



云南省第四轮全球基金/中英艾滋病防治项目



# 药物滥用者同伴教育培训 指导手册

■ 主编: 杨茂彬  
王晓丹  
冯煜



云南戴托普

云南民族出版社

云南戴托普药物依赖治疗康复中心 编



云南戴托普药物依赖治疗康复中心  
云南省第四轮全球基金/中英艾滋病项目

# **药 物 滥 用 者**

## **同伴教育培训指导手册**

主 编：杨茂彬 王晓丹 冯 煜

副主编：王晓光 施 樑 李明强

李昕悦

云南民族出版社

# 图书在版编目 (CIP) 数据

药物滥用者同伴教育培训指导手册/杨茂彬, 王晓丹,  
冯煜主编; 云南戴托普药物依赖治疗康复中心编. —昆明:  
云南民族出版社, 2007. 8

ISBN 978 - 7 - 5367 - 3774 - 7

I. 药… II. ①杨…②王…③冯…④云… III. 药物滥用—  
预防 (卫生) —手册 IV. R969. 3 - 62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 123318 号

|      |                                                                                                                                                                                    |
|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 策划编辑 | 浩杰辉                                                                                                                                                                                |
| 责任编辑 | 和金荣                                                                                                                                                                                |
| 责任校对 | 梁 红                                                                                                                                                                                |
| 装帧设计 | 何志明 赵 翔                                                                                                                                                                            |
| 出版发行 | 云南民族出版社<br>(昆明市环城西路 170 号云南民族大厦 5 楼<br>邮编: 650032)<br><a href="http://www.ynbook.com">http: //www. ynbook. com</a><br><a href="mailto:ynbook@vip.163.com">ynbook@vip. 163. com</a> |
| 印 制  | 昆明鸿景印刷有限公司                                                                                                                                                                         |
| 开 本  | 850mm × 1168mm 1/32                                                                                                                                                                |
| 印 张  | 4. 25                                                                                                                                                                              |
| 字 数  | 100 千                                                                                                                                                                              |
| 版 次  | 2007 年 8 月第 1 版                                                                                                                                                                    |
| 印 次  | 2007 年 8 月第 1 次                                                                                                                                                                    |
| 定 价  | 14. 50 元                                                                                                                                                                           |
| 书 号  | ISBN 978 - 7 - 5367 - 3774 - 7/R · 111                                                                                                                                             |

## 编 委 会

主 编：杨茂彬 王晓丹 冯 煜

副主编：王晓光 施 樑 李明强 李欣悦

编 委：（以姓名笔画为序）

马宾俊 马成莉 马 亚 左绍丽

余 洪 陈海龙 陈 燕 杨笑怡

张嘉鑫 张 熙

顾 问：（以姓名笔画为序）

王汝巽 李建华 李晓亮 段 勇

## 致 谢

本手册由云南戴托普药物依赖治疗康复中心的工作人员撰写。在此，编创人员感谢云南省第四轮全球基金/中英艾滋病项目，各州、市、县项目点，云南戴托普药物依赖治疗康复中心的所有同伴教员及对本手册编辑、校订和测试所做出贡献的相关人员。

云南戴托普药物依赖治疗康复中心将来自于不同项目点及同伴教员所总结出的资料进行了大量的整理与编排工作，设计出一本适合于各地同伴教员及外展人员在培训中可操作的实用手册。

在此我们再次感谢在手册编写过程中各个机构和各位同仁的支持，感谢全球基金/中英艾滋病项目各项目点的支持。

本书部分内容摘自《司法公安系统培训指导手册》，特此鸣谢！

**更多信息请联系：**

**云南戴托普药物依赖治疗康复中心**

**地址：云南省昆明市西华路 47 号**

**邮编：650032**

**电话：0871 - 4182248**

**传真：0871 - 4180139**

# 手册使用说明

1. 本手册作为预防艾滋病的同伴教育培训手册，融相关知识和技能培训为一体。

2. 手册可作为项目工作人员在培训注射吸毒者中的同伴教育者（骨干）时使用，也可作为注射吸毒者中的同伴教育者（骨干）在教育其同伴中使用。

3. 手册主要内容在于如何以有效的参与式培训方法培训同伴教育者（骨干），并要求培训者能熟练的运用这些方法，包括头脑风暴、小组讨论、角色扮演、案例分析、情感分享、现场示范、游戏等，使用者事前一定要进行必要的自我训练和学习。

4. 使用本手册培训时，师资为3人，培训班学员应控制在25人以内，以达到参与式培训的效果。

5. 使用本手册培训时，一定要有专门的时间做培训前的准备，如：三人一组的培训班谁做观察员，谁和谁配对培训，谁准备所需的材料和教具，谁负责协调、后勤、记录、监测这些都需要明确分工。

6. 手册设计的培训时间为两天，也可根据具体情况抽取其中内容做半天或一天的培训。培训的整个过程都城建是行监测和评估，以使培训重点以目标人群的需求为中心，从而使培训项目更为有效和具有可持续性。

7. 手册的每个培训内容都涉及了培训的目的、所需时间、采用的方法、所需的材料、详细的操作步骤、讲授内容和总结要点等。因此，培训者除了可以直接参照手册进行培训之外，也强调培训者在操作过程中需要通过不断的训练、评估和学习，根据目标人群的需求，自行设计和拓展培训计划和培训方法。

8. 手册的附件部分供培训者加强自身的知识面和相关的技巧，培训者可在不断的培训中阅读和总结。

# 目 录

|                                |      |
|--------------------------------|------|
| 培训班的设计 .....                   | (1)  |
| 第一天 .....                      | (4)  |
| 一、签到 .....                     | (4)  |
| 二、介绍 .....                     | (4)  |
| 三、活跃气氛(相互认识游戏) .....           | (5)  |
| 四、预测试 .....                    | (6)  |
| 五、基本规则 .....                   | (7)  |
| 六、期望 .....                     | (8)  |
| 七、介绍日程 .....                   | (8)  |
| 八、我们为什么要谈艾滋病 .....             | (9)  |
| 九、什么是艾滋病 .....                 | (10) |
| 十、艾滋病如何致人死亡 .....              | (11) |
| 十一、如何知道你是否已被感染 .....           | (14) |
| 十二、感染艾滋病病毒后会怎么样 .....          | (16) |
| 十三、艾滋病病毒的传播 .....              | (20) |
| 十四、与艾滋病病毒(艾滋病)传播有关的高危险行为 ..... | (21) |
| 十五、预防:血液传播与滥用药物 .....          | (26) |
| 十六、角色扮演:共不共用针具 .....           | (28) |

|                              |             |
|------------------------------|-------------|
| 十七、清洗针头 .....                | (29)        |
| <b>第二天 .....</b>             | <b>(32)</b> |
| 十八、预防:性传播 .....              | (32)        |
| 十九、使用安全套练习 .....             | (33)        |
| 二十、使不使用安全套 .....             | (38)        |
| 二十一、如何让你的伴侣使用安全套 .....       | (39)        |
| 二十二、复吸或危险行为预防讨论 .....        | (41)        |
| 二十三、复吸或危险行为预防讨论:同伴影响 .....   | (42)        |
| 二十四、复吸或危险行为预防讨论:情感和情绪 .....  | (44)        |
| 二十五、复吸或危险行为预防讨论:沟通 .....     | (48)        |
| 二十六、复吸的原因及其预防 .....          | (51)        |
| 二十七、野火游戏:艾滋病病毒在某一人群中的传播..... | (54)        |
| 二十八、总结:走步游戏 .....            | (58)        |
| 二十九、结束语 .....                | (59)        |
| 三十、培训班后测试及反馈 .....           | (60)        |
| <b>附件.....</b>               | <b>(60)</b> |
| 附件 A 培训班准备 .....             | (62)        |
| 附件 B 预测试 .....               | (66)        |
| 附件 C 后测试 .....               | (70)        |
| 附件 D 每日评估表 .....             | (74)        |

|      |                                           |       |
|------|-------------------------------------------|-------|
| 附件 E | 每日反馈表——《我感觉》 .....                        | (75)  |
| 附件 F | 培训总体评估表 .....                             | (76)  |
| 附件 G | 补充材料:降低危害(美沙酮维持治疗、同伴<br>教育、针具交换、外展) ..... | (78)  |
| 附件 H | 补充材料(毒品的种类及其特征) .....                     | (100) |
| 附件 I | 补充材料(抗病毒治疗) .....                         | (107) |
| 附件 J | 补充材料(参与式培训方法) .....                       | (112) |
| 附件 K | 补充材料(培训中的热身活动及参考游戏) ...                   | (119) |

## 培训班的设计

培训班的成功与否在很大程度上取决于事前的计划和安排，因此，培训之前的准备十分重要。

培训班的内容将取决于培训对象的需求和培训者能支配的时间。由于有关艾滋病的培训不仅涉及知识传授，同时还涉及技能培养和态度影响，因此，参与性的培训方法将有助于达到培训的目的。在培训之前，有必要决定培训应包括哪些最基本的内容、采用何种方法、知识的深浅程度等问题。

### 在培训班之前

❖ 成立一个培训工作小组以负责制订培训计划，明确每个成员的职责。

❖ 制订培训班的目标、确定培训的开始日期和持续时间。

❖ 决定培训对象和人数；走访学员，征求他们对培训班及培训内容的意见。若不能走访学员，可寄送一张访谈问题单让他们说明自己的需求。

❖ 发出培训通知，确认培训对象能参加。

❖ 进行培训经费预算，包括交通费、场地租金、伙食费、住宿费、材料费、讲课费、办公费等；将预算提交财务部门审批，使培训资金到位。

❖ 选择培训地点，包括住宿、教室、膳食；检查照明、白/黑板和座位等设施；与相关的管理人进行联系，说明要求并确认预订。

❖ 明确教学内容：制订培训课程表，明确培训主持人、培训者以及各项培训活动的安排时间。教学内容取决于学员想知道和需要知道的信息。传授的知识要准确。提前备课有助于做到这一点。

❖ 可根据培训内容和要求以及培训者的知识、经验、能力等，安排一个培训者进行一个主题的培训，也可以组成2~3人的培训者协作小组，完成一个主题的培训。后者的好处在于，培训者间的合作本身即可创造参与式的培训氛围。同时，培训者间的互动，可帮助学员从多角度和多层次地进行学习。

❖ 安排培训期间的打字和复印设备。

❖ 预购所需材料、教具、笔和笔记本等；印制培训资料和培训日程安排表；将文具、培训资料和培训日程安排表按培训对象的人数分好装袋。

❖ 培训开始前一天准备好培训所需的以下物品：

培训指南

根据参与者的情况复印所需的材料

培训所需物品：见附件A之“培训班准备材料”

同伴教育培训包：同伴教员开展同伴教育的工具包

各类宣传材料：包括预防复吸、预防过量等内容的宣传折页

其他：文具、横幅、小食品、小礼品等

准备所需教具，包括白板、白板笔、磁铁、胶带、录像、投影仪以及培训所需的特殊材料等。

❖ 布置培训教室。培训教室应尽可能的舒适，在座位中间留出足够的参与性培训空间，以便学员参与培训活动。坐椅应该易于搬动，可将坐椅摆放成圆圈，使每个学员都能互相看到，以利于相互交流。

### 在培训班过程中

❖ 学员报名：签到、日程表和文具等；

❖ 培训班开班典礼；

❖ 培训班前需求评估；

❖ 正式开始培训；

❖ 一天结束后收集反馈意见，对培训作必要的调整（参见

附件 D、E)；

- ❖ 培训班结束时的评估（参见附件 F），发放培训资料、参训人员通讯录；

- ❖ 培训班结业典礼。

### **在培训班结束后**

- ❖ 归还所有借来的设备和材料；

- ❖ 培训班工作小组分析、总结培训评估资料、总结培训班工作和讨论后续工作；

- ❖ 撰写培训报告并将它发送给有关人员和机构。

# 第一天

## 一、签到（随机）

时间：10 分钟或休息时间进行。

目的：对参与的学员有一个记录，以便在跟进访谈或今后联系时可以参看名单。

材料：圆珠笔、制作好的空白签到表。

观察员可协助同伴教员在学员到场时让学员签到，如有不会写字的应给予帮助。

## 二、介绍

时间：5 分钟。

目的：同伴教员把自己介绍给学员，建立初步的信任。

材料：项目布标、书写板、大白纸、记号笔。

同伴教员：“大家好！我是×××，他（她）是×××，今天的培训由我们俩主持。坐在这边的是×××，他们是我们的观察员和协助者。这个项目是由全球基金援助与中国政府合作实施的一个预防艾滋病的项目。这个艾滋病项目的主要目的在于，通过一系列活动来降低与注射吸毒相关的艾滋病传播的危害。

我俩都是有过药物滥用经历的康复成员，都接受过艾滋病预防同伴教员的培训，我们认为预防艾滋病对人的健康很重要。由于我们和大家一样有过药物滥用的经历，因而很愿意与在座的各位同伴分享我们所学到的知识和技能，好让朋友们能够更好地保护自己不受艾滋病病毒感染。

我们知道，为了互相帮助，许多人都曾向大家作过宣传教

育。我们希望通过同伴间直接的交流和沟通方式能更好地帮助大家。为了使大家更好地理解我们所讲的内容，我们将采用参与式的方法进行，希望大家积极参与。在讲解时，无论你有什么问题，我们都乐意回答，但愿大家在学习知识的同时也能愉快地度过在这个培训班两天的时间。

大家如果对我们和我们的机构还有什么不清楚的，可以在休息时间找我们聊聊。

### 三、活跃气氛（相互认识游戏）

时间：5 分钟。

目的：同伴教员认识学员，拉近同伴教员与学员的距离，方便同伴教员鼓励学员参与。

方法：游戏。

材料：小毛绒玩具或材质柔软的球、毽子各一个。

注：主持者在游戏开始之前要说明，但每一位参与者如果愿意的话，可以说出自己的姓名及个人兴趣爱好，但并不是非说不可。

同伴教员：我们已经作了自我介绍，现在我们也想认识一下大家，让我们来玩一个游戏。

让学员站成一圈，将一个小毛绒玩具（或柔软的球、毽子）抛给一位学员，并请这个人说出他的姓名以及他自己的兴趣爱好（如果他们愿意的话，同伴教员应清楚地告诉学员，他（她）的姓名及爱好用不着非说不可），然后让他（她）把小毛绒玩具再抛给圈中的另一人。接到球的人自报姓名并作一句自我介绍，然后再把球抛给下一个人。当所有人都接到过球并介绍过自己后，将小毛绒玩具收回。

注：

1. 外展同伴教员应尽量做到复述出所有人的名字。
2. 全组人都作完自我介绍后感谢他们。

## 四、预测试

时间：10 分钟。

目的：了解学员掌握艾滋病病毒（HIV）的基本知识及相关的其他情况，以便调整外展培训的程度和进度。

材料：复印好的预测试问卷、圆珠笔。（预测试见附件 B）

注：建议观察员协助同伴教员在中间休息时看一遍预测试问卷，记下学员缺乏的突出内容，对接下来的培训进行相应的调整，并在培训过程中对侧重点进行强调。

同伴教员：我们想请大家填写一份表格，表格上的问题是有关如何看待艾滋病的问题，明天培训结束后还有一份相同的表格要请大家填写。填这些表格并不是对大家进行测试，而是看看我们的这个培训课程效果如何。我们想确保大家都能学到相关知识，如果大家没能学到相关知识的话，我们就要改变一下教学方式了。为使填写的表格能真正反映真实的情况，我们希望大家能够自己独立填写，如果有人在读写方面需要帮助的话请告诉我们，我们可以帮助你。是否在表格上填上自己的名字，全由你决定，不过如果可以的话，请写上填写者的性别、年龄和民族，这些信息对我们会比较有用。

我们理解你也许不想写出自己的名字，但我们希望能把同一个人的预测试和后测试统一起来，因此我们还是需要你们记住你自己的一个编号，把它写在表格的右上角。

注意，如果没有问题，将每份表格连同一支笔发给学员。向不识字的人提供帮助，如果有人对表格上的问题进行讨论的话，请他现在不要这样做。当所有人都填写完成后收回表格和笔，然

后向大家致谢。

## 五、基本规则

时间：10 分钟。

目的：创建一个有利于培训顺利进行的培训环境。

方法：头脑风暴。

材料：白板、白板笔或大白纸、记号笔和大夹子。

同伴教员：为了给今天的学习创造一种良好的气氛，并保证培训顺利进行，我们想和大家一起约定一些我们需要共同遵守的规则，请大家提一下，我们应该如何做才能保证培训顺利进行？

留 2 分钟时间让学员说出他们的想法，然后展示培训之前已准备好的要点，确保新加入学员提出的合理但原来要点里没有的想法。

❖ 尊重其他参与人员和他们提出的观点，但不做任何的价值评判；

- ❖ 会后不要对其他人在培训中说过的话进行取笑；
- ❖ 如果你有不同的观点就请说出来；
- ❖ 所有活动都是自愿的；
- ❖ 当有人发言时其他人请不要说话；
- ❖ 如果在其他人发言时你有话要谈就先举手；
- ❖ 任何时候想提问都尽管提出来；
- ❖ 如果想跷二郎腿的话也请自便，我们想让大家尽量觉得舒服些；

❖ 在培训过程中，请不要随意走动和进行与培训无关的闲聊，如有其他事情要办，请在休息时间处理，并请大家遵守培训时间。

同伴教员：大家还有没有其他的建议？

注意：基本规则可根据是开展培训还是做外展的不同活动形

式和地点灵活进行调整。同时把规则贴在墙上。

## 六、期望

时间：10 分钟。

目的：了解学员的需求，以便同伴教员在培训过程中进行适当的调整。这一节结束后，把写在大白纸上的学员的需求贴在教室的某个角落，培训班结束后，再与学员核对一遍，确保培训解决了学员的要求。

方法：头脑风暴。

材料：白板、白板笔或大白纸、记号笔和大夹子。

同伴教员：今天要讨论一下艾滋病和一些我们大家共同关注的问题。首先，我们想知道大家是否有特别想了解的关于艾滋病和与之相关的一些问题，如果我们能回答的话，我们将尽量回答，或者与大家一起讨论。如果你们现在想不起来，也可以等一会儿想起来再告诉我们。

主持：看一遍列出来的内容并肯定培训班上将涉及的话题。对于培训班上无论如何也不会涉及的或是不能在适当的时候插入的话题，鼓励学员在休息时与同伴教员就这些问题进行讨论，或让他们参看事先准备好的小册子里面的信息。在培训班的此阶段不要就这些问题展开过长的、全面的讨论。如果大多数学员都对某个（些）培训上没有涉及的话题感兴趣的话，请务必将这些问题记在笔记本上，并在同伴教员的会议上讨论。

## 七、介绍日程

时间：5 分钟。

目的：让学员了解今天培训的主要内容。