

云南省第四轮全球基金/中英艾滋病项目

Behavior Change Communication Training Manual

行为改变交流培训教材

● 主 编 段 勇
● 副主编 王 明 邓艳红 刘 谦



云南出版集团公司
云南科技出版社

Behavior Change Communication Training Manual

行为改变交流培训教材

主 编：段 勇

副 主 编：王 明 邓艳红 刘 谦

编写人员：段 勇 刘康迈 刘智宏 陈 良 罗 健

王 明 陈庆玲 邓艳红 高 明 张 峰

李建华 雷宇靖 张睿达 王晓锋 陈耀宏

插 图：孙鹤瑜

云南出版集团公司

云南科技出版社

· 昆 明 ·

图书在版编目 (C I P) 数据

行为改变交流培训教材 / 段勇主编. —昆明: 云南科技出版社, 2008. 10

ISBN 978-7-5416-3032-3

I. 行… II. 段… III. 艾滋病 — 预防 (卫生) — 技术培训 — 教材 IV. R512. 91

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第 162176 号

云南出版集团公司

云南科技出版社出版发行

(昆明市环城西路609号云南新闻出版大楼 邮政编码: 650034)

云南福保东陆印刷股份有限公司印刷 全国新华书店经销

开本: 889mm × 1194mm 1 / 16 印张: 10.25 字数: 300千字

2008年11月第1版 2008年11月第1次印刷

定价: 48.00元

序

第一次见到《行为改变交流（BCC）培训手册》是几年前了，那时它还是一本供中英项目使用的内部书，每当到州县基层工作时，常常在当地工作人员的桌几案头看到它，就欣慰地感觉到这本书为基层的同志提供了很多帮助，是艾滋病防治工作不可缺的一本书。今天，看到它的正式出版，心里确实高兴，它成长了、成熟了，更能为我们的艾滋病防治工作发挥作用了。

浏览此书，首先我想把它叫做一本参考书，它内容丰富详实，全面描述了各类受益人群社会、文化、行为背景和特征，是了解目标人群不可多得的参考书。其次，它是一本专门为教学和培训设计的书，它的每一章节都设有“教学目的”、“教学方法”、“操作要点”、“参考资料”等栏目，具体实用。在书的前后还安排了教材使用及培训要求、时间规划、培训评估等内容，是BCC培训教员获益匪浅的备课工具。同时，我想它还是一本方法学的工具书，手册中有关行为改变和交流的各种理论、方法、策略，以及一些实用的技巧与方法，可供在艾滋病防治工作实践中广泛参考使用。

细细品味此书，感觉到它参考了众多的国际先进经验，汲取了中英项目和全球基金项目行为改变交流实践的独到之处；汇集了各级艾滋病防治工作者的努力、专家智慧的闪光和编写人员的付出，真的应该感谢他们。相信每一个拿到此书的人都会珍惜他们的劳动，会用好此书，为艾滋病防治工作做出更大的贡献。

云南省卫生厅副厅长
云南省防治艾滋病局局长

徐和军

前 言

近年来，在艾滋病防治工作实践中，人们越来越多地认识到行为的改变对遏制艾滋病流行的意义，而行为改变交流（Behavior Change Communication简称BCC）也成为一门日益引起人们关注的专业。

2003年，中英性病艾滋病防治合作项目以实践为基础，在参考FHI（Family Health International，家庭健康国际）有关理论的基础上，组织有关专家编写了《行为改变交流（BCC）培训教材》，在中英性病艾滋病防治合作项目区域内广泛使用，并在全国范围内逐步推广使用。

随着艾滋病流行形势的日趋严重、防治工作的逐步深入、防治政策的不断完善，在行为改变交流方面也需要补充和丰富更多新的内容，需要更多关注到目标人群的深层次需求，关注到社会环境、社会性别等因素造成的行为改变障碍，关注到目前防治政策等对行为改变产生的影响。基于此，我们在广泛征询专家意见的基础上，结合行为改变的最新发展，对《行为改变交流（BCC）培训教材》进行了修订。修订版在保留原版本的总体框架的基础上，完善或更新了BCC的理论部分，增加了目标人群社会文化背景的最新发现、流动人口的行为改变交流、感染者管理、感染者心理学反应、四免一关怀等内容，在原因分析和采取应对措施等方面，有了更广阔的视野。

本书由“行为改变交流的基本理论和方法模式”、“高危人群的危险行为与社会文化背景”和“实用技能与方法”三部分构成。要达到使目标人群改变危险行为的目的，首先必须对各类“高危人群的危险行为与社会文化背景”有充分的了解；其次，在此基础上，运用“行为改变交流的基本理论和方法模式”，开发出针对性的交流策略与计划；最后，交流人员必须掌握并运用有效的“实用技能与方法”，才能使策略与计划得到有效的实施，变为现实。

我们将本书的第一受益人定位于为基层艾滋病防治工作人员提供BCC培训的教员，教材设有“教学目的”、“教学方法”、“操作要点”、“参考资料”等栏目，力争为BCC培训教员提供一个有力的备课工具，为其在BCC教学内容及方法上提供尽量详细的参考；同时我们将本书的第二受益人定位为艾滋病防治工作者，该书中有关BCC的理论以及一些实用技巧与方法，可供在艾滋病防治工作实践中参考使用。

BCC理论在世界范围内尚属一门新兴的专业，因此，本书的编纂定有不足之处，有待进一步完善，真诚期待各界朋友的批评与指正。

编 者

致 谢

在本手册2003年编写过程中，中国疾病预防控制中心刘康迈先生、云南省药物依赖研究所副所长李建华先生、青岛大学附属医院张北川先生、人民大学潘绥铭教授、云南省生殖健康协会张开宁先生为本培训教材进行专业审稿。并特别感谢中英项目主任沈洁女士、英国国际发展部健康顾问Jane Haycock女士的大力支持！及中英性病艾滋病防治合作项目技术官员William Stewart 先生对本培训教材所提出的中肯建议！

在本次修订过程中，感谢王汝巽、张家鹏、程何荷、李建华、李晓亮、童吉渝、杨芳、陈良、陈庆玲、李玲、徐艳声、常东方等各位专家提出了具体的修订意见。

一并感谢所有对本书的编写慷慨给予有益帮助的朋友和单位！

编 者

目 录

教材使用及培训要求 / 1

第一部分 培训准备活动 / 3

- 一、相互认识 / 5
- 二、制订培训规则 / 7
- 三、培训期望和需求 / 9
- 四、“性”的脱敏 / 11
- 五、艾滋病的基础知识 / 13

第二部分 行为改变交流的基本理论和方法模式 / 15

- 一、行为干预的基本框架 / 17
- 二、影响行为改变的因素 / 24
- 三、行为改变的创新扩散理论 / 26
- 四、行为改变的阶梯理论 / 35
- 五、目标人群研究 / 44
- 六、行为改变交流（BCC）计划的开发 / 46
- 七、行为改变交流（BCC）理论的回顾与应用 / 48

第三部分 高危人群的危险行为和社会文化背景 / 55

- 一、女性性工作者（FSW） / 57
- 二、注射吸毒者 / 72
- 三、男男性行为者（MSM） / 84
- 四、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人 / 100
- 五、流动性务工人员 / 112

第四部分 实用技巧与方法 / 127

- 一、专题小组讨论 / 129
- 二、同伴教育 / 138
- 三、IEC材料的制作和使用 / 142

附录

- 附件一、培训课程设计样例 / 150
- 附件二、培训班评估方案 / 152
- 附件三、知识测试试卷 / 153
- 附件四、教学工作评价表 / 154

参考文献 / 155

教材使用及培训要求

一、教材使用范围

1. 培训行为改变与交流方面的基层师资。
2. 供省、州（市）、县（市、区）级培训者在培训相应级别的性病、艾滋病干预人员时使用。
3. 供各级现场干预人员作参考资料。
4. 供传播及干预类协作项目在培训项目执行人员时使用。

二、培训目的

通过培训使参与者：

1. 掌握交流与行为干预的基本理论与基本方法。
2. 提高在性病、艾滋病防治工作中综合应用行为改变交流理论和技巧的能力。
3. 加强对各类特殊人群的行为特征及原因、社会文化背景等的了解和理解，以制订针对性的干预策略。
4. 掌握小组讨论、同伴教育、IEC材料开发与使用等实用技能。
5. 掌握对更基层的人员进行行为改变交流培训的知识与技能。

三、培训内容

1. 行为改变交流的基本理论和方法模式。
2. 高危人群的危险行为与社会文化背景。
3. 实用技能与方法。

开展行为改变交流的最终目的是促使目标人群改变危险行为，进而预防疾病，增进健康。要达到这一目的，首先必须对各类“高危人群的危险行为与社会文化背景”有充分的了解；其次，在此基础上，应用“行为改变交流的基本理论和方法模式”，开发出针对性的交流策略与计划；最后，交流人员必须掌握并应用有效的“实用技能与方法”，才能使策略与计划得到有效的实施，变为现实。

四、培训组织准备和实施

1. 本教材涉及内容较多，各地培训前应根据当地实际（如项目所针对的不同人群）制订相应的培训计划，拟出相应的培训课程（样例见附件1）。
2. 一个培训班应由一个团队（小组）共同完成，团队成员应包括：协调（负责）人、培训者、后勤保障者、辅助培训者、记录员、专家、监测者等。若条件不允许，一个人可同时承担几个角色，但后勤保障应由专人负责，以准备材料，安排后勤，使培训者专心于教学活动。
3. 一个培训班应由两名以上受过培训的培训者组织实施，并按计划课时完成。
4. 培训开始前，所需的材料和教具，如大白纸、书写笔、卡纸、胶带、投影仪、黑（白）板、音响设备等应全部准备完毕。
5. 基层培训时，上级机构应派员指导、监督，以保证培训质量。
6. 培训教材的每个内容都涉及了培训目的、所需时间、方法与所需材料、详细的操作步骤、讲授的要点及参考内容等，培训者可直接参照教材进行培训。另外，也鼓励根据需求，自行设计和拓展有效的培训方法。
7. 本教材的培训方法以参与式教学为主，方法涉及小组讨论、头脑风暴、角色扮演、示范、案例分析、知识竞赛、辩论、游戏等。为熟练应用这些方法，培训者事前一定要进行必要的自我训练和学习。
8. 本教材提供了对培训效果进行评估的“知识测试题”，使用时可根据当地培训内容的差异作增减。
9. 培训班学员人数应控制在40人以内，以保证参与式教学的效果。
10. 为充分调动学员的积极性，使他们积极主动地参与，培训教材应在培训结束后再发给学员。

11. 每一天的教学结束后, 培训小组的全体成员应有一个简单的碰头会, 以总结经验, 及时发现问题, 加以改进。碰头会也可吸纳部分学员参加。

12. 教学的进程、主要内容、产出等应随堂记录, 各种重要的实物产出, 如大白纸讨论结果等也应保存。

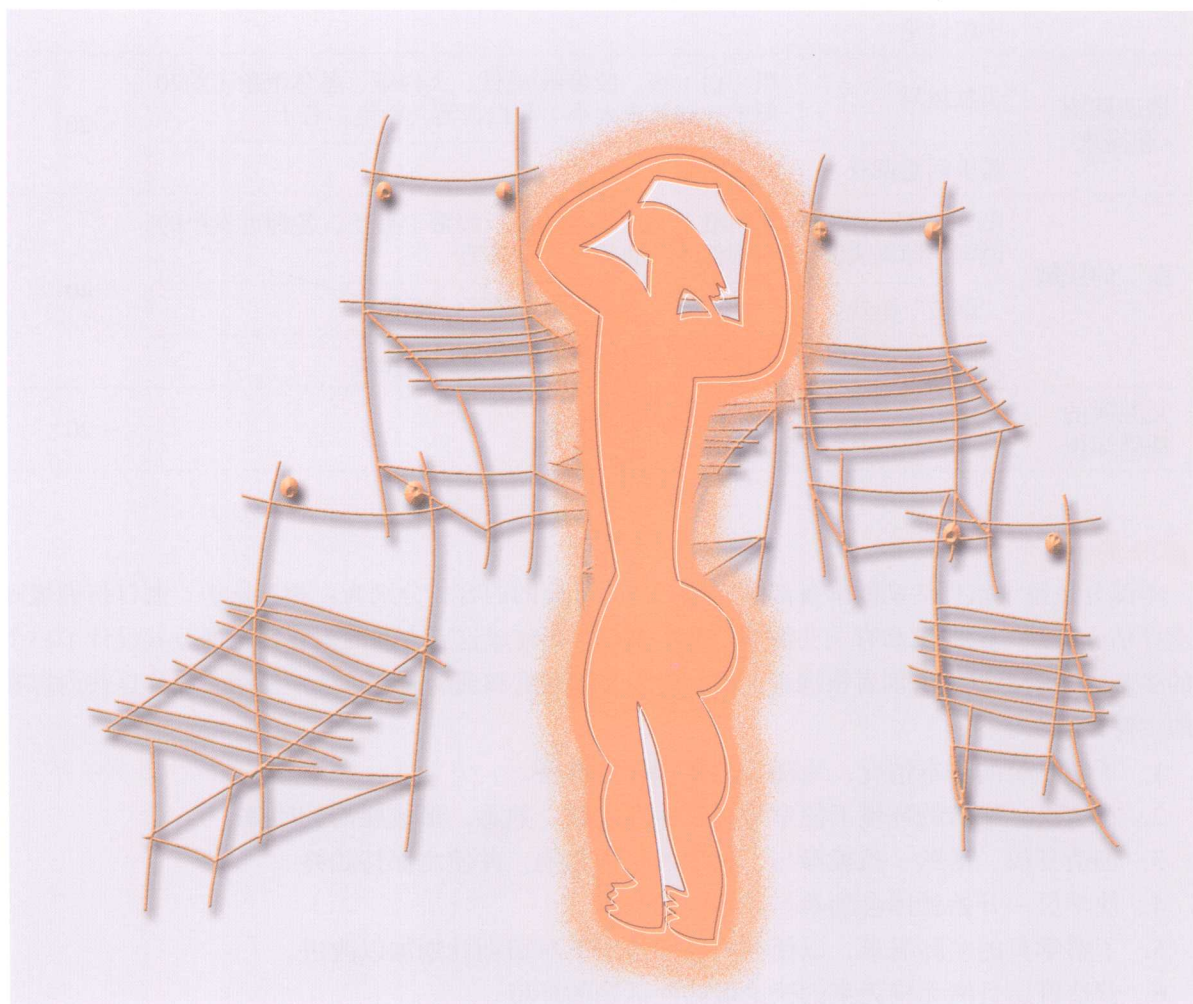
五、时间安排

本教材的总计教学时间为1660分钟, 可安排于4~5天完成。如上所述, 各地也可根据实际情况增减有关的内容, 并安排相应的培训天数。

具体时间划分为

培训班开班仪式	20分钟
培训前测试	10分钟
第一部分 培训准备活动	110分钟
一、相互认识	20分钟
二、制订培训规则	10分钟
三、培训期望和要求	20分钟
四、“性”的脱敏	40分钟
五、艾滋病的基础知识	20分钟
第二部分 行为改变交流的基本理论和方法模式	360分钟
一、行为干预的基本框架	50分钟
二、影响行为改变的因素	40分钟
三、行为改变的创新扩散理论	60分钟
四、行为改变的阶梯理论	50分钟
五、目标人群研究	35分钟
六、行为改变交流(BCC)计划的开发	60分钟
七、行为改变交流(BCC)理论的回顾与应用——案例分析	65分钟
第三部分 高危人群的危险行为和社会文化背景	750分钟
一、女性性工作者	120分钟
二、注射吸毒者	100分钟
三、男男性行为者(MSM)	120分钟
四、艾滋病病毒感染者和艾滋病病人	180分钟
五、流动性务工人员	230分钟
第四部分 实用技巧与方法	630分钟
一、专题小组讨论	330分钟
二、同伴教育	200分钟
三、IEC材料的制作与使用	100分钟
培训后测试及培训班总体评估	30分钟
培训小结及闭幕	20分钟

第一部分 培训准备活动



教学计划

教学内容	教学方法	教学材料	教学时间 (分钟)
相互认识	豆子方阵	足够数量的豆子(或花生、玉米粒均可)	20
	自画像	8开白纸、水彩笔	
	朋友一线牵	彩带(红色为好)、胶带、别针	
	数字分组	无	
制订培训规则	集体讨论	白板或黑板、胶带纸或磁铁、大白纸、白板笔或粉笔	10
	小组讨论		
培训期望 和需求	头脑风暴	黑(白)板、胶带纸/磁铁、大白纸、各色纸条(约20厘米×10厘米大小)和白板笔(粉笔)若干	20
	需求问卷调查	需求问卷	
“性”的脱敏	小组讨论、举例说明、即兴表演	大白纸、相应数量的笔、胶带、夹子、各种可发声的小物件、歌曲或磁带、彩笔	40
	“爆破”游戏	气球(安全套)、针、筐子、纸条	
	头脑风暴	大白纸、书写笔、透明胶带、小礼品	
艾滋病的基础知识	知识竞赛	知识判断题、小奖品	20

本部分简介：

本部分是整个培训活动的准备部分，包括了五方面的内容，分别为：相互认识、制订培训规则、需求评估、“性”的脱敏和有关艾滋病的基本知识。为完成这五方面的内容，本部分共设计了13个不同的参与式活动，以供培训者根据自己的经验，掌握程度和现场的需求选择使用，设计这些内容和活动的主要目的在于：

1. 了解学员的基本情况，为随后的培训作好准备。
2. 在宽松、融洽的环境下使学员尽快相互了解、熟悉，形成融洽的团体。
3. 创造开放、活跃、积极参与、有序的培训氛围，并使之保持始终。
4. 使学员一开始就体会到参与式培训的气氛。
5. 了解学员的实际需求，以便在可能的情况下对培训计划加以改进。
6. 营造舒适且能无拘无束的谈论敏感性话题的环境。

这些准备活动进行得好坏与否，将直接影响整个培训能否获得成功。它们不仅仅是简单的准备，更是整个培训活动的基础。

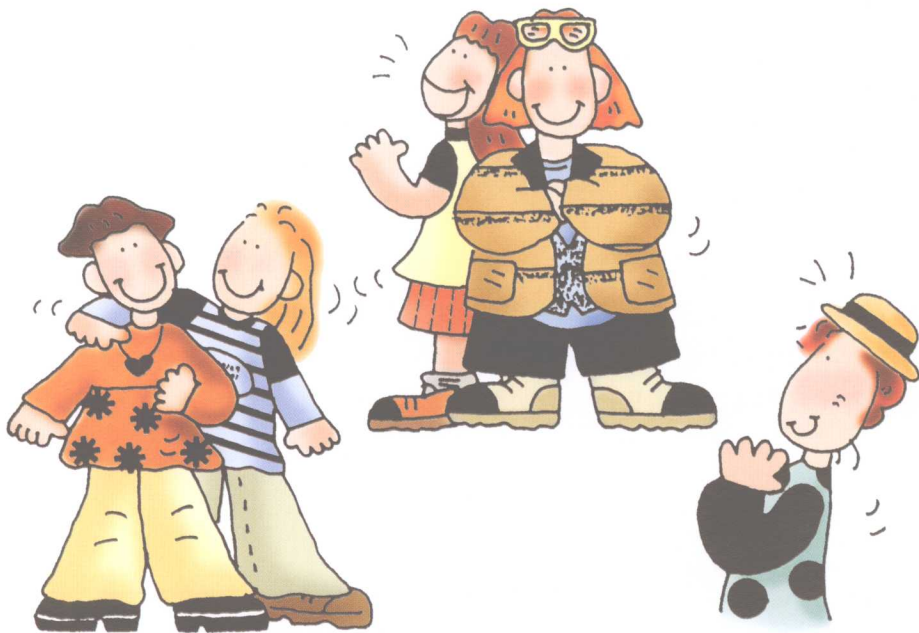
一、相互认识

目的：让参与者相互认识；创造参与、活跃、开放的培训气氛。

时间：20分钟。

方法一：豆子方阵

材料：足够数量的豆子（或花生、玉米粒均可），应保证每个参与者拥有与参与人员数量相同的豆子，如共有30名参与者（含主持人），则每人应有30颗豆子。



操作步骤：

- ※ 发给每一个参与者相应数量的豆子；
- ※ 让参与者将分到的所有豆子装在左（或右）边的口袋中，如果有人无口袋，可用两个杯子或其他物品代替；
- ※ 让参与者在规定的时间内向其他人逐一介绍他自己，必须是1对1的介绍。介绍的内容可包括姓名、单位、喜好等简单的情况；
- ※ 在介绍的过程中，每向一人介绍，应将自己的豆子给对方一颗，同时向对方索取一颗豆子，并装在另一方向的口袋中；
- ※ 活动结束后，请大家各自检查两边口袋内的豆子数目，以确定自己与多少人认识了，并将数目在大组上大声说出。

要点:**操作要点:**

- ★ 培训场内的所有人,包括主持人、观察员、记录员等都应参加到活动中。
- ★ 如果参与者的数目超过30人,则应提醒参与者“介绍要简短”,否则时间不够。在活动进行过程中,及时提醒所有参与者还有多少剩余时间。
- ★ 如果在规定时间内有人没有与其他所有的人都认识,选择认识量最少的1~2人在大组上重新自我介绍。
- ★ 主持人需要点一下题,说明豆子数量的变化隐含着“交流”的意思,数量的多少在一定程度上反映交流的技能。

方法二:自画像

材料: 8开白纸、水彩笔,数量保证参与者每人一张(支)。

操作步骤:

- ※ 请参与者在白纸上画出自己的自画像,形式自己选择,可卡通、写实、抽象……,将自己的名字写上;
- ※ 要求参与者在自画像的空白处写出“为什么你会参与到艾滋病防治的工作中?”的三个重要原因:原因可能有领导安排、自己的兴趣、同伴的影响、工作调动……;
- ※ 将所有的自画像张贴于白(黑)板或墙上;
- ※ 所有参与者观看作品,自由提问,发表议论。

要点**操作要点:**

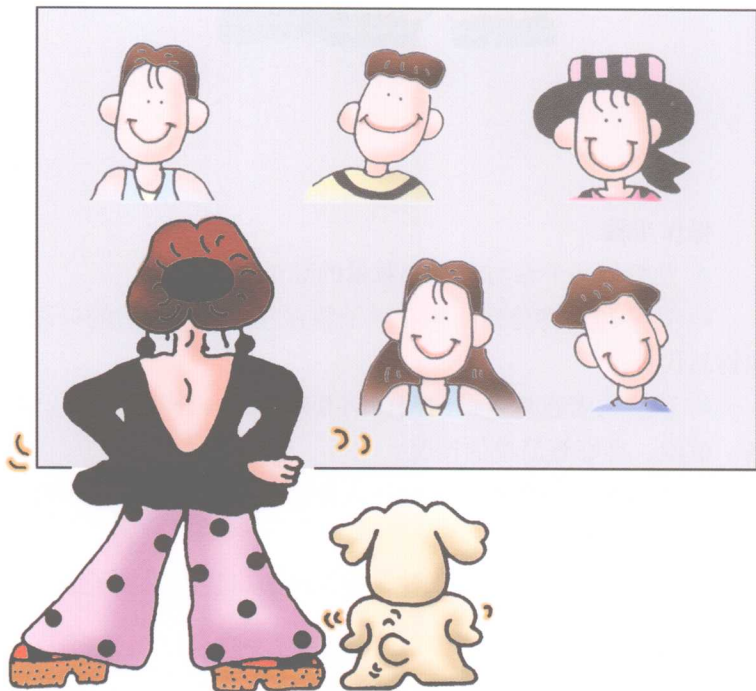
- ★ “画”与“观看”的时间各一半。
- ★ 如果参与者均已相互熟知,可以不用写姓名,代之以观看时猜测这幅画像是谁?每个人在一张纸上写下自己对这幅画的猜测,主持人收集整理后评出优胜者,给予适当的奖励。

方法三:朋友一线牵

材料: 红色彩带、胶带、别针。

操作步骤:

- ※ 将学员均分成数目相等的两组人群;
- ※ 将全体学员数量一半的彩带或红丝带持于手上,两端垂下,让两组学员分别挑选一根属于自己的



彩带从而结成对子，在3分钟时间内，经过互相介绍，了解：

“对方的姓名（或希望他人称呼自己的名字）”、“对方的属相”、“对方最喜欢的动物、为什么喜欢”、“对方的单位”等等（一般设计三四个问题）；

※ 从任意一对朋友开始，请他们相互介绍自己的新朋友；

※ 以此类推，直至每一个人均作了介绍为止；

※ 将红丝带一分为二，分发别针制作成一“红丝带”标志粘贴于会场墙面上。



要点：

操作要点：

★ 红丝带的长度以50厘米为好。

★ 学员若为单数，主持人可加入其中配对。

方法四：数字分组

材料：无。

操作步骤：

※ 全体学员及主持人起立站于场地中央；

※ 主持人随意说一个数字，要求学员以所报数字围成一圈，大家相互介绍自己的姓名；

※ 可以以此重复三至四次，最后一次报数字“2”，以让学员两两配对，请大家与自己新结识的朋友回到座位上进行较为详细的相互介绍，一般询问三四个问题即可，如：姓名、单位、爱好等；

※ 从任意一对朋友开始向大家介绍对方。

要点：

操作要点：

★ 主持人所报数字不宜太大，最好为7以内的数字。

★ 可以记住落单的学员，请他（她）在休息时表演节目或进行其他活动，目的在于活跃气氛，增进大家相互认识。

二、制订培训规则

目的：鼓励学员与培训者一起共同创造良好的培训气氛，以保证培训卓有成效。

时间：10分钟。

材料：白板或黑板、胶带纸或磁铁、大白纸、白板笔或粉笔。

方法一：集体讨论

操作步骤：

※ 解释：“为了保证培训能够有效和有序地进行，同时为了创造一个相互信任的培训环境，需要

大家共同制订一个在培训期间共同遵守的培训规则”；

- ※ 鼓励学员畅所欲言，必要时进行讨论和解释；
- ※ 把制订出的培训规则逐条写在大白纸上；
- ※ 学员没有提到的、重要的规则，培训者可以提示，经学员认可后写上；
- ※ 强调说明：“这一规则是大家自己制订的，是一个需要大家共同遵守的规则，包括培训者在内。”因此，需要大家再次做出承诺：愿意自觉遵守培训规则。



要点：

操作要点：

- ★ 强调制订规则对于保证培训的有序进行非常必要。
- ★ 将写好的规则张贴于教室墙上，以便培训中提醒大家遵照执行。
- ★ 应达成共识：“培训中，如果有人违规了，怎么办？”

■ 参考内容

1. 基本规则一般须包括：

- 守时（注明培训时间）。
- 积极参与。
- 互相尊重：尊重他人的发言，尊重他人的意见，注意倾听他人的发言等等。
- 保密：培训中可以对培训主题进行讨论，但对事不对人；对培训中谈到的个人问题、个人流露出的强烈的情感反应和个人隐私等，不允许在未征得当事人同意的情况下与当事人或其他人进行讨论。

2. 其他规则诸如：

- 关闭有声通信设备。
- 会场内禁止吸烟。
- 同一时间内只有一人发言。
- 相互鼓励。
- 对某些问题有不回答的权利。

方法二：小组讨论

操作步骤：

- ※ 将学员随机分组；
- ※ 分发大白纸，在3~5分钟的时间内通过小组讨论，共同完成本小组的“规则”；
- ※ 把“规则”逐条写在大白纸上；
- ※ 依次请各小组代表上前发言。

要点：

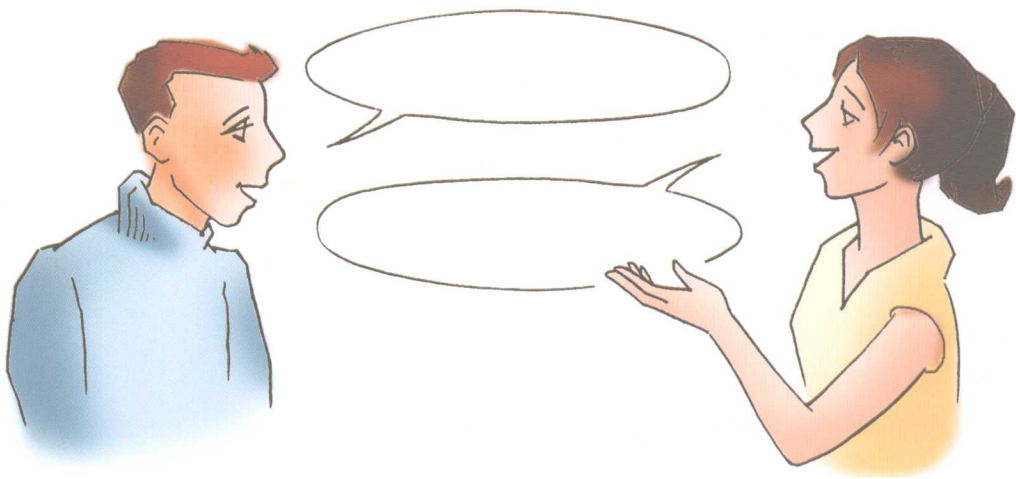
操作要点：

- ★ 小组代表发言时，可将其汇总于一张大白纸上，张贴于教室内。
- ★ 为节约时间，后上台发言的小组代表也可只做补充，不必要全盘解释。

三、培训期望和需求

目的：了解学员对培训的期望和需求；快速评价培训计划是否合理或是否能基本满足学员的需求；使学员一开始就能对培训内容有所了解。

时间：20分钟。



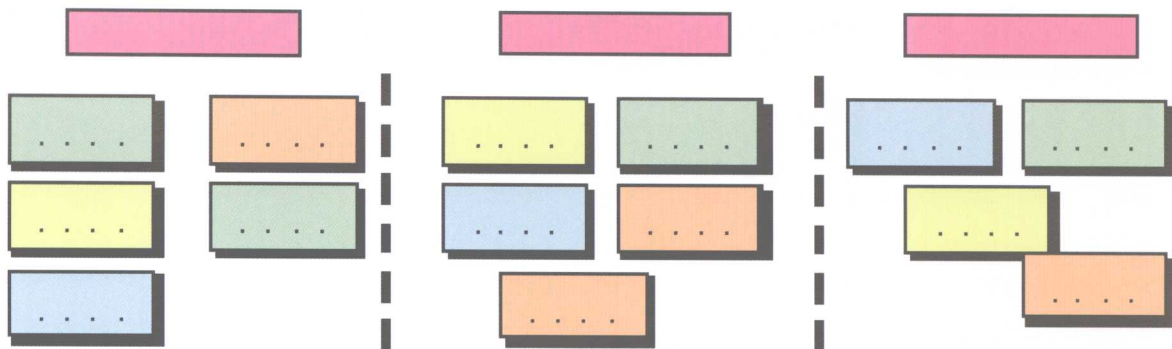
方法一：纸条分类

材料：黑（白）板、胶带纸/磁铁、大白纸、各色纸条（约20厘米×10厘米大小）和白板笔（粉笔）若干。

操作步骤：

- ※ 把纸条分发给每一位学员（1~2张/人，视学员人数和需求而定）；
- ※ 请学员在纸条上迅速写出自己对培训的希望。写时无须太多思考，想到什么就写什么，每一张纸条上写一个期望；

- ※ 请学员协助，将所有纸条迅速地浏览一下，大致作一分类；
- ※ 在大白纸上分栏写上分类项目；
- ※ 依次边向大家宣读纸条上的内容，边将其按类别粘贴于分类栏下（如图）；



※ 培训者向大家说明培训能够满足哪些愿望，会涉及什么内容，培训中没有涉及的期望会以什么方式给予解决，同时介绍培训计划。

方法二：头脑风暴

材料：大白纸和白板笔（或黑板和粉笔）、胶带纸。

操作步骤：

- ※ 主持人简单介绍培训计划及涉及内容；
- ※ 请大家顺序说出对培训的期望，每人只说一条，并且应在计划的培训内容中考虑；
- ※ 一名记录员迅速将大家所说的写在张贴的大白纸上；
- ※ 培训者向大家说明培训中将对大家提出的期望重点考虑。

方法三：需求问卷调查

材料：需求问卷。

操作步骤：

- ※ 给大家分发需求问卷，请大家填写个人需求；
- ※ 进行其他课程时，请同事协助汇总并适时公布。

要点：

操作要点：

- ★ 该方法在有较多学员参与时较适用。
- ★ 培训者可为满足学员要求而改进培训计划中的某些内容和时间安排。但要注意，只是完善计划，而不应该改变培训主题。
- ★ 如不能满足学员的要求，可考虑通过其他途径解决。
- ★ 可与培训前“知识测试”合并进行。
- ★ 注意分析男性学员和女性学员的需求异同。