

VODJA POPULARNEGA MNENJA

Priročnik za izvajalce programa Vrstniki in jaz

VODJA POPULARNEGA MNENJA

Priročnik za izvajalce programa Vrstniki in jaz



INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA
REPUBLIKE SLOVENIJE



Vodja popularnega mnenja
Priročnik za izvajalce programa Vrstniki in jaz

Prevod: Maja Stergar

Lektura: Jože Faganel

Inštitut za varovanje zdravja RS

© 2002 by Center for aids Intervention Research, Medical College of Wisconsin, USA

Tisk: Tiskarna in knjigoveznica Radovljica

Ljubljana, 2004

Prvi natis

**Priročnik so razvili na Centru za raziskave izvajanja programov na področju aidsa (CAIR) Medicinske fakultete v Wisconsinu, USA v okviru GAIN – Global Aids Intervention Network.
Avtorjem se zahvaljujemo, da so dovolili uporabo priročnika v Sloveniji.**

Natis je omogočilo Ministrstvo za zdravje RS

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

371.78 (075.9)
159.913 (075.9)

VODJA popularnega mnenja : priročnik za izvajalce programa
Vrstniki in jaz / [prevod Maja Stergar]. - Ljubljana :
Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije, 2004

ISBN 961-6202-54-5

212845824

VSEBINA

Predstavitve priročnika	4
Pregled preventivnega modela Vodja popularnega mnenja (VPM).....	4
Osebne izkušnje z modelom VPM v različnih skupinah	11
Predizvedba: načrtovanje in priprave na VPM.....	13
Bistveni elementi tega poglavja	13
1. Izberite populacijo, ki je izpostavljena tveganju za okužbo z virusom HIV	14
2. Pridobite podporo ključnih oseb v skupnosti.....	16
3. Izučite svojo ekipo za uspešno izvajanje programa VPM.....	18
4. Prepoznajte popularne ljudi	23
5. Pridobivanje mnenjskih vodij.....	27
6. Načrtovanje in priprave na začetek skupinskega izobraževanja VPM	29
Izvedba: učenje vodij popularnega mnenja o intervenciji	33
Bistveni element tega poglavja	33
1. Prvo srečanje: program VPM se predstavi	33
2. Drugo srečanje: Zmanjševanje tveganega vedenja.....	39
3. Tretje srečanje: Kako lahko VPM-ji posredujejo preventivna sporočila za preprečevanje širjenja virusa HIV	43
4. Četrto srečanje: Izboljševanje in širjenje sporočila	51
Vzdrževanje: vzdrževanje nastalih vedenjski sprememb v vaši skupnosti.....	57
Bistveni element tega poglavja	57
1. Pridobivanje novih valov skupin VPM.....	57
2. Ponovno srečanje	59
3. Doseganje novih populacij.....	59
Ovrednotenje: določanje učinkovitosti vašega programa.....	61
1. Kaj je ovrednotenje in zakaj se z njim ukvarjati?	61
2. Ali VPM v moji skupnosti deluje?	65
3. Odločanje o načrtu ovrednotenja	67
4. Kako lahko izboljšam VPM?	67
Viri.....	68
Slovarček izrazov.....	69
Gradivo, ki ga izročimo in delovni listi.....	73

**DOBRODOŠLI - TO JE IZVAJANJE PROGRAMA
»VODJA POPULARNEGA MNENJA (VPM)«**

Zelo smo veseli, da ste tako vi in tudi vaša organizacija del našega projekta. Naš cilj vam je pokazati nove programe, ki temeljijo na podlagi raziskav na področju preprečevanja okužbe z virusom HIV. Hkrati pa bi se radi od vas naučili, s kakšnimi izzivi se soočate, ko uporabljate te metode v boju proti virusu HIV in aidsu v vaši skupnosti.

Z vašo pomočjo bi se radi hkrati naučili, kako kar najbolje pomagati ostalim nevladnim organizacijam (NVO), po vsem svetu razviti in izvršiti bolj učinkovite programe ter se med seboj povezati na področju programov, ki jih izvajamo.

Namen tega priročnika je, da vam priskrbimo podrobne informacije v zvezi z izvajanjem programa preprečevanja širjenja virusa HIV, ki temelji na napredni in znanstveno dokazani obliki vrstniškega izobraževanja. Imenuje se Vodja popularnega mnenja (VPM), kajti temelji na tem, da poučujejo popularni ljudje, katerih mnenje ostali spoštujejo. Ti 'popularneži' nato posredujejo sporočila z vsebino o preprečevanju širjenja virusa HIV ostalim med vsakdanjim pomenkovanjem.

Vsaka enota tega priročnika se začne s splošnim pregledom snovi obravnavane v poglavju. Koristno je brati priročnik, kot si sledijo poglavja. Enote se med seboj nadgrajujejo, torej so informacije tako iz prvih poglavjih nujno potrebne za razumevanje nadaljnjih.



Ta znak označuje navodila za šole in smo jih pripravili na podlagi izkušenj pri izvajanju programa v Sloveniji. V priročniku je predstavljen program Vodja popularnega mnenja s podrobnejšo predstavitevijo teme aids. Za šolsko področje naj imajo bralci v mislih transferno branje – možen je prenos metode na katerokoli drugo vsebinsko področje.

ŠE ENKRAT HVALA ZA SODELOVANJE!

Veselimo se dela z vami in vašo organizacijo.

PREGLED PREVENTIVNEGA MODELA VODJE POPULARNEGA MNENJA (VPM) ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA VIRUSA HIV

Aids je svetovni problem epidemioloških razsežnosti, ki se neprestano širi. Ker za to bolezen ni učinkovitega zdravila, je preprečevanje najučinkovitejše orodje za preprečevanje širjenja virusa HIV. Obseg epidemije zahteva, da najdemo bolj učinkovite programe za preprečevanje novih okužb z virusom HIV. Potrebujemo preizkušene intervencije na področju preprečevanja širjenja virusa HIV na ravni skupnosti, ki bodo dosegle veliko število ljudi v sorazmerno kratkem času.

Center za raziskave izvajanja programov na področju aidsa (CAIR) ima sedež na Medicinski fakulteti Winsconsin v Milwaukeeju, Winsconsin, ZDA. CAIR je eden od mnogih centrov za preventivne raziskave v ZDA. Cilj raziskav CAIR-a je razviti in ovrednotiti preventivne programe na področju virusa HIV. CAIR sodeluje tudi z organizacijami, ki delujejo na področju preprečevanja širjenja virusa HIV. Skupaj ugotavljajo, katere intervencijske raziskave se izkažejo kot učinkovite. Globalna intervencijska mreža za aids je program, ki z ostalimi nevladnimi organizacijami deli informacije o enem od teh programov, o modelu Vodje popularnega mnenja (VPM).

Kaj je Vodja popularnega mnenja?

V vsaki skupnosti obstajajo ljudje, ki so zelo popularni med prijatelji in znanci. To so ponavadi tisti ljudje, ki se z ostalimi največ pogovarjajo, jih imajo najraje in so bolj popularni kot drugi. Približno 15 odstotkov katere koli populacije je takšne. To so t.i. vodje mnenja. 'Vodje mnenja' jim pravimo zato, ker njihova mnenja in prepričanja vodijo poglede drugih. Ko populacijski vodje mnenja govorijo z vrstniki o preprečevanju širjenja virusa HIV, to vpliva na njihovo vedenje in norme. Če vodje mnenja postanejo vzgojitelji in zagovarjajo rabo kondomov, bodo ostali vedeli, da je raba kondoma sprejeta norma med ljudmi, ki so popularni.

VPM je model, ki prepozna in uči tiste, ki so po naravi popularni, in tiste, ki jih imajo v skupnosti vsi radi, da delujejo kot vzgojitelji na področju aidsa in kot voditelji svojim prijateljem, sosedom in znancem. **VPM temelji na ideji, da je mogoče izoblikovati nove trende obnašanja. Ko zadostno število popularnih oseb, katerih mnenje ostali cenijo, to mnenje jasno in glasno pove, se sprejemajo in oblikujejo nove vrednote.** Programi, ki temeljijo na »teoriji socialne difuzije«, identificirajo vodje popularnega mnenja v ciljni skupini, v določeni lokalni skupnosti. Nato te naravne mnenjske voditelje naučijo govoriti z drugimi o novem obnašanju. Po končanem izobraževanju so ti vodje popularnega mnenja pripravljene na pogovore z drugimi. V primeru preprečevanja širjenja virusa HIV sporočilo, ki ga podajajo, govori o varnejših spolnih odnosih, rabi kondomov in izogibanju tveganemu obnašanju. **Program VPM ima veliko moč, kajti preventivno sporočilo pride v skupnost od ljudi, ki jih ostali poznajo in so jim všeč, od njihovih prijateljev.**

Ta novi model preprečevanja širjenja virusa HIV je pokazal, da lahko priljubljeni ljudje, ki podajajo sporočila o preprečevanju širjenja virusa HIV prijateljem med vsakodnevnimi pogovori, in, kar je še pomembneje, sami odobravajo prednosti rabe kondoma, zmanjšajo tvegano vedenje v svoji skupnosti. V zadnjih desetih letih raziskav smo ugotovili, da je ta model učinkovit na področju spreminjanja vedenja in družbenih norm ter pri vzdrževanju sprememb vedenja. **Ta poceni program je pokazal dobre rezultate na področju tveganega vedenja med mladimi geji, mladostniki in tudi v ostali populaciji.**

Učinkovitost VPM pri moških, ki imajo spolne odnose z moškimi (MZM)

Leta 1989 so pri CAIR znanstveniki začeli testirati učinkovitost tega modela spremembe obnašanja. Prvo ovrednotenje programa VPM se je zgodilo v ZDA, in sicer med mladimi moškimi, ki obiskujejo gej bare. Program VPM je primeren za mnoge različne populacije, ampak najprej si oglejmo, kako so program izpeljali med MZM, ki so obiskovali bare.

Pridobivanje podpore skupnosti

Ko so določili gej bare, so izvajalci projekta stopili v stik z njihovimi lastniki in jim osebno razložili, za kaj gre. Povedali so jim tudi, da ta program lahko prispeva k preprečevanju širjenja aidsa v njihovi skupnosti. Poudarili so priložnost za preprečevanje širjenja aidsa v njihovi lastni skupnosti. Večina lastnikov barov je takoj sprejela ponujeno vlogo.

Za pridobivanje osnovnih informacij o tveganem obnašanju v zvezi z aidsom, so moške, ki so vstopili v gej klub, preverjali tri zaporedne noči. Moškim so se približali, ko so vstopili, in jih prosili, naj izpolnijo anonimno raziskavo o oceni tveganja. Vprašalnik je temeljil na znanju o dejavnostih tveganja v zvezi z aidsom, o tem, kako zmanjševati tveganje, in o spolnem življenju v preteklih dveh mesecih.

Prepoznavanje vodij popularnega mnenja v gej barih

Naslednja stvar na spisku je bila pridobiti podporo barmanov. Prevenzijska ekipa se je sestala z njimi in pogovarjali so se o tem, kakšno vlogo bi lahko odigrali v projektu. Barmani, ki so del skupnosti, ki je v nenehnem stiku s strankami, so dodobra seznanjeni z vzorci socializacije v klubu. Izvajalci projekta so verjeli, da bodo barmani uspeli prepoznati vodje popularnega mnenja (VPM-je). VPM-ji so tisti člani kluba, ki so v svojem krogu najbolj priljubljeni. 15 odstotkov celotne populacije, ki je zahajala v klub, je bilo VPM-jev in morali so jih poiskati. V klubu s sto člani so morali najti 15 VPM-jev, v večjem klubu s 500 člani, pa 75 VPM-jev.

Pridobivanje podpore vodij popularnega mnenja

K sodelovanju v našem programu smo povabili »mnenjske vodje«. Izvajalci projekta so jim razložili namen programa. Povedali so jim, da bi oni s svojo popularnostjo lahko veliko pripomogli k preprečevanju širjenja aidsa v njihovi skupnosti. Posameznikom je laskalo, ker so jih imeli za popularne in vodje popularnega mnenja. Skoraj vsi, ki so jih povabili k programu, so ponujeno vlogo tudi sprejeli. Ko so vse VPM-je povabili k sodelovanju pri projektu, so izbrali datum za prvo izobraževalno srečanje.

Šolanje VPM-jev - voditeljev vedenjskih sprememb

Namen teh izobraževalnih srečanj je bil pomagati VPM-jem, da postanejo strokovnjaki na področju zmanjševanja tveganja za širjenje virusa HIV in jih seznaniti z učinkovitimi metodami prenašanja preventivnih sporočil v zvezi s HIV-om svojim prijateljem in znancem. VPM-je so naučili, kako začeti pogovor, ki izraža njihovo lastno vpletenost v svet vrednot varnejšega seksa, kot tudi določene informacije o zmanjševanju tveganja. VPM-ji so obiskali štiri tedenska 90-minutna skupinska srečanja.

Vsebina izobraževalnih srečanj za VPM

- 1. srečanje**

1. srečanje: Na prvem srečanju so organizatorji poudarili, kako lahko pogovori VPM-jev z ostalimi zmanjšajo širjenje virusa HIV/aidsa. Pogledali so si tudi osnovna dejstva o HIV-u; epidemiologijo, prenašanje, napačne predstave v zvezi s tveganjem in spremembe vedenja, pomembne za zmanjšanje tveganja.
- 2. srečanje**

2. srečanje: VPM-ji so se naučili, kako učinkovito prenašati sporočila spremembe obnašanja ostalim. Naučili so se, kako govoriti z vrstniki, da bi jih prepričali v resnost aidsa, kako se da preprečiti okužba z virusom HIV, kako zmanjšati tveganje, kako spremeniti vedenje in kako osebno podpirati prednosti spremembe obnašanja. To srečanje je bilo zelo vzajemno. VPM-ji so debatirali o tem, kako bi imeli take pogovore s svojimi prijatelji.
- 3. srečanje**

3. srečanje: Na tretjem srečanju so organizatorji pokazali, kako voditi debato, ki vsebuje učinkovite sporočilne lastnosti. VPM-ji so se šli igro vlog, da bi izpilili svoje konverzacijske vrline za posredovanje učinkovitih pogovornih sporočil. Vsak VPM je izbral štiri od svojih prijateljev za pogovor o preprečevanju širjenja virusa HIV v prihajajočem tednu.
- 4. srečanje**

4. srečanje: VPM-ji so se pogovorili o rezultatih pogovorov s svojimi vrstniki. Tako organizatorji kot tudi VPM-ji so načrtovali še več pogovorov. Vsi sodelujoči so se strinjali, da jih v prihodnjih dveh tednih opravijo še pet. Poudarili so pomembnost vloge VPM-jev, kajti prav oni bodo postali vodje preprečevanja širjenja aidsa v svoji skupnosti.

Program VPM deluje, kadar dovolj vodij popularnega mnenja govori z ostalimi o korakih preprečevanja širjenja virusa HIV.

Za pomoč VPM-jem pri izvajanju pogovorov s prijatelji so po barih izobesili plakate z logotipi. Sodelujoči so si pripeli majhne značke z enakim logotipom. Plakati in značke so sprožili val radovednosti in ljudi privedle do VPM-jev z vprašanjem, kaj logotip pravzaprav pomeni. Ta radovednost je pripeljala do priložnosti za pogovor in se pokazala kot učinkovita metoda za povečevanje števila pogovorov.

Ugotovili smo, da so VPM-ji vzeli svoje delo (pogovore) zelo resno. Ko so se enkrat naučili posredovati preventivna sporočila o preprečevanju virusa HIV, so se počutili bolj udobno in tudi število pogovorov se je povečalo. Da smo ohranili program v polnem teku, smo pridobivali in izobraževali različne skupine VPM-jev v vsakem baru.

Rezultati: Je program VPM pripomogel k zmanjšanju tveganega vedenja?

Kot del naše raziskave smo leto po opravljenem delu vsem moškim, ki so zahajali v gej bare, dali izpolniti enak vprašalnik, kot so ga izpolnili pred začetkom izvajanja programa VPM. Rezultati raziskave so pokazali, da se je v barih, kjer je potekalo izvajanje programa, delež moških, ki so imeli ne-varne spolne odnose, zmanjšal za 30 odstotkov, raba kondomov pa je narasla za 35 odstotkov. Enak vzorec se je ponovil v sedmih različnih mestih v ZDA, kjer so izvajali raziskavo.

Raziskava je pokazala: ko se dovolj vodij popularnega mnenja izučijo za delo na področju zagovarjanja preprečevanja širjenja aidsa v vsakodnevem komuniciranju z drugimi, lahko program VPM dramatično zmanjša tvegano vedenje v skupnosti, kar je tudi njegov cilj.

Učinkovitost programa VPM pri ženskah

VPM program so nato kmalu prilagodili za uporabo pri ženskah v 18 mestih v ZDA, ki živijo v stanovanjih, v revnih soseskah. V vseh teh soseskah je bila stopnja revščine, spolno prenosljivih bolezni in rabe drog visoka. Oskrbnike stanovanj so obvestili o projektu, jih povabili k sodelovanju in jih vključili v načrtovanje programa.

V vsaki stanovanjski zgradbi smo želeli prepoznati 15% od vseh tam živečih žensk, ki so bile mnenjske voditeljice med svojimi sosedi. To smo storili tako, da smo povprašali oskrbnike stanovanj in vodilne v skupnosti za njihova priporočila. Opazovati so morali ženske in nam povedati, katerim ostali zaupajo in jih spoštujejo ter katere izmed njih se največ pogovarjajo z ostalimi. Pomagali so tudi z iskanjem prostovoljcev.

VPM-jevke smo nato povabili na štiri 90-minutna srečanja. Vsebina delavnice je vključevala poučevanje o virusu HIV in spolno prenosljivih boleznih (SPB), reproduktivnem zdravju žensk in temah, povezanih s spolnostjo, o rabi kondomov, o spolnem prepričanju in o pogajalskih veščinah glede rabe kondoma. Ukvarjali so se tudi s praktičnimi veščinami, koristnimi za pogovore z družinami, sosedi in prijatelji o preprečevanju širjenja virusa HIV. Ko so VPM-jevke končale svoje izobraževanje, so začele dejavnosti na področju preprečevanja okužbe z virusom HIV izvajati za ženske, ki živijo v njihovih stavbah.

VPM-jevke so načrtovale preventivne dejavnosti na področju aidsa za svoje sosede. Primeri dogodkov so vključevali: predstavitve govornikov na področju preprečevanja širjenja aidsa iz njihovega okolja, družinski dan s tekmovanjem na temo varnejšega seksa, skupinske večerje, kjer so debatirali o preprečevanju širjenja aidsa, igre in glasbene dogodke na temo preprečevanja širjenja virusa HIV.

Leto pred in po izvajanju programa VPM, smo vse ženske, živeče v vseh stanovanjih, povprašali o njihovem vedenju v zvezi s spolnostjo. To smo storili zato, da bi lahko ugotovili učinkovitost programa VPM. **Verjetnost, da bi ženske iz teh stanovanj imele nezaščiten spolni odnos, se je zmanjšala, in verjetnost, da bodo uporabile kondom, je narasla.** Raba kondoma se je povečala za 50%. Izboljšalo se je njihovo znanje o virusu HIV, izboljšalo se je tudi zaznano tveganje za aids, naraslo je število oseb, ki so imele pri sebi kondome, pa tudi več so govorile o rabi kondoma s svojimi partnerji.

Izkušnje z izvajanjem programa VPM v ostalih ogroženih skupinah

CAIR-ove raziskave so pokazale učinkovitost programa VPM pri MZM, ženskah in mladostnikih. Učni načrt, tako kot ga imate pred seboj v projektu, smo dali na voljo ostalim nevladnim organizacijam, zdravstvenim oddelkom in skupinam, ki se ukvarjajo s preprečevanjem širjenja aidsa. Te organizacije so posvojile model VPM za programe dela z ostalimi ogroženimi skupinami. Sem spadajo prostitutke, študentje in mladi.

Namen učnega načrta GAIM je oskrbeti vašo (nevladno) organizacijo z enakimi informacijami, če želite uporabljati VPM ali njegove dele kot model v vašem programu.

**VPM JE POMEMBNO ORODJE ZA NAČRTOVANJE
PREPREČEVANJA ŠIRJENJA VIRUSA HIV,
IZ NASLEDNJIH RAZLOGOV:**

1. V vsaki skupnosti so nekateri ljudje bolj priljubljeni, popularni in njihovo mnenje ljudje istega stanu poslušajo. Ti ljudje so vodje popularnega mnenja.
2. Mnenjske voditelje se da zanesljivo prepoznati in pridobiti za sodelovanje v izvajanju programa znotraj njihove skupnosti. Ukvarjajo se z izobraževanjem ljudi istega stanu in s prizadevanjem za spreminjanje vedenja. Veliko število vplivnih članov/članic skupnosti je moč prepoznati (z raziskavo, glasovanjem, intervjuji...) in izučiti za podajanje sporočil, ki promovirajo zdravje, sebi enakim.
3. Sporočilo, ki ga podajajo, ima večjo moč, ker ga podajajo priznani člani skupnosti in ne popolni neznanci, ki ne vedo, kaj se v družbi dogaja, ne poznajo njihovega kulturnega okolja, pa še včasih niso preveč zainteresirani in vpleteni v dogajanje. Nesebičnost, želja po pomoči drugim lahko služi kot najučinkovitejše motivacijsko sredstvo človekovega vedenja. Je mogočna sila pri pridobivanju mnenjskih vodij v skupnosti.
4. VPM-ji govorijo jezik »svojih« ljudi. Kar prepogosto se dogaja, da sporočila oblikujejo ljudje, ki skorajda nimajo pravega stika s populacijo, ki jo proučujejo.
5. Raziskave so pokazale, da tak tip programa lahko prispeva k zmanjšanju tveganega vedenja v skupnosti.
6. Programi, kot je ta, so cenovno in časovno sorazmerno učinkoviti.
7. Ta model je primeren za različne skupnosti in populacije, med katere spadajo homoseksualno usmerjeni moški, mladostniki, intravenski uživalci drog, prostitutke in ostali.

MED IZVAJANJEM VPM V RAZLIČNIH OGROŽENIH SKUPINAH, SMO SE NAUČILI SLEDEČEGA:

1. Ko VPM-ji opravijo uvodno izobraževanje, jih je potrebno skrbno spremljati in spodbujati k čim rednejšim pogovorom z vrstniki o zmanjševanju tveganja.
2. Treba je skrbeti za nenehen dotok novih VPM-jev. To lahko storimo tako, da povabimo aktivne VPM-je, da k sodelovanju povabijo svoje prijatelje. Na ta način si zagotovimo svežo skupino izvajalcev pogovorov v skupnosti, pa še raznolikost zagovornikov za zmanjševanje tveganja pridobimo.
3. Sporočila, ki jih podajajo, se morajo sčasoma razvijati. S tem preprečimo nastanek pustih in ponavljajočih se pogovorov.
4. Program se da vzdrževati tako, da vanj pri načrtovanju, zbiranju sredstev in izobraževanju VPM-jev vključimo lokalne organizacije in člane skupnosti ter jim nudimo nenehno posvetovalno podporo.
5. Program se da povezati z ostalimi že delujočimi skupinami za preprečevanje širjenja virusa HIV v skupnosti.
6. Oceniti je treba program na lokalni in območni ravni in mu omogočiti, da se razvije. Tako bo kar najbolje služil posamezni skupnosti.

Sredstva, predstavljena v tem izobraževanju, so plod več kot 10 let dela na področju raziskovanja preprečevanja širjenja virusa HIV. Po CAIR-ovih podrobnih pregledih se je ta program izkazal za najučinkovitejši prav na področju preprečevanja tveganja okužbe z virusom HIV/aidsa. Z vašo pomočjo pa bo šlo še bolje. Za nadaljnje izboljševanje programa VPM želimo slišati vaše izkušnje.

Priročnik o izvajanju programa VPM ima poglavja, kot so:

- **Kaj je VPM model?**
- **Kako prepoznati ciljno populacijo?**
- **Kako prepoznati mnenjske vodje?**
- **Kako izučiti mnenjske vodje?**
- **Kako oceniti, ali VPM deluje?**

Po koncu teh modulov boste imeli na voljo vse potrebne informacije za začetek poučevanja drugih o VPM. Ne glede na to, da ljudje morda želijo ostati HIV-negativni, to še ne pomeni, da vedo, kako se zaščititi. **Cilj tega izobraževanja je doseči kar največ ljudi zato, da bi uspešno in korenito zmanjšali širjenje virusa HIV oz. aidsa.**

OSEBNE IZKUŠNJE Z MODELOM VPM V RAZLIČNIH SKUPINAH

VPM za prostitutke: »Ime mi je Mary. Za spolne usluge mi plačujejo od mojega 13. leta naprej. Imam 22 let. Življenje ni lahko. Lahko vam povem, kako je, če je vaš zvodnik slabe volje in kolikšen davek poberejo droge. Želim si pomagati mlajšim ženskam. Pomagati jim hočem izogniti se nekaterim težavam, v katere sem zabredla sama. Nisem veliko starejša od ostalih, ampak v meni vidijo nekakšno mati in zato pridejo k meni po nasvet. Ko sem obiskovala izobraževalni program VPM, sem se naučila, kako se z ostalimi ženskami pogovarjati o virusu HIV. Za izobraževanje sem se odločila, da bi se naučila več o virusu HIV in o tem, kako se pogovarjati z ljudmi. Od takrat naprej to nenehno počnem. Veliko sem se naučila o preprečevanju širjenja aidsa in med izobraževanjem VPM sem se naučila, kako o tej temi govoriti z mojimi prijateljicami. Želim, da se ženske zavedajo nevarnosti virusa HIV in tega, kako lahko vpliva na njihovo življenje. Želim, da izvejo, kako se lahko zaščitijo.«

VPM v šolah: »Živijo! Sem Rafael. Hodim v srednjo šolo. Izvolili so me za predsednika razreda. Na to sem zelo ponosen. Moji prijatelji mislijo, da sem popoln; sem popularen, kar OK izgledam, pa še pameten sem. Imam pa še nekaj, za kar ne vedo; imam virus HIV. Za program VPM sem slišal od prijatelja. Preveril sem... saj veste, če bi oni lahko obiskali mojo šolo. Preventorji so prišli na mojo šolo in jaz sem bil v prvi skupini, ki so jo izšolali za pogovore s prijatelji o tem, kako se obvarovati pred okužbo z virusom HIV. Čutim, da je moje poslanstvo pogovarjati se z ljudmi, tako da bodo vedeli več, kot sem vedel jaz. Zato, da se ne bodo okužili.«

VPM za uporabnike drog: »Sem Jani. Pristal sem na dnu in se odločil, da to ni tisto, kar si želim. Poiskal sem si pomoč. Ko sem bil na zdravljenju, sem slišal za VPM. Vprašali so me, če se želim pridružiti, ker so rekli, da sem popularen. Šel sem na skupinska srečanja VPM in se naučil, kako govoriti z ostalimi narkomani o aidsu in o tem, kako se mu izogniti. Zdaj to počnem ves čas. Dobro se počutim, ker lahko pomagam v boju proti aidsu.«

VPM za moške, ki imajo spolne odnose z moškimi: »Sem Mike. Nisem gej, vendar pa imam včasih spolne odnose z ostalimi moškimi. V bistvu imam spolne odnose s kar precejšnjim številom moških in čas preživljam tam, kjer jih lahko spoznam. Na srečanjih VPM sem se veliko naučil o aidsu. Naučili so me tudi, kako svetovati svojim prijateljem, tako da bi bili tudi oni varnejši. Najprej sem se počutil precej neudobno, ko sem s fanti govoril o varnejšem seksu, ampak VPM mi je pomagal in naučil sem se. Vsak konec tedna govorim z vsaj tremi ljudmi o tem, kako se zaščititi pred aidsom.«

VPM za ženske: »Živim v majhni vasici, kjer smo vsi zelo revni. Ni služb, ni denarja. Ampak, rada kuham in preživim precej časa na tržnici z ostalimi ženskami, ki živijo v moji vasi. Pogovarjamo se o vsem mogočem, ampak o seksu se nismo pa nikoli. Nismo se počutile udobno. Nato pa je ena mojih dobrih prijateljic začela govoriti z nami o spolnosti in podobnih zadevah, o aidsu, kondomih in o tem, kako svoje družine zaščititi pred to boleznijo. Ta prijateljica, Sheena, je obiskovala program, ki se mu reče VPM. Z nami je govorila o tem, kar se je tam naučila. Tudi sama se nameravam vključiti v ta program, saj se želim naučiti, kako govoriti o aidsu z mojo družino in prijatelji.«

Moduli, ki jih zajema ta priročnik

Ta priročnik je razdeljen v štiri module: predizvedba, izvedba, vzdrževanje in ovrednotenje.

PREDIZVEDBENI MODUL

vam bo priskrbel informacije o tem, kako načrtovati in se pripraviti za izvedbo programa VPM.

IZVEDBENI MODUL

vas bo oskrbel z informacijami o tem, kako izvajati izobraževanja in učiti mnenjske vodje, da bodo delovali kot vzgojitelji na področju aidsa.

MODUL VZDRŽEVANJA

vam bo priskrbel podatke o tem, kako vzdrževati program VPM.

MODUL OVREDNOTENJA

pa vas bo preskrbel s podatki, kako ovrednotiti in ocenjevati program VPM, ki ga izvajate.

Prosimo vas, da obravnavate module tako, kot si sledijo v priročniku. Moduli se med seboj nadgrajujejo, tako da boste potrebovali podatke iz prejšnjih modulov za razumevanje kasnejših.

**ŠE ENKRAT HVALA, KER STE POSTALI DEL PROGRAMA!
VESELIMO SE TESNEGA SODELOVANJA Z VAMI IN Z VAŠO
ORGANIZACIJO.**

PREDIZVEDBA: NAČRTOVANJE IN PRIPRAVE NA VPM

BISTVENI ELEMENT ZA PREDIZVEDBO JE:

Odkriti in pridobiti podporo tistih, ki jih imajo v skupnosti radi in so popularni, zato da bodo pripravljene prevzeti vlogo vodij popularnega mnenja (VPM) in promovirati vlogo tistih, ki zagovarjajo zmanjšanje tveganja.

Ta modul bo pomagal vam in vaši organizaciji izbrati neko določeno skupino, v kateri je tveganje veliko, pa tudi prostore, kjer se člani te skupine zbirajo, da jih boste lahko dosegli, vam bo pomagal določiti. Vodili in učili vas bomo o tem, kako najti podporo in sodelovanje ključnih oseb v skupnosti, ki bi jih radi vključili v izvedbo VPM.

Ta del vam bo pomagal, kako izučiti svojo ekipo, kako se približati in povprašati ključne osebe v skupnosti za pomoč pri prepoznavanju popularnih ljudi. Pomagali vam bomo pri učenju vaše ekipe o tem, kako pridobivati popularne ljudi in jih povabiti k sodelovanju v programu, ki jim pomaga postati izobražen na področju aidsa in zagovornik sprememb obnašanja.

Končno pa vam bo modul pokazal, kako poudariti pozitivno vlogo popularnih ljudi, ki postanejo vir informacij o preprečevanju širjenja virusa HIV/aidsa za druge. Naučili se boste, kako pridobiti in prepoznati dovolj vodij popularnega mnenja (VPM). Njihovo število mora biti 15% celotne skupine, s katero želi delati vaša organizacija.

Na podlagi CAIR-ovih raziskav smo ugotovili, da je število 15% članov skupnosti bistven dejavnik za uspešnost programa VPM, ki vpliva na zmanjševanje tveganega vedenja v zvezi z aidsom. Ko boste načrtovali svoje delo, morate paziti, da vaša izbrana skupnost ni ne prevelika, ne premajhna. Podatki, zbrani v tem modulu, vam bodo pomagali pri sprejemanju teh odločitev.

UGOTOVILI SMO, DA JE NAJLAŽJI NAČIN ZA ZAČETEK IZVAJANJA VPM NASLEDNJI:

1. Izberite populacijo, ki je izpostavljena tveganju za okužbo z virusom HIV.
2. Pridobite podporo ključnih oseb v skupnosti.
3. Izučite svojo ekipo za uspešno izvajanje programa VPM.
4. Prepoznajte, kdo so popularni ljudje.
5. Pridobivajte te popularneže, da bi postali izobraževalci na področju aidsa in zagovorniki sprememb obnašanja.
6. Naredite načrt in se pripravite, da lahko skupine VPM začnejo z delom.

Preostali del vašega izobraževanja (predizvedbenega modula) bo sledil tem šestim pomembnim točkam.

1. Izberite populacijo, ki je izpostavljena tveganju za okužbo z virusom HIV.

Kot smo vam že povedali, je prvi program VPM potekal med geji, ki so se družili v barih. Ta populacija in prostori, kjer so se dobivali, so omogočili stalno mesto za izvajanje programa. Ta stabilnost je zelo pomemben dejavnik, ko se odločate za razvijanje programa VPM. Vaši ekipi bo mnogo lažje opazovati tvegano vedenje članov v uveljavljenih zbirališčih. Nestabilno okolje bi otežilo prepoznavanje, pridobivanje in ovrednotenje. Programi VPM so se uspešno izvajali na različnih področjih in pri različnih populacijah, ker so raziskovalci razumeli ciljno populacijo in poznali kraje, kjer se srečujejo.

Možne lokacije ciljne populacije za izvajanje programa VPM

VPM se je izkazal za uspešnega pri različnih populacijah, vi pa imate gotovo v mislih še kakšna druga mesta. Ko premišljujete o tem, katero populacijo izbrati, morate oceniti, ali se pripadniki ciljne populacije srečujejo na mestih, kjer bi posamezniki imeli veliko priložnosti, da se z njimi pogovarjajo o varnejšem seksu. Sprememba posameznikovega vedenja je veliko bolj verjetna, ko od več ljudi slišijo, da je v življenju pomemben varnejši seks. Pa tudi lokacija, ki skrbi za vzdušje, primerno za pogovore, je pomembna za uspeh programa VPM.

V spodnji tabeli vam prikazujemo nekaj primerov ciljne populacije, s katerimi smo delali, in mesta, kjer so se sestajali. To bi vam utegnilo pomagati pri odločanju o vaši ciljni populaciji in o zbirališčih, kjer je mogoče izvajati VPM.

POPULACIJE IN ZBIRALIŠČA

1. Zbirališča, kjer se srečujejo moški, ki imajo spolne odnose z moškimi (MZM), so: gej klubi, bari, ki uradno sicer niso gej bari, vendar pa privabljajo MZM, in soseske, kjer se MZM srečujejo in družijo.
2. Zbirališča odraščajočih in mladih so: šole, klubi in soseske.
3. Prostitutke so ženske in moški, ki v zameno za spolne usluge prejemajo denar, hrano, zatočišče ali mamila. Dostopni so v soseskah, kjer delajo, in v bordelih.
4. Intravenski uživalci drog tvegajo okužbo z virusom HIV z nezaščitnimi spolnimi odnosi in s souporabo igel in brizg. Dostopni so v soseskah, prostorih, kjer se »zadevajo«, hišah, namenjenim za vbizgavanje drog, in v prostorih, kjer skrbijo za izmenjavo igel.



ŠOLA: V šoli povprašajte sodelavce in učence, kje se učenci radi zadržujejo med odmori, pred in po pouku, kje so skriti popularni kotički.

Dodatne točke, ki jih je dobro vzeti v zakup, ko izbiramo populacijo in lokacijo:

Odnos vaše organizacije do ciljne populacije ima ključen pomen za uspeh VPM. V vaši organizaciji morajo razumeti, kako na njih gledajo različne ciljne populacije. Če vaša (nevladna) organizacija velja za zaupanja vredno, vam bo pri izvajanju VPM lažje.

Skupna zgodovina vaše organizacije in ciljne populacije je tudi ključnega pomena pri izvajanju VPM v določeni populaciji. Če so bili prejšnji projekti uspešni pri ciljni populaciji, bodo lahko VPM sprejeli z odobravanjem. Dobro je graditi na prejšnjih uspehih in uporabljati prej pridobljena znanja pri razvoju in izvajanju programa VPM.

Zelo pomembno je, da ocenite **usposobljenost, strokovnost, predanost in sproščenost vaše ekipe pri delu** s ciljno skupino. Dosedanje izkušnje vaše ekipe bodo pomagale pripraviti k sodelovanju ciljno populacijo. Če se člani vaše ekipe med ciljno populacijo ne počutijo sproščeno, bo za njih izvajanje VPM zelo težavno.

Financiranje in viri vaše organizacije vas bodo vodili pri izbiri ciljne populacije. Če so sredstva omejena, je morda najbolje, da se intenzivni program VPM izvajanja v manjšem številu zbirališč skupnosti.

Prepoznavanje potreb ciljne skupine na področju preprečevanja okužbe z virusom HIV

Da bi ugotovili, ali ima vaša ustanova vire za izvajanje VPM, morate začeti razumeti potrebe ciljne skupine na področju preprečevanja okužbe z virusom HIV. Informacije o tem lahko dobite s spraševanjem vodij in članov skupnosti. Tudi ostali, ki imajo stike s ciljno populacijo, vam lahko postrežejo s pomembnimi informacijami. Dve pomembni vprašanji:

1. Kateri HIV preventivni programi so trenutno na voljo ciljni populaciji in kako učinkoviti so?
2. Ali člani ciljne populacije obiskujejo te programe?



ŠOLA: *Razmislite, katere vsebine glede zdravja bi pritegnile vaše učence: komunikacija, preprečevanje nasilja, zasvojenosti, odnosi med spoloma, prehrana, športna/gibalna dejavnost, varnost, ipd.*

Za pomoč pri zbiranju informacij o potrebah pri preprečevanju širjenja virusa HIV vaši ciljni populaciji smo vas oskrbeli s primeri v poglavju »viri«.

➔ GLEJ STRANI 73 - 79 TEGA PRIROČNIKA PRIMERI OCENJEVANJA POTREB V SKUPNOSTI

➔ NA STRANEH 81 - 82 BOSTE NAŠLI DELOVNE LISTE, KI VAM BODO POMAGALI PRI IZBIRI CILJNE POPULACIJE.

Morda boste želeli z delovnimi listi pridobljene informacije deliti z vašim svetovalcem za program.

2. Pridobite podporo ključnih oseb v skupnosti.

Podpora skupnosti je bistvena pri izvajanju VPM. Naš cilj je, da si ciljna publika želi zmanjšati tveganje za okužbo s HIV med svojimi prijatelji in znanci ter da VPM vidi kot nosilca spremembe. Zanimanje za VPM lahko začnete graditi tako, da vključite »vratarje« skupnosti v načrtovanje projekta že v njegovih prvih fazah.

Kaj pomeni biti »vratar« in kako prepoznamo nekoga kot »vratarja«?

Vratar je tisti, ki pozna ciljno populacijo, vidi kako ljudje v njej sodelujejo in lahko identificira člane skupnosti, ki so popularni. Vratarji so lahko tudi tisti, ki nadzirajo dostop do lokacij, kjer boste izvajali program. Podpora vratarja lahko pomaga zagotoviti uspeh VPM. Vsaka skupnost ima svoje vratarje: to so lahko izvoljene uradne osebe, matere ali babice. V vseh primerih pa je pomembno, da jih prepoznamo in si zagotovimo njihovo pomoč. Mi smo delali z naslednjimi vratarji:

- lokalni zdravstveni delavci;
- policija;
- vodje ciljne populacije;
- lokalni vladni uslužbenci;
- lastniki barov ali pa osebe, ki delajo, kjer se člani skupnosti zbirajo in kjer bodo izvajali program;
- osebe rehabilitacijskih centrov za droge;
- sodelavci lokalnih socialnih organizacij;
- vodje pomembnih kulturnih skupin in nevladnih organizacij;
- zdravilci;
- spoštovani člani skupnosti.



ŠOLA: V šoli so lahko vratarji: učitelji, razredniki, šolski svetovalni delavec, učenci, hišnik, kuharice, prostovoljci, skratka – vsi tisti, ki poznajo otroke.

Proces prepoznavanja potencialnih vratarjev je treba začeti z opazovanjem skupnosti in pisanjem spiska pomembnih ljudi. Morda vam bo pomagalo, če povprašate ključne osebe v skupnosti za njihovo mnenje pri prepoznavanju dodatnih vratarjev.

VRATARJI SO POMEMBNI PRI IZVAJANJU VPM, KER OMOGOČIJO NASLEDNJE VRSTE PODPORE:

- Omogočijo vam dostop do ciljne populacije, ker vas predstavijo ostalim vratarjem in VPM.
- Veliko vedo o skupnosti, poznajo zgodovino preventivnih programov za HIV; vedo, kako na program vaše ustanove gledajo člani ciljne skupine; vedo, kakšni preventivni ukrepi so potrebni v skupnosti in poznajo poti, po katerih doseči razne dele skupnosti.
- Vlagajo v načrtovanje programa za ciljno populacijo.

Lahko se srečate z vsemi vratarji naenkrat, lahko pa z vsakim posebej. Razložite jim VPM in jih prosite, naj vam povedo, ali imajo kakšna vprašanja, morda celo zadržke. Za njihovo pomoč pri načrtovanju programa VPM lahko prosite tako, da zaigrate na njihov čut za dobrobit skupnosti ter njihovo prirojeno zanimanje za druge. Vaše sporočilo naj bo pozitivno.

Vključite vratarje v načrtovanje vašega VPM

Ko vratarje vključite v svoj projekt, jih vprašajte za ideje, ki bi pomagale narediti VPM bolj privlačen in zanimiv ciljni publiki. Njihovo znanje vam bo pomagalo krojiti in tržiti program vaši ciljni publiki. **Izkoristite vsako priložnost, poiščete stik z ostalimi agencijami in vratarji ter si z njimi delite znanje.** Sodelovanje z ostalimi agencijami v skupnosti in vodji je še posebej pomembno za vas, ker:

- ima omejeno zgodovino s ciljno populacijo;
- nima članov ciljne populacije med svojimi uslužbenci;
- ima nezadostne vire, premalo časa ali delavcev za izvajanje programov na lastno roko.

**PRI DELU Z OSTALIMI AGENCIJAMI LAHKO UPORABITE
ŠTEVILNE STRATEGIJE, KI BODO PRISPEVALE K
USPEŠNEJŠEMU SODELOVANJU.**

- Spoštujte ljudi in delo ostalih agencij. Z njimi bodite osebni.
- Razložite, zakaj bo sodelovanje obojestransko koristno.
- Pogovorite se o tem, kaj bo naredilo sodelovanje uspešno.
- Opišite, na kakšen način deljenje virov, znanja o skupnosti in stiki s skupnostjo vodijo do uspeha obeh agencij.

S trženjem do pridobivanja podpore skupnosti

Trženje VPM vključuje oblikovanje sporočil, ki prepričajo vratarje in ostale ljudi, da se odločijo za sodelovanje v programu. Eden od pomembnih vidikov uspešnega trženja je, da predstavljena sporočila programa VPM izražajo krepitev vrednot in vere članov skupnosti. Preventivna sporočila o virusu HIV lahko združite tudi z ostalimi pomembnimi temami (kot npr. preprečevanje spolno prenosljivih bolezni, programi zdravljenja, izboljševanje medosebnih odnosov, ipd.), vendar pa mora biti neizpodbitno razvidno, da je preprečevanje virusa HIV prednostna naloga za skupnost.

»Zazrl sem se vase in ugotovil, da lahko v življenju veliko dosežem. Zato prakticiram varnejši seks.

CENIM SE!«

»MOJ SIN IMA HIV.
RADA GA IMAM.
Govorite s svojim sinom.
Prosrite ga, naj živi varno
in ostane zdrav.«

**ZASLUŽITE SI BITI
VARNI IN SREČNI...**

3. Izučite svojo ekipo za uspešno izvajanje programa VPM

Ob koncu izobraževanja bodo vaši uslužbenci ali prostovoljci:

- Razumeli izvajanje programa VPM in cilje.
- Vedeli bodo, kako obvladovati občutljive situacije, do katerih lahko pride med intervencijskimi srečanji.
- Prepoznavali bodo vse posebne lastnosti ciljne populacije, ki lahko vplivajo na posredovanje programa VPM.
- Uporabljali vsa gradiva, metode in oblike dela VPM.
- Vodili mnenjske vodje k sodelovanju med VPM izobraževanji.
- Prepoznali težke situacije, do katerih lahko pride med delovanjem programa, in se strinjali glede kar najboljšega odgovora nanje.
- Spodbujali mnenjske vodje k pogovorom o zmanjševanju tveganja s svojimi prijatelji in vrstniki.
- Razumeli, zakaj in kako ohraniti zaupnost.

Ekipo mora biti redno in vidno prisotna na mestu, kjer poteka program VPM med in po izobraževanju. Morda bodo želeli izobešati plakate, deliti letake, pridobivati VPM-je za izobraževanja ali pa voditi VPM izobraževalne skupine, ko so mnenjski vodje že izbrani.

POMEMBNO JE, DA VAŠE OSEBJE IN PROSTOVOLJCI:

- razumejo cilje modela VPM;
- prikojijo dani model vaši ciljni populaciji;
- razložijo projekt vratarjem;
- pridobivajo mnenjske vodje;
- izobražujejo mnenjske vodje;
- spremljajo napredek in učinkovitost pogovorov za zmanjševanje tveganja v skupnosti;
- pomagajo mnenjskim vodjem premostiti težave pri pogovorih.

Ena od vlog uslužbencev vaše agencije je poiskati in povabiti mnenjske vodje k sodelovanju pri programu.

Pridobivanje temelji na prepričevanju mnenjskih vodij, naj poskusijo pomagati reševati življenja. Spodbuditi moramo njihovo željo po pomoči drugim. Naučili smo se, da nesebičnost pripravi ljudi do tega, da se pridružijo. Ko ljudje verjamejo, da bodo s svojo vpletenostjo v projekt in s svojim trudom pomagali do sprememb in k uspehu programa VPM, potem bodo z veseljem uporabili čas in trud za zmanjševanje tveganja okužbe z virusom HIV v svoji skupnosti. Vaše delo je, in seveda tudi delo vaših uslužbencev, da prepričate mnenjske vodje, da lahko oni osebno pripomorejo k spremembam na bolje v boju proti virusu HIV/aidisu.

OSEBJU BO USPELO PRIDOBITI MNENJSKE VODJE, ČE:

- radi govorijo z ljudmi;
- se brez težav približajo ljudem, ki jih ne poznajo;
- hitro vzpostavljajo osebni odnos z ljudmi;
- so prepričljivi in polni energije;
- so brez predsodkov;
- razumejo pomembnost zaupnosti podatkov;
- so člani ciljne populacije ali pa se v njej dobro počutijo;
- model VPM dobro poznajo;
- verjamejo v uspeh VPM na področju preprečevanja širjenja virusa HIV in tudi v to, da so mnenjski vodje ključ do uspeha njihovega prizadevanja.

Še ena od nalog uslužbencev vaše agencije je vodenje skupinskih učnih srečanj VPM.

Ko so mnenjski vodje že pridobljeni, sledi njihovo izobraževanje. Učijo jih, kako posredovati preventivna sporočila v zvezi z aidsom članom njihove skupnosti. To vam bo omogočilo osebje, ki bo vodilo srečanja mnenjskih vodij, pravimo jim **skrbniki** skupine. Morajo biti izkušeni in med člani ciljne skupine se morajo dobro počutiti. Skrbniki skupine morajo:

- podpirati člane skupine;
- ne smejo soditi odzivov članov skupine;
- spodbujati sodelovanje mnenjskih vodij;
- uporabljati preprost jezik;
- graditi moč mnenjskih vodij;
- poskušati različne pristope, dokler ne najdejo takega, ki deluje;
- biti prožni;
- dejavno poslušati.



ŠOLA: V šoli so skrbniki mentorji, ki usposablajo in vodijo VPM (kot npr. interesno dejavnost).

KO IZBIRATE SKRBNIKE SKUPINE MED SVOJIMI USLUŽBENCI IN PROSTOVOLJCI, BODITE POZORNI NA NJIHOVE IZKUŠNJE IN NA TO, KAKO SPROŠČENI SO PRI POGOVORU O SPOLNOSTI IN TEMA, POVEZANIH S SPOLNOSTJO, S ČLANI RAZLIČNIH POPULACIJ.

Stopnja sproščenosti je zelo pomembna, saj bodo skrbniki skupine pomagali mnenjskim vodjem:

- Učiti se, vaditi in zaupati v svoje znanje.
- Vnesti znanja o zmanjševanju tveganja v njihovo vsakdanje življenje.
- Pridobiti samozavest za pravo izbiro in rabo kondoma.
- Povečati njihovo sposobnost za pogajanje s spolnimi partnerji o rabi kondoma.
- Postati bolj samozavestni v pogovoru o seksu in zmanjševanju tveganja za okužbo z virusom HIV.
- Povečati željo po spremembi obnašanja in vzpostaviti varnejše norme za seks v njihovi skupnosti.

Opomba v zvezi z usposabljanjem skrbnikov skupine

Med usposabljanjem se ljudje nagibajo k mislim, da so »strašilna sporočila« učinkovita metoda za prepričevanje ljudi in spreminjanje njihovih tveganih navad. Ta »strašilna sporočila« nam dajo slutiti, da se nam bo, če ne spremenimo svojega obnašanja, zgodilo nekaj groznega.

»Strašilno sporočilo« je: če boš še naprej imel nezaščitene spolne odnose, boš umrl. Ugotovili smo, da takšna »strašilna sporočila« ne pomagajo ljudem k spremembam svojega vedenja. Pripeljejo pa do tega, da te negativne in agresivne informacije ljudje nehajo poslušati. Strah ne pomaga motivirati ljudi, da bi začeli razmišljati o tem, kako na učinkovit način spremeniti svoje vedenje.

Veščine skrbnikov skupine: *pozitivna krepitev*

Ljudje in njihovo vedenje se krepijo z ugledom, pozitivno oceno in s tem, ko jih drugi spoštujejo. Ko mnenjske vodje pozitivno okrepijo, so s tem poplačani za svoj trud. Na primer:

Ko mnenjski vodja prispeva svojo misel ali izkušnjo k skupinskemu procesu, se mu je dobro zahvaliti in povedati, kaj vam je bilo všeč. Ko mnenjski vodja poskuša doseči nek cilj, ne glede na to, ali bo uspešen ali pa ne, naj bo skrbnik skupine:

- zelo pozoren, tako da bo opazil tudi najmanjša znamenja napredka;
- hvaležen mnenjskemu vodji, ker poskuša doseči cilj;
- vedno mora priskrbeti pozitivne povratne informacije, pa čeprav si je mnenjski vodja šele zamislil/a cilj (prav vsak korak, pa naj bo še tako majhen, je priložnost za učenje);
- nuditi mora spodbudo in pomoč za nenehen trud.

Veščine skrbnikov skupine: *z gledovanje*

Treba je vedeti, da mora vse, kar počnejo skrbniki skupine – od prve minute prvega srečanja pa do zadnje minute zadnjega srečanja – učiti mnenjske vodje, kako se

odzvati v dani situaciji. To »z gledovanje«, učenje iz obnašanja drugih je bistveno za VPM. Skrbniki skupine učijo mnenjske vodje tako, da jih slednji opazujejo in vidijo, kako se stvari delajo v praksi. Nato pa skupaj vadijo nove vrline.

Zgledovanje je sestavljeno iz dveh pomembnih delov, pozitivne komunikacije in igre vlog. Če skrbniki skupine že od prvega trenutka šolanja naprej uporabljajo pozitivno komunikacijo, bodo mnenjski vodje imeli izkušnje in potrditev, da je metoda uspešna iz prve roke. Torej še preden bodo pozitivno komunikacijo vadili med izvajanjem programa VPM. Ko vzamemo neko situacijo in odigramo različne verzije istega dogodka, pravimo temu igra vlog. Igranje vlog pri VPM uporabljamo, da pokažemo, kako izgleda učinkovit pogovor o zmanjševanju tveganja za okužbo z virusom HIV.

Zagotavljanje zaupnosti

Preden se mnenjski vodje odločijo za sodelovanje v programu, jih velikokrat skrbi zaupnost. Ker se program VPM ukvarja z boleznijo, ki pogosto ljudi ožigosa, je zaupanje med uslužbenci (nevladnih) organizacij in mnenjskimi vodji nujno.

Kadar se VPM izvaja v populaciji, ki jo je skupnost ožigosala, npr. med uživalci mamil, MZM, prostitutkami, je nujno potrebno zagotoviti zaupnost VPM-jev, saj so tudi oni člani te ožigosane skupine. Če bi VPM-ji mislili, da jih bodo javno razkrili širši skupnosti kot narkomane ali prostitutke, verjetno ne bi želeli sodelovati pri programu. Zaupnost je manjši problem, ko se vaša (nevladna) organizacija odloči izvajati program VPM v skupini, ki ni ožigosana, npr. med učenci na neki šoli.

Nujno je, da potencialni VPM-ji zaupajo vaši agenciji in vašim delavcem. Zaupanje mnenjskih vodij, še posebej kadar delamo z ožigosano skupino, lahko pridobimo tako, da si ne zapišemo njihovega celega imena, da jih ne vprašamo za osebne podatke med skupinskim izobraževanjem in da od njih ne zahtevamo, da uporabljajo imena in priimke ljudi, o katerih govorijo. VPM-ji morajo zaupati vaši agenciji in vaši ekipi.

Zaupnost med skrbniki skupine

Čeprav kar naprej poudarjamo prijaznost in pogovore z drugimi, vemo, da lahko sodelovanje v preventivnem programu za aids s sabo nosi poseben pečat. Sodelujoče VPM-je lahko njihovi prijatelji vprašajo, ali so oni okuženi z virusom HIV, ker sodelujejo v tem projektu. Da se izognemo takim situacijam, je dobro VPM-je pripraviti na takšna vprašanja in z njimi prediskutirati odgovore.

Dobro je tudi povprašati posameznike, ki sodelujejo v VPM, na kakšen način, če sploh, se jim lahko posredujejo sporočila. Ko telefonirate mnenjskim vodjem, ne puščajte sporočil, to lahko storite le, če ste se z njimi tako dogovorili. Poskrbite, da govorite z njimi osebno. Ne razkrijte drugim, zakaj mnenjskega vodjo iščete, če se tega niste vnaprej dogovorili. Držite se stopnje zaupnosti, ki jo želijo VPM-ji.

Mnenjskih vodij ne sprašujte po priimkih, razen če tega sami ne želijo.

Zaupnost med VPM-ji, ki sodelujejo v skupini

VPM-ji nikoli ne smejo uporabljati imen, razkriti identitete tistih članov ciljne populacije, o katerih obnašanju govorijo. Prosite mnenjske vodje, naj ne govorijo naprej osebnih zgodb, ki so jih slišali od drugih VPM-jev. Le o informacijah v zvezi z virusom HIV, ki so jih dobili od skrbnikov skupine, se sme govoriti z drugimi.

Mnenjski vodje morajo dobro premisliti, ali želijo ostalim povedati o svoji morebitni okuženosti z virusom HIV.

Zunaj izobraževanja naj skrbniki skupine ne bi klicali VPM-jev po imenih, dokler oni ne bi spregovorili z njimi. Skrbniki skupine ne smejo razkriti, od kod poznajo VPM-je (oni morajo sami povedati drugim, da so vključeni v ta program). Nikomur, ki mu ni treba vedeti, ne pripovedujte osebnih podatkov v zvezi z VPM-ji.

Povejte mnenjskim vodjem, da je zaupnost zagotovljena. Edino kadar gre za grožnje sebi ali drugim, lahko naredimo izjemo. Če nekdo grozi, da bo nekoga poškodoval, to lahko vodi h klicu na pomoč; grožnje z nasiljem vodijo k izključitvi iz skupine.

4. Identificirajte popularne ljudi

Ne pozabite, da so vodje popularnega mnenja ciljne populacije tudi sami člani te iste ciljne populacije. Mnenjske vodje se da prepoznati na mnogo načinov. Pri tem morate upoštevati vire vaše organizacije in to, kako dobro poznate ciljno populacijo. To vam bo pomagalo pri odločanju o načinu navezovanja stikov.

KDO SO MNENJSKI VODJE POPULACIJE, KJER ŽELITE IZVAJATI SVOJ PROGRAM?

Načrtovanje programa VPM najprej zahteva, da določite ciljno populacijo. To so lahko adolescenti, narkomani ali pa katera koli druga skupina.

Med načrtovanjem programa moramo prepoznati zbirališča skupnosti, dostopnost, bare v soseski, šole ali pa katera druga mesta, kjer se ciljna populacija družijo, zbirajo, srečujejo in socializirajo.

Velikost ciljne populacije določi število VPM-jev, ki jih boste morali izšolati. VPM deluje kar najbolje, ko je najmanj 15% ciljne populacije izšolanih VPM-jev. Temu pa je tako, ker se nove norme in načini obnašanja primejo le takrat, ko zadostno število VPM-jev govori z vrstniki. Če boste izučili premajhno število VPM-jev, vaš program ne bo učinkovit.

»Moja nevladna organizacija (NVO) želi izvajati VPM na neki šoli. To šolo obiskuje 200 šolarjev. Torej bomo morali identificirati in vključiti najmanj 30 mladostnikov, ki bodo postali VPM-ji.«

»Naša NVO želi delati s prostitutkami v določeni soseski. Ocenili smo, da v soseski dela približno 100 prostitutk. Kako lahko identificiramo 15% prostitutk, ki so najpopularnejše in mnenjske vodje v skupini?«

»V naši skupnosti je neko zbirališče, kjer ga pijemo. Moški gredo tja zato, da najprej pijejo, nato pa seksajo z ženskami, ki so na voljo. Približno 300 moških obišče ta prostor vsak teden. Naša nevladna organizacija želi promovirati rabo kondoma med temi moškimi. Kako naj poiščemo 45 moških, katerih mnenje največ velja v njihovi skupini?«

Na kaj moramo biti pozorni, ko iščemo mnenjske vodje populacije

MNENJSKI VODJE DOLOČENE POPULACIJE SO TISTI, KI:

- se veliko časa pogovarjajo s svojimi vrstniki,
- so med ostalimi člani ciljne populacije popularni,
- jim prijatelji in vrstniki zaupajo,
- jim ostali večinoma prisluhnejo, ko delijo nasvete.



ŠOLA: VPM identificiramo po priporočilih učiteljev, učencev, šolskega svetovalnega delavca, razrednikov z opazovanjem, anketo, sociogramom, pridobivamo jih lahko tudi preko povabila k prostovoljcem.

VPM-ji znotraj populacije, za katero je značilno visoko tveganje, so lahko ljudje, ki se tudi sami zelo tvegano obnašajo. Posameznikov ne smemo izbirati na podlagi tega, ali so dober zgled ostalim na področju varnejše spolnosti. Učinkovit VPM je tisi/tista, ki ga imajo v njegovi družbi radi, to pa še ne pomeni, da se on/ona varno obnaša. VPM-ji, ki se tvegano obnašajo, so pogosto del tveganih socialnih mrež. Oni so lahko odličen medij za posredovanje preventivnih sporočil o aidsu ostalim ljudem, ki se tvegano obnašajo.

Ko smo izbrali ciljno populacijo, prostore, od koder jih bomo dosegli, in ocenili velikost ciljne populacije, pa moramo izbrati 15% populacije, ki so mnenjske vodje. Kako to storiti?

Lahko uporabimo pet pristopov:

- priporočila vodij skupnosti in vratarjev;
- ugotovitve uslužbencev vaše agencije s krajev družjenja, pridobljene z opazovanjem;
- informacije, ki jih vaši uslužbenci že imajo na podlagi prejšnjih izkušenj/programov;
- nasveti ali pa anketa med člani ciljne populacije, ki nam pokažejo, kateri člani so najpopularnejši;
- iskanje prostovoljcev VPM.

Nominacije (predlogi) s strani vratarjev in vodij skupnosti

Ker vratarji veliko vedo o ciljni populaciji, so zelo dobri viri informacij o potencialnih mnenjskih vodjih, in zato jih je potrebno vprašati za mnenje.

Vratarji lahko podpirajo VPM program na mnogo načinov.

1. Prijazno sodelovanje s sodelavci vaše agencije pomaga k pridobivanju zaupanja in izgubi statusa »outsiderja«.
2. S potencialnimi VPM-ji se lahko pogovarjajo o projektu in jim povedo, kako se vanj vključiti.
3. Pri sebi imajo lahko letake, brošure in plakate, namenjene mnenjskim vodjem in ciljni populaciji.
4. Občasno lahko delujejo kot vez med vami in VPM-ji, ki so težko dosegljivi.



PROSIMO VAS, DA SI NA STRANI 83 POGLEDATE PRIMER INTERVJUJA Z VRATARJEM, KI JE NAMENJEN PREPOZNAVANJU MNENJSKIH VODIJ.

Učinkovit način za pridobivanje nominacij (predlogov) od vratarjev je, da skličete sestanek. Če to storite, morate vratarjem povedati, da so bili povabljeni k sodelovanju zato, ker poznajo ciljno populacijo in ker lahko prepoznajo ljudi, ki bi bili primerni za sodelovanje. Prosite vratarje, naj pozorno premislijo o ciljni skupini in socialnih mrežah znotraj nje. VPM-ji so lahko

tako moški kot ženske. Dobro je, da so iz vseh različnih socialnih in etničnih ozadij v okviru ciljne populacije. **Glavna značilnost VPM-ja je ta, da je »svojim« zelo všeč.** Mnenjski vodje so tisti, ki jih najpogosteje pozdravljajo, ki največ pozdravljajo, ki jih imajo navidezno radi in pri katerih ostali člani ciljne populacije poiščejo nasvet.

NOMINACIJE MORAJO OSTATI SKRIVNOST. NE DELITE SI JIH Z NIKOMER, TUDI Z OSTALIMI VRATARJI NE.

➔ NA STRANI 85 SI POGLEJTE PRIMER NOMINACIJSKEGA OBRAZCA.

Neposredno opazovanje mnenjskih vodij

Mnenjske vodje vaše ciljne populacije lahko najdete tako, da vaši sodelavci opazujejo ciljno populacijo v njihovih zbirališčih. VPM-ji so tisti, ki so socialno najbolj aktivni in najpopularnejši med drugimi.

➔ PROSIMO VAS, DA SI NA STRANI 87 POGLEDATE KONTROLNI SEZNAM ZA OPAZOVANJE.

Osebno poznanstvo ali poznanstvo delavcev agencije

Vi in vaši uslužbenci boste uspeli poiskati kar najboljšo metodo za pridobivanje dodatnih informacij o vaši / ciljni populaciji. Če imajo vaši sodelavci že izkušnje s ciljno populacijo, morda že poznajo mnoge VPM-je. Če pa vaši sodelavci ne poznajo ciljne populacije, razmislite o pridobivanju prostovoljcev, najemanju članov ciljne populacije, izobraževanju uslužbencev vaše agencije na področju opazovanja ali pa o pridobivanju skupnostnih svetovalcev. Ti ljudje vam lahko pomagajo razumeti verovanja in vrednote skupnosti, pa tudi vaši agenciji lahko prinesejo verodostojnost.

Raziskovanje ciljne populacije

Ena od metod za prepoznavanje mnenjskih vodij je izvajanje ankete (lahko v ustni ali v pisni obliki) med ciljno populacijo. Povprašajte ljudi, h komu gredo po nasvete, koga spoštujejo in komu prisluhnejo v okviru svoje socialne skupine.

Anketiranje z namenom prepoznavati VPM-je v okviru dane socialne mreže lahko izvajamo ustno ali pisno. Pomembno je, da pridobljene informacije ostanejo zaupne. Posamezniki se lahko počutijo zanemarjene, če izvedo, da niso VPM-ji.

➔ PROSIMO VAS, DA SI NA STRANI 89 POGLEDATE ANKETO, KI SE UPORABLJA PRI PREPOZNAVANJU MNENJSKIH VODIJ.

Spraševanje ljudi, naj se javijo in postanejo mnenjski vodje

Način za prepoznavanje mnenjskih vodij je tudi obveščanje o programu. Posamezniki, ki jih program zanima, se bodo zelo verjetno prišli pozanimat o tem, kako bi sodelovali. To bo povečalo število mnenjskih vodij in zvečalo verjetnost, da se bo v vaši izbrani skupnosti pojavila kritična masa razgovorov. Vaša nevladna organizacija bo morda želela svoj program VPM objaviti v časopisih, revijah, letakih ali pa okrožnicah za skupnost, ki bodo dosegle ciljno populacijo in zaveznike.

VPM TI LEPO PRISTOJI.

Pridi, pridruži se nam in skupaj bomo uspeli marsikaj spremeniti.
Nauči se več!

Pokliči _____

**Želite pomagati skupnosti?
Pridružite se VODJI
POPULARNEGA MNENJA (ali
pa ime vaše NVO) pri delu za
zmanjševanje tveganja
okužbe z virusom HIV v vaši
skupnosti.**

Premislite o izdelavi svojih letakov, brošur, plakatov, okrožnic. Morda bo kak lokalni časnik ali pa radio želel pisati/govoriti o vašem programu ali agenciji. Pa tudi poslovneži, ki delajo s ciljno populacijo, vam lahko pomagajo širiti govornice o programu.



ŠOLA: V šoli lahko obveščamo preko plakatov, ozvočenja, letakov, šolskega časopisa, okrožnice po razredih, internetu, ipd.

Ljudje, ki se želijo pridružiti

Neka oseba lahko sliši za VPM, verjame, da je primerna za VPM in se torej želi pridružiti. Te osebe morda niso prepoznali kot VPM-ja, vendar pa je predana zmanjševanju širjenja virusa HIV. Skoraj nikomur ne smemo odreči pravice za pomoč svoji skupini in sebi pri zmanjševanju tveganja okužbe z virusom HIV. Če si oseba želi postati VPM, jo pri tem spodbujajte.



PROSIMO VAS, DA SI NA STRANI 91 POGEDATE DELOVNI LIST Z VPRAŠANJI, KI JIH ZASTAVIMO POSAMEZNIKOM, KI SE ŽELIJO PRIDRUŽITI.

5. Pridobivanje mnenjskih vodij

Ko ste določene ljudi prepoznali kot VPM-je, se jim je treba približati, jim povedati čim več o projektu in jih povabiti k sodelovanju. Kako to storiti?

Vratarji naj ekipo predstavijo VPM-jem

Ko je mogoče, naj vratarji predstavijo ekipo potencialnim VPM-jem. Ta metoda je pogosto najudobnejša tako za VPM-je in za člane ekipe, kajti vratarja poznata obe strani.

Člani ekipe se sami predstavijo VPM-jem

Člani ekipe se lahko sami predstavijo potencialnim VPM-jem in jim pri tem povedo, da so jih za to funkcijo izbrali ljudje iz njihove skupnosti in sicer na podlagi tega, ker jih spoštujejo in pri njih dobivajo nasvete. Ko se vzpostavi nek odnos, naj člani ekipe še naprej govorijo o projektu in vlogi mnenjskih vodij v njem.

Člani ekipe naj v pogovoru s potencialnimi VPM-ji pokrijejo naslednje teme:

- Poudarijo naj, da je namen tega programa preventiva v zvezi z aidsom.
- Razložijo naj, da je vloga VPM-ja, da je ostalim članom skupnosti zgled in jih izobražuje.
- Razložijo naj, na kakšen način mnenjski vodja prispeva k preprečevanju širjenja virusa HIV v njegovi/njeni skupnosti in k reševanju življenj svojih prijateljev in znancev.
- Poudarite, da lahko mnenjski vodje spremenijo norme med svojimi vrstniki. To storijo s pogovori na temo preprečevanja širjenja virusa HIV/aidsa s prijatelji in znanci.

VPM-ji pridobivajo nove VPM-je

Še en način za iskanje dodatnih VPM-jev je, da VPM-je, ki jih že imate, povprašate za nasvet. Na ta način lahko dosežete večino članov različnih socialnih skupin in dosežete potrebno kritično maso (najmanj 15% ciljne populacije) oseb, ki bodo izvajale pogovore v zvezi z rabo kondoma.

VPM-ji, ki se želijo vključiti

Mnogo je načinov, kako privabiti VPM-je k izobraževanju. Ko se izobraževanje že začne, posamezniki lahko o njem slišijo od svojih prijateljev in se želijo vključiti. Posameznike, ki se želijo vključiti, čaka razgovor, na katerem govorijo o tem, zakaj se želijo pridružiti skupini. Potem jih lahko povabijo k sodelovanju. Če pridobivanje novih oseb poteka zelo počasi, ali pa če želite razširiti pokritost socialne mreže, se lahko odločite za uporabo plakatov ali znakov, ki napovedujejo program.

Izraziti prednost za sodelovanje

Mnenjske vodje se da pridobiti tako, da jim povemo, kako koristno je njihovo delo. Za to so primerne naslednje izjave:

Svoji skupnosti lahko vrneš uslugo.

Sedaj imaš priložnost, da pomagaš spremeniti svet v boju proti aidsu.

Lahko pomagaš rešiti življenja svojih prijateljev in svojih ljubljenih.

Aktivno lahko sodeluješ v boju proti aidsu.

Lahko pridobiš komunikacijske sposobnosti, ki ti bodo omogočile prenašanje sporočil o varnejšem seksu in osebnih pogajanjih s spolnimi partnerji.

Začutil/a boš neko vez in povezanost z ostalimi VPM-ji.

Delal/a boš v okolju, ki ti bo nudilo oporo.

Imaš možnost, da raba kondoma postane norma v tvoji skupnosti.

Zaščitil/a boš skupnost, v kateri živiš.

Z ljudmi v podobni situaciji lahko skupaj rešujete težave.

Lahko zgradiš mrežo, ki bo podpirala ljudi, ki imajo podobne težave.

Lahko se uriš, kako dobiš nadzor nad svojim življenjem.

Zbiranje informacij za ohranjanje stikov

VPM-jem dajte pismo, ki razlaga program. Skupaj s tem pismom naj prejmejo kontaktno telefonsko številko, na kateri lahko dobijo člane vaše nevladne organizacije. Zberite tudi podatke o VPM-jih, vendar ne pozabite, da so zaupni.

➔ NA STRANI 93 SI OGLEDJTE PRIMER PISMA VPM-JEM.

➔ NA STRANI 95 PA PRIMER OBRAZCA ZA VZPOSTAVLJANJE STIKOV.

Ko ste stopili v stik z vsemi VPM-ji, določite datum za prvo skupinsko srečanje z VPM-ji, ki so bili povabljeni k sodelovanju. Vse VPM-je ponovno spomnite na datum, čas in kraj srečanja ter jim povejte, da je njihova prisotnost zaželena.

➔ NA STRANI 97 SI POGLEJTE PRIMER »PISMA ZA OSVEŽITEV SPOMINA«

Spodbuda

Čeprav VPM-jem ni treba plačati za obiskovanje izobraževanja (razlog za sodelovanje je nesebičnost), pa včasih pomaga, če jim podarimo nekaj malega v zahvalo za njihov trud.

NEKATERA DARILA, KI SO SE NAM ZDELA UPORABNA:

- Avtobusne vozovnice
- Vstopnice za kino
- Kuponi za trgovino (npr. brezplačna vreča živil, otroški paket za mlade matere)
- Popusti za nakup oblačil in kuponi
- Kuponi za restavracije
- Darilni boni
- Gotovina
- Hrana
- Zatočišče

Podarili pa smo jim tudi: majice, puloverje, kape, nahrbtnike, mape in ovitke za knjige z natisnjenim logotipom projekta. Takı proizvodi lahko povečajo povezovanje v skupini in tudi osebno prizadevanje.

Vemo, da je cena velikokrat težava pri zbiranju darov. Nekaterim agencijam je uspelo dobiti darove od podjetij v skupnosti, ko so jim razložili, za kaj gre. Večja podjetja pogosto darujejo proizvode ali pa denar in to lahko zelo pomaga tistim, ki delajo s skupnostjo.



ŠOLA: primeri daril v šoli: vstopnice za kino, brezplačne vstopnice za rekreativne dejavnosti, mobi kartice, brezplačen tabor usposabljanja, majice, kape, šolske knjige, nahrbtnik.

6. Načrtovanje in priprave na začetek izvajanja skupinskega izobraževanja

Potem ko ste uspešno prepoznali VPM-je in pridobili njihovo zanimanje za sodelovanje pri projektu, nastopi čas za načrtovanje izobraževanja skupin VPM-jev. VPM srečanja so skupinska srečanja, ki naj bodo organizirana v prostorih, ki so VPM-jem lahko dostopni. Srečanja, ki se odvijajo v prostorih, kjer ste VPM-je tudi iskali za sodelovanje, so zelo primerna, kajti VPM-ji jih že poznajo in se v njih počutijo prijetno.

- **VELIKOST SKUPIN VPM.** Velikost skupin VPM je treba prilagoditi velikosti prostora, ki vam je na voljo, in številu izobraževalcev (en skrbnik skupine je potreben za vsakih pet do šest VPM-jev). Idealna VPM skupina šteje med 15 in 30 članov. V zakup je treba vzeti dejstvo, da je treba izobraziti število VPM-jev, ki je enako 15% celotne ciljne populacije. Vsi ti ljudje bodo morali iti skozi proces izobraževanja, a tega ne bodo počeli vsi hkrati.
- **DOSTOPNI PROSTORI.** Koliko ljudi v prostoru udobno sedi med sestanki? Kako dostopen je prostor ciljni populaciji? Ali je ta prostor »varen«?
- **RAZPOLOŽLJIVO OSEBJE ZA IZVAJANJE IZOBRAŽEVANJA.** Imate dovolj uslužbencev, ki lahko delajo kot skrbniki skupin med časom, ki je določen za izvajanje izobraževanja?
- **NAJBOLJŠI ČAS IN DATUM ZA IZOBRAŽEVALNA SREČANJA.** VPM srečanja naj bodo organizirana ob takem času, da jih večina VPM-jev lahko obišče. Ko imate možnost, VPM-je povprašajte o tem, kdaj bi srečanja njim kar najbolj odgovarjala. Na primer:

»Prosimo, da označite dan in čas, ki vam bi najbolj ustrezala za obiskovanje srečanj.«

ponedeljek, 18.00

torek, 12.00

sreda, 17.00

četrtek, 13.00

petek, 10.00

petek, 18.00.

Sodelujoči so se dogovorili za čas, potrdili čas in dan z upravniki shajališč (če je to potrebno) in v koledar vpisali srečanje.

- Število, dolžina in čas ter presledki VPM izobraževalnih srečanj. Izobraževanje VPM je sestavljeno iz štirih devetdeset minutnih srečanj, ki se odvijajo tedensko. Izobraževalna srečanja VPM bodo uspešnejša, če imajo udeleženci možnost med srečanji vaditi učinkovite konverzijske veščine in imeti s svojimi vrstniki pogovore o varnejšem seksu.

Vsebina programa VPM je razdeljena na štiri srečanja. Vsako srečanje bo trajalo približno 90 minut in bo vsebovalo predstavitev in diskusijo. Poskrbite, da boste teme pokrivali tako, da bo to prikladno tako za vaše uslužbence kot tudi za mnenjske vodje. Ko so VPM-ji imeli možnost vaditi svoje konverzijske sposobnosti v skupini, je zelo pomembno, da med srečanji pustimo dovolj časa, tako da imajo možnost preizkusiti konverzациjo tudi med ciljno populacijo.

1. srečanje

Predstavitve, razlaga vloge VPM-ja, epidemiologija in prenos okužbe z virusom HIV. Prave in napačne trditve v zvezi s tveganjem in o spremembah vedenja, ki so potrebne za zmanjšanje tveganja. Predlogi za zmanjševanje tveganja vključujejo: kondome naj imajo spolno aktivni vedno na dosegu roke, izogibajte se čezmernemu pitju alkoholnih pijač pred spolnim odnosom, o rabi kondoma se s spolnim partnerjem pogovorite/pogajajte pred spolnim odnosom, uprite se siljenju v tvegana spolna vedenja in trudite se za dejanske pozitivne spremembe vedenja.

2. srečanje

Drugo srečanje nadgrajuje prvo srečanje z razlago lastnosti učinkovitih sporočil za spremembo vedenja. Te lastnosti vključujejo: senzibilizirati ljudi glede grožnje, ki jo pomeni aids; okužbo z virusom HIV se da preprečiti; primere določenih sprememb vedenja za zmanjšanje tveganja; strategije za izvajanje vedenjskih sprememb; uporabo »sebe« kot primera za spremembo vedenja ali pa poskusa spremembe vedenja (uporaba »jaz« stavkov pripomore k temu, da ne zvenimo kot pridigarji) in osebno potrditev pozitivnih učinkov spremembe obnašanja.

3. srečanje

Ponovni pregled značilnosti učinkovitih sporočil za spremembo obnašanja. To srečanje temelji na interakciji. Sodelujoči razpravljajo o učinkovitosti različnih oblik komunikacije, vrstah sporočil in o tem, kako bodo določena sporočila sprejeta. Skrbniki oblikujejo večplastne konverzacije, pri katerih se uporabljajo različni slogi in različni načini za začetek konverzacij. Vse konverzacije vključujejo učinkovite lastnosti, predstavljene na drugem srečanju. Po pogovoru o konverzacijah se gredo sodelujoči igrati vlog, pri kateri preizkusijo različne načine začenjanja konverzacij, za kar dobijo pozitivne in konstruktivne povratne informacije. Ko sodelujoči dosežejo zadostno znanje na področju začenjanja konverzacij, izberejo štiri prijatelje (po možnosti iz ciljne populacije), s katerimi se bodo pogovorili v prihajajočem tednu. Na tej točki poprosimo sodelujoče, naj povabijo k udeležbi na zadnjem srečanju enega ali dva izmed svojih prijateljev (za katere mislijo, da so vplivni, popularni in bi jih sodelovanje tudi zanimalo).

4. srečanje

Sodelujoči se na tem srečanju pogovorijo o konverzacijah. Skrbniki in ostali sodelujoči skupaj rešujejo težave pri začenjanju pogovorov in izboljšujejo vsebino in sprejemanje pogovorov (večina konverzacij je pozitivno sprejetih). Sledi ponavljanje obdelanih snovi in pregled tekočih statistik o virusu HIV za vašo regijo ali državo. Poudarite pomembnost vloge sodelujočih; oni pomagajo k preprečevanju širjenja aida v svoji skupnosti. Spodbudite jih za pogovore s člani skupnosti in jih prosite, naj opravijo še deset konverzacij v prihajajočih dveh tednih. Hkrati pa druga skupina zaključi prvo srečanje, ki ga nadaljuje z nadaljnjimi srečanji. Druga skupina omogoči dodatne konverzacije med ciljno populacijo in utrdi nove poglede/norme na varnejšo spolnost.

Družabna srečanja

Dodatnim srečanjem, ki nudijo socialno podporo in na katerih rešujemo težave, s katerimi se VPM-ji srečujejo med izvajanjem konverzacij, pravimo »družabna srečanja«. Z VPM-ji se na njih pogovarjate o številu, temah in odzivu na opravljene konverzacije. Sproti rešujete prepreke in težave, če je to potrebno. Predlagajte nove teme za pogovore, tako da se bo s svežim pristopom prizadevanje nadaljevalo. Sodelujoče opomnite, da je v veliko pomoč, če se v mreži svoje skupnosti in prijateljev večkrat in z različnimi ljudmi vrstijo pogovori na temo varnejšega seksa. Začetki pogovorov morajo biti čim bolj podobni »normalnim pogovorom«.

Družabna srečanja pomagajo vzdrževati čut zagovorništva med VPM-ji in krepiti odgovornost in služenje skupnosti. Srečanja zmanjšujejo občutek osamljenosti, ki ga občutijo nekateri med izvajanjem konverzacij. Ta čas je mogoče porabiti tudi za premišljevanje o dodatnih sredstvih za vzdrževanje programa in za nove »rodove« sodelujočih.

STRATEGIJE...

... ZA USPEH!

ŠTEVILNI DEJAVNIKI VPLIVAJO NA UČINKOVITOST IZVAJANJA PROGRAMA VPM. TU SO NEKATERI PODATKI, KI JIH JE POTREBNO VZETI NA ZNANJE:

Je model, ki ga uporabljate, primeren za vašo izbrano skupnost in ciljno populacijo?

Si člani skupnosti prizadevajo za uspeh VPM?

Imate vire za izvajanje tega modela?

Ste sposobni prepoznati in pridobiti VPM-je?

- ➔ PROSIMO VAS, DA SI NA STRANI 99 POGLEDATE DELOVNI LIST, KI VAM BO POMAGAL PRI RAZMISLEKU O DEJAVNIKI, KI VPLIVAJO NA USPEŠNOST VAŠEGA PROGRAMA VPM.

- ➔ PROSIMO VAS, DA SI NA STRANEH 101 - 104 POGLEDATE DELOVNI LIST, KI BO VAŠI AGENCIJI POMAGAL USTVARITI USPEŠEN PROGRAM VPM.

IZVEDBA: UČENJE VODIJ POPULARNEGA MNENJA O PROGRAMU

BISTVENI DEL POGlavJA O IZVAJANJU PROJEKTA JE:

Naučiti VPM-je, kako širiti sporočila za zmanjševanje tveganja preko konverzij znotraj njihove naravne socialne mreže.

To poglavje priročnika opisuje, kako se izvaja izobraževanje VPM.

1. srečanje

PROGRAM VPM SE PREDSTAVI

Prvo srečanje je vaše prvo srečanje z VPM-ji. Cilji prvega srečanja so:

- Razložiti vsem članom skupine, da je prav vsak od njih človek, ki je pri drugih izredno popularen.
- Razložiti članom skupine, da se bodo med srečanji učili, kako poučiti svoje prijatelje in znance o preprečevanju širjenja aidsa ter jim pomagati spremeniti njihovo tvegano vedenje.
- Priskrbeti VPM-jem natančne informacije o aidsu/virusu HIV, tako da bodo postali strokovni vir znanja za druge.

Kot smo že razložili, je VPM intervencijski program, ki temelji na ideji, da lahko ljudje, ki so drugim všeč in jih spoštujejo (vodje popularnega mnenja ali VPM-ji) znotraj svoje skupnosti pomagajo spremeniti obnašanja svojih prijateljev, sosedov in znancev. To lahko storijo z aktivno konverzacijo in odobravanjem rabe kondoma in varnejšim spolnim vedenjem. Ta model se nanaša na VPM-je kot nosilce znotraj skupnosti: VPM-ji bodo odprto govorili s svojimi prijatelji, sosedi in znanci o zmanjševanju tveganega vedenja in se zavzemali za pomembnost varnejše spolne prakse.

ZA ČASA SREČANJ SI ZAPOMNITE TOLE:

- Sporočila naj bodo pozitivna. Vaša naloga je navdušiti VPM-je, da bodo sprejeli vlogo, ki jo lahko odigrajo pri varovanju svoje skupnosti pred virusom HIV/aidsom.
- Spodbudite VPM-je, da vam povedo, kako bo izobraževanje vplivalo na njihovo življenje. Informacije, pridobljene med izobraževanjem, so uporabne le, če jih VPM-ji lahko prenesejo v življenjske situacije.

Kot vedno, ko načrtujete izobraževanja, pomislite, kako prilagoditi te dejavnosti skupnosti, iz katere prihajajo vaši VPM-ji.

Voditi prvo srečanje

Pripravite VPM-jem dobrodošlico in se jim zahvalite za sodelovanje. Predstavite skrbnike in povabite VPM-je, da vam povedo svoje ime. Na kratko jim povejte o VPM in o tem, kako deluje. Mi smo na takšen način razložili VPM nekaterim skupinam:

»Ta program upošteva dejstvo, da ljudje dobijo veliko informacij v zvezi z zdravjem od svojih prijateljev. VPM uporablja pristop »prijatelji-izobražujejo-prijatelje«. Prav zaradi tega načela je pomembno najti ljudi, h katerim se ljudje obrnejo, kadar rabijo nasvet, in so verodostojni. Vi ste za druge zaupni vir nasvetov. Mi pa smo tu zato, da vam pomagamo vaditi načine, po katerih lahko svoji skupnosti predate sporočilo o resnosti problematike v zvezi z aidsom in o tem, da mora varnejši seks v vaši skupnosti postati norma. Naučili vas bomo, kako osebno privzeti varnejši seks za normo in biti dober zgled svoji skupnosti. Ko se mnogo ljudi z ljudmi pogovarja o zmanjševanju tveganja za okužbo z virusom HIV, to vodi v privzemanje novih norm; norm varnejšega seksa. Vi ste tu zato, ker ste vi tisti, ki to lahko storite.«

Razložite VPM-jem, da so bili izbrani na podlagi svoje popularnosti, verodostojnosti in zmožnosti vplivanja na druge. Te značilnosti so bistvene, ko gre za spreminjanje sprejetega vedenja v skupnosti (socialnih norm). Razložite, na kakšen način lahko VPM-ji spreminjajo družbene norme s konverzacijo, ki zagovarjajo rabo kondoma in prek osebne vpletenosti, zgleda za varnejše spolno vedenje. Ko mnogi VPM-ji govorijo o varnejšem seksu in se tako tudi sami obnašajo, to vidijo člani skupnosti in norme na področju spolnosti se bodo spremenile. Vedno manj bo tveganega obnašanja in vsi bodo postali varnejši.

Druga polovica prvega srečanja je namenjena preizkušanju znanja VPM-jev na področju epidemiologije HIV in prenašanja ter pregledovanju pomembnih točk.

Želeli boste izvedeti, kaj vaši VPM-ji trenutno vedo o virusu HIV/aidsu. To lahko storite tako, da jih vprašate kaj pomeni virus HIV, kaj aids in jim zastavljate še ostala podobna vprašanja. Nekateri izmed vaših VPM-jev bodo o temi vedeli ogromno, ostali pa malo, pa še določene napačne predstave bodo lahko imeli.

Ko ste uspeli ugotoviti raven znanja vaših VPM-jev, jim povejte, da boste skupaj predelali določene informacije o virusu HIV/aidsu. To boste storili zato, da bodo imeli vsi VPM-ji enako, sveže znanje o virusu HIV/aidsu za poučevanje skupnosti.

Tu je primer, kaj smo rekli VPM-jem:

»Tako, pogovorimo se o vedenju, s katerimi ljudje tvegajo okužbo z virusom HIV. Na prihodnjih srečanjih si bomo pogledali posebne tehnike prepričevanja, ki jih boste uporabljali pri svojih prijateljih, tako da ne bodo več ogrozili svojega življenja.«

»Začnimo s pregledom osnovnih informacij o virusu HIV/aidsu. S katerimi štirimi telesnimi tekočinami se virus HIV prenaša?«

1. kri
2. semenska tekočina
3. vaginalna tekočina
4. materino mleko.

»Če kri, semenska tekočina ali vaginalna tekočina okuženega posameznika vstopi v krvni obtok druge osebe, je rezultat tega lahko okužba z virusom HIV.«

»Nezaščiteni spolni odnosi in souporaba igel sta glavna načina za prenos bolezni.«

Odvisno od tega, koliko vaši VPM-ji že vedo, boste morda želeli predstaviti in ponoviti nekatere osnovne informacije v zvezi z virusom HIV/aidsom.

HIV

Human
Immunodeficiency
Virus

Kaj je HIV?

Aids in ostale okužbe, povezane z njim, povzročata virus, ki nam je znan kot virus HIV (virus človeške imunske pomanjkljivosti). HIV je krhek virus, ki zunaj človeškega telesa ne more preživeti. Zato se torej virusa HIV ne morete nalesti, ko sedete na straniščno školjko ali pa če souporabljate posodo in jedilni pribor. Ko pa HIV enkrat pride v telo, se lahko skriva za več mesecev ali let in resno uničuje imunski sistem. Prav zato lahko ljudje, ki izgledajo popolnoma zdravi, okužijo s tem virusom druge.

KAKO SE VIRUS HIV PRENAŠA?

HIV se prenaša preko določenih telesnih tekočin:
kri, semenska tekočina, vaginalni izločki, materino mleko.

KAKO SE HIV NE PRENAŠA?

Za to, da bi se virus lahko prenašal preko **sline, solz ali znoja**, ni dokazov. HIV vstopi v telo preko sluznice, sluzničnih membran (zadnjica, vagina, moške genitalije) ali pa z neposrednim stikom dveh krvnih obtokov. Virus v telo ne more **skozi kožo**, razen v primeru, ko je koža pretrgana ali prerezana in telesne tekočine drugega človeka skozi to rano vstopijo v krvni obtok. Virus se ne prenaša **po zraku**, torej **s kihanjem in kašljanjem**. Z virusom HIV se ne morete okužiti **z vsakdanjimi stiki**, kot je na primer **dotikanje, souporaba stranišča, telefona, jedilnega pribora, posode in hrane**.

AIDS

Acquired
Immune
Deficiency
Syndrome

Kaj je virus HIV/aids?

HIV je virus človeške imunske pomanjkljivosti; virus, ki povzroča AIDS (sindrom pridobljene imunske pomanjkljivosti). HIV napada imunski sistem, sistem ki je namenjen bojevanju z okužbami. Ko je imunski sistem oslavljen, človek lahko zbolijo za resnimi okužbami in rakom. Tem okužbam in rakom pravimo oportunistične bolezni, kajti izkoriščajo človekovo zmanjšano sposobnost za bojevanje z boleznimi. Gotovo ste že slišali koga reči, da je nekdo »umrl od aidsa«, vendar pa je umrl od oportunističnih bolezni, ki jih je »zraven spustil aids«.

Virus HIV/aids se da preprečiti

Kondomi iz lateksa: kondomi iz lateksa, seveda kadar se pravilno uporabljajo, lahko preprečijo prenos virusa HIV z okužene osebe na spolnega partnerja. Preverite rok uporabe na kondomih, ki jih mislite deliti ali pa uporabljati. Preverite tudi, iz česa so narejeni kondomi. Narejeni morajo biti iz lateksa in ne iz živalske kože (pore v živalski koži so večje in omogočajo virusu HIV prehod skozi kondom). Pozanimajte se o pravilni rabi kondomov.

Čiste igle: virus HIV se lahko prenaša s souporabo igel in pripomočkov, zato je najvarneje, kadar jih ne uporabljamo skupaj. Če je le mogoče, naj v vašem okolju poteka tudi program za izmenjavo igel.

Testiranje za virus HIV

Testiranje protiteles za virus HIV: ko virus HIV vstopi v telo, začne telo za boj z virusom izdelovati protitelesa. Testiranje zazna prisotnost teh protiteles v krvi. HIV-test ne pokaže, ali ima oseba aids, ampak zazna samo protitelesa, ki jih je telo ustvarilo kot odgovor na virus HIV.

Negativni rezultat testiranja na virus HIV

— Če oseba v krvi nima protiteles za virus HIV, pravimo, da je HIV-negativna. Ampak negativni rezultat še ne zagotavlja, da oseba nima v sebi virusa. Ker telo potrebuje za izdelavo protiteles po okužbi čas od treh tednov pa do šestih mesecev, se lahko na testiranju pokaže negativni rezultat, če telo ni imelo dovolj časa, da bi proizvedlo dovolj veliko število protiteles za pozitiven rezultat.

Pozitivni rezultat testiranja na virus HIV

+

Oseba, ki ima v krvi razvita protitelesa, je HIV pozitivna. To pomeni, da je bila izpostavljena virusu, s katerim se je tudi okužila. Nekateri ljudje dolgo časa ne bodo zboleli. (Vendar pa kljub temu, da »izgledajo zdravi«, lahko prenesejo virus na druge med spolnim odnosom, s souporabo igel ali s katerokoli obliko izmenjave krvi.)

VIRUS HIV VSTOPI V TELO

Stopnje

LETA	Nastop okužbe	obdobje med 2 in 8 tedni, ko se virus HIV naseli v telesu. Simptomi te faze so podobni gripi – vročina, utrujenost, izpuščaji, otekle bezgavke, bolečine v mišicah.
	Obdobje brez simptomov	ni znakov ali simptomov okužbe. Dolžina obdobja brez simptomov je odvisna od starosti, splošnega zdravja, rabe drog in ostalih dejavnikov. V glavnem traja pri odraslih obdobje od okužbe do simptomov nekje med 5 in 10 leti.
	Kronični simptomi	ponavljajoči se simptomi. Vročina, driska in otekle bezgavke so pogoste. Možna so tudi obdobja dobrega počutja s pojavljajočimi se simptomi.
	Aids	pogostejše oportunistične bolezni.

ZAKAJ SO VSE TE INFORMACIJE POMEMBNE?

VPM-je bodo spraševali o virusu HIV/aidsu, zato morajo biti sposobni govoriti o bolezni in o tem, kako jo preprečiti.

Ko bodo VPM-ji govorili o virusu HIV, jih bodo sogovorniki spraševali različne stvari. Ljudje bodo morda želeli več informacij o virusu HIV ali pa o programih in agencijah, ki lahko ljudem pomagajo preprečevati aids. Od VPM-jev ni moč pričakovati, da bodo poznali odgovore na prav vsa zastavljena vprašanja. Morali pa se bodo zavedati, katere vire lahko uporabijo in jih posredujejo naprej. VPM-ji bi morali imet najmanj dostop do:

- lokalnih virov in agencij za preprečevanje širjenja virusa HIV/aidsa;
- prostorov, kjer poteka testiranje na virus HIV in primerne informacije;
- prostorov, kjer se zdravijo in testirajo spolno prenosljive bolezni;
- programov za zdravljenje odvisnih od drog;
- najnovejših informacij v zvezi z virusom HIV.

ZASLUŽIŠ SI
BITI
VAREN IN
SREČEN.

Najboljši način za ohranjanje preteklosti,
je imeti prihodnost...

Nauči se, kako postati pomemben del
svoje skupnosti... s pomočjo programa
VPM.

Datum _____

Čas _____

Prostor _____

Za prigrizek bo poskrbljeno

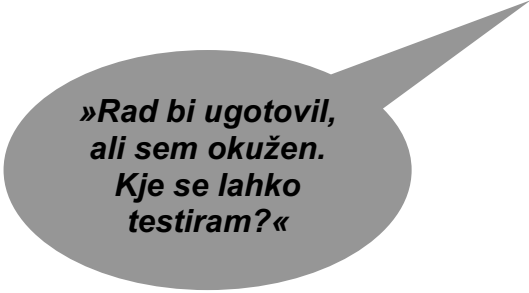
Za nadaljnje informacije pokliči _____

Vašim VPM-jem lahko pomagate s podobnimi pogovori in z gradivi, ki jih bodo lahko delili. Gradiva lahko naredite na več načinov, vendar pa mora biti sporočilo, namenjeno ciljni populaciji, jasno. Pri tem na smete pozabiti na sredstva, ki jih imate na voljo. Naredite lahko preproste, uporabniku prijazne vodnike, ki jih VPM-ji lahko nosijo s seboj. Na primer, vizitke z imeni in stiki se da narediti že za zelo malo denarja. Naredite lahko tudi letake, brošure in plakate.

Igra vlog je zelo dober način priprave VPM-jev na vprašanja, ki jim jih bodo zastavljali člani ciljne populacije med pogovori.

Primer igre vlog z VPM-ji:

S SVOJIM PRIJATELJEM SI SE POGOVARJAL/A O AIDSU V VAŠI SKUPNOSTI IN O TEM, KAKO LAHKO VSAKDO ODIGRA VLOGO PRI ZMANJŠEVANJU SVOJEGA TVEGANJA IN TUDI TVEGANJA DRUGIH. NATO PA TE JE TVOJ PRIJATELJ VPRAŠAL:



**»Rad bi ugotovil,
ali sem okužen.
Kje se lahko
testiram?«**

KAJ BI MU TI ODGOVORIL?

Skupaj z VPM-ji se spomnite dobrega odgovora na zastavljeno vprašanje.

Vaša nevladna organizacija (NVO) naj ostale osnovne informacije v zvezi z virusom HIV/aidsom predstavi na izobraževalnih srečanjih. Vi sami najboljše veste, kakšne so potrebe po izobraževanju o aidsu v vaši skupnosti. Zato na prvem srečanju torej sami presodite in dodajte informacije, ki se vam zdijo potrebne. Namen tega, prvega srečanja je, da VPM-ji dobijo natančne informacije o aidsu/virusu HIV, ki jih nato lahko delijo z drugimi.

2. srečanje

ZMANJŠEVANJE TVEGANEGA VEDENJA

Na drugem srečanju se ukvarjamo s prevladujočo obliko tveganega vedenja v skupnosti in pomagamo VPM-jem pri iskanju načinov, kako bodo razlagali, kako preprečevati, zmanjšati in se izogibati takšnim vrstam tveganega vedenja.

Na drugem srečanju ponavadi predstavimo primere različnih vrst tveganega vedenja in govorimo o načinih, kako se jim posameznik lahko izogne. VPM-ji bodo morali gradivo natančno poznati, kajti le tako bodo lahko govorili o različnih fazah preprečevanja širjenja virusa HIV z ostalimi. Program VPM smo uporabljali predvsem v skupinah, kjer se tvegano obnašajo pri seksu. Zato se primeri nanašajo na vedenje v zvezi s spolnostjo. Morda boste morali program prilagoditi tako, da boste dodali vprašanje intravenske rabe drog.

KO SE Z VPM-JI POGOVARJATE O RAVNEH TVEGANJA RAZLIČNIH OBNAŠANJ, MORATE POUČITI NASLEDNJE:

- Do okužbe s HIV lahko pride, ko imata dva človeka nezaščiten spolni odnos in je eden od obeh lahko okužen.
- Pri spolnem odnosu med moškim in žensko se virus HIV ponavadi prenaša med vaginalnim ali analnim spolnim odnosom brez kondoma.
- Pri spolnem odnosu med dvema moškima osebama se virus HIV ponavadi prenaša pri analnem spolnem odnosu brez kondoma.
- Eden od načinov, kako se izogniti okužbi z virusom HIV, je, da nimamo spolnih odnosov s spolnimi partnerji, ki bi lahko bili okuženi.
- Drug način za preprečevanje okužbe je raba kondoma med spolnim odnosom.
- Narkomani se lahko izognejo okužbi z virusom HIV, če ne souporabljajo igel.

Strategije za zmanjševanje tveganja

Po pogovoru o ravneh tveganja je čas za nazoren prikaz različnih strategij, ki bodo pripomogle k zmanjšanju tveganja. Ko govorimo o zmanjšanju tveganega spolnega obnašanja, ponavadi poudarimo naslednje:

- Ne imejte nezaščitenih spolnih odnosov.
- Če imate spolni odnos, uporabite kondom iz lateksa.
- Izobrazite se in zaščitite sebe in svoje partnerje.

Program VPM ne poskuša spremeniti le tveganega vedenja VPM-jev. To je program, ki uči VPM-je, kako posredovati preventivna priporočila ostalim ljudem v vsakdanjih pogovorih. Moč tega pristopa temelji na pomoči VPM-jev pri učenju, oni pa to znanje potem v pogovorih širijo naprej.

Prav zaradi tega morajo VPM-ji poznati tako osnovna dejstva o zmanjšanju tveganja, morajo pa biti tudi sposobni svetovati ostalim o tem, kako izvajati vedenjske spremembe. VPM-je je treba naučiti, kako dati praktični nasvet svojim prijateljem, ki bodo s tem postali varnejši pri svojem vedenju. Tukaj je primer snovi za diskusijo v skupini VPM, ki lahko pomaga mnenjskim vodjem razmišljati o različnih načinih izvajanja vedenjskih sprememb.

»Načrtovanje varnega vedenja in to dejansko početi sta dve različni stvari. Ko si z nekom, ki te zelo privlači, ti je včasih težko ostati varen/a. Pogovorimo se o nekaterih strategijah, ki ti lahko olajšajo take trenutke.

- *V svoji glavi imej jasno začrtane meje o tem, kaj boš in česa ne boš počel/a s svojim spolnim partnerjem.*
- *Uživaj pri rabi kondoma.*
- *Pred spolnim odnosom se s partnerjem/ko pogovori o svoji zavezanosti zdravju in varnosti.*
- *Bodi pripravljen/a reči ne določenim spolnim dejavnostim.*
- *Če je tvoja presoja zamegljena zaradi rabe drog ali alkohola, preloži seks na drugič.*
- *Uči se iz svojih napak iz preteklosti.*
- *Čestitaj sebi in svojim spolnim partnerjem za varen seks.*
- *Poišči načine, s katerimi bosta tvoje spolno življenje in raba drog varnejša.«*

Na tej točki izobraževanja bi se bilo dobro začeti pogovarjati z VPM-ji o tem, kako realistično vnesti varnejši seks v njihovo življenje in o tem, kako njihovim prijateljem pomagati storiti enako. Na primer: VPM-jem lahko poveste, kako se pogovoriti o rabi kondoma s spolnim partnerjem in o tem, kaj storiti, če spolni partner noče uporabiti kondoma. Ker so VPM-ji sami člani ciljne populacije, so odličen vir informacij o tem, kakšne metode uporabiti za povečanje rabe kondoma med ciljno populacijo.

Na srečanju povprašajte VPM-je o tem, kakšen praktičen nasvet bi dali svojim prijateljem o tem, kako naj zmanjšajo tveganje in začnejo uporabljati kondom.

Kot veste že iz ostalih dejavnosti za preprečevanje širjenja virusa HIV, so zanesljive informacije bistvene pri zmanjševanju tveganja za okužbo s HIV. Zanesljive informacije bodo VPM-jem omogočile pravilno odgovarjanje na zastavljena vprašanja o aidsu/virusu HIV. S tem se prepreči širjenje napačnih informacij o širjenju bolezni.

- ➔ PROSIMO VAS, DA SI NA STRANEH 105 - 107 POGLEDATE ŠE NEKAJ INFORMACIJ ZVEZI Z ZMANJŠEVANJEM TVEGANJA ZA OKUŽBO Z VIRUSOM HIV/AIDSOM.

Miti in dejstva o virusu HIV/aidsu

Ljudje dobijo informacije o aidsu/virusu HIV iz mnogih virov – televizija, radio, časopisi, prijatelji in znanci. Medtem ko je večina informacij resničnih in pravih, lahko po skupnosti krožijo tudi lažne in nepravilne informacije.

V nadaljevanju je seznam pogostih mitov in dejstev. Vaja je najzanimivejša, če skrbniki skupin preberejo mite in potem skupino povprašajo o tem, kateri podatki se jim zdijo nepravilni in zakaj.

MIT	Da je nekdo okužen z virusom HIV, se vidi že navzven.
DEJSTVO	Po videzu ne moremo vedeti, ali je nekdo okužen ali ne.
MIT	Z zmanjšanjem števila nezaščitenih spolnih odnosov smo lahko bolj varni (npr. imeti nezaščiten spolni odnos enkrat mesečno in ne več enkrat tedensko).
DEJSTVO	Z virusom HIV se lahko okužiš že pri enem samem nezaščitem spolnem odnosu z okuženo osebo.
MIT	S tem ko povprašamo svoje spolne partnerje po njihovem spolnem vedenju v preteklosti, preverimo, ali tvegamo okužbo s HIV.
DEJSTVO	Potencialni spolni partnerji morda ne vedo, ali so okuženi, morda ne znajo oceniti, koliko so tvegali in vam morda niso pripravljeni povedati resnice o svoji spolni preteklosti.
MIT	Ko si v nekoga zaljubljen in si z njim/njo v zvezi, ali pa delata na tem, vama ni potrebno uporabljati kondoma (nezaščiten seks je dokaz medsebojne ljubezni in zaupanja).
DEJSTVO	Ta mit ne upošteva dejstva, da imata morda oba spolno preteklost z drugimi partnerji. HIV ne pozna razlike med spolnimi partnerji brez obveznosti in zaljubljenimi pari.
MIT	Morda sem že okužen/a, zato je vseeno, kaj počnem.
DEJSTVO	Če si HIV-negativen/a, se lahko zaščitiš pred okužbo. Samo testiranje ti lahko zagotovo pove, ali si HIV-pozitiven/a. Če pa si okužen/a z virusom HIV, je pomembno, da se zaščitiš pred ostalimi spolno prenosljivimi boleznimi. (Spolno prenosljive bolezni, viruse, bakterije, kot na primer hepatitis in črevesne parazite, je mogoče dobiti preko nezaščitenega spolnega odnosa in lahko poslabšajo splošno zdravje posameznika.)
MIT	Bolj varen si, če imaš nezaščiten spolni odnos z nekom iz manjšega mesta, kot pa če je oseba iz velikega mesta (ali pa ne iz »vašega« mesta).
DEJSTVO	Okužba s HIV je sedaj problem že povsod.
MIT	To, kje koga srečaš, določi, ali boš s to osebo spal ali ne?
DEJSTVO	Virus HIV/aids se pojavljata povsod. Okužene partnerje lahko spoznaš kjerkoli.
MIT	Prepozno je za spremembe; novih vedenj se ne morem več naučiti.
DEJSTVO	Novih vedenj se lahko učimo vse življenje. Včasih je naše življenje od tega celo odvisno.
MIT	On je moški mojih sanj, če mu rečem, naj uporabi kondom, bo morda odšel.
DEJSTVO	Če je on partner tvojih sanj in če si ti tudi del njegovih sanj, si bosta sanje želela deliti dolgo časa. Bodi varen/a. Če ni pripravljen uporabiti zaščite s teboj, je zanesljivo ni uporabil niti z drugimi. Vedno obstaja verjetnost, da bo odšel. Ne glede na vse pa moraš vedeti, da dober partner prisluhne tvojim skrbem in te razume. Ali je res tvoj sanjski partner, če ni pripravljen storiti tega zate?

Cilj drugega srečanja je pripraviti VPM-je na izobraževanje svoje skupnosti o tem, kako po korakih zmanjševati tveganje in jih tudi podučiti o dejstvih v zvezi z virusom HIV/aidsom. V nadaljevanju naj bi VPM-ji med seboj govorili o mitih in tračih v zvezi z aidsom, ki krožijo po njihovi skupnosti. Pripravite VPM-je do tega, da bodo povedali, kaj njihovi prijatelji vedo o aidsu/virusu HIV, o tem, kakšno je njihovo prepričanje in njihovo trenutno nerazumevanje tveganja.

Ponavadi je to zelo živahna, zanimiva in vzajemna diskusija, v kateri naj bi VPM-ji sodelovali. Vendar pa ni dovolj, da le VPM-ji govorijo o napačnih predstavah svojih prijateljev. VPM-je je treba pripraviti na prenos pravih informacij in izobraževanje ostalih. Ko torej VPM govori o napačnih predstavah svojih prijateljev, mora skrbnik skupine to osebo povprašati (in tudi ostale člane skupine), kaj bi rekli svojemu prijatelju, da bi popravil svoje napačne predstave. Na ta način se VPM-ji naučijo strategij, kako izobraževati na področju zmanjševanja tveganja (hkrati pa vadijo, kaj reči).

Zapomnite si, da naš cilj ni le izobraževanje VPM-jev o zmanjševanju tveganja.

NAŠ CILJ JE POMAGATI VPM-JEM RAZVITI IN IZPILITI VEŠČINE, KI BODO KLJUČNE PRI NJIHOVEM IZOBRAŽEVANJU V OKVIRU SVOJE CILJNE SKUPINE!!

Glavno sporočilo, ki se ga VPM mora naučiti prenašati na svoje prijatelje, je, da se virus HIV/aids širi z nezaščitenimi spolnimi odnosi in da raba kondoma med spolnim odnosom zmanjšuje tveganje. **Poskrbite, da bo ta del izobraževanja, ko VPM-ji razmišljajo, kaj reči, da bi izboljšali znanje svojih prijateljev o aidsu in zmanjševanju tveganja, zanimiv, živahen in zabaven.**

3. srečanje

KAKO LAHKO VPM-JI POSREDUJEJO SPOROČILA O PRE- PREČEVANJU ŠIRJENJA VIRUSA HIV OSTALIM

Tretje srečanje pokriva najpomembnejše področje izobraževanja VPM: učiti VPM-je, kako s konverzacijo posredovati preventivna sporočila ostalim članom ciljne populacije. Brez učinkovitih sporočil bo program propadel, kajti člani ciljne populacije VPM-jem ne bodo verjeli. Ugotovili smo, da so se v naših ciljnih populacijah za učinkovita izkazala naslednja sporočila:

Značilnosti učinkovitih preventivnih konverzacijskih sporočil o virusu HIV, ki jih VPM-ji posredujejo ostalim:

- 1. Sporočilo mora biti sestavljeno iz besed in jezika, ki sta VPM-ju domača.** Sporočila, ki jih pišejo drugi in se jih VPM-ji le naučijo na pamet, niso tako učinkovita kot njihova lastna. Zasnova celotnega projekta se vrti okoli dejstva, da VPM-ji v svojem jeziku posredujejo sporočila svoji ciljni populaciji, torej z besedami, ki so jih navajeni.
- 2. VPM-ji morajo poudariti, kako resna je problematika aidsa, ampak da se jo da ustaviti.** »Aids je resna zadeva, mi pa imamo moč, da ga ustavimo!«
- 3. Sporočila, ki jih posredujejo VPM-ji, morajo biti pozitivna.** Ljudje strašljiva sporočila pogosto kar »odklopijo«, zato poskrbite, da boste poudarili koristi, ki jih prinašajo spremembe na področju zmanjševanja tveganja. »Ko uporabite kondom, se lahko sprostite in ne bo vas skrbelo, da se boste okužili z virusom HIV.«
- 4. Priporočajte rabo kondoma med spolnim odnosom.** Sporočila v zvezi z varnejšo spolnostjo so najučinkovitejša, kadar so zelo specifična. »Najbolje je, da kondom uporabite pri vsakem spolnem odnosu.«
- 5. VPM-ji morajo svojim prijateljem svetovati, naj pogosteje uporabljajo kondom.** Priskrbite praktične nasvete, kako povečati rabo kondoma. »Kondome imejte vedno pri sebi.« ali »Preden se z nekom odločite za spolni odnos, se z njim/njo pogovorite o rabi kondoma.«
- 6. VPM-ji naj učijo in ne pridigajo.** VPM-ji bi morali govoriti o sebi in o spremembah, ki jih delajo – biti morajo dober zgled. Uporabljati bi morali izjave, ki se začnejo z »Jaz...«, kadar govorijo o lastnih izkušnjah. »Ljubim jo/ga, zato vedno uporabiva kondom.« Ne smemo pozabiti, da so VPM-ji pogosto člani populacij, ki so bolj izpostavljene okužbi z virusom HIV. VPM-ji se morda sami tvegano obnašajo. VPM-ji ne smejo lagati; podajati morajo sporočila, ki se na osebni ravni zavzemajo za spremembe na bolje. Če torej VPM reče: »Jaz vedno uporabim kondom«, ostali pa vedo, da temu ni tako, potem sporočilo ni učinkovito. Veliko boljše je, če VPM-ji podajajo sporočila, ki zrcalijo dejansko stanje (npr. »Začel sem uporabljati kondome, kadar sem z novim spolnim partnerjem.«)
- 7. VPM-ji naj se pogovarjajo s člani ciljne populacije v »varnem prostoru« in le kadar imajo dovolj časa.** Tako početje bo pomagalo VPM-jem, da se bodo počutili udobno in bodo lahko govorili odkrito. VPM-ji naj se pogovarjajo le takrat, ko je »pravi čas«, in na pravem kraju.

»Jaz« sporočila, izjave, ki se začenjajo z besedo »jaz«, so zelo dober način prenašanja sporočil VPM. Takšna sporočila so zelo učinkovita, ker VPM-ji preko osebnih izjav in dejanj podpirajo rabo kondoma. VPM-ji morajo vaditi »jaz« izjave, ki iz njihovih ust zazvenijo naravno.

Primeri:

»Jaz vem, da sem v preteklosti tvegano živel, ampak sedaj imam družino. Hočem, da moji otroci odraščajo skupaj z mamo/očetom. Zato pri vsakem spolnem odnosu uporabim kondom iz lateksa.«

»Jaz se ne bom odpovedal seksu. Odpovedal pa se bom tveganju in zato bom uporabljal kondome.«

»Nekdo, ki uporablja kondome, mi je zelo všeč, kajti jaz vem, da skrbi zase in tudi zame.«

»Kamorkoli grem, imam jaz pri roki vedno kondom iz lateksa. Za vsak slučaj.«

»Sedaj se vedno, preden imam z nekom spolni odnos, pogovoriva o tem, kako pomembno je biti varen.«

»Če sem spil preveč alkohola, preprosto preložim seks na kdaj drugič. Želim si ohraniti trezno in varno glavo.«

»Ko sem z nekom v postelji, bom rekel NE, če partner ne bo želel uporabiti kondoma, a bo vseeno hotel spati z mano. Potrebna sta moč in pogum, ampak sam pri sebi se bom kasneje počutil zelo dobro.«

➔ PROSIMO VAS, DA SI NA STRANEH 109 - 111 POGLEDATE GRADIVA, NA KATERIH SO RAZLOŽENI ELEMENTI UČINKOVITIH KONVERZACIJ IN UČINKOVITIH »JAZ« IZJAV.

Naučiti VPM-je, kako imeti konverzacije, ki vključujejo značilnosti učinkovite komunikacije znotraj ciljne skupine

Bistveno je, da se VPM-ji naučijo spretnosti, potrebnih za uspešne in sproščene pogovore o aidsu s svojo ciljno skupino. Tudi za popularne ljudi to ni lahko. Zato na srečanjih govorimo o dveh načinih, ki pomagajo VPM-jem osvojiti te veščine.

- Najprej skrbniki demonstrirajo primer, kako imeti pogovor znotraj ciljne skupine. To gleda celotna skupina VPM-jev.
- Nato VPM-ji med seboj vadijo, se grede igro vlog na isto temo. Kaj storiti v enaki situaciji med pogovorom znotraj ciljne skupine?
- Skrbniki opazujejo vsakega VPM-ja posebej pri igranju vlog, krepijo in hvalijo njihove veščine ter predlagajo načine, na katere bi bile konverzacije VPM-jev še učinkovitejše.
- V naslednjem delu vam bomo pokazali nekaj primerov situacij ali scenarijev za konverzacije, ki jih lahko skrbniki odigrajo pred skupino in s tem pokažejo, kako se učinkovito posreduje preventivna sporočila o virusu HIV.

Po pogovoru o značilnostih učinkovitega sporočila naj skrbniki pripravijo prikaz primerov učinkovitih pogovorov za zmanjševanje tveganja znotraj ciljne skupine. To omogoči VPM-jem, da vidijo, kako izgleda kakovostna konverzacija. Poskušajte si izmisliti svoje scenarije in odgovore tako, da uporabljate učinkovite elemente, ki predstavljajo realno situacijo v vaši skupnosti. Skrbniki naj pred VPM-ji prikažejo/odigrajo nekaj različnih konverzacij. Tukaj je primer, ki ga lahko skrbniki odigrajo skupini:

Skrbnik 1

»Živijo, kako si?«

Skrbnik 2 (odigra odgovor)

»Ni slabo. Z nekom sem se začel/a videvati in počasi se zblizujeva. Pogovarjala sva se o tem, kaj za naju oba pomeni zveza. Oba sva že imela spolne odnose in strah naju je aidsa. Pogovarjala sva se o tem, da bi uporabila kondom in se tako zaščitila. Všeč mi je, ker sva oba pristaša varne spolnosti. Večina mojih prijateljev uporablja kondome. Ko uporabljaš kondome, te med seksom nič ne skrbi.«

Ko skrbniki odigrajo to ali pa kakšno drugo konverzacijo za zmanjševanje tveganja VPM-jem, naj jih povprašajo, kakšna se jim je demonstracija zdelala:

- Katere elemente učinkovite konverzacije si slišal/a?
- Kaj ti je bilo pri odgovoru všeč?
- Kaj bi ti storil/a drugače?
- Ali se ti je pogovor zdel naraven?

Skrbniki naj prikažejo še nekaj konverzacij in od VPM-jev dobijo povratne informacije. Prilagodite sledeče konverzacije tako, da bodo ustrezale potrebam VPM-jev.

GLASNO PREBERI PRVI SCENARIJ

S prijateljico sta zunaj in se pogovarjata. Ona zagleda nekoga, ki se ji zdi strašansko privlačen. Izrazi željo po tem, da bi ga spoznala, ti pa si prepričan, da ga želi »dati dol«. Reče ti: »Tale tip mi je res všeč in zelo se bom potrudila, da ga dobim.«

UČINKOVIT ODGOVOR, KI GA ODIGRA SKRBNIK

»Tudi meni se zdi zelo privlačen, ampak ne smeva pozabiti na aids. Jaz sem spremenila svojo navado in ne spim več z moškim, preden ga ne spoznam in preden se ne pogovoriva o varnem seksu. Če ni pripravljen na varno igro, potem se med nama ne bo zgodilo nič, kajti jaz cenim tako svoje kot tudi njegovo zdravje. Počutim se veliko bolje, ker skrbim za svoje zdravje in tudi za zdravje drugih. Pogovarjala sem se s kar nekaj prijatelji in tudi oni so spremenili svoje navade in se sedaj obnašajo bolj varno.«

ŠE EN UČINKOVIT ODGOVOR, KI GA ODIGRA SKRBNIK

»Prav imaš. Res je dober. Če misliš resno, imam s sabo nekaj dodatnih kondomov. Ne glede na aids in vse ostale spolno prenosljive bolezni, se lahko še vedno zabavaš, seveda, če se zaščitiš.«

GLASNO PREBERI DRUGI SCENARIJ

Pogovarjaš se s prijateljem, ki ga precej dobro poznaš. Začneta govoriti o aidsu. Tvoj prijatelj ti reče: »Aids me kar precej skrbi, ampak saj ne morem storiti skoraj ničesar, upam lahko le, da ga ne dobim.«

UČINKOVIT ODGOVOR, KI GA ODIGRA SKRBNIK

»Mene aids dolgo časa ni prav nič skrbel, potem pa sem ugotovil, da je to resen problem in da lahko tudi jaz nekaj storim. Spremenil sem svoje vedenje in sedaj med seksom vedno uporabljam kondom. Kondome vedno nosim s seboj, tako da se nikdar ne znajdem v situaciji, ko bi jih potreboval, pa jih nimam pri roki. Tako me naslednji dan nič ne skrbi.«

Zakaj je skrbniško prikazovanje primerov konverzacij pred VPM-ji potrebno?

Ljudje se novih veščin najlaže učijo tako, da opazujejo druge. Zato je pomembno, da skrbniki demonstrirajo primere izvajanja vsakdanjih konverzacij, ki nosijo sporočila za preprečevanje tveganja.

Zakaj naj se VPM-ji igrajo igro vlog med skupinskimi srečanji VPM-jev?

Za učinkovit pogovor o preprečevanju aidsa znotraj ciljne skupine je potrebno veliko vaje. Skupine VPM omogočajo VPM-jem, da z igro vlog skupaj vadijo, kar bodo kasneje govorili svojim prijateljem. To omogoča VPM-jem, da postanejo bolj samozavestni, da zaupajo v svojo sposobnost posredovanja sporočil o preprečevanju širjenja virusa HIV.

Ponavadi za demonstracije skrbnikov porabimo približno 30 minut. Po vsaki odigrani konverzaciji ne smemo pozabiti na čas, ki je namenjen diskusiji o tem, kaj bi VPM-ji v enaki situaciji rekli svojim prijateljem.

Ko skrbniki odigrajo primere učinkovitih konverzacij, nastopi čas, ko VPM-ji vadijo igro vlog. Lahko odigrajo dosedaj navedene scenarije, lahko pa tudi kakšne druge, ki jih ustvarite vi. Skrbniki in ostali VPM-ji morajo igrati vlog prisluhniti in jih tudi primerno in pozitivno ovrednotiti.

TEHNIKE ZA POUČEVANJE VPM-JEV O TEM, KAKO IMETI UČINKOVITE KONVERZACIJE O PREPREČEVANJU ŠIRJENJA AIDSA ZNOTRAJ SVOJE CILJNE SKUPINE

Skrbniki skupin VPM demonstrirajo primere konverzacij na srečanju tako, da odigrajo igro vlog, ki vključuje elemente prej opisanih učinkovitih konverzacij.

- VPM-ji se potem pogovorijo o tem, kar so videli in povedo, kaj bi oni storili drugače, ko bi se pogovarjali s svojimi vrstniki.
- Vsak VPM si vzame nekaj minut za načrtovanje odgovora svojemu vrstniku/ici med podobnim pogovorom.
- Skupina naj se razdeli v manjše skupine; približno dva do trije VPM-ji na enega skrbnika, tako da lahko vadijo igro vlog in svoje lastne konverzacije.

Izbiranje scenarijev za demonstracije in za igre vlog VPM

Skrbnikom ni lahko odigrati in izbrati učinkovitih demonstracijskih konverzacij, ne da bi VPM-jem razložili kontekst. Tudi za VPM-je igra vlog ni preprosta, če ne vedo, kaj natančno se dogaja.

Priskrbeli smo vam nekaj scenarijev, ki jih lahko uporabite, če se vam zde primerni za vašo ciljno populacijo. Če niso, si izmislite drugačne primere tako za demonstracije kot tudi za vadbo.



KI JIM POMAGAJO PRI PILJENJU IN IZPOPOLNJEVANJU NJIHOVEGA SLOGA ZA POGOVORE Z OSTALIMI O AIDSU.

Namen igre vlog je, da VPM-ji vadijo konverzacije o preprečevanju širjenja aidsa, ki jih bodo kasneje zares imeli znotraj svoje ciljne populacije.

Kako strukturirati igre vlog VPM

Po tem ko so VPM-ji opazovali skrbnike skupin pri igri vlog in se o njih tudi pogovorili, nastopi čas za njihovo igro vlog. VPM-ji torej vadijo, kako imeti svoje lastne konverzacije o preprečevanju širjenja HIV s svojimi vrstniki. Tako VPM-ji izboljšajo svoje konverzacijske sposobnosti.

KAJ MORAJO STORITI SKRBNIKI ZA USPEŠNE IGRE VLOG VPM-JEV:

- Skupina naj se razdeli v manjše skupine; približno dva do trije VPM-ji na enega skrbnika.
- Skupinice naj preberejo scenarij (podoben opisanim na prejšnjih straneh), ki opisuje situacijo, v kateri se bodo VPM-ji znašli, ko bodo izvajali svoje konverzacije o preprečevanju širjenja aidsa.
- Dajte VPM-jem dovolj časa za razmislek o tem, kaj bi v dani situaciji rekli svojim prijateljem.
- Še enkrat si preberite scenarij, tokrat naj dva VPM-ja odigrata vlogi: kaj bi svojim vrstnikom rekla v podobni situaciji. VPM-ji se morajo potruditi vključiti čim več lastnosti učinkovite konverzacije v vsako igro vlog.
- Skrbniki naj opazujejo igro vlog, hvalijo »igralce«, predlagajo, kaj še vključiti v konverzacijo, pomagajo VPM-jem, ki ne vedo kaj reči, in poskrbijo, da je igranje vlog prijetno in zabavno.
- Vsak VPM mora imet priložnost, da odigra »igralca« v vsakem scenariju.

Namen igre vlog je, da vsak VPM vadi konverzacije o preprečevanju širjenja aidsa, ki jih bo kasneje zares imel znotraj svoje ciljne populacije.

ZNAČILNOSTI UČINKOVITIH SPOROČIL O PREPREČEVANJU ŠIRJENJA VIRUSA HIV, KI JIH VPM-JI POSREDUJEJO CILJNI SKUPINI

1. Sporočilo mora biti povedano z VPM-ju lastnimi besedami, v njegovi/njeni govoric.
2. VPM-ji morajo poudariti, da je aids resna skrb, ki pa se jo da preprečiti.
3. Sporočila VPM-jev morajo biti pozitivna.
4. VPM-ji morajo priporočati rabo kondoma med spolnim odnosom.
5. VPM-ji naj dajejo uporabne namige, kako povečati rabo kondoma.
6. VPM-ji naj učijo in naj ne pridigajo.
7. VPM-ji naj konverzacije izvajajo v »varnem prostoru« in to le kadar imajo dovolj časa.

KOT SKRBNIK, BOSTE VERJETNO ŽELELI POSKRIBETI, DA SO PREDELANE NASLEDNJE TOČKE:

- Najtežje je začeti konverzacijo, ki vodi v preventijsko sporočilo o aidsu takrat, ko nas nihče za to ne prosi. Če VPM lahko začne podajati sporočilo o preprečevanju širjenja virusa HIV takoj, ko mu prijatelj/ica reče: »Živijo, kako kaj...?«, potem je res dobro pripravljen. Ko se VPM-ji v taki situaciji dobro počutijo in jo z lahkoto obvladujejo, se bodo ostale situacije zdele mnogo naravnejše in lažje obvladljive.
- Osredotočite se na VPM-jeve lastne konverzacije. Preskrbite dovolj časa za pogovor o temah, ki se zdijo VPM-ju še posebej pomembne.
- Vsak VPM mora imeti kar nekaj možnosti za vadbo konverzacij, ki jih bo kasneje imel znotraj svoje ciljne skupine. Vsak VPM potrebuje možnost, da na licu mesta odgovori na zastavljeno vprašanje in za to dobi konstruktivne povratne informacije. To bi se znotraj cikla izobraževanja moralo zgoditi vsaj trikrat.
- Vsako konverzacijo je treba skrbno proučiti in v njej poiskati sestavine učinkovite konverzacije. VPM-ji lahko elemente konverzacij svojih kolegov vključijo v svoje konverzacije. Skrbite za povratne informacije in rešujte nastale težave.

Po končani igri vlog na temo zmanjševanja tveganja za okužbo z virusom HIV povprašajte VPM-je o tem, kako, kdaj, kje in s kom se bodo o tej temi pogovarjali. Za igre vlog boste porabili vsaj eno uro časa.

KRITIČNI KORAK: VSAK VPM NAČRTUJE IN IMA NAJMANJ ŠTIRI »PRAVE« IZOBRAŽEVALNE KONVERZACIJE O AIDSU ZNOTRAJ SVOJE CILJNE SKUPINE PRED ZAČETKOM NASLEDNJEGA IZOBRAŽEVALNEGA SREČANJA.

Program VPM je lahko uspešen le, če VPM-ji zares izvajajo konverzacije o preprečevanju širjenja aidsa s svojimi prijatelji in znanci.

Po zaključku iger vlog in z njimi povezanih dejavnosti, ki bodo porabile večino časa tega srečanja, VPM skupino spet združite. Vsakega VPM-ja posebej povprašajte, ali je pripravljen imeti vsaj štiri podobne vrstniške konverzacije v prihodnjem tednu (pred naslednjim srečanjem). Štiri konverzacije so dober cilj, kajti s tem si VPM-ji nabirajo izkušnje, pa še ni jih preveč težko izvesti.

Ko se z VPM-ji dogovorimo o konverzacijah, jim zastavimo še bolj specifičen cilj. Povprašajmo jih, s katerimi štirimi znanci/prijatelji se bodo poskušali pogovoriti. Za prvo konverzacijo naj poskusijo izbrati koga, ki se bo pozitivno odzval.

Načrtovanje štirih »pravih« konverzacij

Z VSAKIM VPM-JEM SE MED SKUPINSKIMI SREČANJI POGOVORITE O NASLEDNJIH DEJSTVIH:

- Kdo so tisti štirje posamezniki, s katerimi se bo pogovoril/a o prednostih preprečevanja širjenja aidsa?
- Kje se bodo konverzacije odvijale?
- Kako bo VPM načel temo (aids) pri vsakem posamezniku?
- Ali VPM ve, katera sporočila bo posredoval v vsaki izmed načrtovanih konverzacij?

**IZOBRAZITI VPM-JE NI DOVOLJ.
ONI MORAJO SPOROČILA ZA
ZMANJŠEVANJE TVEGANJA
POSREDOVATI ZNOTRAJ
SVOJE CILJNE SKUPINE.**

Tretje srečanje končajte tako, da daste VPM-jem OBRAZEC ZA IZVAJANJE KONVERZACIJ.

➔ NA STRAN SI 113 POGLEJTE, KAKO IZGLEDA OBRAZEC ZA IZVAJANJE KONVERZACIJ.

Pomagajte VPM-jem v obrazce vpisati imena posameznikov, s katerimi bodo imeli konverzacije pred naslednjim srečanjem. To storimo zato, da VPM-ji zapustijo srečanje z natančnim načrtom o tem, s kom se bodo pogovarjali. Obrazec mora vključevati prostor, kjer se je konverzacija odvijala, in seveda tudi njene glavne točke. Prosite VPM-je, naj na naslednje srečanje prinesejo izpolnjene obrazce.

**PRODOBITE IN NAVDUŠITE VPM-JE, DA BODO IMELI VSAJ
ŠTIRI KONVERZACIJE S SVOJIMI PRIJATELJI PRED
NASLEDNJIM SREČANJEM.**

Pridobivanje nove skupine VPM-jev

Na koncu srečanja prosite VPM-je, naj na naslednje srečanje povabijo dva prijatelja/dve prijateljici, ki se jim zdita primerna/i za VPM-ja. Ta korak je bistvenega pomena, kajti le več skupin VPM-jev lahko zagotovi uspeh izvajanja programa. Veliko skupin VPM-jev bo treba, preden bo varnejši seks postal sprejeta norma v skupnosti. Primera, kako prositi VPM-je naj na naslednje srečanje pripeljejo dva gosta:

»Ker ste sami mnenjski vodja, vi najbolj veste, koga v vaši skupnosti cenijo. Verjamemo, da bo izvajanje tega projekta lažje in s tem tudi vaša vodilna vloga v njem, če k sodelovanju povabite nekaj prijateljev, ki se bodo tudi udeležili izobraževanja.«

»Radi bi, da se spomnite, katera dva od vaših prijateljev sta dovolj vplivna, da bi vam lahko pomagala spremeniti norme znotraj vaše skupnosti. Povabite ju na naslednje srečanje in jima razložite, kaj počnemo. Pripravljeno imamo pismo, ki ga dajte svojim prijateljema. V njem so podatki o projektu in telefonska številka, ki jo lahko pokličeta, če potrebujeta dodatne informacije.«

4. srečanje

IZBOLJŠEVANJE IN ŠIRJENJE SPOROČILA

Četrto srečanje se razdeli na dve srečanji. Je hkrati četrto srečanje prve VPM skupine in prvo srečanje nove VPM skupine, to so prijatelji in znanci prve skupine VPM-jev. Srečanji se odvijata hkrati, vendar v različnih prostorih. Na četrtem srečanju se pogovorimo o konverzacijah, ki so jih VPM-ji izvajali v preteklem tednu, in jih spodbudimo, naj z delom nadaljujejo.

Najprej VPM-je lepo pozdravite, tako stare kot nove, in prosite nove VPM-je, naj odidejo v prostor, kjer bo potekalo prvo srečanje nove VPM skupine.

Ko VPM-ji začnejo širiti preventivna sporočila, je nujno potrebno, da se o tem pogovarjajo, rešujejo težave, ki so jih imeli pri začenjanju konverzacij, in da so za to seveda tudi nagrajeni.

Razpravljanje o prvih štirih konverzacijah

Vsakega VPM-ja posebej povprašajte o tem, kakšne so se mu/ji zdele konverzacije, ki jih je imel/a prejšnji teden. Spodbujajte reševanje težav in nudite pozitivne povratne informacije ter podprite njihov trud.

Ta diskusija bo dala VPM-jem možnost, da se pogovorijo o tem, kako se počutijo glede konverzacij, kje so se odvijale, kako udobno so se počutili. **Celo popularnim ljudem je lahko težko, ko imajo prvo takšno konverzacijo, ampak s časom postane vse veliko lažje.** Dobro je tudi, da slišijo, kako so ostali načenjali temo in kako uspešni so bili.

Poskrbite, da boste pogovoru o konverzacijah namenili dovolj časa, tudi temu kdaj in kje so se odvijale? S kom so se VPM-ji pogovarjali (ne vprašajte za ime, ampak, ali gre za prijatelja/ico, znanca/ko, tujca/ko ali sorodnika/co)? O čem so govorili? So se med pogovorom počutili sproščeno/udobno? So jim posamezniki, s katerimi so se pogovarjali, zastavljali kakšna vprašanja?

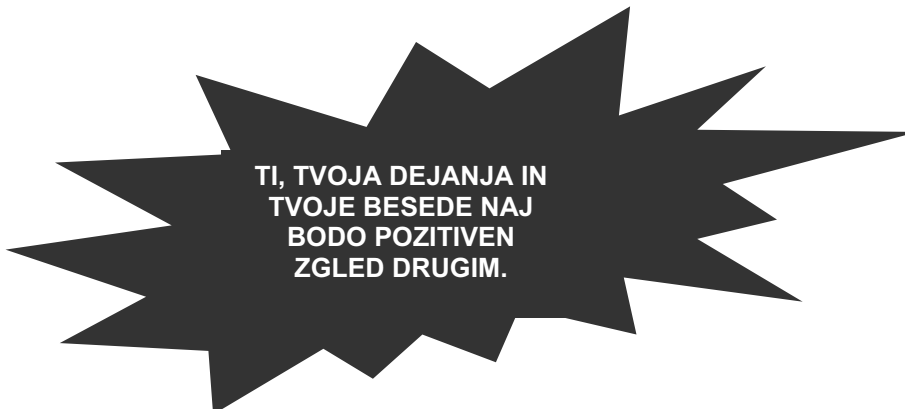
Z VPM-ji, ki so imeli težave pri začenjanju konverzacij, ali pa mislite, da bi svojo nalogo lahko bolje opravili, se pogovorite o tem, kako situacijo izboljšati. To lahko vključuje izvajanje konverzacije v bolj mirnem okolju, drugačen pristop k načenanju teme, rabo pripomočkov in sloganov ali pa le več časa za vadbo konverzacij.

PONOVNO PREGLEJTE INFORMACIJE, KI JIH VPM-JI LAHKO VKLJUČIJO V SVOJE KONVERZACIJE:

- Aids je za ljudi, ki živijo v okolici, osebna skrb.
- Vedenje se da spremeniti, uspešno lahko zmanjšamo tveganje.
- Spremembe obnašanja za zmanjševanje in odpravljanje tveganja prinašajo koristi obema spolnima partnerjema.
- Raba kondoma je nova pozitivna družbena norma in vi, kot VPM, kondom uporabljate oziroma se ga vsaj trudite uporabljati.

Koraki, ki pripomorejo k lažji rabi kondoma:

- Že vnaprej se odloči, kaj boš počel/a in česa ne.
- O varni spolnosti se vnaprej pogovori z vsakim/o partnerjem/ko.
- Bodi jasen/a in odločen/a, ko rečeš »ne«, če se stvari prevesijo na nevarno stran.
- Kondome imej vedno pri roki.
- Izogibaj se spolnim odnosom pod vplivom drog ali alkohola.



Če se vam zdi, da so vaši VPM-ji izgubili pogum, jih spomnite na sledeče:

- Tudi popularnim ljudem se lahko zgodi, da jih je kdaj sram in se počutijo nelagodno.
- Aids ni prijetna tema. Temu je tako tudi, če je sporočilo pozitivno in poudarja prednosti rabe kondoma.
- Ko boste pridobili več izkušenj in samozavesti, bodo konverzacije postale vedno lažje in počutili se boste bolj udobno.
- S tem, ko se boste s svojimi prijatelji in znanci na način, ki smo ga obravnavali na srečanjih, pogovarjali o rabi kondoma, jim boste pomagali k varnejši spolnosti.
- Za druge ne morete prevzeti odgovornosti, lahko jim le poskusite posredovati sporočilo. Če se nekdo ne odzove na vaše sporočilo, še ne pomeni, da vam je spodletelo.

Na tej točki je dobro, da skrbniki prikažejo še nekaj primerov učinkovitih konverzacij in dovolijo VPM-jem, da vadijo nove, različne ali pa izboljšane konverzacije za preprečevanje širjenja aidsa.

Igra vlog omogoča VPM-jem, da vadijo različne načine obvladovanja konverzacij, pri katerih morda niso bili uspešni.

»Tukaj ste zato, ker ste se prostovoljno javili, da boste svoje voditeljske sposobnosti uporabili zato, da boste med vašimi prijatelji in znanci ter tujci promovirali nove norme in prednosti varnega obnašanja. Z uporabo tehnik, ki ste se jih naučili med izobraževanjem, imate lahko zelo velik vpliv na zdravje vaše skupnosti.«

»Vaše početje bo verjetno reševalo življenja mnogih. Če bo le ena izmed konverzacij, ki ste jih imeli, uspešna, torej bo oseba spremenila svoje vedenje iz nenehnega tveganja v vedno varno vedenje, ste že uspeli rešiti življenje.«

»Prav vsakdo od vas je že pomagal spreminjati norme med svojimi konverzacijami. Pomislite... vsak od vas je imel štiri konverzacije. To je že kar velik vpliv na skupnost. Sedaj pa pomislite na še več pogovorov...«

Današnji cilj: Še več konverzij, s še več prijatelji v prihajajočem tednu

Če je v vaši skupini 20 VPM-jev in če je vsakdo od njih imel v preteklem tednu štiri konverzacije, potem to pomeni, da je kar 80 članov skupnosti prejelo izobraževalno sporočilo o aidsu od vplivnega člana skupnosti. To je dober začetek. Pa vendarle le začetek. Ko so VPM-ji začeli govoriti z drugimi, jih moramo spodbuditi, da bi to počeli čim pogosteje.

**V NAŠIH PROJEKTIH SMO PO ČETRTEM SREČANJU
PREDLAGALI NOV CILJ:
VSAK VPM NAJ IZVEDE DESET KONVERZACIJ.**

VPM-jem lahko izračunate, kakšen vpliv bo to imelo na ciljno populacijo. Na primer: Recimo, da imamo 20 VPM-jev. Vsak od njih v preteklem tednu govori s štirimi osebami, v prihajajočem pa z desetimi. Na ta način pridemo do števila 280. Toliko konverzij se je zgodilo (14 konverzij krat 20 ljudi) v obdobju treh tednov. Tu pa so še prijatelji VPM-jev, ki bodo to število še podvojili. Ti, novi, VPM-ji se bodo VPM-jem v treh tednih pridružili pri širjenju sporočil o preprečevanju širjenja aidsa. Na ta način se sporočilo širi znotraj skupnosti, dokler ne postane družbeno sprejeta norma.

Načrtovanje 10 konverzij znotraj ciljne skupine

Skrbniki naj VPM-jem pomagajo najti še 10 oseb izmed njegovih/njenih prijateljev, znancev, sorodnikov ali katerih drugih oseb, s katerimi se bodo VPM-ji v prihodnjem tednu pogovarjali o preprečevanju aidsa. Skrbniki to storijo tako, da VPM-jem rečejo, naj se spomnijo, kje srečujejo ljudi v vsakdanjih okoliščinah. Lahko pa pomislijo tudi na ljudi, za katere se jim zdi, da zares potrebujejo nasvete za preprečevanje širjenja virusa HIV.

Za to načrtovanje priporočamo rabo »obrazcev za izvajanje konverzij«. Obrazci bodo VPM-jem pomagali pri izbiri in načrtovanju prihodnjih desetih pogovorov, ki se bodo odvijali v prihajajočem tednu. Ker bodo VPM-ji na obrazce zapisali imena ljudi, s katerimi se nameravajo pogovarjati, naj jih po končanem srečanju vzamejo s seboj.

Če se boste odločili za rabo teh obrazcev, poskrbite, da vsak VPM dobi enega.

➔ **PROSIMO VAS, DA SI NA STRANI 115 POGLEDATE, KAKO IZGLEDA OBRAZEC ZA IZVAJANJE DESETIH KONVERZACIJ. POSKRbite, DA BO VSAK VPM DOBIL SVOJ IZVOD.**

Naročite VPM-jem, naj v konverzacije vključijo značilnosti učinkovitih konverzij, ki so jih obdelali na VPM srečanjih in tudi metode, ki so jih uporabljali pri izvajanju prvih štirih konverzij. Nekateri VPM-ji bodo opravili več kot deset konverzij. Poprosite jih, naj si v spodnji kot obrazca zapišejo natančno število opravljenih konverzij.

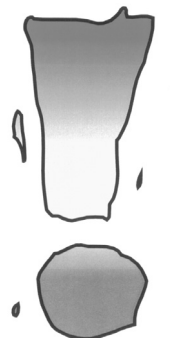
Logotip projekta lahko spodbudi priložnosti za konverzacijo

V prejšnjih projektih VPM smo ustvarili projektne logotipe.

V enem izmed projektov je bil naš logotip semafor z rdečim, rumenim in zelenim krogom



V nekem drugem projektu smo uporabili večbarven znak, ki je izgledal takole:



Logotipi niso vsebovali besedil. Bili so le razpoznavni znaki, namenjeni pritegovanju pozornosti.

Za rabo logotipov smo se odločili iz dveh razlogov. Prvi razlog je bil, da smo logotipe spravili na velike plakate in jih izobesili v prostorih, kjer se je zbirala ciljna populacija. Na plakatih je bil logotip, razlage pa nobene. LJUDJE SO POSTALI RADOVEDNI.

Le za kaj gre?

Na zadnjem srečanju ene od naših skupin VPM smo vsem VPM-jem dali priponke z enakim logotipom. Pri drugem projektu smo VPM-jem podarili majice z logotipom in jih prosili, naj si nanje pripnejo še priponke. Na to naj pomislijo predvsem takrat, ko se bodo gibali znotraj ciljne skupine.

Člani ciljne populacije so videli plakate z logotipom, a niso vedeli, kaj pomenijo. Ko so videli VPM-je, ki so nosili logotipe, so jih vprašali, za kaj gre. Logotipi niso imeli nobenega drugega pomena, razen seveda tega, da pritegnejo pozornost in s tem odprejo pot konverzaciji. VPM-je smo naučili, kako speljati vprašanja glede logotipa v pogovor o preprečevanju tveganja:

»Logotip predstavlja program, ki sem ga obiskoval. Naučil sem se veliko o zdravem seksu, aidsu in o tem, kako se varno obnašati. O vsem tem ti bom sedaj nekaj povedal...«

Logotip je pomagal k ustvarjanju več priložnosti za začetek konverzacije, povečal je zavedanje o izvajanju programa v skupnosti in pokazal, da najpopularnejši člani njihove skupnosti, VPM-ji, osebno podpirajo skrb za preprečevanje širjenja virusa HIV.

Četrto srečanje zaključite s spodbujanjem VPM-jev k nadaljnjemu izvajanju konverzacij in zahvalite se jim za njihovo sodelovanje. Primer, kaj lahko rečete VPM-jem:

»Ne pozabite, da je prav vsakdo izmed vas ključ do uspeha pri preprečevanju širjenja aidsa tukaj in zdaj. Vi ste sedaj strokovnjaki na področju širjenja sporočil o varnejšem seksu vašim prijateljem. Imate moč, da dosežete ljudi, da se dotaknete njihovih življenj.«

»Za vključitev v program ste potrebovali precej poguma. Radi bi se vam zahvalili, ker ste se vključili v program, prav tako pa vam bodo hvaležni ljudje, ki jih boste izobraževali. Vsakdo izmed vas bo veliko prispeval v boju proti aidsu.«

Za VPM-je, ki so uspešno opravili izobraževanje, lahko pripravite kratko slovesnost. Če slovesnost načrtujete, ali pa tudi ne, je pomembno, da VPM-jem poveste, da so uspešno zaključili izobraževanje in se jim hkrati zahvalite za sodelovanje pri skrbi za skupnost.

➔ NA STRANI 117 SI OGLEDJTE PRIMER SPRIČEVALA O USPEŠNEM ZAKLJUČKU IZOBRAŽEVANJA.

VZDRŽEVANJE: VZDRŽEVANJE NASTALIH VEDENJSKIH SPREMOMB V VAŠI SKUPNOSTI

BISTVENI DEL POGlavJA O VZDRŽEVANJU GOVORI O:

podpori in kreptvi novih skupin VPM-jev, ki skrbijo, da se raba kondoma smatra za privzeto normo v skupnosti.

Razni programi VPM, ki smo jih izvajali med različnimi populacijami (MZM, ženske v stanovanjskih soseskah, mladostniki), so pokazale, da prva skupina VPM-jev v skupnosti uspešno razširi sporočila o varnejšem seksu. **Vendar pa ena skupina VPM-jev ni dovolj.** Pridobivati je treba vedno nove skupine VPM-jev in jih izšolati za širjenje preventivnih sporočil o virusu HIV, kjer je treba znanje ciljne populacije malo osvežiti.

1. Pridobivanje novih valov skupin VPM

Dobro se zavedamo dejstva, da se družbenih norm ne spreminja hitro. V primeru rabe kondoma kot sprejete družbene norme bo torej potrebnih veliko konverzacij in veliko posameznikov bo moralo tudi osebno privzeti in zagovarjati rabo kondoma.

Program VPM uporablja to idejo pri upočasnjevanju in ustavitvi širjenja virusa HIV v skupnosti. Prav zaradi tega VPM-je, ki zaključujejo izobraževanje, prosimo, naj pripeljejo ostale VPM-je in svoje prijatelje na prihodnji sklop srečanj VPM. Ti VPM-ji se bodo nato pogovarjali s svojimi prijatelji in znanci, ki se bodo tudi pogovarjali s svojimi prijatelji in znanci in to bo pripeljalo do tega, da bo sporočilo doseglo celotno ali pa vsaj skoraj celotno ciljno populacijo.

Ponavadi je za VPM-je potrebno pridobiti 15% celotne populacije. To je zadosten odstotek za zadostno število konverzacij, ki uspešno pripeljejo do oblikovanja novih norm v skupnosti. Tukaj pa ne smemo pozabiti na velikost ciljne populacije. Če ima leta 300 članov, potem boste potrebovali najmanj 45 VPM-jev; če pa ima populacija 3.000 članov, pa 450.

Ta pristop pa ima določene omejitve, kajti ljudje ponavadi na srečanja povabijo sebi podobne, kar pomeni ljudi iz iste socialne mreže. To pa lahko privede do tega, da določenih socialnih mrež znotraj ciljne populacije ne doseže zadostno število preventivnih sporočil. Na to moramo biti pozorni in se truditi zajeti celotno strukturo populacije. Vaši uslužbenci in prostovoljci naj budno spremljajo dogajanje in skrbijo za pridobivanje VPM-jev iz socialnih mrež znotraj vaše ciljne populacije, ki niso dovolj dobro zastopane.

ČE POTREBUJETE DODATNE VPM-JE, POMISLITE NA METODE, KI STE JIH UPORABLJALI, KO STE PRIDOBIVALI PRVOTNO SKUPINO:

- **Z opazovanjem ugotovite, ali je vsaj 15% vsake socialne mreže zajetih med VPM-je.**
- **Povabite k sodelovanju ljudi, za katere ste ugotovili, da so VPM-ji.**
- **Iščite nove socialne mreže.** Le-te se pogosto razvijajo. Včasih nekatere od njih niso dobro opazne in jih je pri začetku izvajanja programa lahko zgrešiti. Poskrbite, da so VPM-ji iz novih socialnih mrež povabljeni k sodelovanju.

- **Povabite k sodelovanju ljudi, ki želijo sodelovati.** Ko se program VPM nekaj časa že odvija v skupnosti, postaja vedno bolj viden. Letaki, brošure in obvestila o srečanjih kaj hitro pridobijo pozornost skupnosti. Ljudje vas bodo spraševali, ali se lahko pridružijo izobraževanju.
- **Oznanite, da zbirate VPM-je.** To lahko storite s plakati, letaki in z ostalimi sredstvi, ki vam bodo pomagala doseči želeni del ciljne populacije.

VPM-ji naj nosijo logotipe, ki bodo pomagali k ustvarjanju imena in identitete njihove skupine. Logotipe imajo lahko na majicah, kapah...To bo pomagalo tudi k doseganju določenih socialnih mrež. Hkrati pa se s tem krepi tudi osebna vpletenost posameznika, kajti ne le da se pogovarjajo s posamezniki, tudi navzven (npr. majice z logotipi) se kažejo kot »vpleteni«.

Za to, da bo raba kondoma postala privzeta norma v ciljni populaciji, bodo morali biti ljudje udeleženi v konverzacijah z različnimi ljudmi. Pomembno je, da se konverzacije odvijajo naprej.

Nekaj idej, kako nadaljevati konverzacije VPM

Teme, ki jih lahko med pogovorom razvijamo:

- filmi, ki so pravkar izšli;
- zveze (ki so se pravkar začele, končale in kako se spreminjajo);
- nove izdaje;
- rezultati raziskav;
- nove vrste kondomov ipd.;
- spremembe znotraj socialnih mrež, skupnosti, območje ali države;
- odnos politikov do zakonodaje v zvezi z aidsom/virusom HIV;
- nove storitve, namenjene HIV-pozitivnim;
- lokalni interesi;
- skupine za pomoč HIV-pozitivnim in HIV-negativnim posameznikom;
- in še in še...

Pridobivanje in izobraževanje vedno novih skupin VPM-jev nam omogoča zadostno število konverzacij. VPM-ji imajo takoj po zaključenem izobraževanju zelo veliko konverzacij, potem pa se stvari malo umirijo. (Ponovna srečanja za VPM-je organiziramo tudi zato, da jih navdušimo za nadaljnje izvajanje konverzacij. Pomembno je tudi, da jim nudimo pozitivne povratne informacije in da skupaj sproti rešujemo težave.)

Ko se VPM-jem pridruži naslednja skupina VPM-jev, konverzacije ponovno dosego ciljne socialne mreže.

Nekateri VPM-ji ne bodo imeli nikakršnih težav z nadaljevanjem konverzacij, ko bodo začele delovati že nove VPM skupine. Nekateri posamezniki pa bodo potrebovali nove vire za izvajanje konverzacij. Na ponovnih VPM srečanjih lahko govorite o tem, kako na nov način načenjati že znano tematiko, ali pa o novih temah za konverzacije.

**SPOŠTUJ se
ZAŠČITI se**

Pridruži se VPM!
Naslednje srečanje:

Tistim, ki se ponovnih srečanj ne morejo udeležiti, pa lahko pošljete pisma, letake ali elektronsko pošto, v katerih so predstavljene nove teme. Poskrbite, da bodo plakati, letaki in brošure na voljo, kjer se zbirajo člani ciljnih populacij. Pri oblikovanju novih sporočil vam lahko pomagajo nove skupine VPM-jev.

2. Ponovno srečanje

Ponovna srečanja po končanem izobraževanju VPM so zelo pomembna, kajti VPM-jem dajo možnost, da se pogovarjajo o novih temah za konverzacije. Hkrati so tudi odlična priložnost, da VPM-je spomnimo, za kaj se trudijo in kako pomemben je njihov trud. Ponovna srečanja med drugim omogočajo VPM-jem iz različnih skupin, da se med seboj spoznajo in pa seveda VPM-jem iz istih skupin, da se ponovno srečajo. To krepi občutek za skupnost in skupni trud. VPM-ji na teh srečanjih dobijo pozitivne povratne informacije. Poznajo jih po širjenju konverzacij. Med seboj si VPM-ji lahko delijo različne tehnike izvajanja konverzacij in tudi svoje zgodbe o uspehu.

Ponovna srečanja so odlična priložnost za pogovor o:

- ovirah pri izvajanju konverzacij;
- novih načinih začenjanja konverzacij;
- kako se drugače lotiti konverzacij, ki niso šle po načrtu;
- pomenu izvajanja čim več konverzacij;
- zgodbah o uspehu.

Na ponovna srečanja povabite VPM-je iz vseh skupin in vodilne osebe iz skupnosti. Pogovorite se o vzdrževanju programa VPM. Ostanite v stiku z VPM-ji, ki ne morejo priti na ponovna srečanja.

Morda boste želeli narediti nove plakate, priponke, ali pa ostale znake, ki vzbujajo pozornost in vodijo v začetek konverzacij. Pri ustvarjanju le-teh naj vam pomagajo nove skupine VPM-jev. Njihova vključenost bo prispevala k temu, da se sliši glas skupnosti, in da sporočila ostajajo ustrezna.

3. Doseganje novih populacij

Opazujte svojo ciljno populacijo in se prepričajte, ali ste preko konverzacij VPM res dosegli vse socialne mreže znotraj nje. Socialne mreže, potrebe skupnosti in socialne norme se s časom spreminjajo. Včasih se znotraj skupnosti ustvarijo nove socialne mreže. Včasih se ljudje premikajo znotraj mrež ali pa v nove mreže. Zatorej morate biti med izvajanjem programa na to zelo pozorni. Če ste imeli priložnost projekt izvajati skupaj s še kakšno nevladno organizacijo (NVO), jih bo vaš uspeh gotovo zanimal. VPM-ji obstajajo v vsaki skupnosti, so nekaj popolnoma naravnega. Zatorej se VPM projekt da prilagoditi katerikoli populaciji. VPM model najbolje deluje, ko ga uporabljamo pri populacijah, ki so aktivne znotraj omejene geografske enote (na primer: šola, stanovanjski blok, zapor, klub, bar ali podobne socialne strukture znotraj skupnosti).

POPULACIJE, NA KATERIH SO MODEL VPM ŽE PREIZKUSILI, VKLJUČUJEJO:

- učence/štolente v šolah/univerzah;
- ženske, živeče v stanovanjskih blokiih;
- duševno bolne ljudi v ustanovah;
- bolnike/predstavnike centrov za zdravljenje odvisnosti;
- delavske in študentske domove;
- moške, ki imajo spolne odnose z moškimi, v barih;
- moške, ki imajo spolne odnose z moškimi, v parkih;
- prostitutke;
- zapornike;
- ostale.

Povejte svojo zgodbo o uspehu tudi drugim. Najboljši način za ohranjanje VPM programa pri življenju je, da tako VPM-ji kot tudi NVO verjamejo v to, da lahko ustvarijo spremembe.

VPM model vodi k zmanjšanju tveganega obnašanja med posamezniki – k zmanjšanju tveganja za okužbo z virusom HIV. Vi osebno lahko ogromno prispevate k dobrobiti vaše skupnosti.

**VERJEMITE VASE IN V
UČINKOVITOST TE
METODE.**

**Prav vi lahko pomagate
rešiti življenja vaših
prijateljev in znancev**

OVREDNOTENJE: DOLOČANJE UČINKOVITOSTI IZVAJANJA PROGRAMA

1. Kaj je ovrednotenje in zakaj se z njim ukvarjati?

Ovrednotenje je proces, s katerim določimo, kako uspešen oziroma uporaben je bil izvajani program. Ovrednotenje nam pomaga opisati razsežnosti problema. Ovrednotenje obnašanj v skupnosti, socialnih norm varnejšega seksa, rezultati testiranj na virus HIV in na spolno prenosljive bolezni nam lahko pomagajo k pridobivanju podpore za izvajanje preventivnih programov za preprečevanje širjenja okužb z virusom HIV.

Naše zaznavanje učinkovitosti programa temelji na tem, kaj nam je všeč, kako udobno so se počutili udeleženci programa, kako zadovoljni so bili in tudi na ostalih dejstvih. Drugi razlog za ovrednotenje projekta pa je, da dobimo potrditev, da je program, ki ga imamo za učinkovitega, tudi v resnici učinkovit.

Ovrednotenje programa med drugim dokumentira spremembe in obnašanja v skupnosti, to pa so pomembni podatki, ki nam služijo pri prepričevanju drugih o učinkovitosti programa. Na primer takrat, ko poskušamo pridobiti ali še naprej dobivati finančno podporo za svoj preventivni program.

POZNAMO TRI TIPE OVREDNOTENJA:

Procesno ovrednotenje

Ovrednotenje rezultata (učinka)

Ekonomsko ovrednotenje (analiza stroškov)

Procesno ovrednotenje

Procesno ovrednotenje nam pove, kako je napredovalo izvajanje programa.

Zberite informacije za nekatere (ali pa za vse) od naslednjih točk:

- Katere posameznike je program dosegel – katere je zgrešil, so se ljudje zavedali programa? Ali ste izpeljali kakršnokoli medijsko kampanjo?
- Katere so značilnosti skupnosti? Ali so te značilnosti vidne tudi pri ciljni populaciji?
- Ste pri izvajanju programa sodelovali z drugimi agencijami?
- Na kakšen način ste prepoznavali in pridobivali VPM-je?
- Kako ste izpeljali izobraževanje? Kdo ga je izvajal?
- Kakšne so bile glavne značilnosti programa? Kakšna je bila ciljna populacija? Koliko posameznikov ste pridobili za sodelovanje? Koliko jih je ostalo v programu? Kolikšno število konverzacij je potekalo in kje so se odvijale? Koliko zaporednih skupin (valov) VPM-jev ste izobrazili? Koliko posameznikov je sodelovalo v naslednjih valovih programa? Kdo so bili skrbniki?
- Kaj ste storili za vzdrževanje programa? Koliko časa je trajal?
- Kako ste poskrbeli za kakovost in natančnost prenosa programa?
- Na kakšen način ste spremenili vsebino ali prenos programa? Ste morali program prilagoditi vaši ciljni populaciji? Na kakšen način ste to storili?
- Koliko vas je izvajanje programa stalo?

Procesno ovrednotenje pomaga agencijam pri izpopolnjevanju nadaljnjih programov, nudi natančne informacije tistim, ki si želijo izvajati programe, pomaga pri pisanju poročil za pridobivanje sredstev, preskrbi nas z zgodovino uspešnega dela na področju izvajanja programov in pomaga pri pridobivanju sredstev za prihodnje programe.

➔ NA STRANI 119 SI OGLEJTE PRIMER PROCESNEGA OVREDNOTENJA.

Ovrednotenje rezultata (učinka)

Ovrednotenje rezultata (učinka) nam pove, kaj smo z izvajanjem programa dosegli. Zbiranje podatkov o uspešnosti in učinkovitosti je pomembno, kajti pridobljeni podatki govorijo o uspehu programa pri zmanjševanju visokega tveganja za okužbo z virusom HIV. Če zbrani podatki pokažejo upadanje tveganega vedenja za okužbo z virusom HIV, potem bodo odigrali ključno vlogo pri zbiranju sredstev za vzdrževanje projekta, oziroma za financiranje podobnih programov v drugih ciljnih populacijah.

POGOSTO OPAZOVANE SPREMENLJIVKE PRI OVREDNOTENJU UKREPOV ZA PREPREČEVANJE ŠIRJENJA VIRUSA HIV:

- znanje o tveganem vedenju za okužbo z virusom HIV;
- nameni za preprečevanje tveganja za okužbo z virusom HIV;
- varnejše spolne norme;
- verjeti v to, da lahko zmanjšate tveganje za okužbo z virusom HIV (samoučinkovitost);
- ovire pri rabi kondoma;
- število spolnih partnerjev;
- spolno vedenje – pogostost zaščitenih in nezaščitenih spolnih odnosov.

Pri ovrednotenju rezultata (učinka) pogosto preverjamo spremenljivke pred izvajanjem programa (predtest). Nato program izvedemo. Po končanem programu zopet zberemo podatke (potest). Podatke lahko pridobivamo z intervjuvanjem posameznikov. Vprašalnike lahko naredimo sami – tako porabimo manj časa in denarja.

Ekonomsko ovrednotenje

Analiza stroškov določi, koliko je izvajanje programa stalo in nam hkrati pove, ali je bil cenovno učinkovit.

POGOSTO OPAZOVANE SPEMENLJIVKE PRI EKONOMSKEM OVREDNOTENJU:

- plače in ugodnosti vaših nabiralcev privržencev, skrbnikov in podporne ekipe;
- spodbude, ki opogumijo VPM-je za sodelovanje (na primer: denar, hrana, potrdila, plačan prevoz, ipd.);
- cena najemnine za prostore, v katerih smo izvajali izobraževanja, hrana in pijača med srečanji;
- stroški tiskanja in poštnih storitev;
- ostali stroški (sem spadajo tudi stroški prevoza osebja, pisarniški stroški, cene gradiva za izobraževanje).

2. Ali VPM program v moji skupnosti deluje?

VPM program se je izkazal kot učinkovit in poceni program za preprečevanje širjenja virusa HIV v mnogih skupnostih. Najpomembneje pa je, da mora biti učinkovit v vaši skupnosti.

KAKO UGOTOVITI, ČE VPM DELUJE V VAŠEM OKOLJU?

Ni vedno lahko ugotoviti, ali vaš program dosega zelene rezultate. To dejstvo še posebej drži, kadar se program uslužbencem in sodelujočim »zdi učinkovit«. Na podlagi preteklih izkušenj smo naredili spisek dejstev, na katera morate biti pozorni med izvajanjem programa VPM:

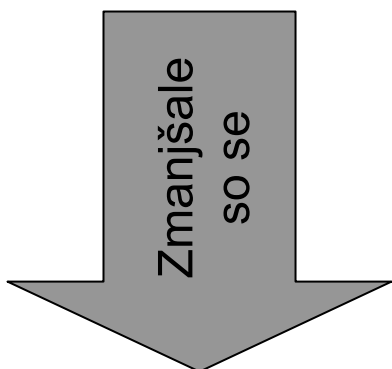
- **Ali so vaši uslužbenci s srcem in dušo v programu?** Ali verjamejo v to, da bodo s svojim delom vplivali na nadaljnji razvoj epidemije? Ali verjamejo v uspešnost VPM-ja in v to, da pomaga zmanjševati tvegano vedenje za okužbo z virusom HIV?
- **So vodilni v skupnosti sprejeli program?** So vam pripravljene pomagati pri iskanju/izbiri prostorov, pijači in prigrizkih, drobnih spodbudah ali pa vam pomagajo pri pridobivanju ostalih vodilnih v skupnosti in VPM-jev?
- **Ali lahko dosežete člane vaše ciljne populacije?** Jih boste uspeli prepričati, kako pomembna je njihova osebna vpletenost? Vam je uspelo za VPM-je pridobiti 15% celotne ciljne populacije?
- **Ali vaši skrbniki dovolj vedo o modelu VPM?** Ali nimajo težav pri izvajanju in komentiranju iger vlog? Jim je uspelo VPM-je sprostiti do tolikšne mere, da se med izvajanjem konverzacij počutijo udobno?
- **Ali VPM-ji izvajajo konverzacije za zmanjševanje tveganja znotraj svoje populacije?** Kdaj, kje in kako pogosto se konverzacije odvijajo? Ali spremljate vsebino in način podajanja sporočil? Ali ciljna populacija dobro sprejema konverzacije?
- **Ali VPM-ji pridobivajo nove VPM-je, ki bodo nadaljevali program?** Ali organizirate ponovna srečanja, na katerih se pogovarjate o konverzacijah, rešujete nastale težave z začenjanjem in nadaljevanjem konverzacij?
- **Ste ovrednotenje načrtovali, preden ste začeli izvajati intervencijo?** Ali kdo zapisuje, kako intervencija napreduje? Se posvetujete s svojim svetovalcem, kadar je le-to potrebno?

Če lahko na zastavljena vprašanja odgovorite pritrdilno, potem bo VPM najbrž deloval v vašem okolju. Če imate težave s katerikoli vidikom izvajanja programa ali pa s procesom ovrednotenja, se o njih pogovorite z vašim svetovalcem.

Če uporabljate ovrednotenje učinka (predtest in potest), da bi pokazali, da VPM v vaši skupnosti deluje, potem se naslednje spremembe v vaši skupnosti razumejo kot pozitiven rezultat:



- pozitiven odnos do rabe kondoma;
- raba kondomov;
- pogajanja s partnerji pred spolnim odnosom;
- zavračanje predlogov za spolne odnose, ki niso varni;
- dojemanje varnejšega seksa kot norme v skupnosti;
- zmanjšanje tveganega obnašanja za okužbo z virusom HIV kot cilj;
- manjše tveganje na področju spolnega obnašanja;
- zaznana samoučinkovitost za zmanjševanje tveganja;
- pogostost in delež zaščitenih spolnih odnosov.



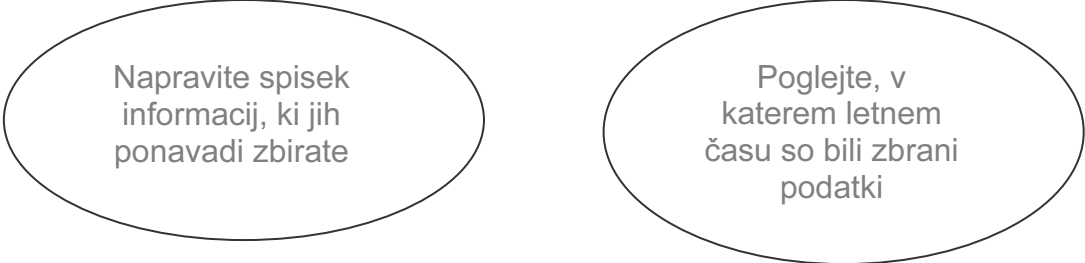
- ovire za rabo kondomov;
- pogostost in delež nezaščitenih spolnih odnosov;
- visoko tvegano spolno vedenje.

➔ NA STRANEH 121 – 124 SI POGLEJTE, KAKO ODSTRANITI TEHNIČNE MOTNJE PRI IZVAJANJU PROGRAMA.

3. Odločanje o načrtu ovrednotenja

Vaša nevladna organizacija morda že zbira podatke za vaše nacionalne ali lokalne zdravstvene agencije.

TE INFORMACIJE UPORABITE:



Napravite spisek informacij, ki jih ponavadi zbirate

Poglejte, v katerem letnem času so bili zbrani podatki

ZA POMOČ PRI ODLOČANJU, KATERE DODATNE INFORMACIJE MORATE ZBRATI MED IZVAJANJEM INTERVENCIJE.

Pomembno je, da o procesu ovrednotenja razmišljate še pred začetkom intervencije, kajti nekatere podatke se da zbirati samo v določenem času. Morda se boste o vašem načrtu ovrednotenja želeli pogovoriti z vašim svetovalcem.

4. Kako lahko izboljšam program VPM?

Ovrednotenje nam pomaga ugotoviti, kaj deluje in kaj ne deluje. Zbrane informacije kar najbolje uporabite za izboljševanje prihodnjih skupin VPM (ali pa za naslednjo populacijo, s katero nameravate delati).

Ena od najpogostejših težav pri izvajanju programa VPM je, da je število VPM-jev premajhno, da bi vplivalo na družbene norme znotraj skupine. Zapomnite si, da je treba za VPM-je pridobiti vsaj 15% celotne ciljne populacije. Če ima torej naša ciljna populacija 100 članov, potrebujemo 15 VPM-jev; če pa ima ciljna populacija 1.000 članov, potem potrebujemo 150 VPM-jev.

Sprotno vrednotenje – spremljanje števila VPM-jev, prepoznavanja, pridobivanja in ohranjanje sodelovanja – vam bo v veliko pomoč. V pomoč vam bo tudi spremljanje števila konverzij in njihove vsebine, a tudi podatki, s kom in kje so se VPM-ji pogovarjali.

Izvajanje programa pomeni storiti kar največ z danimi sredstvi. Svojo skupnost poznate. Prilagodite informacije, predstavljene v izobraževalnih skupinah, vaši publiki. Poskrbite, da bo program zabaven in zanimiv za vse sodelujoče. Za to uporabite svoje znanje o skupnosti. VPM-ji naj vam pomagajo pri izdelovanju raznih materialov, pri pridobivanju novih valov VPM-jev in pri načrtovanju ponovnih srečanj. Čim večja vpletenost skupnosti je ključna za rast in življenje programa.

VIRI

Gradiva, ki jih je izdal Inštitut za varovanje zdravja RS
Brošura »Pomisli preden se ljubiš! Ohrani svoje in partnerjevo zdravje!«
Brošura »Z«
Knjižica »Pogovarjajmo se o... AIDS«
Videokaseta »Pogovarjajmo se o spolnosti«
Videokaseta »AIDS«

Spletne strani
www.sigov.si/ivz/
www.tosemjaz.net
www.med.over.net

SLOVARČEK IZRAZOV

A

AIDS: Acquired Immune Deficiency Syndrome; sindrom pridobljene imunske pomanjkljivosti.

C

CILJ: doseči želeno vedenje. Doseči cilj pomeni dobiti želene rezultate. V tem primeru so cilji povečati število konverzacij za preprečevanje tveganja, varnejši seks kot privzeta norma v skupnosti in vedno manj okužb z virusom HIV.

CILJNA POPULACIJA:

skupina ljudi, v kateri ste se odločili izvajati program; kjer poskušate zmanjšati tvegano vedenje za okužbo z virusom HIV. Primeri ciljnih populacij: geji in biseksualci, ženske, najstniki, narkomani.

H

HIV: Human Immunodeficiency Virus; virus človeške imunske pomanjkljivosti. To je bolezen, ki prizadene človekov imunski sistem (sistem, ki se bojuje z boleznimi) in s tem omogoči dostop drugim boleznim. Za HIV zdravila ni. Zato je pomembno, da preprečimo prenos bolezni z okuženega posameznika na zdravega posameznika.

HIV-testiranje:

test, ki pokaže prisotnost HIV protiteles; posredna potrditev prisotnosti virusa HIV v telesu.

HIV-pozitivna oseba (HIV+):

HIV je prisoten v telesu in se lahko prenese na druge. Oseba, okužena z virusom imunske pomanjkljivosti, je HIV-pozitivna. Oseba, ki ni okužena s tem virusom, pa je HIV- negativna.

HIV-pozitivna (HIV+) asimptomatska oseba:

HIV je v telesu prisoten in se lahko prenaša, vendar pa okužena oseba nima nobene nenavadne bolezni.

HIV-pozitivna (HIV+) simptomatska oseba:

HIV je v telesu prisoten in se lahko prenaša. Okužena oseba postaja vedno bolj bolna, kajti virus se množi in prizadeva razne organe.

I

IGRA VLOG:

»igranje« situacij zato, da bi potem to lahko storili v dejanskem življenju – pridobivanje določenih veščin. VPM-ji na ta način vadijo učinkovito konverzacijo o preprečevanju širjenja virusa HIV (seveda od skrbnikov skupin in ostalih VPM-jev dobijo tudi pozitivne povratne informacije), zato da bodo, ko bo šlo zares, zveneli bolj naravno in bodo s tem tudi bolj učinkoviti.

M

MNENJSKI VODJA (MV):

glej vodja popularnega mnenja (VPM).

N

NESEBIČNOST:

požrtvovalnost, biti pripravljen pomagati drugim.

NORME:

SEKSUALNE NORME:

kar je sprejeto kot normalno v spolni situaciji. Če je npr. varnejši seks sprejeta norma v skupnosti, bo raba kondoma nekaj normalnega, norma.

SOCIALNE NORME:

nenapisana pravila vedenja, ki jih je sprejela večina članov skupnosti. Socialne norme določajo, kaj je v skupnosti »prav« in kaj ni. V nekaterih deželah npr. ob smrti bližnjega svojci nosijo bela oblačila, drugod pa se žalujoči odenejo v črno.

PRIDOBIVANJE:

prepričati posameznika, da se vključi v program. V primeru VPM-ja gre za prepričevanje posameznikov, da bi se bili pripravljene izučiti za izvajanje konverzacij za zmanjševanje tveganja znotraj svoje skupnosti.

O

OSEBNO ZAVZEMANJE (ODOBRAVANJE):

posameznik pokaže, da je prepričan o pomenu obnašanja ali v nekaj; dokaz. Na primer: VPM reče, da se mu/ji zdi, da je raba kondoma med spolnim odnosom zelo pomembna, kajti s tem se spolna partnerja zaščitita pred okužbo s HIV in ostalimi boleznimi.

P

PONOVNA SREČANJA:

srečanje VPM-jev po že zaključenem izobraževanju. Namen teh srečanj je okrepiti udeležnost VPM-jev v programu in jim omogočiti pogovore z ostalimi VPM-ji. Ta srečanja pomagajo pri odpravljanju preprek pri konverzacijah in VPM-ji si med seboj lahko delijo svoje zgodbe o uspehu. Hkrati pa ta srečanja služijo tudi temu, da informacije in sporočila ostajajo večno sveža.

POZITIVNA OJAČITEV:

spodbujanje VPM-jev pri igri vlog in trudu za spremembo obnašanja. Zahvalite se VPM-jem za njihov trud in pohvalite njihove korake k pozitivnim vedenjskim spremembam.

POZITIVNE POVRATNE INFORMACIJE:

»feedback«; povedati osebi, kako se je odrezala pri igri vlog ali pri kaki drugi vaji. Pomembno je, da so povratne informacije kar najbolj pozitivne, saj se potem VPM-ji dobro počutijo in se bodo v prihodnje še bolj potrudili.

PRODAJALEC/KA TELESA:

oseba, ki se preživlja z nudenjem spolnih uslug v zameno za denar. To lahko počne tudi za druge dobrine, kot na primer: droge, hrana, zatočišče, zaščita.

S

SKRBNIK:

skrbnik skupine – oseba, ki pomaga skupini, ko se pogovarjajo in analizirajo neko določeno temo. Skrbnik skupino preskrbi z informacijami, hkrati pa spodbuja njihove odzive in analizo. To je oseba, ki vodi ljudi, ki bodo poučevali model VPM (v šoli je to mentor).

SKUPNOST:

kar je sestavljeno iz več ljudi, ki jih družijo, povezujejo skupne lastnosti, potrebe, cilji in skupaj tvorijo celoto; ponavadi živijo na določenem območju (npr. soseska)

SOCIALNA MREŽA:

skupina ljudi, ki skupaj preživlja čas, jo zanimajo enake stvari; ponavadi prijatelji, dobri znanci.

SPOLNO PRENOSLJIVE BOLEZNI (SPB):

bakterija, virus ali parazit, ki se med spolnim odnosom prenese iz enega partnerja na drugega. Bolezenski znaki so si med seboj različni – npr. boleče uriniranje, vnetja, izpuščaji, izcedki, slepota, sterilnost in pri nekaterih okužbah celo smrt.

SPREMEMBE VEDENJA:

spremembe, ki vodijo k vedenju, pri katerem je tveganje za okužbo z virusom HIV manjše; npr. raba kondoma iz lateksa med spolnim odnosom.

T

TVEGANO VEDENJE:

spolno vedenje ali pa vedenje, povezano z rabo drog, pri katerem nekdo tvega, da se bo okužil z virusom HIV ali pa s katero drugo spolno prenosljivo boleznijo.

V

VAL: vsaka naslednja skupina VPM-jev. Nove skupine VPM-jev identificirajo, pridobivajo in izobražujejo, dokler ni 15% celotne ciljne populacije izurjenih VPM-jev.

VARNEJŠI SEKS:

katerakoli oblika spolnosti, pri kateri partnerja nista izpostavljena partnerjevi semenski tekočini, vaginalni tekočini ali krvi. Ta izraz lahko uporabljamo za spolni odnos, pri katerem se uporabi kondom iz lateksa, torej za odnos, pri katerem ne pride do izmenjave telesnih tekočin (semenska tekočina, vaginalna tekočina, kri) med partnerjema.

VISOKO TVEGANA DEJAVNOST:

katerakoli dejavnost, pri kateri so ljudje izpostavljeni okužbi z virusom HIV in aidsom ter ostalimi spolno prenosljivimi boleznimi.

VODJA POPULARNEGA MNENJA (VPM):

oseba, ki jo imajo ostali za zanesljiv vir informacij za določeno temo; znana tudi kot mnenjski vodja (MV). VPM-ji imajo v skupnosti pomembno vlogo, saj ostali posnemajo njihovo vedenje in vrednote.

VRATAR:

oseba, ki zelo dobro pozna svojo skupnost in je vpletena v njeno korist. Podpora vratarjev lahko pomaga zagotoviti uspeh vašega izobraževanja in preventivnega programa (v šoli so to lahko učitelji, razredniki, učenci, hišnik, ipd).

Z

ZAUPNOST:

značilnost zaupnega je, da tistega, kar nam je zaupano, ne posredujemo naprej, ker se ostalih to ne tiče.

ZGLED(OVANJE):

»modeling«; pokazati, kako se nekaj stori na pravilen način. Pri VMP-ju skrbniki pokažejo, kako imeti učinkovito konverzacijo za zmanjševanje tveganja. VPM-ji nato te tehnike uporabljajo v skupnosti.

ZMANJŠEVANJE TVEGANJA:

spremembe v obnašanju posameznika, ki vodijo k zmanjševanju tveganja za okužbo z virusom HIV ali pa s katero drugo spolno prenosljivo boleznijo.

Glej v tekstu stran: 15

PRIMER OCENJEVANJA POTREB V SKUPNOSTI – VODILNI V SKUPNOSTI

Ali obstajajo programi za preprečevanje širjenja virusa HIV, ki zadostujejo potrebam (ciljne populacije)?

Da. Ne. Ne vem.

Če da: Ali te programe izvaja več kot ena agencija?

Da. Ne. Ne vem.

Če več kot ena agencija: Ali delajo agencije pri katerem od teh programov skupaj?

Da. Ne. Ne vem.

Ali so ti programi zadostni za zadovoljevanje preventivnih potreb (ciljne populacije)?

Da. Ne. Ne vem.

Če ne: Zakaj ne? _____

So ti programi z lahkoto dostopni (ciljni populaciji)?

Da. Ne. Ne vem.

Ali te programe pogosto obiskujejo člani (ciljne populacije)?

Da. Ne. Ne vem.

Ali člani (ciljne populacije) delajo na tem programu?

Da. Ne. Ne vem.

So odzivi skupnosti na te programe pozitivni?

Da. Ne. Ne vem.

Če ne: Zakaj ne? _____

Katere vrste storitev in virov so trenutno potrebne za to populacijo?

Glej v tekstu stran: 15

PRIMER OCENJEVANJA POTREB V SKUPNOSTI – POSREDNIKI STORITEV

Ste že kdaj delali s to populacijo?

Da. Ne. Ne vem.

Ali trenutno izvajate preventivni program za virus HIV, ki je namenjen potrebam te populacije?

Da. Ne. Ne vem.

Ali ostale agencije izvajajo preventivne programe za virus HIV, ki zadostujejo potrebam te populacije?

Da. Ne. Ne vem.

Če da: Ali te programe izvaja več kot ena agencija?

Da. Ne. Ne vem.

Če več kot ena agencija: Ali agencije na katerem od teh programov delajo skupaj?

Da. Ne. Ne vem.

Ali imate vi (ali pa katera druga agencija) med svojimi uslužbenci prostovoljce, ki so člani (ciljne populacije)? Ali delajo na preventivnih programih za virus HIV ?

Da. Ne. Ne vem.

Ali so ti programi zadostni za zadovoljevanje preventivnih potreb (ciljne populacije)?

Da. Ne. Ne vem.

Če ne: Zakaj ne? _____

So ti programi z lahkoto dostopni (ciljni populaciji)?

Da. Ne. Ne vem.

Ali te programe pogosto obiskujejo člani (ciljne populacije)?

Da. Ne. Ne vem.

So odzivi skupnosti na te programe pozitivni?

Da. Ne. Ne vem.

Če ne: Zakaj ne? _____

Če ne: Ali so na voljo sredstva za izvajanje programa znotraj te populacije?

Da. Ne. Ne vem.

Katere vrste storitev in virov so trenutno potrebne za to populacijo? _____

Glej v tekstu stran: 15

PRIMER OCENJEVANJA POTREB V SKUPNOSTI – POSREDNIKI STORITEV – NADALJEVANJE

Ali imate dostop do vratarjev te skupnosti?

Da. Ne. Ne vem.

Ali je treba vaše uslužbenke dodatno izobraziti za sodelovanje s to populacijo in njeno izobraževanje?

Da. Ne. Ne vem.

Ali imate kake pomisleke glede dela s to populacijo?

Da. Ne. Ne vem.

Če da: Napišite pomisleke: _____

Glej v tekstu stran: 15

**PRIMER OCENJEVANJA POTREB V SKUPNOSTI –
ČLANI CILJNE POPULACIJE**

Ali so vam in vašim prijateljem na voljo preventivni programi za preprečevanje širjenja virusa HIV?

Da. Ne. Ne vem.

Če da: Ali te programe izvaja več kot ena agencija?

Ali člani vaše skupnosti (ciljne populacije) delajo pri teh programih? Ali delajo pri preventivnih programih za preprečevanje širjenja virusa HIV?

Da. Ne. Ne vem.

So odzivi skupnosti na te programe pozitivni?

Da. Ne. Ne vem.

Ali so programi z lahkoto dostopni?

Da. Ne. Ne vem.

So programi dobro obiskani?

Da. Ne. Ne vem.

Ali je potrebnih še več preventivnih programov za preprečevanje širjenja virusa HIV?

Da. Ne. Ne vem.

Katere storitve potrebujete v skupnosti?

Da. Ne. Ne vem.

Ali je treba vaše uslužbence dodatno izobraziti za sodelovanje s to populacijo in njeno izobraževanje?

Da. Ne. Ne vem.

Ali imate kakšne pomisleke glede dela s to populacijo?

Da. Ne. Ne vem.

Če da: Napišite pomisleke: _____

Glej v tekstu stran: 15

IZBIRANJE CILJNE POPULACIJE

Ta delovni list vam bo pomagal pri razmišljanju o različnih ciljnih populacijah, ki si jih morda želite doseči. Prosimo, da za vsako skupino izpolnite poseben list.

O delu s katerimi ciljnimi populacijami razmišljate?

Kje so zbirališča različnih skupin znotraj skupnosti?

Koliko so stari/e, katerega spola so in kateri etnični skupini pripadajo?

Na kakšen način tvegajo za okužbo z virusom HIV? Gre tu predvsem za spolna obnašanja, ali pa za intravenozno rabo drog? Kolikšen je odstotek okuženih z virusom HIV?

Katere ciljne populacije ali socialne mreže v skupnosti niso deležne izobraževanj o virusu HIV in preventivnih ukrepov?

ZAPOMNITE SI:
Če želite zabeležiti informacije za več kot eno ciljno populacijo,
si to stran večkrat fotokopirajte.

Glej v tekstu stran: 15

IZBIRANJE CILJNE POPULACIJE (NADALJEVANJE)

Ko boste dodobra razmislili o vseh tveganih populacijah v vaši skupnosti, izberite tisto, ki ji vaša organizacija lahko kar najboljše pomaga.

O delu s katerimi skupinami, ki so deležne preventivnih programov za preprečevanje širjenja virusa HIV, razmišljate?

Ali so delu s to skupino namenjena kaka sredstva?

Da. Ne. Ne vem.

Ali obstajajo kakšne težave pri doseganju te skupine (na primer, ali poznate vodilne v skupnosti, so prisotne jezikovne težave, bo člane skupnosti težko pripraviti k sodelovanju na sestankih, ipd.)?

Da. Ne.

Ali ste s to skupino že vzpostavili odnos?

Da. Ne.

Če da: Na kakšen način ste že delali s to skupino? _____

Dobljene informacije pošljite svojemu svetovalcu.

Glej v tekstu stran: 24

PRIMER VPRAŠALNIKA ZA VRATARJE, NAMENJEN PREPOZNAVANJU MNENJSKIH VODIJ

Kako dolgo ste že član te skupnosti?

Da. Ne.

Se smatrate za osebo, ki veliko ve o tem, kaj se v skupnosti dogaja?

Da. Ne.

V čem je moč skupnosti? _____

Katere stvari je treba v skupnosti izboljšati? (Tisti, ki sprašuje, naj razloži projekt VPM in poda lastnosti mnenjskih vodij.) _____

Prosim opiši nekatere socialne mreže v skupnosti? _____

Ali poznate kakšne VPM-je iz različnih socialnih mrež?

Da. Ne.

Ali bi lahko opisali nekatere od mnenjskih vodij – ljudi, h katerim se obrnejo ostali, ko iščejo prijateljstvo, nasvet; ljudi, ki jih imajo ostali za idole? _____

Iz katerih socialnih mrež prihajajo ti mnenjski vodje? _____

Ali poznate še katere mnenjske vodje iz ostalih socialnih mrež?

Da. Ne.

Ali nam lahko poveste, kdo so tisti, ki tako kot vi zelo dobro poznajo skupnost in kaj se v njej dogaja? _____

Glej v tekstu stran: 25

PRIMER NOMINACIJSKEGA OBRAZCA

Moje nominacije za vodje popularnega mnenja (naključni vrstni red)

Moje ime _____

Ime osebe in prva črka priimka (če je znana)	Kakšna značilnost, ki nam bo pomagala prepoznati to osebo?	Kje lahko to osebo najdemo?

Glej v tekstu stran: 25

KONTROLNI SEZNAM ZA OPAZOVANJE MNENJSKIH VODIJ

	DA	NE
Ali:		
to osebo ob vstopu v prostor pozdravita dve osebi ali več?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
je ta oseba »srce in duša zabave«?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ta oseba po imenu kliče veliko število ljudi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
o tej osebi ostali govorijo s spoštovanjem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ta oseba medsebojno sodeluje z eno, izvirno socialno mrežo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ta oseba medsebojno sodeluje z več socialnimi mrežami?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali ta oseba pozdravi veliko ljudi?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali izgleda, kot da ta oseba uživa v družbi ostalih?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali izgleda, kot da se ostali člani socialnih mrež radi družijo s to osebo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali člani socialnih mrež to osebo povprašajo za mnenje?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Glej v tekstu stran: 25

PRIMER ANKETE, NAMENJENE PREPOZNAVANJU MNENJSKIH VODIJ

Navodila: Vi poznate svojo skupnost. Prosimo vas, da nam pomagate prepoznati ljudi, ki jih ostali občudujejo in spoštujejo. Ta anketa je zaupne narave. Pridobljenih informacij ne bomo delili z drugimi. Tudi vam svetujemo, da storite tako in se o tem ne pogovarjate z ostalimi. Želimo izvedeti, kdo so po vašem mnenju tisti ljudje v vaši skupnosti (ciljni populaciji), ki jim ostali zaupajo in jih imajo radi. Najprej pomislite na različne socialne skupine znotraj vaše skupnosti (ciljne populacije). Prosimo vas, da pomislite na dva posameznika/dve posameznici, ki sta znotraj svoje socialne mreže – v mislih imejte dve različni socialni mreži – vodji popularnega mnenja.

	Ime, prva črka priimka	Razpoznavni znaki	Kje lahko najdemo to osebo?
H komu greš, kadar rabiš različne nasvete?			
H komu se obrnejo tvoji prijatelji, ko potrebujejo nasvet?			
Kdo je (znotraj vaše socialne mreže) »srce in duša zabave«?			
O kom ostali govorijo s spoštovanjem?			
Komu iz vaše družbe si želijo biti ostali podobni?			
Kdo iz vaše družbe pozna tudi ljudi iz ostalih »družb«?			
Koga pozdravi mnogo ljudi, ko se pojavi v prostoru, na zabavi, ali na kakem družabnem dogodku?			
Čigavo mnenje ostali spoštujejo?			
Kdo iz vaše družbe še posebej uživa v družbi ostalih?			

Glej v tekstu stran: 26

VPRAŠANJA NAMENJENA POSAMEZNIKOM, KI SE ŽELIJO PRIDRUŽITI

Ime posameznika _____

1. Ali se ti zdi, da si popularen znotraj svoje socialne skupine?
 Da. Ne.
2. Ali se po tebi zgledujejo ostali člani tvoje socialne mreže?
 Da. Ne.
3. Ali ostali pridejo k tebi, ko potrebujejo nasvet? Da. Ne
4. Kako si slišal/a za ta program? _____
5. Si želiš o tem programu izvedeti kaj več? Da. Ne

Če da: Opiši program in na kakšen način lahko člani skupnosti (mnenjski vodje) pomagajo.

-
6. Ali vidiš sebe kot mnenjskega/o vodjo? Da. Ne
Če da: Na kakšen način? _____

7. Bi rad/a sodeloval/a pri tem programu? Da. Ne
Če da: Si pripravljen/a biti zvest/a zaupnosti in služiti kot zgled ostalim?
 Da. Ne

Glej v tekstu stran: 28

PRIMER PISMA MNENJSKIM VODJEM

Prosimo vas, da pismo prilagodite glede na potrebe vaše agencije in ciljne populacije.

Dragi prijatelj/draga prijateljica

*Zadnja dva tedna smo v (**ime zbirališča**) izpraševali ljudi po tem, kdo med njimi so tisti ljudje, ki jim ostali najbolj zaupajo in so tudi najpopularnejši. Vas so različni posamezniki izbrali za eno od ključnih in najpopularnejših oseb, ki ji najbolj zaupajo. Očitno je, da vas ljudje, ki vas poznajo, spoštujejo. (Ljudje, ki so vas izbrali, so nam zaupali vaše ime in nam pokazali, kdo ste. Po vašem priimku jih nismo spraševali zato, da bi zagotovili kar največjo stopnjo zaupnosti.)*

Ker ste popularni, vsem všeč in vodja po naravi, imate edinstveno priložnost, da lahko pomagate (dobesedno) rešiti življenja mnogih okoli sebe. To je tudi razlog, da smo stopili v stik z vami.

Začnemo preventivni program za aids, ki se mu reče Vodja popularnega mnenja. Pristop, ki ga uporabljamo je malo drugačen (in mi verjamemo, da je veliko boljši) od prej uporabljenih. Verjamemo, da je najboljši način za preprečevanje aidsa, da povabimo ključne osebe – vodje popularnega mnenja, torej ljudi, kot ste vi – k sodelovanju na nekaj neformalnih izobraževalnih srečanj o aidsu. Ker vas vaši prijatelji spoštujejo, se prav gotovo obrnejo na vas, ko potrebujejo nasvet, cenijo vaše mnenje in se morda celo poskušajo obnašati tako kot vi. Ko bi vas poučili o določenih informacijah o preprečevanju širjenja virusa HIV, bi lahko vi naprej posredovali točne, strokovne informacije in s tem morda celo rešili nekaj življenj.

Upamo, da smo v vas zanetili vsaj iskrico zanimanja. Sedaj pa bi želeli odgovoriti na nekaj vprašanj, ki nam bi jih gotovo radi zastavili.

Kdo izvaja program? (Tu napišite podatke o vaši agenciji.)

Kako izgledajo srečanja? Načrtujemo štiri srečanja. Na teh srečanjih boste izvedeli najtočnejše, najaktualnejše informacije o aidsu in o tem, kako zmanjšati tveganje; kako zmanjševanje tveganja prenesti iz teorije v prakso; kako posredovati prijateljem informacije na pozitiven (in ne pridigarski) način; in podobno. Radi bi vas povabili k udeležbi na vseh štirih srečanjih. **Srečanja bodo predvidoma potekala ob (čas) po (dolžina izobraževanja) z začetkom (datum).** Preverili bomo, ali vam to ustreza.

Kje bodo srečanja potekala in kdo bo prisoten? Z velikodušno podporo (**ime kraja, kjer se boste srečevali**) bodo srečanja potekala na tej lokaciji. Povabili smo približno (**število ljudi**) ljudi. Tudi ti ljudje so bili izbrani kot najpopularnejši. Verjetno boš mnoge izmed njih tudi poznal/a in nekateri izmed njih so najbrž tudi tvoji prijatelji. Srečanje bosta vodila dva uslužbenca naše agencije. Prisotni bodo tudi ostali uslužbenci naše agencije. Začeli bomo čez nekaj tednov.

Srečanja so v majhnem mestu in nočem biti »prepoznan/a«. Ne skrbi, ne boš. Ljudje, ki bodo prisotni na srečanju, so ljudje, ki si jih že videl/a in jih poznaš. Nihče drug ne bo vedel za srečanja in nikogar drugega ne bo tam.

Ali bo moreče? Aids velja za najbolj pereč zdravstveni problem na svetu. Prizadel je veliko število ljudi in to se bo tudi v prihodnosti nadaljevalo. To niso dobre novice. Ampak naš program je pozitiven in ni moreč. Mi želimo varnost in zdravstveno zavednost predstaviti kot zaželeni vrednoti in aids kot nekaj, kar je treba razumeti, in ne nekaj, česar se je treba bati. To pa želimo početi na pozitiven, raje kot negativen, način.

O aidsu že veliko vem. Tvoje znanje bo pomagalo k uspehu VPM-ja. Glavni cilj tega programa je, da ti uporabiš svoje znanje in postaneš strokovni vir informacij za svoje prijatelje in znance, ki morda o tej temi ne vedo dovolj.

Kaj bom dobil/a, če se bom udeležil/a programa? Le redki imajo možnost naučiti se in podajati informacije, ki lahko rešijo življenja drugih. Takšna priložnost je pred tabo in če se odločiš za sodelovanje, boš pozitivno vplival/a na svojo skupnost. Verjamemo, da se boš tudi ti, v tem programu, naučil/a veliko koristnega. Ker vemo, da so to resnični razlogi, ki ljudi pripravijo k sodelovanju, ti bomo na vsakem srečanju podarili **(majhna pozornost)**.

Kaj sledi? Z veseljem ti bomo osebno odgovorili na vsa vprašanja, ki jih imaš. Radi bi tudi izvedeli, kateri termini za srečanja bi ti odgovarjali in na kakšen način ti lahko posredujemo sporočila. Z veseljem se ti bomo predstavili in odgovorili na tvoja vprašanja. Uslužbenci in vodstvo bara nas poznajo. Naša telefonska številka je **(telefonska številka)**. Pokliči nas, če imaš vprašanja.

Hvala, ker si si vzel/a čas. Upamo, da se vidimo na srečanju.

S spoštovanjem,

(ime)

Glej v tekstu stran: 28

PRIMER OBRAZCA ZA VZPOSTAVLJANJE STIKOV

Ime VPM-ja _____

Naslov _____

Mesto _____

Pošta _____

Telefonska številka (čez dan) _____ (zvečer) _____

- Ali lahko puščamo sporočila? Da. Ne.
- Ali lahko razkrijemo identiteto programa in pustimo telefonsko številko? Da. Ne.
- Ali lahko pustimo sporočilo o času srečanja? Da. Ne.
- Ali lahko posredujemo informacije o nadaljnjih srečanjih? Da. Ne.

Ostale pomembne informacije:

Glej v tekstu stran: 28

PRIMER PISMA »ZA OSVEŽITEV SPOMINA«

Datum

Dragi/a (ime)

*Pišemo ti, da te spomnimo na prvo srečanje vodij popularnega mnenja – VPM-jev. Srečanje bo potekalo na temle naslovu (**lokacija in naslov**) ob (**ura in datum**). Če se srečanja ne moreš udeležiti, nas prosim pokliči na spodnjo telefonsko številko.*

*Veselimo se srečanja! Hvala, ker si se odločil/a postati del VPM-ja. Igral/a boš pomembno vlogo pri zmanjševanju okužb z virusom HIV v (**ime mesta**).*

S spoštovanjem

(ime)

(telefonska številka)

Glej v tekstu stran: 31

DEJAVNIKI, KI VPLIVAJO NA USPEŠNOST VPM-JA

	da	ne
Primernost modela:		
- Ali ustreza potrebam skupnosti na področju zmanjševanja tveganja?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ali je primeren model za zmanjševanje tveganja znotraj te ciljne populacije?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Doseči osebno vpletenost:		
- Ste si zagotovili osebno vpletenost znotraj skupnosti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ali so vratarji in vodilni v skupnosti pripravljeni vlagati čas in energijo, potrebno za uspeh projekta?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- So vaši uslužbenci zanesenjaški glede projekta?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Uslužbenci in viri:		
- Ali vi in vaši uslužbenci verjamete, da boste lahko z rabo tega modela pripeljali do sprememb v vedenju znotraj skupnosti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ali vam bo, s pomočjo vodilnih v skupnosti in vratarjev, uspelo prepoznati mnenjske vodje?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ali imate zadostne vire, s katerimi vam bo uspelo doseči 5 do 15% mnenjskih vodij ciljne populacije?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ali znate dobro reševati nastale težave in imate zadostne vire za izvajanje programa, dokler varnejši seks ne postane norma v skupnosti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ali ste vi in vaši uslužbenci predani dolgotrajnemu trudu?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Glej v tekstu strani: 31

AGENCIJSKE STRATEGIJE ZA POMOČ PRI OBLIKOVANJU USPEŠNEGA PREVENTIVNEGA PROGRAMA

Ime agencije _____ Mesto, država _____ Čas izvajanja programa VPM _____

Predizvedba	Čigava naloga	Čas	Zapiski
Ugotovite, kam ciljna populacija zahaja			
Pomislite na dostopnost			
Zaupnost			
Udobje in izvedljivost skupinskega izobraževanja			
Varnost			
Možno zanimanje menedžerjev			
Pridobivanje podpore skupnosti			
Ključni vodilni v skupnosti – trženje intervencije skupnosti, vključevanje ostalih preventivnih, državnih in finančnih agencij (lahko vam darujejo tudi hrano in pijačo)			
Srečanje z vratarji zbirališča in menedžerji ter pridobivanje njihove podpore projektu			
Stroški/koristi			
Skupina uslužbencev, ki nominira in predstavlja priložnostno sporočilo			
Prostor: vrsta prostorov, kako pogosto, kdo odpira/zapira, dobri dnevi za skupine			
Pijača, prigrizki – organizacija			
Prepoznavanje mnenjskih vodij			
Metode: opazovanje vseh socialnih skupin, nominacije, VPM-ji prepoznavajo nove VPM-je			
Poučevanje nominatorjev/kontaktov med procesom			
Primerjanje informacij o nominirancih			
Zagotoviti nominacije iz vseh socialnih mrež (15-20%)			

Novачenje mnenjskih vodij			
Kako se približati			
Strategije novačenja			
Zbiranje informacij za navezovanje in ohranjanje stikov			
Ime ali vzdevek, naslov, telefon			
Lahko puščamo sporočila? Vrsta in stopnja diskretnosti sporočil?			
Kontakti pred izvajanjem			
Postavitve datumov – koliko časa po izvajanju? (metode? Samo ena možnost, postavi datum in ugotovi, kdo se lahko udeleži, lahko po telefonu; drugo?)			
Korespondenca			
Klici			
Priprava gradiv za delavnice			
Gradivo, ki ga izročimo/tabele/pripomočki, vključno z materiali z logotipi			
Spisek potrebnih za vsako srečanje/prinesti potrebščine na srečanje			
Ogled prostorov (kje imeti srečanje, stoli, mize, prihajajoči val VPM-jev)			
Izobraževanje skrbnikov			
Vrline skrbnikov (skupina in z gledovanje)			
VPM program			
Preverite vse informacije (morajo biti aktualne)			
Načrt za spremljanje napredka			
Predizvedba			
Ali imate podporo skupnosti in shajališč(a)?			
Koliko ljudi boste pridobivali?			
Kolikšno je zanimanje tistih, ki jih pridobivate?			
Izvajalni materiali, ki jih imate v prostoru za izvedbo			
Lista prisotnosti			
Obrazci za izvajanje konverzacij			
Ali VPM-ji izvajajo konverzacije?			
Vzdrževanje stikov z VPM-ji med izobraževanjem			
Nadzorujte VPM konverzacije			
Urniki za nadzorovanje – število prisotnih VPM-jev, število opazovanih konverzacij, pojavljajoče se konverzacije, vidnost logotipa programa – koliko jih je in kje so nameščeni, kondomi na voljo			
Na koncu izobraževanja VPM-ji izpolnijo vprašalnik o napredku konverzacij, ki jih izvajajo			

Razmišljanje o vzdrževanju projekta med načrtovanjem			
Spremembe projekta na podlagi opazovanja in zapisov			
Ponovna srečanja, okrepitev, klici za opazovanje konverzacij, prepoznavanje in reševanje težav			
Novi valovi VPM-jev – načrti za izvajanje			
Menjave skrbnikov (»stari« skrbniki izobražujejo »nove«)			
Naslavljanje materialnih potreb agencije			
Vzdrževanje vidnosti logotipa			
Širitev na dodatne lokacije			
Širitev na dodatne populacije ali zožitev žarišča			
Spremljanje prisotnosti novih valov VPM-jev (ocenjevanje zasičenosti skupine)			
Ocenjevanje opravljenih konverzacij in dejanske vedenjske spremembe			
Potrebščine in prostor			
Preverite potrebščine za srečanje			
Čim zgodnejša organizacija			
Koliko ljudi poklicati, če je prostor zaprt/dodatne možnosti; imeti ključ			
Organizacija – priprava			
Srečanja			
Zapomni si imena in bodi prisoten/a			
Zakaj so bili nominirani – razloži sodelujočim			
Teorija in vloga VPM-ja			
Informacije			
Kasnejše skupine – zadostno število skrbnikov za majhne skupine pri igrah vlog			
Nasveti – odnos, ne igra vlog, ampak učinkovite konverzacije, udeleženci naj med seboj komunicirajo o odsotnosti – npr. na prejšnjem srečanju smo te pogrešali, za tiste, ki so manjkali, pred srečanju obnovite dogodke na prejšnjem srečanju			
Obešanje plakatov z logotipom			
Spremljanje konverzacij			
VPM-ji v ostalih VPM-jih zbujaajo zanimanje za program			

Vodja popularnega mnenja

Po srečanjih			
Pokličite tiste, ki so manjkali			
Dogovorite se za dodatno srečanje			
3. in 4. srečanje: pogovor in povratne informacije o konverzacijah, reševanje problemov			
4. srečanje: novi sodelujoči in potrebe			
Vzdrževanje			
Organizacija ponovnega srečanja			
Ostali načini ocenjevanja in reševanja problemov s klici, obiski ustanove			
Program mora ostati viden – plakati, logotipi, oznanila			
Organizacija prihodnjih srečanj/valov – isto zbirališče?			
Evalvacija?			
Ocena vedenjskih sprememb			
Ocena stroškov programa in prihodnje potrebe po podpori			
Srečajte se z VPM-ji in vodilnimi v skupnosti ter se pogovorite o vzdrževanju programa			
Možnost šolanja bivših VPM-je za vlogo skrbnikov			

Glej v tekstu stran: 40

KAKO ZMANJŠATI IN ODSTRANITI TVEGANJE ZA OKUŽBO Z VIRUSOM HIV

Koraki, potrebni za zmanjševanje tveganja za okužbo z aidsom

Ne imejte nezaščitenih analnih ali vaginalnih spolnih odnosov s partnerjem, ki bi lahko bil okužen ali pa z naključnim partnerjem.

Če imate vaginalni ali analni spolni odnos, uporabite kondom iz lateksa.

Vaše in partnerjeve telesne tekočine naj ne zaidejo v tuje telo.

Podučite in zaščitite sebe in svoje partnerje.

Ostanite na zunanji strani telesa (z dotikanjem in z nepenetracijskimi dejavnostmi).

Glej v tekstu stran: 40

KAKO OSTATI VAREN/A

Koraki, potrebni za zmanjševanje tveganja za okužbo z aidsom

V svoji glavi imej jasno začrtane meje o tem, kaj boš in česa ne boš počel/a s svojim spolnim partnerjem/ko.

Pred spolnim odnosom se s partnerjem/ko pogovori o svoji zavezanosti zdravju in varnosti.

Kondome imej vedno pri roki.

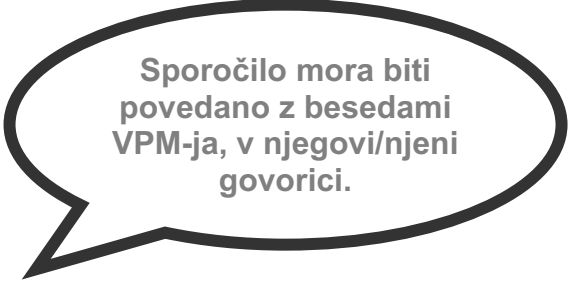
Če je tvoja presoja zamegljena zaradi drog in alkohola, preloži seks na drugič.

Uči se iz svojih napak iz preteklosti.

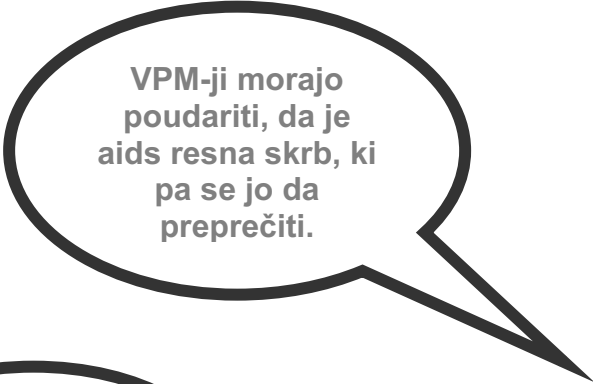
Čestitaj sebi in svojim spolnim partnerjem za varen seks.

Glej v tekstu stran: 44

SESTAVINE UČINKOVITE KONVERZACIJE



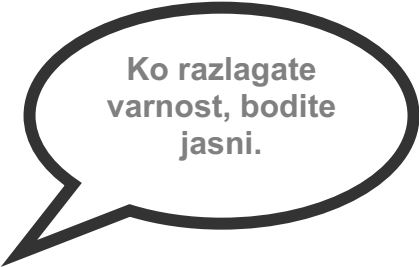
Sporočilo mora biti povedano z besedami VPM-ja, v njegovi/njeni govorici.



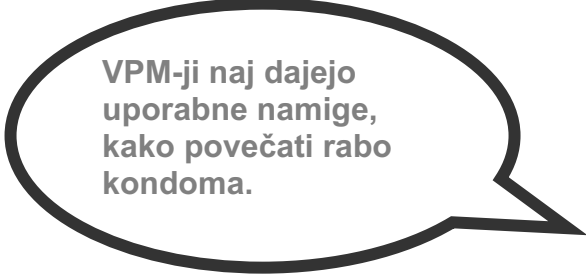
VPM-ji morajo poudariti, da je aids resna skrb, ki pa se jo da preprečiti.




Sporočila morajo biti pozitivna.



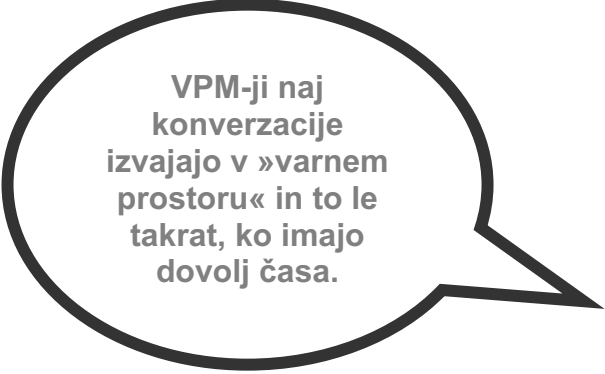
Ko razlagate varnost, bodite jasni.



VPM-ji naj dajejo uporabne namige, kako povečati rabo kondoma.



VPM-ji naj ne pridigajo, uporabljajo naj »jaz« sporočila.



VPM-ji naj konverzacije izvajajo v »varnem prostoru« in to le takrat, ko imajo dovolj časa.

Glej v tekstu stran: 44

UČINKOVITA »JAZ« SPOROČILA

Nekatera »jaz« sporočila, ki so namenjena moškim, nekatera ženskam:

Ni mi vseeno zanj/o, zato sva se pogovorila o rabi kondoma. Dokler se skupaj ne bova testirala in vedela, da si bova popolnoma zvesta, bova uporabljala kondome.

Ko se zjutraj zbudiš, ga ni boljšega občutka, kot vedeti, da si ostal/a prejšnji večer varen/a.

Predeu imam sedaj z nekom spolni odnos, se vedno pogovoriva o tem, kako pomembno je ostati varen/a.

Ko »se igram« varno, čutim, da imam večji nadzor nad svojim življenjem.

Ko sem z nekom v postelji, bom rekel/a NE, če bo želel/a seksati brez kondoma. Razložil/a bom, da nisem pripravljen/a početi stvari, ki niso varne in predlagal/a varnejše alternative. Za to sta potrebni volja in moč. Kasneje se sam/a pri sebi bolje počutim.

Vsi, ki jih poznam, se varno obnašajo. Uporabljajo kondome ali pa počnejo druge stvari – se masirajo, drgnejo.

Preveč sem spil/a, zato ne bom seksual/a. Hočem obdržati jasno glavo in biti varen/a.

Seks se da izražati na več načinov: dotikanje, masaža, crkljanje in podobno. Obstajajo tudi varne stvari. To je res super!

Nekdo, ki je varen/a, me resnično vzburja, kajti vem, da skrbi zase in zame.

Vem, da sem v preteklosti precej tvegala/a, ampak sedaj imam družino. Hočem, da moji otroci odraščajo skupaj z očetom/mamo. Pri vsakem spolnem odnosu uporabljam kondom iz lateksa.

Kondome iz lateksa imam vedno pri roki. Za vsak slučaj.

Ne bom se odpovedal/a seksu. Odpovedal/a sem se tveganju.

Glej v tekstu stran: 49

OBRAZEC ZA IZVAJANJE KONVERZACIJ

Moje ime _____

Ime	Kraj srečanja	Povzetek konverzacije
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

Glej v tekstu stran: 53

OBRAZEC ZA IZVAJANJE 10 KONVERZACIJ

Moje ime _____

Ime	Kraj srečanja	Povzetek konverzacije
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		

Število vseh izvajanih konverzacij _____

ZAKLJUČNO SPRIČEVALO

(ime in priimek)

je uspešno zaključil/a šolanje
za vodjo popularnega mnenja

(Kraj, datum)

(podpis odgovorne osebe)

(podpis organizatorja)

Glej v tekstu stran: 62

PRIMER PROCESNEGA OVREDNOTENJA

Datum pridobivanja _____ pridobival/a _____

Lokacija pridobivanja _____

Ciljna populacija tega pridobivanja _____

Število opravljenih konverzacij _____

Število posameznikov, ki so se priključili po teh konverzacijah _____

Značilnosti tega novačenja

- Starost

_____ < 21 _____ 22-29 _____ 30-39 _____ 40+

- Spol

_____ ženski _____ moški

Glej v tekstu stran: 66

ODSTRANJEVANJE TEHNIČNIH MOTENJ – KONTROLNI SEZNAM IN NASVETI

Nasveti za odstranjevanje tehničnih motenj – Kako nam gre?

Naslednja vprašanja si zastavite med izvajanjem programa. Če na katerega izmed njih odgovorite z NE, potem se nemudoma soočite s težavami in jih začnite reševati.

	da	ne
Ste prepoznali ciljno populacijo, v kateri je program nujno potreben?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ste vzpostavili stike z vratarji?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali vaši uslužbenci lahko brez zadržkov delajo s populacijo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ste prepoznali vse, ali pa vsaj večino socialnih mrež znotraj ciljne populacije?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali VPM-ji prihajajo iz vseh socialnih mrež?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali smo iz vsake socialne mreže uspeli dobiti 5 do 15% mnenjskih vodij?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se skrbniki strinjajo s filozofijo VPM?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali skrbniki poznajo gradiva za izobraževanja VPM?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali VPM-ji dovolj vadijo igre vlog in dobijo zadostno količino povratnih informacij?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali VPM-ji izvajajo konverzacije s člani ciljne populacije?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ali VPM-ji pomagajo pri pridobivanju prihodnjih valov VPM-jev?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se odvija zadostno število konverzacij za spreminjanje seksualnih norm v skupnosti?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Nadaljevanje

Nasveti za odpravljanje tehničnih težav

Spodaj so našteje pogoste situacije, v katerih se znajdejo nevladne organizacije, ko uporabljajo model VPM. Čeprav se morda vaša nevladna organizacija ne bo soočila s podobnimi težavami, pa je dobro vedeti, kaj se lahko zgodi. Še pred začetkom izvajanja projekta, skupaj s svojimi uslužbenci, poiščite rešitve za situacije, ki se zdijo težje.

Možne situacije:

- **Težave pri identifikaciji populacije, s katero bi delali**

Ste se o tem pogovorili z vašimi uslužbenci, vratarji skupnosti in ostalimi agencijami? Pogovorite se s tistimi, ki najbolje poznajo skupnost. Lahko vam bodo postregli z notranjimi informacijami in vam predlagali, s kom se pogovoriti.

Ste opravili »ocenjevanje potreb v skupnosti« (skupina, na katero se boste osredotočili, anketa in podobni načini zbiranja podatkov)? Na ta način si boste lahko pridobili podatke o virih in storitvah, ki so vaši ciljni populaciji na voljo. Če boste ugotovili, da določena populacija ni deležna nobenega preventivnega programa, potem pomislite na naslednje:

1. Ali imate dostop do dela s to skupino?
2. Ali so nekateri vaši uslužbenci člani te ciljne populacije?
3. Koliko vaši uslužbenci vedo o tej ciljni populaciji?
4. Ali imajo kakšne zadržke za delo s to populacijo?
5. Ali obstajajo sredstva za delo s to populacijo?

Se vam zdi, da bi vaša agencija sama ali pa v sodelovanju s še kako drugo agencijo lahko uspešno delala s to populacijo? O različnih možnostih se pogovorite s svojimi uslužbenci (in z uslužbenci ostalih agencij, če boste z njimi sodelovali).

- **Uslužbenci niso s srcem in dušo pri projektu**

Včasih ljudje težko sprejemajo spremembe. Morda se bolje počutijo pri delu na drugačnih projektih, za katere verjamejo, da so učinkoviti. Tudi če projekti niso učinkoviti, se lahko takšni zdijo uslužbencem, kadar so udeleženci zadovoljni.

1. Še pred začetkom izobraževanja predstavite model svojim uslužbencem.
2. Ko govorite o modelu, bodite pozitivni.
3. Razložite dobre strani modela.
4. Razložite, kako bodo prostovoljci – mnenjski vodje – pomagali k bolj učinkovitemu in lažjemu delu vaših uslužbencev v prihodnosti.
5. Vaši uslužbenci naj vam povedo, kaj mislijo o modelu.
6. Pogovorite se o tem, kako bo program vplival na čas in odgovornost vaših zaposlenih.

- **Težava pri pridobivanju mnenjskih vodij**

So vaši zaposleni s srcem in dušo pri projektu? Poglejte prejšnjo točko.

Ste svoje uslužbenke preskrbeli z zadostno količino informacij za »trženje« programa potencialnim sodelujočim? Če je potrebno, svojim uslužbencem posredujte dodatne informacije. Če še niste igrali iger vlog na temo pridobivanja VPM-jev, potem to storite. Svoje uslužbenke oskrbite s pozitivnimi in konstruktivnimi nasveti.

Ali vaši uslužbenci dosegajo potencialne mnenjske vodje? Pogovori z uslužbenci, ostalimi člani agencij, vratarji in člani ciljne populacije vam bodo pomagali do podatkov, kje in kdaj se lahko vzpostavi stik s ciljno populacijo.

Ste pomislili, kako dostopno je izobraževanje za VPM-je? Je do lokacije težko priti, je morda preveč javna (težave z zaupnostjo), morda je bil izbran napačen dan – vse to

lahko vpliva na težave pri pridobivanju. Če imate več možnosti za izvajanje izobraževanja, potem naj VPM-ji izglasujejo tisto, ki je za njih kar najugodnejša.

- **Mnenjski vodje ne obiskujejo izobraževalnih srečanj**

Ali so izobraževalna srečanja zanimiva? Zabavna? Se mnenjski vodje učijo novih stvari? Če je le mogoče, dobite povratne informacije od mnenjskih vodij, ki so izstopili iz programa. Ostale mnenjske vodje povprašajte o napredovanju skupine. Učite se iz svojih napak.

Se v času srečanj dogaja kaj takega, kar otežuje sodelovanje na srečanjih? Več dejavnikov (npr. več služb na voljo, sezonska dela, ipd.) lahko vpliva na prisotnost na srečanjih.

Ali skrbniki poznajo gradiva? Ali so vzpostavili stike z VPM-ji? Ali VPM-je sproti obveščajo o srečanjih (med srečanji)? Ali vzpostavijo stik s tistimi, ki niso prišli na srečanje? Vsa ta dejstva so zelo pomembna. Mnenjskim vodjem je treba povedati, da igrajo pomembno vlogo pri preprečevanju epidemije. Pokličite VPM-je, ki jih ni bilo na srečanje. Povejte jim, da so jih vsi pogrešali in da na njih čakajo pomembne informacije, ki jih bodo kasneje posredovali svojim prijateljem in s tem pomagali rešiti mnogo življenj.

- **Sodelujoči izvajajo konverzacije s člani družine in s prijatelji, ki pa niso del ciljne populacije**

So bila navodila jasna? Se vaši VPM-ji bojijo izvajanja konverzacij znotraj ciljne skupine in med svojimi znanci? Morda VPM-ji niso imeli dovolj možnosti za vadbo konverzacij (igra vlog). Najbolje je, da prvo konverzacijo izvajajo z nekom, ki ga/jo dobro poznajo, z osebo, ob kateri se počutijo udobno. Morali pa jih boste opozoriti, da bo potrebnih veliko konverzacij znotraj ciljne skupine, če boste želeli doseči cilj – spremembe norm v družbi.

- **Majhno število konverzacij znotraj ciljne populacije**

Ali vaši VPM-ji zbirališča pogosto in redno obiskujejo? Če se to ne dogaja, ste morda izbrali napačna zbirališča. Povprašajte VPM-je s kom in kje izvajajo konverzacije. Rešite težave in ovire, povezane z izvajanjem konverzacij.

Ali so gradiva VPM vidna v zbirališčih? Plakati, majice, kape, brošure in podobne stvari z logotipom VPM, lahko pripomorejo k izvajanju večjega števila konverzacij. Značke prikažejo VPM-je kot člane neke elitne skupine. »Kaj pomeni ta značka, ki jo nosiš? Tudi na drugem sem jo že opazil/a. Na plakatih je tudi ta sličica.«

Koliko VPM-jev je uspešno zaključilo izobraževanje in v zbirališčih izvaja konverzacije? Ugotovili smo, da majhno število VPM-jev, ki izvajajo konverzacije, povzroča občutek osamljenosti. Skupine, ki izvajajo konverzacije, so na začetku zelo velike, s časom pa se začnejo manjšati. To pa povzroči prisotnost vedno manjšega števila konverzacij. Zato je dobro, da združite »stare« skupine VPM s prihodnjimi valovi VPM-jev tako, da skupaj izvajajo konverzacije. Skupini krepita druga drugo in pojavljati se začne vedno večje število konverzacij.

- **Konverzacije se v skupnosti ne odvijajo dovolj časa, da bi pripeljale do sprememb družbenih norm**

So se »starim« VPM-jem pridružili »novi« VPM-ji? Tako »stari« VPM-ji še naprej izvajajo konverzacije, »novi« VPM-ji pa se po njih zgledujejo.

Ali ste organizirali ponovno srečanje VPM-jev? Zapomnite si, da ponovna srečanja služijo kot dodatni, skoncentrirani odmirok vseh bistvenih vidikov projekta. VPM-ji se bodo med seboj pogovarjali o svojih uspehih in ostalih stvareh. Skupaj bodo reševali težave, ki so nastale pri izvajanju konverzacij. Lahko se pogovarjajo tudi o novih temah za konverzacije. To bo prispevalo k temu, da bo program ostajal svež in primeren.

- **Težave pri pridobivanju novih valov VPM-jev**

So bila VPM-jem izobraževalna srečanja všeč? So se počutili koristno, se jim je zdelo, da so pomembni? Govorice so najboljši način pridobivanja. Ne smemo pa pozabiti, da tudi nezadovoljni to naglas izrazijo. Bodite pozorni na to, kako sodelujoči spremljajo srečanja. Nastale težave sproti odpravljajte.

Se vaši VPM-ji obračajo k ostalim članom svoje socialne mreže? Če ne, zakaj ne? Ste uspeli v celoti pokriti socialne mreže? Morda boste morali ponovno uskladiti čas za sestanke, prostore za srečanja, način izvajanja izobraževanja v skupnosti in ostale pomembne dejavnike. Velikost in število socialnih mrež sta pomembna dejavnika, ki bosta vplivala na to, koliko časa boste porabili, da boste dosegli večino članov skupnosti s sporočilom o varnejšem seksu. Poskusite ugotoviti, ali je prišlo do sprememb družbenih norm. Uporabite iste postopke kot pri ovrednotenju. Če je prišlo do sprememb, morda lahko dovolite, da med srečanji preteče več časa. Izobraževanje VPM-jev na tej točki služi predvsem vzdrževanju varnejših spolnih norm v skupnosti. Morda pa boste želeli model prilagoditi neki drugi populaciji, ki je ravno tako potrebna preventivnega programa za preprečevanje okužbe z virusom HIV.

INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA REPUBLIKE SLOVENIJE

Dostopno na spletni strani www.ivz.si