

青少年健康关系生活技能的同伴教育培训手册

资料集

中文资料:

1. 同伴教育手册 UNFPA 2010
2. 青少年培训者培训手册 UNFPA 2005
3. 国际性教育技术指导纲要 UNESCO 2010
4. 关于侵害妇女的一切暴力行为的深入研究秘书长报告 UN 2006
5. 社会性别项目制定相关词汇中英文对照表 UNFPA 2011

英文英文:

6. 男人和男孩参与性别平等和健康行动手册 UNFPA 2010
7. 预防伴侣暴力和性暴力 WHO 2010
8. 青少年基于性别暴力问题的工具包: 交往中自我角色与责任的意识提升 BMZ 2010
9. 警察有效干预针对妇女暴力的培训课程 UNODC 2010
10. 服务者的培训手册: 关于同性恋群体与艾滋病和性别暴力 SAFAIDS 2010
11. 社会性别相关词语和概念对照表 INSTRAW 2010

反对家庭暴力网络/北京帆葆

2012年1月6日

再版说明

《同伴教育手册》是中国计划生育协会和中国青年网络为实施联合国人口基金第六周期项目而组织编写的培训教材。2006年11月印制了“试用”版。试用版在三年多的时间里，在30个项目县举办的同伴教育培训班上试用，得到了青少年和同伴教育者的广泛好评。由于试用版手册是专门为高中在校学生设计的生殖健康和技能同伴教育培训手册，没有覆盖包括初中和大专院校的学生及校外青年，因此根据项目县的建议和对试用版的意见，我们对《同伴教育手册》试用版作了适当的修订和充实，修订后的《同伴教育手册》更加面向初中生和大专院校在校学生和校外的青年提供生殖健康和技能培训的内容。因此使用者可在充分了解青少年需求的基础上，根据不同的目标人群选取《同伴教育手册》中适合目标人群的培训内容开展同伴教育。希望《同伴教育手册》的培训课程能够帮助青少年坦然面对成长过程中的各种挑战，在性与生殖健康方面做出负责的、健康的、安全的决定，为今后的生活做好充分的准备。

中国人民大学李明瑞同学根据项目点的意见以及中国计生协/中国青年网络的讨论建议对手册进行了修订，本手册在修订的过程中借鉴了中国计划生育协会（CFPA）和帕斯适宜卫生科技组织（PATH）编写的《成长之道—青春健康生活技能培训指南》以及中国计划生育协会和玛丽斯特普编写的《爱之年华》。UNFPA专家Dr Jo Sauvarin、澳大利亚青年大使Jennifer Clark、中国计划生育协会李立鹤以及玛丽斯特普国际组织中国办事处刘陈男、梅冬对本手册进行了系统审核。中国人民大学刘昌伟同学负责编辑校对，同时中国青年网络陈蓉、吴丹、王君军和高山俊健等亦对本手册做出贡献。

本手册的出版有赖于联合国人口基金中国、中国计生协的大力支持，以及玛丽斯特普国际组织提供的技术指导，我们在此一并感谢。

中国青年网络
中国计划生育协会
2010年03月

目录

006 致同伴教育主持人

第一单元 热身和相互认识

- 13 (一) 热身, 自我介绍
- 16 (二) 认识“同伴教育”
- 17 (三) 设立同伴教育的基本原则
- 18 本单元补充活动和参考资料

第二单元 对爱的讨论

- 19 (一) 对爱的讨论
- 20 (二) 价值投票
- 21 (三) 理想中的异性偶像

第三单元 青春期健康知识

- 23 (一) 青春期的变化
- 24 参考资料1
- 26 (二) 男、女生殖器官及青春期保健
- 27 参考资料2
- 28 (三) 生理健康知识 – 基础篇
- 30 本单元补充活动和参考资料

第四单元 性与性别

- 35
- 36 (一) 脱敏
- 38 (二) 对生理性别和社会性别的理解
- 39 (三) 对性的多样性的理解和尊重
- 41 参考资料
- 42

第五单元

性与生殖健康

- (一) 生殖健康知识—怀孕篇
- (二) 生殖健康知识—避孕篇
- (三) 生殖健康知识—性传播疾病篇

本单元补充活动和参考资料

第六单元

艾滋病的预防

- (一) 认识艾滋病—速度篇
- (二) 认识艾滋病—病理篇
- (三) 认识艾滋病—观念篇
- (四) 认识艾滋病—途径与行为篇
- (五) 正视艾滋病，关爱感染者

本单元补充活动和参考资料

第七单元

面对生活压力

- 73 (一) 选择和信
- 78 (二) 防“狼”
- 80 (三) 交流技巧
- 81 本单元补充活动

第八单元

憧憬未来

- 83 (一) 未来计划
- 85 (二) 十年之后的聚会

第九单元

同伴教育技能卡片

- 87 (一) 青少年同伴教育简介
- 89 (二) 同伴教育主持技巧和必备素质

附录

- 95 附录一：针对不同目标人群的培训内容
- 99 附录二：同伴教育培训、记录和评估表格
- 107 附录三：青少年性与生殖健康同伴教育最佳实践介绍

致同伴教育主持人

欢迎你使用《同伴教育手册》——这是一本为12至24岁在校青少年和未婚青年设计的青少年性与生殖健康同伴教育培训手册。你可以根据你的培训对象选择适合的内容开展同伴教育活动。

在使用本书之前，可能你最关注的是：“什么是同伴教育”。通常来说，同伴更多的是指他们具有相似的背景或生活环境，或有相似的经历、健康状况、兴趣、需求等，因而能够互相学习，互相影响。本书中针对的同伴就是我们的同学、朋友、工友或者兄弟姐妹。而“同伴教育”被认为是一种十分有效的宣传和教育手段，这种教育手段提倡使用平等、对话、轻松的方式来传播正确的性与生殖健康知识与生活技能。近年来众多的国际健康文献证实了同伴教育在性与生殖健康教育和艾滋病预防领域的积极作用。基于这种流行趋势，全世界都在努力促进同伴教育在各领域的发展，与此同时，对同伴教育的关注和支持也在不断增加。

在我们的成长过程中，对于一些性与生殖健康的信息，我们难以获得，像性、安全套的使用、生殖健康、艾滋病和性病等等。这些因素可能是社会文化、对青少年教育的内容、对性的敏感、信息的匮乏等。很多时候，即使我们可以从父母或者老师那里获得信息，但是赋予我们信息的方式却可能是主观的、有偏见性的。

一个处理这一问题的有效办法就是“同伴教育”，因为它是在平等基础上的对话。它通常采用非正式的集合形式，举个例子来说，可能是在同龄主持人的引导下的关于某一话题的讨论。在这个过程中，传递客观的信息和正确的知识。同伴教育的有效性在于它的社会参与性，它使年轻人融入到讨论和活动之中——亲自参与的方式相对于简单的获取信息的方式更有利于学习。因此，同伴教育是一种传递性与生殖健康以及预防艾滋病有关信息的非常合适且有效的办法。它鼓励年轻人参加活动，这些活动的方式可能是游戏、竞赛或是角色扮演。所有这些都能帮助人们看清新的事物做出自己的决定，而不是单向的被告知应该怎样想或做什么。同时，日常生活中同伴间对于共同关注问题的探讨，尤其是那些不倾向与长辈交流的问题，从而得到意见性的启发也算一种非参与式的同伴教育。

青少年性与生殖健康的知识和技能培训包括两项最重要的任务：促进他们对性与生殖健康知识与责任的认识，在他们生理、情感和行为等诸方面产生影响；帮助青年人为未来要扮演的社会角色做准备，使他们更深入地了解自己现在是什么人，将来要成为什么人，走向何方，路在何方。

包括：

- | 获得关于认识自身、性、避孕和预防性传播疾病以及为未来生活做好准备方面的信息和知识。
- | 探寻和澄清关于在成长、性别角色、冒险性行为、表达感情与友谊方面的态度和观念；
- | 练习做决定、设定生活目标、交流、拒绝、抵制压力的生活技能。

此手册的出版归功于联合国人口基金（简称UNFPA）和联合国艾滋病规划署（简称UNAIDS）的联合工作计划的工作,由美国国际发展署（简称USAID）、家庭健康国际（简称FHI）/青年网络以及世界卫生组织（简称WHO）欧洲分部资助。

此手册中所述观点并不一定反映联合国人口基金、联合国艾滋病规划署或世界卫生组织的政策。各联合国部门的方针和政策都由各部门的管理机构制定，联合国各部门在其职责范围之内，落实这些方针和政策。

联合国人口基金作为一个国际发展机构，以促进妇女、男人和儿童人人享有健康生活和平等机会的权利为己任。人口基金支持各国运用人口数据来制订政策和方案，以减轻贫困，让每一次怀孕都合乎意愿，每一次分娩都确保安全，每一位青年都免遭艾滋病毒/艾滋病侵害，每一个女孩和妇女都享有尊严并受人尊重。

青少年同伴教育组织（Y-PEER）自2001年建立伊始，与合作的伙伴国家一起致力于提高各国政府和非政府组织实施、管理、监督和评估同伴教育项目的的能力，从而预防艾滋病和促进生殖健康。青少年同伴教育组织由人口基金和家庭健康国际/青年网络、联合国儿童基金（简称UNICEF）及其它组织共同领导。青少年同伴教育组织已经在东欧和中亚的二十七个国家启动，现在正普及到世界其它地区，包括阿拉伯国家、非洲及拉丁美洲地区。

青年网络是一个由美国国际发展署资助的五年计划项目，旨在促进青少年人群的生殖健康和艾滋病预防。青年网络小组由家庭健康国际领导，同时也受美国关怀组织和三角国际研究中心领导。此手册的出版资金由美国国际发展署与家庭健康国际/青年网络联合提供（合作协议号GPH-A-00-01-00013-00）。此手册所包含信息并不一定代表家庭健康国际或美国国际发展署的政策。

2.

联合国人口基金和青少年同伴教育网络（简Y-PEER）地址：

美国纽约10017，纽约市第42东大街220号18层

家庭健康国际/青年网络地址：

美国北卡罗莱纳州阿灵顿市威尔逊大道2101号

致谢	6
----	---

中文版序	
简介	8

1	第一部分：同伴教育——从理论到实践	13
	何谓同伴教育?	13
	为何实施同伴教育?	14
	同伴教育的理论基础	15
	将理论付诸实践	19
	青少年成人合作的同伴教育	22
	同伴教育是解决问题的一条有效途径	22

2	第二部分：培训者培训指南——课程	23
	如何应用此培训者培训课程	22
	同伴教育主持人培训班的核心理念	23
	培训者培训讲习班主要内容	22
	6天培训者培训讲习班案例	23
	讲习班日程安排概况	26
	培训者日程安排一览	26
	■ TOT 讲习班第一天	27
	开始	28
	介绍“打破僵局”技巧、热身及兴趣激发	31
	制定基本准则	34
	同伴教育——理论与实践	36
	在培训过程中采用主题导入法	39
	公众演讲技巧介绍	41
	介绍团队建设和建立互信	44
	角色扮演	48
	总结	51

▲	■ TOT 讲习班第二天	52
	开始	53
	信息共享技术	54
	价值观及态度探究技术	56
	性别意识及敏感度	65
	总结	69
	■ TOT 讲习班第三天	70
	开始	71
	技能建构技术	72
	激励工具及技巧	77
	再次角色扮演	81
	总结	82
	■ TOT 讲习班第四天	83
	开始	84
	和特别易受伤害的年轻人工作	85
	总结	96
	■ TOT 讲习班第五天	97
	开始	98
	合作技能	98
	同伴教育工作者的录用及保留	100
	教育咨询	108
	总结	111
	■ TOT 讲习班第六天	112
	开始	113
	监督及评估	113
	启动青少年及成人合作项目	116
	培训结束及结业仪式	125

3	第三部分：艾滋病同伴教育培训范例	127
	课程介绍	127
	活动描述	128
4	第四部分：相关资料	133
	1. 直接经验描述	133
	2. 同伴教育及行为改变理论	135
	3. 艾滋病知识小测验	137
	4. 性传播疾病挑战	139
	5. 隐私方块	141
	6. 性别	143
	7. 问题树	145
	8. 同伴领导方法种类	147
	9. 合作方式	149
	10. 合作小测验	151
	11. 同伴教育激励	153
	12. 自我照顾	155
	13. 同伴领导方法种类	157
	14. 同伴教育项目监督与评估	159
	15. 青少年及青少年参与概念界定	161
	16. 青少年参与到青少年与成人合作	163
	17. 挑战：建立有效的青少年与成人合作关系	165
	18. 例研究	169
	19. 建立有效的青少年与成人合作关系	171
	20. 关艾滋病十大事实	177

5

第五部分：附件

179

附件1. 培训前及培训后范例问卷调查	179
附件2. 更多练习	186
■ 性别—是什么意思?	186
■ 媒体形象分析	187
■ 单身周末聚会	188
附件3. 技巧评级表	191
附件4. 同伴教育资源注释单	193
附件5. 第二部分采用的练习	203
附件6. 资源	204

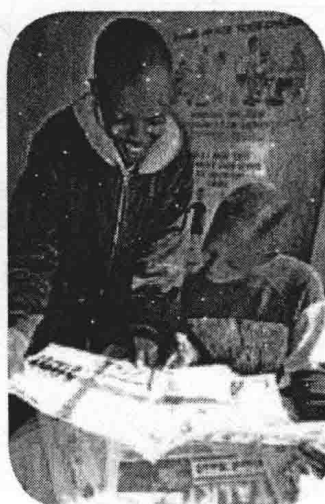
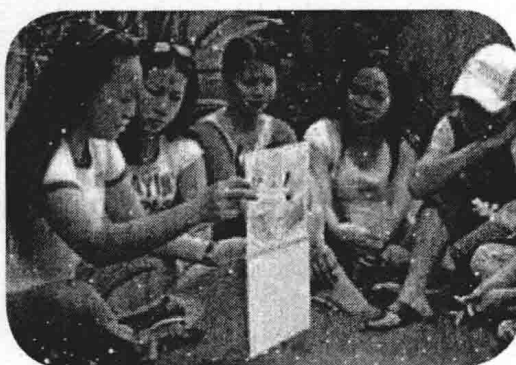


联合国教育、
科学及文化组织

第II卷 主题和学习目标

国际性教育技术指导纲要

采用循证方式，适合于学校、教师和健康教育
工作者



3.



UNAIDS
JOINT UNITED NATIONS PROGRAMME ON HIV/AIDS

UNHCR
UNICEF
WFP
UNDP
UNFPA
UNODC
ILO
UNESCO
WHO
WORLD BANK

国际性教育技术指导纲要

采用循证方式，适合于学校、教师和健康教育工作者

2010年6月

本文件所用名称及其材料的编排格式并不意味着联合国教科文组织对任何国家、领土、城市、地区、或其当局的法律地位、或其边界或界限表示任何意见。

联合国教科文组织出版

© 教科文组织，2010年

教科文组织

教育部门

联合国教育领域优先事项协调司

艾滋病毒和艾滋病问题科

丰特努瓦广场7号

75352, 巴黎 07 SP, 法国

网址: www.unesco.org/aids

电子邮件: aids@unesco.org

联合国教科文组织编写并印刷

ED-2009/WS/36 REV2 (CLD 4894.9)

致谢

该《国际性教育技术指导纲要》由联合国教科文组织（UNESCO）委托编写。编写工作在联合国教科文组织艾滋病病毒/艾滋病全球事务协调专员Mark Richmond的总体指导下，由该组织联合国教育领域优先事项协调司艾滋病病毒和艾滋病问题科的Chris Castle、Ekua Yankah和Dhianaraj Chetty负责组织。

教育、培训和研究（ETR）协会高级研究员Douglas Kirby与美国性知识和性教育理事会（SIECUS）前国际教育培训部主任Nanette Ecker是本文件的撰稿人。独立顾问Peter Gordon对多份草案进行了编辑。

教科文组织对威廉和弗洛拉·休利特基金会表示感谢。由该基金会主持召开的全球技术咨询会议为本《指导纲要》的编写工作做出了重要贡献。组织者还要向所有于2009年2月18~19日莅临美国门洛公园参与咨询会议的人士表达谢意，他们是（按姓氏字母顺序排列）：

联合国人口基金的Prateek Awasthi；人文科学研究理事会（南非）的Arvin Bhana；教科文组织的Chris Castle；“援助行动”前成员Dhianaraj Chetty；墨西哥性教育协会和世界性健康协会的Esther Corona；教科文组织的Mary Guinn Delaney；美国性知识和性教育理事会的Nanette Ecker；健康行动组织（AHI）的Nike Esiet；独立顾问Peter Gordon；牙买加教育部的Christopher Graham；美国人口理事会的Nicole Haberland；肯尼亚人口理事会的Sam Kalibala；教育、培训和研究协会的Douglas Kirby；北京师范大学的刘文利；国际健康战略组织的Elliot Marseille；埃格顿大学的Helen Omondi Mondoh；谈论生殖健康与性健康问题组织（TARSHI）的Prabha Nagaraja；瑞典性教育协会的Hans Olsson；尼日利亚“女孩力量”项目（GPI）的Grace Osakue；世界人口基金会（WPF）的Jo Reinders；威廉和弗洛拉·休利特基金会的Sara Seims；以及教科文组织的Ekua Yankah。

对于我们收到的书面意见和投稿，在此表示万分感谢。它们来自（按姓氏字母顺序排列）：

伦敦大学教育学院的Peter Aggleton；独立顾问Vicky Anning；世界卫生组织（WHO）的Andrew Ball；联合国人口基金的Prateek Awasthi；性与生殖权利青年联盟的Tanya Baker；艾滋病规划署的Michael Bartos；前教科文组织工作人员、玛

丽斯特普国际组织的Tania Boler；前教科文组织工作人员Jeffrey Buchanan；教科文组织的Chris Castle；性与生殖权利青年联盟的Katie Chau；教科文组织的Judith Cornell；教科文组织国际教育规划研究所（IIEP）的Anton De Grauwe；教科文组织的Jan De Lind Van Wijngaarden；教科文组织的Marta Encinas-Martin；世界卫生组织的Jane Ferguson；世界卫生组织的Claudia Garcia-Moreno；教科文组织国际教育局（IBE）的Dakmara Georgescu；教科文组织的Cynthia Guttman；联合国儿童基金会（UNICEF）的Anna Maria Hoffmann；南安普顿大学的Roger Ingham；联合国儿童基金会的Sarah Karmin；世界卫生组织的Eszter Kismodi；艾滋病规划署的Els Klinkert；联合国儿童基金会的Jimmy Kolker；联合国人口基金的Steve Kraus；阿尔及尔大学的Malika Ladjali；联合国儿童基金会的Changu Mannathoko；泛美卫生组织（PAHO）的Rafael Mazin；性与生殖权利青年联盟的Maria Eugenia Miranda；教科文组织的Jean O’ Sullivan；联合国人口基金的Mary Otieno；利物浦热带医学院和国家医学研究所的Jenny Renju；教科文组织的Mark Richmond；联合国儿童基金会的Pierre Robert；联合国教科文组织的Justine Sass；世界卫生组织的Iqbal H. Shah；世界卫生组织的Shyam Thapa；教科文组织国际教育规划研究所的Barbara Tournier；前教科文组织工作人员Friedl Van den Bossche；联合国儿童基金会的Diane Widdus；教科文组织的Arne Willems；教科文组织的Ekua Yankah；以及艾滋病规划署的Barbara de Zalduondo。

教科文组织感谢以下人士为书目资源做出了贡献：教科文组织的Masimba Biriwasha；联合国教科文组织国际教育局的Sandrine Bonnet；教科文组织国际教育局的Claire Cazeneuve；世界卫生组织的Claire Greslé-Favier；教科文组织国际教育局的Magali Moreira；以及教科文组织国际教育规划研究所的Lynne Sergeant。最后，还要感谢Vicky Anning所做的编辑、Aurélia Mazoyer所做的设计以及Schéhérazade Feddal为本文件的制作工作提供的联络支持。

本文件由联合国教科文组织驻京办事处组织翻译成中文。

缩略语

AIDS	艾滋病
ART	抗逆转录病毒疗法
CEDAW	《消除对妇女一切形式歧视公约》
CRC	《儿童权利公约》
EFA	全民教育
ETR	教育、培训和研究
FHI	家庭健康国际
FGC	切割女性生殖器
FGM	切割女性生殖器
FWCW	第四次妇女问题世界大会
HIV	艾滋病病毒
HPV	人类乳头瘤病毒
IATT	跨机构工作组
IBE	教科文组织国际教育局
ICPD	国际人口与发展会议
IIEP	教科文组织国际教育规划研究所
IPPF	国际计划生育联合会
MDG	千年发展目标
MoE	教育部
MoH	卫生部
NGO	非政府组织
PEP	接触后预防
PFA	行动纲要
POA	行动纲领
SIECUS	美国性知识和性教育理事会
SRE	性和关系教育
SRH	性和生殖健康
SRHR	性和生殖健康及权利
STD	性传播疾病
STI	性传播感染
UN	联合国
UNAIDS	联合国艾滋病规划署
UNESCO	联合国教科文组织
UNFPA	联合国人口基金
UNICEF	联合国儿童基金会
VCT	（艾滋病病毒）自愿咨询和检测
WHO	世界卫生组织

目录

致谢	iii
缩略语	iv
主题和学习目标	1
1. 引言	2
2. 年龄段	4
3. 学习内容	5
4. 独立的或综合的课程	5
5. 结构	6
6. 关键概念和主题概述	7
7. 学习目标列表	8
参考资料	34
附录	37
I. 有关性教育的国际公约和协议	38
II. 采访计划和采访方法、半结构式采访问卷的问题单	42
III. 联络人员及其主要信息	44
IV. 教科文组织性教育问题全球技术咨询会议与会者名单	45
V. 资源目录	47