚷着，“你最好不要把病带到咱们家来。”

### 少女怀孕

女孩放学，男人从边境哨所执勤回来，一旦有机会，他们就会秘密约会，并且已经持续了好几个月了。最近一次约会时，女孩哭了。男士问到“到底是怎么回事？”，女孩说，“我怀上了你的孩子，不仅如此，医生还抽了我的血进行了检测，发现我感染上了艾滋病病毒。”

### 抢夺财产

一位军人许多年前在海外执行维和任务时死于艾滋病，他的遗孀一直受到一位朋友的安慰。这个朋友告诉她，尽管她丈夫死于艾滋病是一个悲剧，但至少她还有她丈夫的存款，家具，而且她自己也没有感染上艾滋病病毒。她沮丧着点点头，正在此时，一阵猛烈的敲门声，接着5个村子里的男人破门而入。他们说：“我们的兄弟死了。他是我们的兄



弟，他属于我们。他的财产也是我们的，我们是来拿我们兄弟的财产的。我们要拿走存款、床、沙、电视机、炉子、电冰箱及厨房里的一切用品。”遗孀拼命地喊着，尽人力地阻止他们，但其中一个男人拖住她，其余的人是往卡车上装东西。遗孀趴在朋友的肩上哭着说：“我们开始立一个遗嘱就好了，现在我什么都没有了。”

#### 皮肉税

一位年轻迷人的女子扛着几大袋重重的东来来到边境哨所。海关人员检查了她的袋子。袋子装满了准备出售的旧衣服。准备去出信的。海关人员说：“你必须缴税，否则你的东西就要被没收，”这位年轻女子说她身上没有钱，她要把这些衣服卖出去才能挣钱吃饭。检查人员告诉她可以当天晚上的晚些时候到他的房间里来取她的东西，但是必须要交上一份他所戏称的“皮肉税”。她胆怯地低下头，但知道自己别无选择。检查人员戏弄到“我们将要发生皮肉与皮肉的接触。”

#### 军营诱惑

在快要换岗的时候，两个在边境夜间巡逻的士兵在一条小道上相遇。一位士兵说“今晚边境真是安静”“没有什么非法的活动。”正在此时，他们呼到一阵沙沙的声音并看见三个女子扛着重重的包裹。这三个女子被发现后，扔下东西撒腿就跑，其中的一个掉队了被抓住。一个士兵说道“不要紧张，我的朋友，我们不会伤害你的。”“如果你乖乖地跟我到军营去，我们今天晚上就把问题解决了，明天一早我就放你走。”

#### 监督伙伴

两位长期在一个荒芜的地方执行任务的男人即将完成他们的任务。几个月来第一次他们来到一个附近的小镇。上司告诉他们，去小镇的时候必须使用监督的方法，相互之间进行监督。但他们并没有什么顾忌的。他们想干什么就干什么，更何况他们最近刚刚拿到薪水。作为军人，他们感到非常的自信和骄傲，并且感到，在执行任务的这一段时期内没有发生任何事情，所以没有什么可损于他们。在一间当地酒吧里，几个女孩凑近他们身边，觉得这两个军人身上有钱可花。这两个军人醉得越来越严重。其中一位很快与一个女孩发生了性行为，且没有使用安全套。他的监督伙伴劝他不要着急，找出安全套再发生性行为。

#### 妻了发现安全套

一个穿制服人呐喊在完成了一次短期任务后回到家中，与妻子团了聚。妻子告诉丈夫，当他出去的时候，他把进厨房碗杠的钥匙带走了。丈夫回答说，是这样的，钥匙就在他旅行袋的侧面口袋里。妻子找过之后说没看见。丈夫说，钥匙就在里面并告诉她把里在的东西全部抖出来才能找到，妻子照着去做，从口袋里抖出了安全套。两人面面相觑。共享一样的意见

一位士兵在街上遇见了一卖水果的女孩，士兵给了那个女孩一些钱，要求她当天晚上去他的住处。士兵与女孩发生行为后。同屋的另外一个士兵也要求与女孩发生性行为。隔壁的另外一个士兵听到这边的声音，也跑过来要求和女孩发生性行为。第一个士兵看出女孩与这个多男性发生性行为后已经很累。并且想回家。那些想与女孩发生性行为的人和那些人为应该让她回的人之间发生了激烈的争吵。

#### 诱惑徒步的行人

一个军队在卡车司机正开着车在路上行驶，途中看见一个徒步行走的女性。司机把车停了下来，那位女性说她正要去镇上的市场。司机说送她一程。女子迟疑了一会，然后答应了。她爬上卡车，这时司机问她是否对礼品感兴趣，还说他需要一个人在他睡觉时温暖他。女子表示对此感兴趣。

#### 衣领上的口红

一位已婚的警察或士兵走在下班回家的路上。他遇见了一个女性朋友。好个女孩在他脸颊上重重地新了几下。士兵解释上说他得尽快回家，要不然他妻子就会生气。于是他们两人决定第二天早上会面。士兵回到家中，问候正在打扫房间的 妻子。妻子起向招呼他并帮他脱去外衣。这时，她发现丈夫的脸上有些什么东西。凑近一看，生气的说道：“是口红！”士兵内疚地低下头。

#### 不是我干的

一个看得出来已经怀孕的少妇在一个警察或军队的营地寻一幢公寓。她看上去有些焦急和尴尬。最后她找到那个房子并试着 敲了门。开门的也是一位怀孕的妇女。女孩向妇女打听一个几个月前在村里遇到的一个男人。那个男人困倦地走到门口看到这位怀孕的女孩，一下子表现出惊恐的神态。他用力把门一关，把女孩拒之门外，大声吼道：“不，不，这不是我干的。”门外的女孩继续敲门。

#### 困境中的女儿

一个住在警察或部队营地的女学生渐渐出现怀孕早期的表现。她跪在地方大哭。当她告诉父母还不知道谁是孩子的父亲的时候，他们大骂她一顿。父亲把她拖出门外，并告诉她找不到孩子的父亲 就不要再踏进家门。母产要试图安慰她，但父亲坚持要她立好离开家。

#### 一直使用安全套

一位年轻的妇女从护理室跑了来，她一直害怕怀孕最后在这里得到证实。她跑到男朋友的营地，并将怀孕的事情告诉了他。男友告诉她不要在他身上指望什么，因为下个月他就要调到首都去工作了。男友同时还指出，孩子的父亲可能会是别人，因为他每次也她发生性行为时都戴上了安全套。男友把她领到营地门口，让她离开，告诉门卫不要

于让她进来。一场争接踵而来。

#### 当场被抓

一位妻子下了一辆长途汽车朝她的家走去。她打房门说道：“亲爱的，我提前回来了，我母亲的病比以前好多了。”但却没有人回答。她自言自语地说他可能还在卧室里睡觉，并去查看。她走进卧室却看到他正躺在床上与人邻居家的一位十几岁的女孩接吻和拥抱，衣服拥得一地都是。他们两人惊愕地面面相觑。没有看到任何安全套。

#### 多么尴尬

一位穿制服人中以前从未买过安全套，他走进一家销售安全套的商店。他对女售货员嘟哝着他所要购买的东西，女售货员没有听明白，叫他重复一遍。正在此时，他妻子的一些朋友也来这家商店，向他打过招呼后问他今天到这里来买什么。他说是来买一点小礼品给妻子。最终没有买安全套。

#### 无济于事

一位警察或士兵在小便时感到有烧灼感。她怀疑自己得了某种性病，不知道该怎么办。他告诉朋友，他不好意思到附近的警察或部队诊所看病。还提心这将被记录在医疗档案上。但他朋友争辩说，在药店或市场买药可能对此病无济于事。

#### 白天的信徒

一位警察或士兵认为自己是位忠实的信徒。他和妻子及四个孩子定期到一个地方去做礼拜。一天晚上，他和一位刚刚在酒吧认识的女人在大街上散步。正此此时，他遇见了他们宗教领袖，这位宗教领袖看到这种情景后非常惊讶。在这两个男性之间产生了一场关于什么是真正信徒的道德价值观的讨论。

#### 手头缺钱

由于行政上的问题，一位军人在离家执行任务期间未能给家时提供钱。妻子向别人借了一些钱，但仍然不够来抚养他们的孩子。她打算要靠自己的本事来挣钱。于是她与一位男性一起去了一家酒吧，她知道他想用钱来与她发生性行为。她一直将自己沉迷在这种环境之中，直到丈夫的兄递来到这家酒吧看见她。他对此感到非常气愤，并告诉她，他哥哥肯定会和她离婚。于是，这位妻子向他求情不要将此事告诉丈夫。

#### 孤独男孩

彼得和约翰自从开始基础训练以来就是好朋友。他们很高兴得知，他俩即将一起被分配到一个边远的地方执勤。由于他们一直呆在基地内。两人都都有好长一段时间没和女性发生过性行为了。彼得首先提出他们之间可以通过相手淫的方式来缓解他们对性的渴望。约翰开始对此想法感到惊讶或尴尬，但后来还是喜欠这种接触。后来，他们又尝试着互相口交。口交时，约翰总是想着一张女人的嘴在添自己的阴茎。彼得悄悄地在外面

与男性发生性行为。现在他想要 约翰的阴茎插入自己的肛门中。彼得说他们之间这么熟悉，就不必使用安全套了。

#### 练习 12.4

用于女性的图片

目的

让与制服部门的男性结婚或者有 性关系的妇女了解她们的易感性。

背景

由于女性的生殖系统表面积较大，且在身体的内部而不象男性在体外，所以她们更加容易感染艾滋病病毒。许多与制服部门的男性结婚的妇女往往不了解她们从丈夫那里有多大的可能感染艾滋病病毒。与制服部 门男生发生性行为的单身女性通常也没有意识到，尽管这些男性对她们很忠诚，但这些男性有可能在以往的性关系中已经感染上了艾滋病病毒。

材料

图片卡（实际大小见附件）

时间

1 小时

说明

步骤一

向参加者解释，应该让女性观看这些图片，并让她们描述看到了什么。然后，询问她们图片中的人物下一上将会发生什么？

步骤二

要求针对 每一幅图片回答相关的问题。不要让某一位妇女回答所有的问题，这样那些比较害羞的妇女也有机会发言。

讨论的问题

什么是艾滋病病毒？

什么是艾滋病？

艾滋病病毒与艾滋病之间的区别是什么？

在一个人出现艾滋病的发病症状和体征之前，通常会携带艾滋病病毒多长时间？

（艾滋病的全称是获得性免疫缺陷综合症。艾滋病是由一种称之为艾滋病病毒的病原体所引起的一组致死性疾病。艾滋病病毒的全称是人类免疫缺陷病毒。这种病毒能够削弱机会抵抗疾病的能力并最终导致与艾滋病相关的各种疾病和死亡。一个人可以表面上看上去完全健康，但实际上却携带有艾滋病病毒并可以将这种病毒传给他人。这种没有任

何症状的阶段可以持续长达 10 年之久。女性可以在毫无察觉的情况下从丈夫那里感染艾滋病病毒。然后，在分娩过程中传给婴儿，而只有在婴儿死于艾滋病的情况下才发现父母双方都已经感染了艾滋病病毒。)

讨论的问题

艾滋病病毒的三个主要传播途径是什么？

你认为还有其他什么途径可以感染艾滋病病毒？

(性接触、母婴传播和血液传播是艾滋病病毒最常见的传播方式。蚊子叮咬、共用洗手间、共用餐具或饮具，或者平常的一般接触都不会传播艾滋病病毒。即使是在门诊接受注射或接触利器几乎没有传播艾滋病病毒的危险。)

讨论的问题

婴儿是通过什么方式感染艾滋病病毒的？

如果你生了一个艾滋病病毒阳性的婴儿，你会有什么样感受？

你认为在这种情况下发生什么事情？

(一个通过随意的性接触面感染艾滋病病毒的男性，通常能够在他感染后的两年内将病毒传给妻子。如要一个艾滋病病毒阳性的妇女怀孕，则有三分之一的可能会将病毒传给婴儿。在绝大多数情况下，被感染的婴儿在出生后比较虚弱，并且在 5 岁前会死亡。)

讨论的问题

什么使得制服部门男性的性伴更加容易感染艾滋病病毒？

对此她们能做什么？

怎样才能阻止这些男人与其他女生发生性行为？

(经常离家在外执行任务、夜间巡逻，以及经不住其他女人的诱惑(尤其是酒后)等因素导致这些男性处于感染艾滋病病毒的危险。讨论与其他女人发生性行为的事情可能会引起一场大吵大闹，但将这个问题以及使用安全套的问题提出来讨论总比冒险感染好得多。)

讨论的问题

描述一个可能没有感染艾滋病病毒 的男性看上去应该是什么样？

是否一个看上去健康、英俊并经常参加礼拜活动的男性仍有可能感染艾滋病病毒？

曾与多少个性伴发生性行为才有可能感染艾滋病病毒？

(许多女性或男性都错误的认为，如果一个人英俊漂亮、看上去强壮和健康、衣冠楚楚、心情愉快和心地善良，以及经常出现在做礼拜的地方，这个人就不太可能会感染上艾滋病病毒。实际上，所有人都可能不知不觉地感染上艾滋病病毒。记住，当你与一个人发生性行为时，这个人很可能会与其他人发生性行为，甚至他去已经与其他人发生过性行

为。一个人可能从过去的一个感染的性伴那里被感染，或地不幸地从固定男友那里获得感染。即使他现在非常忠诚，但他过去仍可能有好几个好友。)

讨论的问题

你的性伴在外面发生性行为时使用安全套吗？

你认为安全套在预防艾滋病病毒感染上有什么作用？

你对安全套的可靠性有什么看法？

(如果正确使用安全套，安全套是能够可靠地预防艾滋病病毒和其他可能导致不育病的性病的性传播。安全套在包装前都会通过电子检验。艾滋病病毒和性病的病原体虽然很小，但他们不能穿透安全套的乳胶及塑胶。研究表明，大品牌的安全套很少破裂。即使有破裂，也是因为操作不当所致。女用安全套从来不会破裂。)

讨论的问题

如果发现丈夫或男友身上有安全套而在与假彩色发生性行为是从来没有用过，你的反应会是什么？

如果他是为了保护你们两人，那你再找他的麻烦还有意义吗？

(你可能会嫉妒和生气。甚至这件事证实了你对他在忠诚问题上的怀疑。然后，发现他身上携带安全套表明他在保护自己，同时也保护你和你们未来的孩子不会感染艾滋病病毒。最好是让丈夫或男友备上并使用安全套，而不是害怕他当你的面许诺不见其他的女人，但前着你偷偷在外面寻欢且不使用安全套。)

讨论的问题

有没有可能说服你的性伴在外面发生性行时使用安全套？

如何提出这种需要使用安全套的想法？

你可能更加愿意你在性伴在外面没有任何性关系。但是，如果他有这种性行为，你怎样能够劝说他保护他自己也保护好你？

(如果让性伴与你发生性行为和为时使用安全套是困难的，那么，唯一的途径是让他在外面与其他女性发生性行为时使用安全套，这样不仅保护了他自己，也保护你和你们想要的孩子不受艾滋病病毒感染。男人通常不考虑他们的行为后果。他们想的只是一时的快乐。提醒他们要对你和未来的孩子负起责任可能会让他们反感，但这可是一件生死攸关的事情。)

讨论的问题

你曾经患过性病吗？

你的性伴患过性病吗？

性病是如何治疗的？

为什么及时治疗性病是很重要的？

（感染了性病能够明显地增加艾滋病病毒感染的机会，这种病毒会引起艾滋病。女性可能已感染了性病，但她们自己还不知道。如果男性出现了症状，男女双方都必须到门诊接受检查。自己买药治疗不是一种可靠的办法。）

讨论的问题

你认为图中的这个家庭发生什么？

你认为他们是否已经立过遗嘱？

你认为他们是否已经在经济上做了考虑？

（尽管许多人感染了艾滋病，但他们不承认自己将会死于这种疾病。如果在他们死前没有将经济上的问题考虑好或立好遗嘱，将会给在世的亲人造成极大的麻烦。遗孀可能会被赶出家庭，财产被掠夺；孩子一无所得，被迫出去乞讨、偷窃或卖淫。应该尽早地接受咨询检测，使你能够以各处方式来安排你在世的亲人。记住，在接受自愿咨询检测的人中有四分之三的人发现自己并没有感染。）

讨论的问题

有关艾滋病的问题今天你学到了什么？

你是如何学到的？

你该怎样预防艾滋病？

有关安全套方面你学到了什么？

有关性病方面你学到了什么？

在保护自己和家庭免受艾滋病 病毒感染方面你能做些什么？

有关自愿咨询检测方面你学到了什么？

（忽视空制服群体存在婚外性行为的现象只能给你们的性伴带来悲剧，甚至生命的代价。最好是采取一些决定性的行动来保护你的性伴、你自己和你的孩子。如果男人无法停止在外面发生性行为，那么必须鼓励他们使用安全套，当然没有哪个女性在谈论愿意这一话题。）

### 第 13 单元 自愿咨询检测、羞辱和歧视

读者须知

在发生随意性行为后对感染的错误恐惧，以及对艾滋病感染者的歧视都将有碍于向艾滋病感染及其家庭提供关怀和支持，

本单元将讨论对艾滋病存在哪些羞辱和歧视，及其产生的破坏性影响。自愿咨询检测（VCT）是人们获得关怀和支持的切入点，但在许多国家，对艾滋病的恐惧及侮辱使人们没有勇气接受检测。本单元中有三个练习。第一个是让参加者探讨自愿咨询检测中存

在障碍。第二个是找出引起羞辱和歧视的原因，以及如何克服这些因素。最后一个是关于自愿咨询检测的小练习。

## 羞辱和歧视的基本信息

### 13.1 什么是艾滋病感染者/艾滋病病人？

艾滋病感染者/艾滋病病人（PLWHA）指以下这些人：

- 经过血液检查已经确证感染了艾滋病病毒但尚无疾病体征的人。
- 感染病毒 5—10 年，且开始出现艾滋病相关疾病的人。

### 13.2 什么是对艾滋病感染者/艾滋病病人的羞辱？

耻辱涉及到与有关的恐惧和敌意环境的形成。这种环境使艾滋病感染者/艾滋病病人受到责备。恐惧和偏见会使人们以一种责备和偏见会使人们以一种责备和蔑视这些患者的态度来对待他们。

### 13.3 什么是对艾滋病感染者/艾滋病病人的歧视？

在一个人由于感染了艾滋病病毒而遇到不公正的法规或态度，歧视就出现了。这种歧视可以导致人们不公正地失去工作、健康、成员身份或物质财富。

### 13.4 为什么这是一个问题？

艾滋病感染者如果受到歧视，他们就会感到孤僻和孤立。他们可能会从工作岗位、家庭和社区中被驱出。他们可能会在无人照顾和贫穷中度过一生。如果他们无法照顾自己不能从医疗服务中得到关怀，他们的生命就会缩短。

### 13.5 谁在羞辱和歧视患者？

很多人害怕艾滋病和艾滋病感染者，躲避已经感染或认为会被感染的人。更为可悲的是，家庭也拒绝自己的骨肉。丈夫嫌弃妻子，妻子拒绝丈夫，孩子拒绝父母。朋友、邻居、宗教场所的成员和雇主也都可能会使这些感染者/病人的生活更加悲惨，并且常常通过孤立他们做到这一点。

### 13.6 这种行为产生的影响是什么？

不幸的是，羞辱和歧视使艾滋病感染者/艾滋病病人在最需要鼓励和支持的时候得不到鼓励和支持。家庭照顾的质量很差，对他们的痛苦漠不关心，甚至根本不提供任何照顾。对羞辱和歧视的恐惧使他们没有勇气去检查自己是否感染了艾滋病病毒。同样，也使那明明知道服务部门提供的服务可以延缓他们的生命，但是还是不敢去。一个充满敌意和不利的环境，是很难应对艾滋病的流行现状的，这种流行影响人们进行公开而坦率的探讨，因而也妨碍了预防工作的开展。

### 13.7 我们对艾滋病感染者/艾滋病病人能够提供什么帮助？

艾滋病感染者/艾滋病病人需要大量的同情、理解和照顾。应该记住的是，偶然的接触是



不会传播艾滋病病毒的，因此可以接触他们、护理他们和与他们一起进餐。人们能够提供的最基本的帮助非常简单，只需要倾听他们和尽力去理解他们的困境。提供食物和衣服这样的物质帮助，以及照顾他们的孩子，从而使他们生活得更轻松。

### 13.8 为什么艾滋病感染者/艾滋病病人常常会遭到拒绝及抛弃？

如果家庭中有人患上了疟疾或其它常见疾病，家庭成员会非常乐于向他们提供帮助，让病人尽可能感到舒服。不幸的是，艾滋病感染却使亲属们感到不舒服和麻烦，还要对他们进行谴责。许多艾滋病感染者和艾滋病病人被自己的家庭所拒绝，只能自己照顾自己。许多病人，因为害怕受排斥而隐瞒病情，不去寻求能够延缓他们生命和使他们减缓病痛的帮助。

### 13.9 为什么人们不愿意提供帮助？

有此人不愿意帮助患有艾滋病相关疾病的人，因为他们不愿意把时间和金钱用在照顾不能完全康复的人。他们可能更加愿意关心具有更长潜在生命的年轻人身上。其他一些人是由于错误的担心，认为偶然的接触也会感染上这种疾病，也有人认为，由于艾滋病病毒与性相关，所以这些人得病是罪有应得。

### 13.10 为什么家庭应该向艾滋病感染者/艾滋病病人提供帮助？

长期以来，家庭成员都是在困难时期相互帮助的。家庭经常学护理相爱的成员，尤其在得不到医疗服务或不能承受医疗服务的费用时。在一个人需要帮助的时候给他提供帮助可以使被帮助者和帮助者感觉很好。帮助一个病人未必是件很容易的事民用工业，除非病人在短期内能够康复，或者他们的痛苦得到减轻或死亡。应该让提供帮助者感觉到，他们是为别人生活长期共存是更加舒适而做了一件善事。

### 13.11 给艾滋病感染者/艾滋病病人提供帮助的人是否会被感染？

照顾艾滋病相关疾病的可以放心，照顾者发生艾滋病病毒感染是非常罕见的。病毒几乎都是通过性接触而感染，如果你观察一下，将感染传给婴儿的母亲原来是从他们的性伴那里感染的。一般的接触，如接触皮肤、拥抱、接吻或共用厨具、茶杯、盘子或梳子等都是相当安全的。

### 13.12 与母婴传播有什么联系？

由于人们常把艾滋病与卖淫联系在一起，自己感染后再将病毒传给婴儿的母亲被为卖淫妇女，她们担心被周围的人拒绝、担心受到社会的羞辱和歧视。结果大量的婴儿感染被隐匿。妇女也害怕知道自己的感染状态。将艾滋病感染羞辱成不正当的性感染掩盖了丈夫感染妻子这一现实。更可悲的是，感染了病毒的母亲（无论是否知自己的感染状况）不愿意接受延缓寿命的医疗服务，而且生命的延长对他们健康的孩子也是有益的。羞辱也使人们变论嫖娼、父亲传给母亲以及后者再传给婴儿等话题更加困难。人们总是喜欢

责备其性伴把感染带进了家庭，而不是相互支持，并从服务部门寻求帮助。

### 13.13 羞辱对家庭有什么影响？

当一个家庭知道了家庭成员感染了艾滋病或发生了艾滋病相关的疾病，常见的反应是对他们漠不关心，孤立他们，甚至完全抛弃他们，让他们离开家庭。有一些情况下，家庭不让病人与其他家庭成员同住，强迫他们住在屋外或被隔离在一个房间内。妇女常因担心被殴打、离婚和被迫被贫穷及单身生活而不愿意面对艾滋病病毒感染的问题。所以害怕将自己感染的情况告诉丈夫。男人也害怕承认感染，因为这意味着对他们妻子不忠。结果双方都害怕进行检测？

### 13.14 什么是同情和宽容？

同情是对他人的不幸表示理解和怜悯，世界上每一个宗教都劝告信徒要爱自己的邻居并对处于困境中的人提供帮助。在艾滋病流行的情况下，这意味着人们要克服对感染的恐惧，不要将艾滋病与婚外性行为相联系，以及需要宽容感染者。这也意味着需要对家人、邻居和信徒提供关爱、关心和支持。宽容是指接受那些会使你感觉不舒服的人，因为他们有别于你或被看成是一种威胁。对他人的处境表示理解并给予同情是宽容的一部分。

### 13.15 为什么要同情和宽容？

同情艾滋病感染者/艾滋病病人的人会因为向别人提供了帮助而感到自己很善良并以此为荣。尽管开始的时候会感到不适应，但他们知道自己的心录是干净的，因为做了好事。同情艾滋感染者/艾滋病病人不仅可以降低对他们的羞辱，而且通过增加预防和治疗机而减不了艾滋病带来的影响。

### 13.16 个人在减少羞辱和歧视上能做什么？

个人有能力决定以不对感染和病人采取羞和歧视的言行，从而减少羞辱和歧视带来的毁灭性影响。他们可以决定用另外的眼光看待艾滋病感染者/艾滋病病人。例如，一个人可以与他们的爱人和周围的其他人一起讨论有关艾滋病的问题，以及传播病毒的危险行为。他们可以反对虐待艾滋病感染者/艾滋病病人的现象，反对责备感染者。他们人可向家庭或其他家庭中的艾滋病感染者/艾滋病病人提供共同情及关爱。他们可通过提供食品及支付药费等提供帮助。他们也可帮助患者料理家务。

### 13.17 如何克服羞辱和歧视？

感染者及其家庭需要的是帮助而不是轻蔑

那些认为感染者应为他们过去的行为而罪有应得，或害怕通过一般的接触而会传播艾滋病的同伴教育者是不可能对艾滋病感染者/艾滋病病人提供关怀和支持的。用自己希望被对待的方式去对待其他感染者是理解的第一步。要记住，没有人会谴责艾滋病病毒感染，一般的接触是不会传染病毒的。

让艾滋病感染者/艾滋病病人参加同伴教育活动

如果可能，应该请艾滋病感染者/艾滋病病人给同伴受益人谈论他们的处境。如果无法找到这样的士兵，可以看看在基地周围是否有艾滋病感染者小组，与同伴受益者见面。如果人们看到你与艾滋病感染者/艾滋病病人握手，他们就会相信，一般的接触是没有传播危险的。

让艾滋病远离阴影

大多数成人都有性行为，许多有高危性行为。年轻人特别容易感染，因为他们绝大多数没有固定的性伴。有必要公开和坦地诚地谈论有关危险性行为的现实情况。如果对艾滋病的态度更加开放，那么对艾滋病感染者/艾滋病病人的态度更加开放，那么对艾滋病感染者/艾滋病病人的态度也会更加开放。

自愿咨询检测的基本信息

13.18 什么是自愿咨询检测？

自愿咨询检测（VCT）是指人们自愿选择去做血液以发现自己是否感染了引起艾滋病的病毒，即艾滋病病毒。同时，经过培训的咨询人员会倾听你的情况，提供有关检测过程的咨询，以及在结要报告出来时提供必要的帮助。

13.19 接受检测有什么好处？

结束对自身状态的担心。

进行艾滋病病毒的检测可以结束对自己是否感染艾滋病病毒的担心。担心他们地去行为的人可以通过了解他们的感染状况而转入新的生活。

新的预防起点

检测出来是艾滋病病毒阳性，可以使你清楚地了解应该建立的一个什么样的安全性行为。记住四分之三接受检测的人是没有被感染的。

结婚并养育健康婴儿

对年轻夫妻而言，婚前双方一起检查可以让他们知道如果他们继续避免感染，他们未来的孩子就不会被感染。

为你剩余的生命制定计划

检测艾滋病病毒结果为阳性的人可以为他们的余生做好打算。在发病和最终死亡之前还有许多年的日子可度。同时，男性还可以避免妻子受感染和防止未来的母婴传播。他们可以通过立遗嘱和制订经济安排的方式来将的家庭安全提供计划。

延长生命

感染者完全可以通过生活方式的改变和治疗机会性感染来延缓生命。例如，避免发生进一步的危险，减少饮酒量和加强营养等都有助于延长生命。

## 预防婴儿感染

知道自己已经感染的人可以采取避免要孩子，或者想要孩子，可以采取降低孩子被感染的可能性。

### 13.20 为什么要开展自愿咨询检测？

原因可以包括以下方面：

- 了解和确认自己的艾滋病感染状况；
- 重新获得性伴的信任；
- 婚前准备（以获准举行宗教婚礼）；
- 移民的目的（以获得海外工作许可）。

### 13.21 没有勇气接受自愿咨询检测的原因是什么？

#### 艾滋病等于死亡

人们往往将自愿咨询检测看成是死亡判决，他们没有认识到，并非所有从事过高危行为的人都被感染。许多人接受检测后发现并没有感染，感染者只是少数。

#### 担心很快恶化

有人想象，检测结果比他们所能面对的现实更加可怕。认为检测后不久他们的健康很快地恶化，不久死亡，而事实上，许多人在感染以后多年都一直没有发病也没有任何症状。

#### 担心受到羞辱

对艾滋病的羞辱使人们因为害怕其他人怀疑他们已经感染，甚至害怕被别人看到他们去做检测，而不敢去做检测。

#### 不知道受益

缺乏对接受检测后益处的了解。人们往往错误地认为，知道了检测结果以后除了等死以外，则无可奈何。他们不了解，如果知道了自己被感染并做好自我照顾和接受公共服务的关怀和支持，他们的生命就可以延长。

#### 服务不方便

有时在人们居住在附近缺乏便利的医疗机构服务或承担不起服务的费用。如果人们由于害怕在家门口接受检测而需要从一个社区乘车到另外一个地方去做检测，那么用于检测的费用将会明显增加。

#### 对服务的不信任

有些人担心检查出的艾滋病病毒阳性结果会被不慎重的医务工作者泄漏出去。

#### 担心影响工作

制服部门的人员往往担心检验结果不能保密和匿名，这样可能会影响到他们的工作。

#### 感到内疚

有些人对自己过去的高危行为感到内疚。他们不想面对那种不得不把自己艾滋病病毒检测阳性的结果告诉配偶的现实。

13.22 对于发现被感染的人，有什么好处吗？

这些好处包括以下方面：

- 治疗机会性感染
- 检查结核病
- 治疗结核病
- 提供结核病感染和预防性治疗
- 早期疾病治疗
- 通过加强营养维持体重
- 采取措施避免病毒载重的上升
- 预防母婴传播
- 准备遗嘱以确保孩子有人照顾
- 调节自己的生活
- 保持健康状态。

### 练习 13.1

探讨开展自愿咨询检测的障碍

目的

通过小组讨论，让参加者讨论为什么人们不愿意接受自愿咨询检测。

背景

在许多国家，由于种种原因，自愿咨询检测服务没有被充分利用。本练习的目的是让参加者考虑为什么人们愿意或不愿意去做检测，以及对做出这个决定有哪些影响因素。

材料

白纸

时间

1 小时

说明

步骤一

在白纸上写上下面问题。

- 为什么人们应该接受自愿咨询检测？对接受自愿咨询检测的人有哪些好处和受益？
- 为什么人们不愿意接受自愿咨询检测？如何劝说不愿意接受自愿咨询检测的人接受检测？

- 为什么妻子选择去做检测，而丈夫拒绝做检测？
- 对艾滋病的羞辱和恐惧在人们接受检测、携带性伴接受检测、或者认可艾滋病病毒检测阳性结果，以及对卫生服务的利用等方面会产生什么影响？

#### 步骤二

把参加者分为两人一组，如果人多可以多个人一组。给每一组布置讨论的问题。每一组指定一个记录和一个报告讨论的结果。

#### 步骤三

给参加者 30 分钟的讨论时间。

#### 步骤四

让各组集中并相互汇报讨论的结果。

#### 步骤五

总结小组讨论的要点。这些要点可能会包括下列部分：

为什么妻子想检测？

- 因为怀孕了。
- 因为医生要求这样做。
- 因为觉得有病。
- 怀疑丈夫不忠诚。

为什么丈夫拒绝检测？

- 担心如果检测结果为阳性则会被性伴拒绝。
- 本病会带来羞辱。
- 不了解自愿咨询检测的受益情况。
- 担心艾滋病病毒阳性。
- 无法治愈。
- 把艾滋病与死亡联系在一起。
- 承担不起检测费用。
- 负罪感。
- 离检测中心很远。
- 担心泄密。

羞辱、夫妻与自愿咨询检测

- 男性告诉女性较容易（因为男性掌握经济实权）。
- 男人处于支配地位。
- 妇女害怕挨打、离婚和陷入贫困。

- 如果女性先检查出艾滋病病毒阳性，男性往往会责备是她先感染的。
- 男性及女性都不愿意告诉性伴自己的艾滋病病毒阳性状况。

对患者的羞辱妨碍了他们对服务的利用

- 担心在服务机构被人的看到并被视为艾滋病病毒阳性者。
- 不知道有公共服务机构。
- 在小社区里这种情况更加明显，因为那里的服务人员是综合性的。
- 导致人们需要长途旅行到其他地方获得自愿咨询检测和公共服务。

## 练习 13.2

羞辱和歧视的原因

目的

让参加者更好地了解与艾滋病有关的侮辱和歧视的原因，以及它们所产生的影响。

背景

侮辱和歧视使人们不承认自己感染上艾滋病病毒，同时也使感染者的生活非常困难。

材料

活动挂图、黑板或白纸

时间

45 分钟

说明

步骤一

同伴教育者首先给大家阅读前面的羞辱和歧视的一般信息作为背景材料。

步骤二

向参加者解释，人们存在着许多艾滋病方面的错误观点和其他的障碍，这些观念和障碍形成了一种羞辱和歧视的环境。给参加者阅读下面的例子：

宗教领袖使艾滋病魔鬼化

部分宗教领袖不是向艾滋病感染者提供鼓励，而是进行责备，并且将艾滋病魔鬼化。目的是鼓励人们停止婚外性行为或停止性行为。遗憾的事，这样做对婚外性关系毫无作用，并且使性行为更加隐蔽，也让人们不去涉及和谈论这样的话题。有些宗教团体还强烈反对使用安全套，尽管安全套的使用在预防艾滋病病毒感染上发挥着重要作用。

隐藏的性现实

将艾滋病羞辱成不正当的性感染会隐藏这种感染的现实性。这种现实性可能包括在社区中卖淫嫖娼普遍存在、年轻人特别容易感染，以及婚外有性行为的丈夫会将病毒传给妻子，然后妻子在分娩后再将病毒传给婴儿（母婴传播）。

### 步骤三

要求参加者列出对艾滋病感染者产生羞辱和歧视的其它原因。下面列出一些可能的答案。

对感染者/病人一般接触的错误恐惧

尽管几乎的有艾滋病病毒感染都是经性传播，许多人还坚持认为与感染者一般的接触也可能被感染。他们不愿意与艾滋病病人共用房间内的物品（如茶杯、厨具或毛刷等），或者不愿意与他们接触，害怕被感染，即使这样的一般接触是非常安全的。

看到艾滋病多是涉及“不道德的人”

艾滋病是与人们想象的不道德行为有关：如婚外性行为等。艾滋病感染者/病人可能与性工作（卖淫）有关，这些人的性行为，常常被人们看成是罪有应得。这些偏见被媒体和宗教组织以道德的色彩加以渲染。

否认行为更加危险

某些有艾滋病病毒感染危险的性行为的人否认他们处于危险状态，他们要么自信自己的性伴看上去并没有感染艾滋病病毒（尽管从外观上无法确定是否感染），要么拒绝承认他们国家存在艾滋病的现实。结果他们认为艾滋病是其他人的问题，与他们无关。

害怕谈论性

人们普遍不愿意公开和坦城地在夫妻间、家庭内、社区、学校和宗教组织中谈论性的话题。这样就会隐匿真实的现状，以及人们以与艾滋病病毒相关而感到耻辱。

拒绝承认艾滋病是个问题

部分男性在夜间毫无忌讳地与不同性伴发生婚外性行为，但白天他们却是家庭的好男人，并且有很强的宗教价值观。他们也认为艾滋病是其他人的问题。

认为把钱用在将要死亡的人身上是一种浪费

在资源有限的情况下，人们往往选择把钱用于购药和治疗儿童而不是用在艾滋现感染者/病人身上。关怀、同情和关爱并不花钱。好的食品、肥皂、干燥通风的住处也不昂贵。

没有认识到艾滋病感染者/病人仍然具有生产力

机会性感染和艾滋病相关的疾病是可以治疗的，并且绝大多数具有这些感染和疾病的人在患病期间仍然能够工作一段时间。

### 步骤四

将导致羞辱和歧视的各种原因逐一读给参加者听，询问参加者为什么这些原因的每一条都与羞辱和歧视有关。

### 步骤五

对参与者提出的论点进行总结。



### 练习 13.3

自愿咨询检测的是与非练习

目的

判断自愿咨询检测的是与非。

背景

由于自愿咨询检测是一项相对新的服务项目，在许多潜在的使用者心目中还存在着许多不了解之处。本练习试图消除对自愿咨询检测的误解。

材料

无

时间

45 分钟

说明

步骤一

逐一阅读以下每一段陈述，在读完之后，要求参加者思考这一陈述是“是”还是“非”并给出理由。

- 匿外检测是指给你一个号码，在你进行检测时没有人知道你的名字。

（正确：为解除不想让检测人员知道自己是否被感染的担心，有些检测机构不要求被检人员提供他们的名字。他们的血样只有通地号码才能辨认。）

- 如果通过强制性的检测发现出了艾滋病病毒阳性，这个人就会自动被解雇。

（错误：自愿检测是最好的，但是有些制服部门要求被派往其他国家之前，必须进行艾滋病病毒检测。如果被检没出艾滋病病毒阳性，通常允许这个人继续在该部门工作，但不允许到国外。）

- “窗口期”是指某人在检测前必须停止暴露于艾滋病病毒这段时间。

（正确：艾滋病病毒抗体在血液中出现需要 3~6 个月，在检验前 6 个月无艾滋病病毒暴露史是重要的。）

- 检测结果阴性的人将来不需要避免高危性行为。

（错误：一个人发生高危性关系而有幸未被感染。但是，这并不意味着在以后的非保护性行为中他们不会被感染。）

- 人人都需要做艾滋病病毒检测。

（错误：并非人人都处于同样的危险中。那些无性生活或相互忠诚的性关系，且在进入性关系前性伴双方都处于艾滋病病毒阴性状态的人无需担心感染，更不需要检测。）

- 如果一个人的艾滋病病毒检测结果为阳性，这个人需要将结果告诉所有的伴侣。

（正确：习管非常困难，但是把你的感染情况告诉可能会被暴露的人是非常重要的，以便他们能够接受检测和在未来的性关系中保护好自己。）

- 在一对夫妻中一方首先检测出阳性，则说明是这个人将病毒带进家中。

（错误：在多数情况下，男性首先被感染，然后经过 1~2 年后感染妻子。在某些情况下，一个人可能在婚前已被感染。在任何情况下，人们知道其感染的时间与他们被感染的时间之间无相关性。）

## 步骤二

纠正错误的回答，如果在参加者的回答中没有涉及到上述解释部分的内容，则将这些内容提供给参加者。

## 第 14 单元 母婴传播/关怀与支持

### 读者须知

在许多国家，母婴传播（MTCT）远远比人们所想象中更加常见。基本信息部分展现了艾滋病病毒的这种重要传播途径正在不断上升的现实，以及这种传播途径与将妇女及其未出生孩子置于危险性的性行为选择之间的联系。此外，还提供了与关怀和支持有关的多方面信息，包括机会性感染、家庭护理和抗逆转录药物的治疗。本单元有两个练习。第一个练习是让参加者讨论人们为什么要关注母婴传播。第二个是让参加者考虑与艾滋病感染者/病人关怀和支持有关的行为选择。

### 母婴传播的基本信息

#### 14.1 什么是母婴传播？

艾滋病母婴传播也称为围产期传播，是指感染了艾滋病病的母亲在分娩或哺乳过程中将病毒传给孩子的现象。分娩时接触母亲的血液使孩子暴露于艾滋病病毒。胎儿在子宫内一般不会感染。感染的危险多发生在分娩期间，尤其是在医院以外的地方分娩或分娩时的卫生条件差。婴儿也能通过乳汁感染，大约有三分之一的婴儿被母亲感染。

#### 14.2 婴儿为什么会感染艾滋病病毒？

多数情况下，是父亲与卖淫女或其他多性伴女性有过非保护的婚外性接触。男性首先感染，然后经过一段时间传给妻子。在母亲生出艾滋病病毒感染的婴儿之前，绝大多数父母双方往往都没有症状。

#### 14.3 如何预防母婴传播？

预防母婴传播的最佳方法首先是男性在婚外性行为中确保使用安全套。从而避免感染。另一方法是情侣双方在结婚之前或准备怀孕之前去接受自愿咨询检测，在怀孕期间参中感染孕妇的抗逆转录病毒治疗（ARV）项目，可以减少婴儿的出生时被感染的机会。

#### 14.14 感染婴儿的结局是什么？

部分孩子出生后体弱并在一岁内死亡。另外一些孩子出生时可以是健康和正常的孩子，后来才发生艾滋病相关的疾病，12岁左右死亡。感染儿童表现出与其他成人同样的症状，机会性感染、慢性腹泻、咳嗽、发热和体重下降。

#### 14.5 是否信止母乳喂养？

即使在艾滋病感染率最高的国家，没有被感染的妇女数量仍然是感染妇女数的两倍。放弃母乳喂养不可选，因为母乳喂养利大于弊。再者，并非所有母乳喂养的婴儿都会被其感染母亲的乳汁所感染。在母乳喂养方面，有些时段内的母乳要比其他时段更加可能传播病毒。因此，最好是在母乳喂养前先对母亲进行检测，如果艾滋病病毒阳性，则选用代乳品或奶粉喂养。抗逆转录病毒药物治疗也能使母乳对婴儿更加安全。

#### 14.6 为什么母婴传播是个问题？

##### 母婴传播仍然隐匿

由于艾滋病母婴传播仍然很隐匿，因此，这个问题远比绝大多数人想象的要大得多。由于人们对艾滋病存在侮辱的现象，使感染了自己婴儿的母亲不愿意让人们知道他们的真实情况。再者，在许多热带国家，儿童死于发热和腹泻是常见的事情。人们往往把孩子的死在说成是疟疾，而不是艾滋病。

##### 父母没有意识到孩子以对艾滋病病毒的易感性

在全球感染艾滋病病毒的人中，有三分之二的人不知道自己的感染状况。许多人是在开始出现症状的时候，即首次感染后的许多以后才知道感染了艾滋病病毒。

##### 父母缺乏母婴传播的知识

公共卫生运动强调的重点是预防艾滋病的性传播，而对于母婴的传播则关注极少。父母几乎没有关于如何降低这种传播危险，以及如何护理感染的孩等方面的知识。

##### 男性对妇女健康感兴趣

许多国家的男性对于妇女健康相关的问题从来不感兴趣，包括妻子的怀孕和孩子的出生。产前门诊专门为女性提供产有服务，他们很少或几乎没有在男女双方之间开展过有关母婴传播方面的沟通。

##### 担心配偶反应

尽管在孩子出生前有可能是父亲传给母亲，但男人往往责备妻子，并且殴打妻子或与她离婚。

##### 医务人员对艾滋病感染者/艾滋病病人的冷漠

当母亲带着感染的婴儿来医院就诊时可能遇见的是医务人员鄙视和冷漠的目光，这使她们不愿意利用这样的医疗服务。医务人员恶劣的态度也影响了人们对其他服务机构，如自愿咨询检测部门的保密性存在着不信任。

## 家庭分娩卫生条件差

在家分娩不仅增加了婴儿出生时感染艾滋病病毒的机会，同时也使对艾滋病病毒阳性的母亲和儿童开展的随访更加困难。

### 14.7 母婴传播与自愿咨询检测之间 有什么关联？

当一对情侣在结婚之前或一对夫妻打算要孩子之前进行了自愿咨询检测，他们就可以预知他们的孩子是不有可能会感染艾滋病病毒。如果他们不相冒险或采取其他的措施减少孩子在出生时被感染的危险，他们可以采取避孕措施。

### 14.8 为什么要关注母婴传播？

在人的生命中，亲手埋葬自己的孩子是最悲惨的事情，做父母的都希望看到自己的孩子长大，甚至希望看到他们有自己的孩子。出生一个健康的孩子，让他/她能够有机会度过漫长的人生和实现他/她的梦想是非常美好的，然而，艾滋病的母婴传播可以使这些理论毁于一旦。

### 14.9 如何减少母婴传播？

#### 减少高危行为

在所有的婚外性行为中坚持使用安全套可以使艾滋病远离家庭，并可以明显减少父亲传给母亲，母亲再传给婴儿的机会。

#### 增进配偶间关系

在可能会成为夫妻关系的情侣之间需要增加有关艾滋病、自愿咨询检测和性方面的交流，这样可以减少夫妻之间的不信任，以及减少在夫妻之间和母婴之间传播的担心。

#### 怀孕前接受自愿咨询检测

夫妻双方都同意接受自愿咨询检测、相互告知检测结果，以及只有双方检测结果都清楚的情况下才打算怀孕等，这些举措可以确保他们的孩子不会被感染。

#### 提高男性对妇女健康的关心

如果男性也参加产前门诊，他们就可以向医务人员询问有关母婴传播的问题，更好地了解他们保护家庭避免艾滋病病毒感染的作用和责任。

#### 关怀和支持的基本信息

### 14.10 什么是家庭护理？

家庭护理是指家庭学会如何照顾由于艾滋病相关疾病而通常卧床不起的家庭成员。许多病人在疾病晚期的时候如果在家中能得到所需的帮助，他们倾向于呆在家里而不愿意住在医院。家庭成员可以为患者提供基本的身体上的护理和社会支持。他们可以学习怎样为病人提供基本的治疗，以及如何在处理例如月经血这种情况的时候，通过好的卫生习惯来保护自己避免潜在感染。在有些情况下，由家庭成员提供的家庭护理需要通过医务

人员的定期随访来进行补充。

#### 14.11 如何处理发热的艾滋病感染者/艾滋病病人？

可以由临床医生开药来控制慢性发热。对发热的病人尽可能多的进行擦浴，这会让他们感到舒服并能降温。脱掉病人的所有或大部分衣物，或者掀开病人身上盖的东西。也可以将病人安置在阴凉通风的地方或在电扇前。给发热的病人饮用尽可能多的清洁凉水也可使其体温下降并能补充因出汗所致的体液丢失。更换温透的床单会使发热病人感到舒适。

#### 14.12 如何处理疼痛的艾滋病感染者/艾滋病病人？

可以由临床医生开止痛药片。阿司匹林、醋氨酚或异丁苯丙酸等往往不需要处方则可以购买。如果无法得到药物，可以通过与病人谈话、唱歌或小声播放他们喜欢的音乐来分散他们对疼痛的注意力。将艾滋病感染者/艾滋病病人安置在光暗而安静的环境中或靠近窗户的地方可以看到行人和孩子们玩耍，这样也有所帮助。

#### 14.13 如何处理腹泻的艾滋病感染者/艾滋病病人？

大量饮用清洁的凉水对于防止脱水是必有需的。在水中加些盐、糖和柠檬汁也有帮助。在许多地方可以购买到口服脱水液（ORS），可以与清洁水混合使用。使用含盐脱水液可的高口服脱水液的补充量。含盐的流食，如大米稀饭、蔬菜和鸡汤、椰子均可使用。关键是尽可能多喝水。饮水并不能替代对食物的需求。为了保持健壮和防止体重下降，吃固体食物是非常重要的。

#### 14.14 脱水有哪些体征？

应该记住，机体缺水或脱水可导致死亡。脱水发现和治疗得越早，对人体越好。脱水的症状是病人感觉很渴。病人还会表现出异常的烦躁或懒惰。如果捏他们的皮肤并将其松开，会发现皮肤很慢才能恢复到原状。

#### 14.15 如何预防感染？

艾滋病感染者/艾滋病病人的免疫功能较健康人要弱。这意味着他们易受感染。因此，良好的卫生和习惯对预防感染的发生是非常重要的。减少这些感染有以下建议：

- 艾滋病感染者/艾滋病病人周围的人应该勤洗手
- 保持艾滋病感染者/艾滋病病人的周围环境清洁、通风和空气新鲜
- 食用清洁流体和新烹饪的营养食品
- 勤换床上用品及衣物

#### 14.16 什么是抗逆转录病毒药物？

抗逆转录病毒药物（ARV）是多种药物的组合，为些药物可以抑制病毒的繁殖。抗逆转录病毒药物不能“治愈”艾滋病，但它们可减少病毒的数量和延缓服药者的生命。只有

在体内病毒达到一定水平时才使用抗逆转录病毒药物。有些抗逆转录病毒药物具有严重的副作用，尤其首次服用时。常见的副作用为头晕及头疼。对于感染者来说，有必要每日服药两次，终生服药。抗逆转录病毒药物可以减少患者机会性感染和艾滋病相关疾病发生的易感性，并使服药者过上正常人的生活。尽管抗逆转录病毒药物治疗的花费每天只有一美元，但这种费用仍我是世界上大多数感染者无法承受的。

#### 14.17 抗逆转录病毒药物治疗后感染者能存活多久？

大部分服用抗逆转录病毒药物的人都通过着正常的生活，象其像与艾滋病无关的疾病患者一样死亡。并非所有服用抗逆转录病毒药物的人都能忍受药物的副作用，而选择中断治疗。有些服用抗逆转录病毒药物的人在感觉好转后就不再服药。在体内产生耐药的情况下，抗逆转录病毒药物可能就不再能够发挥作用。

#### 14.18 什么是机会性感染？

机会性感染是指在正常人体内通常致病的微生物所引起的疾病。这些微生物利用艾滋病患者免疫力低下的有利机会，当机体的防御系统不能抵抗它们时就会引起疾病。

#### 14.19 什么是艾滋病相关疾病？

艾滋产现相关疾病包括发生在艾滋病患者中的机会性感染和其他非感染性疾病。由于机体的防御能力低下而发生了这些疾病。宫颈癌和艾滋病相关的精神紊乱是艾滋病相关疾病的两个例子。所有机会性感染都是艾滋病相关疾病，但并非所有的艾滋病相关疾病都是机会性感染，有些艾滋病相关疾病并非感染，因为它们不是微生物感染引起。

#### 14.20 最常见的机会性感染是什么？

肺结核（TB）是最常见的机会性感染，相对常见的还包括可以导致呼吸困难的肺炎，开始表现为颈部疼痛的脑膜炎，出现消耗性症状的“苗条病”，以及多种皮肤的感染，如疱疹。

#### 14.21 如何识别机会生感染？

大多数机会性感染的和艾滋病相关疾病的症状与其他常见疾病完全一样，难以区别它们。对持续多周的咳嗽需要寻找原因。其他的例子还包括腹泻持续几周未止；持续发热；不常风的皮疹；持续体重下降。

#### 14.22 什么是肺结核？

肺结核是一种传染性很强的肺病。该病可导致慢性咳嗽和机体的逐渐衰弱。在不发达的国家，许多感染了结核但尚未发展的结核病。艾滋病病毒削弱了机体抵御结核病的能力，导致了目前的结核病患者多于过去。

#### 14.23 肺结核与艾滋病病毒有什么关联？

艾滋病感染者/艾滋病病人对许多机会性感染及艾滋病相关疾病易感。肺结核是最常见的

感染。这些人可能早已感染了结核但没有发病，只有在艾滋病病毒使免疫系统削弱以后才导致结核发病。

#### 14.24 如何治疗肺结核？

一种由多种药品组成的治疗方案可以控制肺结核，每日服药一次，治疗几个月。通常服用几周后结核症状可以消失，病人的身体状况可明显改善。问题是当部分病人感觉好转后就停止服药而不能完成疗程。如果这个病人再次发生结核，身体会产生抵抗性，药物就不再有效。许多医疗部门要求接受抗结核治疗的病人到诊所服药，以确保他们规则服药。

#### 14.25 什么是结核病预防？

艾滋病感染者可通过口服药物来避免发生肺结核和其他机会性感染。这些药物可以减少结核感染发展为疾病的机会。即使没有任何结核病的症状，但也必须服药。

#### 14.26 有了机会性感染和艾滋病相关疾病是否意味着很快死亡？

许多人可以无症状生存 5—10 年。即使他们出现了一些机会性感染甚至也艾滋病相关疾病，也是可得到治疗和返回到正常的生活。艾滋病感染者/艾滋病病人往往会经历几次感染或疾病，然后恢复健康状况，这种反复的过程可以持续数年，直至这种感染或疾病随着免疫系统而破坏而频次增多，患者最终死亡。

#### 14.27 如何处理机会性感染和艾滋病相关的疾病？

及时的治疗的可以减少机会性感染和艾滋病相关疾病所造成的影响。某些机会性感染，如结核病等可以通过服用上述药物进行预防。有些疾病，如脑膜炎则需要住院治疗，而其他的产病则可以在门诊及家中治疗。关键是尽早检测，了解如何识别这些症状和进行及时的治疗。

#### 14.28 除了治疗外还需要什么？

采取谨慎的生活方式，包括营养均衡的饮食，以及不喝酒或少喝酒都是有所帮助的，能够得到配偶、家人、邻居、同事和患者支持小组心理支持的艾滋病感染者/艾滋病病人要比得不到这些支持的患者生活得好。

#### 14.29 对艾滋病感染者/艾滋病病人提供帮助的人怎样做好预防措施？

肥皂是艾滋病病毒的天敌。好的卫生习惯，如用肥皂洗手和洗澡，以及经常清洗床单和衣物是可以控制病毒的传染。没有伤口和溃疡的完整的皮肤是艾滋病病毒的天然屏障。

#### 14.30 在感情及精神方面做些什么？

患有艾滋病相关疾病的人最不愿意感受的是被拒绝的抛弃。能从周围的人那里感受到关有和同情的病人则会感受到相对较少的痛苦，并且可以更快地好转和延长生命。在宗教领袖或家庭中帮助下开展心灵的沟通也有助于病人对自己的现状和命运感到平

和。爱人和家庭成员不应该通过厌恶和怨恨而造成患者的紧张，他们可以通过理解、同情和关怀来改善病人的生活质量。象洗澡或握手这样简单的事情也可以使病人生活和更好。

#### 14.31 为什么患者需要为死后家庭的安排做好准备？

虽然发生要会性感染和艾滋病相关疾病的人可以存活数年，反省发病与好转，如果得不到抗逆转录病毒药物的治疗，他们的健康会逐渐恶化并最终死亡。有些病人不愿意接受这样的事实，因此，他们不为自己的死亡做准备。坦然接受这一事实并且合理安排他们的财产及遗产的人，将为他们家庭未来的生活减少困难。

#### 14.32 为什么要立遗嘱？

立遗嘱对每个人都是好主意，尤其对不好艾滋病病的人更加重要。立遗嘱可保护自己家庭的直系成员，避免他们的财产被贪婪的亲属夺走。遗嘱可以详述田地如何分配，或者需要将哪些钱专门用于孩子的教育。

#### 练习 14.1

##### 母婴传播的展板

##### 目的

通过制作展板和标语让参加者认真考虑为什么父母应该关心母婴传播。

##### 背景

父母往往比关心自己还要更加关心孩子的健康和幸福。女性可能更中愿意使用安全套来避免可能会造成她们不育的性传播疾病，而不是艾滋病的死亡。父亲对孩子健康要比对妻子的健康更加关心。

##### 材料

白纸、挂图板纸或黑板（备选）

##### 时间

30 分钟

##### 说明

##### 步骤一

向参加者展示上述有关母婴传的基本信息作为背景资料。

##### 步骤二

将下列用于母婴传播展板的想法写在挂图板、黑板或白纸上，并且给参加者大声读出。

- 艾滋病病毒可以在分娩时由母亲传给婴儿。自愿咨询检测可以帮助你知怀孕是否是安全的。（图片：妇女抱着一个新生儿）
- 你想抱你的孩子的孩子吗？让病毒远离家庭。寻求自愿咨询检测。一直采用保护性的



措施。预防母婴传播。（图片：一位老人和他的女儿一起牵着他的孙子。）

- 未来的母亲：艾滋病病毒可以从你孩子的父亲那里传给你，如果他走进歧途有婚外性行为的话。用安全套保护他和你自己。（图片：丈夫出门前妻子给他安全套。）

- 艾滋病病毒可以在分娩时由母亲传给婴儿，因此，去做检测以保证你的孩子出生时是个健康的孩子。（图片：男女双方一起去做检测。）

- 未来的父亲：艾滋病病毒可以通过你传给你孩子的母亲。保护他们避免感染艾滋病病毒。如果你走进歧途有婚外性行为的话，请使用安全套。（图片：一个男子在酒吧里与卖淫小姐在一起。）

### 步骤三

让参加者选择他们 最喜欢哪个和最不喜欢哪个，并说明理由。

### 步骤四

让参加者想象，他们现在要去参加一个展板比赛，以母婴传播为主题考虑在画片和文这了上有哪些想法。告诉参加者，展板的指导思想是动员未来的父母保护家庭和他们的孩子，避免艾滋病病毒感染。

### 步骤五

将参加者分成几个小组，让他们讨论有关展板的想法。

### 步骤六

让参加者展示他们的想法，并且问全体参加者们他们最喜欢哪个，以及他们认为哪个不太有效。

## 练习 14.2

### 做正确的事情

#### 目的

让参加者讨论一关怀和支持有在的他们所能做到的道德选择，以及这些决定的后果。

#### 背景

由于各种原因，艾滋病感染者/艾滋病病人的亲属并不能给发生机会性感染和艾滋病相关疾病的病人足够的关怀和支持。问题的一部分是他们不知道要做什么，另一部分是他们根本不想参与做什么。

#### 材料

无

#### 时间

30 分钟

#### 说明

### 步骤一

阅读本单元开始部分的关于关怀和地以持的基本信息。

### 步骤二

给参加者总结关怀和支持的基本要点。询问参加者对这些要点是否还有什么疑问。

### 步骤三

向参加者解释，将要给大家读出一系列陈述的内容，并要求大家选择陈述中哪些行为是合适去做的，哪些是不合适做的，并给出理由。

### 步骤四

每次仅读出一条陈述。注意，正确答案及其理论列在每个陈述的下面，在参加者对每个陈述讨论结束后再经人大家宣布正确的答案。

- 在家里后面的密室里照顾艾滋病相关疾病的病人，这样他们就不会传给家人。

（不合适。艾滋病不可能通过一般的接触感染其他人。象与其他疾病患者一样，接触艾滋病患者的护理人中会鼓舞他们的士气，保持健康。）

- 寻找可以给艾滋病感染者/艾滋病病人提供机会性感染和艾滋病相关疾病的治疗地方。

（合适。艾滋病感染者/艾滋病病人往往身体非常虚弱，因而不能照顾自己，非常需要有人提供帮助。知道有人正在帮助他们，他们会感觉好些。）

• 当艾滋病感染/艾滋病病人发生艾滋病相关疾病后感觉好一点的时候，让他们用一个下午的时间来照看孩子会使他们觉到自己还有用。

（合适。艾滋病感染者/艾滋病病人并非总是病着。当感到身体强壮和感觉较好的时候，他们可以长时候做事，安排他们一些诸如照看小孩这样的简单任务，对他们来说也是对一直照顾他们人的一种回报，以及让他们感到自己还有用。）

• 当艾滋病感染者/艾滋病产现人发热和出汗时，不要给他水喝，因为他们可能会污染水杯。

（不合适。当患者发热时，他们需要饮大量的液体，提供清洁的凉水是给他们的最好东西，与艾滋病感染者/艾滋病病人共用水杯是不会引起人与人之间的病毒传播的。）

- 给艾滋病感染者/艾滋病病人擦浴会使病人感觉到更加舒服，且不需要花费。

（合适。给发热的艾滋病感染者/艾滋病病人擦澡是不会感染艾滋病病毒的，擦浴可以起到降温的作用。）

- 与已经发病的艾滋病感染者/艾滋病病人聊天可分散他们对自己处境的担心。

（合适。艾滋病感染者/艾滋病病人往往会感到孤独和孤立。即便是与别人简单的接触也会使他们感觉良好，并且能够起到鼓励的他们的作用。）

- 把钱花给孩子买食品上要比将艾滋病感染者/艾滋病病人送去医院治疗更好。

(不合适。最好的方法是应该对现在活着的人和可能将死亡的人更多的帮助。每个活着的人都应该享有基本的舒适和值得别人去关心。)

- 不要让发病的艾滋病感染者/艾滋病病人坐在窗口，因为邻居看到后全家要遭难。

(不合适。坐大窗口看到路上的行为和孩子们的玩耍可以分散艾滋病感染者/艾滋病病人对疾病的注意力。吸入新鲜的空气和感受进入这到内的微风都对他们的健康有益。)

- 不要将孩子带去看艾滋病感染者/艾滋病病人，因为最好让孩子记住他们患病前的样子。

(不合适。看到孩子会使艾滋病感染者/艾滋病病人感到好受和快乐。拥抱或抚摸孩子这样的一般接触是不会使孩子感染的。除非父母暗示，否则孩子是不会害怕艾滋病感染者/艾滋病病人的。)

• 听愉快的歌曲、收听收音机或看电视对已经发病的艾滋病感染者/艾滋病病人是不好的，因为这样的东西会提醒他们其他人正在过着快乐和正常的生活。

(不合适。尽管某些土医可以帮助治疗发热、皮肤疾病、疼痛、瘙痒等，但他们的许多治疗是无效的，特别是与现代医学相比，后者能够治疗结核这样的疾病。现代医学尽管治疗费用较贵，但这些医学是经过试验证明是更可靠的。现代医学与传统医学相结合是可取的。)

- 在含盐的清洁水中加入鸡汤、椰奶、米汤或口服补液水（其中已含盐）对于经常发生腹泻的艾滋病感染者/艾滋病病人是很好的。

(合适。有些人错误地认为，不给予水份可以停止腹泻，但是实际上这样全使病情恶化，甚至可能导致死亡。所有腹泻的病人都需要大量的清洁水份。)

- 清洗衣服和床单往往是浪费地间，因为不久又会变脏。

(不合适。良好的卫生习惯可以减少机会性感染和改善艾滋病感染者/艾滋病病人的舒适环境和生活质量，在处理象月经血这样的情况时需小心，但一般来说，洗刷和清洗物品几乎是不会被感染的。)

## 第 15 单元 职业行为准则

### 读者须知

本单元强调了制服人员的职业行为准则，避免导致制服人员发生艾滋病病毒和传播疾病感染的危险行为。练习部分通过地作用与责任的阐述，以及与艾滋病之间的关系来鼓励对这些问题的讨论。此外，还列出了基于联合国维和人员的行为准则所制定的行为指南。

### 职业行为准则和基本信息

#### 15.1 什么是职业行为准则？

## 行为的作用

穿上制服则肩负了个人的责任。穿上制服的人对他们以威严和文明的方式所从事的维持和平的工作是有责任的。他们同样对公众是有责任的。制服人员的主要责任包括：

- 维护法律
- 尊重人权
- 公正和不歧视
- 为社会做出榜样。

### 15.2 为什么职业行为准则是重要的？

#### 制服可能被滥用

制服人员很容易被大众认出，因为他们穿着明显的制服。制服代表了权力和威信，所以，制服人员往往会受到人们的尊敬，以及常常被人们所恐惧。制服人员也较当地的其他人，特别是冲突地区的人具有更多的资源。由于制服伴随着权利和影响，所有会现出滥用这种权利和影响的可能。这种权利的滥用招来了对他们的不尊敬和甚至讨厌。再者，可能会造成地整个行为的不尊重。制服部门的男性大量酗酒和放纵嫖娼的行为可能会给公众和本行为内的其他男性树立一个不好的样板。

### 15.3 什么与艾滋病相关联？

#### 玷污了制服

某些特殊行为的存在不仅玷污了制服人员的形象，而且也增加了艾滋病病毒感染的危险。这些行为包括酗酒和吸毒，以及这些行为影响了安全套的使用、增加了对女性施暴和嫖娼的可能。对于不提供性服务的女性可以借口采取强迫和威胁是制服人员权力的滥用，以及如果不使用安全套则有感染艾滋病病毒的危险。

### 15.4 穿制服行业人员的行为应该是怎样？

#### 慎重和尊重

不要期望制服人员能够完全掉饮酒和避免性行为。能够指望的是他们不要给自己或其他带来感染艾滋病病毒的危险。制服人员有责任保持他们在参加工作并宣誓效忠本职工作时的许诺的标准。由于他们在其他人的权力和影响，对官方的工作人员来说，在他们所管辖的人员中树立正面榜样和不表现出无视自己的行为准则非常重要。

### 15.5 在个人方面这意味着什么？

#### 遵循行为准则

所有制服人员都有责任遵循职业的行为准则。绝大多数制服部门都有职业的准则，明确规定了该部门人员的角色和责任。少数部门也许没有书面的准则，但所有这些部门工作的人员应该了解他们具有维护法律和尊重社会的责任。

## 放弃侮辱性的行为

这意味着放弃给制服部门抹黑的行为，以及在行为选择上检查是否具有危险性。

## 保护其他人

这也意味着遵循行为规范的人有责任确保同行也遵循这样的规范，保护他们自己和其他人。

## 练习 15.1

### 行为准则

#### 目的

让参加者考虑哪些内容应该纳入到职业为准则，更好地理解这样的准则规范每个人。

#### 背景

职业行为准则是制服人员应该遵循的一系列义务和责任。通常包括有责任保护社区、自己的家庭、他们自己和其他人。如果人们对行为准则的含义有所理解，并且发誓要遵守，那么他们可能遵守这样的准则。

#### 材料

无

#### 时间

30 分钟

#### 说明

#### 步骤一

阅读下列这些可能会纳入到制服部门职业行为准则的要点：

我们将：

- 在任何时候都以职业性的和遵守纪律的标准规范我们的行为。
- 在我们当中支持和鼓励合适的举止。
- 在离家外出执行任务时，要以尊重、谦恭和体谅的方式对待当地的居民。
- 在对文化、宗教、传统和性别问题加以理解和关注时，尊重当地的风俗习惯和传统做法。我们认识到，控制男女间关系的社会会规则在不同的文化里有着非常不同的标准，因此在一种文化中解释为无罪的行为而在另一种文化中则可能是有罪的。
- 了解妇女和儿童的人权，从不侵犯他们。

我们不：

- 让不合适的个人举止，以及未尽我们的责任或滥用我们的权力的行为玷污我们的组织。
- 做任何有损于我们的工作和组织使命的事情。
- 酗酒、使用和贩卖毒品。

- 做任何对人民，特别是妇女和儿童的生理、性和心理有所危害或给人民带来痛苦的事情。

我们认识到违背这些准则所带来的后果可能会：

- 影响对我们及我们服务的信任。
- 危害我们工作或我们组织使命所取得的成就。
- 危害我们 的地位和安全。

#### 步骤二

将上述列出的各项再逐项念一次，并针对每一项向参加者提问下列问题：

1. 想一下这一项的含义是什么？
2. 这一项与艾滋病有什么关系（如果有关的话）？
3. 这一项是否应该纳入到行为准则之中？

#### 步骤三

总结讨论其中的要点和强调遵守职业行为准则会明显地减少发生艾滋病/性病传播疾病感染和将艾滋病/性传播疾病传播给他人的危险。