ADB

IOM • OIM

For Life With Love

ຄູ່ມືການຝຶກອົບຮົມເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ
ແລະ ການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານທີ່ປອດໄພ ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງ
ເສັ້ນທາງແລະ ຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ

For Life, With Love :

ຄູ່ມືການຝຶກອົບຮົມເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮັສໄອວີ ແລະ ການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານທີ່ປອດໄພ ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງ ເສັ້ນທາງ ແລະ ຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ

ສິງຫາ 2012

ADB

IOM • OIM

ໂດຍຮ່ວມມືກັບ

ສູນຕ້ານເອດ ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ
ແລະ
ກະຊວງໂຍທາທິການ ແລະ ຂົນສົ່ງ, ສປປ ລາວ

© 2012 ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ
ສະຫງວນລິຂະສິດ. ພິມປີ 2012
ພິມທີ່ ສປປລາວ.
ທະບຽນເລກທີ : 210 ພຈ 23052012

ISBN 978-92-9092-784-6 (ພິມ) 978-92-9092-785-3 (PDF)
Publication Stock No.TIM124875
ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນ ເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ
For Life, With Love: ຄູ່ມືການຝຶກອົບຮົມເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານທີ່ປອດໄພ ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ ແລະ ຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ.
ເມືອງ Mandaluyong, ປະເທດຟີລິບປີ່ນ: ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ, 2012.
1 .ການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ. 2. ການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຈຳນທີ່ປອດໄພ. 3. ການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ.
I. ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ

ທຸກມຸມມອງທີ່ສະແດງໃນປຶ້ມຄູ່ມືນີ້ເປັນຂອງຜູ້ຂຽນ ແລະ ຈະບໍ່ກະທົບຕໍ່ມຸມມອງ ແລະ ນະໂຍບາຍຂອງທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ (ADB) ຫຼື ຄະນະນຳ ຫຼື ລັດຖະບານທີ່ເປັນຕົວແທນ.

ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ (ADB) ບໍ່ຮັບປະກັນຄວາມຖືກຕ້ອງຂອງຂໍ້ມູນໃນເອກະສານເຫຼັ້ມນີ້ ແລະ ຈະບໍ່ຮັບຜິດຊອບຕໍ່ຜົນທີ່ຕາມມາໃດໆໃນການນຳໃຊ້.

ໂດຍການກຳນົດ ຫຼື ການອ້າງອີງເຖິງເຂດແດນ ຫຼື ພູມີປະເທດທີ່ເຈາະຈົງໃດໜຶ່ງ ຫຼື ການນຳໃຊ້ຄຳສັບ "ປະເທດ" ໃນປຶ້ມຄູ່ມືນີ້, ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີຈະບໍ່ໃຫ້ມີການວິຈານໄປທາງດ້ານກົດໝາຍ ຫຼື ສະຖານະອື່ນໆໃນເຂດແດນ ຫຼື ພື້ນທີ່ນັ້ນ.

ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີບໍ່ສະໜັບສະໜູນໃຫ້ມີການພິມ ຫຼື ສຳເນົາຂໍ້ມູນໃດໜຶ່ງເພື່ອນຳໄປໃຊ້ໂດຍຜົນປະໂຫຍດສ່ວນຕົວ ຖ້າບໍ່ໄດ້ຮັບການອະນຸຍາດຈາກທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ. ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ຂາຍ, ຈຳໜ່າຍຕໍ່ ຫຼື ນຳໄປເປັນຜົນງານເພື່ອຈຸດປະສົງທາງດ້ານການຄ້າໂດຍບໍ່ໄດ້ຮັບການຍິນຍອມຈາກທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ.

ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ
6 ADB Avenue Mandaluyong City
1550 Metro Manila Philippines
Tel +63 2 632 4444
Fax +63 2 636 2444
www.adb.org
ຕ້ອງການສັ່ງ, ກະລຸນາຕິດຕໍ່:
ພະແນກພົວພັນພາຍນອກ
Fax +632 2 636 2648
adbpub@adb.org

ໂຄງການນີ້ຄືພາກສ່ວນໜຶ່ງຂອງໂຄງການຕ້ານ ແລະ ສະກັດກັ້ນພະຍາດເຮສໄອວີ/ເອດໃນອາຊີ ແລະ ປາຊີຟິກທີ່ໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫຼືອທາງດ້ານເຕັກນິກໃນລະດັບພາກພື້ນໂດຍກອງທຶນຮ່ວມມືກັນຕ້ານ ແລະ ສະກັດກັ້ນພະຍາດເຮສໄອວີ/ເອດໃນອາຊີ ແລະ ປາຊີຟິກຈາກຜູ້ໃຫ້ທຶນຫຼາຍພາກສ່ວນທີ່ສ້າງຕັ້ງຂຶ້ນທຳອິດໂດຍລັດຖະບານສະວີເດນ, (RETA 6321).
ຕ້ອງການສອບຖາມ, ກະລຸນາຕິດຕໍ່:
Emiko Masaki, Social Sector Economist
Southeast Asia Department
emasaki@adb.org

ສາລະບານ

ຄຳຂອບໃຈ--vi
ຄຳຫຍໍ້---viii
ຄຳນຳ--1

ພາກທີ 1 ພາບລວມຂອງເນື້ອຫາໃນເຄື່ອງມືການຝຶກອົບຮົມ--3
A. ຮູບແບບຂອງເລື່ອງວີດີໂອກາຕູນFor Life, With Love ---------------------------------3
B. ພາກຂອງການຝຶກອົບຮົມ---10
C. ເຄື່ອງມືໃນການກວດສອບ ແລະປະເມີນຜົນ--15

ພາກທີ 2 ແນວທາງຂອງການຝຶກອົບຮົມ---17
h ພາກສະເໜີ---17
1. ການໃຊ້ວີດີໂອກາຕູນໃນການແນະນຳບັນດາກິດຈະກຳ--------------------------------17
2. ການໃຊ້ການສື່ສານສອງທາງ ການສົນທະນາໂຕ້ຕອບ ເພື່ອກະຕຸ້ນການຮຽນຮູ້
ແລະການພັດທະນາທັກສະ--19
3. ການແຍກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ຍິງ-ຊາຍ--20
4. ການຝຶກການແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະທັກສະໃນການຕັດສິນໃຈ-------------------------------21
B. ແນະນຳພາກການຝຶກອົບຮົມ ສຳລັບແຕ່ລະກຸ່ມເປົ້າໝາຍ-----------------------------------22
1. ແຮງງານກໍ່ສ້າງ---23
2. ຊຸມຊົນທ້ອງຖິ່ນ--23
3. ສະຖານທີ່ບັນເທີງ---24

ພາກທີ 3 ພາກການຝຶກອົບຮົມ--31
ພາກທີ1: ຄວາມຮູ້ພື້ນຖານກ່ຽວກັບສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ--------------------------------------31
ກິດຈະກຳທີ 1 :ຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາ--32
ກິດຈະກຳທ 2 :ອົງປະກອບອະໄວຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ--------------------------------------34

ພາກທີ 2: ກິດຈະກຳກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນພະຍາດເຮັດໄອວີ/ພະຍາດເອດ/ພຕພ--------------42
ກິດຈະກຳທີ 1 :ການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ(ລົມເພລົມພັດ)----------------------------44
ກິດຈະກຳທີ 2 :ຖືກ..ບໍ່ຖືກ..ບໍ່ແນ່ໃຈ---45
ກິດຈະກຳທີ 3 :ໃຜມີເຊື້ອເຮສໄອວີ?---47
ກິດຈະກຳທີ 4 :ປະເມີນຄວາມສ່ຽງ---52
ກິດຈະກຳທີ 5 :ການເຕັ້ນລຳຂອງລະບົບພູມຄຸ້ມກັນ-------------------------------------58
ກິດຈະກຳທີ 6 :ໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ(ໄລຍະ3ເດືອນ)---60
ກິດຈະກຳທີ 7 :ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ---63
ກິດຈະກຳທີ 8 :ລະເບີດເວລາຖົງຢາງອະນາໄມ---69

ກິດຈະກໍາທີ 9 :ຄຸ້ມຄ່າບໍ່?--75
ກິດຈະກໍາທີ 10 :ແຫຼ່ງຖົງຢາງອະນາໄມສະຖານທີ່ກວດຫາເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການກວດຮັກສາພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນໃນຊຸມ--------------------80
ກິດຈະກໍາທ 11 :ຈະໄປຊື້ຫຼືຂໍຖົງຢາງອະນາໄມຫຼືໄປໃຊ້ບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບເພື່ອກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືການປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ?--------82

ພາກທີ 3: ເຊື້ອເຮສໄອວີ , ພະຍາດເອດ ແລະ ທັດສະນະຄະຕິ-----------------------------85
ກິດຈະກໍາທ 1 :ເຫດຜົນທີ່ໃຊ້ຫຼືບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ------------------------------------86
ກິດຈະກໍາທີ 2 :ເກມໝາກຂ່າງ--89

ພາກທີ 4: ການພັດທະນາທັກສະ--92
ກິດຈະກໍາ 1: ຕົ້ນປາຍສາຍເຫດສ່ວນທີ1---94
ກິດຈະກໍາ 2: ຫລັກການແກ້ໄຂບັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈ---------------------------------98
ກິດຈະກໍາ 3: ຕົ້ນປາຍສາຍເຫດສ່ວນທີ2---100
ກິດຈະກໍາ 4: ໃກ້ຊິດຕິດແທດປານໃດ?--102
ກິດຈະກໍາ 5: ຄວາມສ່ຽງຂອງຂ້ອຍ---105
ກິດຈະກໍາ 6: ຮຸນແຮງຫຼືຍິນຍອມແຕ່ໂດຍດີຫຼືຢືນຢັນໃນຕົນເອງ-------------------------108
ກິດຈະກໍາ 7: ເກມເລົ່າເລື່ອງ---111
ກິດຈະກໍາ 8: ກິດຈະກໍາ10:ການຝຶກທັກສະການສື່ສານ(ການຕໍ່ລອງຫຼືປະຕິເສດ)---------113

ພາກທີ 5: ການຢູ່ຮ່ວມກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ-------------------------------------116
ກິດຈະກໍາ 1: ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ---------------------------------------117
ກິດຈະກໍາ 2: ການເບິ່ງແຍງຮັກສາຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໃນເບື້ອງຕົ້ນ----------------------119
ກິດຈະກໍາ 3: ເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່?--123

ພາກທີ 4: ເຄື່ອງມືໃນການກວດສອບແລະປະເມີນຜົນ------------------------------------127
A. ເຄື່ອງມືໃນການກວດສອບສໍາລັບການຈັດຝຶກອົບຮົມ-----------------------------------127
ແບບຟອມ 1: ຂໍ້ມູນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ-------------------------------------129
ແບບຟອມ 2: ສັງລວມຂໍ້ມູນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມ(ຕົວຢ່າງ)-------------------132
ແບບຟອມ 3: ການກວດສອບທັກສະຂອງຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ------------------------------138

B. ການປະເມີນຂອງການຝຶກອົບຮົມ---144
ຄໍາຖາມເພື່ອການປະເມີນ (ກ່ອນແລະຫຼັງ)---------------------------------------145

ເອກະສານອ້າງອີງ--153

ພາກພະໜວກທີ I :
ກໍລະນີສຶກສາຂອງໂຄງການກໍ່ສ້າງທາງ ADB 10 ຄວາມ ສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຢູ່ໃນສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ ແລະ ຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ໃນແຂວງບໍລິຄໍາໄຊ, ສາທາລະນະລັດປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ ---152
ພາກພະໜວກທີ II:
ວິທີການທີ່ນໍາໃຊ້ໂດຍຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາໃນການຈັດກິດຈະກໍາແລະຝຶກອົບຮົມ---------------------159
ພາກພະໜວກທ III:
ຂໍ້ສະເໜີສໍາລັບຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ--164

ຕາຕະລາງແລະຮູບພາບ

ຫ້ອງທີ 1: ຕົວຢ່າງພາກທີ 2--18
ຫ້ອງທີ 2: ຕົວຢ່າງເຊື່ອມຕໍ່ໄປຫາພາກທີ 4 ແລະ 5---19
ຫ້ອງທີ 3: ວິທີການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ຖືກຕ້ອງ---73

ຮູບພາບ 1: ຕົວຢ່າງເຄືອຂ່າຍເພດ---50
ຮູບພາບ 2: ບົດຝຶກຫັດໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ(ໄລຍະ 3 ເດືອນ) ຂອງການກວດເລືອດຊອກຫາເຊື້ອເຮສໄອວີ)---62
ຮູບພາບ 3: ບັດຄໍາຂອງ 9 ປະເພດຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ-------------------------65
ຮູບພາບ 4: ສາມສາຍເຫດຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ---------------------------------68
ຮູບພາບ 5: ໂຄງການເສັ້ນທາງຊອຍ ADB 10, ປາກຊັນທ່າສີ, ແຂວງບໍລິຄໍາໄຊ ---------------152
ຮູບພາບ6: ພາບສະແດງລະດັບການຮຽນຮູ້ແລະການມີສ່ວນຮ່ວມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໂດຍວິທີການຝຶກອົບຮົມ --163
ຮູບພາບ7: ປະສິດທິຜົນຂອງກິດຈະກໍາຮຽນຮູ້ທີ່ຫຼາກຫຼາຍ------------------------------------163
ຕາຕະລາງທີ 1: ເລື່ອງໃນວີດີໂອກາຕູນສໍາລັບແຕ່ລະພາກຂອງການຝຶກອົບຮົມ-------------------3
ຕາຕະລາງທີ 2: ເນື້ອເລື່ອງໃນແຕ່ລະຕອນໃນວີດີໂອກາຕູນ For Life, With Love---------------4
ຕາຕະລາງທີ 3: ຫົວຂໍ້ແລະຈຸດປະສົງຂອງຫ້າພາກການຝຶກອົບຮົມ------------------------------10
ຕາຕະລາງທີ 4: ວັດຖຸປະສົງແລະໄລຍະເວລາສໍາລັບແຕ່ລະກິດຈະກໍາ--------------------------11
ຕາຕະລາງທີ 5: ການຝຶກອົບຮົມໜຶ່ງຄັ້ງຕໍ່ອາທິດ ວາງແຜນສໍາລັບ 4 ຄັ້ງຂອງການຝຶກອົບຮົມ------25
ຕາຕະລາງທີ 6: ແຜນການສໍາລັບການຝຶກອົບຮົມສອງວັນ-------------------------------------27
ຕາຕະລາງທີ 7: ເຫດຜົນຂອງການເຂົ້າໄປເຖິງຜູ້ໃຫ້ບໍລິການທາງດ້ານສາທາລະນະສຸກ------------83

ຄຳຂອບໃຈ

ຄູ່ມືຫຼັກສູດການຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພະຍາດເອດໃນສະຖານທີ່ການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງແມ່ນຜົນໄດ້ຮັບຈາກຄວາມພະຍາຍາມຮ່ວມກັນ,ຊຶ່ງໄດ້ສ້າງຂຶ້ນໂດຍໄດ້ຮັບການຊ່ວຍເຫລືອແລະການຮ່ວມມືຈາກບັນດາຊ່ຽວຊານຂະແໜງການທີ່ກ່ຽວຂ້ອງ ຊຶ່ງມີປະກອບສ່ວນຈາກບຸກຄົນ,ອົງການຈັດຕັ້ງແລະໜ່ວຍງານຕ່າງໆທີ່ເປັນຄູ່ຮ່ວມງານ.

ຂໍສະແດງຄວາມຂອບໃຈເປັນພິເສດມາຍັງທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ(ADB),ທີ່ໄດ້ໃຫ້ການສະໜັບສະໜູນທາງດ້ານງົບປະມານແກ່ໂຄງການ,ຂໍຂອບໃຈມາຍັງທ່ານDr.LisaStuddertແລະMs.CharmaineCu-Unjieng,Ms.Amiko Massakiທີ່ໄດ້ໃຫ້ແນວທາງແລະການສະໜັບສະໜູນທາງດ້ານວິຊາການແກ່ໂຄງການນີ້ນັບແຕ່ໄລຍະຕົ້ນຈົນສຳເລັດໂຄງການ.

ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ(IOM)ຂໍຂອບໃຈມາຍັງກະຊວງໂຍທາທິການແລະຂົນສົ່ງ,ສປປລາວ,ໂດຍສະເພາະຢ່າງຍິ່ງແມ່ນທ່ານຂັນເງິນຄຳວົງສາ,ທ່ານໄຊຍະບັນດິດອິນສີຊຽງໃໝ່,ທ່ານນາງຈັນທະໜອມສຸລິໂຍແລະທ່ານນາງໂພເງິນສຸວັນນະວົງ.ໃນນັ້ນ ການສຳຫຼວດປະເມີນສະພາບການແລະການທົດສອບຄູ່ມືການຝຶກອົບຮົມປະສົບຜົນສຳເລັດໄດ້ກໍ່ຍ້ອນການສະໜັບສະໜູນຊ່ວຍເຫຼືອຈາກທີມງານໂຄສະນາປ້ອງກັນພະຍາດເອດປະຈຳໂຄງການADB10ຢູ່ແຂວງບໍລິຄຳໄຊ, ແລະ ຂໍຂອບໃຈເປັນພິເສດມາຍັງທ່ານນວນສະຫວັນແສງມະນີ,ທ່ານສາຍປະສິງເສດຖາວົງ,ທ່ານສຸລິວັນພົມມະໄຊ,ທ່ານລັດຕະນະຜາສຸກເກດຕະວົງ,ທ່ານສົມພານໄຊໂກສີ,ທ່ານຄຳເປື້ອງດວງມະນີ,ທ່ານແກ້ວອຸດອນຫຼວງສຸວັນນະວົງ,ທ່ານປ່າກົວຊົງ,ທ່ານອຸດສາລໍວັນໄຊ,ທ່ານຈັນທະພອນໄຊຍະຈັນແລະທ່ານສຸວັນນີໄຊຍະຈັນ.

ພວກຂ້າພະເຈົ້າຂໍສະແດງຄວາມຂອບໃຈທ່ານດຣ.ຈັນສີພົມພະຈັນທົວຫນ້າສູນຕ້ານເອດ ແລະ ພຕພ, ທ່ານດຣ.ພູທອນສຸດທະລັກ ແລະ ທ່ານດຣ ຈັນທອນ ຄຳສີບຸນເຮືອງ ຄະນະສູນຕ້ານເອດແລະພຕພ ແລະນັກວິຊາການ ຈາກສູນຕ້ານເອດທີ່ໄດ້ໃຫ້ຄຳແນະນຳໃນການປະຕິບັດວຽກງານ.ຂໍຂອບໃຈນຳທ່ານດຣ.ວັນນະເຮືອງລາຊະຈັກ,ຄະນະປະສານງານຂັ້ນແຂວງຕ້ານເອດປະຈຳແຂວງບໍລິຄຳໄຊທີ່ໄດ້ອຳນວຍຄວາມສະດວກແລະໃຫ້ການຊ່ວຍເຫຼືອ.

ຂໍຂອບໃຈມາຍັງທີມງານເກັບກຳຂໍ້ມູນ,ທີ່ໄດ້ເດີນທາງເຂົ້າໄປທີ່ສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງແລະຊຸມຊົນໃນຊ່ວງລະດູຝົນເພື່ອເກັບກຳຂໍ້ມູນໃນການປະເມີນສະຖານະການ,ຂໍຂອບໃຈເປັນຢ່າງສູງແລະພິເສດມາຍັງກຳມະກອນກໍ່ສ້າງ,ຜູ້ເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ,ນາຍບ້ານພ້ອມທັງຄະນະທີ່ໄດ້ປະກອບຄຳເຫັນແລະຄຳຕຳນິ ຕິຊົມຕ່າງໆທີ່ເປັນປະໂຫຍດໃນລະຫວ່າງເຮັດການປະເມີນສະພາບການແລະການທົດສອບຄູ່ມື.

ຂໍຂອບໃຈມາຍັງທ່ານນາງນິນທະທອນໄຊເພັດ,ທີ່ເຮັດໜ້າທີ່ເປັນທີ່ປຶກສາພ້ອມທັງໄດ້ເດີນທາງລົງໄປທີ່ພື້ນທີ່ກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງຂອງໂຄງການADB10ແລະການດຳເນີນວຽກງານຕາມຂອບເວລາອັນຈຳກັດ.

ທີມງານຂອງອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານIOMວຽງຈັນ,ທີ່ໄດ້ປະສານງານທາງດ້ານການລາຍງານຢ່າງເອົາໃຈໃສ່ແລະມີຄວາມຮັບຜິດຊອບສູງ,ຊຶ່ງປະກອບມີສະມາຊິກຄືທ່ານ ດຣ.ມິນທິຣາອິນໂຄຊະສານ,ທ່ານນາງອິນທະມາລາສິດທິມໍລະດາ,ທ່ານສຸລິຍາອັກຄະສອນ,Ms.

AngelaRintoul,ທ່ານພອນສະໄໝສີເຮືອງໄຊ.ພວກຂ້າພະເຈົ້າຂໍຂອບໃຈມາຍັງທ່ານນາງIrenaVojackova-SolloranoແລະDr.NenetteMotusຫ້ອງການIOMປະຈຳພາກພື້ນອາຊີຕາເວັນອອກສຽງໃຕ້ທີ່ບາງກອກທີ່ໃຫ້ການສະໜັບສະໜູນຊ່ວຍເຫຼືອທີ່ມີຄຸນຄ່າແກ່ທີມງານໃນໂຄງການ.

ຂໍຂອບໃຈມາຍັງMs.DienneMillerandMs.BerniceSarpongທີ່ຊ່ວຍກວດແກ້ເນື້ອໃນພາສາອັງກິດ ແລະ ທ່ານ ດຣ ແພງເພັດ ເພັດວິໄຊ ທີ່ໄດ້ຊ່ວຍດັດແກ້ ດ້ານເນື້ອໃນວິຊາການຂອງພາສາລາວ.

ຄຳຫຍໍ້

ADB	ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ
AIDS	ພະຍາດເອດ
ARV	ຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ
BCC	ການສື່ສານເພື່ອການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳ
GMS	ອະນຸພາກພື້ນລຸ່ມແມ່ນ້ຳຂອງ
HIV	ເຊື້ອເຮສໄອວີ
IEC	ການໂຄສະນາສຸຂະສຶກສາ
IOM	ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນ ເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ
MPWT	ກະຊວງໂຍທາທິການແລະຂົນສົ່ງ
PLA	ວິທີການຮຽນຮູ້ແບບມີສ່ວນຮ່ວມ
PLHIV	ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ
STI	ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ

ຄຳນຳ

ການປັບປຸງການຂົນສົ່ງພື້ນຖານໂຄງລ່າງແລະການປະກົດຂຶ້ນຂອງການຂົນສົ່ງແລະເສັ້ນທາງເຊື່ອມຕໍ່ເສດຖະກິດພາກພື້ນຂອງປະເທດລຸ່ມແມ່ນ້ຳຂອງ(GMS)ໄດ້ນຳໄປສູ່ການຕິດຕໍ່ພົວພັນແລະການເຊື່ອມຍົງ ເສດຖະກິດພາກພື້ນໃຫ້ດີຂຶ້ນ, ການສ້າງໂອກາດໃນການມີວຽກເຮັດງານທຳ, ແລະຮູບແບບໃໝ່ທີ່ສະລັບສັບຊ້ອນຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານຢູ່ພາຍໃນແລະຂ້າມແດນລະຫວ່າງປະເທດ. ການພັດທະນາດັ່ງກ່າວນີ້ສາມາດສົ່ງຜົນກະທົບທາງດ້ານລົບ.ໜຶ່ງໃນນັ້ນແມ່ນການເຮັດໃຫ້ມີການເພີ່ມຂຶ້ນຂອງຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ , ໂດຍສະເພາະແມ່ນເຂດທີ່ລຽບຕາມເສັ້ນທາງແລະພື້ນທີ່ຊາຍແດນ.ຜູ້ເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານແລະປະຊາຊົນຢູ່ໃນທ້ອງຖິ່ນທີ່ເຮັດວຽກແລະອາໄສຢູ່ຕາມເສັ້ນທາງທີ່ສ້າງໃໝ່ແມ່ນມີຄວາມສ່ຽງສູງກວ່າໝູ່, ເນື່ອງຈາກຂາດຄວາມຮູ້ແລະທັກສະໃນການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.ເພາະວ່າວຽກງານກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງໂດຍປົກກະຕິແລ້ວແມ່ນມີການ ເຄື່ອນຍ້າຍຢູ່ສະເໝີ, ດັ່ງນັ້ນ, ສື່, ຂໍ້ມູນຂ່າວສານ, ການໂຄສະນາສຸຂະສຶກສາ (IEC) ການເຂົ້າເຖິງເຄື່ອງມືແລະຍຸດທະສາດການສື່ສານເພື່ອການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳ (BCC) ທີ່ທັນສະໄໝແມ່ນມີຄວາມຈຳ ເປັນທີ່ຈະຕ້ອງໄດ້ເຂົ້າເຖິງກຳມະກອນກໍ່ສ້າງແລະຊຸມຊົນທີ່ຢູ່ອ້ອມຂ້າງ.

ເຖິງແມ່ນວ່າ, ບັນດາເຄື່ອງມືທີ່ໃຊ້ເພື່ອເປັນການສື່ສານແລະປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີຈະມີຢູ່ຫຼາຍປານໃດກໍ່ຕາມ,ມັນຍັງມີພຽງຈຳນວນໜຶ່ງເທົ່ານັ້ນທີ່ໄດ້ພັດທະນາ, ປັບປຸງແລະນຳມາໃຊ້ສະເພາະໃນຂົງເຂດວຽກງານການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ.ໃນປີ 2007, ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ (IOM) ໄດ້ພັດທະນາເຄື່ອງມືທີ່ໃຊ້ເປັນສື່ໃນການສື່ສານເພື່ອການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳທີ່ເອີ້ນຊື່ວ່າFor Life, With Love -ວີດີໂອກາຕູນເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານທີ່ປອດໄພແລະທັກສະຊີວິດໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ .ຊຶ່ງໄດ້ພັດທະນາຂຶ້ນຮ່ວມກັບຫລາຍພາກສ່ວນໃນລະດັບຊາດ ໃນຂະແໜງສາທາລະນະສຸກ ແລະ ຜູ້ມີສ່ວນຮ່ວມໃນຫ້າປະເທດລຸ່ມແມ່ນ້ຳຂອງຄືປະເທດກຳປູເຈຍ,ສປປລາວ, ສະຫະພາບມຽນມ້າ,ລາດຊະອານາຈັກໄທ,ແລະສສຫວຽດ ນາມ. ຊຸດສື່ໂຄສະນາຮ່ວມມີ: ວີດີໂອກາຕູນ (8 ຕອນ, 10 ນາທີຕໍ່ໜຶ່ງຕອນ), ແຜ່ນໂປສະເຕີ, ແຜ່ນພັບ, ແລະຄູ່ມືກິດຈະກຳກ່ຽວກັບທັກສະຊີວິດທີ່ຈັດພິມເປັນທັງພາສາຂະແມ,ລາວ, ມຽນມ້າ, ໄທແລະຫວຽດນາມທີ່ມີລັກສະນະເປັນ'ສາລະບັນເທີງ'ເຄື່ອງມືໃນການສື່ສານທີ່ຕັ້ງໃຈສ້າງຂຶ້ນມາເພື່ອການນຳໃຊ້ໂດຍພາກລັດ, ອົງການພັດທະນາ,ພາກເອກະຊົນ, ໃນຊຸມຊົນແລະອົງການຈັດຕັ້ງອື່ນໆເພື່ອສ້າງຈິດສຳນຶກກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະການເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ປອດໄພໂດຍການນຳໃຊ້ທາງດ້ານພາສາແລະທາງດ້ານວັດທະນະທຳທີ່ແທດເໝາະເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າເຖິງໄດ້ງ່າຍໃນການສິດສອນ ໃຫ້ກັບເພດຍິງ ແລະ ເພດຊາຍ.

ເຄື່ອງມືການສື່ສານເພື່ອການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳນີ້ໃຊ້ເວລາໃນການພັດທະນາຂຶ້ນຫຼາຍກວ່າເກົ້າເດືອນຕາມໄລຍະເວລາແລະໄດ້ດຳເນີນການທົດສອບ, ໃນໂຄງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນ ທີ່ໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນທາງດ້ານການເງິນຈາກທະນາຄານພັດທະນາອາຊີໃນແຂວງບໍລິຄຳໄຊ, ສປປລາວ. ກະຊວງໂຍທາທິການແລະຂົນສົ່ງໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມໃນທຸກໆ ໄລຍະຂອງການພັດທະນາສື່ດັ່ງກ່າວ (IEC/ BCC).ການປະເມີນສະຖານະການແມ່ນໄດ້ປະຕິບັດເພື່ອກຳນົດຮູບແບບຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍ, ສັງເກດສະພາບຂອງວຽກງານແລະສະພາບແວດລ້ອມໃນຊຸມຊົນຊຶ່ງມີກຳມະກອນກໍ່ສ້າງທາງ, ຜູ້ຈັດການ/ຜູ້ຄຸມງານ, ຄົນຂັບລົດດ້າມ, ສາວບໍລິການ, ພະນັກງານສາທາລະນະສຸກ, ແລະປະຊາກອນເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບໃນໂຄງການກໍ່ສ້າງທາງ.ຂໍ້ມູນທີ່ໄດ້ຮວບຮວມມາແມ່ນໄດ້ຖືກນຳໃຊ້ເພື່ອພັດ

ທະນາຄູ່ມືການຝຶກອົບຮົມ-ທີ່ຈະມານໍາໃຊ້ກັບຄູ່ມືFor Life, With Love-ເພື່ອສີ່ງຄວາມຮູ້ໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີແລະກິດຈະກໍາການເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ປອດໄພໃຫ້ແກ່ແຮງງານໃນຫຼາຍໆໄລຍະຂອງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ, ພ້ອມທັງຊຸມຊົນອ້ອມຂ້າງແລະສະຖານບັນເທີງ.

ສໍາເນົາວິດີໂອກາຕູນFor Live, With Love ແມ່ນເຮັດຂຶ້ນໃນຮູບແບບແຜ່ນDVDຕິດຂັດຢູ່ດ້ານຫລັງຂອງຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້.

ພາກທີ 1: ພາບລວມຂອງເນື້ອໃນ ເຄື່ອງມືການຝຶກອົບຮົມ

A. ລັກສະນະຂອງວີດີໂອກາຕູນFor Life, With Love

ວີດີໂອກາຕູນFor Life, With Loveແມ່ນເຄື່ອງມືການສື່ສານໜຶ່ງທີ່ເປັນສາລະບັນເທີງຊຶ່ງໝາຍເຖິງເພື່ອໃຫ້ຄວາມບັນເທີງແລະມີສາລະ ຊຶ່ງໄດ້ຖືກພັດທະນາຂຶ້ນຕາມການວິໄຈທີ່ເຮັດກັບຊຸມຊົນຜູ້ເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານແລະກຸ່ມສ່ຽງອື່ນໆ.ເນື້ອເລື້ອງແມ່ນມີຈຸດມຸ້ງໝາຍເພື່ອໃຫ້ສຸຂະສຶກສາແລະສ້າງເສີມຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບຄວາມສ່ຽງໃນປະຊາກອນເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ, ແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍແລະຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກການເຄື່ອນຍ້າຍໃນຫ້າປະເທດລຸ່ມແມ່ນ້ຳຂອງຄື:ກຳປູເຈຍ, ສປປລາວ, ສະຫະພາບມຽນມ້າ, ລາດຊະອານາຈັກໄທ,ແລະສສຫວຽດນາມ.ວີດີໂອດັ່ງກ່າວໄດ້ອັດສຽງເປັນພາສາລາວ, ກຳປູເຈຍ, ມຽນມ້າ, ໄທ, ແລະຫວຽດນາມ(ໂດຍມີຄຳບັນຍາຍເປັນພາສາອັງກິດ).

ວີດີໂອລວມມີສອງພາກ, ແຕ່ລະພາກມີຢູ່ສີ່ຕອນ ແລະແຕ່ລະຕອນຈະມີຄວາມຍາວປະມານສິບນາທີ.

ພາກທີ 1: "ຄວາມຮັກໃນເມືອງໃຫຍ່"

ຕອນທີ 1 -ເຮືອນນ້ອຍຢູ່ໃນເມືອງໃຫຍ່

ຕອນທີ 2 -ສີສັນຂອງຊີວິດ

ຕອນທີ 3 -ຄວາມລັບແລະຄວາມຮັກ

ຕອນທີ 4 -ຮັກແທ້

ພາກທີ 2: 'ບົນເສັ້ນທາງທີ່ສ່ຽງ"

ຕອນທີ 5 -ຢູ່ຕາມເສັ້ນທາງ

ຕອນທີ 6 - ຄືນທີ່ມືດມິດ

ຕອນທີ 7- ຄຽງຂ້າງເຈົ້າຄືຂ້ອຍ

ຕອນທີ 8 - ຊີວິດໃໝ່

ໃນແຕ່ລະຕອນໄດ້ເນັ້ນໜັກໃສ່ຄຳເວົ້າທີ່ຊັດເຈນກ່ຽວກັບການສົ່ງເສີມຄວາມຮູ້ແລະການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ, ລວມໄປເຖິງຄວາມໄວ້ວາງໃຈ, ຄວາມເຫັນກົງກັນໃນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ, ຜົນທີ່ເກີດກັບຕົນເອງແລະການເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ປອດໄພ.ວີດີໂອກາຕູນແມ່ນໃຊ້ຄວບຄູ່ກັບກິດຈະກຳການສື່ສານເພື່ອການປ່ຽນແປງກິດຈະກຳທີ່ໄດ້ພັດທະນາຂຶ້ນພາຍໃຕ້ຫ້າພາກຂອງຄູ່ມືການຝຶກອົບຮົມໃນພາກທີ2. ລັກສະນະຂອງເນື້ອເລື້ອງແລະໄລຍະເວລາຂອງວີດີໂອກາຕູນແຕ່ລະຕອນແມ່ນຢູ່ໃນຕາຕະລາງທີ 2. ການແນະນຳສຳລັບວີດີໂອກາຕູນທີ່ສາມາດນຳໃຊ້ເຂົ້າກັບແຕ່ລະພາກຂອງການຝຶກອົບຮົມແມ່ນໄດ້ນຳສະເໜີໄວ້ຂ້າງລຸ່ມນີ້.

ຕາຕະລາງທີ 1: ແນະນຳວີດີໂອສຳລັບແຕ່ລະພາກຂອງການຝຶກອົບຮົມ

	ພາກທີ 1	ພາກທີ 2	ພາກທີ 3	ພາກທີ 4	ພາກທີ 5
ຕອນທີ 1		✔		✔	
ຕອນທີ 2		✔		✔	
ຕອນທີ 3		✔	✔	✔	✔
ຕອນທີ 4					✔
ຕອນທີ 5			✔	✔	
ຕອນທີ 6		✔	✔		
ຕອນທີ 7		✔			✔
ຕອນທີ 8		✔			

ຕາຕະລາງທີ 2: ເນື້ອໃນແຕ່ລະຕອນຂອງ ວີດີໂອ ກາຕູນ For Lift With Love

ຕອນ	ໄລຍະເວລາ (ນທ:ວນທ)	ເນື້ອເລື່ອງຫຍໍ້	ຫົວຂໍ້ສົນທະນາທີ່ສໍາຄັນ
ຕອນທີ 1: ເຮືອນນ້ອຍຢູ່ໃນເມືອງໃຫຍ່	09:59	ນາງດາວແລະທ້າວຈ່ອຍເຂົ້າມາເຮັດວຽກໃນເມືອງ.ຈ່ອຍເບິ່ງຄືວ່າມີຄວາມສຸກດີໃນການຊອກຫາວຽກເຮັດ. ລາວໄດ້ຕິດຕາມໝູ່ລຸ້ນອ້າຍໄປທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກ.ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ກ່ອນທີ່ຈ່ອຍຈະໄປໄກກວ່ານັ້ນ, ນາງດາວໄດ້ມາພາລາວກັບບ້ານ.ໝູ່ຂອງຈ່ອຍໄດ້ຫົວເຍາະເຍີ້ຍຈ່ອຍແລະກ່າວວ່າຈ່ອຍເປັນຄົນຂີ້ຢ້ານເອື້ອຍໂພດ.ຈ່ອຍຄຽດຫຼາຍແລະໄດ້ເວົ້າວ່າຈະບໍ່ອາໄສຢູ່ກັບນາງດາວອີກແລ້ວ.ຄືນນັ້ນ, ຈ່ອຍໄດ້ໜີອອກໄປແລະໄດ້ໄປມີເລື່ອງກັບອັນທະພານເຈົ້າຖິ່ນ.ໂຊກຍັງດີທີ່ທ້າວຕົ້ນໄດ້ເຂົ້າມາຊ່ວຍໄວ້ໄດ້ທັນເວລາ.ທ້າວຕົ້ນໄດ້ພາຈ່ອຍກັບບ້ານແລະຢູ່ທີ່ນັ້ນຕົ້ນໄດ້ພົບກັບດາວ.ສຸດທ້າຍ, ຈ່ອຍຈຶ່ງເຂົ້າໃຈວ່າທີ່ດາວໄດ້ເຂົ້າມາຫຍຸ້ງກ່ຽວຍ້ອນວ່ານາງຮັກແລະເປັນຫວ່ງນ້ອງນັ້ນເອງ.	ຂາດອໍານາດໃນການຕັດສິນໃຈ, ແຍກຕົວຈາກຄອບຄົວ, ສະພາບສັງຄົມ, ເກີດຄວາມກົດດັນ, ການດື່ມເຫຼົ້າແລະໃຊ້ສານເສບຕິດ, ຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ
ຕອນທີ 2: **ສີສັນຂອງຊີວິດ**	09:50	ທ້າວຕົ້ນຊອກວຽກໃຫ້ຈ່ອຍເຮັດເປັນຄົນງານຂົນເຄື່ອງປະຈໍາລົດສົ່ງເຄື່ອງທີ່ຕົ້ນເປັນຄົນຂັບ.ຈ່ອຍໄດ້ເດີນທາງໄປກັບລົດຂົນເຄື່ອງໃນສະຖານທີ່ຕ່າງໆເພື່ອສົ່ງເຄື່ອງ.ທ້າວຕົ້ນແລະນາງດາວໄດ້ເລີ່ມຕົ້ນຄວາມສໍາພັນກັນ.ໃນຂະນະດຽວກັນ, ນາງຈິບ, ເພື່ອນຮັກຂອງນາງດາວ, ໄດ້ອອກໄປທ່ຽວກັບຜູ້ຊາຍມາກໜ້າຫຼາຍຕາໃນເວລາດຽວກັນ.ນາງຄິດວ່າມັນບໍ່ມີອັນຕະລາຍຫຍັງໃນການເຮັດແບບນີ້ຍ້ອນນາງຮູ້ການປ້ອງກັນ.ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ສິ່ງທີ່ບໍ່ຄາດຫວັງໄດ້ເກີດຂຶ້ນກັບນາງ,ເມື່ອຜູ້ຊາຍທີ່ນາງອອກໄປນໍານັ້ນ	ຂາດອໍານາດໃນການຕັດສິນໃຈ, ສະພາບສັງຄົມ, ຄວາມກົດດັນຈາກໝູ່ເພື່ອນ, ຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະຄວາມເຊື່ອໃຈ,ບົດບາດຍິງ-

ຕອນ	ໄລຍະເວລາ (ນທ:ວນທ)	ເນື້ອເລື່ອງຫຍໍ້	ຫົວຂໍ້ສົນທະນາທີ່ສຳຄັນ
		ພະຍາຍາມຈະປ້ຳນາງ.ເຫດການນີ້ໄດ້ໃຫ້ບົດຮຽນແກ່ນາງທີ່ນາງຄວນຈື່ຈຳເອົາໄວ້ໃນຊີວິດ.	ຊາຍແລະການລ່ວງລະເມີດທາງເພດ
ຕອນທີ 3: ຄວາມລັບ& ຄວາມຮັກ	10:09	ນາງນຸ້ນ, ເພື່ອນບ້ານຂອງນາງດາວ, ຜູ້ທີ່ເຈັບປ່ວຍເປັນປະຈຳຍ້ອນຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແຕ່ນາງບໍ່ກ້າບອກໃຫ້ໃຜຮູ້ຍ້ອນນາງຢ້ານວ່າຈະຖືກລັງກຽດແລະແບ່ງແຍກ.ມື້ໜຶ່ງ, ດາວແລະຈ່ອຍໄດ້ພົບວ່ານາງໄດ້ນອນປ່ວຍແລະບໍ່ຮູ້ສຶກຕົວຢູ່ໃນຫ້ອງແລະພວກເຂົາກໍ່ໄດ້ພານາງໄປໂຮງໝໍ. ນຸ້ນໄດ້ບອກດາວວ່ານາງຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈາກຜົວນາງທີ່ເສຍຊີວິດແລ້ວ,ຊຶ່ງຜົວຂອງນາງເຄີຍອອກໄປທ່ຽວກັບສາວບໍລິການ.ນາງດາວໄດ້ໃຫ້ກຳລັງໃຈນຸ້ນແລະບອກວ່າເຖິງຈະຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີນາງກໍ່ຍັງສາມາດມີຊີວິດຍືນຍາວໄດ້ອີກຫຼາຍປີຖ້າເບິ່ງແຍງຕົວເອງດີ.ໃນຕອນທ້າຍ, ນາງໄດ້ມີຄວາມປາດຖະໜາຢາກກັບບ້ານ.	ການແຍກອອກຈາກຄອບຄົວ, ເກີດຄວາມກົດດັນຈາກໝູ່ເພື່ອນ, ການດື່ມເຫຼົ້າແລະໃຊ້ສານເສບຕິດ, ຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະຄວາມເຊື່ອໃຈ, ການເຂົ້າເຖິງການບໍລິການ, ການຈຳແນກ ລັງກຽດ
ຕອນທີ 4: ຮັກແທ້	08:34	ດາວແລະຈ່ອຍໄດ້ພານຸ້ນກັບບ້ານເກີດທີ່ຂອງລາວ.ເມື່ອພວກເຂົາໄປຮອດບ້ານຂອງນຸ້ນ, ນຸ້ນຢ້ານວ່າແມ່ຂອງນາງຈະເສຍໃຈແລະລັງກຽດນາງ.ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ມັນກໍ່ບໍ່ໄດ້ສະແດງອອກແບບນັ້ນ. ແມ່ຂອງນາງຍັງຄົງຮັກນາງແລະດີຕໍ່ນາງຄືກັບແຕ່ກ່ອນ.ນຸ້ນຂອບໃຈດາວທີ່ພານາງກັບມາບ້ານ.ຄອບຄົວຂອງດາວກໍ່ມີຄວາມສຸກທີ່ເຫັນດາວແລະຈ່ອຍກັບມາຢາມບ້ານເຊັ່ນກັນ.ດາວໄດ້ໃຊ້ໂອກາດ	ການອອກຈາກຄອບຄົວ,ສະພາບສັງຄົມຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ການບໍ່ຈຳແນກລັງ

ຕອນ	ໄລຍະເວລາ (ນທ:ວນທ)	ເນື້ອເລື່ອງຫຍໍ້	ຫົວຂໍ້ສົນທະນາທີ່ສໍາຄັນ
		ນີ້ຢູ່ກັບຄອບຄົວແຕ່ຕໍ່ມານາງໄດ້ຍິນຈາກບົວວ່າຄົນໃນໝູ່ບ້ານຂອງນາງຄິດວ່ານາງດາວແລະມຸ້ນເຮັດວຽກເປັນສາວບໍລິການ.ດາວອະທິບາຍໃຫ້ບົວຟັງວ່າຄົນທີ່ໄປເຮັດວຽກໃນເມືອງບໍ່ຈໍາເປັນຕ້ອງເປັນສາວບໍລິການແລະຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.ດາວແລະຈ່ອຍເດີນທາງອອກຈາກຄອບຄົວດ້ວຍຄວາມເຂົ້າໃຈກັນດີ.ມຸ້ນຕັດສິນໃຈເຮັດວຽກຢູ່ບ້ານຊຶ່ງແມ່ຂອງນາງຈະໄດ້ເບິ່ງແຍງນາງໄດ້ເປັນຢ່າງດີ.	ກຽດ ຄວາມຮັກຂອງພໍ່ແມ່ທີ່ມີຕໍ່ລູກ, ການຕັດສິນໃຈ
ຕອນທີ 5: ຢູ່ຕາມເສັ້ນທາງ	09:14	ດາວແລະຕົ້ນວາງແຜນຈະແຕ່ງງານ.ຕົ້ນບອກດາວວ່າລາວຢາກທ້ອນເງິນເພື່ອສ້າງຄອບຄົວ ໃໝ່ຂອງພວກເຂົາ.ມື້ໜຶ່ງ, ຕົ້ນຂັບລົດໄປສົ່ງເຄື່ອງຕ່າງແຂວງຊຶ່ງໃຊ້ເວລາດົນໃນການຂັບລົດ.ຍ້ອນເຫດນັ້ນ, ລາວຕັດສິນໃຈກິນຢາບ້າເພື່ອໃຫ້ຂັບລົດໄດ້ໄລຍະທາງໄກ.ແຕ່ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ລົດໄດ້ເພລະຫວ່າງທາງແລະພວກເຂົາບໍ່ສາມາດເດີນທາງຕໍ່ໄດ້.ຈ່ອຍເລີ່ມເບື່ອທີ່ຢູ່ແຕ່ບ່ອນເກົ່າເພາະວ່າບໍ່ມີຫຍັງເຮັດ.ຕົ້ນຖາມນາຍຊ່າງວ່າຊິໄປນັ່ງຫຼິ້ນຢູ່ໃສໄດ້ແດ່ຈົນກວ່າລົດແປງແລ້ວ.ນາຍຊ່າງໄດ້ແນະນໍາໃຫ້ໄປນັ່ງຫຼິ້ນທີ່ຮ້ານກິນດື່ມໃກ້ໆນັ້ນ.ຕົ້ນແລະຈ່ອຍໄດ້ສັ່ງເຄື່ອງດື່ມຫຼາຍຢ່າງເພື່ອເປັນການສະຫຼອງການແຕ່ງງານທີ່ຈະມາເຖິງຂອງຕົ້ນແລະດາວ.ຕົ້ນໄດ້ດື່ມຈົນເມົາແລະຂຶ້ນຫ້ອງໄປກັບສາວ ພອຍ, ຊຶ່ງເປັນສາວບໍລິການ, ໃນຂະນະທີ່ຈ່ອຍນອນຫຼັບຢູ່ໂຕະ.ຫຼັງຈາກນັ້ນ, ຕົ້ນຮູ້ສຶກຜິດແລະຕ້ອງການສາລະພາບກັບດາວກ່ຽວກັບ	ການດື່ມເຫຼົ້າແລະໃຊ້ສານເສບຕິດ, ຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ການຂາດສະຕິ, ການປ້ອງກັນ ແລະຄວາມເຊື່ອໃຈ.

ຕອນ	ໄລຍະເວລາ (ນທ:ວນທ)	ເນື້ອເລື່ອງຫຍໍ້	ຫົວຂໍ້ສົນທະນາທີ່ສຳຄັນ
		ເຫດການທີ່ເກີດຂຶ້ນແຕ່ລາວບໍ່ກ້າພໍ.	
ຕອນທີ 6: ຄືນທີ່ມືດມິດ	10:14	ຕົ້ນຫຼີກລ່ຽງທີ່ຈະພົບດາວ,ຊຶ່ງດາວກໍ່ເລີ້ມສົງໄສ.ນາງຈົບສົງໄສວ່າຕົ້ນອາດຈະພົບຜູ້ຍິງຄົນອື່ນ.ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ດາວກໍ່ຍັງຄົງເຊື່ອໝັ້ນຕໍ່ຕົ້ນ.ນາງເຊື່ອວ່າຕົ້ນຈະຕ້ອງມີປັນຫາຊຶ່ງເປັນສາຍເຫດໃຫ້ຕົ້ນຫຼີກລ່ຽງທີ່ຈະພົບນາງ.ໃນຂະນະດຽວກັນ, ຈ່ອຍໄດ້ເກີດມັກກັບສາວໝວຍ, ລູກສາວຄົນຂາຍເຄື່ອງຮ້ານແຄມທາງທີ່ລົດສົ່ງເຄື່ອງຂອງລາວເດີນທາງຜ່ານເປັນປະຈຳ.ຈ່ອຍໄດ້ເຂົ້າໄປລົມກັບນາງເປັນປະຈຳ.ຕໍ່ມາ, ຈ່ອຍຈຶ່ງຮູ້ວ່ານອກຈາກລາວແລ້ວກໍ່ຍັງມີຜູ້ຊາຍອີກຫຼາຍຄົນມາລົມນາງແລະນາງກໍ່ອອກໄປທ່ຽວກັບຜູ້ຊາຍຫຼາຍຄົນ.ສຸດທ້າຍ, ນາງໄດ້ມີລູກໂດຍທີ່ບໍ່ຮູ້ວ່າໃຜເປັນພໍ່ຂອງເດັກໃນທ້ອງນາງ.ຈ່ອຍຜິດຫວັງຢ່າງແຮງແລະດື່ມເຫຼົ້າຫຼາຍເພື່ອຕ້ອງການລືມຄວາມເສຍໃຈ.ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ມັນກໍ່ບໍ່ໄດ້ຊ່ວຍຫຍັງຫຼາຍ.ຕໍ່ມາ, ໜຶ່ງໃນໝູ່ລຸ້ນອ້າຍຊື່ປຸກ, ໄດ້ຊັກຊວນຈ່ອຍໃຫ້ລອງໃຊ້ເຮໂລອີນ.ໂຊກຍັງດີທີ່, ຈ່ອຍບໍ່ໄດ້ລອງຕາມຄຳຊັກຊວນ.	ຂາດອຳນາດໃນການຕັດສິນໃຈ, ເກີດຄວາມກົດດັນຈາກໝູ່ເພື່ອນ, ການດື່ມເຫຼົ້າແລະແລະໃຊ້ສານເສບຕິດ, ຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະຄວາມຈິງໃຈ, ການມີຄູ່ນອນຫລາຍຄົນ
ຕອນທີ 7: ຄຽງຂ້າງເຈົ້າຄືຂ້ອຍ	09:54	ຕົ້ນໄດ້ໄປທີ່ໂຮງໝໍເພື່ອກວດຫາເຊື້ອເຮສໄອວີຢ່າງລະອຽດ.ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ດາວແລະຈົບໄດ້ພົບກັບຕົ້ນ.ຕົ້ນໄດ້ຖືກບັງຄັບໃຫ້ບອກຄວາມຈິງ.ຕົ້ນໄດ້ບອກດາວວ່າມື້ນັ້ນລາວໄດ້ດື່ມຈົນເມົາແລະຂາດສະຕິແລະໄດ້ນອນກັບສາວບໍລິການໂດຍບໍ່ໄດ້ປ້ອງກັນ.ຜົນກວດ	ການດື່ມເຫຼົ້າແລະໃຊ້ສານເສບຕິດ, ຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບ

ຕອນ	**ໄລຍະເວລາ (ນທ:ວນທ)**	**ເນື້ອເລື່ອງຫຍໍ້**	**ຫົວຂໍ້ສົນທະນາທີ່ສຳຄັນ**
		ເລືອດບໍ່ໄດ້ອອກມາທັນທີ.ຂະນະທີ່ຕົ້ນ ແລະດາວລໍຖ້າຜົນກວດ, ທັງສອງມີ ຄວາມກັງວົນຫຼາຍ.ແຕ່ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ດາວໃຫ້ກຳລັງໃຈຕົ້ນວ່ານາງຈະຍັງຄົງ ຮັກລາວແລະອອຍພອນໃຫ້ລາວບໍ່ເປັນ ຫຍັງຈາກຜົນກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສ ໄອວີ.ສາມເດືອນຕໍ່ມາ, ຜົນກວດໄດ້ ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າຕົ້ນຕິດເຊື້ອເຮສໄອ ວີ.ທັງຕົ້ນແລະດາວໄດ້ຕົກໃຈກັບຂ່າວນີ້. ແຕ່ທ່ານໝໍກໍ່ໄດ້ແນະນຳພວກເຂົາວ່າ ຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີກໍ່ສາມາດມີຊີວິດ ຍືນຍາວໄດ້ຖ້າພວກເຂົາເອົາໃຈໃສ່ ຮັກສາສຸຂະພາບເປັນຢ່າງດີ.ໃນຕອນ ທ້າຍ, ຕົ້ນແລະດາວຮູ້ສຶກດີຂຶ້ນ.	ເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະຄວາມເຊື່ອ ໃຈ, ການເຂົ້າເຖິງ ການບໍລິການ, ການໄດ້ຮັບຄຳ ປຶກສາ, ການໃຫ້ ກຳລັງໃຈ ທີ່ຈະຢູ່ ຮ່ວມກັນ.
ຕອນທີ 8: ຊີວິດໃໝ່	09:17	ຕົ້ນແລະດາວໄປພົບພອຍ, ທີ່ນຳເຊື້ອ ເຮສໄອວີມາຕິດໃສ່ຕົ້ນ,ດ້ວຍຄວາມ ຫວັງດີຈາກຕົ້ນ.ພວກເຂົາບອກກັບນາງ ວ່ານາງມີເຊື້ອເຮສໄອວີສະນັ້ນນາງຄວນ ເອົາໃຈໃສ່ເບິ່ງແຍງສຸຂະພາບຂອງຕົນ ເອງໃຫ້ດີແລະບໍ່ໄປແຜ່ເຊື້ອໃຫ້ຄົນອື່ນ ອີກ.ພາຍຫຼັງທີ່ໄດ້ລົມກັບພອຍແລ້ວ, ຕົ້ນແລະດາວຈຶ່ງໄດ້ຮູ້ວ່າເປັນຫຍັງນາງ ພອຍຈຶ່ງມາເປັນສາວບໍລິການ.ພາຍຫຼັງທີ່ ຖະໜົນເສັ້ນໃໝ່ໄດ້ສ້າງຂຶ້ນ, ຊີວິດການ ເປັນຢູ່ກໍ່ປ່ຽນໄປ.ລາຍໄດ້ຂອງນາງຫຼຸດ ລົງຈົນເຖິງຂັ້ນບໍ່ພໍກັບການດຳລົງຊີວິດ.ຕໍ່ ມານາງຈຶ່ງຖືກຊັກຊວນໃຫ້ມາເຮັດວຽກ ໃນຮ້ານກິນດື່ມແຫ່ງນີ້.ໃນຕອນມາທຳ ອິດ, ນາງເຮັດວຽກເປັນຄົນເສີບແຕ່ຕໍ່ມາ ນາງໄດ້ຖືກຊັກຊວນຈາກນາຍຈ້າງເພື່ອ ໃຫ້ຂາຍບໍລິການ.ຫຼັງຈາກນັ້ນ, ຕົ້ນແລະ ດາວກໍ່ຍັງຄົງຮັກສາສາຍພົວພັນນຳ	ສະພາບແວດ ລ້ອມມີການປ່ຽນ, ເກີດຄວາມກົດດັນ ຈາກໝູ່ເພື່ອນ, ພາໃຫ້ມີຄວາມ ສ່ຽງໃນການ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ການເຂົ້າເຖິງການ ບໍລິການຄຳປຶກສາ , ການຮັກສາຕົວ ເອງບໍ່ແຜ່ເຊື້ອໃຫ້ ຄົນອື່ນ, ການໄດ້ ຮັບກຳລັງໃຈ, ການດຳລົງຊີວິດ ແບບປົກກະຕິສຸກ.

ຕອນ	ໄລຍະເວລາ (ນທ:ວນທ)	ເນື້ອເລື່ອງຫຍໍ້	ຫົວຂໍ້ສົນທະນາທີ່ສຳຄັນ
		ກັນຢູ່.ຕື່ມໄປພົບທ່ານໝໍຍຸດແລະກິນຢາເປັນປະຈຳ, ສະນັ້ນລາວຈຶ່ງຍັງມີສຸຂະພາບແຂງແຮງແລະເຮັດວຽກໄດ້ເປັນປົກກະຕິ.ເພາະສະນັ້ນ, ຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງດຳລົງຊີວິດຢູ່ດ້ວຍຄວາມທຸກທໍລະມານຖ້າພວກເຂົາຢູ່ຮ່ວມກັບຄົນທີ່ຮັກແລະເຂົ້າໃຈພວກເຂົາ.	

B. ພາກການຝຶກອົບຮົມ

ບັນດາກິດຈະກໍາທີ່ຢູ່ໃນພາກຂອງການຝຶກອົບຮົມແມ່ນໄດ້ຖືກພັດທະນາແລະຮອບຮ່ວມຕາມພື້ນຖານຂອງຮູບແບບທັກສະຊີວິດພ້ອມທັງອີງຕາມ"ທັກສະທາງດ້ານຈິດຕະວິທະຍາ". ກິດຈະກໍາທາງດ້ານທັກສະຊີວິດມີຈຸດປະສົງເພື່ອປັບປຸງພື້ນຖານຄວາມສາມາດຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການປ້ອງກັນຕົວຂອງພວກເຂົາເຈົ້າເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສົ່ງເສີມພວກເຂົາໃນການຫຼຸດຜ່ອນພຶດຕິກໍາສ່ຽງທີ່ຈະສາມາດນໍາໄປສູ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.ຮູບແບບຂອງ"ທັກສະຊີວິດ" ທີ່ໃຊ້ຢູ່ໃນຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້ອີງຕາມທັກສະທາງດ້ານຈິດຕະວິທະຍາ,ດັ່ງນີ້ທັກສະແນວຄວາມຄິດໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ, ແນວຄິດສ້າງສັນ, ທັກສະໃນການຕັດສິນໃຈ, ທັກສະການສື່ສານ, ທັກສະໃນການມີຄວາມຮູ້ສຶກ, ທັກສະໃນການພົວພັນປະສານງານ, ທັກສະທາງຄວາມຮັບຮູ້ດ້ວຍຕົນເອງ, ທັກສະໃນການຄວບຄຸມຄວາມຮູ້ສຶກ,ແລະທັກສະໃນການຄວບຄຸມຄວາມຕຶງຄຽດ.ຈຸດປະສົງເພື່ອການສ້າງຄວາມສາມາດຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະຊ່ວຍຫຼຸດຜ່ອນຮູບແບບຂອງພຶດຕິກໍາສ່ຽງທີ່ສາມາດນໍາໄປສູ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະທັງເປັນການຊຸກຍູ້ໃຫ້ພວກເຂົາຢູ່ຮ່ວມກັນກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຢ່າງປົກກະຕິສຸກ.

ຄູ່ມືການຝຶກອົບຮົມແບ່ງອອກເປັນ5ພາກພ້ອມກັບຫົວຂໍ້ແລະ ມີວັດຖຸປະສົງທີ່ຊັດເຈນ.

ຕາຕະລາງທີ 3: ຫົວຂໍ້ແລະຈຸດປະສົງຂອງທັງ 5 ພາກການຝຶກອົບຮົມ

ພາກທີ 1:	**ຄວາມຮູ້ພື້ນຖານທາງດ້ານສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ** 1.ເພື່ອໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະເພດຍິງ-ຊາຍ 2.ເພື່ອເພີ່ມຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເມື່ອເວົ້າເຖິງອະໄວຍະວະເພດ,ພຶດຕິກໍາທາງເພດແລະການກ່ຽວພັນເຖິງການແຜ່ກະຈາຍຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ.
ພາກທີ 2:	**ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພຕພ** 1.ເພື່ອໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພຕພແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ 2.ເພື່ອຊ່ວຍໃນການແກ້ໄຂຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດທີ່ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພຕພ 3.ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມສໍາຫຼວດເບິ່ງສະຖານບໍລິການທາງດ້ານສາທາລະນະສຸກທີ່ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພຕພໃນຂົງເຂດຂອງພວກເຂົາ
ພາກທີ 3:	**ພະຍາດເອດແລະທັດສະນະຄະຕິ** 1.ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມສໍາຫຼວດເບິ່ງດ້ານດີແລະດ້ານເສຍຂອງທັດສະນະຄະຕິທີ່ມີຕໍ່ການໃຊ້ຫຼືບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ 2.ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຮຽນຮູ້ຜົນສະທ້ອນຂອງເຫຼົ້າຕໍ່ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ

ພາກທີ 4:	**ການພັດທະນາທັກສະໃນຫຼາຍດ້ານ** ເພື່ອສ້າງແນວຄິດໃນລັກສະນະວິເຄາະປັນຫາ, ແນວຄິດສ້າງສັນ, ການແກ້ໄຂປັນຫາ, ການຕັດສິນໃຈ, ແລະທັກສະການສື່ສານຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມທີ່ຊ່ວຍປະກອບໃນການຫຼຸດຜ່ອນພຶດຕິກຳສ່ຽງ
ພາກທີ 5:	**ການອາໄສຢູ່ຮ່ວມກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ** ເພື່ອສົ່ງເສີມການຢູ່ຮ່ວມກັນກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີສ້າງຂຶ້ນສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ

ແຕ່ລະພາກຂອງການຝຶກອົບຮົມປະກອບດ້ວຍບັນດາກິດຈະກຳທີ່ເນັ້ນໃສ່ສາມເປົ້າໝາຍຫຼັກ: (i) ເພື່ອແກ້ໄຂແນວຄວາມຄິດທີ່ຜິດພາດຫລືຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດ; (ii) ເພື່ອສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນພຶດຕິກຳທີ່ມີຄວາມສ່ຽງສູງທີ່ພົວພັນເຖິງການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມແລະການດື່ມເຫຼົ້າ; ແລະ (iii) ເພື່ອເສີມສ້າງທັກສະໃນການຫຼຸດຜ່ອນພຶດຕິກຳສ່ຽງ.

ເນື້ອຫາແລະໄລຍະເວລາສຳລັບແຕ່ລະກິດຈະກຳແມ່ນໄດ້ນຳສະເໜີໃນຕາຕະລາງທີ4.

ຕາຕະລາງທີ4: ວັດຖຸປະສົງແລະໄລຍະເວລາສຳລັບແຕ່ລະກິດຈະກຳ

	ຫົວຂໍ້	**ໄລຍະເວລາ**
ພາກທີ 1		
ກິດຈະກຳ1	**ຫົວຂໍ້: ຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາ** ກິດຈະກຳນີ້ມີຈຸດປະສົງເພື່ອເປັນການກະກຽມໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳມີຄວາມຮູ້ສຶກສະບາຍໃຈທີ່ຈະໂອ້ລົມກ່ຽວກັບກິດຈະກຳເລື້ອງເພດໂດຍການຊ່ວຍໃຫ້ພວກເຂົາຮູ້ສຶກງ່າຍໃນການເອີ້ນຊື່ອະໄວຍະວະທີ່ກ່ຽວກັບເພດທີ່ຈະໄດ້ນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນການຝຶກອົບຮົມ.	30 ນາທີ.
2	**ຫົວຂໍ້: ອົງປະກອບອະໄວຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ** ກິດຈະກຳນີ້ມີຈຸດປະສົງໃນການໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ.ຊຶ່ງມັນຈະຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເຂົ້າໃຈດີຂຶ້ນຕື່ມເມື່ອເວົ້າເຖິງພຶດຕິກຳທາງເພດແລະການພົວ ພັນເຖິງການແພ່ກະຈາຍຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ	40 ນາທີ.
ພາກທີ 2		
ກິດຈະກຳ1	**ຫົວຂໍ້:ການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ("ລົມພັດລົມເພ")** ກິດຈະກຳນີ້ມີຈຸດປະສົງໃນການໃຊ້ກິດຈະກຳອົບອຸ່ນຮ່າງກາຍໃນການແນະນຳປັນຫາພະຍາດເອດ.ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດໃຊ້ກິດຈະກຳນີ້ເພື່ອປະເມີນຄວາມຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ທີ່ມີແລ້ວຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ.	20 ນາທີ.

	ຫົວຂໍ້	ໄລຍະເວລາ
2	**ຫົວຂໍ້: ຖືກ…ບໍ່ຖືກ…ບໍ່ແນ່ໃຈ** ກິດຈະກຳນີ້ໃຊ້ເພື່ອຊ່ວຍປະເມີນຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບພຶດຕິກຳສ່ຽງ ໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.	30 ນາທີ.
3	**ຫົວຂໍ້: ໃຜແດ່ທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ?** ກິດຈະກຳນີ້ມີຄວາມຕັ້ງໃຈເພື່ອເພີ່ມຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ຝຶກອົບຮົມວ່າທຸກໆຄົນສາມາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ແລະຂຶ້ນກັບພຶດ ຕິກຳສ່ຽງຂອງພວກເຂົາ, ແຕ່ບໍ່ກ່ຽວກັບອາຍຸ, ເພດຫຼືອາຊີບ.	45 ນາທີ.
4	**ຫົວຂໍ້:ປະເມີນຄວາມສ່ຽງ** ກິດຈະກຳນີ້ຈະຊ່ວຍເພີ່ມຄວາມເຂົ້າໃຈກ່ຽວກັບຮູແລະນ້ຳໃນຮ່າງ ກາຍຂອງຄົນເຮົາທີ່ກ່ຽວພັນກັບການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະເປີດໂອ ກາດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການຝຶກປະເມີນຄວາມສ່ຽງກ່ຽວ ກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ(ທາງອອກຈາກຮ່າງກາຍ-ປະລິມານ-ການມີຊີວິດ- ທາງເຂົ້າ).	60 ນາທີ.
5	**ຫົວຂໍ້: ການເຕັ້ນລຳຂອງລະບົບພູມຄຸ້ມກັນ** ກິດຈະກຳນີ້ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເຂົ້າໃຈລະບົບການ ເຮັດວຽກຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີແລະລະບົບພູມຄຸ້ມກັນຂອງຮ່າງກາຍ.	20-30 ນາທີ.
6	**ຫົວຂໍ້:ໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ3ເດືອນຫລັງການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ)** ກິດຈະກຳນີ້ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບໄລ ຍະ 3 ເດືອນ ແລະຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັບການກວດເລືອດເພື່ອຊອກ ຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.	30 ນາທີ.
7	**ຫົວຂໍ້: ຮູ້ຈັກພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ** ກິດຈະກຳນີ້ມີຈຸດປະສົງເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເຂົ້າ ໃຈວ່າພວກເຂົາບໍ່ສາມາດບົ່ງມະຕິພະຍາດດ້ວຍຕົວພວກເຂົາ ເອງແລະການປິ່ນປົວດ້ວຍຕົວເອງອາດຈະນຳມາຊຶ່ງສາຍເຫດ ການດື້ຢາຂອງພະຍາດ.	30 ນາທີ.
8	**ຫົວຂໍ້:ລະເບີດເວລາຖົງຢາງອະນາໄມ** ກິດຈະກຳນີ້ມີຈຸດປະສົງເພື່ອທົບທວນຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບຖົງຢາງອະນາ ໄມແລະເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສຳຫຼວດທັດສະນະຄະຕິຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ກິດຈະກຳກ່ຽວກັບເລື່ອງຖົງຢາງອະນາໄມແລະເຊື້ອເຮສໄອວີ.	25-30 ນາທີ.
9	**ຫົວຂໍ້:ຄຸ້ມຄ່າບໍ່?** ກິດຈະກຳນີ້ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ມີໂອກາດພິຈາລະນາ ເຖິງຜົນກະທົບທີ່ຈະນຳມາຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໂດຍສະ ເພາະແມ່ນຜົນກະທົບເລື່ອງຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໄດ້ແກ່ຄ່າຢາຄ່າບໍລິການຮັກ ສາ ແລະເຮັດໃຫ້ລາຍໄດ້ທີ່ຈະໃຊ້ໃນການເບິ່ງແຍງຄອບຄົວຫຼຸດລົງ.	30 ນາທີ.

ຫົວຂໍ້		ໄລຍະເວລາ
10	**ຫົວຂໍ້: ແຫຼ່ງຖົງຢາງອະນາໄມ,** ສະຖານທີ່ກວດຫາເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການກວດຫາພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໃນຊຸມຊົນ?ກິດຈະກຳນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ພິຈາລະນາວ່າມີ ແຫຼ່ງຂອງຖົງຢາງອະນາໄມສະຖານທີ່ກວດຫາເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການກວດຫາພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນຢູ່ໃສແດ່ໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງຕົນເອງ.	40 ນາທີ
11	**ຫົວຂໍ້: ຈະໄປຊື້ຫຼືຂໍຖົງຢາງອະນາໄມຫຼືໄປຮັບຄຳປຶກສາ** ເພື່ອກວດຊອກຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືກວດປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນບໍ່? ກິດຈະກຳນີ້ຈະຊ່ວຍກະຕຸ້ນໃຫ້ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ຄິດເຖິງອຸປະສັກທີ່ເຮັດໃຫ້ບໍ່ກ້າຫຼືບໍ່ຢາກໄປຮັບການບໍລິການທີ່ສະຖານບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບຕ່າງໆແລະຫາທາງອອກເພື່ອເອົາຊະນະມັນ.	40-50 ນາທີ.
ພາກທີ 3		
ກິດຈະກຳ1	**ຫົວຂໍ້: ເຫດຜົນທີ່ໃຊ້ຫຼືບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ** ກິດຈະກຳນີ້ແມ່ນເພື່ອຊ່ວຍຊຸກຍູ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໄດ້ເບິ່ງໃນດ້ານດີແລະດ້ານອ່ອນກ່ຽວກັບທັດສະນະຄະຕິຕໍ່ກັບການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.	45 ນາທີ
2	**ຫົວຂໍ້: ເກມໝາກຂ່າງ** ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຄິດເຖິງຜົນກະທົບຂອງການດື່ມເຫລົ້າ (ເບຍແລະເຄື່ອງດື່ມອື່ນໆທີ່ສ່ວນປະສົມຂອງເຫລົ້າ)ແລະການເພີ່ມຄວາມສ່ຽງຂອງການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ໂດຍສະເພາະເມື່ອເວລາທີ່ຕັດສິນໃຈທີ່ຈະມີເພດສຳພັນແລະບໍ່ສາມາດໃຊ້ຖົງຢາງຢ່າງຖືກຕ້ອງ.	50 ນາທີ.
ພາກທີ 4 ໝາຍເຫດ.ກິດຈະກຳທີ1 & 3 ຈະຕ້ອງໄດ້ດຳເນີນໂດຍແຍກເພດຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຊາຍ-ຍິງຕ່າງຫາກ. ກິດຈະກຳທີ2ແມ່ນສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເພດຊາຍເທົ່ານັ້ນ. ກິດຈະກຳທີ 4ແມ່ນສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເພດຍິງເທົ່ານັ້ນ. ກິດຈະກຳອື່ນໆທັງໝົດແມ່ນຈະຕ້ອງໄດ້ດຳເນີນໃນທັງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທັງເພດຊາຍ-ຍິງ.		
ກິດຈະກຳ1	**ຫົວຂໍ້: ຕອນຕົ້ນ, ຕອນກາງແລະຕອນທ້າຍ (ພາກ 1)** ກິດຈະກຳນີ້ມີຈຸດປະສົງເພື່ອຝຶກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການຝຶກຊ້ອມທັກສະການຄິດຢ່າງມີເຫດມີຜົນແລະວິເຄາະສາຍເຫດແລະຜົນກະທົບຂອງການກະທຳຂອງພວກເຂົາ.	45 ນາທີ.
2	ກິດຈະກຳນີ້ຈະຊ່ວຍຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບການແກ້ໄຂບັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈ.	30 ນາທີ.

	ຫົວຂໍ້	ໄລຍະເວລາ
3	**ຫົວຂໍ້:ຕອນຕົ້ນ, ຕອນກາງແລະຕອນທ້າຍ(ພາກ2)** ກິດຈະກຳນີ້ຈະເປີດໂອກາດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການຝຶກຫັດທັກສະການແກ້ໄຂບັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈ.	40-50 ນາທີ.
4	**ຫົວຂໍ້:ໃກ້ຊິດຕິດແທດ ປານໃດ?** ໃນກິດຈະກຳນີ້, ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ແລະປະເມີນກ່ຽວກັບລະດັບຄວາມເໝາະສົມຂອງຄວາມໃກ້ຊິດໃນເພດກົງກັນຂ້າມ.	50 ນາທີ.
5	**ຫົວຂໍ້:ເພື່ອນເວົ້າຫຍັງ ?** ກິດຈະກຳນີ້ຈະຊ່ວຍສະໜັບສະໜູນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການປະເມີນພຶດຕິກຳສ່ຽງ, ຂອງພວກເຂົາໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.	90 ນາທີ.
6	**ຫົວຂໍ້:ຮຸນແຮງ.ເມີນເສີຍແຕ່ໂດຍດີຫຼືເຊື່ອໝັ້ນໃນໂຕເອງ** ກິດຈະກຳນີ້ຈະຊ່ວຍເພີ່ມຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງຄວາມແຕກຕ່າງໃນການສື່ສານສາມແບບຮຸນແຮງ,ເມີນເສີຍແຕ່ໂດຍດີຫຼືເຊື່ອໝັ້ນໃນໂຕເອງ	40 ນາທີ.
7	**ຫົວຂໍ້:ເກມເລົ່າເລື່ອງ** ນີ້ແມ່ນກິດຈະກຳການກະກຽມສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການຝຶກຫັດການສື່ສານ.	30 ນາທີ.
8	**ຫົວຂໍ້: ທັກສະໃນການຝຶກຫັດການສື່ສານສຳລັບການຕໍ່ລອງຫຼືປະຕິເສດ** ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈະໄດ້ຮັບໂອກາດໃນການຝຶກຫັດທັກສະການສື່ສານສຳລັບການຕໍ່ລອງຫຼືປະຕິເສດ.	80 ນາທີ.
ພາກ 5		
ກິດຈະກຳ1	**ຫົວຂໍ້: ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ** ກິດຈະກຳນີ້ເພື່ອສ້າງຄວາມຮັບຮູ້ໃຫ້ກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໃນການບໍ່ລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ລອງຄິດວ່າຖ້າຕົນເອງຖືກລັງກຽດຈະຮູ້ສຶກແນວໃດ?.	30 ນາທີ.
2	**ຫົວຂໍ້:ການເບິ່ງແຍງຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໃນເບື້ອງຕົ້ນ** ກິດຈະກຳນີ້ເພື່ອເພີ່ມຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳກ່ຽວກັບການເບິ່ງແຍງແລະຮັກສາຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໃນເບື້ອງຕົ້ນ.	30-45 ນາທີ.
3	**ຫົວຂໍ້:ພວກເຮົາເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່?** ກິດຈະກຳນີ້ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ຄິດເຖິງວ່າຕົນເອງສາມາດເປັນຜູ້ທີ່ໃຫ້ກຳລັງໃຈແລະສະໜັບສະໜູນຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້.	80 ນາທີ.

C. ເຄື່ອງມືໃນການຕິດຕາມກວດກາແລະປະເມີນຜົນ

ເຄື່ອງມືໃນການຕິດຕາມກວດກາແລະປະເມີນຜົນແມ່ນຖືກພັດທະນາເພື່ອສະໜັບສະໜູນຜູ້ນຳກິດຈະກຳໃນການກຳນົດແລະການວັດແທກຜົນກະທົບຂອງແຕ່ລະຕອນຂອງການຝຶກອົບຮົມ. ເຄື່ອງມືດັ່ງກ່າວແມ່ນສາມາດນຳໃຊ້ເພື່ອຈຳແນກເຖິງຄວາມທ້າທາຍຫຼືບັນຫາທີ່ປະກົດຂື້ນຈາກເນື້ອຫາຈາກການປະເມີນຜົນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມສະນັ້ນຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດພິຈາລະນາແກ້ໄຂໃໝ່ບັນ ດາກິດຈະກຳແລະສະເໜີທາງແກ້ໄຂຕາມຄວາມເໝາະສົມ.

ເຄື່ອງມືໃນການຕິດຕາມກວດກາແລະປະເມີນຜົນແມ່ນມີໄວ້ເພື່ອເປັນຊັບພະຍາກອນສຳລັບທີມງານປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີແລະຜູ້ນຳກິດຈະກຳໃນການ:

i. ຕິດຕາມການມີສ່ວນຮ່ວມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳພ້ອມທັງເກັບກຳຂໍ້ມູນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນ;

ii. ແຜນການຝຶກອົບຮົມທວນຄືນຊຶ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມສາມາດເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຝຶກອົບຮົມ ຫລາຍເທົ່າທີ່ຈະຫລາຍໄດ້.

iii. ຕິດຕາມກວດກາແລະຊ່ວຍປັບປຸງທັກສະການນຳຂອງທີມງານປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ

iv. ປະເມີນຄວາມຮູ້, ທັດສະນະຄະຕິແລະການພັດທະນາທັກສະທີ່ມຸ້ງຫວັງຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຫຼັງຈາກທີ່ການຝຶກອົບຮົມສິ້ນສຸດ.

ພາກທີ 2: ແນວທາງການຝຶກອົບຮົມ

ພາກທີ 2: ແນວທາງການຝຶກອົບຮົມ

A. ພາກສະເໜີ

ໂຄງການພັດທະນາທາງຊົນນະບົດຂອງທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ('ADB 10') ຢູ່ແຂວງບໍລິຄໍາໄຊ, ສປປລາວໄດ້ໃຊ້ເປັນພື້ນທີ່ທົດລອງຊຶ່ງກະຊວງໂຍທາທິການແລະຂົນສົ່ງ (MPWT) ແລະອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ(IOM)ດໍາເນີນການປະເມີນສະພາບການ, ພັດທະນາຍຸດທະສາດການຝຶກອົບຮົມ, ການທົດສອບຫຼັກສູດແລະຕໍ່ມາແມ່ນການປັບປຸງສື່ໂຄສະນາເພື່ອປ່ຽນແປງພຶດຕິກໍາຢູ່ໃນແນວທາງການຝຶກອົບຮົມທີ່ໄດ້ນໍາສະເໜີນັ້ນ.ຖືກພັດທະນາໂດຍອີງຕາມຫົວຂໍ້ທີ່ສໍາຄັນ, ບົດຮຽນທີ່ຖອດຖອນໄດ້ແລະຄໍາແນະນໍາທີ່ມາຈາກການດໍາເນີນງານໃນຄັ້ງນີ້.

1. ການນໍາໃຊ້ວີດີໂອກາຕູນໃນການແນະນໍາບັນດາກິດຈະກໍາ

ເພື່ອເປັນການແນະນໍາກິດຈະກໍາ, ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາຄວນເປີດເລື່ອງວີດີໂອທີ່ໄດ້ຄັດເລືອກບາງຕອນຫຼືລະຄອນວິທະຍຸແລະມີຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໄດ້ຮັບຊົມຫຼືຮັບຟັງ.ໃນຕອນເລີ້ມຕົ້ນຂອງແຕ່ລະກິດຈະກໍາມີການກ່າວຫຍໍ້ຂອງໜຶ່ງຫຼືຫຼາຍຕອນຂອງວີໂອກາຕູນ, ທີ່ຈະນໍາເຂົ້າໄປສູ່ກິດຈະກໍາ.ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາສາມາດໃຊ້ວີດີໂອກາຕູນນີ້ເພື່ອແນະນໍາບັນດາກິດຈະກໍາແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ.ຊຶ່ງມັນຈະນໍາສະເໜີສະຖານະການທົ່ວໄປຫຼືເປັນກໍລະນີທີ່ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເຮັດວຽກເປັນກິດຈະກໍາຮ່ວມກັນ.

ການເຊື່ອມໂຍງວີດີໂອກາຕູນທີ່ເປັນສະເພາະເຂົ້າກັບກິດຈະກໍາແມ່ນສາມາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາມີຄວາມງ່າຍໃນການສື່ສານກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ.ແຕ່ລະຕອນຂອງວີດີໂອທີ່ອີງຕາມຕາຕະລາງທີ 1 ນັ້ນແມ່ນຕົວຢ່າງທີ່ແນະນໍາເທົ່ານັ້ນ.ຜູ້ນໍາພາກິດຈະກໍາອາດຈະໃຊ້ຕອນອື່ນໆເພື່ອເປັນການເຊື່ອມຕໍ່ເຂົ້າກັບຫົວຂໍ້ຂອງກິດຈະກໍາໄດ້ເຊັ່ນກັນ.

ຕໍ່ໄປນີ້ແມ່ນບາງຄໍາແນະນໍາສໍາລັບຜູ້ນໍາພາກິດຈະກໍາ:

- ອະນຸຍາດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເບິ່ງວີດີໂອກາຕູນຫຼືເລືອກເອົາຕອນທີ່ເໝາະສົມ (ນີ້ອາດຈະຂຶ້ນກັບຄວາມເໝາະສົມຂອງເວລາແລະຈຸດປະສົງຂອງການຝຶກອົບຮົມສໍາລັບກຸ່ມສະເພາະ).
- ຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມບໍ່ມີເວລາໃນການເບິ່ງລະຄອນຈົນຈົບ, ຕ້ອງສະຫຼຸບຫຍໍ້ກ່ຽວກັບເລື້ອງທັງໝົດໃຫ້ຟັງກ່ອນການໃຫ້ຄໍາເຫັນໃນວີດີໂອກາຕູນທີ່ເລືອກມາ;
- ຊອກຫາຫົວຂໍ້ທີ່ສໍາຄັນທີ່ຍົກມາໃນແຕ່ລະຕອນຂອງວີດີໂອກາຕູນໃນຕອນໃດກໍ່ຕາມ, ອາດຈະມີໜຶ່ງ,ສອງ,ຫຼືສາມຫົວຂໍ້ທີ່ສໍາຄັນທີ່ນໍາສະເໜີ;
- ໃຊ້ບັນດາກິດຈະກໍາເພື່ອເນັ້ນໜັກຫົວຂໍ້ທີ່ສໍາຄັນຈາກຕອນທີ່ເລືອກມາດັ່ງຕົວຢ່າງທີ່ໃຫ້ມາໃນຄູ່ມື; ແລະບັນດາກິດຈະກໍາທີ່ຢູ່ໃນພາກທີ 2 ທີ່ໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສາມາດເຊື່ອມເຂົ້າກັບຕອນທີ 1
- ຫຼື 3, ຫຼືລວມເຂົ້າກັນທັງໝົດ, ເພື່ອແນະນໍາກິດຈະກໍາໃນສ່ວນທີ່1.

ຫ້ອງທີ 1. ຕົວຢ່າງ: ພາກທີ 2

ກິດຈະກໍາໃນພາກທີ 2 ແມ່ນເພື່ອໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະ ພະຍາດເອດແລະສາມາດເຊື່ອມຕໍ່ເຂົ້າກັບຕອນທີ 1 ຫຼືທີຕອນທີ 3 ຂອງວີດີໂອກາຕູນ, ຫຼືລວມເຂົ້າກັນທັງສອງ, ເພື່ອແນະນໍາກິດຈະກໍາໃນສ່ວນທີ 1.

- ຕອນທີ 1: ຈ່ອຍໄປທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກກັບໝູ່. ນາງດາວໄດ້ໄປນໍາຈ່ອຍກັບມາຍ້ອນນາງບໍ່ຢາກໃຫ້ຈ່ອຍໄປທ່ຽວຫຼິ້ນກາງຄືນຍ້ອນຢ້ານວ່າລາວອາດຈະຢູ່ໃນຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.

- ຕອນທີ 3: ຈ່ອຍໄດ້ລົມກັບຕົ້ນເຖິງຄວາມກັງວົນທີ່ຢ້ານວ່າຈະຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຍ້ອນວ່າພັກຢູ່ໃກ້ກັບຫ້ອງເຊົ່າຂອງອ້າຍເມກແລະ ນາງນ້ອຍທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.

ຕໍ່ໄປນີ້ແມ່ນຕົວຢ່າງທີ່ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາສາມາດເວົ້າເພື່ອແນະນໍາກິດຈະກໍາ:

"ໃນຕອນທີ 1, ຈ່ອຍໄປທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກກັບໝູ່. ນາງດາວໄດ້ໄປນໍາຈ່ອຍກັບມາຍ້ອນນາງບໍ່ຢາກໃຫ້ຈ່ອຍໄປທ່ຽວຫຼິ້ນກາງຄືນຍ້ອນຢ້ານວ່າລາວອາດຈະຢູ່ໃນຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.

"ສະນັ້ນ, ພວກເຮົາຈະໄດ້ເຮັດກິດຈະກໍາກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະຮຽນຮູ້ໄປພ້ອມກັນໃນສິ່ງທີ່ພວກເຮົາຄວນເຮັດແລະບໍ່ຄວນເພື່ອຫຼີກໄກຈາກເຊື້ອເຮສໄອວີ."

ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາສາມາດນໍາໃຊ້ຕອນທີ 8, ຕອນທີ່ຕົ້ນກັບມາບອກກັບພອຍວ່ານາງໄດ້ມີເພດສໍາພັນທີ່ບໍ່ໄດ້ປ້ອງກັນ (ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ) ກັບລູກຄ້າຂອງນາງ, ເພື່ອເປັນການແນະນໍາກິດຈະກໍາທີ 9 ແລະ 11. ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາສາມາດແນະນໍາກິດຈະກໍາເຫລົ່ານີ້ເວົ້າໄດ້ວ່າ: "ຕໍ່ໄປພວກເຮົາຈະສົນທະນາວ່າມັນຄຸ້ມຄ່າຫຼືບໍ່ໃນການມີເພດສໍາພັນໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມເພື່ອຄວາມບັນເທີງຫຼືຄວາມຕື່ນເຕັ້ນ.ມີຫຼາຍຄົນເວົ້າວ່າການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມເຮັດໃຫ້ກິດຈະກໍາທາງເພດຂາດຄວາມບັນເທີງແລະຕື່ນເຕັ້ນ."

ຫ້ອງທີ 2. ຕົວຢ່າງ: ການເຊື່ອມຕໍ່ໄປຫາພາກທີ 4 ແລະ 5

ໃນພາກທີ 4, ກິດຈະກຳທີ 1 ຫາກິດຈະກຳທີ 3 ກ່ຽວກັບການດື່ມເຫຼົ້າແລະການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.ນີ້ສາມາດເຊື່ອມຕໍ່ເຂົ້າກັບຕອນທີ 5 ທີ່ຕົ້ນກັບຈ່ອຍນັ່ງດື່ມເບຍທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກໃນເວລາທີ່ລໍຖ້າຊ່າງກຳລັງແປງລົດນັ້ນ.ຕົ້ນໄດ້ດື່ມຈົນເມົາແລະໄດ້ມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ໄດ້ປ້ອງກັນກັບສາວພອຍ.

ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເພດຊາຍ, ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດແນະນຳກິດຈະກຳທີ 1 ເຖິງ 3 ໂດຍການບອກວ່າ: "ຕົ້ນແລະຈ່ອຍກັບຈອ່ຍນັ່ງດື່ມເບຍທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກໃນເວລາທີ່ລໍຖ້າຊ່າງກຳລັງແປງລົດນັ້ນ.ຕົ້ນໄດ້ດື່ມຈົນເມົາແລະໄດ້ມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ໄດ້ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມກັບສາວພອຍ.ຕໍ່ໄປພວກເຮົາຈະມາສົນທະນາໃນການທີ່ວ່າຈະຮັບມືກັບສະຖານະການດັ່ງກ່າວໄດ້ແນວໃດ, ທີ່ອາດເຮັດໃຫ້ບາງຄົນຕົກຢູ່ໃນຄວາມສ່ຽງໃນການທີ່ຈະມີເພດສຳພັນໂດຍບໍ່ໄດ້ປ້ອງກັນ (ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ)". ກິດຈະກຳທີ 4 ຫາ 6 ສາມາດໃຊ້ເພື່ອເນັ້ນໃສ່ການພົວພັນລະຫວ່າງຍິງ-ຊາຍ, ພ້ອມທັງສະຖານະການທີ່ອາດນຳໄປສູ່ການມີເພດສຳພັນ.ຊຶ່ງສາມາດເຊື່ອມຕໍ່ກັບພາກທີ 2 ຕອນທີ່ນາງຈົບອອກໄປທ່ຽວກັບທ້າວໄຊ.

ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເພດຍິງ, ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດແນະນຳກິດຈະກຳໂດຍການສົນທະນາຕອນທີ 2 ແລະສະຖານະການທີ່ຈົບພົບກັບຕົນເອງແລະສາມາດຖາມຄຳຖາມດັ່ງນີ້: "ເຈົ້າຈື່ໄດ້ບໍ່ວ່າເປັນຫຍັງຈົບຈຶ່ງມານັ່ງໃຫ້ຢູ່ຕໍ່ໜ້າຫ້ອງຂອງດາວ? ມັນເກີດຫຍັງຂຶ້ນກັບນາງ?" ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມໃນການເລົ່າຄືນເຫດການໃນຕອນແລະເວົ້າດັ່ງນີ້: "ພວກເຮົາຈະເຮັດບາງກິດຈະກຳເພື່ອຫາທາງອອກສຳລັບຈົບ.ເມື່ອພວກເຮົານັດພົບກັບບາງຄົນຫຼືຕ້ອງການອອກໄປທ່ຽວກັບເຂົາ, ພວກເຮົາຈະຮຽນຮູ້ຈາກກິດຈະກຳເຫລົ່ານີ້ໃນສິ່ງທີ່ຄວນເຮັດແລະບໍ່ຄວນເຮັດເພື່ອຫຼີກລ່ຽງສະຖານະການທີ່ຍາກລຳບາກຄືກັບທີ່ຈົບໄດ້ພົບພໍ້ມາ."

ເພີ່ມເຕີມຕອນຕ່າງໆໃນກາຕູນຫຼືສະຫຼຸບເລື້ອງລາວຈາກຕອນທີ່ສາມາດເຊື່ອມໄປຫາກິດຈະກຳແຕ່ລະສ່ວນຈະໄດ້ນຳສະເໜີເປັນຕົວຢ່າງໃນແຕ່ລະພາກ.

2. ການໃຊ້ການສື່ສານສອງທາງແລະການສົນທະນາໂຕ້ຕອບກັນເພື່ອຊ່ວຍກະຕຸ້ນການຮຽນຮູ້ແລະການພັດທະນາທັກສະ.

ສຳລັບບາງກິດຈະກຳທີ່ມີຈຸດປະສົງໃນການໃຫ້ຂໍ້ມູນແລະຫຼຸດຜ່ອນຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດຫຼືແກ້ໄຂຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດ, ໂດຍສະເພາະທີ່ກ່ຽວພັນກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ການສື່ສານສອງທາງແລະການໃຊ້ການຖາມຕອບສາມາດກະຕຸ້ນການສົນທະນາ.ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນ, ການສົນທະນາສາມາດຊ່ວຍຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການພັດທະນາທັກສະການຄິດວິເຄາະບັນຫາ.

ໃນຕອນທ້າຍຂອງແຕ່ລະກິດຈະກຳມີແນວທາງສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳໃນການໃຊ້ເພື່ອຈັດ ຕັ້ງປະຕິບັດກິດຈະກຳແລະການນຳການສົນທະນາ.ມີສອງປະເພດຄຳຖາມຫຼັກ: a. ຄຳຖາມເພື່ອທວນຄືນເນື້ອຫາໃນກິດຈະກຳ, ທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ຜ່ານການເຮັດກິດຈະກຳ b.ຄຳຖາມເພື່ອກະຕຸ້ນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເພື່ອຄິດກ່ຽວກັບກິດຈະກຳທີ່ມີແລະພົວພັນເຖິງການດຳເນີນຊີວິດຂອງພວກເຂົາ.

ຜູ້ນຳກິດຈະກຳບໍ່ຄວນສະຫຼຸບກິດຈະກຳໂດຍປາດສະຈາກການສົນທະນາກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ. ຂະບວນການສົນທະນາຈະຊ່ວຍຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການພັດທະນາທັກສະຂອງພວກເຂົາແລະເພື່ອຝຶກຂະບວນການຄິດໃນລັກສະນະການວິເຄາະ.

3. ການແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຊາຍ-ຍິງ

ຜູ້ນຳກິດຈະກຳແມ່ນຈຳເປັນທີ່ຈະຕ້ອງຈັດການຝຶກອົບຮົມແຍກກັນສະເພາະລະຫວ່າງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຊາຍ-ຍິງ.ນີ້ແມ່ນເປັນພື້ນຖານໃນການຊຸກຍູ້ການມີສ່ວນຮ່ວມຢ່າງເຕັມທີ່ຂອງທັງສອງເພດ.

ມັນມີຄວາມສຳຄັນທີ່ເທົ່າທຽມກັນໃນການຮັບເອົາຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຊາຍ-ຍິງທີ່ແຕ່ງງານແລ້ວແລະຊາຍ-ຍິງໂສດເຂົ້າຮ່ວມໃນແຕ່ລະການຝຶກອົບຮົມ.ນີ້ຈະຊ່ວຍໃຫ້ຫຼຸດຜ່ອນຄວາມອາຍລະຫວ່າງຊາຍ-ຍິງພ້ອມທັງລະຫວ່າງຄົນທີ່ແຕ່ງງານແລ້ວແລະຄົນໂສດ.ດັ່ງທີ່ໄດ້ບັນທຶກໃນການທົດສອບຫຼັກສູດ, ການຝຶກອົບຮົມປົນກັນລະຫວ່າງຊາຍ-ຍິງຫຼືແຕ່ງງານແລ້ວແລະຄົນໂສດຂ້ອນຂ້າງຈະໄດ້ຮັບຜົນໃນການທີ່ມີສ່ວນຮ່ວມໜ້ອຍຂອງທັງສອງກຸ່ມຫຼືຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມບໍ່ຖາມຄຳຖາມໃດໆກ່ຽວກັບຂໍ້ຂ້ອງໃຈຫຼືຮູ້ສຶກບໍ່ສະບາຍໃຈໃນການຖາມຄຳຖາມທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບເລື້ອງເພດ (ໂດຍສະເພາະຄົນທີ່ຍັງໂສດ).

ຖ້າມີຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມທັງຍິງ-ຊາຍເຂົ້າຮ່ວມໃນການຝຶກອົບຮົມດຽວກັນ, ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນແຍກອອກເປັນກຸ່ມນ້ອຍຕາມທີ່ໄດ້ແນະນຳໃນແຕ່ລະພາກຂອງກິດຈະກຳ.

ໃນການຈັດຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ, ສິ່ງສຳຄັນທີ່ຈະຕ້ອງໄດ້ເລືອກຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ບໍ່ມີພຽງແຕ່ທັກສະທາງດ້ານເຕັກນິກເທົ່ານັ້ນ, ແຕ່ຈະຕ້ອງມີໄຫວພິບທາງດ້ານວັດທະນະທຳແລະກ່ຽວກັບບົດບາດຍິງຊາຍ.ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນເປັນເພດດຽວກັນກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ.

4. ການຝຶກໃນການແກ້ໄຂປັນຫາແລະທັກສະໃນການຕັດສິນໃຈ

ທັກສະໃນການແກ້ໄຂປັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈໄດ້ຮວບຮວມເຂົ້າໃນສອງກິດຈະກຳຢູ່ໃນຄູ່ມື, ແລະ ຮູບແບບດຽວຂອງການແກ້ໄຂປັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈແມ່ນໃຊ້ເພື່ອທວນຄືນແລະເນັ້ນໜັກໃສ່ຂະບວນການຝຶກອົບຮົມສຳລັບການພັດທະນາທັກສະ.ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນປະເມີນຄືນຫລັກການໃນການແກ້ໄຂບັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈກ່ອນທີ່ຈະໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເຮັດວຽກເປັນກຸ່ມ.

ຫລັກການສາມາດຈັດຢູ່ໃນສາມປະເພດດັ່ງນີ້:

1.ຫລັກການແກ້ໄຂບັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈສຳລັບການວາງແຜນປ້ອງກັນຈາກການຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ

- ຊີ້ບອກປະເພດຂອງພຶດຕິກຳສ່ຽງທີ່ສ່ວນໃຫ່ຍຈະເຮັດໃຫ້ຄົນສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ;
- ຄິດຫາທາງເລືອກທີ່ສາມາດປ້ອງກັນບຸກຄົນຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ;
- ເບິ່ງຂໍ້ດີແລະຂໍ້ເສຍຂອງແຕ່ລະທາງເລືອກ (ຂໍ້ດີແມ່ນອີງຕາມຜົນກະທົບໃນດ້ານບວກໃນທາງສ່ວນຕົວ;ຂໍ້ເສຍແມ່ນອີງຕາມຜົນກະທົບໃນດ້ານລົບໃນທາງສ່ວນຕົວ);ແລະ
- ເລືອກເອົາທາງເລືອກທີ່ດີທີ່ສຸດ, ຊຶ່ງເປັນທາງເລືອກທີ່ມີຂໍ້ເສຍໜ້ອຍທີ່ສຸດ.

2. ຫລັກການແກ້ໄຂບັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈສຳລັບການວາງແຜນຊີວິດ

- ນິຍາມບັນຫາຫຼືສະຖານະການ;
- ກຳນົດເປົ້າໝາຍ;
- ຄິດຫາທາງເລືອກທີ່ສາມາດຊ່ວຍບຸກຄົນບັນລຸເປົ້າໝາຍຂອງຕົນເອງ;
- ເບິ່ງຂໍ້ດີແລະຂໍ້ເສຍຂອງແຕ່ລະທາງເລືອກ (ຂໍ້ດີແມ່ນອີງຕາມຜົນກະທົບໃນດ້ານບວກໃນທາງສ່ວນຕົວ; ຂໍ້ເສຍແມ່ນອີງຕາມຜົນກະທົບໃນດ້ານລົບໃນທາງສ່ວນຕົວ);ແລະ
- ເລືອກເອົາທາງເລືອກທີ່ດີທີ່ສຸດ, ຊຶ່ງເປັນທາງເລືອກທີ່ມີຂໍ້ເສຍໜ້ອຍທີ່ສຸດ.

3. ຫລັກການແກ້ໄຂບັນຫາແລະການຕັດສິນໃຈສຳລັບສະຖານະການທົ່ວໄປ

- ນິຍາມບັນຫາຫຼືສະຖານະການ;
- ຄິດຫາທາງເລືອກທີ່ສາມາດຊ່ວຍແກ້ໄຂບັນຫາ;
- ເບິ່ງຂໍ້ດີແລະຂໍ້ເສຍຂອງແຕ່ລະທາງເລືອກ (ຂໍ້ດີແມ່ນອີງຕາມຜົນກະທົບໃນດ້ານບວກໃນທາງສ່ວນຕົວ; ຂໍ້ເສຍແມ່ນອີງຕາມຜົນກະທົບໃນດ້ານລົບໃນທາງສ່ວນຕົວ);ແລະ
- ເລືອກເອົາທາງເລືອກທີ່ດີທີ່ສຸດ, ຊຶ່ງເປັນທາງເລືອກທີ່ມີຂໍ້ເສຍໜ້ອຍທີ່ສຸດ.

B. ຄຳແນະນຳສຳລັບການຝຶກອົບຮົມຕໍ່ກັບກຸ່ມເປົ້າໝາຍ

ການຮ່ວມມືກັນລະຫວ່າງທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ(ADB) ແລະ ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ IOM'ໃນການວິເຄາະສະຖານະການ' ໃນ ສປປ ລາວ.ມັນໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າຄວາມສາມາດໃນການເຄື່ອນຍ້າຍ ແລະການມີຢູ່ຂອງກຸ່ມປະຊາກອນເປົ້າໝາຍ ແມ່ນມີຄວາມຈຳເປັນຫລາຍທີ່ຈະໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ. ການສຳຫລວດ ເກັບກຳຂໍ້ມູນແຜນທີ່ປະຊາກອນ, ຄວາມສາມາດໃນການເຄື່ອນຍ້າຍ ແລະການມີຢູ່ຂອງກຸ່ມປະຊາກອນເປົ້າໝາຍ ແມ່ນມີຄວາມສຳຄັນເຊັ່ນກັນສຳລັບການຄັດເລືອກສື່ໂຄສະນາເພື່ອການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳທີ່ ເໝາະສົມກັບປະຫວັດແລະວຽກປົກກະຕິຂອງ ປະຊາຊົນທີ່ທີ່ເຮັດວຽກໃນຂະແໜງການກໍ່ສ້າງ ພື້ນຖານໂຄງລ່າງ.ດັ່ງຕົວຢ່າງກຸ່ມໜຶ່ງຂອງຄົນງານກໍ່ສ້າງ, ໂດຍສະເພາະຢ່າງຍິ່ງແມ່ນໂຄງການກໍ່ສ້າງທາງທີ່ເຄື່ອນຍ້າຍ

ຈາກບ່ອນໜຶ່ງໄປອີກບ່ອນໜຶ່ງເມື່ອສຳເລັດໄລຍະໃດໜຶ່ງຂອງການກໍ່ສ້າງ, ພັກຢູ່ໃນພື້ນທີ່ກໍ່ສ້າງໃນຊ່ວງເວລາໃດໜຶ່ງ (ບາງຄັ້ງອາດຫຼາຍກວ່າ 4 ເດືອນ), ດ້ວຍເຫດຜົນທີ່ຄົນຂັບລົດດ້ານແລະນາຍຊ່າງກໍ່ອາຄານມີການເຄື່ອນຍ້າຍຫຼາຍກວ່າ.ເຊັ່ນດຽວກັນຄົນໃນຊຸມຊົນຈຳນວນໜຶ່ງທີ່ອາໄສຢູ່ລຽບຕາມເສັ້ນທາງ ທີ່ສ້າງໃໝ່ກໍ່ອາດຈະມີການເຄື່ອນທີ່ຈາກບ່ອນໜຶ່ງໄປອີກບ່ອນໜຶ່ງ. ເພາະສະນັ້ນສິ່ງສຳຄັນແມ່ນຈະຕ້ອງໄດ້ມີການພັດທະນາໃຫມ່ແລະການປະດິເສ້າງໃນການນຳໃຊ້ຍຸດທະສາດການຝຶກອົບຮົມຕ່າງໆແລະການເລືອກເອົາເວລາທີ່ເໝາະສົມສຳລັບການຈັດຝຶກອົບຮົມ.

ສິ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ຜູ້ນຳກິດຈະກຳແຕ່ລະຄົນຄວນດຳເນີນກິດຈະກຳຕາມແຕ່ລະບາດກ້າວຕາມທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ຢູ່ໃນຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້.ລຳດັບເຫດການຂອງບັນດາກິດຈະກຳແມ່ນໄດ້ຖືກອອກແບບມາເພື່ອອຳນວຍຄວາມສະດວກໃຫ້ແກ່ຂະບວນການຮຽນຮູ້ແລະການພັດທະນາທັກສະຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ.ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນເນື້ອຫາແລະປະເພດຂອງກິດຈະກຳແມ່ນມີຈຸດປະສົງໃນການທີ່ໃຫ້ຂໍ້ມູນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມບໍ່ພຽງແຕ່ເປັນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີແຕ່ຍັງພົວພັນເຖິງປັດໄຈທີ່ກ່ຽວຂ້ອງຂອງຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.

ເພື່ອເປັນການສະໜັບສະໜູນໂອກາດໃນການຮຽນຮູ້ທີ່ຈະປະກອບສ່ວນໃນການຫຼຸດຜ່ອນພຶດຕິກຳສ່ຽງ, ການຝຶກອົບຮົມຫຼາຍຄັ້ງຕິດຕໍ່ກັນເປັນກຸ່ມດຽວກັນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມແມ່ນແນະນຳໃຫ້ປະຕິບັດຫຼາຍກວ່າເປັນການຝຶກອົບຮົມຄັ້ງດຽວຈົບ.

ມີຄຳແນະນຳສຳລັບສາມກຸ່ມເປົ້າໝາຍ/ສະຖານທີ່: (i) ແຮງງານກໍ່ສ້າງ, (ii) ຊຸມຊົນທ້ອງຖິ່ນ ແລະ (iii) ສະຖານບັນເທີງ.ອີງຕາມຄວາມສະດວກຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ, ແນະນຳການຝຶກອົບຮົມຢູ່ສອງແບບ: ສີ່ຮູບແບບການຝຶກອົບຮົມດຳເນີນເປັນໜຶ່ງຄັ້ງຕໍ່ອາທິດ (ເບິ່ງຕາຕະລາງທີ 5) ຫຼືຝຶກອົບຮົມສອງວັນ (ເບິ່ງຕາຕະລາງທີ6). ກິດຈະກຳທີ່ໄດ້ເຮັດເປັນລາຍການສຳລັບແຕ່ລະພາກແມ່ນເພື່ອເປັນການລຳດັບຄວາມສຳຄັນວ່າອັນໃດທີ່ພວກເຂົາຄວນໃຊ້.

1.ແຮງງານກໍ່ສ້າງ

ຄວາມຖີ່: ການຝຶກອົບຮົມມີສີ່ຕອນທີ່ຈະດໍາເນີນໜຶ່ງຄັ້ງຕໍ່ອາທິດຝຶກອົບຮົມເປັນເວລາສອງວັນ

ເພື່ອຈັດການຝຶກອົບຮົມກັບແຮງງານທີ່ມີສີມືແລະບໍ່ມີສີມື,ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າວິທີການເຫລົ່ານີ້ແມ່ນໄດ້ຖືກນໍາໃຊ້:

- ວາງແຜນແລະປະສານງານລ່ວງໜ້າກັບທີມງານ ໃນພື້ນທີ່ກໍ່ສ້າງແລະທີມງານບໍລິຫານໃນແຄ້ມ ໃນເວລາເຮັດຕາຕະລາງການຝຶກອົບຮົມ
- ປະຕິບັດທຸກໆກິດຈະກໍາກ່ຽວກັບຂໍ້ມູນ, ທັດສະນະຄະຕິແລະທັກສະຕັ້ງແຕ່ເວລາດໍາເນີນກິດຈະກໍາໂດຍເນັ້ນໃສ່ຂໍ້ມູນຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພະຍາດເອດພຽງຢ່າງດຽວຈະບໍ່ໄດ້ຮັບຜົນ.
- ໃຊ້ເຕັກນິກການຮຽນຮ່ວມຕາມທີ່ໄດ້ແນະນໍາໄວ້ໃນບັນດາກິດຈະກໍາ.
- ໃຊ້ສາມຄໍາຖາມລຸ່ມນີ້ເພື່ອຊ່ວຍໃນການອອກແບບຊຸດຂອງການຝຶກອົບຮົມສໍາລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ:

  i.ພວກເຂົາມີການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານເລື້ອຍປານໃດ?

  ii. ພວກເຂົາອາໄສຢູ່ໃນແຕ່ລະບ່ອນດົນປານໃດຫຼັງຈາກທີ່ພວກເຂົາຍ້າຍໄປຢູ່?

  iii.ພວກເຂົາມີເວລາຫວ່າງຫຼາຍປານໃດ,ຮວມເຖິງວັນພັກໃນແຕ່ລະອາທິດຫຼືແຕ່ລະເດືອນ?

- ຈັດການຝຶກອົບຮົມເປັນຫລາຍຊຸດດີກວ່າຈັດການຝຶກອົບຮົມເທື່ອດຽວຈົບ.
- ໃຊ້ເຄື່ອງມືເພື່ອຕິດຕາມກວດກາຈໍານວນຂອງກິດຈະກໍາທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມແຕ່ລະຄົນໄດ້ມີສ່ວນຮ່ວມ.

ສະຖານທີ່ຝຶກອົບຮົມສາມາດຈັດຢູ່ສະຖານທີ່ໃດກໍ່ໄດ້ (ເຊັ່ນວ່າ:ໃນບໍລິເວນຫ້ອງການຂອງບໍລິສັດກໍ່ສ້າງ, ສະໂມສອນບ້ານທີ່ຢູ່ໃກ້, ສະຖານທີ່ເປົ່າຫວ່າງ, ສະຖານທີ່ເຮັດວຽກເປົ່າຫວ່າງທີ່ມີຫລັງຄາມຸງ, ແລະອື່ນໆ.) ອຸປະກອນທີ່ໄດ້ໃຊ້ການຝຶກອົບຮົມສ່ວນຫລາຍແມ່ນແລະໃຊ້ໃນກິດຈະກໍາແມ່ນເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່, ບິກເພີດ, ບິກຊຽນ, ແລະອື່ນໆ.ໂທລະທັດແລະໄຟຟ້າແມ່ນມີຢູ່ໃນແຄ້ມກໍ່ສ້າງໃຫ່ຍຕາມເສັ້ນທາງການກໍ່ສ້າງ.

2. ຊຸມຊົນທ້ອງຖິ່ນ

ຄວາມຖີ່: ການຝຶກອົບຮົມສອງວັນແມ່ນເໝາະສົມກວ່າຍ້ອນວ່າຊຸມຊົນໃນທ້ອງຖິ່ນໂດຍປົກກະຕິຈະມີຢ່າງໜ້ອຍ 2 ວັນໃນໜຶ່ງເດືອນທີ່ພວກເຂົາບໍ່ໄດ້ເຮັດວຽກ

ເພື່ອທີ່ຈະຈັດການຝຶກອົບຮົມກັບຊຸມຊົນທ້ອງຖິ່ນ, ຜູ້ນໍາພາກິດຈະກໍາຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າໄດ້ມີການນໍາໃຊ້ຂັ້ນຕອນລະວິທີການດັ່ງນີ້:

- ວາງແຜນແລະປະສານງານລ່ວງໜ້າກັບຫົວໜ້າຊຸມຊົນ, ອົງການຈັດຕັ້ງຊາວໜຸ່ມ, ສະຫະພັນແມ່ຍິງແລະສະມາຊິກໃນຊຸມຊົນໃນເວລາເຮັດຕາຕະລາງການຝຶກອົບຮົມ
- ປະຕິບັດທຸກໆກິດຈະກໍາກ່ຽວກັບຂໍ້ມູນ, ທັດສະນະຄະຕິແລະທັກສະຕັ້ງແຕ່ເວລາດໍາເນີນກິດຈະກໍາໂດຍເນັ້ນໃສ່ຂໍ້ມູນຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະພະຍາດເອດພຽງຢ່າງດຽວຈະບໍ່ໄດ້ຮັບຜົນ.

- ໃຊ້ເຕັກນິກການຮຽນຮ່ວມຕາມທີ່ໄດ້ແນະນຳໃນບັນດາກິດຈະກຳຕ່າງໆ
- ໃຊ້ສາມຄຳຖາມລຸ່ມນີ້ເພື່ອຊ່ວຍໃນການອອກແບບຊຸດຂອງການຝຶກອົບຮົມສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ:

  i. ພວກເຂົາມີເວລາຫວ່າງຫຼາຍປານໃດ,ລວມເຖິງວັນພັກໃນແຕ່ລະອາທິດຫຼືແຕ່ລະເດືອນ?

  ii. ພວກເຂົາຍ້າຍບ່ອນເລື້ອຍປານໃດ?

  iii. ພວກເຂົາອາໄສຢູ່ໃນແຕ່ລະບ່ອນດົນປານໃດຫຼັງຈາກທີ່ພວກເຂົາຍ້າຍ?
- ຈັດການຝຶກອົບຮົມເປັນຫລາຍຊຸດດີກວ່າຈັດການຝຶກອົບຮົມເທື່ອດຽວຈົບ.
- ໃຊ້ເຄື່ອງມືເພື່ອຕິດຕາມກວດກາຈຳນວນຂອງກິດຈະກຳທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມແຕ່ລະຄົນໄດ້ມີສ່ວນຮ່ວມ.

3. ສະຖານທີ່ບັນເທີງ

ຄວາມຖີ່: ສີ່ຮູບແບບການຝຶກອົບຮົມທີ່ຈະດຳເນີນໜຶ່ງຄັ້ງຕໍ່ອາທິດ.ພະນັກງານໃນສະຖານບັນເທີງບໍ່ມີວັນພັກທີ່ກຳນົດແນ່ນອນສະນັ້ນມັນຈຶ່ງເໝາະສົມກວ່າທີ່ຈະດຳເນີນການຝຶກອົບຮົມໜຶ່ງຄັ້ງຕໍ່ອາທິດກັບກຸ່ມນີ້.

ເພື່ອທີ່ຈະຈັດການຝຶກອົບຮົມໃນສະຖານບັນເທີງ, ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າໄດ້ມີການນຳໃຊ້ຂັ້ນຕອນລະວິທີການດັ່ງນີ້:

- ວາງແຜນແລະປະສານງານລ່ວງໜ້າກັບພະນັກງານລັດແລະເຈົ້າຂອງສະຖານທີ່.
- ໃຊ້ເຕັກນິກການຮຽນຮ່ວມຕາມທີ່ໄດ້ແນະນຳໃນບັນດາກິດຈະກຳຕ່າງໆ
- ໃຊ້ສາມຄຳຖາມລຸ່ມນີ້ເພື່ອຊ່ວຍໃນການອອກແບບຊຸດຂອງການຝຶກອົບຮົມສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ:

  i. ພວກເຂົາມີເວລາຫວ່າງຫຼາຍປານໃດ,ລວມເຖິງວັນພັກໃນແຕ່ລະອາທິດຫຼືແຕ່ລະເດືອນ?

  ii. ພວກເຂົາຍ້າຍບ່ອນເລື້ອຍປານໃດ?

  iii. ພວກເຂົາອາໄສຢູ່ໃນແຕ່ລະບ່ອນດົນປານໃດຫຼັງຈາກທີ່ພວກເຂົາຍ້າຍ?
- ຈັດການຝຶກອົບຮົມເປັນຫລາຍຊຸດດີກວ່າຈັດການຝຶກອົບຮົມເທື່ອດຽວຈົບ.
- ໃຊ້ເຄື່ອງມືເພື່ອຕິດຕາມກວດກາຈຳນວນຂອງກິດຈະກຳທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມແຕ່ລະຄົນໄດ້ມີສ່ວນຮ່ວມ.

ຕາຕະລາງທີ 5: ການຝຶກອົບຮົມໜຶ່ງຄັ້ງຕໍ່ອາທິດວາງແຜນສຳລັບ 4 ຄັ້ງຂອງການຝຶກອົບຮົມ

	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີໜຶ່ງ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີສອງ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີສາມ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີ່ສີ່
ພາກທີ 1: ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບ ສຸຂະພາບ ຈະເລີນພັນ	**ກິດຈະກຳທີ 1** ຮ່າງກາຍ ຂອງຄົນເຮົາ (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 2** ອົງປະກອບອະໄວ ຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ (40 ນາທີ)			
ພາກທີ2: ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບ ເຊື້ອເຮສໄອວີ/ ພະຍາດເອດ/ ພຕພ	**ກິດຈະກຳທີ 2** ຖືກ….ບໍ່ຖືກ…ບໍ່ແນ່ໃຈ (30 ນາທີ) ກິດຈະກຳທີ 3 ໃຜແດ່ ທີ່ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ? (45 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 4** ການປະເມີນຄວາມສ່ຽງ (60 ນາທີ)	**ກິດຈະກຳທີ 5** ການເຕັ້ນລຳຂອງລະ ບົບພູມຄຸ້ມກັນ (20-30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 6** ໄລຍະປ່ອງ ຢ້ຽມ (ໄລຍະ3 ເດືອນ) (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 7** ຮູ້ຈັກພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສຳພັນ (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 8** ລະເບີດເວລາຖົງ ຢາງອະນາໄມ (25-30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 9** ຄຸ້ມບໍ່? (30 ນາທີ)		

	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີໜຶ່ງ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີສອງ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີສາມ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີ່ສີ່
		ກິດຈະກຳທີ 10 ແຫຼ່ງຖົງຢາງອະນາໄມ ສະຖານທີ່ກວດຫາການ ຕິດເຊື້ອເຣສໄອວີ ແລະສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍ ລິການກວດຫາພະຍາດ ຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳ ພັນໃນ ຊຸມຊົນ? (40 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 11** ຈະໄປຊື້ຫຼືຂໍຖົງຢາງ ອະນາໄມຫຼືໄປໃຊ້ບໍລິ ການດ້ານສຸຂະພາບ ເພື່ອກວດຫາການຕິດ ເຊື້ອເຣສໄອວີຫຼືກວດ ຫາພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງ ເພດສຳພັນບໍ່? (40-50 ນາທີ)		
ພາກທີ 3: ເຊື້ອເຣສ ໄອວີ/ ພະຍາດເອດ ແລະທັດສະ ນະຄະຕິ			**ກິດຈະກຳທີ 1** ເຫດຜົນທີ່ໃຊ້ຫຼືບໍ່ໃຊ້ຖົງ ຢາງອະນາໄມ (45 ນາທີ) ກິດຈະກຳທີ 2 ເກມໝາກຂ່າງ (50 ນາທີ)	
ພາກທີ 4: ການພັດ ທະນາທັກສະ			**ກິດຈະກຳທີ 1** ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດ: ສ່ວນທີ1(ແຍກຜູ້ເຂົ້າ ຮ່ວມຊາຍ-ຍິງເພື່ອດຳ ເນີນກິດຈະກຳນີ້ ພ້ອມກັນ) (45 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 2** ຫລັກການແກ້ໄຂ ບັນຫາແລະການ ຕັດສິນໃຈ (30 ນາທີ)	**ກິດຈະກຳທີ 8** ຮຸນແຮງຫຼືຍິນຍອມ ແຕ່ໂດຍດີຫຼືຢືນຢັນ ໃນໂຕເອງ (40 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 9** ເກມເລົ່າເລື່ອງ (30 ນາທີ)

	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີໜຶ່ງ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີສອງ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີສາມ	ຝຶກອົບຮົມສ່ວນທີ່ສີ່
			ກິດຈະກຳທີ 3 ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດ: ສ່ວນທີ 2(ແຍກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຊາຍ-ຍິງເພື່ອດຳເນີນກິດຈະກຳນີ້ພ້ອມກັນ) (40-50 ນາທີ)	**ກິດຈະກຳທີ10** ການຝຶກທັກສະການສື່ສານ(ການຕໍ່ລອງ ຫຼືປະຕິເສດ) (80 ນາທີ)
ພາກທີ 5: ການຢູ່ຮ່ວມກັບຜູ້ຕິດເຮສໄອວີ				**ກິດຈະກຳທີ 1** ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ? (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 2** ພື້ນຖານການເບິ່ງແຍງແລະການປິ່ນປົວສຳລັບຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (30 - 45 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 3** ພວກເຮົາສາມາດເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່? (80 ນາທີ)

ຕາຕະລາງທີ 6: ແຜນການສຳລັບການຝຶກອົບຮົມສອງວັນ

ສ່ວນທີ່1	
ພາກທີ 1:ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ	**ກິດຈະກຳທີ 1** ຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາ (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 2** ອົງປະກອບອະໄວຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ (40 ນາທີ)
ພາກທີ 2: ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ/ພຕພ	ກິດຈະກຳທີ 2 ຖືກ….ບໍ່ຖືກ…ບໍ່ແນ່ໃຈ (30 ນາທີ) ກິດຈະກຳທີ 3 ໃຜແດ່ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ? (45 ນາທີ)

ສ່ວນທີ່1	
	ກິດຈະກຳທີ 4 ປະເມີນຄວາມສ່ຽງ (60 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 5** ການເຕັ້ນລຳຂອງລະບົບພູມຄຸ້ມກັນ (20-30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 6** ໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ3 ເດືອນ ຫລັງຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ) (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 7** ຮູ້ຈັກພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 8** ລະເບີດເວລາຖົງຢາງອະນາໄມ (25-30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 9** ຄຸ້ມບໍ່? (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 10** ແຫຼ່ງຖົງຢາງອະນາໄມສະຖານທີ່ກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການກວດຫາພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໃນຊຸມຊົນ? (40 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 11** ຈະໄປຊື້ຫຼືຂໍຖົງຢາງອະນາໄມຫຼືໄປໃຊ້ບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບເພື່ອກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືກວດປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນບໍ່? (40-50 ນາທີ)

ສ່ວນທີ່2	
ພາກທີ 3: ເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະທັດສະນະຄະຕິ	**ກິດຈະກຳທີ 1** ເຫດຜົນທີ່ໃຊ້ຫຼືບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ (45 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 2** ເກມໝາກຂ່າງ (50 ນາທີ)
ພາກທີ 4: ການພັດທະນາທັກສະ	**ກິດຈະກຳທີ 1** ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດສ່ວນທີ1 (ແຍກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຊາຍ-ຍິງເພື່ອດຳເນີນກິດຈະກຳນີ້ພ້ອມກັນ) (45 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 2** ຫລັກການຕັດສິນໃຈແລະການແກ້ໄຂບັນຫາ (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 3** ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດສ່ວນທີ 2(ແຍກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຊາຍ-ຍິງເພື່ອດຳເນີນກິດຈະກຳນີ້ພ້ອມກັນ) (40-50 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 8** ຮຸນແຮງຫຼືຍິນຍອມແຕ່ໂດຍດີຫຼືຢືນຢັນໃນໂຕເອງ (40 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 9** ເກມເລົ່າເລື່ອງ (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ10** ການຝຶກທັກສະການສື່ສານ(ການຕໍ່ລອງຫຼືປະຕິເສດ) (80 ນາທີ)

ສ່ວນທີ່2	
ພາກທີ 5: ການຢູ່ຮ່ວມກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ	**ກິດຈະກຳທີ 1** ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ? (30 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 2** ພື້ນຖານການເບິ່ງແຍງແລະການປິ່ນປົວສຳລັບຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (30 - 45 ນາທີ) **ກິດຈະກຳທີ 3** ພວກເຮົາສາມາດເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່? (80 ນາທີ)

ພາກທີ 3: ພາກຂອງການຝຶກອົບຮົມ

ພາກທີ 1: ຂໍ້ມູນພື້ນຖານກ່ຽວກັບສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ

ພາກທີ 2: ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ/ພະຍາດເອດ/ພຕພ

ພາກທີ 3: ເຊື້ອເຮສໄອວີ/ພະຍາດເອດ ແລະທັດສະນະຄະຕິ

ພາກທີ 4: ການພັດທະນາທັກສະ

ພາກທີ 5: ການຢູ່ຮ່ວມກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ

ພາກທີ 1

ຂໍ້ມູນພື້ນຖານກ່ຽວກັບສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ

ທັງສອງກິດຈະກຳນີ້ ມີຈຸດປະສົງໃນການໃຫ້ຂໍ້ມູນພື້ນຖານ ແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະ ຂອງສຸຂະພາບຈະເລີນພັນຍິງ ແລະ ຊາຍ ກ່ອນທີ່ຈະໄປເວົ້າເຖິງຂໍ້ມູນຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ/ພະຍາດເອດ ແລະ ພຕພ.

ຫຼັງຈາກການແນະນຳຕົວ ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ແລະ ຜູ້ດຳເນີນກິດຈະກຳແລ້ວ, ຕໍ່ມາຕອ້ງມີການແຈ້ງບອກກ່ອນການດຳເນີນກິດຈະກຳ "ກ່ອນທີ່ຈະເວົ້າກ່ຽວກັບເລື່ອງພະຍາດເອດ, ພວກເຮົາຈະໄດ້ທົບທວນ ກ່ຽວກັບຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາໂດຍສະເພາະແມ່ນອະໄວຍະວະເພດ. ສອງຢ່າງນີ້ໜຶ່ງ ໃນນັ້ນຈະເປັນການໃຫ້ຂໍ້ມູນທີ່ຊ່ວຍພວກເຮົາໃນການດຳເນີນກິດຈະກຳຕໍ່ໄປ."

ກິດຈະກຳທີ 1 ຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອເປັນການກະກຽມ ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ກ່ອນເຂົ້າສູ່ການສົນທະນາກ່ຽວກັບເລື່ອງເພດ

ເວລາ: 30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດເປັນກຸ່ມນ້ອຍ (5 ຫາ 8 ຄົນ ຕໍ່ໜຶ່ງກຸ່ມ). ແຕ່ລະກຸ່ມຄວນປະກອບດ້ວຍຜູ້ເຂົ້າອົບຮົມເພດຊາຍຫຼືຍິງເທົ່ານັ້ນ.

ອຸປະກອນ:

- ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ສະກອດຕິດ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ (ກຸ່ມລະປະມານ 5-8 ຄົນ) ໂດຍໃຫ້ແບ່ງເປັນກຸ່ມຍິງລ້ວນ ແລະ ຊາຍລ້ວນ
2. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມເລືອກຕົວແທນເພື່ອນອນລົງເທິງເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
3. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມແຕ້ມໂຄງຮ່າງກາຍຕາມຕົວເພື່ອນທີ່ນອນຢູ່ດັ່ງຕົວຢ່າງ ກຸ່ມລະ1ຮູບ

4. ເມື່ອແຕ້ມຮູບແລ້ວ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຂຽນຄຳທີ່ໃຊ້ ເອີ້ນພາກສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ ໂດຍໃຫ້ເລີ່ມຈາກອະໄວຍະວະທົ່ວໄປເຊັ່ນ: ແຂນ,ຂາ, ໜ້າຕາແລ້ວ ຈຶ່ງໄປເຖິງເລື່ອງກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະເພດ (ອາດເວົ້າສະເພາະອະໄວຍະວະເພດທີ່ເຫັນໄດ້ ທາງພາຍນອກ). ຄຳສັບກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະເພດ ຄວນເປັນພາສາແບບທ້ອງຖິ່ນນຳ. ກຸ່ມຜູ້ຍິງກໍ່ລົມກັນສະເພາະຂອງຜູ້ຍິງ ແລະ ຜູ້ຊາຍກໍ່ລົມກັນສະເພາະ ເລື້ອງຂອງຜູ້ຊາຍແລ້ວຈຶ່ງຕົກລົງກັນວ່າ ສຳລັບການຝຶກອົບຮົມຄັ້ງນີ້ ຈະເອີ້ນຊື່ອະໄວຍະວະເພດຜູ້ຍິງວ່າແນວໃດ ແລະ ອະໄວຍະວະເພດຊາຍວ່າແນວໃດ ?

5. ໃຫ້ຕາງໜ້າແຕ່ລະກຸ່ມ ອອກມານຳສະເໜີຜົນການສົນທະນາ ຂອງຕົນກັບກຸ່ມໃຫຍ່. ຖ້າບໍ່ອາຍເກີນໄປລະຫວ່າງກຸ່ມຜູ້ຍິງ ແລະ ກຸ່ມຜູ້ຊາຍ
6. ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳລົມກັນ ເພື່ອຫາຂໍ້ຕົກລົງການໃຊ້ຄຳ ທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຕົກລົງຮ່ວມກັນ ທີ່ຈະໃຊ້ເອີ້ນອະໄວຍະວະເພດ ໃນການຝຶກອົບຮົມຄັ້ງນີ້.

ຂໍ້ຄວນເອົາໃຈໃສ່ສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ: ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຄວນໃຊ້ພາສາສະເພາະ ໃນການເອີ້ນອະໄວຍະວະເພດ ຊາຍ-ຍິງ ທີ່ເຫັນດີນຳກັນກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ.

ກິດຈະກຳທີ 2 ອົງປະກອບອະໄວຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ ແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມກ່ຽວກັບ ອະໄວຍະວະເພດຊາຍ-ຍິງ(ເພື່ອເປັນການກຽມພ້ອມ ສຳລັບການສົນທະນາ ໃນຫົວຂໍ້ພຶດຕິກຳທາງເພດທີ່ຢູ່ໃນພາກທີ 2, ກິດຈະກຳທີ 4 "ປະເມີນຄວາມສ່ຽງ")

ເວລາ: 40 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດເປັນກຸ່ມນ້ອຍ (5 ຫາ 8 ຄົນ ຕໍ່ໜຶ່ງກຸ່ມ). ແຕ່ລະກຸ່ມຄວນປະກອບດ້ວຍຜູ້ເຂົ້າອົບຮົມເພດຊາຍ ຫຼື ຍິງເທົ່ານັ້ນ.

ອຸປະກອນ:

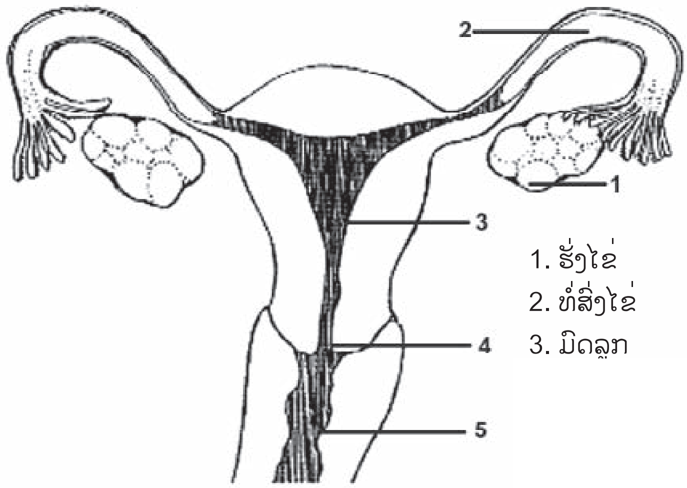
- ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ສະກອດຕິດ
- ຮູບພາບທີ່ນຳສະເໜີໃນກິດຈະກຳນີ້

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

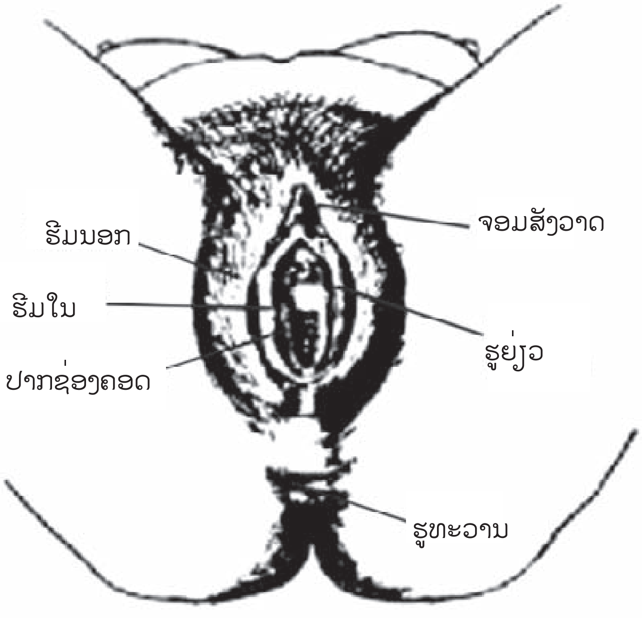
1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ ກຸ່ມລະປະມານ 5-8 ຄົນ ໂດຍໃຫ້ແບ່ງເປັນກຸ່ມຍິງລ້ວນ ແລະ ຊາຍລ້ວນ. ຖ້າເປັນໄປໄດ້, ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຄວນເປັນເພດດຽວກັນກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ແລະ ໃຫ້ພວກເຂົາໄດ້ມີໂອກາດໃນການຮຽນຮູ້ຊື່ຂອງອະໄວຍະວະເພດຂອງເພດກົງກັນຂ້າມເຊັ່ນກັນ.
2. ແຈກຮູບສາມແຜ່ນໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ.
3. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມລອງບອກຊື່ ຂອງແຕ່ລະພາກສ່ວນ (ດັ່ງທີ່ໄດ້ຊີ້ບອກ) ຂອງອະໄວຍະວະເພດ. ບໍ່ຕ້ອງກັງວົນກ່ຽວກັບຄຳຕອບວ່າຖືກຫຼືຜິດ. ສິ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດ ແມ່ນຊ່ວຍຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກ ໃນການຄິດ ແລະ ພະຍາຍາມຊອກຫາຄຳຕອບ.
4. ພາຍຫຼັງທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ໄດ້ລອງພະຍາຍາມບອກຊື່ຂອງອະໄວຍະວະເພດຂອງແຕ່ລະພາກສ່ວນແລ້ວ, ໃຫ້ບອກຊື່ ທີ່ຖືກຕ້ອງຂອງແຕ່ລະພາກສ່ວນ ແລະ ໃຫ້ຂໍ້ມູນຈາກ "ຂໍ້ມູນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳ" ທີ່ເປັນພາກສ່ວນຂອງກິດຈະກຳນີ້.
5. ອະທິບາຍຮູບພາບເທື່ອລະໃບແລະຕ້ອງຮັບປະກັນວ່າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໄດ້ມີສຳເນົາຂອງແຕ່ລະຮູບພາບກ່ອນທີ່ຈະຜ່ານໄປຮູບອື່ນ.
6. ສະຫຼຸບໂດຍການໃຊ້ຈຸດສົນທະນາທີ່ມີໄວ້ໃຫ້.

ຮູບພາບສຳລັບ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

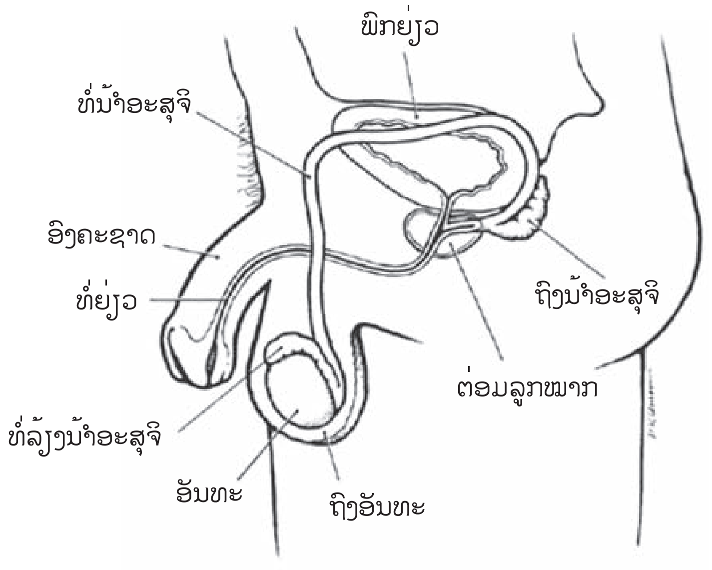
ຮູບທີ 1: ລະບົບການຈະເລີນພັນເພດຍິງດ້ານໃນຂອງອະໄວຍະວະເພດ



ຮູບທີ 2: ຮູບດ້ານນອກຂອງອະໄວຍະວະເພດ

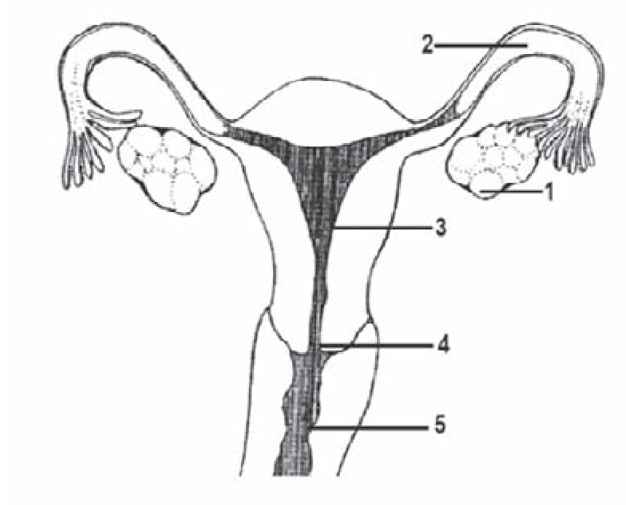


ຮູບທີ 3: ລະບົບການຈະເລີນພັນເພດຊາຍ



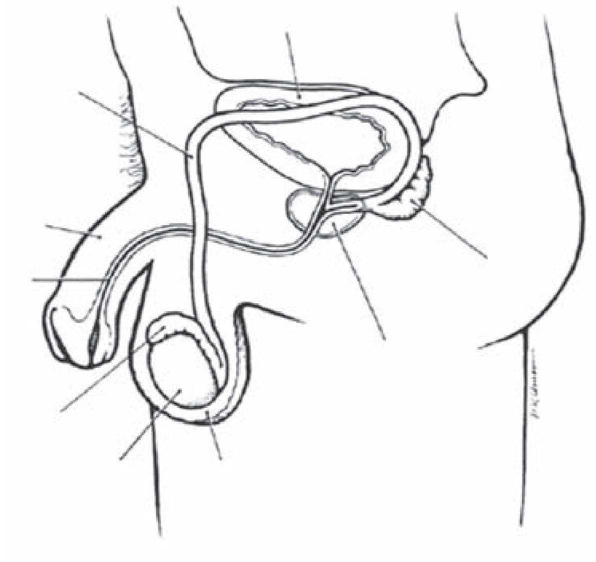
ຮູບພາບສຳລັບ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ຝຶກອົບຮົມ:

ຮູບທີ 1: ລະບົບການຈະເລີນພັນເພດຍິງ ດ້ານໃນຂອງອະໄວຍະວະເພດຍິງ



ຮູບທີ 2: ລະບົບການຈະເລີນພັນເພດຍິງ ດ້ານນອກຂອງອະໄວຍະວະເພດຍິງ

ຮູບທີ 3: ລະບົບການຈະເລີນພັນເພດຊາຍ



ຂໍ້ມູນເພີ້ມເຕີມ ສຳລັບຜູ້ນຳພາ ກິດຈະກຳ :

ສຳລັບຮູບທີ 1:

ຜູ້ຍິງທຸກຄົນຈະເກີດມາພ້ອມກັບໄຂ່ໃນຮັງໄຂ່ ເປັນຈຳນວນນັບພັນໆໜ່ວຍໄຂ່ດັ່ງກ່າວ ແມ່ນມີຂະໜາດນ້ອຍຫຼາຍ ຈົນເບິ່ງດ້ວຍຕາບໍ່ເຫັນເມື່ອຜູ້ຍິງໃຫ່ຍເປັນສາວໄຂ່ເລົ່ານີ້ ກໍ່ຈະຕົກອອກຈາກຮັງໄຂ່ ເທື່ອລະໜ່ວຍ ແລະ ຕົກສະຫຼັບກັນເທື່ອລະຂ້າງ ແລ້ວເດີນທາງຜ່ານທໍ່ນຳໄຂ່ ໄປທີ່ມົດລູກ ໃນມົດລູກກໍ່ຈະມີການຕຽມພ້ອມ ໂດຍທີ່ເຍື່ອໃນມົດລູກຈະກໍ່ໂຕໜາຂຶ້ນ ຄ້າຍຄືກັບໝອນ ຖ້າຜູ້ຍິງມີເພດສຳພັນກ່ອນ ທີ່ໄຂ່ຈະເດີນທາງມາເຖິງມົດລູກ ປະມານສອງ-ສາມວັນ ເມື່ອໄຂ່ເດີນທາງມາເຖິງມົດລູກ ກໍ່ຈະພົບກັບຕົວອະສຸຈິທີ່ລໍຖ້າຈະປະສົມກັບໄຂ່ ຖ້າໄຂ່ທີ່ມາເຖິງທີ່ມົດລູກ ປະສົມກັບຕົວອະສຸຈິຖ້າໄຂ່ທີ່ມາເຖິງທີ່ມົດລູກປະສົມກັບຕົວອະສຸຈິກໍ່ຈະເກີດການປະສົມພັນກັນໄຂ່ທີ່ປະສົມແລ້ວກໍ່ຈະໄປຝັງຕົວທີ່ມົດລູກ ທີ່ໜາຂຶ້ນ ແລະ ລໍຖ້າຢູ່ແລ້ວນັ້ນ ໄຂ່ທີ່ປະສົມແລ້ວ ຈະຝັງຕົວ ແລະ ເຕີບໃຫ່ຍຢູ່ໃນມົດລູກ ປະມານ 9 ເດືອນ (ເຕີບໃຫ່ຍເປັນເດັກອ່ອນ) ແຕ່ຖ້າໄຂ່ບໍ່ໄດ້ປະສົມກັບຕົວອະສຸຈິ ເຍື່ອທີ່ໜາຂຶ້ນ ຂອງມົດລູກກໍ່ບໍ່ມີຄວາມຈຳເປັນຕ້ອງ ໃຊ້ກໍ່ຈະຖືກສົ່ງອອກມາ ເປັນປະຈຳ ເດືອນຜ່ານປາກມົດລູກ ແລະ ຊ່ອງຄອດ.

ສຳລັບຮູບທີ 2:

ສ່ວນພາຍນອກຂອງອະໄວຍະວະເພດຍິງນັ້ນ ຈະມີຜິວໜັງສ່ວນນອກຢູ່ສອງສ່ວນ ສ່ວນນອກສຸດເອີ້ນວ່າຮິມນອກ ແລະ ຜິວໜັງທີ່ຢູ່ຖັດຈາກຮິມນອກເອີ້ນວ່າຮິມໃນ ຊຶ່ງຜິວໜັງທັງສອງສ່ວນນີ້ ຈະຊ່ວຍປິດ ແລະ ປົກປ້ອງການເປີດຂອງຊ່ອງຄອດ ແລະ ສ່ວນທີ່ຢູ່ໃນຜິວໜັງເໜືອຮິມນອກ ແລະ ຮິມໃນ ຈະມີອະໄວຍະວະ ທີ່ມີລັກສະນະເປັນປຸ່ມ ຢູ່ປຸ່ມນີ້ ເກີດຈາກເນື້ອເຍື່ອ ທີ່ມີລັກສະນະດຽວກັບເນື້ອເຍື່ອສ່ວນຫົວຂອງອະໄວຍະວະເພດຊາຍ ຊຶ່ງກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດ ຄວາມຮູ້ສຶກໄດ້ງ່າຍຈຸດຕໍ່ມາຄືປາກຊ່ອງຄອດ ຊຶ່ງເປັນຈຸດທີ່ປະຈຳເດືອນ ໄຫຼອອກມາຈຸດຕໍ່ມາອີກຄືທໍ່ປັດສະວະຂອງຜູ້ຍິງທີ່ຂັບປັດສະວະອອກມາຈຸດທ້າຍສຸດຄືຮູທະວານໜັກ.

ສຳລັບຮູບທີ 3:

ເມື່ອໃຫ່ຍເປັນບ່າວ ໂຕອະສຸຈິກໍ່ຈະສ້າງຂຶ້ນມາເລື້ອຍໆ ໃນແກ່ນອັນທະ ຊຶ່ງຈະຢູ່ໃນຖົງອັນທະ,ເມື່ອໂຕອະສຸຈິໃຫ່ຍສົມບູນ ກໍ່ຈະເດີນທາງຜ່ານທໍ່ນ້ຳເຊື້ອອະສຸຈິໄປທີ່ຖົງນ້ຳເຊື້ອ ເພື່ອລວມກັບຖົງນ້ຳເຊື້ອ ແລະ ເອີ້ນວ່ານ້ຳອະສຸຈິ ແລ້ວເກັບໄວ້ທີ່ຕ່ອມລູກໝາກ ເມື່ອອະໄວຍະວະເພດຊາຍ ເກີດການແຂງຕົວກໍ່ຈະຫຼັ່ງນ້ຳອະສຸຈິພ້ອມກັບຕົວອະສຸຈິ ອອກມາທາງອະໄວຍະວະເພດຊາຍ ທໍ່ດຽວກັບ

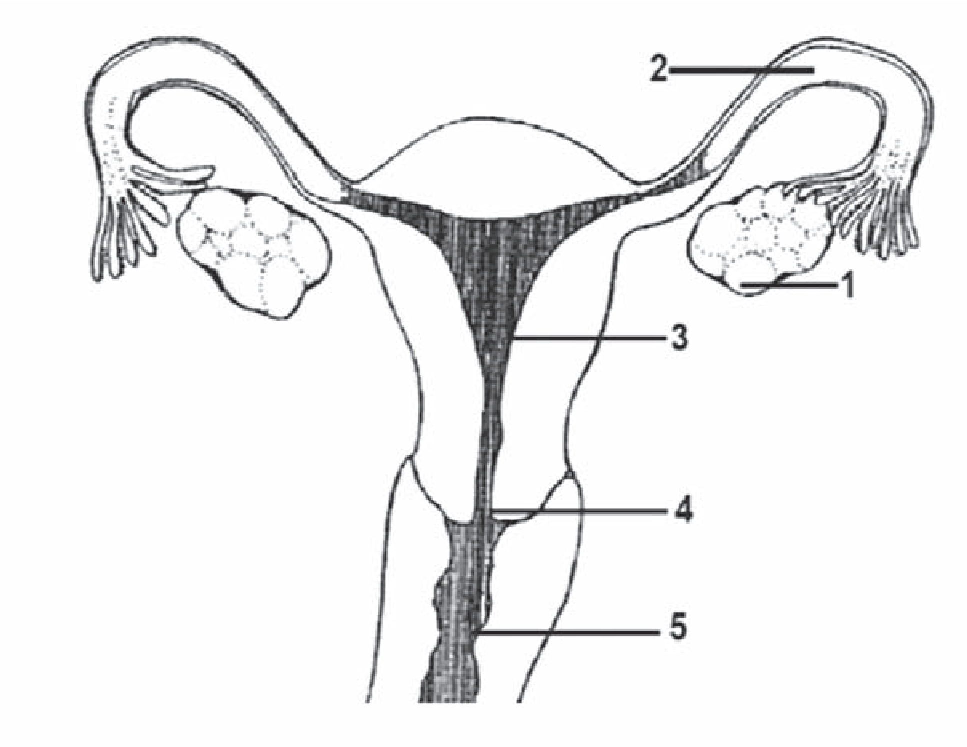
ເວລາ ທີ່ປັດສະວະອອກມາແຕ່ເວລາ ທີ່ປັດສະວະທໍ່ກະເພາະຈະເປີດ ເຮັດໃຫ້ຍ່ງວຂະນະດຽວກັນ ທໍ່ນ້ຳອະສຸຈິຈະປິດແຕ່ເວລາ ຫຼັ່ງນ້ຳອະສຸຈິທໍ່ຍ່ງວ ຈະປິດເປີດສະເພາະທໍ່ນ້ຳອະສຸຈິໃຫ້ນ້ຳອະສຸຈິອອກມາ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

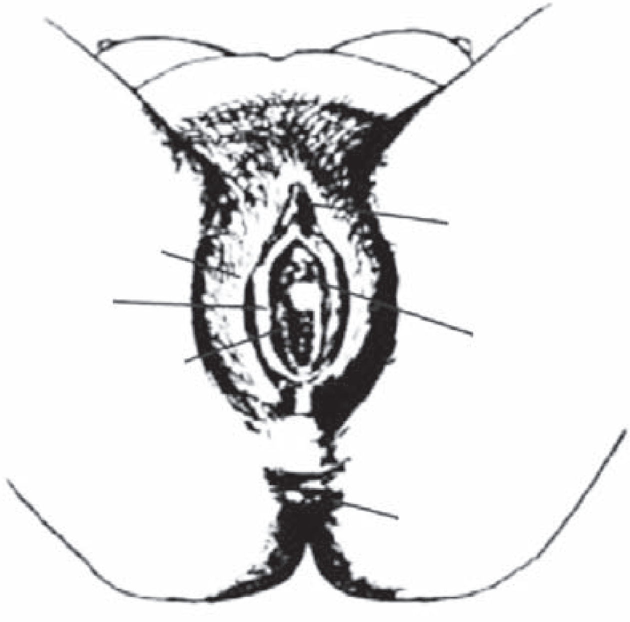
1. ເຈົ້າເຄີຍຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະຈະເລີນພັນມາກ່ອນບໍ່?
2. ພວກເຮົາຮູ້ມາກ່ອນ ຫຼື ບໍ່ວ່ານ້ຳອະສຸຈິ ແລະ ຕົວອະສຸຈິ ກັບນ້ຳຍ່ຽວ ຈະອອກຈາກທໍ່ດຽວກັນ (ສຳລັບຜູ້ຊາຍ)
3. ແລ້ວພວກເຮົາຄິດວ່າ ນ້ຳອະສຸຈິກັບຕົວອະສຸຈິ ແລະ ນ້ຳຍ່ຽວຈະອອກ ຈາກອະໄວຍະວະເພດ ໃນເວລາດຽວກັນບໍ່, ຍ້ອນຫຍັງ?
4. ການມີປະຈຳເດືອນໝາຍເຖິງຫຍັງ?
5. ຖ້າໄຂ່ປະສົມກັບຕົວອະສຸຈິແລ້ວ ຜູ້ຍິງຈະມີປະຈຳເດືອນ ຫຼື ບໍ່ຍ້ອນ ຫຍັງ?
6. ປະຈຳເດືອນໄຫຼອອກມາກັບ ຈຸດທີ່ຍ່ຽວຂອງຜູ້ຍິງເປັນຈຸດດຽວກັນ ຫຼື ແຕ່ກ ຕ່າງກັນແນວໃດ?

ຮູບພາບສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ:

ຮູບທີ 1: ລະບົບການຈະເລີນພັນເພດຍິງ ດ້ານໃນຂອງອະໄວຍະວະຍິງ

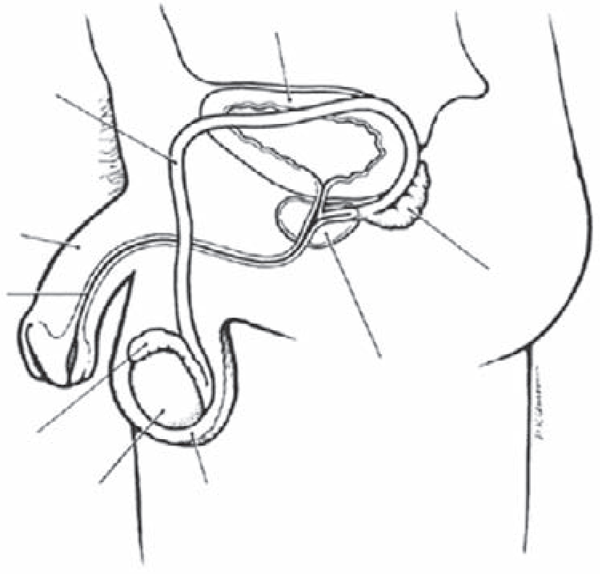


ຮູບທີ 2: ລະບົບການຈະເລີນພັນເພດຍິງດ້ານນອກຂອງອະໄວຍະວະເພດຍິງ



ຮູບພາບສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ:

ຮູບທີ 3: ລະບົບການຈະເລີນພັນເພດຊາຍ



ພາກທີ 2

ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ/ພະຍາດເອດ/ພຕພ

ຈາກກິດຈະກຳທີ 1 ເຖິງ ກິດຈະກຳທີ 5 ແມ່ນໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ສາມາດເຊື່ອມໂຍງເຂົ້າກັບຕອນຕ່າງໆ ໃນລະຄອນ (ຜູ້ດຳເນີນກິດຈະກຳສາມາດເປີດລະຄອນ ໃນຕອນທີ 01 ຕອນທີ 02 ຫຼື ຕອນທີ 03 ຫຼື ເປີດທັງສາມຕອນຂອງລະຄອນ ເພື່ອແນະນຳກິດຈະກຳເຫລົ່ານີ້):

- ຕອນທີ 1: ຈ່ອຍໄປຮ້ານຄາລາໂອເກະນຳໝູ່ລຸ້ນອ້າຍ ແລະ ນາງ ດາວໄດ້ໄປທີ່ຮ້ານ ເພື່ອນຳຈ່ອຍກັບມາ ແລະນາງບໍ່ຕ້ອງການໃຫ້ຈ່ອຍໄປທ່ຽວກາງຄືນຍອ້ນມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.
- ຕອນທີ 2: ຈ່ອຍໄປຫຼິ້ນຮ້ານຄາລາໂອເກາກັບໝູ່ ລຸ້ນອ້າຍອີກຄັ້ງໜຶ່ງ, ແຕ່ບໍ່ໄດ້ມີເພດສຳພັນກັບສາວຂາຍບໍລິການ ເພາະວ່າຈ່ອຍຢ້ານຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືພຕພ.
- ຕອນທີ 3: ຈ່ອຍໄດ້ລົມກັບຕົ້ນເຖິງຄວາມກັງວົນ ທີ່ຢ້ານວ່າຈະຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຍ້ອນວ່າພັກຢູ່ໃກ້ກັບຫ້ອງເຊົ່າ ຂອງເມກ ແລະ ນ້ອຍທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.

ຕໍ່ໄປແມ່ນຕົວຢ່າງໜຶ່ງ ທີ່ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດເວົ້າ ເພື່ອແນະນຳກິດຈະກຳ "ໃນຕອນທີ 1: ຈ່ອຍໄປຮ້ານຄາລາໂອເກະນຳ ໝູ່ລຸ້ນອ້າຍ ແລະ ນາງດາວໄດ້ໄປທີ່ຮ້ານເພື່ອນຳຈ່ອຍກັບມາ ແລະ ນາງ ບໍ່ຕ້ອງການໃຫ້ຈ່ອຍໄປທ່ຽວກາງຄືນຍອ້ນມີຄວາມສ່ຽງ ຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ. "ດັ່ງນັ້ນ, ພວກເຮົາຈະໄດ້ເຮັດກິດຈະກຳກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ຮຽນຮູ້ໄປພ້ອມກັນ ໃນສິ່ງທີ່ພວກເຮົາຄວນເຮັດ ແລະ ບໍ່ຄວນເພື່ອຫຼີກໄກຈາກເຊື້ອເຮສໄອວີ."

ກິດຈະກຳທີ 6: ແມ່ນພົວພັນເຖິງໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ3 ເດືອນ)ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ. ເມື່ອເຊື້ອເຮສໄອວີເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍ, ມັນໄດ້ເຮັດຫຍັງແດ່ກັບຮ່າງກາຍ? ສາມາດໄປກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ຢູ່ໃສ? ແລະ ວິທີການກວດແນວໃດ? ທັງສາມກິດຈະກຳນີ້ແມ່ນເຊື່ອມຕໍ່ກັບຕອນທີ 06 ແລະ 07 ໃນລະຄອນ, ຕອນທີ່ຕົ້ນຕັດສິນໃຈກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແຕ່ທ່ານໝໍ

ບອກຕ້ອງໃຫ້ລໍຖ້າສາມເດືອນ ໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ 3 ເດືອນ) ກ່ອນຈະກວດຫາເຊື້ອອີກ ເທື່ອໜຶ່ງ. ຕໍ່ໄປນີ້ແມ່ນສິ່ງທີ່ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາສາມາດເວົ້າ ໃນການແນະນໍາກິດຈະກໍາທີ 6 ຫາ 8, ອີງຕາມຕອນທີ 6 ຫາ 7 ຂອງລະຄອນ" ຕອນທີ່ຕົ້ນໄປພົບທ່ານໝໍ, ທ່ານໝໍໄດ້ໃຫ້ຕົ້ນກວດຫາເຊື້ອທັນທີໂລດບໍ່? ຍ້ອນຫຍັງ? ຕໍ່ໄປພວກເຮົາຈະມາເຮັດກິດຈະກໍາ ເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈເຖິງໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ 3 ເດືອນ), ທີ່ເປັນເຫດຜົນທີ່ທ່ານໝໍ ບອກໃຫ້ຕົ້ນລໍຖ້າອີກສາມເດືອນ, ກິດຈະກໍານີ້ຍັງຊ່ວຍໃຫ້ພວກເຮົາຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບວິທີການກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເມື່ອພວກເຮົາສະມັກໃຈກວດເລືອດ.

ກິດຈະກໍາທີ 7: ກ່ຽວພັນເຖິງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ ແລະ ເຊື່ອມຕໍ່ກັບຕອນທີ 2 ຂອງລະຄອນ. ໃນຕອນນີ້ ໝູ່ລຸ້ນອ້າຍສອງຄົນໄດ້ຊັກຊວນຈ່ອຍໃຫ້ມີເພດສໍາພັນ ກັບ ສາວບໍລິການ ແລະ ໄດ້ເວົ້າເຖິງເລື່ອງທີ່ໝູ່ຜູ້ໜຶ່ງ ຕິດພະຍາດຊິຟີລິດ ຍ້ອນໃສ່ຖົງຢາງສອງຊັ້ນໃນເວລາມີເພດສໍາພັນກັບຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອ ແລະ ຖົງຢາງແຕກ. ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາສາມາດແນະນໍາກິດຈະກໍານີ້ ໂດຍການເວົ້າວ່າ: "ຕອນທີ່ຈ່ອຍໄປຮ້ານຄາລາໂອເກກັບໝູ່, ພວກເຂົາໄດ້ເລົ່າໃຫ້ຈ່ອຍຟັງ ໃນເລື່ອງທີ່ໝູ່ຜູ້ໜຶ່ງຕິດພະຍາດຊິຟີລິດ ຍ້ອນມີເພດສໍາພັນໂດຍການໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມສອງຊັ້ນ ແລະຖົງຢາງແຕກ, ວິທີການປິ່ນປົວພະຍາດຊິຟີລິດ? ຕໍ່ໄປນີ້ພວກເຮົາຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບພະຍາດຊິລິດ, ວິທີການປິ່ນປົວພະຍາດ ແລະ ພະຍາດອື່ນໆທີ່ສາມາດຕິດຕໍ່ໄດ້ທາງເພດສໍາພັນ ເມື່ອບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງ"

ກິດຈະກໍາທີ 8: ແມ່ນກ່ຽວກັບ ພຕພ ສາມາດເຊື່ອມຕໍ່ໄປຫາ ຕອນທີ 2 ຂອງລະຄອນ, ໃນຕອນນີ້ຈ່ອຍຖືກໝູ່ລຸ້ນອ້າຍຊັກຊວນ ໃຫ້ມີເພດສໍາພັນກັບ ສາວບໍລິການ, ພວກເຂົາໄດ້ເລົ່າໃຫ້ຈ່ອຍຟັງໃນເລື່ອງທີ່ໝູ່ຜູ້ໜຶ່ງຕິດພະຍາດ ຊິຟີລິດ ຍ້ອນມີເພດສໍາພັນ ໂດຍການໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມສອງຊັ້ນ ແລະ ຖົງຢາງແຕກ, ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາສາມາດເວົ້າ ເພື່ອແນະນໍາກິດຈະກໍານີ້ໂດຍສາມາດເວົ້າວ່າ: ເມື່ອຈ່ອຍໄປທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກໝູ່ໄດ້ຊວນໃຫ້ມີເພດສໍາພັນ ກັບສາວບໍລິການ ແລະ ໄດ້ເວົ້າເຖິງເລື່ອງທີ່ໝູ່ຜູ້ໜຶ່ງຕິດພະຍາດຊິຟີລິດ ຍ້ອນໃສ່ຖົງຢາງສອງຊັ້ນ ໃນເວລາມີເພດສໍາພັນກັບຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອ ແລະ ຖົງຢາງແຕກ. ຕໍ່ໄປນີ້ພວກເຮົາຈະມາຮຽນຮູ້ ກ່ຽວກັບການໃສ່ຖົງຢາງທີ່ຖືກຕ້ອງຈຶ່ງບໍ່ແຕກ.
(ຄືກັນກັບກິດຈະກໍາ 7)

ກິດຈະກໍາທີ 9: ພົວພັນເຖິງຕອນທີ 8 ໃນລະຄອນ, ເມື່ອຕົ້ນໄປບອກກັບພອຍວ່ານາງມີເພດສໍາພັນທີ່ບໍ່ໄດ້ປ້ອງກັນກັບລູກຄ້າ ຂອງນາງ (ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງະນາໄມ), ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ ສາມາດແນະນໍາກິດຈະກໍານີ້ໂດຍການເວົ້າວ່າ: "ມັນຄຸ້ມຄ່າ ຫຼື ບໍ່ໃນການມີເພດສໍາພັນ ໂດຍບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ເພື່ອແລກກັບເງິນທີ່ເພີ່ມຂຶ້ນ ຫຼື ເພື່ອຄວາມມ່ວນ ຫຼື ຄວາມຕື່ນເຕັ້ນ, ຫຼາຍຄົນເວົ້າວ່າການໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມເຮັດໃຫ້ການມີເພດສໍາພັນຂາດຄວາມຮູ້ສຶກ ແລະ ຄວາມຕື່ນເຕັ້ນ"

ຕໍ່ໄປແມ່ນຕົວຢ່າງ ທີ່ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ ສາມາດເວົ້າ ເພື່ອແນະນໍາ **ກິດຈະກໍາທີ 10-11**, ຫຼັງຈາກທີ່ໄດ້ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ພະຍາດເອດ, ພຕພ ແລະ ຖົງຢາງອະນາໄມໃນກິດຈະກໍາທີ່ຜ່ານມາ, ຕໍ່ໄປພວກເຮົາຈະໄດ້ເວົ້າເຖິງສະຖານະການໃນການທີ່ພວກເຮົາ ຕ້ອງການຖົງຢາງອະນາໄມ ໃນກໍລະນີທີ່ຕ້ອງການໃຊ້ ແລະ ພວກເຮົາກໍ່ ຈະໄດ້ສົນທະນາ ກ່ຽວກັບສະຖານະການທີ່ຕ້ອງການໄປກວດຫາພະຍາດ ພຕພ ແລະ ຮັບການປິ່ນປົວ ຫຼື ກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ, ບ່ອນໃດທີ່ພວກເຮົາສາມາດໄປໄດ້ຢູ່ໃນຊຸມຊົນ ຂອງພວກເຮົາ?

ກິດຈະກຳທີ 1 ການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ (ລົມເພລົມພັດ)

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອເພີ່ມເຕີມຄວາມເຂົ້າໃຈ ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກ່ຽວກັບ ການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ

ເວລາ: 20 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ກິດຈະກຳກຸ່ມໃຫຍ່

ອຸປະກອນ:

- ເຈັ້ຍນ້ອຍ(ແບ່ງ1/4ຂອງເຈ້ຍA4).ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນ.
- ບິກເຟີດສີແດງຫຼືບິກແດງສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ02-03ກ້ານ.
- ບິກຫຼືສໍສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຜູ້ອື່ນ.

ຄຳແນະນຳ:

1. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມນັ່ງເປັນວົງມົນ.
2. ຢາຍເຈັ້ຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນ.
3. ຢາຍບິກເຟີດສີແດງໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທີ່ໄດ້ເລືອກໄວ້ 02-03 ຄົນ.
4. ຜູ້ດຳເນີນກິດຈະກຳເລີ່ມຕົ້ນກິດຈະກຳ ໂດຍເວົ້າວ່າ "ລົມເພລົມພັດ" ຕໍ່ມາຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຕອບວ່າ: ພັດຫຍັງ? ຖ້າວ່າຜູ້ດຳເນີນກິດຈະກຳບອກວ່າ "ພັດຄົນໃສ່ເສື້ອແດງ" ຄົນທີ່ໃສ່ເສື້ອແດງຈະຕ້ອງຢືນຂຶ້ນ ແລະ ປ່ຽນບ່ອນນັ່ງກັບໝູ່.
5. ຫຼັງຈາກປ່ຽນບ່ອນນັ່ງແລ້ວ, ພວກເຂົາຈະຕ້ອງໝາຍໃສ່ເຈັ້ຍຂອງໝູ່ທີ່ນັ່ງຢູ່ທັງສອງຂ້າງຂອງຕົນເອງ
6. ຜູ້ດຳເນີນກິດຈະກຳ ເຮັດຄືນຂັ້ນຕອນ (ທີ 4 ແລະ 5) ແລະ ໃຊ້ປະເພດເຄື່ອງນຸ່ງ ຫຼື ບຸກຄະລິກລັກສະນະ ເພື່ອເຮັດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມໄດ້ມີການເຄື່ອນທີ່. ຜູ້ດຳເນີນກິດຈະກຳສາມາດຢຸດການຫຼິ້ນກິດຈະກຳນີ້ ເມື່ອສັງເກດເຫັນວ່າເຈັ້ຍຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ຂອງແຕ່ລະຄົນມີໝາຍແດງເປັນສ່ວນໃຫຍ່.

ຈຸດສົນທະນາ:

- ຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ກິດຈະກຳທີ່ມີໝາຍແດງ ໃນເຈ້ຍແມ່ນຖືວ່າຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ສ່ວນໃຫຍ່ຂອງພວກເຂົາ ແມ່ນມີໝາຍແດງ ຢູ່ໃນເຈ້ຍ, ແມ່ນໝາຍເຖິງຫຍັງ?
- ເຊື້ອເຮສໄອວີແຜ່ລະບາດໄດ້ແນວໃດ?
- ວິທີການໃດທີ່ສາມາດປ້ອງກັນຕົວທ່ານເອງຈາກເຊື້ອເຮສໄອວີ?

ກິດຈະກຳທີ 2 ຖືກ...ບໍ່ຖືກ...ບໍ່ແນ່ໃຈ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອປະເມີນຄວາມເຂົ້າໃຈຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ກ່ຽວກັບພຶດຕິກຳສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ

ເວລາ: 30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່

ອຸປະກອນ:

- ເຈັ້ຍສີແດງສີຂຽວ ແລະ ສີເຫຼືອງສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳແຕ່ລະຄົນ
- ຄຳເວົ້າທີ່ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີຖືກ-ບໍ່ຖືກ

ຄຳແນະນຳ:

1. ແຈກເຈັ້ຍສີແດງ ສີຂຽວ ແລະ ສີເຫຼືອງ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສີລະ 1 ໃບ ແລະ ອະທິບາຍວ່າສີແດງ ແທນຄຳຕອບວ່າ "ບໍ່ຖືກ" ສີຂຽວແທນຄຳຕອບວ່າ "ຖືກ" ແລະ ສີເຫຼືອງ ແທນຄຳຕອບວ່າ "ບໍ່ແນ່ໃຈ".
2. ອ່ານຄຳເວົ້າເທື່ອລະຂໍ້ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ກຸ່ມໃຫຍ່ຟັງ ແລະ ເມື່ອຟັງຂໍ້ຄວາມທີ່ເປັນໂຈດຈົບແລ້ວ ໃຫ້ແຕ່ລະຄົນຕອບຄຳຖາມ ໂດຍຍົກເຈັ້ຍສີຕາມຄຳຕອບຂອງຕົນເອງ. ເຊັ່ນຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຄິດວ່າຄຳຕອບນັ້ນໆ ບໍ່ຖືກໃຫ້ຍົກເຈ້ຍສີແດງ ແລະ ຖ້າຟັງຄຳຖາມແລ້ວບໍ່ແນ່ໃຈໃຫ້ຍົກເຈັ້ຍສີເຫຼືອງ.
   a. ເຊື້ອເຮສໄອວີ ສາມາດຕິດຕໍ່ກັນໄດ້ ໂດຍການນັ່ງຕິດກັບຜູ້ທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ (ຄຳຕອບ-ບໍ່ຖືກ)
   b. ເດັກນ້ອຍໃນທ້ອງແມ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີມີໂອກາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (ຄຳຕອບ-ຖືກ)
   c. ຖ້າມີຄົນຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຈາມໃສ່ ຈະເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ (ຄຳຕອບ-ບໍ່ຖືກ)
   d. ຖ້າໃຊ້ຫ້ອງນ້ຳຮ່ວມກັບຄົນທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈະເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ(ຄຳຕອບ-ບໍ່ຖືກ)
   e. ຖ້າດື່ມນ້ຳຈອກດຽວກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈະເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (ຄຳຕອບ-ບໍ່ຖືກ)
   f. ຄົນທີ່ມີເພດສຳພັນກັບຄູ່ນອນຫຼາຍໆຄົນ ໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ(ຄຳຕອບ-ຖືກ)
   g. ຖ້ານອນໃນບ່ອນດຽວກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໂດຍບໍ່ມີເພດສຳພັນກັນກໍ່ມີໂອກາດ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້(ຄຳຕອບ-ບໍ່ຖືກ)
   h. ຈາກລັກສະນະພາຍນອກສາມາດບອກໄດ້ວ່າ ແມ່ນໃຜຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ໃຜແດ່ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (ຄຳຕອບ-ບໍ່ຖືກ)
   i. ຈາກລັກສະນະພາຍນອກສາມາດບອກໄດ້ວ່າ ແມ່ນໃຜຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ໃຜແດ່ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (ຄຳຕອບ-ບໍ່ຖືກ)

3. ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຕອບ ຄຳຖາມພ້ອມທັງອະທິບາຍເພີ່ມເຕີມ.
4. ເມື່ອຖາມ ແລະ ຕອບຄຳຖາມທັງໝົດແລ້ວ,ໃຫ້ສະຫຼຸບ ແລະ ອະທິບາຍຕາມຄຳຖາມ ໃນສ່ວນອະທິບາຍ ໂດຍການໃຊ້ລາຍການຄຳຖາມນັ້ນປະກອບໃນພາກສົນທະນາ. ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ອາດຈະບໍ່ໃຊ້ຄຳຖາມທັງໝົດອາດເລືອກບາງຂໍ້ໃຫ້ເໝາະສົມກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳກໍ່ໄດ້.

ຈຸດສົນທະນາ:

- ໃນຊີວິດປະຈຳວັນ ພວກເຮົາໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນຂ່າວສານກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ພະຍາດເອດຈາກແຫຼ່ງໃດແດ່ຄິດວ່າພຽງພໍແລ້ວ ຫຼື ບໍ່?
- ການເຮັດວຽກນຳກັນ ຫຼື ຢູ່ບ້ານດຽວກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈະເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ ຫຼື ບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ?
- ຄວນຈະເຮັດແນວໃດ ເມື່ອມີເພດສຳພັນກັບຄົນໃດໜຶ່ງ ໂດຍບໍ່ສາມາດຮູ້ໄດ້ວ່າໃຜຕິດ ຫຼື ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (ເນັ້ນທັງການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທຸກເທື່ອທີ່ມີເພດສຳພັນ ແລະ ກັບຄູ່ນອນທຸກຄົນ, ພ້ອມທັງບໍ່ໃຊ້ເຂັມສັກຢາ ຫຼື ອຸປະກອນສັກສານເສບຕິດຮ່ວມກັບຜູ້ອື່ນ.)

ພາກທີ 2

ກິດຈະກຳທີ 3 ໃຜມີເຊື້ອເຮສໄອວີ?

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເຂົ້າໃຈວ່າໃຜກໍມີໂອກາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄດ້ຂຶ້ນຢູ່ກັບພຶດຕິກຳສ່ຽງ ຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນ ແຕ່ບໍ່ກ່ຽວກັບອາຍຸເພດ ຫຼື ອາຊີບຂອງຄົນໆນັ້ນ

ເວລາ: 45 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່

ອຸປະກອນ:

- ຮູບພາບໂດຍຕັດພາບຂອງບຸກຄົນ ທີ່ມີອາຊີບ ແລະ ອາຍຸຕ່າງກັນ ຈຳນວນ 7 ພາບ ດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ (1) ແມ່ຍິງໜຸ່ມ (2) ຊາຍໜຸ່ມ (3) ຄົນໜຸ່ມຍິງເຮັດວຽກຢູ່ຮ້ານຄາລາໂອເກະ (4) ຜູ້ຍິງອາຍຸປະມານ 25-35 ປີ (5) ຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 25-35 ປີ (6) ຜູ້ຊາຍເຮັດວຽກອາຍຸປະມານ 20-30 ປີ ແລະ (7) ຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 45 ປີ ຂຶ້ນໄປ (ບຸກຄົນທັງ 7 ນີ້ຢູ່ໃນຮູບດຽວກັນ ຫຼື ຄົນລະຮູບກໍ່ໄດ້).
- ເຈັ້ຍສີໂດຍຕິດຮູບໃສ່ເຈ້ຍສີແຜ່ນໃຫຍ່ ພ້ອມຄຳອະທິບາຍຖານະທາງສັງຄົມ ແລະ ໜ້າທີ່ການເຮັດວຽກຂອງແຕ່ລະບຸກຄົນ ໃນແຕ່ລະຮູບພາບສ່ວນດ້ານຫຼັງຂອງຮູບໃຫ້ຂຽນຄຳວ່າ "ຄົນນີ້ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ" ຫຼື "ຄົນນີ້ບໍ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ" ເພື່ອທີ່ຕອນຈົບຈະໄດ້ສະແດງໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເຫັນວ່າຄົນທົ່ວໆໄປ ກໍ່ສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ ແລະກໍບໍ່ສາມາດຮູ້ໄດ້ວ່າໃຜຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແດ່ຕອນ ທີ່ບໍ່ມີອາການເພາະສະນັ້ນການກວດເລືອດ ເພື່ອຫາເຊື້ອເຮສໄອວີ ເປັນພຽງທາງດຽວເທົ່ານັ້ນທີ່ຈະຕັດສິນໄດ້ວ່າໃຜມີເຊື້ອເຮສໄອວີ.
- ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ສະກອດຕິດ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ຕິດຮູບທີ່ກຽມໄວ້ໃສ່ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່ ຫຼື ເທິງກະດານຕິດຝາເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທຸກຄົນໄດ້ເຫັນຢ່າງຊັດເຈນ.
2. ອະທິບາຍຄຸນລັກສະນະຂອງແຕ່ລະຄົນ ໃນຮູບພາບໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຟັງ.
3. ຫຼັງຈາກອະທິບາຍຈົບແລ້ວແຈກຢາຍບິກເຟີດ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທຸກຄົນ ແລະ ໃຫ້ອອກມາເລືອກເທື່ອລະຄົນວ່າຄົນໃດທີ່ຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີໂດຍຄົນໜຶ່ງຈະເລືອກໄດ້ສາມຮູບ.
4. ໃນການເລືອກນັ້ນໃຫ້ແຕ່ລະຄົນເຮັດເຄື່ອງໝາຍໂຕ (P) ຫຼື (ໄວ້ຢູ່ດ້ານຂ້າງຫຼືດ້ານລຸ່ມຂອງຮູບຢູ່ເຈັ້ຍຂຽນກະດານ (ເພື່ອທີ່ຮູບຈະບໍ່ເປື້ອນ ແລະໃຊ້ໄດ້ຫຼາຍເທື່ອ).

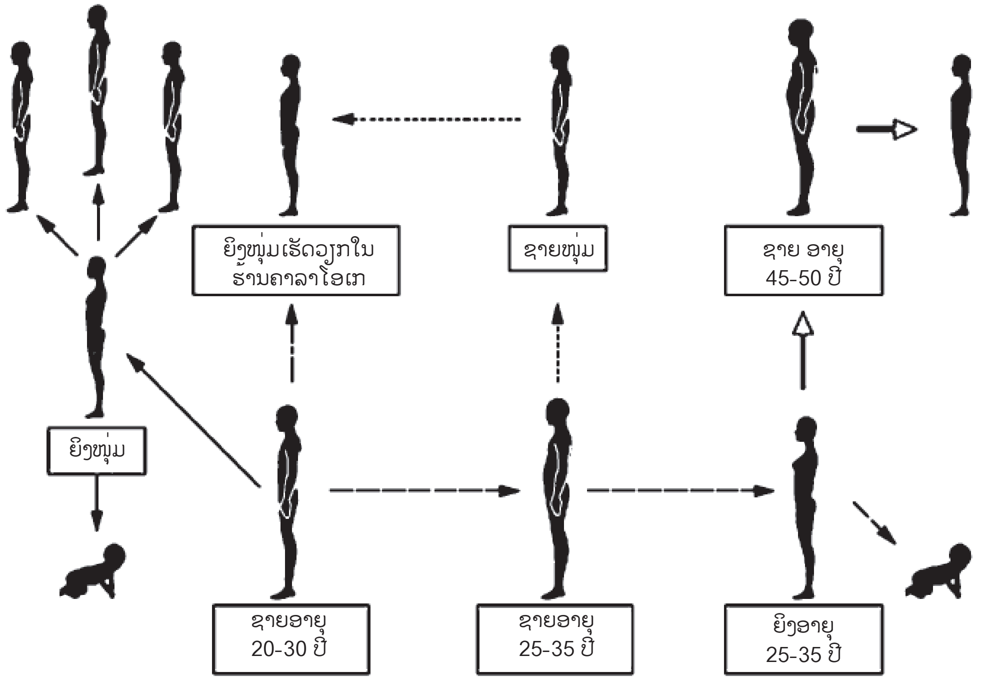
5. ໃຫ້ຊີ້ໄປເທື່ອລະຮູບ ແລະ ບອກໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ຍົກມືຂຶ້ນຖ້າຄິດວ່າບຸກຄົນໃນຮູບມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈາກນັ້ນ ສຸ່ມເລືອກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາເພື່ອໃຫ້ອະທິບາຍວ່າ ຍ້ອນຫຍັງຈຶ່ງຄິດວ່າຄົນນີ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.
6. ໃຫ້ເຮັດຄືຂໍ້ 5 ສໍາລັບແຕ່ລະຮູບຂອງທັງໝົດ ໂດຍໃນແຕ່ລະຮູບໃຫ້ຖາມເຫດຜົນຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ກິດຈະກໍາປະມານ 3 ຄົນ.
7. ຫຼັງຈາກທີ່ຖາມເຫດຜົນຄົບທຸກຮູບແລ້ວ ໃຫ້ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາບອກຄໍາຕອບວ່າຄົນໃນຮູບຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ບໍ່?.
8. ອະທິບາຍເລື່ອງເຄືອຂ່າຍທາງເພດ ມີຮູບພາບສະແດງ ເຄືອຂ່າຍທາງເພດ ແລະ ຄໍາອະທິບາຍປະກອບ.
9. ສະຫຼຸບ ແລະ ສົນທະນາກັນ (ເບິ່ງລາຍການຄໍາຖາມດ້ານລຸ່ມ).

ຈຸດສົນທະນາ:

- ໂດຍປົກກະຕິຈະເອົາຫຍັງມາເປັນໂຕຕັດສິນ ວ່າໃຜຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ໃຜບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ອະທິບາຍ.
- ເຮົາສາມາດບອກຖືກ ຫຼື ບໍ່ວ່າ? ໃຜຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຍ້ອນຫຍັງ?
- ປົກກະຕິຄົນທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ແຕ່ຍັງບໍ່ສະແດງອາການຈະມີລັກສະນະແນວໃດອະທິບາຍ.
- ຈະຮູ້ໄດ້ແນວໃນວ່າຄົນໆໜຶ່ງ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ?
- ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈະຂຶ້ນຢູ່ກັບຖານະອາຊີບເຊື້ອຊາດ ຫຼື ສັນຊາດ ຫຼື ບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ ແລະ ຄວາມຈິງແລ້ວປັດໃຈໃດ ທີ່ເຮັດໃຫ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແມ່ນຫຍັງ ?
- ຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລ້ ວແຕ່ຍັງບໍ່ສະແດງອາການໃດໆ ຈະສາມາດແຜ່ເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ ຫຼື ບໍ່ ແລະ ຈະມີວິທີການໃດໃນການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ?
- ສໍາລັບແມ່ຍິງນັ້ນ ຄິດວ່າຖ້າມີເພດສໍາພັນ ສະເພາະກັບຜົວຂອງໂຕເອງເທົ່ານັ້ນຈະເຮັດໃຫ້ມີໂອກາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ?
- ເຊື້ອເຮສໄອວີ ສາມາດແຜ່ກະຈາຍຈາກຜູ້ຍິງໄປສູ່ຜູ້ຊາຍເທົ່ານັ້ນ ຫຼື ບໍ່ແລ້ວຜູ້ຊາຍມີໂອກາດແພ່ເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄປສູ່ຜູ້ຍິງໄດ້ຫຼືບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ? ອະທິບາຍ.

ຕົວຢ່າງການອະທິບາຍ:	ຕົວຢ່າງຄຳອະທິບາຍລັກສະນະຂອງຄົນໃນຮູບແລະຄຳຕອບວ່າຄົນໆນັ້ນມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ບໍ່?	
1. ຍິງໜຸ່ມ	*ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ* ແມ່ຍິງໜຸ່ມຄົນນີ້ຍັງບໍ່ເຄີຍມີເພດສຳພັນເລີຍ	ລັກສະນະ-ຍິງໜຸ່ມຄົນນີ້ເຮັດວຽກຢູ່ໃນໂຮງງານ, ຂາຍເຄື່ອງໃຊ້ຫຼືເຮັດນາ.
2. ຊາຍໜຸ່ມ	*ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ* ຊາຍໜຸ່ມຄົນນີ້ມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ຍິງແລະບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມເນື່ອງຈາກຜູ້ຍິງເຫຼົ່ານັ້ນບໍ່ໄດ້ມີອາຊີບຂາຍບໍລິການ.	ລັກສະນະ-ຊາຍໜຸ່ມຄົນນີ້ເຮັດວຽກຢູ່ໃນໂຮງງານຫຼືເຮັດນາ.
3. ຍິງໜຸ່ມ	*ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ* ແມ່ຍິງໜຸ່ມຄົນນີ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທຸກເທື່ອທີ່ມີເພດສຳພັນ ແລະ ໃຊ້ກັບຄູ່ນອນທຸກຄົນ.	ລັກສະນະ-ແມ່ຍິງໜຸ່ມເຮັດວຽກ ຢູ່ຮ້ານເບຍ.
4. ຜູ້ຍິງອາຍຸປະມານ 25-35 ປີ	*ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ* ເຖິງແມ່ນວ່າຈະເຄີຍມີແຟນ ແລະ ມີເພດສຳພັນກັບແຟນຄົນເກົ່າມາກ່ອນແຕ່ມີການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ. ແຕ່ກັບແຟນໃໝ່ ນາງເລືອກທີ່ຈະບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມເພາະຕ່າງຄົນຕ່າງ ກໍ່ມີຄູ່ນອນຄົນດຽວ ແລະ ຄິດຈະແຕ່ງງານກັນກໍ່ຄິດວ່າບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.	ລັກສະນະ-ມີແຟນເປັນຜູ້ຊາຍອາຍຸ ປະມານ 25-30 ປີ.
5. ຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 25-35 ປີ	*ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ* ມີເພດສຳພັນກັບທັງຜູ້ຍິງ ແລະ ຜູ້ຊາຍແຕ່ຈະໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ສະເພາະກັບຄົນທີ່ເຮັດວຽກເປັນສາວບໍລິການເທົ່ານັ້ນ	ລັກສະນະ: ເຮັດວຽກຢູ່ໄຮ່ນາ ແລະ ເຄີຍເປັນແຟນກັບຜູ້ຍິງ ທີ່ຢູ່ທີ່ກ່າວໄວ້ຢູ່ໃນໝາຍເລກ 4.
6. ຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 25-30 ປີ	*ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ* ມີເພດສຳພັນກັບທັງຜູ້ຍິງ ແລະ ຜູ້ຊາຍແຕ່ຈະໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມສະເພາະກັບຄົນທີ່ເຮັດວຽກເປັນສາວບໍລິການເທົ່ານັ້ນ.	ລັກສະນະ ເຮັດວຽກກັບບໍລິສັດ ທີ່ຫາກໍ່ເປີດໃໝ່ຢູ່ໃກ້ພື້ນທີ່
7. ຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 45 ປີ ຂຶ້ນໄປ	*ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ* ມັກໄປນັ່ງດື່ມເບຍ ແລະ ມີສຳພັນກັບສາວບໍລິການແຕ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທັງນີ້ ຄາດວ່າຊາຍຄົນນີ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເນື່ອງຈາກມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ສາວທີ່ບໍ່ແມ່ນສາວບໍລິການ ແຕ່ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເນື່ອງຈາກຄິດວ່າຜູ້ຍິງຄົນນີ້ບໍ່ແມ່ນສາວບໍລິການນອກຈາກນີ້ຍັງບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ກັບສາວບໍລິການ ຄົນທີ່ເປັນຂາປະຈຳນຳ.	ລັກສະນະ: ຊາຍຄົນນີ້ມີຖານະ ແລະ ມີກິດຈະການຂອງຕົນເອງ ມີລູກຈ້າງຫຼາຍຄົນ.

ຮູບ 1. ຕົວຢ່າງເຄືອຂ່າຍທາງເພດ



- ຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 20-30 ປີ ມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 25-35 ປີ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເພາະຄິດວ່າ ບໍ່ໄດ້ມີເພດສຳພັນກັບສາວບໍລິການ ເຮັດໃຫ້ຜູ້ຊາຍອາຍຸ 25-35 ປີ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເມື່ອກັບບ້ານກໍ່ມີເພດສຳພັນກັບເມຍຢູ່ບ້ານ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມເຮັດໃຫ້ເມຍ (ຜູ້ຍິງອາຍຸປະມານ 25-35 ປີ) ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄປນຳ ແລະ ຜູ້ຍິງຄົນນີ້ມີລູກ ລູກກໍ່ມີໂອກາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄປນຳ (ໂອກາດໃນການຕິດເຊື້ອແມ່ນ 30%) ແລະ ໃຫ້ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຕໍ່ວ່າລູກທີ່ເກີດມາຈະພົບບັນຫາ ຫຼື ສະຖານະການຫຍັງແດ່?
- ຖ້າຜູ້ຍິງອາຍຸປະມານ 25-35 ປີ ມີເພດສຳພັນໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ກັບຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 40-50 ປີ ຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນ ແລະ ເມື່ອຜູ້ຊາຍຄົນນີ້ໄປມີເພດສຳພັນ ກັບເມຍຂອງຕົນໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນ?
- ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳວ່າ ຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນ ຖ້າຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 20-30 ປີ ຄົນນີ້ໄປມີເພດສຳພັນກັບແມ່ຍິງໜຸ່ມເຮັດວຽກຢູ່ຮ້ານຄາລາໂອເກ ໂດຍໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.
- ຖ້າມີຜູ້ຊາຍອາຍຸ 20-30 ປີ ເປັນແຟນກັບແມ່ຍິງໜຸ່ມແລະມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຮວມທັງບໍ່ໄດ້ກວດເລືອດ ກ່ອນຈະມີເພດສຳພັນກັນ ຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນກັບແມ່ຍິງໜຸ່ມຄົນນີ້ ຖ້າຕໍ່ມາສອງຄົນນີ້ເຊົາຄົບກັນ ແລະ ແມ່ຍິງໜຸ່ມຄົນນີ້ ໄປມີແຟນໃໝ່ ແລະ ບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາ

ໄມຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນ ກັບແຟນຄົນໃໝ່ ຫຼື ແຟນຄົນອື່ນໆ ຂອງແມ່ຍິງໜຸ່ມ ແລະ ຖ້າໃນອານາຄົດ ແມ່ຍິງໜຸ່ມຄົນນີ້ແຕ່ງງານມີລູກຈະມີຫຍັງເກີດຂຶ້ນກັບລູກຂອງລາວໄດ້?

- ຜູ້ຊາຍອາຍຸປະມານ 25-35 ປີ ມີເພດສຳພັນກັບຊາຍໜຸ່ມ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນໄດ້ ແລະ ຕໍ່ມາໜຸ່ມຄົນນີ້ມີເພດສຳພັນກັບຍິງໜຸ່ມ ທີ່ເຮັດວຽກຢູ່ຮ້ານຄາລາໂອເກ ແລະ ຕອນເປັນແຟນກັບພວກເຂົາ ກໍ່ເຊົາໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເພາະສະນັ້ນ ຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນກັບຍິງໜຸ່ມທີ່ເຮັດວຽກຢູ່ຮ້ານຄາລາໂອເກນີ້ໄດ້?

ກິດຈະກຳທີ 4 ປະເມີນຄວາມສ່ຽງ

ຈຸດປະສົງ:
1. ເພື່ອເພີ່ມຄວາມເຂົ້າໃຈ ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳກ່ຽວກັບຮູ ຫຼື ຊ່ອງທາງໃນຮ່າງກາຍ ແລະ ສານຄັດລັ່ງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ.
2. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຝຶກວິເຄາະຄວາມສ່ຽງກ່ຽວກັບການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (ທາງອອກປະລິມານການມີຊີວິດທາງເຂົ້າ).

ເວລາ: 60 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມນ້ອຍປະມານ 5 ຄົນຕໍ່ໜຶ່ງກຸ່ມ. ແຕ່ລະກຸ່ມຄວນຈັດໃຫ້ມີສະເພາະຊາຍຫຼືຍິງ.

ອຸປະກອນ:
- ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ສະກອດຕິດ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:
1. ຕິດເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່ໃສ່ຝາຫ້ອງ ຫຼື ກະດານຂາວໂດຍແຍກຕິດຄົນລະແຈຫ້ອງ 3 ແຈ.
2. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນ 3 ກຸ່ມ ໂດຍໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຢືນລຽນແຖວ ແລະ ແລ່ນອ້ອມເປັນຮອບວຽນ ເພື່ອຂຽນຄຳຕອບຕາມຫົວຂໍ້ທີ່ກຳນົດ (ເຮັດຄືກັນກັບການຜັດປ່ຽນກັນ).
3. ຂຽນຄຳວ່າ "ນ້ຳໃນຮ່າງກາຍ" ໃນເຈັ້ຍແຜ່ນທີ 1 ແລະ ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳວ່າ "ມີນ້ຳໃນຮ່າງກາຍຫຍັງແດ່ທີ່ເຮົາຮູ້ຈັກ ຫຼື ເຄີຍໄດ້ຍິນມາ". 4. ໃນເຈັ້ຍແຜ່ນທີ 2 ຂຽນຄຳວ່າ "ຮູ ຫຼື ຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍ" ແລະ ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳວ່າ "ມີຮູ ຫຼື ຊ່ອງຫຍັງແດ່ໃນຮ່າງກາຍ ທີ່ເຮົາຮູ້ຈັກ ຫຼື ເຄີຍໄດ້ຍິນມາ".
5. ໃນເຈັ້ຍແຜ່ນທີ 3 ຂຽນຄຳວ່າ "ກິດຈະກຳທາງເພດ" ແລະ ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳວ່າ "ກິດຈະກຳທາງເພດແບບໃດແດ່ທີ່ເຮົາຮູ້ຈັກຫຼືເຄີຍໄດ້ຍິນ".
6. ຜູ້ນຳກິດຈະກຳບອກໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຊ່ວຍກັນອະທິບາຍວ່ານ້ຳໃນຮ່າງກາຍ ມີນ້ຳຫຍັງແດ່ ທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີຢູ່ຫຼາຍ ແລະ ນ້ຳຫຍັງແດ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ຢູ່ໜ້ອຍ.
7. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ອະທິບາຍຕໍ່ໄປວ່ານ້ຳທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ຢູ່ຫຼາຍຢູ່ຮູ ຫຼື ຊ່ອງໃດ ແລະ ກິດຈະກຳທາງເພດແບບໃດ? ກ່ຽວຂ້ອງກັບນ້ຳເຫຼົ່ານີ້ ແລະ ນ້ຳທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີຢູ່ໜ້ອຍນັ້ນ ຢູ່ຮູ ຫຼື ຊ່ອງໃດ? ແລະ ກ່ຽວຂ້ອງກັບກິດຈະກຳທາງເພດແບບໃດ?
8. ນອກຈາກເລື່ອງນ້ຳໃນຮ່າງກາຍຮູ ຫຼື ຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍ ແລະ ກິດຈະກຳທາງເພດທີ່ໄດ້ເວົ້າກັນໄປແລ້ວນັ້ນ ໃຫ້ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳວ່າເຊື້ອເຮສໄອວີຈະສາມາດເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍໄດ້ແນວໃດ ແລະ ນ້ຳໃນຮ່າງກາຍຮູຫຼືຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍ ແລະ ກິດຈະກຳທາງເພດມີຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັນ

ແນວໃດ ຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (ຄຳຕອບ-ການທີ່ເຊື້ອເຮສໄອວີຈະເຂົ້າ ສູ່ຮ່າງກາຍຫຼືແພ່ຈາກຄົນໜຶ່ງ ໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງ ໄດ້ໂດຍສະເພາະຜ່ານການມີເພດສຳພັນ ນັ້ນຈະຕ້ອງມີການແພ່ກະຈາຍຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີຈາກນ້ຳອະສຸຈິ ຫຼື ນ້ຳເມືອກໃນຊ່ອງຄອດ ທີ່ຢູ່ໃນອະໄວຍະວະເພດຂອງຄົນໆໜຶ່ງໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງ ໂດຍການສອດໃສ່ຜ່ານຊ່ອງຄອດ ຫຼື ຮູທະວານ).

9. ນອກຈາກຄວາມກ່ຽວຂ້ອງ ຂອງນ້ຳຮູ ຫຼື ຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍແລະກິດຈະກຳທາງເພດແລ້ວການແພ່ກະຈາຍ ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ນັ້ນຍັງຂຶ້ນຢູ່ກັບປັດໄຈດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ນຳຄື: (1) ທາງອອກຂອງນ້ຳທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ຊຶ່ງເປັນຮູ ຫຼື ຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍ ຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ-ຕ້ອງມີທາງອອກຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີຈາກຮ່າງກາຍຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອ (2) ປະລິມານຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ມີຢູ່ໃນນ້ຳ ທີ່ອອກຈາກຮູ ຫຼື ຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍ ປະລິມານຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນນ້ຳຫຼືສານຄັດລັ່ງຕ້ອງຫຼາຍພໍທີ່ຈະແພ່ເຊື້ອຈາກຄົນໜຶ່ງໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງໄດ້ (3) ສະພາບການມີຊີວິດຢູ່ໄດ້ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ທີ່ອອກຈາກຮູນັ້ນເຊື້ອເຮສໄອວີ ຕ້ອງຢູ່ໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ສາມາດຢູ່ມີຊີວິດຢູ່ໄດ້ (4) ທາງເຂົ້າຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ທີ່ຈະເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍຂອງອີກຄົນໜຶ່ງ-ຕ້ອງມີທາງເຂົ້າ ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ຈະສາມາດ ເຂົ້າໄປສູ່ຮ່າງກາຍຂອງອີກຄົນໜຶ່ງໄດ້.

10. ໃຫ້ວິເຄາະພຶດຕິກຳຕ່າງໆ ວ່າພຶດຕິກຳເຫຼົ່ານັ້ນ ຈະເພີ່ມຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ ຫຼື ບໍ່? ແນວໃດ ໂດຍນຳເອົາແນວຄິດເລື່ອງທາງອອກປະລິມານສະພາບການຢູ່ລອດ ແລະ ທາງເຂົ້າມາໃຊ້ໃນການວິເຄາະປົກກະຕິແລ້ວ ການທີ່ຈະຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຕ້ອງມີປັດໄຈທັງ 4 ຂໍ້ (ທາງອອກປະລິມານ ສະພາບການມີຊີວິດ ແລະ ທາງເຂົ້າ) ຮ່ວມກັນຈຶ່ງຈະເຮັດ ໃຫ້ເກີດການແພ່ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈາກຄົນໜຶ່ງໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງໄດ້.

11. ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຂຽນຕາລະລາງຈຳນວນ 6 ຖັນດັ່ງຕົວຢ່າງນີ້

ຄຳຖາມ	ທາງອອກຂອງນ້ຳທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີຈາກຮູຫຼືຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ	ປະລິມານຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ມີຢູ່ໃນນ້ຳທີ່ມີເຊື້ອ (ຫຼາຍຫລືໜ້ອຍ)	ສະພາບການຊີວິດຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ອອກຈາກຮູ ຫຼື ຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍ (ສິດຫຼືບໍ່ສິດ)	ທາງເຂົ້າຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ຈະເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍຂອງອີກຄົນໜຶ່ງ	ຕິດຫຼືບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ

12. ໃຊ້ສະຖານະການທຳອິດ "ບໍ່ມີເພດສຳພັນ" ມາໃຊ້ອະທິບາຍວ່າສາມາດນຳມາປະເມີນຄວາມສ່ຽງໄດ້ແນວໃດ ໂດຍວິເຄາະຈາກປັດໄຈແຕ່ລະຂໍ້.
13. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໃນກຸ່ມຍ່ອຍ (ກຸ່ມເກົ່າ) ແລະ ແຈກຢາຍສະຖານະການຕ່າງໆ (ແບ່ງຈຳນວນສະຖານະການໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມເທົ່າໆກັນ) ຈາກນັ້ນໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ຊ່ວຍກັນວິເຄາະພຶດຕິກຳ ຈາກສະຖານະການທີ່ໄດ້ຮັບໂດຍພິຈາລະນາທາງອອກ ປະລິມານການມີຊີວິດແລະທາງເຂົ້າຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ໃຫ້ວິເຄາະວ່າພຶດຕະກຳ ຫຼື ສະຖານະການນັ້ນໆຈະເພີ່ມຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ບໍ່ຕິດແນວໃດ?.
14. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມອອກມານຳສະເໜີ ຄຳຕອບຂອງກຸ່ມຕົນວ່າສະຖານະການທີ່ໄດ້ຮັບນັ້ນ ຈະນຳໄປສູ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ ຫຼື ບໍ່ ໃນລະຫວ່າງການສະເໜີ ນອກຈາກອະທິບາຍລະດັບຂອງຄວາມສ່ຽງ (ສູງ/ຕ່ຳ/ບໍ່ສ່ຽງ) ຂອງການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລ້ວແຕ່ລະກຸ່ມຈະຕ້ອງໃຊ້ແນວຄິດເລື່ອງທາງອອກປະລິມານ ສະພາບຢູ່ລອດ ແລະ ທາງເຂົ້າໃນການອະທິບາຍນຳເມື່ອແຕ່ລະກຸ່ມສະເໜີ ຈົບແລ້ວໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳອື່ນໆ (ກຸ່ມທີ່ເຫຼືອ) ຊ່ວຍກັນຕອບວ່າເຫັນດ້ວຍ ຫຼື ບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ?.
15. ສະຫຼຸບແລະສົນທະນາ.

ຈຸດສົນທະນາ:

- ນ້ຳຫຼືສານຄັດລັ່ງໃດ ທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ຢູ່ຫຼາຍ ແລະ ນ້ຳຫຼືສານຄັດລັ່ງໃດທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ຢູ່ໜ້ອຍ?
- ຮູຫຼືທາງເຂົ້າໃດທີ່ຈະເປັນຊ່ອງທາງໃຫ້ເຊື້ອເຮສໄອວີເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍໄດ້?
- ພຶດຕິກຳໃດ ທີ່ມີໂອກາດສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼາຍທີ່ສຸດ?
- ປົກກະຕິແລ້ວກິດຈະກຳ ທາງເພດແບບໃດ ທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼາຍທີ່ສຸດຮູ ຫຼື ຊ່ອງທາງໃດທີ່ຈະເປັນທາງໃຫ້ເຊື້ອເຮສໄອ ວີເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍ ແຍກຖາມລະຫວ່າງເພດຊາຍ ແລະ ເພດຍິງ.
- ໃນການດຳເນີນຊີວິດ ປະຈຳວັນເຊັ່ນການເຮັດວຽກງານ ຮ່ວມກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ຢູ່ບ້ານດຽວກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຄິດວ່າຈະສາມາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ ຫຼື ບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງໃຫ້ວິເຄາະຈາກສານຄັດລັ່ງທາງເຂົ້າຂອງສານຄັດລັ່ງ ແລະ ພຶດຕິກຳທາງເພດ.
- ຖ້າມີໝູ່ຫຼືຄົນໃນຄອບຄົວຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ເລີ່ມເຈັບເຮົາຈະສາມາດຊ່ວຍເບິ່ງແຍງຄົນໆນັ້ນໄດ້ຫຼືບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງໂດຍໃຫ້ວິເຄາະຈາກສານຄັດລັ່ງ ທາງເຂົ້າຂອງສານຄັດລັ່ງ ແລະ ພຶດຕິກຳທາງເພດ
- ຈາກລັກສະນະຂອງສານຄັດລັ່ງ ທາງເຂົ້າຂອງສານຄັດລັ່ງ ແລະ ພຶດຕິກຳທາງເພດທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ມີໂອກາດ ໄດ້ຮັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼາຍທີ່ສຸດນັ້ນເຮົາຄິດວ່າຈະມີວິທີປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ແນວໃດ?

ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

- ສານຄັດລັ່ງທີ່ມີປະລິມານ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼາຍພໍທີ່ຈະແພ່ເຊື້ອຈາກຄົນໜຶ່ງໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງໄດ້ນັ້ນ ໄດ້ແກ່ນ້ຳອະສຸຈິ, ນ້ຳໃນຊ່ອງຄອດຂອງຜູ້ຍິງ(ນ້ຳເມືອກຊ່ອງຄອດ) ແລະ ນ້ຳນົມແມ່ ສ່ວນນ້ຳລາຍແມ່ນມີປະລິມາ

ນເຊື້ອເຮສໄອວີ ໜ້ອຍ ຊຶ່ງບໍ່ມີລາຍງານວ່າສາມາດແຜ່ເຊື້ອທາງນ້ຳລາຍ.

- ການແຜ່ເຊື້ອເຮສໄອວີຈາກຄົນໜຶ່ງ ໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງນັ້ນ ຈະຕ້ອງມີນ້ຳ ຫຼື ສານຄັດລັ່ງທີ່ມີປະລິມານເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼາຍພໍທີ່ຈະເຂົ້າສູ່ກະແສເລືອດ ໂດຍຜ່ານຮູຫຼືຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍເຊັ່ນ ຮູຈາກການສັກຢາ ຫຼື ສັກລາຍ ຫຼື ຜ່ານເຍື່ອເມືອກໃນຊ່ອງຄອດຂອງຜູ້ຍິງ, ເຍື່ອເມືອກໃນຮູທະວານ, ເຍື່ອເມືອກໃນທໍ່ຍ່ຽວຂອງອະໄວຍະວະເພດຊາຍ.

ຄຳຖາມ ແລະ ຄຳຕອບ

ຄຳຖາມ	ທາງອອກຂອງນ້ຳທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີຈາກຮູຫຼືຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍຂອງຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ	ປະລິມານຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ມີຢູ່ໃນນ້ຳທີ່ມີເຊື້ອ (ຫຼາຍຫຼືໜ້ອຍ)	ສະພາບການມີຊີວິດຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີອອກ ຈາກຮູຫຼື ຊ່ອງໃນຮ່າງກາຍ (ສິດບໍ່ສິດ)	ທາງເຂົ້າຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ຈະເຂົ້າສູ່ຮ່າງກາຍຂອງອີກຄົນໜຶ່ງ	ຕິດຫຼືບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ
1. ຊ່ວຍໂຕເອງ (ຊັກວາວ)	✓	✓	✓	×	ບໍ່ຕິດ
2. ໃຊ້ຫ້ອງ ນ້ຳຮ່ວມກັນກັບ ຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ	×	×	×	×	ບໍ່ຕິດ
3. ມີເພດສຳພັນໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມໂດຍທີ່ ຝ່າຍຊາຍມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ຝ່າຍຍິງບໍ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ	✓	✓	✓	✓	ຕິດ

4. ມີເພດສຳ ພັນໂດຍ ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາ ໄມໂດຍ ທີ່ຝ່າຍ ຊາຍບໍ່ມີເຊື້ອເຮສ ໄອວີ ແຕ່ຝ່າຍ ຍິງມີ ເຊື້ອເຮສໄອວີ	✓	✓	✓	✓	ຕິດ
5. ຈູບປາກກັນ	✓	×	✓	✓	ບໍ່ຕິດ
6. ມີເພດ ສຳພັນທາງ ຮູທະວານ ໂດຍບໍ່ໃຊ້ ຖົງຢາງອະນາໄມ ໂດຍທີ່ ຝ່າຍໜຶ່ງ ມີເຊື້ອ ເຮສໄອວີ	✓	✓	✓	✓	ຕິດ
7. ຈັບມືກັບ ຜູ້ຕິດ ເຊື້ອເຮສ ໄອວີ	×	×	×	×	ບໍ່ຕິດ
8. ຖືກຍຸງກັດ ຫຼັງຈາກທີ່ ຍຸງໄດ້ກັດ ຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ມາແລ້ວ	✓	×	×	×	ບໍ່ຕິດ
9. ການໃຊ້ເຂັມ ສັກຢາ ຮ່ວມ ກັນກັບຜູ້ທີ່ບໍ່ ໄດ້ຕິດ ເຊື້ອເຮສ ໄອວີ	×	×	×	×	ບໍ່ຕິດ
10. ການໃຊ້ ເຂັມສັກ ຢາຮ່ວມກັນ ກັບຜູ້ ທີ່ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ	✓	✓	✓	✓	ຕິດ
11. ມີເພດສຳພັນ ກັບ ຜູ້ຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ໂດຍໃຊ້ຖົງຢາງ ອະນາໄມ ເຊັ່ນຝ່າຍ ຊາຍ ມີເຊື້ອເຮສ ໄອວີ ແລະ ຝ່າຍຍິງ ບໍ່ມີເຊື້ອ ເຮສໄອວີ	✓	✓	✓	×	ບໍ່ຕິດ
12. ການ ບໍລິຈາກເລືອດ ໂດຍມີການປ່ຽນ ເຂັມແລະ ອຸປະກອນ ບໍລິຈາກເລືອດ ທຸກເທື່ອ	✓	✓	✓	×	ບໍ່ຕິດ

13.. ກິນອາຫານທີ່ ຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ກະກຽມໄວ້	×	×	×	×	ບໍ່ຕິດ
14. ມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ເຊັ່ນ ຝ່າຍຊາຍບໍ່ມີ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ແຕ່ ຝ່າຍຍິງມີເຊື້ອ ເຮສໄອວີໃຊ້ຖົງຢາງ ອະນາໄມ ໃນຕອນ ທຳອິດຂອງການ ມີ ເພດສຳພັນ ແຕ່ກ່ອນ ຈະແລ້ວນັ້ນຝ່າຍ ຊາຍຖອດຖົງ ຢາງ ອະນາໄມອອກ ແລະ ສອດອະໄວຍະວະ ໃສ່ອີກເທື່ອ ໜຶ່ງຈົນ ແລ້ວ	✓	✓	✓	✓	ຕິດ
15. ມີເພດສຳພັນ ທາງ ປາກ ໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງ ຢາງ ອະນາໄມໂດຍ ທີ່ຝ່າຍຖືກ ທຳອໍໂລ ເຊັກມີ ເຊື້ອເຮສໄອວີ (ນ້ຳອະສຸຈິບໍ່ໄດ້ ພົ້ງເຂົ້າປາກ)	✓	✓	✓	✓	ຕິດ*
* ໂດຍທິດສະດີແລ້ວ ແມ່ນສາມາດຕິດໄດ້, ແຕ່ຍັງບໍ່ພົບກໍລະນີໃດໆ ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຍ້ອນວ່າ ມີເພດສຳພັນ ທາງປາກ. ແຕ່ສາມາດຕິດພະຍາດ ພຕພ ໃນການມີເພດສຳພັນ ທາງປາກໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງ ຢາງອະນາໄມ.					

ກິດຈະກຳທີ 5 ການເຕັ້ນລຳຂອງລະບົບພູມຄຸ້ມກັນ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເຂົ້າໃຈການເຮັດວຽກ ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ລະບົບ ພູມຄຸ້ມກັນໃນຮ່າງກາຍ

ເວລາ: 20-30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່

ອຸປະກອນ:

- ໜ້າກາກຂອງພະຍາດຕ່າງໆ ວັນນະໂລກປອດບວມ ຖອກທ້ອງນ້ຳໜັກ ຫູດລິງຈ່ອຍປອດອັກເສບ ເຊື້ອເຫັດລາຂຶ້ນສະໝອງຈໍປະສາດຕາອັກເສບ ຈາກເຊື້ອໄວລັດຊີເອັມວີ (ປະເດັນນີ້ບໍ່ຕ້ອງເນັ້ນ ສະເພາະພະຍາດ ຕິດຕໍ່ແຕ່ ເນັ້ນ ພະຍາດສວຍໂອກາດ ທີ່ຈະເກີດກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ)
- ໜ້າກາກເຊື້ອເຮສໄອວີ
- ໝວກອາບນ້ຳປຣາດສະຕິກ (ສົມມຸດວ່າເປັນຖົງຢາງອະນາໄມ)
- ປ້າຍຄ້ອງຄໍເປັນຮູບໂຕ T 5 ອັນ (ຈຸລັງໂຕທີ = ລະບົບພູມຄຸ້ມກັນ ໃນຮ່າງກາຍ)
- ເຄື່ອງຫຼິ້ນແຜ່ນ CD ຫຼື ເທັບພ້ອມເພງມ່ວນໆ ຈັງຫວະໄວໆ
- ແວ່ນຕາກັນແດດແບບທັນສະໄໝ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ຂໍອາສາສະໝັກຈຳນວນ 12 ຄົນ ໃຫ້ປົນກັນທັງຜູ້ຍິງ ແລະ ຜູ້ຊາຍຈາກ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ກິດຈະກຳ.
2. ອະທິບາຍບົດຕໍ່ໄປນີ້ ໃຫ້ອາສາສະໝັກ (ໂດຍບໍ່ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ກິດຈະກຳ ທີ່ຍັງເຫຼືອໄດ້ຍິນ).
3. ຜູ້ຊາຍຄົນໜຶ່ງ ທີ່ໃສ່ແວ່ນຕາກັນແດດທັນສະໄໝ ຢືນຢູ່ທີ່ໃຈກາງ ຂອງຫ້ອງ ທີ່ຈັດອົບຮົມ ແລ້ວເປີດເພງ ແລະ ໃຫ້ຜູ້ຊາຍຄົນນີ້ ເຕັ້ນຕາມ ຈັງຫວະຂອງເພງ.
4. ອາສາສະໝັກ ທີ່ຕິດສັນຍາລັກໂຕທີ (T) ເຫຼືອທັງໝົດຈະມາ ຍ່າງເປັນວົງ ມົນອ້ອມໂຕຜູ້ຊາຍຄົນທີ່ເຕັ້ນຢູ່ ຈາກນັ້ນຈຸລັງໂຕທີຢຸດຍ່າງ ແລະ ຫັນໜ້າ ອອກນອກວົງມົນ.
5. ພະຍາດຕິດຕໍ່ທຸກຊະນິດຍົກເວັ້ນເຊື້ອເຮສໄອວີພະຍາຍາມເຂົ້າໃນວົງມົນ ຮອບໃນ ໂດຍຕໍ່ສູ້ກັບຈຸລັງໂຕທີ ແລະ ຈຸລັງໂຕທີຊະນະເຊື້ອພະຍາດ ຕິດຕໍ່ທຸກຊະນິດນັ້ນ ຍ່າງອອກໄປ.
6. ຜູ້ຍິງຄົນທີ 1 ຍ່າງມາ ແລະ ເຂົ້າໄປໃນໃຈກາງວົງມົນ ໄປເຕັ້ນລຳກັບຜູ້ ຊາຍແຕ່ຜູ້ຊາຍເອົາ ໝວກອາບນ້ຳໃສ່ກ່ອນ (ຄືກັນກັບໃສ່ຖົງຢາງ ອະນາໄມ) ເຕັ້ນລຳໜ້ອຍໜຶ່ງແລ້ວຜູ້ຍິງ ຍ່າງອອກຈາກວົງໄປ ແລະ ຜູ້ຊາຍກໍ່ຖອດໝວກ ອາບນ້ຳອອກ.

7. ພະຍາດຕິດຕໍ່ທຸກຊະນິດ ຍົກເວັ້ນເຊື້ອເຮສໄອວີ ພະຍາຍາມເຂົ້າໃນໃຈກາງວົງອີກໂດຍສູ້ກັບຈຸລັງໂຕທີ ແລະ ຈຸລັງໂຕທີກໍ່ຍັງຊະນະເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ທຸກໆຊະນິດ ຢ່າງຫຼີກໄປ
8. ຜູ້ຍິງຄົນທີ 2 ຍ່າງມາ ແລະ ເຂົ້າໄປໃນໃຈກາງໄປເຕັ້ນລຳ ກັບຜູ້ຊາຍແຕ່ຕອນນີ້ບໍ່ມີການໃສ່ໝວກ ອາບນ້ຳກ່ອນການເຕັ້ນລຳເຕັ້ນລຳ ໄດ້ໜ້ອຍໜຶ່ງ (ໃນລະຫວ່າງນີ້ ໃຫ້ຈຸລັງໂຕທີປ່ອຍເຊື້ອ ເຮສໄອວີເຂົ້າໄປໃນວົງມົນ) ແລ້ວຜູ້ຍິງກໍ່ຍ່າງອອກວົງໄປ.
9. ຫຼັງຈາກທີ່ຜູ້ຍິງຄົນທີ 2 ຍ່າງອອກຈາກວົງມົນໄປແລ້ວ ແລະ ເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ກໍ່ຢູ່ໃນວົງມົນແລ້ວເຊື້ອເຮສໄອວີ ກໍຈັດການທຳລາຍຈຸລັງໂຕທີ (ໃຫ້ຜູ້ທີ່ເປັນຈຸລັງໂຕທີ (T) ຄ່ອຍໆລົ້ມລົງ).
10. ເມື່ອຈຸລັງໂຕທີລົ້ມລົງແລ້ວ ເຊື້ອພະຍາດອື່ນໆກໍ່ເຂົ້າສູ່ວົງມົນໄດ້ ແລະອ້ອມຜູ້ຊາຍຄົນນັ້ນ ແລະ ຢືນຄ້າງຢູ່.
11. ໃນລະຫວ່າງທີ່ສະແດງນີ້ ບອກຜູ້ຮ່ວມກິດຈະກຳຄົນອື່ນໆ ທີ່ບໍ່ໄດ້ຮ່ວມສະແດງ ຈະຕ້ອງສັງເກດເຫດ ການທີ່ເກີດຂຶ້ນ ເພື່ອຮ່ວມກັນອະທິບາຍໃນຕອນສຸດທ້າຍ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ການສະແດງນີ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເຫັນຫຍັງເກີດຂຶ້ນແດ່? ແລະ ກ່ຽວກັບ ເລື່ອງຫຍັງ?
- ເປັນຫຍັງເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ ຈຶ່ງທຳຮ້າຍຜູ້ຊາຍໃນຕອນທຳອິດບໍ່ໄດ້?
- ເປັນຫຍັງເຊື້ອພະຍາດຕິດຕໍ່ ຈຶ່ງທຳຮ້າຍຜູ້ຊາຍໃນຕອນທີ່ສອງໄດ້?
- ເຊື້ອເຮສໄອວີ ທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍຂອງຜູ້ຊາຍ ໂດຍກົງ ຫຼື ບໍ່ຄວາມຈິງແລ້ວເຊື້ອເຮສໄອວີທຳຮ້າຍຫຍັງ?
- ຖ້າເຮົາຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລ້ວຈະເກີດຫຍັງຂຶ້ນ ກັບຮ່າງກາຍເຮົາແດ?
- ເມື່ອເບິ່ງຈາກພາຍນອກສາມາດ ບອກໄດ້ ຫຼື ບໍ່ວ່າໃຜຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ? ແລະເຮົາຈະຮູ້ໄດ້ແນວໃດວ່າໃຜມີ ຫຼືບໍ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ?
- ຖ້າມີຄົນໆໜຶ່ງ ມີອາການເປັນຕຸ່ມຢູ່ຜີວໜັງເຮົາສາມາດຕັດສິນໄດ້ເລີຍ ຫຼື ບໍ່ວ່າຄົນນີ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຍ້ອນຫຍັງ?
- ຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະເປັນພະຍາດເອດເສຍຊີວິດ ຍ້ອນຫຍັງ?
- ພວກເຮົາຄິດວ່າຕົນເອງສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງ?

ຂໍ້ແນະນຳສຳຫຼັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

ໃນຕອນທ້າຍຂອງກິດຈະກຳ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນອະທິບາຍ ເລື່ອງຄວາມແຕກຕ່າງຂອງຜູ້ຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ຄົນເປັນພະຍາດເອດ ແລະ ຕໍ່ດ້ວຍກິດຈະກຳກັບໄລຍະ 3 ເດືອນ ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ.

ພາກທີ 2

ກິດຈະກຳທີ 6 ໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ(ໄລຍະ 3 ເດືອນ)

ຈຸດປະສົງ:
1. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ 3 ເດືອນ) ແລະ ຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັບການກວດເລືອດ ເພື່ອຊອກຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.
2. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ ທຳຄວາມເຂົ້າໃຈ ໃນການນັບໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ3 ເດືອນ)

ເວລາ: 30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມລະ 5-8 ຄົນ.

ອຸປະກອນ:
- ລາຍການຄຳຖາມທີ່ກ່ຽວກັບໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ 3 ເດືອນ)
- ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ສະກອດຕິດ
- ເຈ້ຍແຜ່ນນ້ອຍໆ ຫຼື ເຈ້ຍເຫຼືອງຂະໜາດນ້ອຍ ໂດຍມີຈຳນວນສີແຕກຕ່າງກັນເທົ່າກັບຈຳນວນກຸ່ມແຕ່ລະກຸ່ມ ຈະໄດ້ເຈ້ຍສີປະຈຳກຸ່ມຂອງຕົນເອງ
- ຕາຕະລາງໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະເວລາ 3 ເດືອນ) (ເບິ່ງຕາຕະລາງທີ2)

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:
1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ.
2. ອ່ານຄຳຖາມຕໍ່ໄປນີ້ເທື່ອລະຄຳຖາມ ໃຫ້ທຸກກຸ່ມຟັງ ແລະ ໃຫ້ເວລາສະມາຊິກແຕ່ລະກຸ່ມປຶກສາກັນຈາກນັ້ນ ໃຫ້ສົ່ງຕົວແທນອອກມາຕິດເຈ້ຍສີຕາມຈຸດຫຼືບ່ອນທີ່ເປັນຄຳຕອບຂອງຕົນ.

   ຄຳຖາມ
   - ຖ້າມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເມື່ອວັນທີ 1 ມັງກອນ ຄິດວ່າຄວນຈະໄປກວດຫາ ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼັງວັນທີເທົ່າໃດ? (ຄຳຕອບ 1 ເມສາ)
   - ຖ້າໃນລະຫວ່າງການລໍຖ້າການກວດເລືອດ ວັນທີ 1 ເມສາ ຢູ່ ແລະ ໄດ້ໄປ ມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ໃນວັນທີ 1 ກຸມພາຄິດວ່າ ການກວດເລືອດ ເພື່ອຊອກ ຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນວັນທີ 1 ເມສານັ້ນ ຈະຮອມເອົາຜົນການກວດເລືອດຂອງການມີເພດ ສຳພັນ ໂດຍ ບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ໃນວັນທີ 1 ກຸມພານຳຫຼືບໍ່? (ຄຳຕອບ ບໍ່ແມ່ນເພາະການກວດເລືອດ ໃນວັນທີ 1 ເມສາ ນັ້ນເປັນຜົນ ຂອງການມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມໃນ ວັນທີ 1 ມັງກອນ ເທົ່ານັ້ນບໍ່ສາມາດສະແດງຜົນຂອງການມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ໃນວັນທີ 1 ກຸມພາໄດ້).
   - ຖ້າຢາກຮູ້ຜົນການກວດເລືອດ ເພື່ອຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຈາກ ການມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ໃນວັນທີ

1 ກຸມພາ ນັ້ນຈະຕ້ອງ ໄປກວດເລືອດ ຫຼັງຈາກວັນທີເທົ່າໃດ? (ຄຳຕອບ-1ພຶດສະພາ)

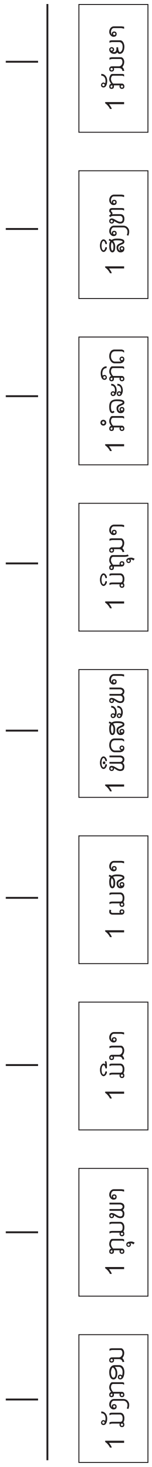
3. ອ່ານຄຳຖາມຕໍ່ໄປນີ້ໃຫ້ທຸກກຸ່ມຟັງ. ພວກເຂົາບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງເອົາເຈ້ຍສີຕິດໃສ່ເຈັ້ຍຂຽນກະດານ. ຕ້ອງອ່ານຄຳຖາມໃຫ້ທຸກກຸ່ມຟັງ ແລະ ຈະຕ້ອງຕອບຄຳຖາມນຳກັນ.
    - ໃນລະຫວ່າງ 3 ເດືອນ ຊຶ່ງເປັນໄລຍະທີ່ຮ່າງກາຍກຳລັງສ້າງ ທາດກາຍຕ້ານທີ່ມີຕໍ່ເຊື້ອເຮສໄອວີນັ້ນ ຖ້າມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ໄປເລື້ອຍໆຄິດວ່າຕອນໃດຈະໄດ້ຜົນກວດເລືອດທີ່ຊັດເຈນ (ຄຳຕອບ-ບໍ່ໄດ້ເລີຍ)
    - ຂະນະທີ່ລໍຖ້າ 3 ເດືອນນັ້ນ ຄວນເຮັດແນວໃດ ເພື່ອຈະໄດ້ຮັບຜົນທີ່ຊັດເຈນ (ຄຳຕອບ-ບໍ່ມີເພດສຳພັນ ຫຼື ຫາກຈະມີເພດສຳພັນໃຫ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທຸກເທື່ອ ທີ່ມີເພດສຳພັນ ກັບຄູ່ນອນທຸກຄົນ, ບໍ່ໃຊ້ເຂັມສັກຢາຮ່ວມກັບຄົນອື່ນ)

4. ສະຫຼຸບແລະສົນທະນາກັບກຸ່ມໃຫຍ່.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ 3 ເດືອນ) ໝາຍເຖິງຫຍັງ ແລະ ໃຊ້ເວລາເທົ່າໃດຈາກມື້ທີ່ມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ກ່ອນທີ່ຈະສາມາດໄປກວດຫາການຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີໃນຮ່າງກາຍໄດ້?
- ຖ້າໃນລະຫວ່າງສາມເດືອນທີ່ລໍຖ້າ ຜົນກວດຢູ່ນັ້ນບັງເອີນ ໄປມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງ ອະນາໄມ ອີກຈົນເຖິງເວລາທີ່ໄປກວດນັ້ນຜົນທີ່ໄດ້ຮັບຈະເປັນຜົນທີ່ຊັດເຈນວ່າຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງ?
- ໃນລະຫວ່າງ 3 ເດືອນທີ່ລໍຖ້າການກວດຢູ່ນັ້ນຄວນເຮັດແນວໃດ ເວລາມີເພດສຳພັນ?

ຮູບ 2: ບົດຝຶກຫັດການຄຳນວນ ໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ(ໄລຍະ 3 ເດືອນ) ຂອງການກວດເລືອດ ຊອກຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ



ກິດຈະກຳທີ 7 ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (ພຕພ)

ຈຸດປະສົງ:
1. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ໄດ້ເຂົ້າໃຈວ່າພວກເຂົາບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວ ພະຍາດ ພຕພ ດ້ວຍຕົນເອງໄດ້.
2. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ໄດ້ເຂົ້າໃຈວ່າການປິ່ນປົວ ພຕພ ດ້ວຍຕົນເອງອາດເປັນສາເຫດໃຫ້ເກີດການດື້ຢາຂອງພະຍາດ

ເວລາ: 30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ກິດຈະກຳກຸ່ມໃຫຍ່ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມເປັນກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມລະປະມານ(5 ຫາ 8 ຄົນ). ແຕ່ລະກຸ່ມ ຄວນຈະປະກອບມີຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ຝຶກອົບຮົມທີ່ເປັນເພດຍິງຫຼືຊາຍຢ່າງດຽວ.

ອຸປະກອນ:
- ຮູບພາບຂອງ 09 ຊະນິດ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (ຮູບພາບ 9 ແບບ, ຊຶ່ງຈຳນວນຂອງຮູບຄວນມີຈຳນວນ ເທົ່າກັນກັບຈຳນວນຂອງກຸ່ມ). ຕາຕະລາງຂອງພະຍາດຕ່າງໆ. ແຕ່ລະພະຍາດໃນຕາຕະລາງຈະຕ້ອງມີສີ່ພາກສ່ວນ, ພາກສ່ວນທຳອິດ ແມ່ນຮູບພາບຂອງພະຍາດ ພຕພ, ສ່ວນທີສອງ ແມ່ນການປິ່ນປົວ, ສ່ວນທີສາມ ແມ່ນປະເພດຂອງພະຍາດແລະ ສ່ວນທີ່ສີ່ ແມ່ນຊື່ຂອງພະຍາດ ພຕພ ເບິ່ງຕົວຢ່າງດ້ານລຸ່ມ. ກ່ອນການແຈກຢາຍຮູບພາບ, ຕ້ອງຕັດຮູບອອກເປັນສີ່ສ່ວນກ່ອນ.

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:
1. ໃນການສົນທະນາ ກຸ່ມໃຫ່ຍໃຫ້ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ດ້ວຍຄຳຖາມເຫລົ່ານີ້: "ຖ້າເຈົ້າສົງໄສວ່າ ອາດຕິດເຊື້ອ ພຕພ ເຈົ້າຈະເຮັດແນວໃດ? ແລະ ເຈົ້າຈະໄປບ່ອນໃດ? ເພື່ອເອົາຂໍ້ມູນພື້ນຖານ ໃນການປິ່ນປົວພະຍາດ ພຕພ?"
2. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ. ສູງສຸດໃນແຕ່ລະກຸ່ມບໍ່ຄວນເກີນ 08 ຄົນ ແຕ່ລະກຸ່ມແມ່ນຮຽງກຮ້ອງ ໃຫ້ປະຕິບັດຕາມວິທີການດັ່ງນີ້.
3. ແຈກຢາຍເຈັ້ຍຊື່ ແລະ ຮູບພາບຂອງພະຍາດ ພຕພ ແລ້ວເອົາໃສ່ໃນຕາຕະລາງ. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ຈຳແນກພະຍາດ ພຕພ ດ້ວຍຮູບພາບ. (ເປັນທຳມະດາ ທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ບໍ່ສາມາດເຮັດໄດ້ ຫຼື ພົບວ່າມັນຍາກໂພດ ທີ່ຈະເຮັດເພາະວ່າ ມີບາງເຊື້ອພະຍາດ ກໍ່ມີອາການ ຄືກັນ, ແຕ່ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງກັງວົນ ເພາະບໍ່ໄດ້ມຸ້ງຫວັງ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ຫາຄຳຕອບທີ່ຖືກຕ້ອງ. ສິ່ງທີ່ສຳຄັນ ຂອງຈຸດປະສົງໃນການເຮັດກິດຈະກຳນີ້ ແມ່ນເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ຮູ້ວ່າບໍ່ສາມາດປິ່ນປົວ ພະຍາດດ້ວຍໂຕເອງໄດ້. ພະຍາຍາມເຮັດໃຫ້ພວກເຂົາບໍ່ຕ້ອງກັງວົນ ຈົນເກີນໄປໃນການຫາຄຳຕອບ ທີ່ຖືກຕ້ອງ ແລະ ບອກພວກເຂົາວ່າຄຳຕອບ ທີ່ຖືກຕ້ອງ ຈະບອກໃນຕອນທ້າຍ.)

4. ແຈກຢາຍ ພາກທີ 2 ກ່ຽວກັບການປິ່ນປົວ ພະຍາດ ພຕພ ແລະ ບອກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ເຊື່ອມຕໍ່ຊື່, ຮູບພາບ ແລະ ການປິ່ນປົວ ຂອງພະຍາດ ພຕພ ໃຫ້ຖືກຕ້ອງ. ຊຶ່ງຈະເຮັດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ຝຶກອົບຮົມຮັບຮູ້ວ່າພະຍາດ ພຕພ ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ແມ່ນຕ້ອງການການປິ່ນປົວ ທີ່ແຕກຕ່າງກັນ. (ຈຸດປະສົງຂອງກິດຈະກຳ ນີ້ບໍ່ແມ່ນການ ໃຫ້ການສຶກສາແກ່ຜູ້ ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ກ່ຽວກັບການປິ່ນປົວທີ່ຖືກຕ້ອງ ຂອງພະຍາດ ພຕພ, ແລະ ແນ່ນອນວ່າພວກເຂົາບໍ່ສາມາດ ຈື່ຊື່ຢາປິ່ນປົວ ແລະ ປະລິມານຢາທີ່ໃຊ້ໄດ້.) ລະຫວ່າງການສົນທະນາ, ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຄວນເວົ້າຄືນ ແລະ ສຳນຶກພາບກ່ຽວກັບການໄປຫາແພດ ເພື່ອການປິ່ນປົວແມ່ນທາງເລືອກ ທີ່ປອດໄພ ແລະ ເໝາະສົມທີ່ສຸດ.
5. ແຈກຢາຍສຳເນົາຂອງຕາຕະລາງທີ 4 ໃຫ້ແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທຸກຄົນ.
6. ສັງລວມຕາຕະລາງທີ 4 ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທຸກຄົນ.
7. ສົນທະນາ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ມີຄວາມເປັນໄປໄດ້ບໍ່ວ່າ ຈະເຮັດວຽກທີ່ມອບໝາຍໃຫ້ແລ້ວໃນການຕໍ່ເຂົ້າກັນລະຫວ່າງ ອາການຂອງເຊື້ອພະຍາດ ແລະ ການປິ່ນປົວໃສ່ໃນຊື່ຂອງພະຍາດ ພຕພ? ຍ້ອນຫຍັງ ຫຼື ເປັນຫຍັງບໍ່?
- ໃນສະຖານະການຈິງ, ຖ້າເຈົ້າມີອາການຂອງ ພຕພ ,ເຈົ້າຮູ້ໄດ້ທັນທີໂລດບໍ່ວ່າແມ່ນພະຍາດພຕພຊະນິດໃດ?
- ຖ້າເຈົ້າມີອາການຂອງພະຍາດ ພຕພ ແລະ ຊື້ຢາມາກິນເອງ, ການປິ່ນປົວດ້ວຍຕົນເອງ, ຜົນທີ່ຕາມມາຈະເປັນແນວໃດ?
- ຜູ້ຂາຍຢາ ທີ່ຮ້ານຂາຍຢາ ສາມາດໃຫ້ຢາທີ່ຖືກຕ້ອງມາກິນ ເພື່ອປົວພະຍາດ ພຕພ ໄດ້ ບໍ່ພຽງແຕ່ໄດ້ຍິນ ອາການຈາກການບອກເລົ່າແມ່ນບໍ່? ຍ້ອນຫຍັງ?
- ຄົນສ່ວນຫຼາຍເຂົາເຈົ້າເຮັດແນວໃດ ເມື່ອຕິດພະຍາດ ພຕພ?
- ຖ້າເຈົ້າຕິດພະຍາດ ພຕພ ຈະມີຜົນກະທົບຫຍັງ ເຖິງຄວາມເປັນໄປໄດ້ໃນການຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ?
- ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຄວນຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ທຸກໆທ່ານ ເພື່ອຊ່ວຍໃນການສະຫຼຸບສັນຍານ ແລະ ອາການຂອງະຍາດ ພຕພ ຄວນເຮັດແນວໃດເພື່ອແກ້ໄຂປັນຫາ ໃຫ້ທັນກັບສະພາບການ.

ການຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສຳພັນ ມີສາເຫດຍ້ອນຫຍັງ?

ມີຫລາຍປະເພດຂອງສາເຫດ ທີ່ພາໃຫ້ເກີດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ. ສາເຫດທີ່ເກີດຈາກເຊື້ອບັກເຕີເຣຍ ສາມາດປິ່ນປົວຫາຍດີໄດ້. ພະຍາດທີ່ເກີດຈາກເຊື້ອຈຸລະໂລກ ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວແມ່ນບໍ່ສາມາດປົວໃຫ້ດີໄດ້ແຕ່ສາມາດບັນເທົາ ອາການເຈັບປ່ວຍນັ້ນໄດ້.

ຮູບ 3. ບັດຄຳ 9 ປະເພດ ຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສຳພັນ

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ເພດຊາຍ – ເຈັບປວດ ແລະ ຍ່ຽວຍາກ; ມີໜອງ ຍ້ອຍອອກຈາກ ທໍ່ຍ່ຽວ **ເພດຍິງ** – ອັກເສບທໍ່ຍ່ຽວ, ມີລົງຂາວ ແລະ ມີກິ່ນ, ບໍ່ມີອາການຄັນ **ເດັກເກີດໃໝ່** – ສາມາດຕິດເຊື້ອ ພຕພ ຈາກແມ່ ໃນເວລາເກີດ. ຖ້າບໍ່ໄດ້ຮັບການປິ່ນປົວ, ເດັກນ້ອຍ ອາດຕາບອດໄດ້.	ກິນຢາຕາມແພດສັ່ງ ທຸກໆຫົກຊົ່ວໂມງ ເປັນເວລາ 10 ວັນ
ເຊື້ອແບກເຕີລີ	
ໜອງໃນແທ້	

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ມີບາດແຜ ຝີໜອງບໍລິເວນ ອະໄວຍະວະເພດ, ຊຶ່ງຈະຫາຍໄປ ພາຍໃນສອງ ເຖິງສາມມື້. ຕໍ່ມາ, ຕ່ອມນ້ຳເຫຼືອງ ມີການບວມ ແລະ ເລີ່ມມີການປວດເປັນຝີ. ຜິວໜັງທີ່ຕິດເຊື້ອ ມີການອັກເສບ, ເປັນສີແດງ ແລະ ບວມ.	ກິນຢາຕາມແພດສັ່ງ ທຸກໆຫົກຊົ່ວໂມງ ເປັນເວລາ 14 ຫາ 21 ມື້.
ເຊື້ອແບກເຕີລີ	
ຝີໝາກມ່ວງ	

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ບໍ່ມີອາການ ເມື່ອຕິດເຊື້ອ, ແຕ່ຈະມີອາການ ປ່ວຍເມື່ອ ຮ່າງກາຍ ອ່ອນແອ	ບໍ່ສາມາດປົວ ໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້
ເຊື້ອ ຈຸລະໂລກ	
ພະຍາດເອດ	

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ມີອາການຄັນ ແລະ ປວດເສບໃນຕອນເລີ້ມຕົ້ນ, ຕໍ່ມາມີຕຸ່ມເກີດຂຶ້ນ ແລະ ກ້ອນຕຸ່ມກໍ່ມີການອັກເສບ ແຕກອອກ. ພະຍາດສາມາດແຜ່ເຊື້ອໄດ້ຜ່ານ ທາງການມີເພດສຳພັນ ແລະ ການສຳພັດທາງຮ່າງກາຍ. ເດັກທີ່ເກີດ ຜ່ານທາງຊ່ອງຄອດ ສາມາດຕິດຈາກແມ່ໄດ້ເຊັ່ນກັນ.	ກິນຢາຫ້າເທື່ອຕໍ່ມື້ ເປັນເວລາຫ້າມື້ຕາມແພດສັ່ງ.
ເຊື້ອຈຸລະໂລກ	
ຕຸ່ມໃສ	

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ເປັນແຜເຈັບແສບ ບໍລິເວນອະໄວຍະວະເພດ ແລະ ບ່ອນອື່ນໆ (ບໍ່ເຈັບປວດ); ເກີດຂຶ້ນໄວທົ່ວຮ່າງກາຍ, ຕາມຝາມື ແລະ ບາດແຜຢູ່ຕີນ (ບໍ່ເຈັບປວດແລະບໍ່ຄັນ); ຜົມຫຼົ່ນ. ອາການເຫລົ່ານີ້ ສາມາດຫາຍໄປເອງ ໂດຍບໍ່ຕ້ອງປິ່ນປົວ ແຕ່ເຊື້ອພະຍາດ ຈະຍັງຄົງຢູ່ໃນຮ່າງກາຍ. ຖ້າບໍ່ປິ່ນປົວ, ພະຍາດຈະທຳລາຍ ອະໄວຍະວະທີ່ສຳຄັນ, ເຊັ່ນຫົວໃຈ ແລະ ລະບົບການທຳງານ, ເຊັ່ນເສັ້ນເລືອດ ໄຂສັນຫຼັງ ແລະ ລະບົບປະສາດ. ເດັກນ້ອຍເກີດໃໝ່ ທີ່ຕິດພະຍາດນີ້ ຈາກແມ່ສາມາດ ເຮັດໃຫ້ຕາຍໄດ້. ຖ້າລອດຊີວິດ, ກໍ່ຈະເກີດມາມີອາການ ປາກແວ່ງຫຼື ເພດານປາກໂວ່.	ກິນຢາຕາມແພດສັ່ງ ທຸກໆຫົກຊົ່ວໂມງ ເປັນເວລາສາມອາທິດ
ເຊື້ອ ແບກເຕີລີ	
ຊີຟີລິດ	

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ເມື່ອຍອ່ອນເພຍງ່າຍ, ເປັນໄຂ້ ແລະ ວິນຫົວ ຕາລາຍ	ຊັກວັກແຊງ, ແຕ່ບໍ່ສາມາດປົວ ໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້
ເຊື້ອຈຸລະໂລກຕັບອັກເສບ ເບ	
ຕັບອັກເສບບີ	

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ມີໜອງໃນ ບາດແຜ - ຮູ້ສຶກປວດ ແສບ ບໍລິເວນ ອະໄວຍະວະເພດ; ຂະຫຍາຍໃຫ່ຍຂຶ້ນ ຢ່າງໄວວາ ແລະ ມີໜອງ, ມີອາການປວດ ຮຸນແຮງ. ເມື່ອໜອງແຕກອອກ, ຊຶ່ງສາມາດ ເຮັດໃຫ້ເປັນຮອຍຊ້ຳໃຫ່ຍ.	ກິນຢາຕາມແພດສັ່ງທຸກໆ ແປດ ຫາ ສິບສອງ ຊົ່ວໂມງ ເປັນເວລາຫ້າອາທິດ
ເຊື້ອແບກເຕີລີ	
ແຜຣິມອ່ອນ	

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ເກີດເປັນຫູດ ສີບົວ ຢູ່ບໍລິເວນຂີ້ແຮ້, ຂາໜີບ ແລະ ບໍລິເວນ ອະໄວຍະວະເພດ.	ຜ່າຕັດ
ເຊື້ອຈຸລະໂລກ	
ຕິ່ງ, ຕຸ່ມ	

ອາການ	ການປິ່ນປົວ
ມີອາການຄັນ, ທີ່ສາມາດ ເກີດຂຶ້ນໄດ້ ຢູ່ບໍລິເວນ ອະໄວຍະວະເພດ ແລະ ຕາມຕີນໂຕ; ຕາມຕຸ່ມ ຫຼື ຕາມບ່ອນທີ່ເປັນຜື່ນ.	ທາຄີມບໍລິເວນຕິດເຊື້ອ ຫຼັງຈາກອາບນ້ຳຕາມ ແພດສັ່ງ
ສາເຫດມາຈາກແມງໄມ້ນ້ອຍໆ ແລະ ໂຕໄຮ	
ເຫົາຂະໂມມ ແລະ ຂີ້ທຶດ	

ຮູບ 4: 3 ສາເຫດຂອງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ທີ່ເກີດຈາກເຊື້ອແບັກເຕີລີ

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ທີ່ເກີດຈາກເຊື້ອແບກເຕີລີ ສາມາດປິ່ນປົວໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້ແຕ່ຕ້ອງປິ່ນປົວໃຫ້ຖືກວິທີ ແລະ ຖືກຕ້ອງກັບຊະນິດຂອງເຊື້ອ.

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ທີ່ເກີດຈາກແມງໄມ້

ແມງໄມ້ເຫຼົ່ານີ້ ຈະມີລັກສະນະນ້ອຍຫຼາຍ ມີຊີວິດໂດຍການດູດກິນເລືອດຂອງເຮົາ ແລະ ສາມາດຕິດເຊື້ອຈາກແມງໄມ້ເຫຼົ່ານີ້ໄດ້ ໂດຍການສຳພັດກັບຜິວຂອງຄົນທີ່ມີແມງໄມ້ເຫຼົ່ານີ້ຢູ່.

ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ທີ່ເກີດຈາກເຊື້ອຈຸລະໂລກ

ເຊື້ອຈຸລະໂລກຈະເຂົ້າໄປທຳລາຍຈຸລັງເມັດເລືອດຂາວ ໃນຮ່າງກາຍຂອງເຮົາ ເພື່ອເພີ່ມຈຳນວນໂຕຂອງມັນເອງ ເມື່ອເຊື້ອມີຈຳນວນເພີ່ມຫຼາຍຂຶ້ນ ກໍ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາເຈັບປ່ວຍໃນທີ່ສຸດ.

ກິດຈະກຳທີ 8 ລະເບີດເວລາຖົງຢາງອະນາໄມ

ຈຸດປະສົງ:
1. ເພື່ອທົບທວນຂໍ້ມູນ ກ່ຽວກັບຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ສຳຫຼວດທັດສະນະຄະຕິຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳກ່ຽວກັບເລື່ອງຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ເຊື້ອເຮສໄອວີ.
2. ເພື່ອເປີດໂອກາດ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ທີ່ບໍ່ເຄີຍຈັບຖົງຢາງອະນາໄມໄດ້ຈັບຖົງຢາງອະນາໄມ

ເວລາ: 25-30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່

ອຸປະກອນ:
- ຄຳເວົ້າທີ່ວ່າຖືກ-ບໍ່ຖືກ ກ່ຽວກັບຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ເຊື້ອເຮສໄອວີ.
- ຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ອະໄວຍະວະເພດຊາຍປອມ ຫຼື ອຸປະກອນແທນອະໄວຍະວະເພດຊາຍສຳລັບ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ທຸກຄົນ.
- ເຈ້ຍເຊັດມື
- ເພງແລະເຄື່ອງເປີດເພງ
- ນ້ຳມັນເບບີ້ອອຍ (ສຳລັບເອົາໄວ້ທົດສອບ)
- ນ້ຳຫລໍ່ລື່ນ (Water-basedlubricant) ຍີ່ຫໍ່ໃດກໍ່ໄດ້

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:
1. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ທຸກຄົນຂຽນເລື່ອງ ກ່ຽວກັບຖົງຢາງອະນາໄມ ວ່າເຄີຍໄດ້ຍິນຫຍັງມາແດ່ ຫຼື ຢາກຮູ້ຫຍັງແດ່ກ່ຽວກັບ ຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ລວບລວມໄວ້ສຳລັບອະທິບາຍ ຫຼື ຕອບໃຫ້ຕອນທ້າຍກິດຈະກຳ ໂດຍສະເພາະຄຳຖາມ ທີ່ແຕກຕ່າງຈາກທີ່ກຽມໄວ້ໃນກິດຈະກຳ.
2. ຂໍອາສາສະມັກມາຢືນໜ້າຫ້ອງ (ຈຳນວນອາສາສະມັກແມ່ນແລ້ວແຕ່ຈຳນວນຂອງຄຳເວົ້າທີ່ກຽມໄວ້ໃຊ້ໃນກິດຈະກຳນີ້) ແຈກຢາຍຖົງຢາງອະນາໄມ ໃຫ້ອາສາສະມັກຄົນ ລະອັນພ້ອມກັບບັດທີ່ມີຄຳເວົ້າ ທີ່ມ້ວນຄຳເວົ້າໄວ້ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເຫັນຄຳເວົ້ານັ້ນກ່ອນ.
3. ໃຫ້ອາສາສະມັກພັບບັດ ທີ່ມີຄຳເວົ້າໃສ່ລົງໃນຖົງຢາງອະນາໄມ.
4. ໃຫ້ອາສາສະມັກເປົ່າ ຖົງຢາງອະນາໄມ ເປັນປູ່ມເປົ້າ ແລະ ມັດປາກຖົງຢາງອະນາໄມໄວ້ແລ້ວຍື່ນໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ.
5. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ທຸກຄົນຢືນຫຼືນັ່ງເປັນວົງມົນ
6. ຜູ້ນຳກິດຈະກຳເອົາປູ່ມເປົ້າຖົງຢາງ ອັນໜຶ່ງ ຫຼື ສອງອັນ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳແລ້ວເປີດເພງ ມ່ວນໆ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຍື່ນປູ່ມເປົ້າຈາກຄົນໜຶ່ງໄປຫາອີກຄົນໜຶ່ງ ຕໍ່ໆກັນໄປໃນເວລາເປີດເພງ.
7. ເມື່ອເພງຈົບລົງ ຫຼື ຢຸດເພງຫມາກປູ່ມເປົ້າ ຢູ່ກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ

ຄົນໃດຄົນນັ້ນ ຈະຕ້ອງນັ່ງທັບປູ່ມເປົ້າ ເພື່ອໃຫ້ປູ່ມເປົ້າຖົງຢາງອະນາໄມແຕກ.

8. ແລ້ວໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ຄົນນັ້ນເອົາບັດ ທີ່ມີຄໍາເວົ້າທີ່ຢູ່ໃນປູ່ມເປົ້າ ມາອ່ານໃຫ້ທຸກຄົນຟັງ ແລະ ບອກວ່າຄໍາເວົ້ານັ້ນ ຖືກຫຼືຜິດພ້ອມກັບໃຫ້ເຫດຜົນວ່າຖືກຍ້ອນຫຍັງ ແລະ ຜິດຍ້ອນຫຍັງ ?.
9. ຊັກຊວນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ຄົນອື່ນໆ ໃນການສົນທະນາ ແລະ ໃຫ້ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ ແລະ ແກ້ໄຂຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດ.
10. ເຮັດຂັ້ນຕອນກິດຈະກໍາ ຊໍ້າຄືນຈົນປູ່ມເປົ້າແຕກໝົດ ເພື່ອຕອບຄໍາຖາມທຸກຄໍາຖາມທີ່ກຽມໄວ້.
11. ສະຫຼຸບ ແລະ ສົນທະນາ.

ຕົວຢ່າງຄໍາເວົ້າທີ່ຖືກຫຼືຜິດພ້ອມຄໍາຕອບ:

1. **ການໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ 2 ຊັ້ນ ຈະຊ່ວຍໃຫ້ປອດໄພຫຼາຍຂຶ້ນແມ່ນບໍ່?** (ບໍ່ຖືກເພາະການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ສອງຊັ້ນເຮັດໃຫ້ເນື້ອຂອງຖົງຢາງມີການສຽດສີ ກັນຫຼາຍຂຶ້ນ ອາດເຮັດໃຫ້ຖົງຢາງແຕກໄດ້ງ່າຍ ດັ່ງນັ້ນການໃສ່ຖົງຢາງພຽງຊັ້ນດຽວ ຢ່າງຖືກຕ້ອງກໍ່ພຽງພໍ ຕໍ່ການປ້ອງກັນພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ ແລະ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນຂະນະດຽວກັນການໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມຊັ້ນດຽວ ຈະເຮັດໃຫ້ບໍ່ຮູ້ສຶກອຶດອັດ ແລະ ບໍ່ສິ້ນເປືອງເງິນ ດັ່ງນັ້ນ ຄວນໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ພຽງຊັ້ນດຽວແຕ່ໃຊ້ທຸກເທື່ອ ທີ່ມີເພດສໍາພັນ ກັບຄູ່ນອນທຸກຄົນພຽງ ເທົ່ານີ້ກໍສາມາດ ມີເພດສໍາພັນໄດ້ຢ່າງປອດໄພ).
2. **ຜູ້ຊາຍຄວນເປັນຜູ້ຮັບຜິດຊອບ ເລື່ອງການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ແມ່ນບໍ່?** (ບໍ່ຖືກເພາະການມີເພດສໍາພັນ ເປັນເລື່ອງຂອງຄົນ ສອງຄົນ ເພາະສະນັ້ນທັງຜູ້ຍິງ ແລະ ຜູ້ຊາຍທີ່ຕັດສິນໃຈ ຈະມີເພດສໍາພັນ ກັນຄວນຕ້ອງຮັບຜິດຊອບ ຮ່ວມກັນຫາກບໍ່ຢາກໃຫ້ມີຜົນກະທົບໃດໆ ຕາມມາການຕັດສິນໃຈ ເລືອກວິທີການ ມີເພດສໍາພັນ ທີ່ປອດໄພຄວນຄໍານຶງເຖິງທັງເລື່ອງການປ້ອງກັນການຖືພາ ແລະ ປ້ອງກັນພະຍາດນໍາຊຶ່ງ "ຖົງຢາງອະນາໄມ" ເປັນອຸປະກອນຢ່າງດຽວ ທີ່ສາມາດປ້ອງກັນທັງການຖືພາ ແລະ ປ້ອງກັນທັງການຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສໍາພັນ ຮວມທັງພະຍາດເອດນໍາ.)
3. **ຫາກຕ້ອງການໃຫ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ມີການຫລໍ່ລື່ນຫຼາຍຂຶ້ນ ສາມາດໃຊ້ໂລຊັ່ນເພີ່ມການຫລໍ່ລື່ນໄດ້ແມ່ນບໍ່?** (ບໍ່ຖືກເພາະຖົງຢາງອະນາໄມຈະແຕກໄດ້ງ່າຍ ຫາກຖືກກັບສານປະສົມ ຂອງນໍ້າມັນ ຫຼື ໂລຊັ່ນຕ່າງໆເຊັ່ນ: ໂລຊັ່ນທາຜົມ ໂລຊັ່ນທາຜິວ ເປັນຕົ້ນຍ້ອນວ່າ ໃນຖົງຢາງອະນາໄມຈະມີສານຫລໍ່ລື່ນ ຊຶ່ງເປັນສານທີ່ມີສ່ວນປະສົມ ຂອງນໍ້າທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ການຫລໍ່ລື່ນຢູ່ແລ້ວ ຫາກຮູ້ສຶກວ່າຍັງຫລໍ່ລື່ນ ບໍ່ພໍໃຫ້ໃຊ້ສານຫລໍ່ລື່ນທີ່ມີສ່ວນປະສົມເປັນນໍ້າເຊັ່ນເຄວາຍ ຫຼື ດູໂອ ຫຼື ປ່ຽນຖົງຢາງອະນາໄມອັນໃໝ່ເລີຍກໍ່ໄດ້.)

4. **"ຮັກດຽວໃຈດຽວ" ເປັນວິທີທີ່ໝັ້ນໃຈໄດ້ວ່າ ຈະປອດໄພຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ບໍ່?** (ບໍ່ຖືກເພາະພຶດຕິກຳ ສ່ຽງທີ່ເປັນສາຍເຫດ ຂອງການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຄືການມີເພດສຳພັນ ກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໂດຍບໍ່ປ້ອງກັນຊຶ່ງບໍ່ສາມາດຮູ້ໄດ້ ຈາກການເບິ່ງພຽງພາບ ພາຍນອກວ່າໃຜຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແດ່, ດັ່ງນັ້ນ ການຮັກດຽວໃຈດຽວ ແລະ ການປອດໄພຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈຶ່ງຂຶ້ນຢູ່ກັບປະຫວັດ ພຶດຕິກຳທາງເພດສຳພັນ ຂອງແຕ່ລະຄົນຫາກຝ່າຍໃດຝ່າຍໜຶ່ງ ເຄີຍມີ ຫຼື ຍັງມີເພດສຳພັນ ທີ່ບໍ່ປອດໄພ ແລະ ບໍ່ໄດ້ມີການປ້ອງກັນ ຫຼື ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ຢ່າງສະໝ່ຳສະເໝີກັບຄູ່ທີ່ບໍ່ແມ່ນສາມີພັນລະຍາ, ແຟນຄົນປະຈຸບັນ ກໍ່ມີໂອກາດສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄດ້ເຊັ່ນກັນ.)

5. **ຫາກຄູ່ນອນຂອງເຮົາ ນຳຜົນກວດເລືອດ ຊອກຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ມາໃຫ້ເບິ່ງວ່າ ເປັນຜົນລົບ (ໝາຍຄວາມວ່າບໍ່ມີ ເຊື້ອເອດໄອວີ) ກໍ່ບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ຫາກມີເພດສຳພັນ ກັນເທື່ອຕໍ່ໆໄປ ແມ່ນບໍ່?** (ບໍ່ຖືກເພາະຜົນກວດເລືອດ ຂອງຄູ່ນອນທີ່ເອົາມາໃຫ້ເບິ່ງນັ້ນ ເປັນຜົນກວດ ໃນອາດີດສາມເດືອນຜ່ານມາແລ້ວ ບໍ່ແມ່ນຜົນກວດເລືອດຂອງພຶດຕິກຳ ສ່ຽງຫຼັງຈາກ 3 ເດືອນທີ່ຜ່ານມາ ຮວມທັງຜົນຂອງປະຈຸບັນ ແລະ ອະນາຄົດ ດັ່ງນັ້ນ ຫາກໃນຊ່ວງສາມເດືອນ ທີ່ຜ່ານມາຄູ່ຂອງເຮົາໄປມີເພດສຳພັນ ແບບບໍ່ໄດ້ປ້ອງກັນ ກໍອາດຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາມີໂອກາດສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄດ້ເຊັ່ນກັນ ອີກອັນໜຶ່ງຜົນກວດເລືອດ ເປັນລົບອາດຈະໝາຍເຖິງ ມີເຊື້ອ ແຕ່ຍັງກວດບໍ່ພົບ ເພາະເຊື້ອເຮສໄອວີ ຍັງຢູ່ໃນໄລຍະປ່ອງຢ້ຽມ (ໄລຍະ 3 ເດືອນ) ດັ່ງນັ້ນ ຫາກຕ້ອງການຄວາມໝັ້ນໃຈຄວນທຳຄວາມເຂົ້າໃຈ ເລື່ອງຄວາມໝາຍຂອງການ ກວດເລືອດ ເພື່ອຊອກຫາ ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ຄວາມໝາຍຂອງຜົນກວດເລືອດ ແລະ ຄວນວາງແຜນຮ່ວມກັນວ່າ ຈະໃຊ້ຊີວິດທາງເພດນຳກັນແນວໃດ ໃຫ້ປອດໄພຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຊັ່ນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທຸກຄັ້ງ ທີ່ມີເພດສຳພັນ ກັບຄູ່ນອນທຸກຄົນ ທີ່ບໍ່ແມ່ນສາມີພັນລະຍາ ເປັນຕົ້ນ..

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:
ຂໍ້ແນະນຳສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

- ພວກເຮົາ ເຄີຍໄດ້ຈັບຖົງຢາງອະນາໄມ ມາກ່ອນຫຼືບໍ່ ຫາກບໍ່ ເຄີຍຮູ້ສຶກແນວໃດ ເວລາທີ່ຈັບຖົງຢາງອະນາໄມ ໃນກິດຈະກຳນີ້?
- ຖົງຢາງອະນາໄມ ມີວິທີໃຊ້ແນວໃດ ແລະ ມີປະໂຫຍດຫຍັງແດ່?
- ຖ້າເຮົາຕ້ອງເລືອກລະຫວ່າງ ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ກັບການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ລວມເຖິງຜົນກະທົບ ທີ່ນຳມາຈາກພະຍາດ ເອດ ພວກເຮົາຄິດວ່າ ຈະໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເມື່ອມີເພດສຳພັນຫຼືບໍ່?
- ຖ້າເຮົາຈະໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເມື່ອມີເພດສຳພັນ ນັ້ນເຮົາຈະໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມກັບໃຜແດ່ເພາະຫຍັງ ຈຶ່ງໃຊ້ກັບຄົນນັ້ນ?
- ຕອບຄຳຖາມ ທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຖາມຕອນເລີ່ມກິດຈະກຳ.

- ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຄວນຍ້ຳເຖິງຜົນປະໂຫຍດ ຂອງການໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມວ່າສາມາດປ້ອງກັນ ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ແລະ ການຖືພາໄດ້.
- ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ທຸກຄົນທົດລອງໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ຢ່າງຖືກຕ້ອງຫຼັງຈາກການສາທິດ ພ້ອມທັງອະທິບາຍວ່າ ນ້ຳມັນ ແລະ ໂລຊັ່ນສາມາດເຮັດໃຫ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ແຕກໄດ້ໄວຂຶ້ນ.

ຄຳຖາມຈາກກຸ່ມຊາຍທີ່ເຂົ້າຮ່ວມການທົດສອບຫຼັກສູດຝຶກອົບຮົມ

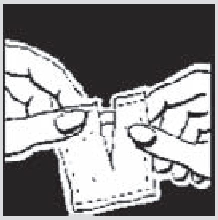
ຜູ້ດຳເນີນກິດຈະກຳ ອາດສົນທະນາຕາມຄຳຖາມເລົ່ານີ້:

1. ຜູ້ຊາຍທີ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມເປັນປະຈຳ ຈະເຮັດໃຫ້ກາຍເປັນກະເທີຍແມ່ນບໍ່? (ຄຳຕອບ-ບໍ່ເປັນຄວາມຈິງ).
2. ເມື່ອຜູ້ຊາຍທີ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມເປັນປະຈຳ ໃນເວລາມີເພດສຳພັນກັບຜູ້ຍິງ, ກໍລະນີນີ້ ຜູ້ຍິງບໍ່ໄດ້ຮັບນ້ຳເຊື້ອຈາກຜູ້ຊາຍ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຜູ້ຍິງບໍ່ມີຄວາມສຸກແມ່ນບໍ່? (ຄຳຕອບ-ບໍ່ເປັນຄວາມຈິງ).

ຫ້ອງທີ 3: ວິທີການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ທີ່ຖືກຕ້ອງ

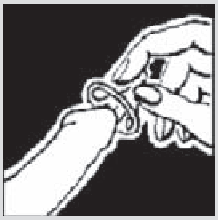
ຄວນເກັບຮັກສາຖົງຢາງອະນາໄມ ໄວ້ໃນບ່ອນທີ່ບໍ່ຖືກແສງແດດ

ຢ່າໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ໝົດອາຍຸ, ໃຊ້ຖົງຢາງ ອະນາໄມ ທີ່ຍັງໃໝ່ຢູ່ ດ້ວຍ ການເບິ່ງວັນເດືອນ ປີ ທີ່ໝົດອາຍຸທີ່ ຂຽນໄວ້ຢູ່ ຂ້າງ ກັບຫຼືຊອງ.



ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າ ມີແສງ ສະຫວ່າງ ພຽງພໍ ໃນ ເວລາທ່ານເປີດ ຊອງຖົງຢາງອະນາໄມ ເພື່ອຈະໄດ້ເບິ່ງເຫັນ ຊອງຖົງຢາງ ແລະ ຈີກຊອງໃຫ້ຖືກຕ້ອງ.

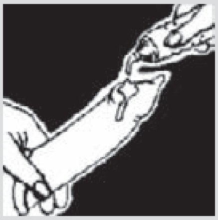
ເວລາທີ່ເໝາະສົມ ໃນການໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ຄືຂະນະທີ່ອະໄວຍະວະເພດ ແຂງໂຕເຕັມທີ່ ແລະ ຕ້ອງໃສ່ກ່ອນທີ່ອະໄວຍະວະເພດຊາຍ ຈະມາສຳພັດກັບອະໄວຍະວະເພດຍິງ ຫຼື ປາກ ຂອງຄູ່ນອນ.



ກ່ອນຈະໃສ່ ບີບປາຍ ຖົງຢາງອະນາໄມ ດ້ວຍ ນິ້ວໂປ້ກັບນິ້ວຊີ້ ຫຼື ດ້ວຍ ປາກ ເພື່ອໄລ່ລົມອອກ ກ່ອນທີ່ຈະສຸບຖົງຢາງ ອະນາໄມ ການໄລ່ລົມ ແມ່ນຈະເຮັດໃຫ້ມີບ່ອນ ວ່າງເພື່ອສຳລັບ ນ້ຳອະສຸຈິ.

ໃຊ້ມືອີກເບື້ອງໜຶ່ງຮູດ ຖົງຢາງອະນາໄມລົງ ໄປຈົນຈຳກົກ ຂອງອະ ໄວຍະວະ ເພດຊາຍທີ່ ແຂງໂຕຢູ່ກວດ ເບິ່ງວ່າ ໄດ້ຮູດຖົງຢາງອະນາໄມ ລົງໄປຈົນສຸດກົກ ແລະ ລະວັງຢ່າໃຫ້ເລັບ ຫຼື ເຄື່ອງປະດັບ ຖືກຖົງ ຢາງອະນາໄມຈີກຂາດ.

(ຕ້ອງແນ່ໃຈວ່າ ໄດ້ຮູດໜັງຫຸ້ມປາຍລົງກ່ອນ ທີ່ຈະສຸບຖົງຢາງອະນາໄມ ໃຫ້ກັບຜູ້ຊາຍທີ່ຍັງບໍ່ ໄດ້ຕັດໜັງອະໄວຍະວະເພດ)



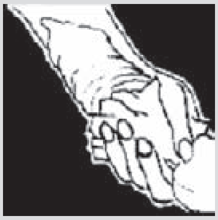
ທານ້ຳຫລໍ່ລື່ນໃສ່ດ້ານ ນອກຂອງຖົງ ຢາງອະນາໄມພ້ອມ ທັງກວດເບິ່ງວ່າມີນ້ຳ ຫລໍ່ລື່ນ ພຽງພໍ ໃນຊ່ອງຄອດກ່ອນ ຈະຮ່ວມເພດ

ຖ້າຢອດນ້ຳຫລໍ່ລື່ນ ລົງໃສ່ໃນປາຍ ຖົງຢາງ ອະນາໄມ ກ່ອນທີ່ຈະສຸບ ຖົງຢາງອະນາໄມ ຈະເຮັດໃຫ້ ອະໄວຍະວະ ເພດຊາຍແຂງ ໂຕໄວຂຶ້ນ.

ຖ້າມີສານຫລໍ່ລື່ນ ບໍ່ຫຼາຍພໍຈະເຮັດໃຫ້ ຖົງຢາງອະນາໄມ ຈີກຂາດ ຫຼື ຫຼຸດອອກໄດ້ ຫຼື ອາດຈະເຮັດໃຫ້ຊ່ອງຄອດ ເປັນແຜເພາະການສຽດສີ.

ຂໍ້ຄວນຈື່: ຄວນໃຊ້ນ້ຳຫລໍ່ລື່ນ ທີ່ມີສ່ວນປະສົມເປັນນ້ຳເທົ່ານັ້ນ ເຊັ່ນເຄວາຍ (KY) ຫຼື ດູໂອ (DUO) ຫ້າມໃຊ້ນ້ຳມັນວາດສະລິນໂລຊັ່ນ ເຊັ່ນນີເວຍ ຫຼື ໂລຊັ່ນສຳລັບເດັກນ້ອຍ ຮວມທັງນ້ຳມັນນວດໂຕກັບຖົງຢາງອະນາໄມ ເພາະນ້ຳມັນ ທີ່ເປັນສ່ວນປະສົມ ໃນວາດສະລິນ ແລະ ໂລຊັ່ນ ຈະທຳລາຍສະພາບ ຂອງຖົງຢາງ ອະນາໄມ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ແຕກໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນ.

ເມື່ອສຳເລັດແລ້ວ ໃຫ້ຈັບຂອບ ຖົງຢາງ ບ່ອນບໍລິເວນ ກົກຂອງ ອະໄວຍະວະເພດ ໄວ້ ເພື່ອກັນບໍ່ໃຫ້ ນ້ຳອະສຸຈິໄຫຼອອກມາ ພ້ອມທັງ ຖອຍໂຕອອກ ຈາກອະໄວຍະວະເພດ ຍິງກ່ອນທີ່ອະໄວ ຍະວະ ເພດຊາຍຈະ ອ່ອນໂຕ.



ໃຊ້ເຈັ້ຍອະນາໄມ ພັນອ້ອມກົກຂອງ ອະໄວຍະວະເພດຊາຍ ກ່ອນແລ້ວຈຶ່ງເລີ່ມຣູດ ຖົງຢາງອະນາໄມຈາກ ສ່ວນກົກລົງມາ ເມື່ອ ຖອດອອກແລ້ວໃຊ້ ເຈັ້ຍອະນາໄມທີ່ຢູ່ມືອີກ ເບື້ອງໜຶ່ງເຊັດອະໄວຍະ ວະເພດຊາຍ.

ເອົາຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ໃຊ້ແລ້ວຖິ້ມລົງຖັງຂີ້ເຫຍື້ອ.

ກິດຈະກຳທີ 9 ຄຸ້ມຄ່າບໍ່?

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ກິດຈະກຳ ໄດ້ມີໂອກາດພິຈາລະນາ ເຖິງຜົນກະທົບທີ່ຈະນຳມາຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຊັ່ນຜົນກະທົບ ເລື່ອງຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ ໄດ້ແກ່ຄ່າຢາຄ່າບໍລິການຮັກສາ ແລະ ລາຍໄດ້ທີ່ຈະໃຊ້ໃນການເບິ່ງແຍງຄອບຄົວ.

ເວລາ: 30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳເປັນຄູ່

ອຸປະກອນ:

- ເຈັ້ຍທີ່ກຳນົດ ເປັນຈຳນວນເງິນໃບລະ 1000 ກີບ 5,000 ກີບ10.000 ກີບ 20.000 ກີບ 50.000 ກີບ ຕາມຄວາມເໝາະສົມ.
- ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ສະກອດຕິດ

ອະທິບາຍ:

1. ແບ່ງກຸ່ມອອກເປັນຄູ່.
2. ອະທິບາຍໃຫ້ຮູ້ວ່າ ແຕ່ລະຄູ່ຈະຕ້ອງມີອາຊີບ ໃຫ້ພວກເຂົາບອກມາວ່າຢາກຫາເງິນຈາກວຽກ ທີ່ຕົນເຮັດນັ້ນໄດ້ຫຼາຍປານໃດ (ຈຳນວນແມ່ນໄດ້ບອກໄວ້ຢູ່ດ້ານລຸ່ມ). ບໍ່ຕ້ອງບອກພວກເຂົາວ່າ ມີອາຊີບຫຍັງແດ່.
3. ພາຍຫຼັງ ທີ່ເລືອກຈຳນວນເງິນເດືອນ ຂອງພວກເຂົາແລ້ວ (ຖ້າຄູ່ທີ່ເລືອກເອົາເງິນເດືອນ ຂັ້ນຕ່ຳມີບໍ່ພໍ, ແມ່ນມອບໝາຍໃຫ້ຄູ່ອື່ນໆ), ໃຫ້ເງິນແກ່ພວກເຂົາຕາມອາຊີບ (ຕາມທີ່ໄດ້ບອກໄວ້ ດ້ານລຸ່ມ) ແລະ ບອກມາສາມອາຊີບ.
   - 2.000.000 ກີບຕໍ່ເດືອນ ສຳລັບສາວບໍລິການ
   - 1.000.000 ກີບຕໍ່ເດືອນ ສຳລັບຜູ້ຈັດການຮ້ານອາຫານ ຫຼືຮ້ານຄ້າ
   - 700.000 ກີບຕໍ່ເດືອນ ສຳລັບລູກຈ້າງລາຍວັນ, ເຊັ່ນວ່າແຮງງານກໍ່ສ້າງ, ແມ່ບ້ານ ແລະ ກຳມະກອນໂຮງງານ
4. ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ວ່າຄິດວ່າເງິນເດືອນພໍໃຊ້ຫຼືບໍ່ ? .
5. ອ່ານຄຳເວົ້າຄວາມບັນລະຍາຍຕໍ່ໄປນີ້ດັງໆ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຟັງ "ສົມມຸດວ່າແຕ່ລະຄົນເຮັດວຽກເມື່ອຍ ເລີຍຫາໂອກາດພັກຜ່ອນ ໃຫ້ເຊົາເມື່ອຍເຊົາຄຽດ ໄປກິນເຫຼົ້າ ຢູ່ຮ້ານອາຫານ ໄດ້ພົບສາວນ້ອຍຖືກໃຈ ແລະໄດ້ມີເພດສຳພັນ ໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ຫຼັງຈາກນັ້ນ ບໍ່ພໍເທົ່າໃດອາທິດກໍ່ຮູ້ສຶກ ບໍ່ສະບາຍ ໄປຫາແພດ ເພື່ອໃຫ້ແພດກວດ ໂດຍແພດສັ່ງໃຫ້ກວດຕາມຮ່າງກາຍ ດ້ານລຸ່ມແຂວຕາມລຳດັບ".
6. ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຈະຕ້ອງເຮັດຕາມຄຳແນະນຳ ຂອງແພດ ແລະຕ້ອງໄປຈ່າຍເງິນທີ່ ແຕ່ລະຄົນໄດ້ຮັບຕາມລາຄາ ທີ່ກຳນົດເຊັ່ນ ຄ່າຢາ ແລະ ຄ່າປິ່ນປົວໃຫ້ປ່ຽນໄປຕາມສະຖານະການຕົວຈິງຂອງແຕ່ທ້ອງຖິ່ນ.

7. ອ່ານຄຳເວົ້າ ຄວາມບັນລະຍາຍ ຕໍ່ໄປນີ້ດັ່ງໆ (ເບິ່ງລາຍການຄ່າໃຊ້ຈ່າຍດ້ານລຸ່ມ):
   - ໃນເທື່ອທຳອິດ ທີ່ໄປກວດນັ້ນແພດ ໃຫ້ກວດເບິ່ງວ່າ ມີການຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສຳພັນ ຊະນິດໃດ ແລະ ຜົນອອກມາວ່າ (ສົມມຸດ) ຕິດໜອງໃນ. (ເຈົ້າສາມາດໃຊ້ ຕົວຢ່າງອື່ນໆໄດ້.) ໂດຍມີຄ່າ ກວດພະຍາດ 50.000 ກີບ, ຄ່າຢາ100.000 ກີບ ແລະ ຄ່າກວດວິເຄາະ 100.000 ກີບ
   - ຫຼັງຈາກຮັກສາພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສຳພັນຮຽບຮ້ອຍແລ້ວ ອາການບໍ່ສະບາຍ ກໍ່ຍັງມີຢູ່ກໍ່ເລີຍໄປພົບແພດອີກເທື່ອໜຶ່ງ ເທື່ອນີ້ແພດແນະນຳ ໃຫ້ກວດຫາການ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ວ່າເຮົາຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຫຼື ບໍ່, ມີຄ່າກວດຫາການຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ 160.000 ກີບ (ປົກກະຕິແລ້ວ ຈະບໍ່ໄດ້ເສັຍເງິນ).
   - ຜົນອອກມາພົບວ່າ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແຕ່ການທີ່ຈະຕ້ອງກິນຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ (ARV) ຫຼື ບໍ່ນັ້ນຂຶ້ນກັບ ລະດັບພູມຄຸ້ມກັນ ຫຼື CD 4 ໃນຮ່າງກາຍ ໂດຍແພດແນະນຳ ໃຫ້ກວດລະດັບ ພູມຄຸ້ມກັນໃນຮ່າງກາຍເປັນ ເງິນ100.000 ກີບ. ແລະ ແພດແນະນຳວ່າຄວນຈະຕ້ອງເລີ່ມກິນຢາຕ້ານ ຈຸລະໂລກແລ້ວ ໂດຍຄ່າຢາ ຕ້ານຈຸລະໂລກ (ຢາ ARV) ສູດທີ1ນັ້ນເປັນເງິນ 350.000 ກີບ ຕໍ່ເດືອນ. (ປົກກະຕິຢາ ARV ຈະບໍ່ມີຂາຍ ໂດຍທົ່ວໄປ ຈະແມ່ນແພດຢູ່ສູນບໍລິການ ARV ເປັນຜູ້ຈ່າຍໃຫ້ປະຈຸບັນ ແມ່ນທາງໂຄງການຊື້ໃຫ້ ແຕ່ຖ້າບໍ່ມີໂຄງການ ທ່ານຈະຕ້ອງໄດ້ຊື້ເອງ ກໍ່ເປັນໄດ້) ເມື່ອທ່ານໄດ້ກິນຢາ ທ່ານຈະຕ້ອງໄດ້ກິນຕະລອດຊີວິດ.
   - ເມື່ອກິນຢາໄດ້ໄລຍະໜຶ່ງແລ້ວ ແພດແນະນຳໃຫ້ກວດ ປະລິມານເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນເລືອດ ເພື່ອພິຈາລະນາວ່າ ເຮົາຄວນປ່ຽນຢາ ຫຼື ບໍ່ ໂດຍຄ່າກວດ ປະລິມານ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນເລືອດຄິດໄລ່ເປັນເງິນ 350.000 ກີບ ຕໍ່ຄັ້ງ ແລະ ຈາກຜົນກວດແພດແນະນຳໃຫ້ເຮົາປ່ຽນຢາ ຕ້ານຈຸລະໂລກ ເປັນສູດທີ2ເປັນເງິນ 520.000 ກີບ ຕໍ່ເດືອນ. (ເນັ້ນໃສ່ຄວາມຈຳເປັນຂອງການແນະນຳຈາກແພດໃນການປ່ຽນຢາ.)
   - ຕໍ່ມາເມື່ອກິນຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ ສູດທີ 2 ໄປໄລຍະໜຶ່ງ ແລ້ວຈະຕ້ອງປ່ຽນໄປກິນ ຢາສູດທີ 3 (ກ່ອນທີ່ຈະໄປລົມກັນເລື່ອງ ລາຄາຂອງຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ ສູດທີ 3 ໃຫ້ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະ ກຳວ່າເງິນໃຜເຫຼືອແດ່ເຫຼືອເທົ່າໃດ?ແລ້ວ ຈຶ່ງບອກລາຄາຢາ ສູດທີ 3 ຊຶ່ງເປັນເງິນ 2.950.000 ກີບ. ທັງນີ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຄິດໃດຈະກິນຢາ ສູດທີ 3 ນີ້ ຫຼື ບໍ່ກໍ່ໄດ້ຂຶ້ນກັບວ່າ ມີເງິນເຫຼືອເທົ່າໃດ).

ຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ*	•	ຄ່າແພດກວດ	50.000 ກີບ
	•	ຄ່າກວດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ	100.000
	•	ຄ່າຮັກສາພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນ ເຊັ່ນໜອງໃນ	100.000 ກີບ
	•	ຄ່າກວດຫາເຊື້ອເຮສໄອວີ	160.000 ກີບ
	•	ຄ່າກວດ CD4	100.000 ກີບ
	•	ຄ່າກວດປະລິມານເຊື້ອເຮສໄອວີໃນເລືອດ	350.000 ກີບ
	•	ຄ່າຢາຈີພີໂອເວຍສູດ 1 (D4T,3TC,Nevirapine)	350.000 ກີບ
	•	ຄ່າຢາຈີພີໂອເວຍສູດ2 (AZT,3TC,ອີດີນາເວຍ+ຣີໂທນາເວຍ)	520.000 ກີບ
	•	ຄ່າຢາໃນກຸ່ມProteaseInhibitorsສູດ3 (Caraxta+3TC)	2.950.000 ກີບ

**ໝາຍເຫດ: ຂໍ້ມູນລາຄາຢານີ້ ແມ່ນຂໍ້ມູນລາຄາຢາ ໃນປະເທດໄທຕອນຕົ້ນປີ 2006 ຄໍານວນມາເປັນເງິນກີບ.*

8. ໃນຕອນທ້າຍ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ທຸກຄົນຈະບໍ່ມີເງິນເຫຼືອ ໃຫ້ບອກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ວ່າທັງໝົດນີ້ເປັນການຈ່າຍເງິນງວດດຽວ ທັງໝົດແຕ່ໃນຊີວິດຈິງຈະຕ້ອງຈ່າຍທຸກໆ ເດືອນເພາະສະນັ້ນ ລອງຄິດວ່າຖ້າເຮົາຈະຕ້ອງຈ່າຍຄ່າຢາຕ້ານຈຸລະໂລກທຸກເດືອນ ເຮົາຈະເປັນແນວໃດ ?.
9. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ຄິດໄລ່ຄ່າໃຊ້ຈ່າຍແຕ່ລະເດືອນ ຕໍ່ໄປນີ້ (ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາຄິດໄລ່ເງິນເອງ):
   - ໃຫ້ທົດລອງຄິດໄລ່ ຄ່າໃຊ້ຈ່າຍກ່ຽວກັບຖົງຢາງ ອະນາໄມຕໍ່ເດືອນ ໂດຍອາດຈະເລືອກຄ່າຖົງຢາງອະນາໄມ ແພງທີ່ສຸດກໍ່ໄດ້. ລົມທຽບຈໍານວນເງິນທີ່ໃຊ້ຈ່າຍ ໄປກັບການຊື້ຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ເງິນທີ່ຕ້ອງຈ່າຍໄປກັບຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ ທຸກໆເດືອນ.
   - ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ຊ່ວຍກັນຄິດໄລ່ວ່າຕົວເອງ ມີລາຍໄດ້ສະເລັ່ຍຕໍ່ເດືອນ ປະມານເດືອນ ລະເທົ່າໃດ ແລະ ມີຄ່າໃຊ້ຈ່າຍຫຍັງແດ່ຕໍ່ເດືອນເຊັ່ນຄ່າເຊົ່າບ້ານ ຄ່າອາຫານຄ່ານໍ້າຄ່າໄຟ ຄ່າໂທລະສັບ ມືຖືຄ່າໄປທ່ຽວສັງຄົມກັບໝູ່ຄູ່ ສົ່ງເງິນໃຫ້ບ້ານ ແລະ ສ່ວນໜຶ່ງເກັບທ້ອນໄວ້.
   - ຫຼັງຈາກນັ້ນ ໃຫ້ລອງເບິ່ງວ່າມີເງິນເຫຼືອເທົ່າໃດ ແລະ ຖ້າເຮົາຕ້ອງຈ່າຍຄ່າຢາ ຕ້ານຈຸລະໂລກ ສູດ 1 ທຸກເດືອນ ຈະເປັນແນວໃດ?
   - ໃຫ້ລອງຄິດໄລ່ເບິ່ງວ່າ ສະຖານະພາບທາງ ການເງິນຈະເປັນແນວໃດຖ້າຕ້ອງຈ່າຍເງິນ ຄ່າຕ້ານຈຸລະໂລກ ສູດ 2 ທຸກເດືອນ?
   - ໃຫ້ລອງຄິດໄລ່ເບິ່ງວ່າ ສະຖານະພາບທາງການເງິນ ຈະເປັນແນວໃດຖ້າຕ້ອງຈ່າຍເງິນຄ່າ ຕ້ານຈຸລະໂລກ ສູດ 3 ທຸກເດືອນ?

- ຈາກນັ້ນ ໃຫ້ທົດລອງຄິດໄລ່ຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ ກ່ຽວກັບຖົງຢາງອະນາໄມ ຕໍ່ເດືອນໂດຍອາດຈະເລືອກຄ່າ ຖົງຢາງອະນາໄມ ແພງທີ່ສຸດກໍ່ໄດ້ເຊັ່ນ 10.000 - 15.000 ກີບຕໍ່ 1 ກັບ 3 ຖົງ. ແລະ ຖ້າມີເພດສຳພັນອາທິດລະ 2 ເທື່ອ ເດືອນໜຶ່ງມີປະມານ 4 ອາທິດ ກໍ່ເປັນ 8 ເທື່ອ ຄິດໄລ່ເປັນຄ່າຖົງຢາງອະນາໄມ ປະມານ 30.000 - 45.000 ກີບ

10. ເມື່ອຄິດເງິນຄ່າ ຖົງຢາງອະນາໄມແລ້ວໆ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເລືອກ ລະຫວ່າງ ການຈ່າຍຄ່າຖົງຢາງອະນາໄມ ກັບຄ່າຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ ເມື່ອຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຕອບແລ້ວ (ສ່ວນໃຫ່ຍຈະຕອບວ່າ ເລືອກຊື້ຖົງຢາງອະນາໄມ) ໃຫ້ຍ້ຳເລື່ອງການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ທຸກເທື່ອທີ່ມີເພດສຳພັນແລະກັບຄູ່ນອນທຸກຄົນ.
11. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ເມື່ອເງິນໝົດແລ້ວ ເຮົາຄິດວ່າສະຖານະການ ຂອງເຮົາຈະເປັນແນວໃດ ແລະ ຖ້າເຮົາມີຄອບຄົວພໍ່ແມ່ ແລະ ລູກຂອງເຮົາຈະເປັນແນວໃດ?
- ຖ້າເຮົາແກ້ໄຂປ່ຽນແປງໄດ້ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເຮົາຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນສະຖານະການຕົວຢ່າງທີ່ເລົ່າໃຫ້ຟັງ ພວກເຮົາຈະເລີ່ມຈາກຈຸດໃດ ແລະ ຈະເຮັດ ແນວໃດ?
- ພວກເຮົາມີຄວາມຫວັງຫຍັງແດ່ ໃນຊີວິດທີ່ເຮົາຄິດວ່າເຮົາຈະເຮັດ (ເຊັ່ນ ທ້ອນເງິນແຕ່ງງານ ມີຄອບຄົວລ້ຽງລູກ ແລະ ພໍ່ແມ່).
- ຖ້າເຮົາຕ້ອງໄດ້ລ້ຽງພໍ່ແມ່ ແລະ ເຮົາເລີ່ມເຈັບປ່ວຍພໍ່ແມ່ຂອງເຮົາຈະເປັນແນວໃດ?
- ຖ້າເຮົາບໍ່ຕ້ອງການ ພົບກັບບັນຫາ ອັນເນື່ອງມາຈາກການຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືເປັນພະຍາດເອດ ແລະ ບໍ່ຕ້ອງການໃຫ້ພໍ່ແມ່ຂອງເຮົາຕ້ອງລຳບາກເນື່ອງຈາກເຮົາເຈັບປ່ວຍ ຍ້ອນພະຍາດເອດພວກເຮົາຄິດວ່າ ເຮົາຈະເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່ຕັ້ງ ແຕ່ມື້ນີ້ເປັນຕົ້ນໄປ. ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນເນັ້ນເລື່ອງການມີເພດສຳພັນ ປອດໄພ ເຊັ່ນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ທຸກເທື່ອທີ່ມີເພດສຳພັນ ແລະ ກັບຄູ່ນອນທຸກຄົນ.)
- ເຖິງແມ່ນວ່າການຕິດພະຍາດຕິດ ຕໍ່ທາງເພດສຳພັນອື່ນໆ ຈະບໍ່ຮຸນແຮງເທົ່າກັບການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແຕ່ການຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສຳພັນຈະມີກະທົບຫຍັງແດ່ ກັບເຮົາຫາກເຮົາຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໃດໜຶ່ງ?

ຂໍ້ສະເໜີສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

- ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຄວນສະເໜີເລື່ອງກ່ຽວຂ້ອງ ກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ພະຍາດເອດໂດຍກົງ ແລະ ຜົນກະທົບທີ່ໄດ້ຮັບນັ້ນ ຄວນສອດຄ່ອງກັບຄວາມເປັນຈິງໃນຊີວິດ ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນຫຼັກເພື່ອທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຈະໄດ້ເຂົ້າໃຈ ແລະ ເຂົ້າເຖິງບັນຫາທີ່ແທ້ຈິງ ແລະ ຮູ້ສຶກເຖິງຜົນກະທົບທີ່ຈະໄດ້ຮັບ ໃກ້ກັບຄວາມເປັນຈິງຫຼາຍຍິ່ງຂຶ້ນ.

- ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ອາດຈະເວົ້າເຖິງຜົນກະທົບ ຂອງການຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໄດ້ ເຖິງແມ່ນວ່າບາງພະຍາດ ຈະບໍ່ຮຸນແຮງ ແຕ່ກໍ່ມີຜົນກະທົບດ້ານສຸຂະພາບ ແລະ ດ້ານລາຍໄດ້ແຕ່ເມື່ອເຮົາຕ້ອງຢຸດເຊົາເຮັດວຽກເພື່ອປິ່ນປົວ ຫຼື ຖ້າມີຂ່າວແຜ່ອອກໄປວ່າ ເຮົາຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ກໍ່ອາດຈະມີຜົນຕໍ່ວຽກງານ ທີ່ເຮັດຢູ່ໄດ້.

ກິດຈະກຳທີ 10 ແຫຼ່ງຖົງຢາງອະນາໄມ ສະຖານທີ່ກວດຫາການຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ແລະ ສະຖານທີ່ໃຫ ບໍລິການກວດ ແລະ ປິ່ນປົວ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໃນຊຸມຊົນ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອຝຶກໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ພິຈາລະນາວ່າ ມີແຫຼ່ງຂອງຖົງຢາງອະນາໄມ ສະຖານທີ່ກວດ ຊອກຫາການຕິດເຊື້ອໂລກເອດ ແລະ ສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການກວດ ແລະ ປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສຳພັນຢູ່ໃສແດ່ໃນທ້ອງຖິ່ນຂອງຕົນເອງ.

ເວລາ: 40 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ

ອຸປະກອນ:

- ເຈ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ກາວຕິດ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ ຕາມທ້ອງຖິ່ນ ຫຼື ຖ້າບໍ່ໄດ້ມາຈາກທ້ອງຖິ່ນດຽວກັນ ກໍໃຫ້ແບ່ງຕາມພື້ນທີ່ກວ້າງຂຶ້ນ.
2. ບອກໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຄິດເຖິງແຫຼ່ງຕ່າງໆ ທີ່ມີຖົງຢາງ ອະນາໄມ (ທັງຂາຍ ແລະ ໃຫ້ລ້າ) ເຊັ່ນສູນຕ້ານເອດ / ພຕພ, ກອງເລຂາ ຕ້ານເອດຂັ້ນແຂວງ, ໂຮງໝໍຂອງລັດຕ່າງໆ ອາສາສະມັກຕ້ານເອດ (ຮ້ານຄ້າຮ້ານຂາຍເຄື່ອງຍ່ອຍ ແລະ ມີນີມາກເກັດ ທີ່ມີຖົງຢາງອະນາໄມໃນທ້ອງຖິ່ນທີ່ຕົນເອງຢູ່ໃຫ້ແຕ້ມເປັນແຜນທີ່ ທີ່ຕັ້ງຂອງສະຖານທີ່ຕ່າງໆນັ້ນ ວ່າມີຢູ່ໃສແດ່ທີ່ເປັນແຫຼ່ງຂອງຖົງຢາງອະນາໄມ, ສະຖານທີ່ກວດຊອກຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການ ແລະ ປິ່ນປົວ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນໃນທ້ອງຖິ່ນ ຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ບໍ່ໄດ້ມາຈາກທ້ອງຖິ່ນດຽວກັນ ແຕ່ມາຈາກທ້ອງຖິ່ນອື່ນເຊັ່ນ: ເມືອງດຽວກັນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຂຽນລາຍຊື່ ຂອງສະຖານທີ່ເຫຼົ່ານີ້ ແທນການແຕ້ມຮູບທີ່ຕັ້ງຈາກນັ້ນ ໃຫ້ອະທິບາຍ ໃນກຸ່ມຍ່ອຍກ່ຽວກັບຄ່າບໍລິການ ແລະ ເວລາເປີດປິດທີ່ເຮົາຈະໄປໃຊ້ບໍລິການໄດ້.
3. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ອອກມານຳສະເໜີພ້ອມກັນແຜນທີ່ ທີ່ຕັ້ງຫຼືລາຍຊື່ສະຖານທີ່ຕ່າງໆ ແລະ ແລກປ່ຽນຂໍ້ມູນກັບກຸ່ມອື່ນ ໂດຍທີ່ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຕ້ອງເພີ່ມເຕີມຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບ ແຫຼ່ງບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບຕ່າງໆ ທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳບໍ່ໄດ້ ເວົ້າເຖິງແຕ່ມີຢູ່ໃນທ້ອງຖິ່ນຫຼືພື້ນທີ່.
4. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສໍາລັບການສົນທະນາ:	• ມີແຫຼ່ງຖົງຢາງອະນາໄມ ສະຖານທີ່ກວດຫາ ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສະຖານທີ່ ໃຫ້ບໍລິການກວດ ແລະ ປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສໍາພັນໃດແດ່ ທີ່ເຮັດໃຫ້ເຮົາໄດ້ມາຮູ້ຈັກຈາກກິດຈະກໍານີ້? • ການໄດ້ຮູ້ແຫຼ່ງຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ສະຖານບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບຕ່າງໆເຫຼົ່ານີ້ ມີປະໂຫຍດແນວໃດກັບເຮົາແດ່? (ເວລາຖາມໃຫ້ຖາມເທື່ອລະປະເດັນ ເຊັ່ນບໍລິການແຕ່ລະດ້ານ.)
ຂໍ້ສະເໜີສໍາລັບຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ:	ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ ຄວນເພີ່ມການບໍລິການ ທີ່ບໍ່ໄດ້ຢູ່ໃນບ່ອນທີ່ຢູ່ອາໄສ ຫຼື ບ່ອນເຮັດວຽກ ຫຼື ບໍລິການທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຍັງບໍ່ຮູ້ ຫຼື ບໍ່ຄຸ້ນເຄີຍ.

ກິດຈະກຳທີ 11 ຈະໄປຊື້ ຫຼື ຂໍຖົງຢາງອະນາໄມ ຫຼື ໄປໃຊ້ບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບເພື່ອກວດຫາການຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ຫຼື ກວດ ແລະ ປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນບໍ່?

ຈຸດປະສົງ:

1. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ຄິດເຖິງອຸປະສັກທີ່ເຮັດໃຫ້ບໍ່ກ້າຫຼືບໍ່ຢາກໄປຮັບການບໍລິການ ທີ່ສະຖານບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບຕ່າງໆ.
2. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຮັບຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບສະຖານບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບທີ່ຕົນເອງ ສະມາດເຂົ້າໄປໃຊ້ບໍລິການໄດ້.

ເວລາ: 40-50 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ (ກຸ່ມດຽວກັບກິດຈະກຳກ່ອນໜ້ານັ້ນ)

ອຸປະກອນ:

- ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ສະກອດຕິດ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ ຄືກັບກິດຈະກຳກ່ອນໜ້ານີ້.
2. ໃຫ້ຊ່ວຍກັນຄິດວິເຄາະ ສະຖານບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບທີ່ໄດ້ສະເໜີໃນກິດຈະກຳກ່ອນໜ້ານີ້ ຕາມຕົວຢ່າງແລະຮູບແບບ ໂດຍການໃຊ້ຕົວຢ່າງຕໍ່ລົງໄປນີ້
3. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ເລືອກສະແດງບົດບາດສົມມຸດສັ້ນໆກ່ຽວກັບສາເຫດທີ່ເຮັດໃຫ້ເຮົາບໍ່ກ້າໄປໃຊ້ ບໍລິການໃນສະຖານບໍລິການນັ້ນໆ (ກຸ່ມລະ 1 ສະຖານະການ) (ເຊັ່ນຮູ້ສຶກອາຍ ທີ່ຈະໄປຂໍຖົງຢາງອະນາໄມລ້າໆ ຈາກ ນາງພະຍາບານ).
4. ຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ບໍ່ກ້າສະແດງບົດບາດ ສົມມຸດໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມສົ່ງຕົວແທນອອກມາສະເໜີຜົນ ການອະທິບາຍໃນກຸ່ມຍ່ອຍຂອງຕົນແທນ.
5. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຕາຕະລາງ 7 : ເຫດຜົນສຳລັບການເຂົ້າເຖິງຜູ້ໃຫ້ບໍລິການດ້ານສາທາລະນະສຸກ

ສະຖານບໍລິການ	ບໍລິການ	ຈະໄປໃຊ້ບໍລິການ	ບໍ່ໄປໃຊ້ບໍລິການ	ຍ້ອນຫຍັງ (ເຫດຜົນ)
ສຸກສາລາ	ໄດ້ຖົງຢາງອະນາໄມລ້າ		✓	ອາຍ, ຜູ້ໃຫ້ບໍລິການ ກວດສຸຂະພາບ ອາດເບິ່ງຕົນເອງ ໃນແງ່ບໍ່ດີ.
ໂຮງໝໍຂອງລັດ	ໄດ້ຮັບຖົງຢາງອະນາໄມລ້າ ກວດກາ ແລະ ຮັກສາພະຍາດ ຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ	✓		ອາຍ, ແລະ ບໍ່ຕ້ອງການຕອບຄຳຖາມ ວ່າຕິດພະຍາດ ພຕພ ໄດ້ແນວໃດ).

ຈຸດສຳລັບການອະທິບາຍ:

- ແຫຼ່ງຖົງຢາງອະນາໄມໃດແດ່ ທີ່ພວກເຮົາບໍ່ກ້າໄປຂໍຫຼືຊື້ຖົງຢາງອະນາໄມ ຍ້ອນຫຍັງ?
- ສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການ ກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຢູ່ໃສແດ່ທີ່ພວກເຮົາບໍ່ໄປໃຊ້ບໍລິການ ຍ້ອນຫຍັງຈຶ່ງບໍ່ໄປ?
- ສະຖານທີ່ໃຫ້ບໍລິການກວດ ແລະ ປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ ທາງເພດສຳພັນ ຢູ່ໃສແດ່ ທີ່ພວກເຮົາບໍ່ໄດ້ໄປໃຊ້ບໍລິການ ຍ້ອນຫຍັງຈຶ່ງບໍ່ໄດ້ໄປ?
- ຖ້າເຮົາບໍ່ສາມາດເຂົ້າໄປຊື້ ຫຼື ຂໍຖົງຢາງອະນາໄມ ຈະສົ່ງຜົນຫຍັງແດ່ກັບໂຕເຮົາ ແລະ ເຮົາຈະເຮັດຫຍັງແດ່ ເພື່ອຈະມີຖົງຢາງອະນາໄມ ໄວ້ປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກເຊື້ອເຮສໄອວີ?
- ຖ້າເຮົາບໍ່ໄດ້ໄປກວດຫາ ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຖິງວ່າຈະເຄີຍມີພຶດຕິກຳສ່ຽງ ຈະສົ່ງຜົນຫຍັງກັບໂຕເຮົາ?
- ຖ້າເຮົາບໍ່ໄປກວດ ແລະ ປິ່ນປົວພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ເມື່ອເຮົາສົງໃສ ຫຼື ເມື່ອຕິດພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ຈະສົ່ງຜົນຫຍັງແດ່ກັບໂຕເຮົາ?
- ຖ້າຄລີນິກທີ່ເຮົາລົ້ງເຄີຍ ບໍ່ມີບໍລິການກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືບໍ່ມີບໍລິການປິ່ນປົວ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ ເຮົາຈະເຮັດແນວໃດ ຫຼື ເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່ (ເຊັ່ນຂໍໃຫ້ພະນັກງານ ທີ່ເຮັດວຽກກັບແຮງງານນຳສົ່ງໄປບ່ອນຮັບບໍລິການ ຫຼື ໃຫ້ແພດ ສົ່ງຕໍ່ໄປຫາ ໜ່ວຍບໍລິການດ້ານສຸຂະພາບໃນເຄືອຂ່າຍເປັນຕົ້ນ ?

- ພວກເຮົາຄິດວ່າການກວດຫາການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຕ່າງຈາກການກວດສຸຂະພາບທົ່ວໄປ ຫຼື ການກວດສຸຂະພາບ ປະຈຳປີຕອນ ທີ່ເຮົາໄປຕໍ່ອາຍຸໃບອະນຸຍາດແຮງງານແນວໃດ?

ຂໍ້ສະເໜີສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ: ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຄວນເວົ້າຄືນການບໍລິການ ທີ່ບໍ່ມີໃນບ່ອນທີ່ເຂົາອາໃສຢູ່ ຫຼື ບ່ອນທີ່ເຮັດວຽກ ຫຼື ການບໍລິການທີ່ຢູ່ໃນບ່ອນເຮັດວຽກ ທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມບໍ່ຮູ້ຫຼືບໍ່ຄຸ້ນເຄີຍ.

ພາກທີ 3

ເຊື້ອເຮສໄອວີ / ພະຍາດເອດ ແລະ ທັດສະນະຄະຕິ

ທັງສອງກິດຈະກຳ ໃນພາກນີ້ມີຈຸດປະສົງ ເພື່ອຊຸກຍູ້ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມໄດ້ເບິ່ງຜົນໃນແງ່ບວກ ແລະ ແງ່ລົບຂອງການບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມໄດ້ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບຜົນກະທົບ ຈາກການນຳໃຊ້ຢາເສບຕິດ ແລະ ດື່ມເຄື່ອງມຶນເມົາ ແລະ ພຶດຕິກຳສ່ຽງທາງເພດສຳພັນ.

ສຳລັບກິດຈະກຳທີ 1: ໃຫ້ໃຊ້ຕອນທີ 3 ໃນຂະນະທີ່ນຸນໄດ້ບອກວ່າ ລາວໄດ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈາກສາມີຊຶ່ງສາມີຂອງລາວ ບໍ່ມັກໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ຍ້ອນເຊື່ອວ່າມັນເປັນການເສຍເວລາ ແລະ ສິ້ນເປືອງເງິນຄຳ. ຜູ້ນຳພາກິດຈະກຳຄວນຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມວ່າ ມີເຫດຜົນຫຍັງຄືນ ຈຶ່ງບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມຕາມທີ່ ເຄີຍໄດ້ຍິນມາ. ຕໍ່ຈາກນັ້ນຜູ້ນຳພາກິດຈະກຳ ສາມາດເວົ້າຕື່ມອີກວ່າ “ພວກ ເຮົາກຳລັງຈະເບິ່ງຜົນບວກ ແລະ ລົບ ຂອງການບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມລວມທັງຜົນທີ່ຕາມມາ”.

ສຳລັບກິດຈະກຳທີ່ 2: ໃຫ້ໃຊ້ຕອນທີ 5 ໃນຂະນະທີ່ຕົ້ນ ແລະ ຈ່ອຍກຳລັງລໍຖ້ານາຍຊ່າງມາແປງລົດໃຫ້ຢູ່ນັ້ນ, ຕົ້ນໄດ້ມີອາການເມົາພາຍຫຼັງດື່ມເບຍ ແລະໄດ້ມີເພດສຳພັນ ໂດຍທີ່ບໍ່ໄດ້ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ກັບນາງພອຍ. ຜູ້ດຳເນີນກິດຈະກຳອາດຈະໃຊ້ເລື່ອງລາວ ເພື່ອແນະນຳກິດຈະກຳເກມຫມາກຂ່າງ “ເປັນຫຍັງຕົ້ນຈຶ່ງບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງ? ມີຜົນກະທົບໃດບໍ່? ຂອງເຫຼົ້າກ່ຽວກັບການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ທີ່ເຈົ້າເຄີຍໄດ້ຍິນ? ພວກເຮົາຈະມາສົນທະນາ ແລະ ຍົກຕົວຢ່າງກ່ຽວກັບການດື່ມເຫຼົ້າ ທີ່ມີຜົນຕໍ່ກັບການໃຊ້ ຖົງຢາງອະນາໄມ”.

ກິດຈະກຳທີ 1 ເຫດຜົນທີ່ໃຊ້ຫຼືບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ

ຈຸດປະສົງ:

1. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ວິເຄາະຜົນທີ່ຕາມມາ ຈາກການບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເມື່ອມີເພດສຳພັນ ທັງທາງບວກ ແລະ ທາງລົບ.
2. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ທຳຄວາມເຂົ້າໃຈ ໃນການນັບໄລຍະປອງຢຸ້ມ (ໄລຍະ 3 ເດືອນ)

ເວລາ: 45 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ ໂດຍແບ່ງກຸ່ມໃຫ້ເປັນເພດດຽວກັນ.

ອຸປະກອນ:

- ບັດຄຳພ້ອມຄຳເວົ້າກ່ຽວກັບທັດສະນະຄະຕິ ຕໍ່ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ
- ບັດຄຳເປົ່າ(ບັດທີ່ຍັງບໍ່ໄດ້ຂີດຂຽນຫຍັງໃສ່)
- ສະກອດຕິດ
- ກະດານຂາວ
- ບິກເຟີດ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ ໂດຍແບ່ງກຸ່ມຕາມເພດໃຫ້ສະມາຊິກແຕ່ລະກຸ່ມ ປະກອບດ້ວຍຜູ້ຊາຍຫຼືຜູ້ຍິງລ້ວນ.
2. ແຈກຢາຍບັດຄຳ ທີ່ກຽມໄວໃຫ້ກຸ່ມຍ່ອຍແຕ່ລະກຸ່ມຍ່ອຍ ໂດຍໃນການແຈກນັ້ນ ຖ້າຈະປະຫຍັດເວລາໃຫ້ແບ່ງບັດຄຳເປັນຊຸດໆ ເຊັ່ນຖ້າມີ 4 ກຸ່ມ ໃຫ້ແບ່ງເປັນບັດຄຳຈຳນວນ 14 ໃບ ເປັນກຸ່ມລະ 3 ໃບ 2 ກຸ່ມ ແລະ ອີກ 2 ກຸ່ມຈະໄດ້ 4 ໃບ.
3. ແຈກບັດຄຳເປົ່າສຳລັບໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ຂຽນເຫດຜົນຂອງການບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ທີ່ບໍ່ໄດ້ຢູ່ໃນບັດຄຳເພີ່ມເຕີມ ໂດຍຈຳນວນບັດຄຳເປົ່າທີ່ຈະແຈກຢາຍໃຫ້ນັ້ນຂຶ້ນກັບເຫດຜົນທີ່ແຕ່ລະກຸ່ມ ຈະຕື່ມ)ໃຫ້ຕື່ມໜຶ່ງເຫດຜົນຕໍ່ໜຶ່ງບັດ).
4. ຫຼັງຈາກແຈກຢາຍບັດຄຳ ແລະ ບັດຄຳເປົ່າແລ້ວໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ຊ່ອຍກັນເບິ່ງວ່າມີເຫດຜົນອື່ນໆ ທີ່ເປັນເຫດຜົນຂອງການບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ເຄີຍໄດ້ຍິນນອກຈາກບັດຄຳ ທີ່ແຈກໃຫ້ ຫຼື ບໍ່ ຖ້າມີໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຂຽນຕື່ມລົງໃນບັດຄຳເປົ່າ) ສ່ວນທີ່ຂຽນຕື່ມຈະໃຊ້ອະທິບາຍສະເພາະໃນກຸ່ມນັ້ນໆ).
5. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຮ່ວມກັນອະທິບາຍວ່າ ບັດຄຳກ່ຽວກັບທັດທະນະຄະຕິໃນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມນັ້ນ ມີທັງທາງບວກ ແລະ ທາງລົບທັດສະນະຄະຕິຕ່າງໆເຮັດໃຫ້ເຮົາຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນແນວໃດ? ແລະ ຈະມີທາງອອກຫຍັງແດ່ເພື່ອປ້ອງກັນ, ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຜົນທາງລົບ ຈາກທັດສະນະຄະຕິນັ້ນລົງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ເກີດຫຼືເພີ່ມ

ໂອກາດການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມໃຫ້ຫຼາຍຂຶ້ນ.

6. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມອອກມາສະເໜີຜົນການອະທິບາຍຂອງກຸ່ມຕົນ.
7. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຜົນທາງບວກຈາກ ທັດທະນະຄະຕິນີ້ຕໍ່ຕົນເອງ	**ຜົນທາງລົບຈາກ ທັດທະນະຄະຕິນີ້ຕໍ່ຕົນເອງ**
1.________________________	1.________________________
2.________________________	2.________________________
3.________________________	3.________________________

ຈຸດສໍາລັບການສົນທະນາ:

- ການບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ກ່ຽວຂ້ອງກັບການຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີແນວໃດ?
- ທັດສະນະຄະຕິ ທາງລົບກ່ຽວກັບຖົງຢາງອະນາໄມ ສ່ວນໃຫ່ຍເກີດຈາກຫຍັງ?
- ທັດສະນະຄະຕິທາງລົບກ່ຽວກັບຖົງຢາງອະນາໄມມີຜົນແນວໃດກັບການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ?
- ຖ້າເຮົາບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເວລາມີເພດສໍາພັນຈະມີຜົນແນວໃດ?
- ຖ້າບໍ່ຢາກສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຮົາມີທາງເລືອກຫຍັງແດ່?

ບັດຄໍາກ່ຽວກັບທັດທະນະຄະຕິໃນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ:

1. ຮູ້ສຶກບໍ່ເປັນທໍາມະຊາດ ເວລາໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ສະນັ້ນຂ້ອຍຈຶ່ງບໍ່ໃສ່.
2. ກິນຢາຄຸມກໍາເນີດ ບໍ່ຈໍາເປັນຕ້ອງໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ. ສະນັ້ນຂ້ອຍຈຶ່ງບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ.
3. ມີເພດສໍາພັນທາງປາກ, ບໍ່ໄດ້ສອດໃສ່ຊ່ອງຄອດ, ສະນັ້ນບໍ່ຈໍາເປັນຕ້ອງໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ. ສະນັ້ນ ຂ້ອຍຈຶ່ງບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.
4. ບອກໃຫ້ແຟນໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ແມ່ນບໍ່ເຊື່ອໃຈກັນ. ສະນັ້ນດີກວ່າແມ່ນບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ.
5. ເປັນແຟນກັນ, ບໍ່ຈໍາເປັນຕ້ອງໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ, ສະນັ້ນຂ້ອຍຈຶ່ງບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ.
6. ຮູ້ຈັກກັນມາແຕ່ດົນແລ້ວ, ຈຶ່ງບໍ່ຈໍາເປັນຕ້ອງໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ, ດັ່ງນັ້ນຂ້ອຍຈຶ່ງບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ.
7. ບອກໃຫ້ແຟນໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມອາດເຮັດໃຫ້ເຂົາຄິດວ່າເຮົາໄປມີເພດສໍາພັນກັບຜູ້ອື່ນ.
8. ອາດເຮັດໃຫ້ຂັດຈັງຫວະ ໃນການມີເພດສໍາພັນ ແບບສອດໃສ່ໃນຊ່ອງຄອດ(ກ່ຽວກັບບົດບາດສົມມຸດ ແລະ ການທີ່ມີການສອດໃສ່) ສະນັ້ນ ຈຶ່ງບໍ່ຢາກເສຍເວລາໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ.
9. ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ເຮັດໃຫ້ການມີເພດສໍາພັນ ບໍ່ເຖິງຈຸດສຸດຍອດ ສະນັ້ນຈຶ່ງດີກວ່າຖ້າບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ.

10. ບໍ່ແມ່ນຜູ້ຊາຍແທ້; ຜູ້ຊາຍແທ້ຕ້ອງມີເພດສຳພັນ ທີ່ບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມເທົ່ານັ້ນຈຶ່ງເປັນທີ່ຍອມຮັບວ່າເປັນຊາຍແທ້, ຖົງຢາງອະນາໄມແມ່ນບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງໃສ່ຍ້ອນເປັນຊາຍແທ້ຂ້ອຍຈຶ່ງບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ.

ກິດຈະກຳທີ 2 ເກມໝາກຂ່າງ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຄິດເຖິງຜົນກະທົບຂອງການດື່ມເຫລົ້າ (ເບຍ, ວາຍ ແລະ ເຄື່ອງດື່ມອື່ນໆ ທີ່ມີສ່ວນປະສົມຂອງເຫລົ້າ) ແລະສານເສບຕິດອື່ນ ທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດອາການມຶນເມົາ ຊຶ່ງອາດເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມສ່ຽງ ໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໂດຍສະເພາະໃນການຕັດສິນໃຈມີເພດສຳພັນ ແລະ ບໍ່ສາມາດໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມຢ່າງຖືກຕ້ອງ.

ເວລາ: 50 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກຸ່ມຍ່ອຍຫ້າຄົນ, ກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຕາມຜູ້ສັງເກດການ.

ອຸປະກອນ:

- ໄມ້ໃຜ່ ຫຼື ໄມ້ທີ່ມີຄວາມໜາຂະໜາດທຳມະດາ (ສຳດ້າມພ້າ) ຫຼື ທໍ່ຢາງ PVC ຂະໜາດ 1 ນີ້ວ, ແລະ ມີຄວາມຍາວປະມານແມັດ (ໜຶ່ງອັນຕໍ່ທີມ) ເພື່ອເຮັດເປັນເສົາ
- ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ອະໄວຍະວະເພດຊາຍປອມ ສຳລັບແຕ່ລະທີມທີມລະໜຶ່ງອັນ
- ຖົງຢາງອະນາໄມ (ຈຳນວນສອງຖົງຕໍ່ ອະໄວຍະວະເພດຊາຍປອມ)

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ຂໍອາສາສະໝັກທັງຊາຍ ແລະ ຍິງ ຈັດເປັນທີມ ທີມ ລະ 5 ຄົນ ຈຳນວນຄົນຈະເທົ່າກັບຈຳນວນທີມຄູນຫ້າ (ເຊັ່ນຖ້າມີ 3 ທີມຈະຕ້ອງມີອາສາສະໝັກລວມທັງໝົດຮວມ 15 ຄົນ).
2. ໃຫ້ຄົນທຳອິດຂອງແຕ່ລະທີມ ຖືໄມ້ 1 ອັນ ໂດຍໃຫ້ວາງມືໃສ່ປາຍດ້ານໜຶ່ງແລະປາຍອີກດ້ານໜຶ່ງຕັ້ງຢູ່ພື້ນ.
3. ໃຫ້ຄົນທຳອິດຂອງແຕ່ລະທີມ ກົ້ມເບິ່ງພື້ນ ແລະ ກົ່ງໂຕໄປທາງໜ້າໃຫ້ໜ້າຜາກຕິດກັບຫົວໄມ້ ທີ່ຖືຢູ່ໃນມື (ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຈະຕ້ອງບອກໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳແຕ່ລະຄົນ ກົ່ງໂຕໃຫ້ຫຼາຍທີ່ສຸດ ແລະ ໜ້າຜາກຈະ ຕ້ອງຕິດກັບຫົວໄມ້ທີ່ມືກຳຢູ່ຕະຫຼອດເວລາທີ່ໝູນໂຕ)
4. ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ບອກແຕ່ລະຄົນ ເຖິງຈຳນວນຮອບຂອງການໝູນໂຕອ້ອມໄມ້(ເຊັ່ນຄົນທຳອິດເລີ່ມໝູນ ສອງຮອບຄົນ ທີສອງໝູນສາມຮອບເປັນຕົ້ນ) ຄົນສຸດທ້າຍໃຫ້ໝູນ 6 ຮອບ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຄົນອື່ນໆຊ່ວຍເບິ່ງໝູ່ຕອນກຳລັງໝູນໂຕຢູ່ ແລະ ຄອຍລະວັງໃຫ້ຈັບໝູ່ຖ້າໝູ່ຈະລົ້ມໂດຍມັກຈະຈັດໃຫ້ຜູ້ຍິງໝູນຈຳນວນຮອບໜ້ອຍໆ ເຊັ່ນ 1,2 ແລະ 3 ສ່ວນ ຈຳນວນຕັ້ງແຕ່ 4 ຮອບ ຂຶ້ນໄປມັກຈະໃຫ້ຜູ້ຊາຍໝູນ.
5. ໃຫ້ແຕ່ລະຄົນເຮັດກິດຈະກຳ ຫຼັງຈາກທີ່ໝູນໂຕຄົບຕາມຮອບທີ່ກຳນົດໃຫ້ພະຍາຍາມ ຍ່າງຕາມເສັ້ນຊື່ທີ່ຂີດໄວ້ ແລະ ຂະນະທີ່ກຳລັງຍ່າງໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ກິດຈະກຳ ເອົານິ້ວຊີ້ທັງສອງ ຟາກຈັບດັງຂອງຕົນ ສະຫຼັບກັນ

ໄປມາເບື້ອງຊ້າຍ ແລະ ເບື້ອງຂວາ ຫຼື ເຕັ້ນຂາດຽວ ຈາກດ້ານໜຶ່ງ ໄປຫາອີກດ້ານໜຶ່ງ ຫຼື ຍ່າງຫຼົບຫຼີກສິ່ງກີດຂວາງ ຈາກດ້ານ ໜຶ່ງ ໄປຫາອີກດ້ານໜຶ່ງ ເປັນຕົ້ນສ່ວນຜູ້ສຸດທ້າຍ ຂອງແຕ່ລະ ທີມທີ່ໝູນ ຈຳນວນ 6 ຮອບຕ້ອງແຂ່ງກັນເປີດຊອງ ຖົງຢາງອະນາໄມ ແລ້ວສຸມຖົງຢາງອະນາໄມໃສ່ອະໄວຍະວະເພດປອມ ສຳລັບກໍລະນີທີ່ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຈະຕ້ອງບອກໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຊ່ວຍກັນສັງເກດນຳວ່າອາສາສະມັກນັ້ນໃສ່ ຖົງຢາງອະນາໄມຖືກຕ້ອງຫຼືບໍ່ແລະມີຂໍ້ຜິດພາດຢູ່ບ່ອນໃດ?.

6. ສຳລັບຄົນອື່ນໆ ທີ່ບໍ່ໄດ້ຮ່ວມຫຼິ້ນຈະຕ້ອງຖ້າສັງເກດອາການ ແລະ ປະຕິກິລິຍາ ຂອງໝູ່ ເພື່ອຈະໄດ້ຂໍ້ມູນສຳລັບ ອະທິບາຍຮ່ວມກັນ.
7. ຫຼັງຈາກທີ່ອາສາສະມັກຫຼິ້ນໝູນໂຕ ຈົນຄົບທຸກຄົນແລ້ວຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຈະຕ້ອງສຳພາດແຕ່ລະຄົນ ເຖິງຄວາມຮູ້ສຶກ ແລະ ຄວາມສາມາດຂອງ ຕົນເອງໃນການໝູນໂຕ ແລະ ການເຮັດກິດຈະກຳທີ່ກຳໜົດຈາກການໝູນ ໂຕເປັນແນວໃດ ຄວບຄຸມໄດ້ຊ່ຳໃດ ແລະ ຕ່າງຈາກເວລາທີ່ມີອາການ ປົກກະຕິຊ່ຳໃດ ເພື່ອຈະໄດ້ປຽບທຽບກັບເວລາ ທີ່ເມົາເຫຼົ້າຫຼືເມົາເບຍ (ແມ່ນວ່າການໝູນໂຕນີ້ ຈະທຽບບໍ່ໄດ້ກັບການເມົາເຫຼົ້າ ແຕ່ກໍ່ເປັນສະຖານະການທົດລອງ ທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເຂົ້າໃຈເຖິງການຫຼຸດ ປະສິດທິພາບໃນການຄວບຄຸມ ຕົນເອງ ແລະ ການຫຼຸດປະສິດທິພາບໃນ ການສັ່ງການ ແລະ ການເຮັດວຽກຂອງສະໝອງແລະມື.)
8. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ຮູ້ສຶກແນວໃດ ຫຼັງຈາກໝູນໂຕຕາມຈຳນວນເທື່ອທີ່ກຳນົດ?
- ທຸກຄົນສະແດງອາການເມົາຄືກັນ ຫຼື ບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງເມື່ອປຽບທຽບກັບຄົນທີ່ກິນເຫຼົ້າໜຶ່ງຈອກກໍ່ເມົາແລ້ວ ກັບຄົນທີ່ກິນເຫຼົ້າສາມຈອກ ຈຶ່ງຈະເມົາເຮົາເອົາຂໍ້ມູນນີ້ ມາໃຊ້ໃນການປ້ອງກັນໂຕເອງ ຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄດ້ແນວໃດ?
- ຖ້າໄປດື່ມເຫຼົ້າຫຼືເບຍ ເຮົາຄວນຈະເລີ່ມວາງແຜນການ ປ້ອງກັນໂຕເອງ ຈາກເຊື້ອເຮສໄອວີ ຕັ້ງແຕ່ຕອນໃດ?
- ມີບັນຫາຫຍັງ ທີ່ສາມາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ອີກແດ່ ຫຼັງຈາກການດື່ມເຫຼົ້າຫຼືດື່ມເບຍແລະ ພວກເຮົາຈະສາມາດເຮັດແນວໃດ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຜົນກະທົບທີ່ເກີດຈາກການດື່ມເຫຼົ້າ ແລະ ເບຍຕໍ່ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ (ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນຍ້ຳເລື່ອງ ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ຢ່າງຖືກຕ້ອງທຸກຄັ້ງທີ່ມີເພດສຳພັນ.)
- ເປັນໄປໄດ້ບໍ່ ທີ່ເຮົາຈະອອກໄປທ່ຽວກັບໝູ່ ແຕ່ບໍ່ດື່ມເຫຼົ້າ ແລະ ເບຍຍ້ອນຫຍັງຈຶ່ງເປັນແນວນັ້ນ ແລະ ຍ້ອນຫຍັງເຖິງເປັນໄປບໍ່ໄດ້?
- ເຮົາສາມາດເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່ ເພື່ອຈະໄດ້ດື່ມເຫຼົ້າ ຫຼືເບຍ ໜ້ອຍລົງ ໂດຍສະເພາະຕອນໄປກັບໝູ່?
- ຖ້າເຮົາຈະປະຕິເສດບໍ່ດື່ມເຫຼົ້າຫຼືເບຍ ເຮົາຈະມີວິທີຫຍັງແດ່ຍົກຕົວຢ່າງ?

ຂໍ້ສະເໜີສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

- ໃນການອະທິບາຍ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຕ້ອງສະຫຼຸບຢ້ຳເລື່ອງການດື່ມ ຫຼືໃຊ້ສານເສບຕິດ ທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດການມຶນເມົາ ຈະເຮັດໃຫ້ຄວາມສາມາດໃນການໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ ຢ່າງຖືກຕ້ອງຫຼຸດລົງ ຮວມທັງເຮັດໃຫ້ການຕັດສິນໃຈເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງ ຫຼຸດລົງນຳເຊັ່ນການມີເພດສຳພັນ ກັບໃຜໂດຍບໍ່ໄດ້ຄິດ ແລະ ການບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເມື່ອມີເພດສຳພັນເປັນຕົ້ນ.

ພາກທີ 4

ການພັດທະນາທັກສະ

ກິດຈະກຳທີ 1 ຫາ **3** ກ່ຽວຂ້ອງກັບການດື່ມເຫຼົ້າ ແລະ ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມນອກນັ້ນຍັງສາມາດ ເຊື່ອມຕໍ່ໄປຍັງບາງຕອນໃນວີດີໂອກາຕູນ ຕອນທີ 5 ຕອນທີ່ຕົ້ນແລະຈ່ອຍດື່ມເບຍ ທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກ ໃນລະຫວ່າງການລໍຖ້າຊ່າງກຳລັງແປງລົດ. ຕົ້ນມີອາການເມົາ ແລະ ມີເພດສຳພັນທີ່ບໍ່ໄດ້ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມກັບສາວພອຍ.

ກິດຈະກຳທີ 4 ເຖິງ **ກິດຈະກຳທີ 6** ກ່ຽວພັນເຖິງສາຍພົວພັນລະຫວ່າງຊາຍ-ຍິງ ພ້ອມທັງສະຖານະການ ທີ່ນຳໄປສູ່ການພົວພັນທາງເພດ. ກິດຈະກຳນີ້ ສາມາດເຊື່ອມຕໍ່ໄປຍັງຕອນທີ 2 ຂອງກາຕູນ, ຈິບອອກໄປທ່ຽວກັບໃຈ. ນາງບໍ່ໄດ້ຄິດວ່າຈະມີເລື້ອງ ບໍ່ດີເກີດຂຶ້ນກັບນາງ, ໂດຍການທີ່ອອກໄປທ່ຽວກັບໃຈ. ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ມັນກໍ່ບໍ່ເປັນຢ່າງນັ້ນ. ໂຊກຍັງດີ, ນາງໜີອອກມາໄດ້ ແລະ ກັບບ້ານດ້ວຍຄວາມປອດໄພ. ຕໍ່ມາ, ນາງມານັ່ງໃຫ້ ຢູ່ຕໍ່ໜ້າຫ້ອງພັກຂອງດາວ.

ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດແນະນຳກິດຈະກຳນີ້ໂດຍການສົນທະນາເຖິງສະຖານະການທີ່ຈິບພົບທ້າວມາ, ແລະ ສາມາດຖາມຄຳຖາມດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້: “ເຈົ້າຈື່ໄດ້ບໍ່ວ່າເປັນຫຍັງ ຈິບຈຶ່ງນັ່ງຮ້ອງໃຫ້ ຢູ່ຕໍ່ໜ້າຫ້ອງ ພັກດາວ? ແມ່ນຫຍັງເກີດຂຶ້ນກັບນາງ?” ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ສາມາດຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ຄືນກ່ຽວກັບເລື່ອງທີ່ເກີດຂຶ້ນເລື້ອງ ໃນກາຕູນ ແລະ ຕໍ່ມາກໍ່ເວົ້າຕາມນີ້: “ຕໍ່ໄປພວກເຮົາຈະມາເຮັດບາງກິດຈະກຳ ເພື່ອຫາທາງເລືອກສຳລັບຈິບ. ເມື່ອພວກເຮົານັດພົບບາງຄົນຫຼືຕ້ອງການ ຢາກອອກໄປທ່ຽວກັບເຂົາ, ພວກເຮົາຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ຈາກກິດຈະກຳເຫລົ່ານີ້ວ່າ ສິ່ງໃດທີ່ຄວນເຮັດ ຫຼື ບໍ່ຄວນເຮັດເພື່ອຫຼີກລ່ຽງສະຖານະການທີ່ຫຍຸ້ງຍາກຄືກັບທີ່ຈິບໄດ້ພົບ.”

ສຳລັບ **ກິດຈະກຳທີ 7** ຜູ້ນຳພາກິດຈະກຳສາມາດແນະນຳ ໂດຍເວົ້າຄືນດັ່ງນີ້ວ່າ: “ພວກເຮົາໄດ້ລົມກັນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ພະຍາດເອດລວມທັງວິທີການປ້ອງກັນຕົນເອງ ຈາກການຕິດເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວ ແລະ ເຈົ້າຫາກໍໄດ້

ຮຽນວິທີການວາງແຜນ ເພື່ອໃຫ້ບັນລຸເປົ້າໝາຍດັ່ງກ່າວ. ເວລານີ້ເຈົ້າຈະໄດ້ຮຽນຮູ້ວິທີວ່າ ຈະສາມາດປ້ອງກັນຕົນເອງ ຈາກການຕິດເຊື້ອພະຍາດໄດ້ແນວໃດ? ເພື່ອໃຫ້ສາມາດສຳເລັດແຜນການ ທີ່ວາງໄວ້ໃນອະນາຄົດ.

ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ສາມາດນຳເຂົ້າສູ່ກິດຈະກຳທີ 8 ແລະ 10 ໄດ້ດັ່ງນີ້ "ການທີ່ເຮົາຈະຕ້ອງປ້ອງກັນຕົນເອງ ຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຮົາອາດຈະຕ້ອງໂອ້ລົມ ເພື່ອສື່ສານທຳຄວາມເຂົ້າໃຈ ກັບຄູ່ຂອງເຮົາແຕ່ການສື່ສານຂອງຜູ້ຍິງ ແລະ ຜູ້ຊາຍຄືຊິບໍ່ຄືກັນເພາະ ສະນັ້ນ ເຮົາຈະມາພາກັນເຂົ້າໃຈ ກ່ຽວກັບບົດບາດຂອງຜູ້ຍິງ ແລະ ຜູ້ຊາຍທີ່ເຮົາໄດ້ຍິນ ຫຼື ຮູ້ວ່າຜູ້ຍິງຄວນເຮັດຫຍັງ ຫຼື ບໍ່ຄວນເຮັດຫຍັງ ແລະ ຜູ້ຊາຍຄວນເຮັດຫຍັງ ແລະ ບໍ່ຄວນເຮັດຫຍັງ ກ່ອນຈະໄປເບິ່ງທາງເລືອກ ໃນການປ້ອງກັນຕົນເອງ, ຊຶ່ງພວກເຮົາສາມາດເຂົ້າໃຈຊຶ່ງກັນແລະກັນ. ພວກເຮົາອາດຈະຮູ້ສຶກວ່າ ຜູ້ຍິງບໍ່ຄວນເວົ້າເລື້ອງເພດ ຫຼື ຖົງຢາງອະນາໄມຫຼືຜູ້ຊາຍທີ່ເວົ້າກ່ຽວກັບ ຖົງຢາງອະນາໄມ, ແມ່ນໝາຍຄວາມວ່າ ລາວບໍ່ໄວ້ໃຈແຟນຂອງລາວ. ນີ້ສາມາດເຮັດໃຫ້ຜູ້ຊາຍ ແລະ ຄູ່ຮັກມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ. ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນ, ໃນກິດຈະກຳຄັ້ງຕໍ່ໄປ, ພວກເຮົາຈະມາເວົ້າກ່ຽວກັບວ່າ ເຈົ້າຄວນເວົ້າແນວໃດ ກັບແຟນຖ້າຕ້ອງການສົນທະນາກ່ຽວກັບເພດສຳພັນ. ພວກເຮົາຈະໃຊ້ຄຳຖາມ ເພື່ອຖາມແຟນໃນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ເພື່ອເປັນຕົວຢ່າງ."

ພາກທີ 4

ກິດຈະກຳທີ 1 ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດສ່ວນທີ 1

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຝຶກຄິດຫາເຫດ ແລະ ຜົນທີ່ເກີດຈາກການກະທຳ.

ເວລາ: 45 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ ກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ ໂດຍແບ່ງກຸ່ມໃຫ້ເປັນເພດດຽວກັນ.

ອຸປະກອນ:

- ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ສະກອດຕິດ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ ກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ ໂດຍແບ່ງກຸ່ມໃຫ້ເປັນເພດດຽວກັນ. ສະຖານະການ ລະຫວ່າງຊາຍ-ຍິງ ແມ່ນຈະແຕກຕ່າງກັນ.
2. ມອບໝາຍສະຖານະການເລົ່ານີ້ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ

ສະຖານະການສຳລັບເພດຊາຍ

A. ນັ່ງກິນເຫຼົ້າຢູ່ທີ່ຮ້ານເບຍກັບສາວບໍລິການ

B. ນັ່ງກິນເຫຼົ້າຢູ່ບ້ານໝູ່

C. ນັ່ງຈີບກັບແຟນທີ່ພຸ່ມຫຍ້າໃກ້ກັບທະເລທີ່ບໍ່ຄ່ອຍມີຄົນ

D. ໄປນັ່ງຈີບກັບແຟນໃນຫ້ອງພັກຂອງແຟນ

ສະຖານະການສຳລັບເພດຍິງ

A. ນັ່ງກິນເຫຼົ້າຢູ່ທີ່ຮ້ານເບຍກັບແຟນ

B. ນັ່ງຈີບກັບແຟນທີ່ພຸ່ມຫຍ້າ ທີ່ງຽບໃນສວນສາທາລະນະ

C. ແຟນຂໍໃຫ້ໄປທີ່ຫ້ອງພັກນຳແຟນ

3. ອະທິບາຍທີ່ມີເຫດການເກີດຂຶ້ນ ກ່ອນທີ່ຈະມອບໝາຍ ວຽກໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ. ໃຫ້ຕົວຢ່າງຂອງຕົ້ນ ແລະ ຈ່ອຍດື່ມເບຍທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກໃນຂະນະ ທີ່ລໍຖ້າລົດແປງແລ້ວ. ຊຸກຍູ້ສະມາຊິກ ໃນແຕ່ລະກຸ່ມ ເຮັດວຽກຮ່ວມກັນ ແລະ ຈິນຕະນາການວ່າ ມີຫຍັງທີ່ສາມາດເກີດຂຶ້ນ ກ່ອນທີ່ກຸ່ມຈະໄດ້ມອບສະຖານະການໃຫ້ (A1, B1, C1 and D1 ຈັດຂຶ້ນກ່ອນ A, B, C ແລະ D ໂດຍລຳດັບ.)
4. ແຕ່ລະກຸ່ມອີກເທື່ອໜຶ່ງ ແມ່ນຮຽກຮ້ອງໃຫ້ສະຖານະການ ເກີດຂຶ້ນກ່ອນສະຖານະການທຳອິດ.
5. ຕໍ່ມາໃຫ້ອະທິບາຍທັງສອງເຫດການ ທີ່ແຕ່ລະກຸ່ມໄດ້ນຳສະເໜີແຍກຈາກກັນ, ນັ້ນແມ່ນ, A1 ຕໍ່ມາ A, B1 ຕໍ່ມາ B, C1 ຕໍ່ມາ C, ແລະອື່ນໆ.

ອະທິບາຍໃນ, ຊີວິດຈິງ, ຕອນຕໍ່ມາຈະເກີດຂຶ້ນປະຈຳ. ຕົວຢ່າງ, ຫຼັງຈາກທີ່ດື່ມເບຍ ທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກ, ຕົ້ນໄດ້ດື່ມເບຍຈົນເມົາ ແລະ ໄປທີ່ຫ້ອງນອນມີເພດສຳພັນ ທີ່ບໍ່ປອດ (ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ). ຜົນທີ່ຕາມມາໃນໄລຍະສັ້ນ ລວມມີຄວາມເປັນໄປໄດ້ ໃນການຕິດເຊື້ອ ພຕພ ແລະມີຄວາມກັງວົນວ່າ ຈະຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ. ຜົນກະທົບຕໍ່ມາ ການທີ່ລາວຕັດສິນໃຈເຊົາຄົບກັບແຟນຂອງລາວ, ນາງດາວ.

6. ແຕ່ລະກຸ່ມໄດ້ສົນທະນາ ເຖິງສິ່ງທີ່ສາມາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ ພາຍຫຼັງທີ່ໄດ້ໃຫ້ສະຖານະການ, ແລະ ໃຫ້ພວກເຂົາຂຽນໃນໜ້າສຸດທ້າຍ (A2, B2, C2 ແລະ D2). ຕໍ່ມາສົນທະນາເຖິງ ຜົນທີ່ຕາມມາໃນໄລຍະສັ້ນ ແລະຜົນສະທ້ອນທີ່ສາມາດເກີດຂຶ້ນ. ຕໍ່ມາໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ນຳສະເໜີຜົນໄດ້ຮັບຂອງການສົນທະນາ ໃນກຸ່ມນ້ອຍຈົນເຖິງກຸ່ມໃຫຍ່.

7. ສະຫຼຸບຜົນລົງໃສ່ເຈ້ຍຂຽນກະດານ ຫຼື ໃສ່ກະດານຂຽນຫົວຂໍ້ ທີ່ສຳຄັນທີ່ໄດ້ນຳສະເໜີ ໂດຍແຕ່ລະກຸ່ມ (ເບິ່ງຕົວຢ່າງດ້ານລຸ່ມ), ມັນຈຶ່ງເປັນການງ່າຍສຳລັບ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ ໃນການເຂົ້າໃຈຕອນທີ່ເກີດຂຶ້ນໃນສາກລະຄອນ. ສຳລັບຕົວຢ່າງ, ສາກ A1 ນຳໄປສູ່ A, ຊຶ່ງນຳໄປສູ່ A2. ໃນຄວາມເປັນຈິງ, ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ, ສາກ A2 ບໍ່ແມ່ນຕອນຈົບ-ຍັງມີຜົນທີ່ຕາມມາອື່ນໆອີກ.

ພາກທີ 4

ຕົ້ນສາຍ	**ຕົ້ນ**	**ສາຍ**	**ປາຍເຫດ**
ປາຍເຫດ:	A1	A. ນັ່ງກິນເຫຼົ້າທີ່ຮ້ານເບຍກັບສາວບໍລິການ	A2
	C1	C. ນັ່ງລົມກັບແຟນທີ່ພຸ່ມຫຍ້າໃນບ່ອນທີ່ບໍ່ຄ່ອຍມີຄົນເຫັນ	C2

8. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ

ຈຸດສໍາລັບການສົນທະນາ:

- ພວກເຮົາຄິດວ່າ ສະຖານະການໃນຕົ້ນສາຍປາຍເຫດນັ້ນ ມີຄວາມກ່ຽວຂ້ອງກັນຢ່າງໃດ?
- ແມ່ນຫຍັງເປັນເຫດ ແມ່ນຫຍັງເປັນຜົນ ຂອງສະຖານະການ ນີ້ຢູ່ໃນຕົ້ນສາຍປາຍເຫດ ແລະ ຢູ່ໃນໜ້າສຸດທ້າຍ? (ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາຄວນຖາມແຕ່ລະຄົນໃນກຸ່ມຍ່ອຍ.)
- ພວກເຮົາຄິດວ່າ ພວກເຮົາສາມາດຄວບຄຸມ ສະຖານະການ ບໍ່ໃຫ້ເກີດໃນຕົ້ນສາຍປາຍເຫດໄດ້ແນວໃດ? ພວກເຮົາຄິດວ່າ ເຮົາສາມາດຈັດການຫຍັງໄດ້ແດ່ ແລະ ຄວນເຮັດຕອນໃດເຊັ່ນຈັດການໃນ ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດ (ສໍາລັບຕົວຢ່າງ, ທີ່ໄດ້ດໍາເນີນໃນ ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດ" ຫຼື ໃນ" ປາຍເຫດ" ສຸດທ້າຍ)
- ໃນຊີວິດຈິງ ພວກເຮົາຄິດວ່າ ຄົນສ່ວນໃຫ່ຍຈະຄິດເຖິງສິ່ງ ທີ່ຕາມມາກ່ອນທີ່ຈະເຮັດຫຍັງ ຫຼື ບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງ?
- ຖ້າໃນຊີວິດຈິງ ພວກເຮົາບໍ່ຕ້ອງການຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຮົາຈະເລືອກປ້ອງກັນທີ່ຈຸດໃດ (ຈາກສະຖານະການ ໃນກິດຈະກໍາ) (ຄໍາຕອບ - ກ່ອນທີ່ຈະມີເພດສໍາພັນ ທີ່ບໍ່ປອດໄພ) ແລະ ປ້ອງກັນແນວໃດ (ຄໍາຕອບ - ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ທຸກເທື່ອທີ່ມີເພດສໍາພັນ ແລະ ກັບຄູ່ນອນທຸກຄົນ)

ຂໍ້ສະເໜີສໍາລັບຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ:

1. ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ ສາມາດໃຊ້ສະຖານະການ ຕົວຢ່າງຂອງຕົ້ນທີ່ນັ່ງກິນເບຍໃນຮ້ານຄາລາໂອເກ ໃນລະຫວ່າງຖ້າແປງລົດ ເປັນຕົວຢ່າງໃນການອະທິບາຍຄວາມຕໍ່ເນື່ອງຂອງເຫດການໄດ້.
2. ຫຼັງຈາກທີ່ດໍາເນີນກິດຈະກໍາຄົບຕາມຂັ້ນຕອນແລ້ວຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາຕອບວ່າມີເພດສໍາພັນ ໃນຂັ້ນປາຍເຫດໃຫ້ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ ອະທິບາຍຕໍ່ວ່າການມີເພດສໍາພັນ ເປັນຜົນໄລຍະສັ້ນ ແລະ ຖາມກຸ່ມເປົ້າໝາຍວ່າແມ່ນຫຍັງຄືຜົນໄລຍະກາງ ແລະ ໄລຍະຍາວ ຊຶ່ງຜົນໄລຍະກາງ ຄືຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ຜົນໄລຍະຍາວ ຄືຜົນກະທົບຕ່າງໆ ທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນກັບໂຕເຮົາ ແລະ ຄອບຄົວ.

3. ຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຕອບວ່າຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນຊ່ອງປາຍເຫດຜູ້ນຳກິດຈະກຳອະທິບາຍຕໍ່ວ່າ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເປັນຜົນໄລຍະກາງ ແລະ ຜົນໄລຍະຍາວຄືຜົນກະທົບຕ່າງໆ ທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນກັບຕົວເຮົາ ແລະ ຄອບຄົວສ່ວນການມີເພດສຳພັນ ທີ່ບໍ່ໄດ້ປ້ອງກັນ (ບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງ ອະນາໄມ) ຄືຜົນໄລຍະສັ້ນ.

ກິດຈະກຳທີ 2 ຫລັກການຄິດແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ການຕັດສິນໃຈ

**ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມເພດຊາຍເທົ່ານັ້ນ*

ຈຸດປະສົງ:
1. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຮຽນຮູ້ຄວາມແຕກຕ່າງຂອງຄວາມຫວັງ ຫຼືຄວາມຝັນ (ທາງເລືອກທີ່ຈະເຮັດໄດ້ແທ້ ແລະ ທາງເລືອກທີ່ບໍ່ສາມາດເຮັດໃຫ້ແທ້) ແລະ ຮຽນຮູ້ຫລັກການຄິດແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ຕັດສິນໃຈ
2. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຝຶກວາງແຜນ ເພື່ອຊອກຫາທາງເລືອກ ຫຼືຊ່ອຍ ແກ້ໄຂບັນຫາໃນສະຖານະການ ທີ່ປະເຊີນຢູ່

ເວລາ: 30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່

ອຸປະກອນ:
- ເຈັ້ຍແຜ່ນໃຫຍ່
- ບິກເຟີດ
- ສະກອດຕິດ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:
1. ເລີ່ມໂດຍການຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ດ້ວຍຄຳຖາມຕໍ່ໄປນີ້:
   1) "ໃຜເຄີຍໄປອາເມລິກາແດ່ ?"
   2) "ຖ້າເປັນໄປໄດ້ຢາກໄປອາເມລິກາບໍ່ ?" (ອາເມລິກາ ເປັນພຽງຕົວຢ່າງ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳອາດປ່ຽນເປັນປະເທດອື່ນກໍ່ໄດ້ທີ່ຢາກຈະໄປເຖິງໄດ້ຕາມສະພາວະທີ່ເປັນຢູ່ ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ)
2. ຍົກຕົວຢ່າງສະຖານທີ່ ທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ສາມາດໄປໄດ້ຢ່າງບໍ່ລຳບາກຫຼາຍເຊັ່ນປະເທດໄທ ຫຼື ປະເທດບ້ານໃກ້ເຮືອນຄຽງ ແລະ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ປຽບທຽບວ່າລະຫວ່າງ ປະເທດໄທ (ຫຼືປະເທດບ້ານໃກ້ເຮືອນຄຽງ) ແລະ ອາເມລິກາວ່າບ່ອນໃດ ຈະເປັນໄປໄດ້ ທີ່ຈະໄປເຖິງ (ຄວາມຫວັງ) ແລະ ບ່ອນໃດທີ່ໄປໄດ້ຍາກ ຫຼື ເປັນໄປບໍ່ໄດ້ (ຄວາມຝັນ) ໃນທີ່ນີ້ອາເມລິກາ ຄົງຈະເປັນຄວາມຝັນ ເນື່ອງຈາກຍາກທີ່ຈະໄປເຖິງໄດ້ຫຼາຍກວ່າ
3. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຄິດ ວ່າລະຫວ່າງສິ່ງທີ່ເປັນຄວາມຫວັງ (ປະເທດໄທຫຼື ປະເທດບ້ານໃກ້ເຮືອນຄຽງ) ກັບຄວາມຝັນ (ອາເມລິກາ) ຈະສາມາດ ເຮັດຫຍັງໃຫ້ເປັນຄວາມຈິງ ໄດ້ກ່ອນແລ້ວ ໃຊ້ທາງເລືອກນັ້ນຊຶ່ງໃນນີ້ຄົງຈະເປັນປະເທດໄທ (ຫຼື ປະເທດບ້ານໃກ້ເຮືອນຄຽງ) ມາເປັນຕົວຢ່າງໃນການນຳການອະທິບາຍ ກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳກຸ່ມໃຫຍ່ດັ່ງນີ້:
   - ມີຈັກທາງທີ່ສາມາດໄປເຖິງ ແຂວງຫລວງພະບາງ?
   - ແຕ່ລະທາງມີຂໍ້ດີຂໍ້ເສຍຫຍັງແດ່?
   - ໃຫ້ເລືອກທາງທີ່ມີຂໍ້ເສຍໜ້ອຍທີ່ສຸດ
4. ທົບທວນຂັ້ນຕອນຂ້າງເທິງ ແລະ ສະຫຼຸບເປັນຫລັກການສຳລັບການຕັດສິນແລະແກ້ໄຂບັນຫາ.

5. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ເປົ້າຫມາຍ ແລະ ຄວາມຝັນຕ່າງກັນແນວໃດ ລະຫວ່າງເປົ້າຫມາຍ ແລະ ຄວາມຝັນເຮົາຈະສາມາດເຮັດຫຍັງ ໃຫ້ເປັນຈິງໄດ້ກ່ອນ?
- ຂໍ້ດີແລະຂໍ້ເສຍ ຂອງແຕ່ລະທາງເລືອກນັ້ນ ພວກເຮົາຕີຄວາມໝາຍແນວໃດ?
- ຂັ້ນຕອນທີ່ເຮົາໄດ້ຮຽນຮູ້ ຈາກການເວົ້າເຖິງ ເລື່ອງການເດີນທາງໄປທີ່ຫຼວງພະບາງ? (ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ສາມາດສະຫຼຸບ ຫລັກການ ການຕັດສິນໃຈແລະການແກ້ບັນຫາ ທີ່ໄດ້ແນະນຳໄວ້ສຳລັບ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ".)
- ເຮົາຄິດວ່າເຮົາສາມາດ ທີ່ຈະເອົາຫລັກການ ການຕັດສິນໃຈແລະການແກ້ໄຂບັນຫານີ້ ໄປໃຊ້ກັບສະຖານະການ ໃນຊີວິດຈິງຂອງພວກເຮົາໄດ້ຫຼືບໍ່ຍົກຕົວຢ່າງ

ຂໍ້ສະເໜີສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຄວນຂຽນຂັ້ນຕອນຂອງຫລັກການ ການຕັດສິນໃຈ ແລະ ການແກ້ໄຂບັນຫານີ້ ໃສ່ເຈັ້ຍຂຽນກະດານ ແລະ ຕິດເທິງຝາທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເຫັນໄດ້ຈະແຈ້ງ ແລະ ຢ້ຳກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ວ່າຈະນຳຫລັກການນີ້ມາໃຊ້ ໃນກິດຈະກຳຕໍ່ໆໄປ ຊຶ່ງຫລັກການມີດັ່ງນີ້:

1. ມີທາງເລືອກຈັກທາງ ທີ່ຈະຊ່ວຍແກ້ໄຂບັນຫາ ຫຼື ຫາທາງອອກໃຫ້ກັບສະຖານະການທີ່ເຮົາປະເຊີນຢູ່ ເພື່ອໄປໃຫ້ເຖິງສິ່ງທີ່ເປັນຄວາມຫວັງ?
2. ແມ່ນຫຍັງແມ່ນຂໍ້ດີ ແລະ ຂໍ້ເສຍ ຂອງທາງເລືອກແຕ່ລະທາງ?
3. ເລືອກທາງເລືອກຂໍ້ທີ່ມີຂໍ້ເສຍໜ້ອຍທີ່ສຸດ.

ກິດຈະກຳທີ 3 ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດ ສ່ວນທີ 2

**ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມເພດຍິງເທົ່ານັ້ນ*

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ຝຶກທັກສະກ່ຽວກັບທາງເລືອກໃນການແກ້ໄຂບັນຫາແລະທັກສະໃນການຕັດສິນໃຈ

ເວລາ: 40-50 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ (5 ຫາ 8 ຄົນ ຕໍ່ກຸ່ມ) ແບ່ງອອກເປັນສະເພາະກຸ່ມຊາຍ-ຍິງ

ອຸປະກອນ:
- ເຈັ້ຍຕິດກະດານ
- ປາກກາຂຽນກະດານ
- ເຈັ້ຍຕິດກາວ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:
1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ອອກເປັນ 5 ກຸ່ມ. ແບ່ງອອກເປັນສະເພາະກຸ່ມຊາຍ-ຍິງ.
2. ໃຊ້ຂໍ້ມູນແລະຜົນ ທີ່ໄດ້ຈາກກິດຈະກຳຕົ້ນສາຍປາຍເຫດ ສ່ວນທີ່ 1 ໂດຍຍົກຕົວຢ່າງກໍລະນີ ທ້າວ ຕົ້ນ ຕາມຕົວຢ່າງທ້າຍກິດຈະກຳ.

ຕົ້ນ	**ສາຍ**	**ປາຍເຫດ**	**ຜົນທີ່ຕາມມາ ໃນໄລຍະ**
ລົດຕົ້ນເພ, ຕົ້ນໃຫ້ ຊ່າງມາແປງລົດແຕ່ໃຊ້ເວລາດົນ	ຕົ້ນໄປຮ້ານຄາລາໂອເກ ເພື່ອໂທບອກເຖົ້າແກ່ແລ້ວຈ່ອຍ ແລະພະນັກງານທີ່ຮ້ານຄາລາໂອເກຊັກຊວນໃຫ້ນັ່ງດື່ມກ່ອນ	ຕົ້ນດື່ມຈົນເມົາຂຶ້ນຫ້ອງກັບສາວ ພອຍ ແລະມີເພດສຳພັນກັນໂດຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.	ສັ້ນແລະອື່ນໆ ຜົນກະທົບໄລຍະສັ້ນ -ເຄັ່ງຄຽດຕົ້ນຄຽດ ແລະ ກັງວົນເລື່ອງການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຕ້ອງຫຼົບໜ້າດາວ. ຜົນກະທົບອື່ນໆ ທີ່ຕາມມາ - ຫຼັງຈາກກວດເລືອດ ແລ້ວພົບວ່າຕົ້ນ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຈຶ່ງຕັດສິນໃຈ ເລີກກັບ ດາວ.

3. ໃຫ້ສະຖານະການໃນແຕ່ລະກຸ່ມ (ກຸ່ມລະໜຶ່ງສະຖານະການ) ໃຫ້ພວກເຂົາຊອກຫາທາງເລືອກ ໃນສະຖານະການ. ໃຫ້ພວກເຂົາຊອກຫາຫລັກການແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ການຕັດສິນໃຈ.
4. ສະຖານະການ:
   - ເຈົ້າດື່ມຈົນເມົາທີ່ຮ້ານເບຍ ແລະ ມີເພດສຳພັນກ່ອນແຕ່ງງານ.
   - ເຈົ້າດື່ມເຫຼົ້າຈຳນວນໜຶ່ງ ແລະ ເພື່ອນຊັກຊວນໃຫ້ເຈົ້າໄປທີ່ຮ້ານເບຍນຳ.

ທາງເລືອກ	**ຂໍ້ດີ**	**ຂໍ້ເສຍ**
1.________	1.________	1.________
2.________	2.________	2.________
3.________	3.________	3.________
4.________	4.________	4.________

5. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຄິດຫາທາງເລືອກ ຂໍ້ດີຂໍ້ເສຍ ແລະ ເລືອກທາງເລືອກທີ່ມີຂໍ້ເສຍໜ້ອຍທີ່ສຸດ.
6. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມສະເໜີຜົນການສົນທະນາໃນກຸ່ມນ້ອຍຕໍ່ກັບກຸ່ມໃຫຍ່.
7. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ

ອະທິບາຍ:

- ປົກກະຕິແລ້ວພວກເຮົາ ແລະ ຄົນທົ່ວໄປຈະຄິດເຖິງເຫດແລະຜົນຂອງການກະທຳຫຼືບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ?
- ການເລືອກແກ້ບັນຫາ ໃນແຕ່ລະຈຸດເວລາຂອງເຫດການ A, B ແລະ C ນັ້ນມີຜົນຕໍ່ສິ່ງທີ່ນຳມາແນວໃດ?
- ໃນຊີວິດຂອງພວກເຮົາ ເຄີຍພົບເຫດການທີ່ຄິດວ່າ ບໍ່ມີທາງອອກຫຼືມີທາງອອກແຕ່ທາງດຽວຫຼືບໍ່? ເປັນຫຍັງຈຶ່ງຄິດແນວນັ້ນ?
- ພວກເຮົາຄິດວ່າ ການທີ່ເຮົາປຽບທຽບ ຂໍ້ດີຂໍ້ບໍ່ດີກ່ອນຕັດສິນໃຈ ຊ່ວຍໃນການຕັດສິນໃຈຂອງເຮົາ ໄດ້ແນວໃດ (ໂດຍສະເພາະໃນກໍລະນີສະຖານະການທີ່ໃຊ້ໃນກິດຈະກຳ?

ຂໍ້ສະເໜີສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ: ໃນການດຳເນີນກິດຈະກຳນີ້ ບໍ່ໄດ້ໝາຍຄວາມວ່າ ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ຜູ້ຍິງໄປສອງຕໍ່ສອງກັບຜູ້ຊາຍ ໄປໄດ້ແຕ່ໃຫ້ຄິດວ່າ ໄປແບບໃດໃຫ້ປອດໄພ (ໃນກໍລະນີທີ່ຍັງບໍ່ຢາກມີເພດສຳພັນ) ຫຼື ຖ້າພ້ອມຈະມີເພດສຳພັນ ຕ້ອງກຽມ ປ້ອງກັນໂຕແບບໃດ).

ກິດຈະກຳທີ 4 ໃກ້ຊິດຕິດແທດປານໃດ?

ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມເພດຍິງເທົ່ານັ້ນ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ປະເມີນ ແລະ ຮູ້ຈັກວາງລະດັບຄວາມໄກ້ຊິດກັບເພດກົງກັນຂ້າມໃຫ້ເໝາະສົມ

ເວລາ: 50 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ (5 ຫາ 8 ຄົນ ຕໍ່ກຸ່ມ) ແບ່ງອອກເປັນສະເພາະກຸ່ມຊາຍ-ຍິງ

ອຸປະກອນ:

- ເຈັ້ຍຂຽນກະດານ
- ປາກກາຂຽນກະດານ
- ບັດຄຳ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ຕິດເຈັ້ຍຂຽນກະດານ ໃສ່ຝາຄົນລະດ້ານ ດ້ານລະໜຶ່ງແຜ່ນ ພ້ອມປາກກາຂຽນກະດານ.
2. ໃຫ້ກຸ່ມຜູ້ຍິງຢືນ ເຂົ້າແຖວລຽນກັນ ເປັນແຖວໜຶ່ງ ຫັນໜ້າເຂົ້າຫາເຈັ້ຍຂຽນກະດານທີ່ຕິດໄວ້ແຜ່ນທີໜຶ່ງ.
3. ຖາມແຕ່ລະກຸ່ມ ໂດຍການໃຊ້ຄຳຖາມຕໍ່ໄປນີ້: "ແມ່ນຫຍັງທີ່ຄູ່ຮັກປະຕິບັດຕໍ່ກັນ?" ສະມາຊິກ ໃນກຸ່ມໄດ້ກັບໄປຂຽນຄຳຕອບ ຂອງຕົນເອງໃສ່ເຈັ້ຍໂດຍບໍ່ໄດ້ທວນຄືນຄຳຕອບໃດໆບໍ່?.
4. ແຕ່ລະກຸ່ມໄດ້ເລືອກຕົວແທນ ເພື່ອນຳສະເໜີຜົນທີ່ໄດ້ຮັບແກ່ກຸ່ມໃຫຍ່.
5. ແຈກຢາຍບັດຄຳໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມນ້ອຍ ແລະ ໃຫ້ພວກເຂົາລຽງໃຫ້ຖືກຕາມລຳດັບຄວາມໃກ້ຊິດ, ເລີ້ມຈາກລະດັບຄວາມເປັນເພື່ອນ, ຫຼື ຫາກໍ່ພົບກັນ, ໄປຈົນເຖິງຂັ້ນ ທີ່ພວກເຂົາມີເພດສຳພັນນຳກັນ.
6. ແຕ່ລະກຸ່ມໄດ້ນຳສະເໜີຜົນໄດ້ຮັບໃຫ້ແກ່ກຸ່ມໃຫຍ່.
7. ບອກຄຳຕອບທີ່ຖືກຕ້ອງຂອງລະດັບຄວາມໃກ້ຊິດ.
8. ໃຫ້ກຸ່ມໄດ້ສົນທະນາໃນບັດຄຳ ແລະ ຕັດສິນໃຈວ່າການປະຕິບັດສິ່ງໃດທີ່ບໍ່ນຳໄປສູ່ການມີເພດສຳພັນ (ທີ່ພວກເຂົາ ຮູ້ສຶກສະບາຍໃຈທີ່ຈະເຮັດ), ແລະ ສິ່ງໃດທີ່ນຳໄປສູ່ການ ມີເພດສຳພັນ.
9. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມເບິ່ງຄືນ ຄຳຕອບຂອງຕົນເອງ ໃນຄຳຖາມທຳອິດ ("ແມ່ນຫຍັງທີ່ຄູ່ຮັກປະຕິບັດຕໍ່ກັນ?") ແລະ ສົມທຽບກັບລະດັບໃນບັດຄຳ ໂດຍອີງຕາມລຳດັບທີ່ຖືກຕ້ອງ ຂອງບັດຄຳ. ໃຫ້ພວກເຂົາເບິ່ງຖ້າພວກເຂົາຍັງຮູ້ສຶກແບບເກົ່າ ທີ່ວ່າການປະຕິບັດເຫລົ່ານັ້ນ ຈະນຳໄປສູ່ການມີເພດສຳພັນ. ຕໍ່ມາ, ໃຫ້ພວກເຂົາກະກຽມ ຄຳຕອບກັບຄຳຖາມ ແລະ ແຍກບັດຄຳອອກເປັນສອງກຸ່ມ: (1) ການກະທຳ/ປະເພດຂອງພຶດຕິກຳທີ່ສາມາດ ເຮັດໄດ້ໂດຍປາດສະຈາກ ຄວາມກັງວົນທີ່ສາມາດ ນຳໄປສູ່

ການ ມີເພດສຳພັນ (2) ການກະທຳ/ປະເພດຂອງພຶດຕິກຳ ທີ່ສາມາດນຳໄປສູ່ການມີເພດສຳພັນ ຫຼື ເຮັດໃຫ້ຄູ່ຮັກມີເພດສຳພັນກັນ.

10. ແຕ່ລະກຸ່ມໄດ້ນຳສະເໜີຜົນ ໄດ້ຮັບຂອງການສົນທະນາ ໃຫ້ກຸ່ມໃຫຍ່ຟັງ.

11. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ຍ້ອນຫຍັງ ເຮົາຈຶ່ງຕ້ອງວາງຂອບເຂດຂອງຄວາມໃກ້ຊິດ?
- ບັດຄຳໃນກຸ່ມ ທີ່ເຮັດໄດ້ມີອັນໃດແດ່ ແລະ ເຮັດໄດ້ໃນສະຖານະການໃດແດ່ ?
- ບັດຄຳໃນກຸ່ມ ທີ່ເຫັນວ່າອັນຕະລາຍ ນັ້ນມີອັນຕະລາຍແນວໃດ ?
- ຖ້າມີການກະທຳ ຕາມບັດຄຳໃນກຸ່ມອັນຕະລາຍ ໃນສະຖານະການທີ່ມືດມິດຫຼືຢູ່ແບບສອງຕໍ່ສອງ ນັ້ນຝ່າຍກົງກັນຂ້າມ ຈະຄິດແນວໃດ ແລະເຮົາອາດຈະພົບຫຍັງໄດ້ແດ່ ?
- ປົກກະຕິແລ້ວ ຖ້າຜູ້ຍິງມີຄວາມໃກ້ຊິດ ກັບຜູ້ຊາຍຫຼາຍ (ຖືກເນື້ອຕ້ອງໂຕ) ຜູ້ຍິງຄິດແນວໃດ? ແລ້ວຜູ້ຊາຍຈະຄິດຄືກັນກັບຜູ້ຍິງຫຼືບໍ່ແນວໃດ?
- ປົກກະຕິແລ້ວ ຖ້າຜູ້ຊາຍມີຄວາມໃກ້ຊິດ ກັບຜູ້ຍິງຫຼາຍ (ຖືກເນື້ອຕ້ອງໂຕລູບຫົວຫຼືລູບຜົມ) ຜູ້ຊາຍຄິດແນວໃດ ແລ້ວຜູ້ຍິງຈະຄິດຄືກັນກັບຜູ້ຊາຍຫຼືບໍ່ແນວໃດ ?
- ຖ້າເຮົາໃກ້ຊິດກັບຄົນ ທີ່ເຮົາຄວງຢູ່ຫຼາຍໆ ໄປທັ້ນມານີ້ ນຳກັນສອງຕໍ່ສອງແຕ່ເຮົາຮູ້ສຶກເສຍໆ ກັບຄົນທີ່ເຮົາຄວງ ຈະມີຫຍັງເກີດຂຶ້ນຕາມມາໄດ້ (ມີເພດສຳພັນຫຼືບໍ່ມີກໍ່ໄດ້) ເຮົາຄິດວ່າໄລຍະຫ່າງ ຫຼື ການວາງໂຕກັບຄົນທີ່ຍັງບໍ່ແນ່ໃຈ ນັ້ນຄວນເປັນແນວໃດແຍກຖາມ ລະຫວ່າງຜູ້ຍິງ ແລະຜູ້ຊາຍ.
- ຖ້າເຮົາໃກ້ຊິດກັບຄົນທີ່ເຮົາ ຄວງຫຼາຍໆ ໄປທັ້ນມານີ້ ນຳກັນສອງຕໍ່ສອງ ແລະ ຮູ້ສຶກມັກຄົນທີ່ເຮົາຄວງແທ້ໆ ຈະມີຫຍັງເກີດຂຶ້ນຕາມນຳ (ມີເພດສຳພັນຫຼືບໍ່ມີກໍ່ໄດ້) ເຮົາຄິດວ່າໄລຍະຫ່າງ ຫຼື ການວາງໂຕກັບຄົນທີ່ເຮົາມັກແທ້ໆນັ້ນຄວນເປັນແນວໃດ ແຍກຖາມລະຫວ່າງຜູ້ຍິງແລະຜູ້ຊາຍ

ບັດຄຳ:

- ເບິ່ງສຳຫຼວດຮ່າງກາຍທົ່ວໆໄປ
- ເບິ່ງຕາກັນ
- ເບິ່ງສຳຫຼວດຮ່າງກາຍເຈາະຈົງຈຶ້ງເບິ່ງພາກສ່ວນຕ່າງໆຂອງຮ່າງກາຍ
- ເບິ່ງຕາກັນດ້ວຍສາຍຕາທີ່ຫວານ
- ການໂອ້ລົມຊັກຖາມເລື່ອງທົ່ວໆໄປ
- ການຈັບມືຖືແຂນ
- ການໂອລົມຖາມເລື່ອງສ່ວນຕົວ
- ການຖືກໂຕໂດຍບັງເອີນ
- ການເອົາມືແຕະຫຼືຈັບບ່າໄຫຼ່
- ການຖືກເນື້ອຕ້ອງໂຕແບບຈິງໃຈ
- ການເອົາມືຈັບຫຼືແຕະແອວ

ພາກທີ 4

- ໜ້າແຕະໜ້າ
- ເອົາມືຈັບຫຼືແຕະໜ້າ
- ການເອົາມືສຳພັດຮ່າງກາຍນອກເຄື່ອງນຸ່ງ
- ແຕະສຳພັດຮ່າງກາຍສ່ວນເທິງ(ເທິງແອວ)ໃນເຄື່ອງນຸ່ງ
- ແຕະສຳພັດຮ່າງກາຍລຸ່ມບໍລິເວນແອວໃນເຄື່ອງນຸ່ງ
- ຈູບປາກ
- ຫ້ອມແກ້ມ
- ມີເພດສຳພັນ

ກິດຈະກຳທີ 5 ຄວາມສ່ຽງຂອງຂ້ອຍ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ຝຶກປະເມີນຄວາມສ່ຽງຂອງຕົນເອງໂດຍສະເພາະຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ

ເວລາ: 90 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່ ແລະ ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ ໂດຍແບ່ງເປັນກຸ່ມຜູ້ຊາຍລ້ວນ ແລະ ຜູ້ຍິງລ້ວນ

ອຸປະກອນ:

- ເຈ້ຍຂຽນກະດານ
- ເຈ້ຍກາວ
- ປາກກາຂຽນກະດານ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ ໂດຍໃຫ້ແບ່ງເປັນກຸ່ມຜູ້ຍິງລ້ວນ ແລະ ຜູ້ຊາຍລ້ວນ.
2. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ເລືອກຕົວແທນ ເພື່ອໃຫ້ນອນລົງເທິງເຈ້ຍຂຽນກະດານ. ແລະ ໃຫ້ໝູ່ແຕ້ມໂຄງຮ່າງຂອງຮ່າງກາຍ (ເບິ່ງພາບປະກອບ).

3. ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທັງຍິງ-ຊາຍ ແຕ້ມໂຄງຮ່າງຮ່າງກາຍຕາມໂຕໝູ່ທີ່ນອນຢູ່ ຜູ້ທີ່ມີອາຍຸ, ເພດ ແລະ ອາຊີບຄ້າຍຄືກັບ ຜູ້ທີ່ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເປັນສ່ວນໃຫຍ່ໃນກິດຈະກຳນີ້. ສາມາດໃຊ້ສີແຕ້ມໜ້າຕາ, ເສື້ອຜ້າຕາມທີ່ຢາກໃຫ້ເປັນ. ພ້ອມທັງໃຫ້ພວກເຂົາ, ຕັ້ງຊື່ໝູ່ໃໝ່ຂອງພວກເຂົານີ້.
4. ຫຼັງຈາກແຕ່ລະກຸ່ມແຕ້ມຮູບ ແລະ ແຕ່ງເຕີມຮູບພາບຂອງກຸ່ມຕົນເອງແລ້ວໆໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມລອງອະທິບາຍວ່າ ໝູ່ໃໝ່ທີ່ແຕ້ມຂຶ້ນມາ ຊຶ່ງມີອາຍຸເພດແລະອາຊີບ ເຊັ່ນດຽວກັນກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຈະມີຄວາມສ່ຽງ (ພຶດຕິກຳສ່ຽງ) ຕໍ່ການຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ແນວໃດແດ່ ໃຫ້ຂຽນທັງໝົດທີ່ກຸ່ມຄິດໄດ້ ໂດຍຂຽນໃສ່ເນື້ອທີ່ທີ່ເຫຼືອ ຢູ່ເທິງຮູບແຕ້ມເທິງເຈ້ຍຂຽນກະດານ.
5. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ວິເຄາະວ່າພຶດຕິກຳສ່ຽງໃດ ຈະນຳພວກຕົນໄປສູ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄດ້ຫຼາຍທີ່ສຸດ ໂດຍໃຫ້ຂຽນວ່າພຶດຕິກຳ ໃດເປັນພຶດຕິກຳສ່ຽງທີ່ຈະນຳໄປສູ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ອັນດັບທີໜຶ່ງ.

6. ໃຫ້ກຸ່ມຍ່ອຍແຕ່ລະກຸ່ມ ອອກມາສະເໜີຜົນການວິເຄາະ ຂອງຕົນກັບກຸ່ມໃຫຍ່ຕອນທີ່ຕົວແທນກຸ່ມຍ່ອຍແຕ່ລະກຸ່ມ ອອກມາສະເໜີນັ້ນຜູ້ນຳກິດຈະກຳຈະຕ້ອງຖາມນຳວ່າ ຍ້ອນຫຍັງຈຶ່ງເລືອກຂໍ້ນັ້ນໆ.

ສ່ວນທີ 2:

1. ຈາກພຶດຕິກຳສ່ຽງອັນດັບ 1 ທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາສ່ຽງ ຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ນັ້ນໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຫາວິທີວາງແຜນ ການປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.
   - ສຳລັບກຸ່ມຜູ້ຊາຍ: (1) ມີພຶດຕິກຳນອກໃຈເມຍບໍ່ (ສຳລັບຜູ້ຊາຍທີ່ແຕ່ງງານແລ້ວ), (2) ມີເພດສຳພັນ ກ່ອນແຕ່ງງານ (ສຳລັບຜູ້ຊາຍທີ່ຍັງໂສດ) ແລະ 3) ມີຄູ່ນອນຫຼາຍຄົນ (ທັງທີ່ແຕ່ງງານແລ້ວແລະຍັງໂສດ).
   - ສຳລັບກຸ່ມຜູ້ຍິງ: (1) ບໍ່ແນ່ໃຈວ່າຜົວຈະນອກໃຈບໍ່ (ສຳລັບແມ່ຍິງທີ່ແຕ່ງງານແລ້ວ), (2) ມີເພດສຳພັນ ກ່ອນແຕ່ງງານ (ສຳລັບຜູ້ຍິງທີ່ຍັງໂສດ) ແລະ (3) ມີຄູ່ນອນຫຼາຍຄົນ (ທັງທີ່ແຕ່ງງານແລ້ວແລະຍັງໂສດ).
2. ແນະນຳໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ໃຊ້ຫລັກການ ການແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະ ການຕັດສິນໃຈ.
3. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມອອກມາສະເໜີຜົນການອະທິບາຍຂອງກຸ່ມຕົນຕໍ່ກຸ່ມໃຫຍ່.
4. ສັງເກດເບິ່ງຄວາມຕັ້ງໃຈ ຂອງການນຳສະເໜີ ຂອງກຸ່ມທີ່ນຳສະເໜີຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມກ່ຽວກັບທາງເລືອກອື່ນໆ ພ້ອມທັງການແນະນຳ ຫຼື ເປັນແນວທາງໃຫ້ພວກເຂົາ ໃນການຍ້ຳຄືນ ຖ້າພວກເຂົາໄດ້ເລືອກທາງອອກທີ່ບໍ່ກ່ຽວຂ້ອງ.
5. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ພວກເຮົາຄິດວ່າ ການວາງແຜນເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງ ຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ນີ້ກ່ຽວຂ້ອງແນວໃດ ກັບຄວາມຫວັງ ຫຼື ເປົ້າໝາຍໃນຊີວິດຂອງເຮົາ?
- ພວກເຮົາຄິດວ່ານອກເໜືອຈາກການວາງແຜນເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລ້ວສິ່ງທີ່ສຳຄັນທີ່ສຸດ ຫຼັງຈາກເຮົາໄດ້ວາງແຜນແລ້ວແມ່ນຫຍັງ? (ຕອບ-ການປະຕິບັດຕາມແຜນທີ່ໄດ້ວາງໄວ້).

ຂໍ້ສະເໜີສຳລັບ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ: ລະຫວ່າງການຈັດຕັ້ງ ປະຕິບັດກິດຈະກຳທີ 7, ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເວົ້າສະເໜີກ່ຽວກັບການມີບັນຫາ ສຳລັບການສື່ສານກັບຄູ່ຮັກ, ໃນການໃຊ້ຖົງ ຢາງອະນາໄມ. ຖ້າບໍ່ມີໃຜເວົ້າເຖິງບັນຫາດັ່ງກ່າວ, ບັນຫານັ້ນກໍ່ຄວນຍົກມາສົນທະນາ. ໂດຍປົກກະຕິແລ້ວ, ສະເພາະທີ່ຢູ່ໃນຂົງເຂດນີ້, ຜູ້ຍິງບໍ່ມີຄວາມສະດວກໃຈໃນການເວົ້າເລື້ອງເພດສຳພັນ ຫຼື ການຕໍ່ລອງໃນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ກັບຄູ່ນອນເພາະວ່າບົດບາດຍິງຊາຍ ທີ່ຮຽນຮູ້ຈາກຄອບຄົວ, ຊຸມຊົນ ແລະ ສັງຄົມ. ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມມີໂອກາດ ໃນການເພີ່ມເຕີມທັກສະ ການສື່ສານໃນການຝຶກຊ້ອມກັບກິດຈະກຳ.

ກິດຈະກຳທີ 6 ຮຸນແຮງ ຫຼື ຍິນຍອມແຕ່ໂດຍດີ ຫຼືຢືນຢັນໃນໂຕເອງ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ເຂົ້າໃຈຄວາມແຕກຕ່າງ ຂອງລັກສະນະການສື່ສານສາມປະເພດຄື ການສື່ສານແບບຮຸນແຮງ ແບບຍິນຍອມແຕ່ໂດຍດີ ແລະ ແບບຢືນຢັນໃນໂຕເອງ

ເວລາ: 40 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່

ອຸປະກອນ:
- ເຈັ້ຍຂຽນກະດານ
- ປາກກາຂຽນກະດານ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ບອກກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳວ່າ ການທີ່ຈະສາມາດສື່ສານ ໄດ້ຢ່າງມີປະສິດທິພາບນັ້ນ ສ່ວນໜຶ່ງຂຶ້ນຢູ່ກັບການ ທີ່ຈະສາມາດ ເລືອກວິທີການ ຫຼື ລັກສະນະຂອງການສື່ສານໄດ້ຢ່າງເໝາະສົມ.
2. ໃຫ້ອາສາສະມັກ 7 ຄົນ ສະແດງບົດບາດສົມມຸດ ແລະ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສັງເກດເບິ່ງບົດບາດສົມມຸດຢ່າງຕັ້ງໃຈ:

   "ເຮົາກຳລັງຢືນເຂົ້າແຖວ ເພື່ອຖ້າຊື້ປີ້ການສະແດງດົນຕີ ຂອງວົງດົນຕີໄວລຸ່ນ ມີຊື່ສຽງກິດລະບຽບ ໃນການຊື້ປີ້ຄື ຄົນໜຶ່ງຈະຊື້ປີ້ໄດ້ໜຶ່ງໃບເທົ່ານັ້ນ ເຮົາຢືນຖ້າມາດົນແລ້ວ ຈົນເມື່ອຍຂາແລະຮູ້ສຶກວ່າຢືນຈົນຂາແຂງແລ້ວ ຍິ່ງໄປກວ່ານັ້ນ ເຮົາຢືນມາດົນຫຼາຍຈົນກາຍເວລາທີ່ບອກແມ່ວ່າ ຄວນຈະຮອດບ້ານຢ່າງໃດ ກໍ່ຕາມຕອນນີ້ເຮົາຢືນຖ້າມາຈົນເຫຼືອອີກແຕ່ 5 ຄົນ ກໍ່ຈະຮອດຄິວຂອງເຮົາແລ້ວ ແລະ ເຮົາໝັ້ນໃຈວ່າເຮົາຈະຊື້ປີ້ໄດ້ຢ່າງແນ່ນອນ ທັນໃດນັ້ນ ເອງກໍມີຄົນສອງຄົນຍ່າງມາເຮັດທຳທ່າວ່າ ຍ່າງມາຫາໝູ່ທີ່ຢືນທາງໜ້າ ແລະ ຖືໂອກາດຕັດໜ້າເຂົ້າມາໃນແຖວ ຄິວລໍຖ້າທີ່ມີໝູ່ຂອງພວກເຂົາຢືນຢູ່."
3. ທີມງານປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ ອາດຈະພິຈາລະນາບົດບາດສົມມຸດດ້ວຍຕົນເອງ.
4. ຫຼັງຈາກແລ້ວການສະແດງ, ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມວ່າ ຈະເຮັດແນວໃດ ຖ້າເປັນຄົນທີ່ຢູ່ໃນແຖວ ແຕ່ມີສອງຄົນລັດແຖວມາຕໍ່ໜ້າ

5. ຫຼັງຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຂຽນຄຳຕອບຂອງຕົນເອງ ແລ້ວໆໃຫ້ຈັດກຸ່ມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນ 3 ກຸ່ມ ຫຼັກໆຕາມຄຳຕອບດັ່ງນີ້:
    - ກຸ່ມທີ 1: ຄືກຸ່ມຂອງຄົນທີ່ຕອບວ່າ "ໃຫ້ຍືນຢູ່ບ່ອນເກົ່າແມ່ນວ່າຈະໃຈຮ້າຍ ແຕ່ກໍ່ບໍ່ໄດ້ເວົ້າຫຍັງໃຫ້ກຸ່ມທີ 1 ທຸກຄົນຢືນຢູ່ແຈໜຶ່ງຂອງຫ້ອງ.
    - ກຸ່ມທີ 2: ຄືກຸ່ມຂອງຄົນທີ່ຕອບວ່າ "ເອີ້ນຄົນທີ່ມາຕັດໜ້າດ້ວຍສຽງດັງສະແດງອາການບໍ່ພໍໃຈ ແລະສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າຖ້າຄົນສອງຄົນນີ້ບໍ່ຍ້າຍໄປຕໍ່ຢູ່ສົ້ນແຖວ ກໍ່ອາດຈະເຖິງຂັ້ນ ຖືກທຳຮ້າຍຮ່າງກາຍໄດ້"
    - ກຸ່ມທີ 3: ຄືກຸ່ມຂອງຄົນທີ່ຕອບວ່າ "ຈະເວົ້າກັບຄົນທີ່ແຊກເຂົ້າມາທັງສອງຄົນຊື່ໆ ວ່າໃຫ້ຍ້າຍໄປຕໍ່ສຸດແຖວເພາະທຸກຄົນ ຢືນຕໍ່ຄືວຢູ່.
6. ຕໍ່ມາ, ຖາມຄຳຖາມເຫລົ່ານີ້: "ຜົນທີ່ຕາມມາຂອງການກະທຳແຕ່ລະອັນຈະເປັນແນວໃດ?" ສົນທະນາໃນກຸ່ມ ແລະ ສະແດງຄຳຕອບຮ່ວມກັບກຸ່ມໃຫ່ຍ.
7. ຂຽນຄຳສັບ "ຮຸນແຮງຫຼືຍິນຍອມແຕ່ໂດຍດີຫຼືຢືນຢັນໃນໂຕເອງ" ເທິງກະດານແລະຖາມແຕ່ລະກຸ່ມໃຫ້ໃສ່ພຶດຕິກຳ ຂອງຕົນເອງທີ່ແທດເໝາະກັບຄຳສັບນີ້.
8. ໃຫ້ຄຳນິຍາມຂອງສາມຄຳສັບນີ້.
9. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ລັກສະນະເດັ່ນຂໍ້ແຕກຕ່າງ ແລະ ຜົນທີ່ອາດຈະຕາມມາ ຈາກການສື່ສານທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ຂອງການສື່ສານ ແບບກ້າວລ້າວການຍິນຍອມແຕ່ໂດຍດີແລະການຍິນຍອມ ໃນຕົນເອງແມ່ນຫຍັງ ?
- ພວກເຮົາຄິດວ່າ ໃນສະຖານະການ ທີ່ເລົ່າໃຫ້ຟັງນັ້ນ ເຮົາຄິດວ່າເຮົາຈະໃຊ້ການສື່ສານ ແບບໃດຈະເໝາະສົມທີ່ສຸດຍ້ອນຫຍັງ ?
- ພວກເຮົາຄິດວ່າ ເຮົາຈະໃຊ້ການສື່ສານແບບຕ່າງໆ ທັງ 3 ແບບ ຂ້າງຕົ້ນຊ່ວຍໃນການຕໍ່ລອງການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ກັບຄູ່ຂອງເຮົາໄດ້ແນວໃດ ແລະ ການສື່ສານແບບໃດ ທີ່ເບິ່ງຄືວ່າຈະໄດ້ຜົນທີ່ສຸດຍ້ອນຫຍັງ?

ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມສຳລັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

- ການຕອບສະໜອງຮຸນແຮງ ໝາຍເຖິງການສະແດງອອກເຖິງ ຄວາມຕ້ອງການຄວາມຮູ້ສຶກໃນລັກສະນະ ທີ່ຄ້າຍໆກັບວ່າກຳລັງຂູ່ຄຸກຄາມ ຄົນອື່ນເຮັດໃຫ້ຄົນອື່ນຢ້ານ ແລະ ມັກຈະທຳຮ້າຍຄວາມຮູ້ສຶກຂອງຜູ້ອື່ນນຳໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວການຕອບສະໜອງ ທີ່ຮຸນແຮງມັກຈະນຳໄປສູ່ສະຖານະການຂອງຄວາມຂັດແຍ່ງ ທີ່ຫຼາຍຂຶ້ນຫຼາຍກວ່າທີ່ຈະເຮັດໃຫ້ເກີດຜົນດີ.
- ການຕອບສະໜອງແບບຍິນຍອມ ແຕ່ໂດຍດີໝາຍເຖິງການທີ່ບໍ່ສາມາດສະແດງຄວາມຮູ້ສຶກ ຫຼື ຄວາມຕ້ອງການ ຫຼື ຖ້າມີການສະແດງຄວາມຮູ້ສຶກ ຫຼື ຄວາມຕ້ອງການກໍສະແດງແບບບໍ່ຊັດເຈນພໍ ຫຼື ໜ້ອຍເກີນໄປ ຊຶ່ງຄົນອື່ນມັກບໍ່ສົນໃຈ ຫຼື ບໍ່ຕອບສະໜອງຕໍ່ຄວາມຮູ້ສຶກ ຫຼື ຄວາມຕ້ອງການນັ້ນ

ປົກກະຕິແລ້ວການຕອບສະໜອງແບບຍິນຍອມ ແຕ່ໂດຍດີມັກຈະບໍ່ແມ່ນການສື່ສານທີ່ເໝາະສົມທີ່ສຸດສຳລັບໂຕເຮົາ ເພາະຖ້າຕອບສະໜອງແບບນີ້ຄົນອື່ນມັກຈະລະເມີດສິດ ຂອງໂຕເຮົາໄດ້.

- ການຕອບສະໜອງແບບຢືນຢັນຕົນເອງໝາຍເຖິງການສະແດງຄວາມຮູ້ສຶກຫຼືຄວາມຕ້ອງການຢ່າງກົງໄປກົງມາຂະນະດຽວກັນກໍ່ຍັງເຄົາລົບໃນສິດທິຂອງຜູ້ອື່ນແລະການສະແດງອອກແບບນີ້ມັກຈະຊ່ວຍໃຫ້ໄດ້ຮັບໃນສິ່ງທີ່ຕົນເອງຕ້ອງການ ໂດຍທີ່ບໍ່ທຳຮ້າຍຄວາມຮູ້ສຶກຂອງຜູ້ອື່ນແຕ່ຢ່າງໃດກໍ່ຕາມການຢືນຢັນໃນຕົນເອງໃນບາງສະຖານະການກໍ່ອາດຈະບໍ່ປອດໄພເຊັ່ນເມື່ອເວົ້າກັບຄົນທີ່ກຳລັງເມົາເຫຼົ້າຫຼືເມົາຢາເສບຕິດຫຼືຄົນທີ່ມີອາວຸດແລະເຮົາຢູ່ໃນສະຖານະການທີ່ບໍ່ປອດໄພອື່ນໆ.

ກິດຈະກຳທີ 7 ເກມເລົ່າເລື່ອງ

ຈຸດປະສົງ: ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຝຶກເລື່ອງການສື່ສານ ກ່ຽວກັບເລື່ອງເພດ ຕໍ່ໜ້າຜູ້ອື່ນ

ເວລາ: 30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່

ອຸປະກອນ: ບັດຄຳ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແຈກບັດຄຳ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທຸກຄົນຄົນລະໃບ.
2. ໃຫ້ທຸກຄົນ ເລົ່າເລື່ອງຈາກບັດຄຳ ທີ່ແຈກໃຫ້ໂດຍເວົ້າຄົນລະໜຶ່ງປະໂຫຍກທີ່ກ່ຽວກັບເລື່ອງເພດ ແລະ ປະໂຫຍກທີ່ເວົ້ານັ້ນ ຕ້ອງມີຄຳຕາມບັດຄຳທີ່ໄດ້ຮັບຢູ່ນຳ
3. ໃຫ້ເລີ່ມເວົ້າເທື່ອລະຄົນ ແລະ ແຕ່ລະຄົນຈະຕ້ອງເວົ້າປະໂຫຍກ ທີ່ຕໍ່ເນື່ອງກັບປະໂຫຍກ ທີ່ຄົນກ່ອນໜ້າເວົ້າມາແລ້ວນຳ
4. ເຮັດແບບນີ້ຈົນຄົບທຸກຄົນ
5. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ

ອະທິບາຍ:

- ເຮົາສາມາດເວົ້າປະໂຫຍດ ທີ່ຄິດໄວ້ໄດ້ຫຼືບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ?
- ມີປັດໃຈຫຍັງແດ່ ທີ່ເຮັດໃຫ້ເຮົາບໍ່ສາມາດ ເວົ້າປະໂຫຍດທີ່ຄິດໄວ້ ?
- ພວກເຮົາຮູ້ສຶກແນວໃດ ຕອນທີ່ເວົ້າ ?
- ຄວາມຮູ້ສຶກດັ່ງກ່າວນັ້ນ ມີຜົນແນວໃດຕໍ່ການສື່ສານເລື່ອງເພດ ?

ບັດຄໍາ:

ຮັກ	ບໍ່ເຄີຍ
ລູບຜົມ	ມັກບໍ່
ໂອບ	ຕາຍແລ້ວ!!!
ມັກໄປເບິ່ງຮູບເງົາ	ເທື່ອທໍາອິດ
ຂໍກ່ອນເນາະ	ໂອ້ຍ!!!
ຈະດີບໍ່?	ໄຫວບໍ່
ເຈັບ	ຍອມແລ້ວ
ບ້າ	ງາມແທ້
ໃຫ້ລາງວັນ	ຈັບມື
ແກະຍາກແທ້	ຮ້ອນ
ຮ້ອງໃຫ້	ຫອມແກ້ມ
ບໍ່ໄດ້!	ໄວໆແດ່
ດີເນາະ	ຈູບ
ອຸ້ມ	ອີກໜ້ອຍໜຶ່ງ
ມອດໄຟກ່ອນ	ຄວາມສຸກ
ອິດເອົາເນາະ	ກອດ
ຄິດຮອດ	ແປ້ງຫອມແທ້
ຢ້ານ	ບໍ່ຢ້ານ

ກິດຈະກຳທີ 8 ການຝຶກທັກສະການສື່ສານ (ການຕໍ່ລອງຫຼືປະຕິເສດ)

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຝຶກທັກສະ ການສື່ສານໃນການຕໍ່ລອງ ຫຼື ການປະຕິເສດ

ເວລາ: 80 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ກິດຈະກຳກຸ່ມນ້ອຍ

ອຸປະກອນ:

- ເຈ້ຍ A4
- ປາກກາຂຽນກະດານ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຊາຍອອກເປັນ 2 ກຸ່ມ ໃຫ້ຊື່ວ່າກຸ່ມຊາຍ 1 ແລະ ກຸ່ມຊາຍ 2.
2. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຍິງ ອອກເປັນ 2 ກຸ່ມ ໃຫ້ຊື່ວ່າກຸ່ມຍິງ 1 ແລະ ກຸ່ມຍິງ 2.
3. ຈັບຄູ່ກຸ່ມຊາຍ 1 ແລະ ກຸ່ມຍິງ 1 ແລະ ຈັບຄູ່ກຸ່ມຊາຍ 2 ແລະ ກຸ່ມ ຍິງ 2 ເພື່ອໃຫ້ແຕ່ລະຝ່າຍ ຮັບບົດເປັນຄູ່ຮັກຂອງກັນ ແລະ ກັນໂດຍທັງ 2 ຄູ່ ຕ້ອງປຸ່ນກັນສວມບົດບາດ ເປັນຝ່າຍທີ່ຈະຕໍ່ລອງ ຫຼື ເວົ້າຈາໃຫ້ອີກຝ່າຍ ຍອມໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.
4. ສະຖານະການທີ 1 ຝ່າຍຊາຍຂອງກຸ່ມຊາຍ 1 ແລະ ຊາຍ 2 ຈະເປັນຝ່າຍທີ່ເວົ້າຈາຕໍ່ລອງໃຫ້ຝ່າຍຍິງເຫັນດ້ວຍ ກັບການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ສ່ວນກຸ່ມຍິງ 1 ແລະ ຍິງ 2 ຈະຕ້ອງໂຕ້ຕອບ ເພື່ອບໍ່ເຫັນດ້ວຍກັບການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ກຽມບົດເວົ້າຂອງຕົນເອງ ໂດຍບໍ່ໃຫ້ຝ່າຍທີ່ເປັນຄູ່ຂອງຕົນໄດ້ຍິນ ເມື່ອພ້ອມແລ້ວ ໃຫ້ສົ່ງຕົວແທນອອກມາຫຼິ້ນບົດທີ່ສົມມຸດ ໂດຍສະມາຊິກໃນແຕ່ລະກຸ່ມ ທີ່ບໍ່ໄດ້ອອກມາຫຼິ້ນ ສາມາດຊ່ວຍຄິດຄຳເວົ້າເພີ່ມເຕີມ ແລະ ບອກໃຫ້ໝູ່ໄດ້ຫຼືສາມາດປຸ່ນໂຕຄົນທີ່ຈະຫຼິ້ນບົດບາດສົມມຸດນີ້ໄດ້ ຖ້າໝູ່ທີ່ເປັນຕົວແທນຂອງກຸ່ມເລີ່ມຄິດບໍ່ອອກແລ້ວ.
5. ສະຖານະການທີ 2 ຝ່າຍ ຍິງຂອງກຸ່ມຍິງ 1 ແລະ ຍິງ 2 ຈະເປັນຝ່າຍທີ່ເວົ້າຈາຕໍ່ລອງໃຫ້ຝ່າຍຊາຍ ເຫັນດ້ວຍກັບການ ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມສ່ວນກຸ່ມຊາຍ 1 ແລະ ຊາຍ 2 ຈະຕ້ອງໂຕ້ຕອບ ເພື່ອບໍ່ເຫັນດ້ວຍກັບການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມກຽມບົດ ເວົ້າຂອງຕົນເອງ ໂດຍບໍ່ໃຫ້ຝ່າຍທີ່ເປັນຄູ່ຂອງຕົນໄດ້ຍິນ ເມື່ອພ້ອມໃຫ້ສົ່ງຕົວແທນ ອອກມາຫຼິ້ນບົດສົມມຸດນີ້ໂດຍສະມາຊິກ ໃນແຕ່ລະກຸ່ມ ທີ່ບໍ່ໄດ້ອອກມາຫຼິ້ນ ສາມາດຊ່ວຍຄິດຄຳເວົ້າເພີ່ມເຕີມ ແລະ ບອກໃຫ້ໝູ່ໄດ້ ຫຼື ສາມາດປຸ່ນໂຕຄົນທີ່ຈະຫຼິ້ນບົດບາດສົມມຸດນີ້ໄດ້ຖ້າໝູ່ ທີ່ເປັນຕົວແທນ ຂອງກຸ່ມເລີ່ມຄິດບໍ່ອອກ ແລ້ວ.

6. ຖ້າສະມາຊິກໃນກຸ່ມຊາຍ-ຍິງ ຮູ້ສຶກອາຍໃນການສະແດງເປັນຄູ່, ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມໃນການສະແດງເປັນຄູ່.
7. ຖ້າມີເວລາພໍ ໃຫ້ທຸກກຸ່ມໄດ້ຫຼິ້ນທັງສອງສະຖານະການ ແຕ່ຖ້າເວລາບໍ່ພໍອາດຈະໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຫຼິ້ນ ບົດບາດສົມມຸດ ສະຖານະການໃດ ສະຖານະການໜຶ່ງ ໂດຍໃຫ້ມີທັງກຸ່ມຜູ້ຍິງ ຕໍ່ລອງການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ຜູ້ຊາຍປະຕິເສດ ແລະ ໃຫ້ກຸ່ມຜູ້ຊາຍຕໍ່ລອງການໃຊ້ ຖົງຢາງອະນາໄມ ແລະ ໃຫ້ຜູ້ຍິງປະຕິເສດ.
8. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາອະທິບາຍ:

- ພວກເຮົາສາມາດນຳຄຳເວົ້າ ທີ່ກຽມໄວ້ມາໃຊ້ໄດ້ໝົດ ຫຼື ບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ ?
- ນອກເໜືອຈາກການພະຍາຍາມຕໍ່ລອງ ແລະ ເຮົາຮູ້ສຶກລຳບາກໃຈໃນການຕໍ່ລອງ ເຮົາຈະມີທາງເລືອກອື່ນໆ ຫຍັງອີກແດ່ຍົກຕົວຢ່າງ ?
- ສຳຫຼັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຍິງ ຖ້າເຮົາຍັງບໍ່ພ້ອມ ທີ່ຈະມີເພດສຳພັນ ແລະ ການທີ່ໄປຢູ່ສອງຕໍ່ສອງ ອາດຈະເຮັດໃຫ້ເຮົາ ຢຸດຕົວເອງເພື່ອບໍ່ມີເພດສຳພັນ ໄດ້ຍາກ ຫຼື ມີຂໍ້ຕໍ່ລອງໜ້ອຍກວ່າເຮົາຈະມີທາງເລືອກອື່ນໆ ຫຍັງອີກແດ່ ຍົກຕົວຢ່າງ (ເຊັ່ນການບໍ່ໃຫ້ຕົນເອງ ຕົກຢູ່ໃນສະຖານະການທີ່ສ່ຽງ).
- ສຳຫຼັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຜູ້ຊາຍພວກເຮົາຄິດວ່າມີປະເດັນໃດ ແດ່ທີ່ໃຫ້ເຮົາຮູ້ສຶກວ່າ ຢາກທີ່ຈະຕໍ່ລອງ ຫຼື ຊັກຊວນໃຫ້ແຟນຂອງເຮົາ ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ (ເມື່ອຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຊາຍຕອບ ຫຼື ຍົກຕົວຢ່າງແລ້ວໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຍິງ ຊ່ວຍບອກວ່າຖືກຫຼືບໍ່ຍ້ອນຫຍັງ)
- ສຳຫຼັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຍິງ ພວກເຮົາຄິດວ່າມີປະເດັນໃດແດ່ ທີ່ເຮັດໃຫ້ເຮົາຮູ້ສຶກວ່າຢາກ ທີ່ຈະຕໍ່ລອງ ຫຼື ຊັກຊວນໃຫ້ແຟນຂອງເຮົາ ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ (ເມື່ອຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ຜູ້ຍິງຕອບ ຫຼື ຍົກຕົວຢ່າງແລ້ວ ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຜູ້ຊາຍຊ່ວຍບອກວ່າ ຖືກຫຼືບໍ່ຖືກ ຍ້ອນຫຍັງ).

ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມສຳຫຼັບຜູ້ນຳກິດຈະກຳ:

- ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ສາມາດບອກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ວ່າ ເຖິງວ່າແມ່ນແຕ່ລະກຸ່ມ ຈະໄດ້ກຽມຄຳເວົ້າໄວ້ແລ້ວ ແຕ່ໃນສະຖານະການແທ້ຫຼື ສະຖານະການ ທີ່ເຮົາຫຼິ້ນບົດບາດສົມມຸດ ທີ່ມີການໂຕ້ຕອບກັນແທ້ໆ ເຮົາອາດຈະບໍ່ສາມາດ ໃຊ້ຄຳເວົ້າທີ່ກຽມໄວ້ໄດ້ ຈຶ່ງຕ້ອງກຽມຄຳເວົ້າໃໝ່ໃນທັນທີທັນໃດ.

- ໃນການສະແດງບົດບາດສົມມຸດນັ້ນ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນກະຕຸ້ນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເຫັນສິ່ງທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນ ໃນສະຖານະການແທ້ໆ ວ່າຄູ່ຂອງເຮົາອາດຈະບໍ່ຍອມ ເຮັດຕາມທີ່ເຮົາຕໍ່ລອງງ່າຍໆ ເຮົາຕ້ອງພະຍາຍາມຫາເຫດຜົນ ແລະ ຕໍ່ລອງຢູ່ດົນເພາະສະນັ້ນ ຖ້າເຮົາຄິດວ່າເຮົາຈະຕໍ່ລອງໃຫ້ໄດ້ຕາມ ທີ່ເຮົາຕ້ອງການເຮົາຕ້ອງຢືນຢັນ ໃນຄວາມຄິດຂອງເຮົາ (ທັງນ້ຳສຽງແລະທ່າທາງ) ແລະ ຈະຕ້ອງຄິດນຳວ່າໃນສະຖານະການທີ່ຢູ່ນຳກັນສອງຕໍ່ສອງນັ້ນ ຖ້າເຮົາຕໍ່ລອງບໍ່ສຳເລັດ ເຮົາຈະຫາທາງອອກອື່ນໆໄດ້ແນວໃດ ຊຶ່ງຄວາມຈິງແລ້ວ ການຢູ່ໃນສະຖານະການ ສອງຕໍ່ສອງສຳລັບຜູ້ຍິງຈະຫາທາງອອກອື່ນໄດ້ຍາກ ເພາະສະນັ້ນ ການບໍ່ໃຫ້ຕົວເອງຢູ່ໃນສະຖານະການທີ່ສ່ຽງນັ້ນຈະເໝາະສົມກວ່າ.

ພາກທີ 5

ການຢູ່ຮ່ວມກັນກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ

ກິດຈະກຳທີ 1 ເປັນກິດຈະກຳ ເພື່ອເສີມສ້າງທັດສະນະຄະຕິ ທາງບວກຕໍ່ການຢູ່ຮ່ວມກັນກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໂດຍກ່ຽວຂ້ອງກັບເນື້ອເລື່ອງໃນລະຄອນ (ວີດີໂອ ແລະ ລະຄອນວິທະຍຸ) ຕອນທີ 3 ຕອນທີ່ ນາງ ນ້ອຍ ຖືກໝູ່ຢູ່ໃນບ້ານຂັບ ໄລ່ຫຼັງຈາກທີ່ຮູ້ວ່າ ນ້ອຍ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈາກ ທ້າວ ເມກ ຜູ້ເປັນຜົວທີ່ເສຍຊີວິດໄປແລ້ວ ຈາກການເປັນພະຍາດເອດ.
ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ສາມາດນຳ ເຂົ້າສູ່ກິດຈະກຳ ໂດຍເວົ້າວ່າ "ຕອນ ນ້ອຍ ຖືກໝູ່ຢູ່ໃນບ້ານ ຂັບໄລ່ເນື່ອງຈາກ ນ້ອຍ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ນັ້ນຈາກກິດຈະກຳ ໃນຕອນກ່ອນໜ້ານີ້ທີ່ກ່ຽວກັບການ ແຜ່ລະບາດຂອງ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຮົາຄິດວ່າເຮົາຈະຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຮົາຄິດວ່າເຮົາຈະຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈາກການມີໝູ່ຫຼືຊ່ວຍເບິ່ງແຍງໝູ່ທີ່ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງ..... ຕໍ່ໄປນີ້ ເຮົາຈະມາລອງເຮັດກິດ ຈະກຳຮ່ວມ ກັນ ເບິ່ງວ່າເມື່ອຜູ້ຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ຖືກຈຳແນກ ແລະ ລັງກຽດພວກເຂົາ ຈະຮູ້ສຶກແນວໃດ."

ກິດຈະກຳທີ 2 ແລະ 3 ເປັນກິດຈະກຳ ເພື່ອເສີມສ້າງທັດສະນະຄະຕິ ທາງບວກຕໍ່ການຢູ່ຮ່ວມກັນກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໂດຍກ່ຽວຂ້ອງກັບເນື້ອເລື່ອງ ໃນລະຄອນ (ວີດີໂອ ແລະ ລະຄອນວິທະຍຸ) ຕອນທີ 3 ກິດຈະກຳທີ 4 ເຖິງ 6 ເປັນເລື່ອງ ກ່ຽວກັບການເບິ່ງແຍງຜູ້ຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ໂດຍກ່ຽວຂ້ອງກັບເນື້ອເລື່ອງໃນລະຄອນ (ວີດີໂອແລະລະຄອນວິທະຍຸ) ຕອນທີ 3 ຕອນ ນ້ອຍກັບບ້ານ ແລະ ແພດບອກໃຫ້ ນ້ອຍ ເບິ່ງແຍງສຸຂະພາບ ກິນຢາຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ ແລະ ມາຫາແພດຢ່າງສະໝໍ່າສະເໝີ, ກິນຢາຕາມທີ່ແພດສັ່ງ ແລະ ມາກວດສຸຂະພາບເປັນປະຈຳ.
ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດນຳເຂົ້າກິດຈະກຳໄດ້ດັ່ງນີ້"ຕອນນ້ອຍໄປຫາແພດແພດບອກໃຫ້ນ້ອຍເຮັດຫຍັງແດ່? ແລ້ວຕອນທີ່ນ້ອຍກັບບ້ານ ແມ່ແລະຄົນໃນຄອບຄົວຈະເປັນຄົນສຳຄັນ ໃນການຊ່ວຍໃຫ້ກຳລັງໃຈ ແລະ ຊ່ວຍໃຫ້ນ້ອຍເບິ່ງແຍງສຸຂະພາບຂອງຕົນເອງ ເປັນຢ່າງດີເພາະສະນັ້ນ ຕອນນີ້ເຮົາຈະມາເຮັດກິດຈະກຳນຳກັນ ຖ້າເກີດເຮົາຮູ້ຈັກ ໝູ່ຫຼືຄົນຮູ້ຈັກ ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຮົາຈະໄດ້ໃຫ້ຄຳແນະນຳແລະຊ່ວຍເຫຼືອເບື້ອງຕົ້ນໄດ້."

ກິດຈະກຳທີ 1 ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ

ຈຸດປະສົງ:
1. ເພື່ອສ້າງຄວາມຮັບຮູ້ ໃຫ້ກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໃນການບໍ່ລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ
2. ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ລອງຄິດວ່າ ຖ້າຕົນເອງຖືກລັງກຽດຈະຮູ້ສຶກແນວໃດ?

ເວລາ: 30 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ເຮັດກິດຈະກຳກັບກຸ່ມໃຫຍ່ ໂດຍໃຫ້ມີອາສາສະໝັກຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ ກິດຈະກຳຈຳນວນ 5 ຄົນ

ອຸປະກອນ:
- ປ້າຍທີ່ຂຽນວ່າ "ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ" 1 ແຜ່ນສຳລັບໃຊ້ຫ້ອຍຄໍ
- ປ້າຍປະຕິກິລິຍາ 4 ແຜ່ນ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:
1. ຂໍອາສາສະມັກ 5 ຄົນ ຈາກກຸ່ມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ແລະ ພາອາສາສະມັກຍ່າງອອກຈາກຫ້ອງເຮັດກິດຈະກຳ ໄປຫາຈຸດທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈະບໍ່ເຫັນແລະບໍ່ໄດ້ຍິນວ່າ ກຳລັງນັດແນະຫຍັງກັນຢູ່.
2. ບອກບົດບາດທັງໝົດ ໃຫ້ອາສາສະມັກຟັງ ແລະ ໃຫ້ແຕ່ລະຄົນເລືອກວ່າຈະຫຼິ້ນເປັນບົດບາດໃດ ໃຫ້ອາສາສະມັກຄົນໜຶ່ງ ແຂວນປ້າຍ "ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ" ແລະ ອີກສີ່ຄົນທີ່ຍັງເຫຼືອ ແຂວນປ້າຍປະຕິກິລິຍາດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້.
   - ປະຕິກິລິຍາທີ 1: ແຕະໄຫຼ່ຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ (ຫຼັງຈາກນັ້ນຈຶ່ງເຫັນປ້າຍ "ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ") ແລະເມື່ອອ່ານປ້າຍຮູ້ວ່າເປັນເອດ ຈຶ່ງດຶງມືອອກທັນທີ ແລ້ວຈຶ່ງແລ່ນໄປຫ້ອງນ້ຳ ເພື່ອລ້າງມື (ສະແດງທ່າລ້າງມື ໂດຍຕອນທີ່ສະແດງທ່າລ້າງມື ໃຫ້ປິ່ນໄປຫາໝູ່ທີ່ນັ່ງ ເບິ່ງຢູ່)
   - ປະຕິກິລິຍາທີ 2: ອ່ານປ້າຍ ແລ້ວຖາມວ່າ "ບໍ່ເປັນຄວາມຈິງແມ່ນບໍ່ ເພາະຖ້າເປັນພະຍາດເອດ ແລ້ວຈະຢູ່ບ່ອນນີ້ (ສຳລັບກໍລະນີຊຸມຊົນ) ໄດ້ແນວໃດ" ຢາງໜີ ແລະຈົ່ມວ່າ ມັນເປັນໄປໄດ້ແນວໃດ?
   - ປະຕິກິລິຍາທີ 3: ອ່ານປ້າຍແລ້ວເວົ້າວ່າ "ສົມນ້ຳໜ້າມັນເປັນເລື່ອງຂອງເຈົ້າ" ຂ້ອຍບໍ່ກ່ຽວ ພ້ອມທັງຍ່າງໜີ.
   - ປະຕິກິລິຍາທີ 4: ອ່ານປ້າຍແລ້ວ ຈັບໄຫຼ່ຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ເວົ້າວ່າ "ຍິນດີທີ່ໄດ້ຮູ້ຈັກ" ແລ້ວນັ່ງຕິດກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະໂອ້ລົມກັນນຳ.
3. ທົບທວນບົດບາດແຕ່ລະຄົນ ໃຫ້ຊັດເຈນອີກເທື່ອໜຶ່ງ ພ້ອມທ່າທາງປະກອບ ແລະ ໃຫ້ເວລາອີກປະມານ 3 ນາທີ ສຳລັບການຊ້ອມ.

4. ໃຫ້ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ ຍ່າງກັບຄືນໄປຫ້ອງ ທີ່ເຮັດກິດຈະກໍາ ເພື່ອເວົ້າກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາວ່າ "ຕໍ່ໄປ ຈະມີຫຍັງມາສະແດງໃຫ້ເບິ່ງ ແຕ່ທຸກຄົນທີ່ນັ່ງເບິ່ງຈະຕ້ອງເບິ່ງ ແລະ ສັງເກດຢ່າງຕັ້ງໃຈ ເພາະຫຼັງຈາກສະແດງ ເຮົາຈະກັບມາສົນທະນາກັນ ໃນສິ່ງທີ່ໄດ້ຫມູ່ໄດ້ສະແດງຈົບໄປ."
5. ຫຼັງຈາກນັ້ນ ໃຫ້ອາສາສະໝັກ ກັບຄືນໄປໃນຫ້ອງເທື່ອລະຄົນ ໂດຍເລີ່ມຈາກຄົນທີ່ຕິດປ້າຍ "ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ" ຄົນທີ່ຫຼີ້ນປະຕິກິລິຍາທີ 1,2,3 ແລະ 4 ຕາມລໍາດັບ.
6. ໃຫ້ອາສາສະມັກ ຄົນທີ່ຕິດປ້າຍ "ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ" ນັ່ງຢູ່ກາງກຸ່ມ ແລະ ໃຫ້ອາສາສະມັກທີ່ເຫຼືອສະແດງອາການ ແລະ ເວົ້າຕາມປະຕິກິລິຍາຂອງຕົນເອງ ເທື່ອລະຄົນ ຈົນຄົບທັງ 4 ຄົນ.
7. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສໍາລັບການສົນທະນາ:

- ໃຫ້ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ທີ່ໄດ້ຮັບປ້າຍ "ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ" ວ່າຖ້າສົມມຸດລາວເປັນຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີແທ້ ລາວຈະຮູ້ສຶກແນວໃດ? (ໃຫ້ຖາມເທື່ອລະປະຕິກິລິຍາວ່າ ລາວຮູ້ສຶກແນວໃດ ? ຕໍ່ປະຕິກິລິຍາແຕ່ລະຄົນ ທີ່ສະແດງກິລິຍາທ່າທາງແບບນັ້ນຕໍ່ເຈົ້າ).
- ພວກເຮົາຄິດວ່າ ໃນຄວາມເປັນຈິງ ຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ຈະພົບສະຖານະການທີ່ຄືກັນຫຼືໃກ້ຄຽງ ກັບສະຖານະການ ທີ່ເຮົາຈໍາລອງໃນຫ້ອງນີ້ຫຼືບໍ່ແນວໃດ? ຍົກຕົວຢ່າງ).
- ເຈົ້າຈະຮູ້ສຶກແນວໃດ? ຖ້າຫາກຖືກຈໍາແນກລັງກຽດ ຄືກັບຕົວລະຄອນຂອງຄົນເປັນພະຍາດເອດ ? (ຜູ້ນໍາພາການກິດຈະກໍາ ຖາມອາສາສະມັກ 5 ຄົນກ່ອນຫລັງຈາກນັ້ນ ຈຶ່ງຖາມອາສາສະມັກ ຄົນອື່ນໆຕື່ມອີກ).
- ຖ້າພວກເຮົາຍັງຮູ້ສຶກບໍ່ດີເສຍໃຈ ດັ່ງນັ້ນ ພວກເຮົາຄິດວ່າ ຖ້າເຮົາພົບຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ຫຼື ເປັນພະຍາດເອດ ເຮົາຄວນປະຕິບັດ ຫຼື ສະແດງອອກຕໍ່ຜູ້ເຂົາເຈົ້າ ແນວໃດ?
- ພວກເຮົາຄິດວ່າ ເຮົາຈະມີວິທີການແນະນໍາຄົນອື່ນໆ ບໍ່ໃຫ້ມີການຈໍາແນກລັງກຽດຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ແນວໃດ?

ຂໍ້ສະເໜີສໍາລັບຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ: ໃຫ້ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ ປັບປຸງບົດບາດ ໃຫ້ກົງກັບຊີວິດຈິງ ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກໍາ ເຊັ່ນໃຊ້ສະຖານທີ່ເກີດຂຶ້ນ ໃນໝູ່ບ້ານຫຼື ໃນໂຮງງານ.

ກິດຈະກຳທີ 2 ການເບິ່ງແຍງຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນເບື້ອງຕົ້ນ

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອເພີ່ມຄວາມເຂົ້າໃຈ ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ກ່ຽວກັບການເບິ່ງແຍງ ແລະ ຮັກສາຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ໃນເບື້ອງຕົ້ນ

ເວລາ: 30-45 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ກິດຈະກຳກຸ່ມນ້ອຍບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ

ອຸປະກອນ:

- ບັດຄຳຖາມ (ຕົວຢ່າງຕິດຂັດມາພ້ອມໃນທ້າຍກິດຈະກຳ)
- ເຈັ້ຍຊຽນກະດານ
- ເຈັ້ຍກາວ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

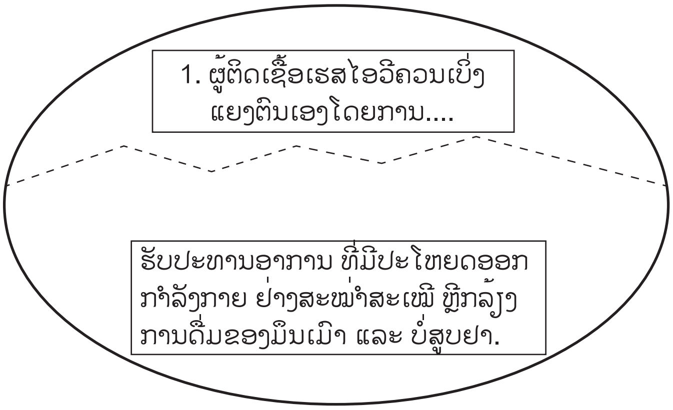
1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ.
2. ແຈກຢາຍບັດຄຳຖາມ ແລະ ຄຳຕອບ ຊຶ່ງຕັດແຍກສ່ວນກັນ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ໂດຍແຕ່ລະກຸ່ມ ຈະໄດ້ບັດຄຳທັງສອງສ່ວນຄົບທຸກຂໍ້.
3. ໃຫ້ສະມາຊິກຂອງແຕ່ລະກຸ່ມ ຊ່ວຍກັນຈັບຄູ່ ບັດຄຳຖາມ ແລະ ຄຳຕອບ ຈົນຄົບທຸກຂໍ້.
4. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມອອກມາສະເໜີ ຄຳຕອບຂອງກຸ່ມຕົນ ໂດຍຕິດໄວ້ຢູ່ເຈັ້ຍຊຽນກະດານ ໃນການອອກມາສະເໜີຄຳຕອບ ຕ້ອງຖາມເຫດຜົນຂອງການຈັບຄູ່ໃນແຕ່ລະຫົວຂໍ້ນຳ.
5. ບອກຄຳຕອບທີ່ຖືກຕ້ອງ ພ້ອມທັງອະທິບາຍເພີ່ມເຕີມ.
6. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ

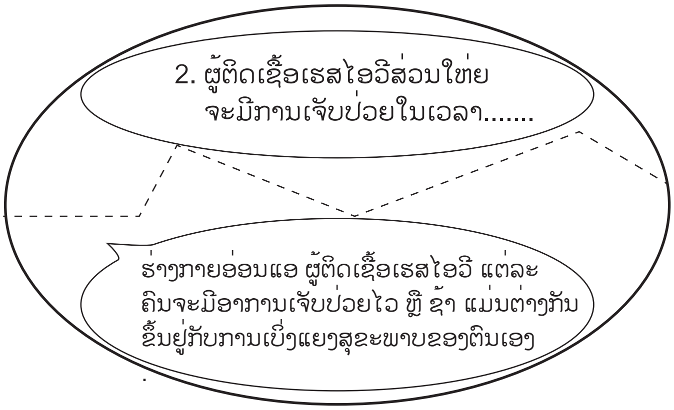
ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ຖ້າເຮົາຈະແນະນຳຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ໃນເລື່ອງການເບິ່ງແຍງສຸຂະພາບ ເຮົາຈະບອກຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ໃນເລື້ອງໃດແດ່?
- ຍ້ອນຫຍັງ ເຮົາຈຶ່ງມັກໃຫ້ກຳລັງໃຈ ຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ໃຫ້ເບິ່ງແຍງສຸຂະພາບຕົນເອງ.
- ຢາຕ້ານຈຸລະໂລກນັ້ນ ເປັນຢາຮັກສາພະຍາດເອດ ໃຫ້ຫາຍຂາດແມ່ນຫຼືບໍ່? ແລະ ເວລາກິນນັ້ນຖ້າດີຂຶ້ນ ແລະ ກໍ່ເຊົາກິນໄດ້ເລີຍແມ່ນບໍ່?
- ພະຍາດຕ່າງໆທີ່ເຮັດໃຫ້ຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ເຈັບປ່ວຍ ຫຼື ບໍ່ສະບາຍນັ້ນ ເປັນພະຍາດທີ່ເກີດ ສະເພາະກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ເທົ່ານັ້ນແມ່ນຫຼືບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງ?

ຂໍ້ສະເໜີສຳລັບ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ: ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຈະຕ້ອງຍ້ຳວ່າ ເຮົາສາມາດໃຫ້ກຳລັງໃຈ ແລະ ໃຫ້ຄຳແນະນຳໃນການເບິ່ງແຍງຕົນເອງ ເບື້ອງຕົ້ນເທົ່ານັ້ນ ສ່ວນເລື່ອງອື່ນໆ ນອກເໜືອຈາກນີ້ ກໍຄວນແນະນຳໃຫ້ໄປ ຂໍຂໍ້ມູນຈາກພະນັກງານ ທີ່ເຮັດວຽກດ້ານພະຍາດເອດ ແລະ ແພດຫຼືພະນັກງານ ທີ່ໃຫ້ການເບິ່ງແຍງ ແລະ ການຮັກສາໂດຍກົງ ຢູ່ໂຮງໝໍແຂວງ ແລະ ເມືອງ.

ຕົວຢ່າງການຈັດ ຄຳຖາມແລະຄຳຕອບ:





ພາກທີ 5

3. ຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ສາມາດກິນ
ຢາເພື່ອປິ່ນປົວໄດ້...

ຖ້າເປັນພະຍາດ ສວຍໂອກາດ ຊຶ່ງເມື່ອເປັນ
ແລ້ວ ສາມາດປິ່ນປົວ ໃຫ້ຫາຍຂາດໄດ້ ແຕ່ຖ້າເປັນການ
ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ຢາທີ່ມີຢູ່ ຄືຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ ທີ່ເປັນຢາ
ຄວບຄຸມການແພ່ຂະຫຍາຍຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ ໃນຮ່າງ
ກາຍເທົ່ານັ້ນບໍ່ແມ່ນເປັນຢາປິ່ນປົວພະຍາດ
ເອດໃຫ້ຫາຍຂາດ.

4. ການກິນຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ
ນັ້ນຖ້າກິນແລ້ວດີຂື້ນກໍ່ເຊົາ
ກິນເລີຍ............

ການກິນຢາຕ້ານຈຸລະໂລກນັ້ນ ຈະຕ້ອງເລີ່ມກິນຕອນໃດຕ້ອງ
ປຶກສາແພດຜູ້ຊ່ຽວຊານ ແລະ ເມື່ອເລີ່ມກິນຢາຕ້ານຈຸລະໂລກ
ແລ້ວ ຈະຕ້ອງກິນຕະຫຼອດຊີວິດ.

5. ພະຍາດສວຍໂອກາດຕ່າງໆເຊັ່ນ:
ວັນນະໂລກອາການຖອກທ້ອງຊ້ຳ
ເຮື້ອອາການຈ່ອຍນັ້ນເກີດຂຶ້ນໄດ້ກັບ..

ທຸກຄົນ, ພະຍາດສວຍໂອກາດ ດັ່ງກ່າວເກີດຂຶ້ນໄດ້ກັບທຸກ
ຄົນບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງເກີດສະເພາະຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ແລະ
ຄົນເປັນພະຍາດເອດເທົ່ານັ້ນ

6. ເຊື້ອເຮສໄອວີບໍ່ໄດ້ເຮັດໃຫ້ເກີດພະຍາດຕ່າງໆແຕ່............

ເຊື້ອເຮສໄອວີ ໄປທຳລາຍລະບົບພູມຄຸ້ມກັນ ໃນຮ່າງກາຍ ເຮັດໃຫ້ຜູ້ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ເຈັບປ່ວຍດ້ວຍພະຍາດຕ່າງໆ ໄດ້ງ່າຍ ແລະ ອາດຈະເສຍຊີວິດໃນທີ່ສຸດ.

ກິດຈະກຳທີ 3 ເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່?

ຈຸດປະສົງ: ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ໄດ້ຄິດເຖິງວ່າ ຕົນເອງສາມາດເປັນຜູ້ ທີ່ໃຫ້ກຳລັງໃຈ ແລະ ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫລືອ ຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້.

ເວລາ: 80 ນາທີ

ຂະໜາດຂອງກຸ່ມ: ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ ກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ ໂດຍແບ່ງເປັນກຸ່ມຜູ້ຊາຍລ້ວນ ແລະ ຜູ້ຍິງລ້ວນ.

ອຸປະກອນ:
- ເຈ້ຍຂຽນກະດານ
- ປາກກາຂຽນກະດານ
- ເຈ້ຍກາວ
- ບັດຄຳ 2 ຊຸດ (ບັດຄຳຊຸດທີ 1 ແລະ ບັດຄຳຊຸດທີ 2)
- ບັດຄຳທີ່ຂຽນວ່າ "ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ"ແລະ "ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ"
- ບັດຄຳເປົ່າ

ຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳ:

1. ແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ ກຸ່ມລະບໍ່ເກີນ 8 ຄົນ ໂດຍໃຫ້ແບ່ງເປັນກຸ່ມຍິງລ້ວນ ແລະ ຊາຍລ້ວນ
2. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ເລືອກຕົວແທນ ເພື່ອນອນລົງເທິງເຈ້ຍຂຽນກະດານ

3. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມແຕ້ມໂຄງຮ່າງຂອງຮ່າງກາຍຂອງໝູ່ທີ່ນອນຢູ່ຕາມຕົວຢ່າງ ກຸ່ມລະ 2 ຮູບ ໂດຍມີຂໍ້ກຳນົດດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:
   - ສຳລັບກຸ່ມຜູ້ຍິງທີ່ແຕ້ມແລ້ວ ໃຫ້ຕື່ມໜ້າຕື່ມຕາ ແລະ ເຄື່ອງນຸ່ງຕາມທີ່ຕ້ອງການ ໂດຍແຕ້ມຮູບທີ່ເປັນຜູ້ຍິງນີ້ ກຳນົດໃຫ້ເປັນກຸ່ມແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເຮັດວຽກແລ້ວ ແລະ ມີອາຍຸເທົ່າກັບອາຍຸຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຜູ້ຍິງ ໂດຍສ່ວນໃຫຍ່ທີ່ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ແລະ ໃຫ້ຕັ້ງຊື່ໝູ່ໃໝ່ທີ່ເຮົາແຕ້ມນຳ.
   - ສຳລັບກຸ່ມຜູ້ຊາຍ ເມື່ອແຕ້ມແລ້ວ ໃຫ້ຕື່ມໜ້າຕື່ມຕາ ແລະ ເຄື່ອງນຸ່ງຕາມທີ່ຕ້ອງການ ໂດຍແຕ້ມຮູບທີ່ເປັນຜູ້ຊາຍນີ້ ເປັນກຸ່ມແຮງງານເຄື່ອນຍ້າຍເຮັດວຽກແລ້ວ ແລະ ມີອາຍຸເທົ່າກັບ ອາຍຸຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ທີ່ເປັນຜູ້ຊາຍ ໂດຍສ່ວນໃຫຍ່ທີ່ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ແລະ ໃຫ້ຕັ້ງຊື່ໝູ່ໃໝ່ທີ່ເຮົາແຕ້ມນຳ.

4. ເມື່ອແຕ້ມຮູບຮຽບຮ້ອຍແລ້ວ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ເອົາຮູບທັງສອງຮູບ ທີ່ກຸ່ມຕົນເອງແຕ້ມຕິດຝາໄວ້ (ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຕິດຮູບທັງສອງຕິດກັນ ແລະ ໃຫ້ຕິດເທິງຝາທາງຫຼັງຂອງບ່ອນທີ່ກຸ່ມນັ່ງເຮັດກິດຈະກຳ).
5. ໃຫ້ແຈກຢາຍບັດຄຳ ຊຸດທີ 1 ກຸ່ມລະ 2 ຊຸດ ພ້ອມອະທິບາຍນຳວ່າ ບັດຄຳຕໍ່ໄປນີ້ເປັນສິ່ງທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ສ່ວນໃຫຍ່ຕ້ອງການ ໃນຊີວິດປະຈຳວັນ.
6. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມອະທິບາຍກັນ ໃນກຸ່ມຍ່ອຍ ເພື່ອເບິ່ງວ່າ ບັດຄຳທີ່ແຈກຢາຍໃຫ້ນັ້ນເປັນຄວາມຕ້ອງການຂອງໝູ່ໃໝ່ ທີ່ເຮົາແຕ້ມຂຶ້ນຊຶ່ງມີອາຊີບອາຍຸໃກ້ຄຽງກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຫຼື ບໍ່ຖ້າແມ່ນໃຫ້ເອົາບັດຄຳແຕ່ລະອັນທີ່ເປັນຄວາມຕ້ອງການ ທີ່ຄິດວ່າໝູ່ໃໝ່ ຕ້ອງການໄປຕິດໄວ້ຂ້າງຮູບ ໂດຍໃຫ້ເຮັດເທື່ອລະຮູບ ໂດຍເລີ່ມຈາກຮູບທີໜຶ່ງກ່ອນ.
7. ເມື່ອຕິດບັດຄຳ ທີ່ເປັນຄວາມຕ້ອງການ ຂອງໝູ່ໃໝ່ຄົນທຳອິດແລ້ວໆ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມມາເບິ່ງບັດຄຳທີ່ເຫຼືອ (ທີ່ຄືກັນ) ວ່າເປັນຄວາມຕ້ອງການຂອງໝູ່ໃໝ່ຄົນທີສອງນຳຫຼືບໍ່ ຖ້າແມ່ນກໍ່ໃຫ້ເອົາບັດຄຳ ໄປຕິດຂ້າງຮູບຂອງໝູ່ໃໝ່ຄົນທີສອງເຊັ່ນກັນ.
8. ເມື່ອຕິດບັດຄຳ ທີ່ແຈກຢາຍໃຫ້ໝູ່ໃໝ່ທັງສອງຄົນຮຽບຮ້ອຍແລ້ວ ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ແຈກບັດຄຳເປົ່າ ເພື່ອໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຊ່ວຍກັນ ຕື່ມວ່າຄວນຈະມີຄວາມຕ້ອງການຫຍັງແດ່ ທີ່ໝູ່ໃໝ່ຄົນທີໜຶ່ງຕ້ອງການ?.
9. ເມື່ອຕື່ມຄວາມຕ້ອງການ ໃຫ້ໝູ່ໃໝ່ຄົນທີໜຶ່ງແລ້ວໆ ໃຫ້ຄິດວ່າ ຄວາມຕ້ອງການທີ່ໝູ່ໃໝ່ຄົນທີໜຶ່ງ ຕ້ອງການນັ້ນ ໝູ່ໃໝ່ຄົນທີສອງ ຈະຕ້ອງການນຳຫຼືບໍ່ ຖ້າແມ່ນໃຫ້ຂຽນຄວາມຕ້ອງການຄືເກົ່າ ທີ່ຕື່ມໃຫ້ໝູ່ໃໝ່ຄົນທີໜຶ່ງຕື່ມໃຫ້ໝູ່ຄົນທີສອງນຳ.
10. ເມື່ອແຕ່ລະກຸ່ມຊ່ວຍກັນຕື່ມບັດຄຳ ຄວາມຕ້ອງການຂອງໝູ່ທັງສອງຂອງແຕ່ລະກຸ່ມຮຽບຮ້ອຍແລ້ວ ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳນຳບັດຄຳຕໍ່ໄປນີ້:
    - "ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ"
    - "ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ"

    ຕິດໃຫ້ໝູ່ໃໝ່ຂອງທຸກກຸ່ມ ເພາະສະນັ້ນ ໝູ່ໃໝ່ສອງຄົນຂອງທຸກກຸ່ມຈະມີໜຶ່ງຄົນທີ່ "ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ" ແລະ ອີກຄົນ "ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ").
11. ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ທຸກຄົນດັ່ງນີ້:
    - ແມ່ນຫຍັງທີ່ແຕກຕ່າງ ລະຫວ່າງໝູ່ໃໝ່ທັງສອງຄົນ ຂອງແຕ່ລະກຸ່ມ (ຕອບ: ຄົນໜຶ່ງມີເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະອີກຄົນໜຶ່ງບໍ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ)
    - ຄິດວ່າເມື່ອໝູ່ຄົນໜຶ່ງຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລ້ວຈະມີຄວາມຕ້ອງການຫຍັງແດ່ ທີ່ແຕກຕ່າງໄປຈາກໝູ່ຄົນ ທີ່ ບໍ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ ໂດຍໃຫ້ເບິ່ງໝູ່ໃໝ່ທັງສອງຄົນ ທີ່ແຕ່ລະກຸ່ມແຕ້ມຂຶ້ນ ແລະ ໄດ້ຕິດບັດຄຳຄວາມຕ້ອງການໄວ້ແລ້ວ (ຕອບ: ບໍ່ແຕກຕ່າງ).

- ການມີ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ເຮັດໃຫ້ຄົນໆໜຶ່ງ ມີຄວາມຕ້ອງການພື້ນຖານໃນຊີວິດ ທີ່ແຕກຕ່າງໄປຈາກຄົນ ທີ່ບໍ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີຫຼືບໍ່ (ຕອບ: ບໍ່ມີ)

12. ຖາມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳວ່າ ຖ້າມີໝູ່ຄົນໜຶ່ງທີ່ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຈະປະຕິບັດຕໍ່ລາວແນວໃດ? ຜູ້ນຳກິດຈະກຳພະຍາຍາມກະຕຸ້ນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ເບິ່ງບັດຄຳຄວາມຕ້ອງການ ທີ່ຕິດໄວ້ ເພື່ອຄິດວ່າຖ້າມີໝູ່ຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ ຈະປະຕິບັດໂຕແນວໃດ ກັບໝູ່ຄົນນັ້ນແລະໃຫ້ຂຽນຄຳຕອບ ໃນບັດຄຳ ແລະ ເອົາໄປຕິດໄວ້ ທາງຂ້າງໝູ່ໃໝ່ທີ່ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ຂອງແຕ່ລະກຸ່ມ.
13. ຫຼັງຈາກທີ່ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ລອງຕິດຕາມຄຳຖາມ ໃນຂໍ້ 12 ແລ້ວ ໃຫ້ແຈກບັດຄຳຊຸດທີ 2.
14. ເມື່ອແຈກຢາຍບັດຄຳຊຸດທີ 2 ແລ້ວ ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມເບິ່ງວ່າ ຈາກບັດຄຳບັດໃດທີ່ສະແດງການປະຕິບັດ ຕໍ່ໝູ່ທີ່ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເຮັດໄດ້ຈາກນັ້ນ ໃຫ້ເອົາໄປຕິດໄວ້ເພີ່ມເຕີມ ທາງຂ້າງໝູ່ໃໝ່ທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.
15. ໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມ ສົ່ງຕົວແທນອອກມາສະເໜີວ່າ ຖ້າມີໝູ່ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ ຈະເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່ (ສະເໜີຕາມບັດຄຳທີ່ແຕ່ລະກຸ່ມຕິດໄວ້ລວມ ເອົາທັງແຕ່ລະກຸ່ມຂຽນຕື່ມເອງ ແລະ ແຈກຢາຍໃຫ້ໃນສ່ວນທີ2).
16. ສະຫຼຸບແລະອະທິບາຍ.

ຈຸດສຳລັບການສົນທະນາ:

- ຖ້າສົມມຸດເຮົາຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ພວກເຮົາຄິດວ່າ ເຮົາຈະມີຄວາມຕ້ອງການ ຄືຫຼືແຕກຕ່າງຈາກຄົນ ທີ່ບໍ່ຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ (ເວລາຖາມຄຳຖາມນີ້ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຊີ້ໄປຫາບັດຄຳຄວາມຕ້ອງການທີ່ແຕ່ລະກຸ່ມຕິດໄວ້)
- ຖ້າສົມມຸດວ່າ ເຮົາຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ພວກເຮົາຢາກໃຫ້ໝູ່ ຫຼືຄົນໃນຄອບຄົວປະຕິບັດແບບໃດກັບເຮົາ ຍ້ອນຫຍັງ ຢາກໃຫ້ປະຕິບັດກັບເຮົາຄືກັບທີ່ເຮົາຂຽນ ຫຼືຕອບຫຼືບໍ່ ຍ້ອນຫຍັງ?
- ຖ້າສົມມຸດວ່າ ເຮົາຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ເຮົາຍັງຢາກໃຫ້ໝູ່ ແລະ ຄອບຄົວປະຕິບັດກັບເຮົາຄືກັນກັບທີ່ເຮົາຂຽນຫຼືບໍ່ ເພາະສະນັ້ນ ຖ້າເຮົາມີໝູ່ຫຼືຄົນໃນຄອບຄົວຕິດເຊື້ອ ເຮສໄອວີ ພວກເຮົາຄວນເຮັດແນວໃດ?

ບັດຄຳຊຸດທີ 1:	ກິນເຂົ້າທຸກມື້ປະມານມື້ລະ 2-3 ຄາບ ຮູ້ສຶກດີໃຈ ແລະ ເສຍໃຈຄືກັບຄົນອື່ນໆ	ບໍ່ສະບາຍ ຕ້ອງໄປຫາແພດ ຢາກມີວຽກ ທີ່ເຮັດໄປໄດ້ຕະຫຼອດຫຼາຍໆປີ ໂດຍບໍ່ຕ້ອງປ່ຽນວຽກ
	ຢາກໃຫ້ຄົນໃນຄອບຄົວເບິ່ງແຍງແລະຊ່ວຍເຫຼືອກັນ	ຢາກມີເງິນທ້ອນ ສຳລັບໄປເຮັດອາຊີບອື່ນ ເຊັ່ນເປີດຮ້ານຂາຍເຄື່ອງຍ່ອຍຫຼືຮ້ານຂາຍອາຫານຢູ່ບ້ານ
	ເຮັດວຽກທ້ອນເງິນ ແລະ ສົ່ງເງິນໃຫ້ພໍ່ແມ່ຢູ່ບ້ານ	ຢາກມີໂທລະສັບມືຖືໄວ້ລົມກັບຄົນຢູ່ບ້ານແລະໝູ່ຄູ່
	ຢາກມີບ້ານຂອງຕົນເອງຈັກມື້ງຫຼັງ	ຢາກມີສຸຂະພາບແຂງແຮງຈະໄດ້ເຮັດວຽກແລະ ເບິ່ງແຍງພໍ່ແມ່ໄດ້ຫຼາຍໆປີ
	ຢາກໃຫ້ໝູ່ກົບກັບເຮົາຄືເກົ່າ	ເສຍໃຈເວລາໝູ່ບໍ່ຊວນເຂົ້າກຸ່ມຫຼືບໍ່ຊວນໄປທ່ຽວນຳ
ບັດຄຳຊຸດທີ 2:	ຢູ່ເປັນໝູ່ຫາເຂົ້າໃຫ້ກິນເວລາໝູ່ບໍ່ສະບາຍ	ຊ່ວຍພາໄປຫາແພດ
	ຊ່ວຍເຕືອນໃຫ້ໝູ່ກິນຢາ ຕາມແພດສັ່ງ	ຊວນໄປເຮັດກິດຈະກຳຮ່ວມກັບຄົນອື່ນໆເຊັ່ນເຮັດບຸນລ້າງຫີນທາງໃນຊຸມຊົນ
	ບໍ່ເປີດເຜີຍຄວາມລັບຂອງໝູ່ເລື່ອງການຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີ	ຍັງເຮັດວຽກຢູ່ບ່ອນດຽວກັນຄືເກົ່າ
	ມາຢ້ຽມຢາມເລື້ອຍໆ	ບໍ່ຖິ້ມເວລາທີ່ໝູ່ບໍ່ສະບາຍ
	ເຕືອນບໍ່ໃຫ້ກິນເຫຼົ້າ ໂດຍຢ້ຳເລື່ອງການເບິ່ງແຍງສຸຂະພາບ	ໃຫ້ໝູ່ເປັນສະມາຊິກໃນກຸ່ມຂອງເຮົາຄືເກົ່າ

ພາກທີ 5

ພາກທີ 4: ເຄື່ອງມືໃນການກວດສອບ ແລະປະເມີນຜົນ

A. ເຄື່ອງມືໃນການກວດສອບຂອງການຝຶກອົບຮົມ

ພາກນີ້ແມ່ນໄດ້ອະທິບາຍກ່ຽວກັບເຄື່ອງມືສໍາລັບເກັບຂໍ້ມູນໃນການຝຶກອົບຮົມ.ເຄື່ອງມືໃນການກວດສອບແລະປະເມີນຜົນລວມມີ3ແບບຟອມຢູ່ດ້ານລຸ່ມນີ້:

1.ແບບຟອມທີ 1:

ແມ່ນໃຊ້ເພື່ອເກັບຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນໃນການຝຶກອົບຮົມ.ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາແມ່ນຈໍາເປັນທີ່ຈະຕ້ອງຕື່ມຂໍ້ມູນນີ້ໃນທຸກການຝຶກອົບຮົມ.ຂໍ້ມູນທີ່ຈະຕ້ອງເກັບກໍາໃນແບບຟອມທີ່1ນີ້ລວມມີ;

- ຈໍານວນຂອງການຈັດຝຶກອົບຮົມ
- ຈໍານວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມໃນການສໍາມະນາແຕ່ລະຄັ້ງ
- ຈໍານວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທີ່ເປັນຊາຍໃນການສໍາມະນາແຕ່ລະຄັ້ງ
- ຈໍານວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທີ່ເປັນຍິງໃນການສໍາມະນາແຕ່ລະຄັ້ງ
- ຈໍານວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທີ່ແຍກຕາມສະຖານະພາບທາງເພດໃນການສໍາມະນາແຕ່ລະຄັ້ງ
- ຈໍານວນຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາໃນການສໍາມະນາແຕ່ລະຄັ້ງ
- ຈໍານວນຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາທີ່ເປັນຊາຍໃນການສໍາມະນາແຕ່ລະຄັ້ງ
- ຈໍານວນຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາທີ່ເປັນຍິງໃນການສໍາມະນາແຕ່ລະຄັ້ງ
- ຈໍານວນຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາທີ່ສາມາດເວົ້າພາສາຊົນເຜົ່າໄດ້(ຖ້າມີ)

ໝາຍເຫດ:ແບບຟອມທີ່ແຈກຢາຍໃຫ້ສາມາດໃຊ້ຕິດຕາມຈໍານວນຂອງຜູ້ທີ່ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການປະຊຸມສໍາມະນາໃນແຕ່ລະໄຕມາດຂອງການຝຶກອົບຮົມຫຼືໃນໄລຍະຍາວເຖິງແມ່ນວ່າໃນການຝຶກອົບຮົມຈະມີການຮຽກຮ້ອງໃຫ້ມີຄວາມສະເໝີພາບກັນລະຫວ່າງຍິງຊາຍຫຼືບໍ່ກໍ່ຕາມ..

2. ແບບຟອມທີ 2:

ເນັ້ນໃສ່ກິດຈະກໍາທີ່ເຂົ້າຮ່ວມໂດຍຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນຊຶ່ງທີມສາມາດທີ່ຈະວາງແຜນ, ເລືອກແລະຈັດກິດຈະກໍາທີ່ເໝາະສົມໃນການຝຶກອົບໃນຄັ້ງຕໍ່ໄປ.ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາແມ່ນຈໍາເປັນທີ່ຈະຕ້ອງຕື່ມຂໍ້ມູນນີ້ໃນທຸກຄັ້ງທີ່ມີການຝຶກອົບຮົມ;ຕໍ່ໄປແມ່ນຂໍ້ມູນຈາກທຸກການຝຶກອົບຮົມທີ່ສາມາດຕິດຕາມໄດ້ຈາກການໃຊ້ແບບຟອມນີ້:

- ກິດຈະກໍາທີ່ໄດ້ມີສ່ວນຮ່ວມຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນ..
- ກິດຈະກໍາທີ່ເນັ້ນໜັກໃສ່ຂໍ້ມູນລາຍລະອຽດທີ່ໄດ້ມີສ່ວນຮ່ວມຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນ
- ກິດຈະກໍາທີ່ເນັ້ນໜັກໃສ່ທັດສະນະຄະຕິທີ່ໄດ້ມີສ່ວນຮ່ວມຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນ.
- ກິດຈະກໍາທີ່ເນັ້ນໜັກໃສ່ທັກສະທີ່ໄດ້ມີສ່ວນຮ່ວມຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມແຕ່ລະຄົນ.

ໝາຍເຫດ:ແບບຟອມທີ່ແຈກຢາຍໃຫ້ສາມາດໃຊ້ເພື່ອຕິດຕາມກິດຈະກໍາທີ່ໄດ້ດໍາເນີນດັ່ງທີ່ໄດ້ອະທິບາຍຫຼືບໍ່ໄດ້ມີການປ່ຽນແປງໃດໆໃນເວລາດໍາເນີນກິດຈະກໍາຂອງຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ.

2. ແບບຟອມທີ 3:

ແມ່ນມີຈຸດປະສົງໃນການກວດສອບທັກສະຄວາມພ້ອມຂອງຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ ແບບຟອມນີ້ສາມາດໃຊ້ເປັນຟອມໃນການບໍລິຫານງານຂອງຕົນເອງ(ຢູ່ໃນພາກທີ1 ແລະພາກທີ3);ຫຼື,ນໍາໃຊ້ໂດຍຜູ້ຊ່ວຍສັງເກດການກ່ຽວກັບທັກສະຂອງຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ (ທັງໝົດໃນພາກທີ1,2ແລະ3)

ເປັນເຄື່ອງມືໃນການປັບປຸງທັກສະການຝຶກອົບຮົມຂອງຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ. ເປັນຄືກັບແບບຟອມປະເມີນຕົນເອງ, ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາທຸກຄົນຈະຕ້ອງໄດ້ຕື່ມແບບຟອມດ້ວຍຕົນເອງຫຼັງຈາກສໍາເລັດການຝຶກອົບຮົມແຕ່ລະຄັ້ງ.ພາຍຫຼັງທີ່ຕື່ມແບບຟອມແລ້ວ, ພວກເຂົາຕ້ອງແລກປ່ຽນແລະສົນທະນາຜົນໄດ້ຮັບກັບສະມາຊິກໃນທີມ. ເມື່ອໄດ້ສົນທະນາແລະແລກປ່ຽນຄວາມຄິດເຫັນໃນການດໍາເນີນການຝຶກອົບຮົມແລ້ວ, ຄໍາແນະນໍາເຫລົ່ານັ້ນຄວນເປັນຜົນດີໃນການປັບປຸງເພີ່ມເຕີມແລະການພັດທະນາ.ຖ້າມີຜູ້ສັງເກດການເຂົ້າຮ່ວມນໍາ,ທັງສອງຈະຕ້ອງໄດ້ຕື່ມແບບຟອມພາຍຫຼັງສິ້ນສຸດແຕ່ລະການຝຶກອົບຮົມປະຕິບັດຕາມການຜົນຕອບຮັບຂອງການສົນທະນາ.ຜົນຕອບຮັບແລະຄວາມຄິດເຫັນຄວນເຮັດເພື່ອເປັນການສະໜັບສະໜູນການພັດທະນາໃນບາດກ້າວຕໍ່ໄປທາງດ້ານທັກສະຂອງການນໍາພາເຮັດກິດຈະກໍາ.

ແບບຟອມທີ1: ລາຍລະອຽດຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມ

(ໃນແຕ່ລະການຝຶກອົບຮົມ)

ວັນທີຈັດການຝຶກອົບຮົມ________________(ວັນ…/ເດືອນ…/ປີ…) ເຖິງ: -----------------------

ສະຖານທີ່ຝຶກອົບຮົມ(ຮວມທັງເມືອງນ້ອຍແລະເມືອງໃຫ່ຍ): ______________________________

____

ການຝຶກອົບຮົມເລີ້ມຕົ້ນເວລາ_________________________ ຈົນເຖິງ ____________________

ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ: ____

ຈຳນວນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມແບ່ງຕາມເພດ ແລະສະຖານະພາບທາງເພດໃນການສຳມະນາເທື່ອນີ້:

- ຈຳນວນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມເພດຊາຍ:_______________

1. ແຕ່ງງານ________________
2. ຍັງໂສດ_________________
3. ຢ່າຮ້າງ ຫລື ໝ້າຍ_______________
4. ແຍກກັນຢູ່_______________

- ຈຳນວນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມເພດຍິງ:_______________

1. ແຕ່ງງານ________________
2. ຍັງໂສດ ຫລື ໝ້າຍ________________
3. ຢ່າຮ້າງ_______________
4. ແຍກກັນຢູ່_______________

ຈຳນວນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມແບ່ງຕາມກຸ່ມຍ່ອຍຂອງປະຊາກອນ:

- ຈຳນວນທັງໝົດຂອງແຮງງານທີ່ມີທັກສະ: _______________ ຄົນ
    1. ຈຳນວນແຮງງານຊາຍທີ່ມີທັກສະ:_______________ຄົນ
    2. ຈຳນວນແຮງງານຍິງທີ່ມີທັກສະ:: _______________ຄົນ
- ຈຳນວນແຮງງານທີ່ບໍ່ມີທັກສະ: _______________ຄົນ
    1. ຈຳນວນແຮງງານຊາຍທີ່ບໍ່ມີທັກສະ: _______________ຄົນ
    2. ຈຳນວນແຮງງານຍິງທີ່ບໍ່ມີທັກສະ:_______________ຄົນ

- ຈຳນວນຂອງສາວບໍລິການ(ສາວຂາຍບໍລິການທາງເພດ): ______________ຄົນ
- ຈຳນວນລວມຂອງສະມາຊິກໃນຊຸມຊົນ: ______________ຄົນ

  1. ຈຳນວນເພດຊາຍທີ່ເປັນສະມາຊິກໃນຊຸມຊົນ: ______________ຄົນ
  2. ຈຳນວນເພດຍິງທີ່ເປັນສະມາຊິກໃນຊຸມຊົນ: ______________ຄົນ

ຈຳນວນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທີ່ແບ່ງຕາມຊົນເຜົ່າ:

- ຈຳນວນລວມຂອງຊົນເຜົ່າລາວລຸ່ມ: ______________ຄົນ

  1. ຈຳນວນລວມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມເພດຊາຍທີ່ເປັນລາວລຸ່ມ: ___________ຄົນ
  2. ຈຳນວນລວມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມເພດຍິງທີ່ເປັນລາວລຸ່ມ: ___________ຄົນ

- ຈຳນວນທັງໝົດ(ຂອງເຜົ່າ ກຶມມຸ) ___________ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ: ___________ ຄົນ

  1. ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມເພດຊາຍ:______________ ຄົນ
  2. ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມເພດຍິງ: ______________ ຄົນ

- ຈຳນວນທັງໝົດ(ຂອງຊົນເຜົ່າມົ້ງ)___________ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ: ____________ ຄົນ

  1. ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມເພດຊາຍ:______________ ຄົນ
  2. ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມເພດຍິງ: ______________ ຄົນ

- ຈຳນວນທັງໝົດ (ຂອງຊົນເຜົ່າອື່ນ..) ___________ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ: ________ ຄົນ

  1. ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມເພດຊາຍ: ______________ ຄົນ
  2. ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມເພດຍິງ: ______________ ຄົນ

ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມມາຈາກບໍລິສັດໃດແດ່ໃນການຝຶກອົບຮົມເທື່ອນີ້?

- ກະລຸນາບອກຊື່ບໍລິສັດ ແລະຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມຂອງແຕ່ລະບໍລິສັດ:

  1. ຊື່ບໍລິສັດ__________________________ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຈາກບໍລິສັດ ______ ຄົນ
  2. ຊື່ບໍລິສັດ__________________________ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຈາກບໍລິສັດ______ ຄົນ
  3. ຊື່ບໍລິສັດ__________________________ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຈາກບໍລິສັດ______ ຄົນ
  4. ຊື່ບໍລິສັດ__________________________ຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຈາກບໍລິສັດ______ ຄົນ

ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ມີສ່ວນກ່ຽວຂ້ອງໃນການຈັດຝຶກອົບຮົມໃນເທື່ອນີ້:_____________ຄົນ

- ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳເພດຊາຍ:______________ ຄົນ

• ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳເພດຍິງ:______________ ຄົນ

ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ສາມາດເວົ້າພາສາຊົນເຜົ່າໄດ້ ໃນການຝຶກອົບຮົມເທື່ອນີ້(ຂຶ້ນກັບຊົນເຜົ່າຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມ):

• ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ສາມາດເວົ້າພາສາ(ສະເພາະພາສາຊົນເຜົ່າ)__________ ຄົນ

  1. ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ເປັນຊາຍ:______________ ຄົນ

  2. ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ເປັນຍິງ:______________ຄົນ

• ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ສາມາດເວົ້າພາສາ(ສະເພາະພາສາຊົນເຜົ່າ)__________ຄົນ

  1. ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ເປັນຊາຍ:______________ຄົນ

  2. ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ເປັນຍິງ:______________ຄົນ

ຈຳນວນຂອງຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ໃຊ້ໃນການສາທິດວິທີການໃສ່ຖົງຢາງທີ່ຖືກຕ້ອງ_____________ຖົງ

ຈຳນວນຂອງຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ໃຊ້ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມທົດລອງວິທີການໃສ່ຖົງຢາງທີ່ຖືກຕ້ອງ________ຖົງ

ຈຳນວນຂອງຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ແຈກໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ(ແຍກຈາກສອງຄຳຖາມດ້ານເທິງ): ______ຖົງ

ແບບຟອມ 2: ສັງລວມຂໍ້ມູນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ (ຕົວຢ່າງ)

ລ/ດ	ຊື່	ອາຍຸ	ຊາຍ/ຍິງ	ສະຖານະພາບສົມລົດ				ສັນຊາດປະຊາກອນ				ສະເພາະ ສັນຊາດລາວ ຊົນເຜົ່າ				
				ໂສດ	ແຕ່ງງານ	ຢ່າຮ້າງ ຫຼື ໝ້າຍ	ແຍກກັນ	ລາວ	ຫວຽດນາມ	ໄທ	ຈີນ	ລາວ	ມົ້ງ	ກຶມມຸ	ອື່ນໆ	ບໍລະບຸ

ລ/ດ	ຊື່	ພາກທີ 1 ຂໍ້ມູນພື້ນຖານທາງດ້ານສຸຂະພາບຈະເລີນພັນ	
		ຮ່າງກາຍຂອງຄົນເຮົາ	ອະໄວຍະວະເພດຊາຍ/ຍິງ

ລ/ດ	ຊື່-	ພາກທີ 2 ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີ/ພຕພ										
		ການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີ (ຂຶ້ນເພີ້ມທັກ)	ຖືກ...ບໍ່ຖືກ...ບໍ່ແນ່ໃຈ	ໃຜມີເຊື້ອເຮສໄອວີ?	ປະເມີນຄວາມສ່ຽງ	ການເຕັ້ນລຳຂອງລະບົບພູມ ຄຸ້ມກັນ	ໄລຍະ 3 ເດືອນ	ຮູ້ຈັກພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດ ສຳພັນ	ລະດັບຄວາມສ່ຽງ ອະໄພ	ຄຸ້ມຄ່າບໍ່?	ແຫຼ່ງທີ່ໃຫ້ບໍລິການກວດ ການປຶກສາເຊື້ອເຮສໄອວີແລະສະຖານ ທີ່ໃຫ້ບໍລິການກວດ ແລະ ປິ່ນປົວ ພຕພ	ຈະໄປຊື້ຖົງຢາງອະນາໄມໄດ້ຢູ່ໃສ ບ່ອນກວດຫາເຊື້ອແລະການປຶກສາ ເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ໃກ້ປິ່ນປົວພຕພ

ລ/ດ	ຊື່	ພາກທີ3ເຊື້ອເຮສໄອວີ/ເອດແລະທັດສະນະຄະຕິ	
		ເຫດຜົນທີ່ໃຊ້ຫຼືບໍ່ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ	ເກມໝາກຂ່າງ

ລ/ດ	ຊື່	ພາກທີ4 ການພັດທະນາທັກສະ											
		ເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ຝຶກຄິດແບບສ້າງສັນ, ຄິດໃນລັກສະນະໄຈ້ແຍກບັນຫາ, ທັກສະໃນການຕັດສິນໃຈແລະການແກ້ໄຂປັນຫາ							ທັກສະທາງການສື່ສານ				
		ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເພດຊາຍ			ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມເພດຍິງ			ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມທັງເພດຍິງ-ຊາຍ	ສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມທັງເພດຍິງ-ຊາຍ				
		ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດສ່ວນທີ1	ຫຼັກການຄິດແກ້ໄຂບັນຫາ ແລະການຕັດສິນໃຈ	ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດສ່ວນທີ2	ໃກ້ຊິດຕິດແທດປານໃດ?	ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດສ່ວນທີ1	ຕົ້ນສາຍປາຍເຫດສ່ວນທີ2	ຄວາມສ່ຽງຂອງຂ້ອຍ	ຮຸນແຮງຫຼືບໍ່ ຍອມແພ້ໂດຍດີ ຫຼືຍືນຍັນໃນໂຕເອງ	ເກມເລົ່າເລື່ອງ	ການຝຶກທັກສະການສື່ສານ (ການຕໍ່ລອງຫຼືປະຕິເສດ)		

ລ/ດ	ຊື່	ພາກທີ5 - ກິດຈະກຳກ່ຽວກັບການຢູ່ຮ່ວມກັບຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະຄົນເປັນພະຍາດເອດ		
		ຂ້ອຍຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ	ການເບິ່ງແຍງປິ່ນປົວຂອງຜູ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີເບື້ອງຕົ້ນ	ເຮັດຫຍັງໄດ້ແດ່?

ແບບຟອມທີ3:ການກວດສອບທັກສະຄວາມພ້ອມຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳ

(ສຳລັບແຕ່ລະການຝຶກອົບຮົມ)

ພາກທີ1:

ຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳ(ຊື່ ແລະ ນາມສະກຸນ):

____

____

ເພດ:

- ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ເປັນຊາຍ:______________ຄົນ
- ຈຳນວນຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ເປັນຍິງ:______________ ຄົນ

ວັນທີຈັດການຝຶກອົບຮົມ:_______________(ວັນ…/ເດືອນ…/ປີ…)ເຖິງ .-----------------------

ສະຖານທີ່ຝຶກອົບຮົມ(ຮວມທັງເມືອງນ້ອຍ ແລະເມືອງໃຫ່ຍ):______________________________

____

ການຝຶກອົບຮົມເລີ້ມຕົ້ນເວລາ________________________ຈົນຮອດ____________________

ຊື່ ແລະຕຳແໜ່ງຂອງຜູ້ສັງເກດການ:

1. ຊື່:__________________________________ຕຳແໜ່ງ:______________________
2. ຊື່:__________________________________ຕຳແໜ່ງ:______________________
3. ຊື່:__________________________________ຕຳແໜ່ງ:______________________

ລາຍຊື່ຂອງກິດຈະກຳທີ່ໄດ້ດຳເນີນໃນການຝຶກອົບຮົມເທື່ອນີ້:

ລຳດັບ	ຊື່ຂອງກິດຈະກຳ	ດຳເນີນໂດຍການອະທິບາຍຄືກັບໃນຄູ່ມື		ຖ້າວ່າຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ໄດ້ມີການປ່ຽນແປງໃນຂັ້ນຕອນໃດໆຂອງກິດຈະ ກຳ,ກະລຸນາໃຫ້ຄຳອະທິບາຍ,ພ້ອມທັງແຈ້ງບອກຜົນທີ່ໄດ້ຮັບພາຍຫຼັງທີ່ໄດ້ເຮັດການປ່ຽນແປງ
		ແມ່ນ	ບໍ່ແມ່ນ	
1				
2				
3				
4				
5				
6				

ລຳດັບ	ຊື່ຂອງກິດຈະກຳ	ດຳເນີນໂດຍການອະທິບາຍຄືກັບໃນຄູ່ມື		ຖ້າວ່າຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ໄດ້ມີການປ່ຽນແປງໃນຂັ້ນຕອນໃດໆຂອງກິດຈະ ກຳ,ກະລຸນາໃຫ້ຄຳອະທິບາຍ,ພ້ອມທັງແຈ້ງບອກຜົນທີ່ໄດ້ຮັບພາຍຫຼັງທີ່ໄດ້ເຮັດການປ່ຽນແປງ
		ແມ່ນ	ບໍ່ແມ່ນ	
7				
8				
9				
10				
11				
12				

ເຖິງແມ່ນວ່າຈະເປັນການຝຶກອົບຮົມຄັ້ງທີ1,2,ຫຼື3ແລ້ວກໍ່ຕາມ,ຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມທີ່ເຄີຍຝຶກອົບຮົມຜ່ານມາແລ້ວຫາກຢູ່ລວມກັບຜູ້ຝຶກອົບຮົມໃໝ່,(ຈຳນວນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມທີ່ເຄີຍຝຶກມາແລ້ວຫຼາຍກວ່າໜຶ່ງຄັ້ງ ແລະບາງຈຳນວນທີ່ມາໃໝ່),ກະລຸນາອະທິບາຍ.

ບາດກ້າວຂອງກິດຈະກຳແລະຄຳຖາມທີ່ໃຊ້ໃນການສົນທະນາ:

ຫົວຂໍ້	ລະດັບຄວາມເຂົ້າໃຈ			ການສັງເກດການ	ຄຳແນະນຳ
	ບໍ່ຮູ້	ພໍປະມານ	ດີ		
1.ມຸມມອງຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມໃນການເບິ່ງວີດີໂອກາຕູນ					
2.ການເຊື່ອມໂຍງລະຫວ່າງເນື້ອຫາໃນວີດີໂອກາຕູນແລະກິດຈະກຳທີ່ຕາມມາ					
3.ການອະທິບາຍລະອຽດກ່ຽວກັບບາດກ້າວຂອງກິດຈະກຳ					
4.ໃຊ້ເຕັກນິກການຝຶກອົບຮົມເພື່ອຊຸກຍູ້ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມມີສ່ວນ ຮ່ວມຫຼາຍຂຶ້ນ					

ຫົວຂໍ້	ລະດັບຄວາມເຂົ້າໃຈ			ການສັງເກດການ	ຄໍາແນະນໍາ
	ບໍ່ຮູ້	ພໍປະມານ	ດີ		
5.ໃຫ້ຄໍາອະທິບາຍແລະຂໍ້ມູນທີ່ຈະແຈ້ງ					
6.ໃຫ້ຂໍ້ມູນທີ່ຖືກຕ້ອງເພື່ອຕ້ານກັບຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດເມື່ອພົບເຫັນ					
7.ໃຊ້ຄໍາຖາມເພື່ອຊວນໃຫ້ມີການສົນທະນາແລະການຄິດໃນລັກສະນະໄຈ້ແຍກ ບັນຫາ					
8.ໃຫ້ໂອກາດແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການຖາມຄໍາຖາມແລະຫົວຂໍ້ທີ່ກັງວົນ					
9.ໃຫ້ໂອກາດແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກ ອົບຮົມຄົນອື່ນໃນການສົນ ທະນານໍາ, ບໍ່ແມ່ນແຕ່ ຄົນດຽວ					
10.ຟັງທັກສະເພື່ອຈໍາແນກຈຸດສໍາຄັນຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນລະຫວ່າງການສົນທະນາເພື່ອກ້າວໄປສູ່ຄໍາຖາມໃນການສົນທະນາອື່ນໆຕໍ່ໄປ					
11.ໃຊ້ຄໍາຖາມ ແບບເປີດໃນລະຫວ່າງການສົນທະນາ					
12.ໃຊ້ຮູບແບບການສື່ສານສອງທາງໃນລະຫວ່າງ ການສົນທະນາ					
13.ໃຊ້ຕົວຢ່າງໃນການສົນທະນາຖາມຄໍາຖາມໃນຕອນທ້າຍຂອງແຕ່ລະກິດຈະກໍາ					
14.ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມມີສ່ວນຮ່ວມໃນການສົນທະນາໃນຕອນທ້າຍຂອງແຕ່ລະກິດຈະກໍາ					

ເຕັກນິກການຝຶກອົບຮົມທີ່ໃຊ້ໃນການຈັດສຳມະນາຄັ້ງນີ້, ກະລຸນາບອກລະອຽດເຊັ່ນເຮັດເປັນກຸ່ມນ້ອຍ, ບົດບາດສົມມຸດ,ແລະອື່ນໆ.

____

____

____

____

ເມື່ອແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມອອກເປັນກຸ່ມນ້ອຍ,ຈະຕ້ອງໃຫ້ຄຳແນະນຳລາຍລະອຽດຂອງກິດຈະກຳທີ່ເປັນສະເພາະນັ້ນໄປພ້ອມ?ເປັນຫຍັງຈຶ່ງເຮັດ?ກະລຸນາອະທິບາຍ.

____

____

____

____

ເມື່ອແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມອອກເປັນກຸ່ມນ້ອຍ,ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນເປັນເພດດຽວກັນກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຂອງແຕ່ລະກຸ່ມໃນແຕ່ລະກິດຈະກຳທີ່ເປັນແບບສະເພາະ?ເປັນຫຍັງຈຶ່ງເຮັດ?ກະລຸນາອະທິບາຍ.

____

____

____

____

ມີຫຍັງທີ່ເປັນອຸປະສັກຂອງການຈັດຝຶກອົບຮົມຄັ້ງນີ້? ກະລຸນາບອກລະອຽດ
(ເຊັ່ນວ່າ:ເວລາສັ້ນເກີນໄປ,ບໍ່ມີຮ້ານອາຫານ ອື່ນໆ.)

____

____

____

☐ ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ(ເຊັ່ນວ່າ:ຈຳນວນຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ,ຜູ້ທີ່ໃຫ້ຄວາມສົນໃຈ,ອື່ນໆ.)

____

____

☐ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ(ເຊັ່ນວ່າ:ການກະກຽມ,ຂໍ້ມູນ,ທັກສະ,ອື່ນໆ)________________

____

☐ ສະຖານທີ່ຈັດຝຶກອົບ ______________________________

____

☐ ອື່ນໆ____

ການສັງເກດການອື່ນໆ(ທັງຜູ້ນຳກິດຈະກຳແລະຜູ້ສັງເກດການ)

____

____

ພາກທີ2:

ມີການສົນທະນາລະຫວ່າງຜູ້ສັງເກດການແລະຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາບໍ່?

☐ແມ່ນ(ດໍາເນີນໄປຕາມແຕ່ລະພາກ)

☐ບໍ່,ຍ້ອນຫຍັງ?______________________________(ຈົບຢູ່ນີ້)

ຫົວຂໍ້	ລະດັບຄວາມເຂົ້າໃຈ			ຄໍາແນະນໍາ
	ບໍ່ຮູ້	ພໍປະມານ	ດີ	
1.ມູມມອງຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມໃນການເບິ່ງວີດີໂອ້ກາຕູນ				
2.ການເຊື່ອມໂຍງລະຫວ່າງເນື້ອຫາໃນວີດີໂອກາຕູນແລະກິດຈະກໍາທີ່ຕາມມາ				
3.ການອະທິບາຍລະອຽດກ່ຽວກັບບາດກ້າວຂອງກິດຈະກໍາ				
4.ໃຊ້ເຕັກນິກການຝຶກອົບຮົມເພື່ອຊຸກຍູ້ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມມີສ່ວນຮ່ວມຫຼາຍຂື້ນ				
5.ໃຫ້ຄໍາອະທິບາຍແລະຂໍ້ມູນທີ່ຈະແຈ້ງ				
6.ໃຫ້ຂໍ້ມູນທີ່ຖືກຕ້ອງເພື່ອຕ້ານກັບຄວາມເຂົ້າໃຈຜິດເມື່ອພົບເຫັນ				
7.ໃຊ້ຄໍາຖາມເພື່ອຊວນໃຫ້ມີການສົນທະນາແລະການຄິດໃນລັກສະນະໄຈ້ແຍກບັນຫາ				
8.ໃຫ້ໂອກາດແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນການຖາມຄໍາຖາມແລະຫົວຂໍ້ທີ່ກັງວົນ				
9..ໃຫ້ໂອກາດແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຄົນອື່ນໃນການສົນທະນານໍາ,ບໍ່ແມ່ນແຕ່ຄົນດຽວ				

ຫົວຂໍ້	ລະດັບຄວາມເຂົ້າໃຈ			ຄໍາແນະນໍາ
	ບໍ່ຮູ້	ພໍປະມານ	ດີ	
10ຟັງທັກສະເພື່ອຈໍາແນກຈຸດສໍາຄັນຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມໃນລະຫວ່າງການສົນທະນາເພື່ອກ້າວໄປສູ່ຄໍາຖາມໃນການສົນທະນາອື່ນໆຕໍ່ໄປ				
11.ໃຊ້ຄໍາຖາມແບບເປີດໃນລະຫວ່າງການສົນທະນາ				
12.ໃຊ້ຮູບແບບການສື່ສານສອງທາງໃນລະຫວ່າງການສົນທະນາ				
13ໃຊ້ຕົວຢ່າງໃນການສົນທະນາຖາມຄໍາຖາມໃນຕອນທ້າຍຂອງແຕ່ລະກິດຈະກໍາ				
14ໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມມີສ່ວນຮ່ວມໃນການສົນທະນາໃນຕອນທ້າຍຂອງແຕ່ລະກິດຈະກໍາ				

ສິ່ງທີ່ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາຮູ້ສຶກວ່າຕົນເຮັດໄດ້ດີ: ______________________________

____

____

____

ສິ່ງທີ່ຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາຮູ້ສຶກວ່າຕົນຈະຕ້ອງໄດ້ປັບປຸງຄືນໃໝ່ໃນຄັ້ງໜ້າ: ______________

____

____

____

ຄໍາແນະນໍາອື່ນໆຈາກຜູ້ນໍາກິດຈະກໍາ: ______________________________

____

____

____

B. ການປະເມີນກິດຈະກຳຂອງການຝຶກອົບຮົມ

ແບບຟອມປະເມີນທີ່ຢູ່ໃນຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້ບໍ່ໄດ້ມີເຈດຕະນາໃນການປະເມີນການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳ ເຖິງຢ່າງໃດກໍ່ຕາມ,ມີເຄື່ອງມືໃນການກະກຽມກ່ອນແລະຫຼັງທີ່ຊ່ວຍທີມງານໃນການກວດສອບຂໍ້ມູນທີ່ໄດ້ຮຽນຮູ້, ປ່ຽນແປງທັດສະນະຄະຕິແລະການພັດທະນາທັກສະໂດຍຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ. ເພື່ອໃຊ້ຟອມປະເມີນນີ້, ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຕ້ອງໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມທຸກໆກິດຈະກຳຈາກພາກສ່ວນທີ1 ເຖິງພາກສ່ວນທີ5. ຟອມການປະເມີນກ່ອນແລະຫຼັງແມ່ນມີໃນເນື້ອຫາ.ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມທຸກຄົນແມ່ນຈະຕ້ອງໄດ້ກຳນົດໝາຍເລກເພື່ອເປັນລະຫັດ.ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມຈະຕ້ອງໄດ້ຕອບຄຳຖາມກ່ອນເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມແລະໃນຕອນສະຫຼຸບຂອງກິດຈະກຳສຸດທ້າຍທັງ5ພາກ.ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຈະຕ້ອງຮວບລວມແບບຟອມທີ່ເຮັດກ່ອນແລະຫຼັງ, ສົມທຽບກັບຜົນໄດ້ຮັບແລະວິເຄາະຜົນການຮຽນຮູ້ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມຝຶກອົບຮົມ.

ຄຳຖາມເພື່ອການປະເມີນ(ກ່ອນແລະຫຼັງ)

ເລກບັດຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ______________

ພວກເຮົາຫວັງຢ່າງຍິ່ງວ່າທ່ານຈະສາມາດຊ່ວຍພວກເຮົາຕື່ມແບບຟອມຄຳຖາມນີ້.ຄຳຕອບຂອງທ່ານຈະຖືກນຳໃຊ້ເພື່ອປັບປຸງຫຼັກສູດການຝຶກອົບຮົມຂອງພວກເຮົາ.ຄຳຕອບຂອງທ່ານຈະບໍ່ຖືກເປີດເຜີຍແກ່ບຸກຄົນໃດໆແລະເວລາໃດກໍ່ຕາມ.ທຸກໆຂໍ້ມູນທີ່ທ່ານໃຫ້ມາຈະຖືກຮັກສາເປັນຄວາມລັບ.ບໍ່ຕ້ອງຂຽນຊື່ຂອງທ່ານໃສ່ໃນແບບຟອມຄຳຖາມ.

ກະລຸນາຈື່ໄວ້ວ່າ:

- ບໍ່ຕ້ອງຂຽນຊື່ໃສ່ໃນແບບຟອມຄຳຖາມນີ້.
- ຄຳຕອບຂອງທ່ານຖືວ່າເປັນຄວາມລັບ.ສິ່ງທີ່ທ່ານຂຽນຈະບໍ່ຖືກເປີດເຜີຍແກ່ບຸກຄົນໃດໆ.
- ຄຳຕອບຂອງທ່ານຈະບໍ່ມີຜົນຕໍ່ວຽກງານຂອງທ່ານ.
- ບໍ່ໄດ້ກຳນົດເວລາໃນການຕອບຄຳຖາມກະລຸນາຕອບຄຳຖາມຢ່າງລະມັດລະວັງ.

ວັນທີຝຶກອົບຮົມ________________(ວັນ…/ເດືອນ…/ປີ…)ເຖິງ: ------------------------

ເພດ: ☐ຊາຍ ☐ຍິງ

ສະຖານະພາບສົມລົດ:

☐ແຕ່ງງານ

☐ໂສດ

☐ຢ່າຮ້າງ ຫລື ໝ້າຍ

☐ແຍກກັນຢູ່

ອາຊີບ ຫລື ໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບຂອງທ່ານ(ກະລຸນາບອກລະອຽດ) __________________________

____

ຈຳນວນຄັ້ງຂອງການຝຶກອົບຮົມທີ່ທ່ານໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມຈາກທີມງານຝຶກອົບຮົມຂອງໂຄງການຕ້ານເອດ:

____

ກະລຸນາໝາຍເຄື່ອງໝາຍ(√)ໃສ່ໃນຫ້ອງດຽວສຳລັບແຕ່ລະຄຳຖາມຂ້າງລຸ່ມນີ້ຫຼືບອກລາຍລະອຽດ.

ພາກທີ1:**ຂໍ້ມູນ**

1.ຄົນທີ່ເບິ່ງຄືສຸຂະພາບແຂງແຮງສາມາດເປັນຄົນຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ບໍ່ ?

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

2.ຄົນເຮົາສາມາດປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໂດຍການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ຖືກວິທີທຸກຄັ້ງໃນເວລາທີ່ມີເພດສຳພັນ ແມ່ນບໍ່ ?

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

3.ເຈົ້າຄິດວ່າຄົນສາມາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຍ້ອນສາຍເຫດຍຸງກັດໄດ້ຫຼືບໍ່?”

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

4.ຄົນເຮົາສາມາດປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໂດຍການມີເພດສຳພັນກັບຄູ່ນອນທີ່ບໍ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີພຽງຄົນດຽວໂດຍທີ່ຄູ່ນອນຜູ້ນັ້ນກໍ່ບໍ່ຮູ້ຈັກກັນດີ?

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

5.ຄົນເຮົາສາມາດປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໂດຍການທີ່ບໍ່ມີເພດສຳພັນເລີຍ?

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

6.ຄົນເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໂດຍການສັກຢາດ້ວຍເຂັມສັກຢາທີ່ສະອາດ,ປະສະຈາກເຊື້ອເຮສໄອວີ?

☐ແມ່ນ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

7.ຄົນເຮົາສາມາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໂດຍການກິນເຂົ້າຮ່ວມກັບຄົນທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີ?

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

8.ຄົນທີ່ເບິ່ງຄືບໍ່ສະບາຍປານໃດສາມາດແຜ່ເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້.

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

9.ຄົນທີ່ເບິ່ງຄືແຂງແຮງສາມາດມີເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ບໍ່?

☐ແມ່ນ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

10.ທຸກຄົນທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີສະແດງອາການເຈັບປ່ວຍທັນທີທັນໃດບໍ່?.

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

11.ເຈົ້າສາມາດຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີໂດຍການມີເພດສຳພັນທາງຮູທະວານທີ່ບໍ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມ(ເພດສຳພັນທາງທະວານແມ່ນໝາຍເຖິງການສອດອະໄວຍະວະເພດຊາຍເຂົ້າໄປທາງຮູທະວານຂອງອີກຄົນໜຶ່ງ.)

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

12.ນ້ຳຫຼໍ່ລື່ນທີ່ຊ່ວຍເພີ່ມຄວາມມື່ນຄວນໃຊ້ກັບຖົງຢາງອະນາໄມ.

☐ແມ່ນ ☐ບໍ່ແມ່ນ ☐ບໍ່ຮູ້

13.ມີຫຍັງແດ່ ທີ່ຄົນເຮົາສາມາດເຮັດໄດ້ເພື່ອຫຼີກລ້ຽງການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ,ທີ່ເປັນຕົ້ນເຫດຂອງພະຍາດເອດ?

(ຕອບໄດ້ຫຼາຍຄຳຕອບ)

☐ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ຖືກວິທີທຸກຄັ້ງທີ່ມີເພດສຳພັນ

☐ຄູ່ນອນທັງສອງຝ່າຍອ້າງວ່າບໍ່ໄດ້ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີທີ່ບໍ່ຮູ້ຈັກກັນດີປານ

☐ບໍ່ມີເພດສຳພັນເລີຍ

☐ຫຼີກລ້ຽງການສັກຢາດ້ວຍເຂັມສັກຢາທີ່ມີເຊື້ອ.

☐ຫຼີກລ້ຽງຈາກການໃສ່ເລືອດທີ່ບໍ່ໄດ້ຜ່ານການກວດສອບ

☐ອື່ນໆ(ກະລຸນາບອກລະອຽດ)____

14.ເຈົ້າສາມາດບອກອາການຂອງການຕິດເຊື້ອຈາກພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ (ພຕພ) ໄດ້ບໍ່? (ຕອບໄດ້ຫຼາຍຄຳຕອບ)

☐ມີກິ່ນເໝັນມີນ້ຳໜອງ

☐ມີອາການເຈັບແສບໃນເວລາປັດສະວະ

☐ມີບາດແຜຢູ່ຕາມອະໄວຍະວະເພດ

☐ເປັນພະຍາດຂີ້ທິດ

☐ອື່ນໆ(ກະລຸນາບອກລະອຽດ)____

15.ຖ້າເຈົ້າມີອາການຂອງ ພຕພ ທີ່ກ່າວມາຂ້າງເທິງເຈົ້າຄວນເຮັດແນວໃດ?

☐ໄປທີ່ຄລີນິກຫຼືໂຮງໝໍ

☐ຊື້ຢາຈາກຮ້ານຂາຍຢາ/ຫຼືຕະຫຼາດ

☐ໄປປົວໝໍຢາພື້ນເມືອງ

☐ຂໍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກໝູ່ຫຼືຍາດພີ່ນ້ອງ

☐ລໍຖ້າ/ບໍ່ເຮັດຫຍັງ

☐ອື່ນໆ(ກະລຸນາບອກລະອຽດ) ____

ພາກທີ2:ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ

1.ມັນເປັນເລື້ອງທີ່ໜ້າລຳຄານສຳລັບຂ້ອຍແທ້ໆທີ່ຈະຕ້ອງຢຸດການມີເພດສຳພັນເພື່ອມາໃສ່ຖົງຢາງກ່ອນ.

☐ໜ້າລຳຄານທີ່ສຸດ

☐ຄ່ອນຂ້າງຈະໜ້າລຳຄານ

☐ບໍ່ໜ້າລຳຄານປານໃດ

☐ບໍ່ລຳຄານເລີຍ

2.ຖົງຢາງອະນາໄມມີວິທີໃຊ້ທີ່ຫຍຸ້ງຍາກໂພດ.

☐ຫຍຸ້ງຍາກທີ່ສຸດ

☐ຄ່ອນຂ້າງຈະຫຍຸ້ງຍາກ

☐ບໍ່ຫຍຸ້ງຍາກປານໃດ

☐ບໍ່ຫຍຸ້ງຍາກເລີຍ

3.ມັນມີຄວາມຮູ້ສຶກບໍ່ດີທີ່ໃສ່ຖົງຢາງອະນາໄມໃນການມີເພດສຳພັນ.

☐ຮູ້ສຶກບໍ່ດີເລີຍ

☐ຮູ້ສຶກບໍ່ດີປານໃດ

☐ຮູ້ສຶກດີທຳມະດາ

☐ຮູ້ສຶກດີ

4.ຖ້າເຈົ້າເລືອກທີ່ຈະມີເພດສຳພັນ,ໂດຍການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ຖືກວິທີແມ່ນວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດໃນການປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພະຍາດອື່ນໆທີ່ສາມາດຕິດໄດ້ຈາກການມີເພດສຳພັນ.

☐ຖືກທີ່ສຸດ
☐ມີສ່ວນຖືກ
☐ບໍ່ຖືກປານໃດ
☐ບໍ່ຖືກເລີຍ

ພາກທີ3:ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມແລະທັກສະທາງການສື່ສານທີ່ເກີດຜົນໃນທາງສ່ວນຕົວ

1.ຖ້າເຈົ້າມີເພດສຳພັນໃນເທື່ອໜ້າ,ເຈົ້າຈະໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມບໍ່?

☐ໃຊ້ແນ່ນອນ
☐ອາດຈະໃຊ້
☐ອາດຈະບໍ່ໃຊ້
☐ບໍ່ໃຊ້ເລີຍ

2.ຖ້າເຈົ້າບໍ່ມີຖົງຢາງອະນາໄມໃນເວລາທີ່ເຈົ້າຈະມີເພດສຳພັນ,ເຈົ້າກໍ່ຈະມີເພດສຳພັນເລີຍໂລດບໍ່?.

☐ແນ່ນອນມີເພດສຳພັນເລີຍ
☐ອາດຈະມີເພດສຳພັນເລີຍ
☐ອາດຈະບໍ່ມີເພດສຳພັນ
☐ຈະບໍ່ມີເພດສຳພັນເລີຍ

3.ເຈົ້າຈະໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມໃນເວລາທີ່ເຈົ້າເມົາເຫຼົ້າບໍ່?

☐ໃຊ້ແນ່ນອນ
☐ອາດຈະໃຊ້
☐ອາດຈະບໍ່ໃຊ້
☐ຈະບໍ່ໃຊ້ເລີຍ

4.ເຈົ້າມີຄວາມກ້າທີ່ຈະຊື້ຖົງຢາງອະນາໄມເມື່ອມີຄວາມຕ້ອງການໃຊ້ຫຼາຍປານໃດ?

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍ
☐ໝັ້ນໃຈ
☐ໝັ້ນໃຈພຽງເລັກນ້ອຍ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈເລີຍ

5.ເຈົ້າໝັ້ນໃຈໃນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມທີ່ຖືກວິທີ ຫລາຍປານໃດ?

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍ
☐ໝັ້ນໃຈ
☐ໝັ້ນໃຈພຽງເລັກນ້ອຍ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈເລີຍ

6.ເຈົ້າໝັ້ນໃຈໃນການທີ່ຈະຢືນຢັນທີ່ຈະໃຫ້ຄູ່ນອນປະຈຳຂອງເຈົ້າໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຫລາຍປານໃດ?

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍ
☐ໝັ້ນໃຈ
☐ໝັ້ນໃຈພຽງເລັກນ້ອຍ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈເລີຍ

7.ເຈົ້າໝັ້ນໃຈໃນການທີ່ຈະຢືນຢັນທີ່ຈະໃຫ້ຄູ່ນອນຊົ່ວຄາວຂອງເຈົ້າໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຫລາຍປານໃດ?

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍ
☐ໝັ້ນໃຈ
☐ໝັ້ນໃຈພຽງເລັກນ້ອຍ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈເລີຍ

8.ເຈົ້າໝັ້ນໃຈກັບທັກສະຂອງເຈົ້າທີ່ຈະຊັກຊວນໃຫ້ຄູ່ນອນຂອງເຈົ້າໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຫລາຍປານໃດ?

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍ
☐ໝັ້ນໃຈ
☐ໝັ້ນໃຈພຽງເລັກນ້ອຍ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈເລີຍ

9.ເຈົ້າໝັ້ນໃຈທີ່ຈະສາມາດເຮັດໃຫ້ເຂົາເຈົ້າເຊື່ອຟັງທີ່ຈະໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຖ້າເຈົ້າຕ້ອງການໃຊ້ຫລາຍປານໃດ?

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍ
☐ໝັ້ນໃຈ
☐ໝັ້ນໃຈພຽງເລັກນ້ອຍ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈເລີຍ

10.ເຈົ້າໝັ້ນໃຈທີ່ຈະປະຕິເສດການມີເພດສຳພັນກັບຄົນທີ່ປະຕິເສດໃນການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຫລາຍປານໃດ?

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍ
☐ໝັ້ນໃຈ
☐ໝັ້ນໃຈພຽງເລັກນ້ອຍ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈເລີຍ

ພາກທີ4:ການຕັດສິນໃຈແລະທັກສະທາງການສື່ສານທີ່ເກີດຜົນໃນທາງສ່ວນຕົວ

1.ເຈົ້າໝັ້ນໃຈທີ່ຈະເຮັດສິ່ງຕ່າງໆດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ຫລາຍປານໃດ?

1.ບອກວ່າເຈົ້າຍັງບໍ່ຕ້ອງການມີເພດສຳພັນເທື່ອໃນຕອນນີ້,ແຕ່ໃນອະນາຄົດອາດມີໄດ້

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍທີ່ຈະບອກ
☐ໝັ້ນໃນທີ່ຈະບອກ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈປານໃດທີ່ຈະບອກ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈທີ່ຈະບອກເລີຍ

2.ການຕັດສິນໃຈບໍ່ອອກໄປທ່ຽວກັບໃຜຍ້ອນເຈົ້າຄິດວ່າມັນອາດຈະນຳໄປສູ່ການມີເພດສຳພັນ

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍວ່າສາມາດເຮັດໄດ້
☐ສາມາດເຮັດໄດ້
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈວ່າເຮັດໄດ້
☐ເຮັດບໍ່ໄດ້ເລີຍ

3.ບອກວ່າເຈົ້າບໍ່ຕ້ອງການອອກໄປທ່ຽວໃສຍ້ອນອາດເກີດເຫດການທີ່ພາໃຫ້ມີເພດສຳພັນ

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍທີ່ຈະບອກ
☐ໝັ້ນໃນທີ່ຈະບອກ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈປານໃດທີ່ຈະບອກ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈທີ່ຈະບອກເລີຍ

4.ບອກວ່າເຈົ້າຍັງບໍ່ພ້ອມທີ່ຈະມີເພດສຳພັນ

☐ໝັ້ນໃຈຫຼາຍທີ່ຈະບອກ
☐ໝັ້ນໃນທີ່ຈະບອກ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈປານໃດທີ່ຈະບອກ
☐ບໍ່ໝັ້ນໃຈທີ່ຈະບອກເລີຍ

ເອກະສານອ້າງອີງ

Chaiphet,Nonthathorn and Holsong, Anuchon.2008. Life Skills based Activity Manual focused on Family Planning. Developed for the Volunteers for Children Development Foundation under the project supported by the Hussman Foundation. Chiang Mai.

International Organization for Migration. 2007. 'For Life, With Love' HIV and AIDS Safe Mobility Life-Skills Activities Manual. Bangkok.

Ministry of Public Works and Transport, Lao PDR. 2007. STI/HIV and Trafficking Awareness. Project Design for the Roads for Rural Development Project (ADB 10). Vientiane.

The Institute for Reproductive Health of GeorgetownUniversityand Family Health International.2003. My Changing Body: Fertility Awareness for Young People. No printing place present in the document

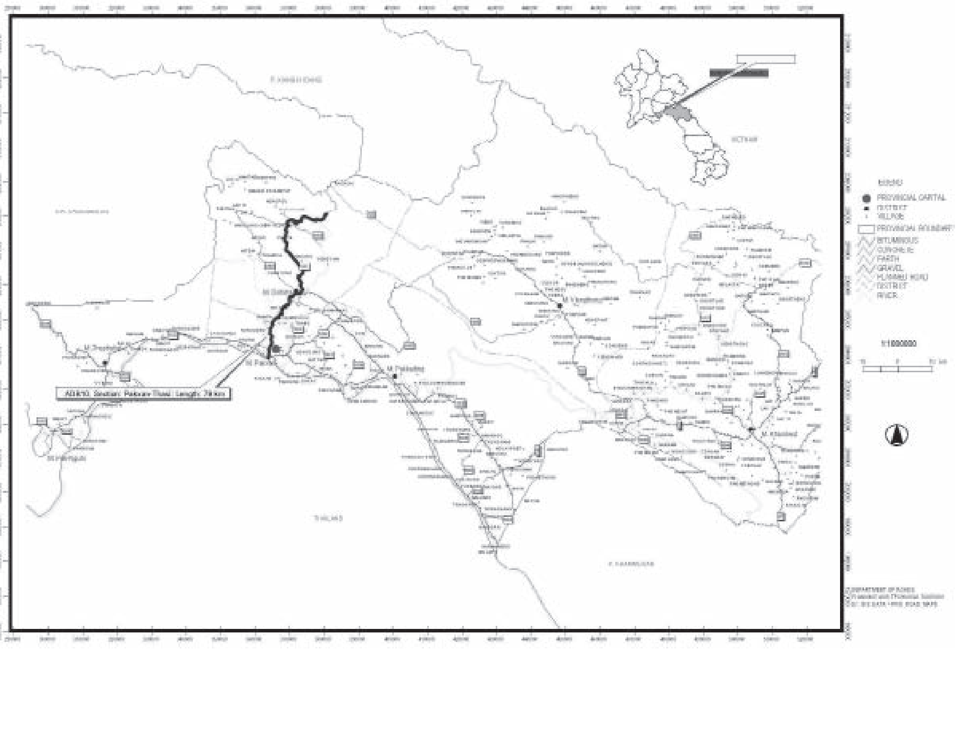
ພາກພະໜວກທີ I: ກໍລະນີໂຄງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ ADB 10 ຄວາມ ສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີຢູ່ ໃນສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ ແລະ ຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ໃນແຂວງບໍລິຄໍາໄຊ, ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ:

A. ສະພາບການແລະເນື້ອໃນ

ໂຄງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງຊອຍ_ໂດຍທົ່ວໄປເອີ້ນວ່າເສັ້ນທາງ"ADB10"_ແມ່ນມີຈຸດປະສົງເພື່ອເພີ້ມທະວີແລະສົ່ງເສີມໂອກາດທີ່ຫລາກຫລາຍທາງດ້ານເສດຖະກິດແລະອໍານວຍຄວາມສະດວກໃຫ້ແກ່ການຄ້າຂາຍລະຫວ່າງ

ສປປລາວແລະປະເທດຫວຽດນາມ.ໂຄງການກໍ່ສ້າງໂດຍເລີ່ມຕົ້ນດໍາເນີນງານໃນເດືອນພະຈິກ2006ແລະຈະສິ້ນສຸດໃນທ້າຍເດືອນພຶດສະພາ2010.ໂຄງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງADB10ມີໄລຍະທາງການກໍ່ສ້າງລວມ75ກິໂລແມັດ,ໂດຍເລີ່ມຈາກບໍລິເວນແມ່ນໍ້າຊອງໃນເມືອງປາກຊັນ,ຊຶ່ງຜ່ານສອງບ້ານໃນເຂດດັ່ງກ່າວ.ການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງໄດ້ຜ່ານ9ບ້ານຂອງເມືອງບໍລິຄັນແລະ8ຫາ10ບ້ານໃນເຂດຜາເມືອງ.ຜາເມືອງແມ່ນເຂດຈຸດສຸມທີ່ໄດ້ຖືກຄັດເລືອກໃນໂຄງການ,ຊຶ່ງມີຫລາຍຄອບຄົວໄດ້ມາຕັ້ງຖິ່ນຖານໃຫມ່ໃນຫລາຍໆບ້ານຫລືແຈກຢາຍຢູ່ຕາມເມືອງຕ່າງໆລະຫວ່າງປີ1995-1997.ສ່ວນໃຫຍ່ແມ່ນຄົນຊົນເຜົ່າມົ້ງແຕ່ຄົນລາວລຸ່ມກໍ່ມີຕົວເລກເປັນຈໍານວນຫລາຍແລະສ່ວນຫນ້ອຍຫນຶ່ງແມ່ນກຸ່ມຄົນຊົນເຜົ່າມອນແລະຂະແມ.

ຮູບ5.ໂຄງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງຊອຍADB10,ປາກຊັນ-ທ່າສີ,ແຂວງບໍລິຄໍາໄຊ



ສວນໃຫຍ່ແມ່ນດຳລົງຊີວິດຢູ່ໃນຊຸມຊົນລຽບຕາມເສັ້ນທາງADB10ຫລືບ້ານອ້ອມຂ້າງຊຶ່ງມີວຽກເຮັດງານທຳຢູ່ໃນເຂດດັ່ງກ່າວຫລືພາກັນອອກມາຊອກວຽກເຮັດງານທຳຢູ່ນະຄອນຫລວງວຽງຈັນຫລືໄປເຮັດວຽກຢູ່ເມືອງອື່ນໆ,ມີຈຳນວນໜຶ່ງກໍ່ເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຢູ່ປະເທດໄທຊຶ່ງເປັນຈຸດໝາຍເດີນທາງໄປເຮັດວຽກຂອງກຳມະກອນຄົນລາວຈຳນວນຫລາຍ.ກຳມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງADB10ແມ່ນຄົນທີ່ມາຈາກຊຸມຊົນໃກ້ຄຽງ.ເຂົາເຈົ້າເຊື່ອວ່າເສັ້ນທາງໃໝ່ນີ້ຈະຊ່ວຍປັບປຸງການເຊື່ອມຕໍ່ຄົມມະນາຄົມໃຫ້ດີຂຶ້ນ,ຍົກສູງມາດຕະຖານຂອງການດຳລົງຊີວິດແລະເພີ້ມທະວີການພັດທະນາເສດຖະກິດ-ສັງຄົມ.

1. ການປະເມີນສະພາບການ

ການປະເມີນຜົນສະພາບການການປະເມີນຜົນສະພາບການໄດ້ຖືກຈັດຕັ້ງປະຕິບັດໃນເຂດພື້ນທີ່ການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງADB10ໃນແຂວງບໍລິຄຳໄຊ,ເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈ1)ສະພາບການເຮັດວຽກຂອງທີມງານກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງADB10ຢູ່ແຂວງບໍລິຄຳໄຊ,2)ຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຍ້ອນການພັດທະນາເສັ້ນທາງດັ່ງກ່າວແລະ3)ຄວາມຮູ້ແລະຄວາມຮັບຮູ້ກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພະຍາດເອດຂອງກຳມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງລວມທັງປະຊາຊົນທີ່ດຳລົງຊີວິດຢູ່ໃນເຂດຊຸມຊົນອ້ອມຂ້າງ.ຜົນໄດ້ຮັບຈາກການປະເມີນຜົນແລະການວິໃຈຈະຊ່ວຍໃນການປັບປຸງຊຸດຄູ່ມືເສີມທັກສະທີ່ປອດໄພຈາກເຊື້ອເຮສໄອວີForLife, WithLove,ໃຫ້ແກ່ກຳມະກອນກໍ່ສ້າງແລະປະຊາຊົນໃນເຂດທ້ອງຖິ່ນດັ່ງກ່າວ,ທັງຍັງເປັນການພັດທະນາຫລັກສູດການຝຶກອົບຮົມທີ່ເໝາະສົມທາງດ້ານວັດທະນະທຳແລະພາສາ.

ການເກັບກຳຂໍ້ມູນແມ່ນດຳເນີນດ້ວຍວິທີການຈັດກຸ່ມສົນທະນາກັບກຳມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ6ກຸ່ມແລະອີກ13ກຸ່ມກັບປະຊາຊົນທີ່ດຳລົງຊີວິດຢູ່ໃນຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງດັ່ງກ່າວ.ມີພະນັກງານວິຊາການຈຳນວນ10ທ່ານໄດ້ຖືກສຳພາດທີ່ມາຈາກຂະແໜງການຕ່າງໆເຊັ່ນ:ສາທາລະນະສຸກ,ໂຍທາທິການ ແລະ ຂົນສົ່ງ,ທ່ອງທ່ຽວ,ແຮງງານແລະສະຫວັດດີການສັງຄົມແລະບັນດາທີ່ປຶກສາໂຄງການກໍ່ໄດ້ຖືກສຳພາດ.ການລົງປະຕິບັດວຽກຢູ່ພາກສະໜາມແມ່ນໄດ້ເລີ່ມລະຫວ່າງວັນທີ26ມິຖຸນາຫາ10ກໍລະກົດ2008ຢູ່ແຂວງບໍລິຄຳໄຊ.ຜົນໄດ້ຮັບຈະຊ່ວຍໃຫ້ເຫັນພາບລວມຂອງກຸ່ມເປົ້າໝາຍໃນພື້ນທີ່ການກໍ່ສ້າງຄືດັ່ງທີ່ຈະໄດ້ສະເໜີດ້ານລຸ່ມ.

2. ການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ ແລະ ການເຄື່ອນຍ້າຍພາຍໃນ:

ການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານແລະການເຄື່ອນຍ້າຍພາຍໃນຂໍ້ມູນອ້າງອີງທີ່ມີໄດ້ຊີ້ໃຫ້ເຫັນວ່າເສັ້ນທາງການເຊື່ອມໂຍງໃໝ່ທີ່ເກີດຂຶ້ນແລະການຂະຫຍາຍຕົວທາງດ້ານເສດຖະກິດຢ່າງໄວວາແມ່ນເນື່ອງມາຈາກການພັດທະນາພື້ນຖານໂຄງລ່າງໂດຍສະເພາະແມ່ນວຽກງານກໍ່ສ້າງຖະໜົນຫົນທາງ,ຊຶ່ງໄດ້ສົ່ງຜົນໃຫ້ເກີດການເຄື່ອນຍ້າຍອອກຈາກຄອບຄົວແລະສັງຄົມລວມທັງເພີ້ມຄວາມສ່ຽງຕໍ່ເຊື້ອເຮສໄອວີ.

ນັບແຕ່ຕອນຕົ້ນໂຄງການADB10ໃນປີ2006,ຍັງບໍ່ພົບເຫັນການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານຂອງຄົນເຂົ້າ-ອອກພື້ນທີ່ເປົ້າໝາຍຢ່າງໂດດເດັ່ນ.ການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານເຂົ້າ-ອອກເປັນພື້ນຖານທີ່ພົວພັນກັບວຽກງານແລະບັນຫາຄອບຄົວ,ຊຶ່ງບໍ່ໄດ້ກ່ຽວພັນໂດຍກົງກັບການພັດທະນາເສັ້ນທາງໃໝ່.ການເຄື່ອນຍ້າຍພາຍໃນໂດຍສະເພາະແມ່ນນັກຮຽນ-ນັກສຶກສາແລະຜູ້ອອກແຮງງານເຂົ້າມາບັນດາບ້ານທີ່ມີເສັ້ນທາງຕັດຜ່ານເຫັນວ່າມີຈຳນວນໜຶ່ງຍ້ອນມີໂຮງຮຽນເຕັກນິກແລະໂຮງຮຽນວິຊາຊີບ,ໂຮງສີເຂົ້າແລະໂຮງຈັກໂຮງງານຈຳນວນໜຶ່ງຕັ້ງຢູ່ໃກ້ກັບພື້ນທີ່ກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ.ເຖິງແນວໃດກໍ່ຕາມ,ໄດ້ມີການເຝົ້າສັງເກດຮູບແບບການເພີ້ມຂຶ້ນຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍ.ຜູ້ເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານຊາວຫວຽດນາມແລະຊາວຈີນໄດ້ຍົກຍ້າຍເຂົ້າມາໃນພື້ນທີ່ນີ້ທັງເຮັດວຽກເປັນກຳມະກອນ

ຫລືເປີດທຸລະກິດຂະໜາດນ້ອຍເຊັ່ນ:ຮ້ານຂາຍເຄື່ອງ,ຮ້ານເບຍ,ຕະຫລາດນ້ອຍ,ຂາຍຜັກຂາຍໝາກໄມ້,ເປີດຮ້ານອາຫານ,ເຮືອນພັກແລະຮ້ານຂາຍເຄື່ອງອຸປະກອນຕ່າງໆຊຶ່ງພວມກຳລັງເກີດຂຶ້ນຢູ່ຕາມເສັ້ນທາງໃໝ່.

3. ສະພາບການເຮັດວຽກໃນສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ

ກຳມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງADB10ສ່ວນຫລາຍແມ່ນມີທັງຜູ້ມີສີມືແລະບໍ່ມີສີມື,ພັກອາໃສຊົ່ວຄາວຢູ່ທີ່ແຄ້ມພັກເຊົາໃຫຍ່ຫລືແຄ້ມພັກເຊົານ້ອຍບ່ອນມີການກໍ່ສ້າງໃນຊ່ວງໄລຍະສັນຍາເຮັດວຽກ. ກຳມະກອນບາງຄົນພັກເຊົາຢູ່ພື້ນທີ່ກໍ່ສ້າງ2-3ອາທິດແລ້ວຍ້າຍໄປບ່ອນອື່ນ,ແຕ່ບາງຄົນອາດພັກຢູ່ຈົນເຖິງ4ເດືອນໃນພື້ນທີ່ດຽວ,ຂຶ້ນຢູ່ກັບວຽກງານທີ່ຮັບຜິດຊອບແລະປະລິມານວຽກທີ່ເຮັດ.ກຳມະກອນທີ່ມີສີມືແລະບໍ່ມີສີມືທັງຫມົດປົກກະຕິຈະເຮັດວຽກເຕັມ8ຊົ່ວໂມງແຕ່ເຂົາເຈົ້າອາດໄດ້ເຮັດວຽກຫນ້ອຍຊົ່ວໂມງຖ້າຫາກມີຝົນຕົກຫລືອາດເຮັດວຽກຫລາຍຊົ່ວໂມງຖ້າຫາກວຽກດ່ວນ.ເວລາພັກຜ່ອນກິນເຂົ້າສວາຍແມ່ນ1ເຖິງ2ຊົ່ວໂມງແລະບ່ອນກິນເຂົ້າສວາຍປົກກະຕິກໍ່ຢູ່ບ່ອນເຮັດວຽກຫລືແຄ້ມພັກເຊົາ.ກຳມະກອນກໍ່ສ້າງມີເວລາພັກ2ມື້ຕໍ່ເດືອນ(ວັນສິນ).ໃນເວລາຫວ່າງເຂົາເຈົ້າມັກພັກຜ່ອນຢູ່ແຄ້ມແລະເຮັດກິດຈະກຳຍາມຫວ່າງເຊັ່ນ:ຫລິ້ນກິລາ,ດື່ມເຫລົ້າດື່ມເບຍແລະໄປເລາະຫລິ້ນສັງສັນກັບຫມູ່ຄູ່,ຫລືບາງຄັ້ງກໍ່ອອກໄປທ່ຽວຫລິ້ນບ່ອນສະຖານທີ່ບັນເທີງ.

ຢູ່ແຄ້ມພັກເຊົາແມ່ນມີໄຟຟ້າແລະຊຸມຊົນເກືອບທັງຫມົດໃກ້ເສັ້ນທາງADB10ກໍ່ມີໄຟຟ້າຊົມໃຊ້. ປະຊາຊົນຢູ່ໃນເຂດນີ້ສາມາດຮັບຊົມໂທລະພາບແລະຟັງວິທະຍຸ.ບ່ອນທີ່ຍັງບໍ່ທັນມີໄຟຟ້າໃຊ້ກໍ່ແມ່ນນຳໃຊ້ຫມໍ້ໄຟແທນເພື່ອຟັງຂ່າວຈາກວິທະຍຸແລະເພື່ອຄວາມບັນເທີງ.ແຕ່ເປັນທີ່ຊັດເຈນວ່າກຸ່ມເປົ້າຫມາຍສ່ວນຫລາຍຢູ່ລຽບຕາມເສັ້ນທາງADB10ແມ່ນສາມາດເຂົ້າເຖິງສື່ມວນຊົນ.ເຂົາເຈົ້າຄຸ້ນເຄີຍກັບຮູບພາບກາຕູນແລະລະຄອນວິທະຍຸຊຶ່ງເປັນຮູບແບບຫນຶ່ງທີ່ຖືກນຳໃຊ້ໃນການຝຶກອົບຮົມການປ້ອງກັນພະຍາດເອດ.ຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ:ການຮ່ວມເພດ,ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມແລະດື່ມສິ່ງມຶນເມົາແລະການໃຊ້ຢາເສບຕິດ

4. ຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ. ການມີເພດສຳພັນ, ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ, ເຄື່ອງດື່ມມືນເມົາ ແລະ ການໃຊ້ຢາເສບຕິດ

ການມີເພດສຳພັນ

ກຳມະກອນເຮັດວຽກສ່ວນຫລາຍເປັນຄົນໂສດຫລືບໍ່ມີຄົນໃນຄອບຄົວຕິດຕາມມານຳໃນເວລາເຮັດວຽກຢູ່ພື້ນທີ່ກໍ່ສ້າງ.ການມີເພດສຳພັນປົກກະຕິແລ້ວແມ່ນກັບຜູ້ຍິງໃນຊຸມຊົນອ້ອມຂ້າງຫລືກັບສາວ ບໍລິການ.ຄົນໃນຊຸມຊົນທີ່ຢູ່ລຽບຕາມເສັ້ນທາງADB10ປົກກະຕິແລ້ວຈະແຕ່ງງານອາຍຸລະຫວ່າງ 18ຫາ25ປີ.ຄົນຊົນເຜົ່າມົ້ງແລະກຶມມຸແຕ່ງງານແຕ່ອາຍຸຍັງນ້ອຍ(ອາຍຸລະຫວ່າງ14ຫາ15ປີ)ອ່ອນກ່ວາຄົນລາວລຸ່ມ. ການມີເພດສຳພັນກ່ອນແຕ່ງງານເບິ່ງຄືວ່າຖືເປັນເລື່ອງທຳມະດາແຕ່ກໍ່ບໍ່ຖືເປັນເລື່ອງທົ່ວໄປສຳລັບການໂອ້ລົມໃນກຸ່ມຄົນໄວໜຸ່ມ.ການເກີດມີເພດສຳພັນຂອງກຳມະກອນກໍ່ສ້າງກັບຄົນໃນຊຸມຊົນແມ່ນຫລັງຈາກທີ່ມີການດື່ມເຄື່ອງມືນເມົາ.ສາຍພົວພັນທາງເພດລະຫວ່າງຄູ່ນອນທີ່ຍັງບໍ່ທັນແຕ່ງງານແມ່ນໄດ້ມີການກ່າວເຖິງໃນສອງກຸ່ມຄື:

1)ຍິງບໍລິການທີ່ເຮັດວຽກໃນຮ້ານຂາຍເບຍຫລືເຮືອນພັກ(ສາມາດໂທຫາກັນໄດ້)

2)ຄູ່ນອນທີ່ບໍ່ເສຍຄ່າ (ລັກສະນະເປັນແຟນກັນ).

ຖືເປັນເລື່ອງທີ່ສາມາດຍອມຮັບໄດ້ວ່າຜູ້ຊາຍສາມາດມີຄູ່ນອນໄດ້ຫລາຍກ່ວາເພດຍິງ.ຜູ້ຊາຍມີຄູ່ນອນຫລາຍຄົນໂດຍທົ່ວໄປແມ່ນຄົນໜຸ່ມ,ຜູ້ທີ່ມັກເດີນທາງໄປມາ,ຄົນໂສດ,ນັກທຸລະກິດທີ່ມີການເດີນທາງເລື້ອຍໆແລະຜູ້ຊາຍທີ່ມີເງິນໃຊ້ຈ່າຍ.ຜູ້ຍິງບາງກຸ່ມກໍ່ມັກມີຄູ່ນອນຫລາຍຄົນ,ໂດຍສະເພາະຍິງໜຸ່ມອາຍຸລະຫວ່າງ16ຫາ25ປີ.ເຖິງແນວໃດກໍ່ຕາມສຳລັບຜູ້ຍິງເຜົ່າມົ້ງການເວົ້າກ່ຽວກັບເລື່ອງຂອງເພດຖືເປັນເລື່ອງອ່ອນໄຫວແລະບໍ່ຄ່ອຍມີການໂອ້ລົມກັນແບບເປີດເຜີຍໂດຍທົ່ວໄປ.

ການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ

ກຳມະກອນສ່ວນຫລາຍແລະຄົນໃນຊຸມຊົນເຊື່ອວ່າຖົງຢາງອະນາໄມສາມາດນຳໃຊ້ໄດ້ກັບສາວບໍລິການຫລືໃຜກໍ່ໄດ້ທີ່ບໍ່ແມ່ນຄູ່ຄອງຕົນເອງ.ຖົງຢາງອະນາໄມແມ່ນສາມາດຫາໄດ້ຕາມຮ້ານຂາຍຢາ, ໂຮງ ໝໍ,ສູນເຮືອນໄຫມ່ສູນສຸຂະພາບ,ຮ້າຍຂາຍເຄື່ອງຍ່ອຍແລະເຮືອນພັກຕາມເສັ້ນທາງADB.ພື້ນທີ່ການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງແລະແຄ້ມພັກ,ສຸກສາລາແລະໂຮງໝໍແມ່ນແຈກຢາຍຖົງຢາງໃຫ້ລ້າ.ແຕ່ເຖິງແນວໃດກໍ່ຕາມບາງຄົນທີ່ຖືກສຳພາດໄດ້ລະບຸວ່າເຂົາເຈົ້າຮູ້ສຶກອາຍຫລືບໍ່ຫມັ້ນໃຈທີ່ຈະຊື້ຖົງຢາງອະນາໄມ. ຜູ້ຊາຍເຜົ່າມົ້ງແລະຄົນຫວຽດນາມບໍ່ຮູ້ວ່າຈະໄປຫາຖົງຢາງອະນາໄມໄດ້ຢູ່ໃສໃນບໍລິເວນການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ.

ການດື່ມເຄື່ອງມືນເມົາແລະການໃຊ້ສິ່ງເສບຕິດ

ເບຍຖືເປັນສິ່ງເສບຕິດໂດຍທົ່ວໄປສຳລັບກຳມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງແລະປະຊາຊົນໃນຊຸມຊົນອ້ອມຂ້າງ.ສຳລັບຜູ້ທີ່ມັກດື່ມເຄື່ອງມືນເມົາຖືໄດ້ວ່າເກືອບທຸກມື້,ສຳລັບຜູ້ດື່ມທົ່ວໄປເວົ້າວ່າເຂົາເຈົ້າດື່ມ 2-3ຄັ້ງຕໍ່ເດືອນ.ກຳມະກອນທີ່ຢູ່ໃນແຄັມພັກແມ່ນມີການດື່ມເຄື່ອງມືນເມົາຫລາຍກ່ວາປະຊາຊົນທົ່ວໄປ.ພາຍຫລັງດື່ມຈົນມືນເມົາແລ້ວຊາຍໜຸ່ມສ່ວນຫລາຍມັກອອກໄປມີເພດສຳພັນຢູ່ສະຖານທີ່ບັນ ເທີງຕ່າງໆ.ປາກຊັນຖືວ່າເປັນສະຖານທີ່ຊຶ່ງໄດ້ຮັບຄວາມນິຍົມ,ເປັນບ່ອນທີ່ມີບ່ອນເຕັ້ນລຳ,ຮ້ານເຫລົ້າແລະຮ້ານເບຍຫລາຍກ່ວາບ່ອນອື່ນໆ.ການໃຊ້ຢາເສບຕິດກໍ່ມີແຕ່ມີໜ້ອຍສຳລັບກຸ່ມກຳມະ

ກອນເມື່ອທ່ຽວກັບຄົນໃນຊຸມຊົນ.ສໍາລັບຢາເສບຕິດທີ່ຄົນໃນຊຸມຊົນມັກໃຊ້ໄດ້ແກ່ຢາບ້າ,ສານລະເຫີຍ, ກັນຊາແລະຢາຝິ່ນ(ສໍາລັບຄົນເຜົ່າມົ້ງ),ໃນຂະນະທີ່ບໍ່ໄດ້ກ່າວເຖິງກ່ຽວກັບການໃຊ້ຢາເສບຕິດໃນກຸ່ມ ກໍາມະກອນແລະບໍ່ໄດ້ມີການກ່າວເຖິງການໃຊ້ເຂັມສັກຢາເສບຕິດຢູ່ໃນແຄ້ມພັກຫລືໃນຊຸມຊົນ.

5. ຄວາມຮູ້ແລະທັດສະນະຄະຕິກ່ຽວກັບເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພະຍາດເອດ

ກໍາມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງແລະຄົນໃນຊຸມຊົນເວົ້າວ່າເຂົາເຈົ້າເຄີຍໄດ້ຍິນກ່ຽວກັບພະຍາດເອດ,ເຖິງ ແມ່ນວ່າຄົນສ່ວນຫລາຍຈະຍັງບໍ່ຮູ້ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະເປັນພະຍາດ ເອດ.ບັນຫາທີ່ເຂົາເຈົ້າໄດ້ຍິນຫລືຮັບຮູ້ແມ່ນກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນ,ເສັ້ນທາງການຕິດຕໍ່,ອາການແລະວິ ທີການໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມ.ແຫລ່ງຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບພະຍາດເອດແມ່ນໄດ້ມາຈາກພະນັກງານສາທາລະ ນະສຸກ,ຈາກໂຄງການສຸຂະພາບແລະການໂຄສະນາຕ່າງໆ,ຈາກໂຮງຮຽນ,ຫມູ່ເພື່ອນ,ຄົນໃນຄອບຄົວ, ວິທະຍຸ,ໂທລະພາບ,ຫນັງສືພິມແລະຈາກປື້ມຕ່າງໆ.ຜູ້ເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານຊາວຫວຽດນາມໃນຊຸມຊົນ ເວົ້າວ່າເຂົ້າໄດ້ຍິນກ່ຽວກັບພະຍາດເອດໃນເວລາຢູ່ຫວຽດນາມແລະຈາກໂທລະພາບຊ່ອງຫວຽດນາມ ແລະບໍ່ສາມາດເຂົ້າເຖິງຂໍ້ມູນຂ່າວສານໃດໆໃນລາວເນື່ອງຈາກອຸປະສັກທາງດ້ານພາສາ.ເປັນທີ່ສັງເກດ ວ່າແມ່ຍິງຊົນເຜົ່າມົ້ງແລະຫວຽດນາມໃນຊຸມຊົນບໍ່ຮູ້ກ່ຽວກັບການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີເລີຍ

ສ່ວນຫລາຍຜູ້ທີ່ຖືກສໍາພາດ(ທັງທີ່ຢູ່ໃນສະຖານທີ່ກໍ່ສ້າງແລະໃນຊຸມຊົນ)ເຊື່ອວ່າຄົນສ່ວນຫລາຍ ທີ່ສ່ຽງ ໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແມ່ນກໍາມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ,ຄົນຂັບລົດ,ຄົນທີ່ເຄື່ອນຍ້າຍໄປມາ,ສາວບ ລິການ,ລູກຄ້າຂອງສາວບໍລິການ,ຄົນໄວຫນຸ່ມ,ຜູ້ຍິງເຮັດວຽກໃນໂຮງງານ,ແມ່ເຮືອນແລະຜູ້ທີ່ໄປເຮັດ ວຽກຢູ່ປະເທດໄທ,ຄົນທີ່ມີເພດສໍາພັນກັບເພດດຽວກັນ. ສ່ວນຜູ້ທີ່ໃຊ້ເຂັມສັກຢາເສບຕິດແມ່ນບໍ່ໄດ້ຖືກ ກ່າວເຖິງໃນການສໍາຫລວດຄັ້ງນີ້.

ການມີເພດສໍາພັນທີ່ບໍ່ປອດໄພມັກເກີດຂຶ້ນໃນເວລາມຶນເມົາ.ເຖິງແມ່ນວ່າຄົນດັ່ງກ່າວຈະມີຄວາມຮູ້ ຫລາຍກ່ຽວກັບການຕິດຕໍ່ຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີແຕ່ຫລັງຈາກດື່ມເຫລົ້າມຶນເມົາແລ້ວກໍ່ພາໃຫ້ມີໂອກາດ

ສ່ຽງຫລາຍໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.ສາວບໍລິການຫລາຍຄົນດື່ມແລະມຶນເມົາແລ້ວກໍ່ພາກັນໄປທ່ຽວ. ສາວບໍລິການເຂົາເຈົ້າມັກຈື່ບໍ່ໄດ້ວ່າຕົນເອງໄດ້ໃຊ້ຖົງຢາງອະນາໄມຫລືຖົງຢາງອະນາໄມຈີກຂາດຫລື ບໍ່.

ໃນເຂດກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງADB10ເກືອບວ່າທຸກຄົນໄດ້ຖືກສໍາພາດໃນລະຫວ່າງການສໍາຫລວດຄັ້ງນີ້ເວົ້າ ວ່າເຂົາເຈົ້າບໍ່ຮູ້ຫລື ບໍ່ພົບເຫັນຄົນທີ່ຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີ.ຄົນທີ່ມີເຊື້ອເຮສໄອວີຈະບໍ່ສະແດງຕົນແລະກໍ່ບໍ່ຄ່ ອຍມີການໂຄສະນາກ່ຽວກັບຜູ້ທີ່ຕິດເຊື້ອໃນເຂດນີ້.

B. ຜົນການວິເຄາະ

ກໍາມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງທີ່ມີສີມື ແລະ ບໍ່ມີສີມືເປັນກຸ່ມເປົ້າຫມາຍໃນການຝຶກອົບຮົມວຽກງານ ຕ້ານ ເອດໃນສະຖານທີ່ ກໍ່ສ້າງ.ໃນສະຖານທີ່ດັ່ງກ່າວບໍລິສັດກໍ່ສ້າງອາດນໍາໃຊ້ທີມໄປເຂດຫ່າງໄກສອກ ຫລີກເພື່ອກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງໃຫມ່ຫລືສ້ອມແປງເສັ້ນ ທາງທີ່ເປ່ເພເສຍຫາຍ.ກໍາມະກອນໂດຍທົ່ວໄປກໍ່ ແມ່ນເພດຊາຍແລະພັກອາໃສຢູ່ໃນສະພາບແວດລ້ອມຂອງກຸ່ມຜູ້ຊາຍຊຶ່ງຢູ່ຫ່າງໄກຈາກຄອບຄົວເປັນ ເວລາດົນ.ເປັນສາຍເຫດຫນຶ່ງພາໃຫ້ເກີດມີຄູ່ນອນຫລາຍຄົນໂດຍສະເພາະລາຍຮັບທີ່ນໍາໄປໃຊ້ຈ່າຍ. ຍ້ອນສະພາບດັ່ງກ່າວກໍາມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງຈຶ່ງເຫັນວ່າບໍ່ສະເພາະແຕ່ຕົນເອງທີ່ມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ ການຕິດ ເຊື້ອເຮສໄອວີແຕ່ຍັງມີຄົນທີ່ດໍາລົງຊີວິດຢູ່ ໃນຊຸມຊົນອ້ອມຂ້າງນໍາ.

ການຈັດຝຶກອົບຮົມການປ້ອງກັນພະຍາດເອດໃຫ້ແກ່ກໍາມະກອນແລະປະຊາຊົນທີ່ຢູ່ໃກ້ຄຽງຖືເປັນ ສິ່ງ ສໍາຄັນໃນວຽກງານການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີໃນຂະແຫນງການກໍ່ສ້າງໂຄງລ່າງພື້ນຖານ.ອີງຕາມ ການສັງເກດໃນເວລາສໍາຫລວດຢູ່ລຽບຕາມເສັ້ນທາງADB10ເຫັນວ່າໄດ້ມີຮ້ານເບຍເປັນຈໍານວນ ຫລາຍແລະມີສາວບໍລິການເຮັດວຽກໃນຮ້ານເບຍເຫລົ່ານັ້ນ.ສາວບໍລິການຍັງມີການເຄື່ອນຍ້າຍຈາກ ບ່ອນຫນຶ່ງໄປອີກບ່ອນຫນຶ່ງ.ສາວບໍລິການຫລາຍຄົນໃຊ້ໂທລະສັບເພື່ອຕິດຕໍ່ຫາລູກຄ້າ.ສະເພາະຢູ່ ເມືອງປາກຊັນມີຮ້ານເບຍປະມານ 11-13 ຮ້ານທີ່ມີສາວນບໍລິການແລະມີສາວປະຈໍາຮ້ານ ປະມານ 50-80ຄົນ.ໃນລະຫວ່າງການລົງທຶດສອບກັບກຸ່ມກໍາມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງໃນພື້ນທີ່ເປົ້າຫມາຍ ,ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມບາງຄົນຍອມຮັບວ່າກໍາມະກອນມັກໄປກິນຢູ່ຮ້ານເບຍຫລັງຈາກເລີກວຽກເພື່ອພັກຜ່ອນ ແລະກໍ່ຖືເປັນເລື່ອງປົກກະຕິທີ່ຈະມີສາວບໍລິການມານັ່ງແລະດື່ມເບຍນໍາ.ໃນສະພາບທີ່ມີຄວາມສ່ຽງນີ້ ແມ່ນສາມາດນໍາໄປສູ່ການແຜ່ລະບາດຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີໄດ້ໂດຍຜ່ານການມີເພດສໍາພັນເຊັ່ນຈາກ ກໍາມະກອນໄປຫາສາວບໍລິການຫລື ໄປຫາຄູ່ນອນທີ່ຢູ່ໃນຊຸມຊົນ,ຈາກກໍາມະກອນໄປຫາພັນລະຍາ ຂອງຕົນ,ຈາກສາວບໍລິການ/ຄູ່ນອນໄປຫາກໍາມະກອນທີ່ມາໃຊ້ບໍລິການ.ການມີເພດສໍາພັນກ່ອນແຕ່ງ ງານແມ່ນໄດ້ຖືກກ່າວເຖິງຂອງຄົນໃນຊຸມຊົນໃນຂະນະທີ່ສາວບໍລິການເອງແລະລູກຄ້າກໍ່ຮັບຮູ້ດີເຖິງ ຄວາມສໍາຄັນຂອງການປ້ອງກັນ.ອີງໃສ່ຂໍ້ມູນທີ່ໄດ້ຮັບໃນລະຫວ່າງການປະເມີນຜົນພົບວ່າມີບາງຄອບ ຄົວຊຸກຍູ້ລູກສາວຕົນເອງໃຫ້ແຕ່ງງານກັບກໍາມະກອນກໍ່ສ້າງທາງດ້ວຍຫລາຍເຫດຜົນ.ຄົນໃນຊຸມຊົນຫ ລາຍຄົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບຈາກເສັ້ນທາງADB10ບໍ່ໄດ້ຮັບຮູ້ເຖິງຄວາມສ່ຽງໃນການຕິດເຊື້ອເຮສໄອ ວີໃນຊຸມຊົນຂອງຕົນ,ເຖິງວ່າເຂົາຈະຮູ້ກ່ຽວກັບຜົນເສຍຂອງການມີເພດສໍາພັນທີ່ບໍ່ປອດໄພ.ກຸ່ມຄົນຊົນ ເຜົ່າໃນເຂດດັ່ງກ່າວມີຂໍ້ມູນຈໍາກັດກ່ຽວກັບການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ລວມທັງການມີເພດສໍາ ພັນ.ກໍາມະກອນກໍ່ສ້າງສ່ວນຫລາຍຍົກຍ້າຍມາບ່ອນເຮັດວຽກແມ່ນບໍ່ມີຄົນໃນຄອບຄົວເດີນທາງ ມານໍາແລະກໍ່ເປັນເງື່ອນໄຂສະດວກໃນການສ້າງສາຍພົວພັນໃຫມ່ກັບຜູ້ຍິງໃນຊຸມຊົນ.ສ່ວນພະນັກງານ ຂອງໂຄງການADB10ທີ່ຖືກສໍາພາດກໍ່ເວົ້າວ່າຖືເປັນສະພາບປົກກະຕິ.

ຜູ້ຊາຍທີ່ຢູ່ໃນຊຸມຊົນແມ່ນມີຄວາມສ່ຽງຕໍ່ການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີອັນເປັນຜົນມາຈາກໂຄງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ.ຜົນຈາກການລົງປະເມີນໄດ້ສະແດງໃຫ້ເຫັນວ່າການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງພາໃຫ້ຄົນໃນຊຸມຊົນມີຄວາມຫວັງຍ້ອນມີຄວາມສະດວກຂຶ້ນໃນການຄ້າຂາຍຕ່າງໆ,ສາມາດເຂົ້າເຖິງວຽກເຮັດງານທຳໃນຕົວເມືອງໄດ້ງ່າຍຂຶ້ນແລະເຂົ້າເຖິງໂອກາດທາງການສຶກສາໄດ້ດີຂຶ້ນ.ຜົນການສຳຫລວດຂອງສາກົນຊີ້ໃຫ້ເຫັນເສັ້ນທາງການເຄື່ອນຍ້າຍຈາກບ້ານເປັນສ່ວນປະກອບຫນຶ່ງພາໃຫ້ມີຄວາມສ່ຽງຫລາຍຂຶ້ນດ້ານພຶດຕິກຳທາງເພດສຳພັນ.ເຊື້ອເຮສໄອວີ ສາມາດແຜ່ລາມຈາກຄົນທີ່ມີເຊື້ອໄປສູ່ຄົນອື່ນໆ ໃນສັງຄົມ ແລະຈາກແຟນຂອງເຂົາເຈົ້າໄປສູ່ຄອບຄົວໃນເວລາກັບບ້ານ.

C.ສະຫລຸບລວມແລະຄຳແນະນຳ

ໂດຍລວມແລ້ວຜົນກະທົບແມ່ນມີຫລາຍລະດັບລະຫວ່າງກຳມະກອນກໍ່ສ້າງແລະຄົນທີ່ຢູ່ໃນຊຸມຊົນໃກ້ຄຽງແມ່ນຍັງສືບຕໍ່ມີແລະຊຸກຍູ້ໃຫ້ມີການແຜ່ລາມຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີລວມທັງພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດ ສຳພັນອື່ນໆນຳໂດຍຜ່ານຂະບວນການທາງເພດສຳພັນ.ເສັ້ນທາງໃຫມ່ຍັງພາໃຫ້ມີການເພີ້ມຂຶ້ນຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານແລະການເຄື່ອນຍ້າຍພາຍໃນເຂົ້າ-ອອກໃນເຂດຊຸມຊົນ.ມາດຕະການຂອງການສົ່ງເສີມສຸຂະພາບທົ່ວໄປແລະການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີໄລຍະກ່ອນ,ລະຫວ່າງແລະຫລັງຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ມີການເຊື່ອມສານເຂົ້າໃນໂຄງການກໍ່ສ້າງໂຄງລ່າງພື້ນຖານຊຶ່ງຈະເຊື່ອມສານກັບແຜນງານແຫ່ງຊາດຕ້ານເອດ.ເພື່ອຍົກສູງຜົນສຳເລັດຂອງວຽກງານການປ້ອງກັນເຊື້ອພະຍາດດັ່ງກ່າວນອກຈາກເປັນການໃຫ້ຄວາມຮູ້,ຝຶກອົບຮົມເລື່ອງເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພະຍາດເອດໃຫ້ແກ່ກຳມະກອນແລ້ວ,ການຝຶກອົບຮົມໃຫ້ຄວາມຮູ້ແກ່ຊຸມຊົນອ້ອມຂ້າງກໍ່ຄວນຕ້ອງໄດ້ເຮັດເຊັ່ນດຽວກັນ.ກຸ່ມເປົ້າຫມາຍທີ່ຄວນຈະໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມການຝຶກອົບຮົມໃນພື້ນທີ່ໂຄງການADB10ຢູ່ແຂວງບໍລິຄຳໄຊສາມາດແບ່ງອອກເປັນກຸ່ມໄດ້ດັ່ງນີ້:

1. ກຳມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ

• ກຳມະກອນທີ່ມີສີມື , ລວມມີຫົວໜ້າໂຄງການ,ພະນັກງານຫ້ອງການ,ຜູ້ຄຸມງານແລະ ຫົວໜ້າຄົນງານ

• ກຳມະກອນທີ່ບໍ່ມີສີມື ລວມມີແຮງງານທຸກຄົນໃນໂຄງການກໍ່ສ້າງ

2. ໄວຫນຸ່ມໃນຊຸມຊົນ

• ສາວບໍລິການ,ທັງເຄື່ອນທີ່ແລະເຮັດວຽກປະຈຳຢູ່ຮ້ານບັນເທີງ

• ຄົນລາວລຸ່ມຢູ່ໃນຊຸມຊົນ,ລວມທັງໄວຫນຸ່ມທີ່ເຂົ້າແລະບໍ່ໄດ້ເຂົ້າໂຮງຮຽນ

• ຄົນເຜົ່າມົ້ງໃນຊຸມຊົນ

• ຄົນເຜົ່າກຶມມຸໃນຊຸມຊົນ.

ພາກພະໜວກທີ II

ພາກພະໜວກທີ II: ວິທີການນຳໃຊ້ໂດຍ ຜູ້ນຳກິດຈະກຳ ໃນການຈັດກິດຈຳກຳ ແລະ ຝຶກອົບຮົມ

ວິທີການທີ່ຖືກນຳໃຊ້ໂດຍຜູ້ນຳພາກິດຈະກຳໃນການຈັດກິດຈະກຳແລະຝຶກອົບຮົມກິດຈະກຳໃນຮູບແບບທັກສະຊີວິດທີ່ເນັ້ນພັດທະນາທັກສະໃຫ້ກັບກຸ່ມຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳນັ້ນຖືກອອກແບບບົນພື້ນຖານຂອງແນວຄິດຂະບວນການຮຽນຮູ້ຢ່າງມີສ່ວນຮ່ວມຊຶ່ງໃນສ່ວນຕໍ່ໄປນີ້ຈະກ່າວເຖິງເຕັກນິກການເຮັດກິດຈະກຳຂໍ້ດີຂໍ້ເສຍຂອງແຕ່ລະຮູບແບບແລະລະດັບການມີສ່ວນຮ່ວມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເມື່ອໃຊ້ເທັກນິກແຕ່ລະຮູບແບບ

A.ການບັນຍາຍ:

ການບັນຍາຍໃນນີ້ໝາຍເຖິງກິດຈະກຳທີ່ດຳເນີນການເພື່ອສິ່ງຂໍ້ມູນທິດສະດີແລະຫຼັກການຊຶ່ງຮູບແບບການບັນຍາຍນັ້ນຫມາຍເຖິງການອົບຮົມທີ່ເປັນການບັນລະຍາຍລ້ວນໆຈົນເຖິງການບັນລະຍາຍທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳມີສ່ວນຮ່ວມ ໂດຍການຖາມ ແລະຕອບຄຳຖາມເນື້ອຫາໃນການເຮັດກິດຈະກຳລັກສະນະນີ້ແມ່ນຂຶ້ນກັບຜູ້ບັນຍາຍຫຼືຜູ້ນຳກິດຈະກຳຫຼາຍກວ່າເຕັກນິກການເຮັດກິດຈະກຳອື່ນໆ

ຄວນໃຊ້ເມື່ອ

- ເປັນການສະເໜີເນື້ອໃນຫຼືຫົວຂໍ້ໃໝ່ໆໃຫ້ກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ
- ເປັນການສະເໜີພາບລວມຈາກການໄຈ້ແຍກບັນຫາ
- ເປັນການສະເໜີຄວາມຈິງແລະສະຖິຕິ
- ເປັນການສະເໜີເມື່ອມີຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈຳນວນຫຼາຍ

ຂໍ້ດີ

- ສາມາດຄວບຄຸມປະເດັນຕ່າງໆໄດ້ຫຼາຍໃນໄລຍະເວລາອັນສັ້ນ
- ສາມາດປະຍຸກໃຊ້ໄດ້ກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທຸກກຸ່ມ
- ສາມາດໃຊ້ເຕັກນິກເຮັດກິດຈະກຳອື່ນໆຕໍ່ໄດ້
- ຜູ້ບັນຍາຍຫຼືຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດຄວບຄຸມສະຖານະການໄດ້ຫຼາຍກວ່າການໃຊ້ເຕັກນິກອື່ນໆ

ຂໍ້ຄວນພິຈາລະນາ

- ເນັ້ນການສື່ສານແບບທາງດຽວ
- ບໍ່ເປີດໂອກາດໃຫ້ເກີດການຮຽນຮູ້ໂດຍຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳມີສ່ວນຮ່ວມໃນຂະບວນການຮຽນຮູ້
- ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳບໍ່ໄດ້ຮ່ວມຮຽນຮູ້ຢ່າງກະຕືລືລົ້ນ
- ຜູ້ບັນຍາຍຫຼືຜູ້ນຳກິດຈະກຳຕ້ອງມີທັກສະການສະເໜີທີ່ມີປະສິດທິພາບ
- ບໍ່ເໝາະສົມສຳລັບການເຮັດກິດຈະກຳທີ່ມຸ້ງຫວັງໃຫ້ເກີດການປ່ຽນພຶດຕິກຳຫຼືການຝຶກທັກສະ
- ຄວາມສາມາດໃນການຈົດຈຳໄດ້ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈະບໍ່ຫຼາຍປານໃດຍົກເວັ້ນຈະໃຊ້ເຕັກນິກ ການເຮັດກິດຈະກຳອື່ນໆປະກອບດ້ວຍ

B. ການສາທິດ

ການສາທິດເປັນການນຳສະເໜີວິທີການໃນການກະທຳບາງສິ່ງບາງຢ່າງໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ເບິ່ງຫຼືຮຽນຮູ້

ຄວນໃຊ້ເມື່ອ

- ເປັນການສອນທັກສະຫຼືເຕັກນິກສະເພາະ
- ເປັນການນຳສະເໜີບາງຢ່າງຢ່າງເປັນຂັ້ນເປັນຕອນ

ຂໍ້ດີ

- ງ່າຍຕໍ່ການເຮັດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສົນໃຈ
- ສະແດງວິທີການໃຊ້ວຽກຫຼືການເຮັດວຽກຢ່າງເປັນຮູບປະທຳ
- ສາມາດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳມີສ່ວນຮ່ວມ ເມື່ອເປີດໂອກາດໃຫ້ມີການຝຶກຝົນ

ຂໍ້ຄວນພິຈາລະນາ

- ຕ້ອງມີການວາງແຜນແລະຝຶກຝົນລ່ວງໜ້າ
- ຜູ້ດຳເນີນການສາທິດຫຼືຜູ້ນຳກິດຈະກຳຕ້ອງມີອຸປະກອນທີ່ພຽງພໍສຳລັບໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທຸກຄົນໄດ້ປະຕິບັດ
- ບໍ່ເໝາະກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈຳນວນຫຼາຍ
- ຈຳເປັນຕ້ອງມີການໃຫ້ຂໍ້ສະເໜີແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໃນລະຫວ່າງການຝຶກປະຕິບັດ

C. ກໍລະນີສຶກສາ

ກໍລະນີສຶກສາເປັນການຂຽນອະທິບາຍສະຖານະການສົມມຸດທີ່ຕ້ອງການການວິເຄາະແລະອະທິບາຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຟັງແລະມີສ່ວນຮ່ວມ

ຄວນໃຊ້ເມື່ອ

- ເປັນການອະທິບາຍສະຖານະການຂອງບັນຫາ
- ເປັນການສ້າງສະພາບແວດລ້ອມທີ່ປອດໄພເພື່ອພັດທະນາທັກສະແກ້ບັນຫາ
- ເປັນການສົ່ງເສີມການອະທິບາຍໃນກຸ່ມຍ່ອຍແລະການແກ້ບັນຫາຮ່ວມກັນລະຫວ່າງສະມາຊິກໃນກຸ່ມ

ຂໍ້ດີ

- ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສາມາດສ້າງຄວາມເຊື່ອມໂຍງເຂົ້າກັບສະຖານະການທີ່ກຳນົດໃຫ້
- ສະຖານະການທີ່ເປັນກໍລະນີສຶກສານັ້ນບໍ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບຄວາມສ່ຽງໃນລະດັບບຸກຄົນ
- ການມີສ່ວນຮ່ວມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ

ຂໍ້ຄວນພິຈາລະນາ

- ສະຖານະການທີ່ເປັນບັນຫາທີ່ເລືອກມາຈະຕ້ອງມີຄວາມໃກ້ຄຽງກັບສະຖານະການຈິງທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຄາດວ່າຈະເກີດຂຶ້ນກັບເຂົາ
- ໂດຍທົ່ວໄປສະຖານະການທີ່ເລືອກມາມັກຈະເປັນສະຖານະການທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດມູມມອງຫຼາຍດ້ານ
- ມັກຈະບໍ່ມີຄຳຕອບທີ່ຖືກຕ້ອງພຽງຄຳຕອບດຽວ
- ໃຊ້ເວລາໃນການກຽມການດົນໂດຍສະເພາະເມື່ອຜູ້ນຳກິດຈະກຳຕ້ອງຂຽນສະຖານະການບັນຫາດ້ວຍຕົນເອງ
- ຈຳເປັນຕ້ອງອອກແບບແລະຕັ້ງຄຳຖາມຢ່າງລະມັດລະວັງ

D. ບົດບາດສົມມຸດ

ບົດບາດສົມມຸດເປັນການສະແດງຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຕັ້ງແຕ່ສອງຄົນຂຶ້ນໄປໃນເນື້ອຫາແລະປະເ ດັນຂອງການເຮັດກິດຈະກຳນັ້ນໆ

ຄວນໃຊ້ເມື່ອ

- ຊ່ວຍກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດການປ່ຽນທັດສະນະຄະຕິ
- ຊ່ວຍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເຫັນຜົນທີ່ຕາມມາຈາກການກະທຳນຶ່ງໆທັງຂອງຕົນເອງແລະຂອງຄົນອື່ນ
- ເປີດໂອກາດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ເຫັນປະຕິກິລິຍາຂອງຄົນອື່ນທີ່ອາດຈະເກີດຈາກການກະທຳຫຼືການສະແດງອອກໃນສະຖານະການທີ່ກຳນົດ
- ເປັນສະຖານະການທີ່ປອດໄພທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສາມາດສຳຫຼວດບັນຫາໂດຍສະເພາະບັນຫາທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳອາດຮູ້ສຶກລຳບາກໃຈທີ່ຈະອະທິບາຍໃນຊີວິດຈິງ
- ກະຕຸ້ນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສຳຫຼວດວິທີການອື່ນໆຮວມເຖິງທາງເລືອກເພື່ອຈັດການກັບສະຖານະການນັ້ນໆ

ຂໍ້ດີ

- ເປັນວິທີການເຮັດກິດຈະກຳທີ່ຊ່ວຍກະຕຸ້ນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຮູ້ສຶກມ່ວນຊື່ນໄດ້ໃນເວລາດຽວກັນ
- ກະຕຸ້ນຄວາມສົນໃຈຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທັງໝົດ
- ນຳສະຖານະການຈິງມາປັບປຸງໃຊ້ກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ

ຂໍ້ຄວນພິຈາລະນາ

- ບົດບາດສົມມຸດທີ່ແທ້ຈິງຈະບໍ່ມີບົດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເວົ້ານຳແຕ່ຈະເປັນການຄິດແລະໂຕ້ຕອບລະຫວ່າງກັນໃນທັນທີທັນໃດ.
- ຜູ້ສວມບົດບາດແຕ່ລະບົດໃນບົດບາດສົມສຸດນັ້ນຕ້ອງມີຄວາມເຂົ້າໃຈໃນບົດບາດສົມມຸດຂອງຕົນແລະປະເດັນຂອງເລື່ອງເປັນຢ່າງດີ

E. ການໃຊ້ສະຖານະການທີ່ໃກ້ຄຽງກັບສະຖານະການຈິງ

ເປັນກິດຈະກຳທີ່ນຳສະຖານະການທີ່ໃກ້ຄຽງກັບສະຖານະການຈິງມາໃຊ້ເປັນກິດຈະກຳສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ

ຄວນໃຊ້ເມື່ອ

- ກະຕຸ້ນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ຝຶກທັກສະການຄິດຕັດສິນໃຈແລະແກ້ບັນຫາໃນສະຖານະການທີ່ໃກ້ຄຽງກັບຄວາມເປັນຈິງໂດຍບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງກັງວົນກັບຜົນກະທົບທີ່ຈະຕາມມາຈາກການຕັດສິນໃຈ
- ເປັນວິທີການປະຍຸກຂໍ້ມູນຂ່າວສານຄວາມຮູ້ທັກສະແລະການປະເມີນທັດສະນະຄະຕິໃນສະຖານະການທີ່ເກີດຂຶ້ນໄດ້ແທ້ໃນຊີວິດປະຈຳວັນ

ຂໍ້ດີ

- ເປັນການປັບປ່ຽນທັກສະແລະຂໍ້ມູນທີ່ໄດ້ຮຽນຮູ້ຈາກກິດຈະກຳອື່ນມາໃຊ້
- ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສາມາດຮຽນຮູ້ຄົ້ນພົບສິ່ງຕ່າງໆໄດ້ດ້ວຍຕົນເອງ

- ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳມີສ່ວນຮ່ວມໃນກິດຈະກຳໃນລະດັບທີ່ສູງ
- ມີການໃຫ້ຂໍ້ສະເໜີໃນທັນທີທັນໃດຈາກຜູ້ນຳກິດຈະກຳ

ຂໍ້ຄວນພິຈາລະນາ

- ຄຳຖາມຈະຕ້ອງໄດ້ກະກຽມແລະແຈ້ງໂດຍຜູ້ນຳກິດຈະກຳເພື່ອເປັນການໃຫ້ແນວທາງໃນການສົນທະນາ
- ສະມາຊິກທຸກຄົນໃນກຸ່ມຈຳເປັນທີ່ຈະຕ້ອງໄດ້ເຂົ້າຮ່ວມ
- ໃຊ້ເວລາຫຼາຍກວ່າວິທີການເຮັດກິດຈະກຳແບບອື່ນໆ
- ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຕ້ອງມີການກະກຽມຄວາມພ້ອມທີ່ດີ

F. ການອະທິບາຍກຸ່ມຍ່ອຍ

ການອະທິບາຍກຸ່ມຍ່ອຍເປັນກິດຈະກຳໜຶ່ງທີ່ກະຕຸ້ນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໄດ້ແລກປ່ຽນປະສົບປະການແລະຄວາມຄິດເຫັນລະຫວ່າງກັນໃນການແກ້ໄຂບັນຫາ

ຄວນໃຊ້ເມື່ອ

- ກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດການພັດທະນາທັກສະການຄິດຕັດສິນໃຈແລະແກ້ໄຂບັນຫາ
- ກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດການແລກປ່ຽນແລະຮຽນຮູ້ ຊຶ່ງກັນ ແລະ ກັນ ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ
- ເຮັດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຮຽນຮູ້ເຖິງຄວາມຮັບຜິດຊອບຮ່ວມກັນໃນຂະບວນການຮຽນຮູ້
- ກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດການເຮັດວຽກເປັນກຸ່ມ

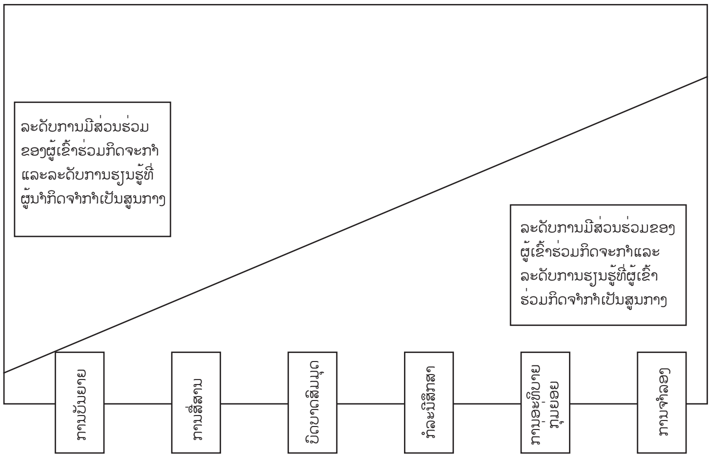
ຂໍ້ດີ

- ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສາມາດພັດທະນາຂະບວນການຄວບຄຸມການຮຽນຮູ້ຂອງຕົນ
- ກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດການແລກປ່ຽນຄວາມຄິດເຫັນຊີ້ແຈງແລະອະທິບາຍປະສົບປະການລວມເຖິງທັດສະນະຄະຕິໃນຂະບວນການອະທິບາຍໃນກຸ່ມຍ່ອຍ

ຂໍ້ຄວນພິຈາລະນາ

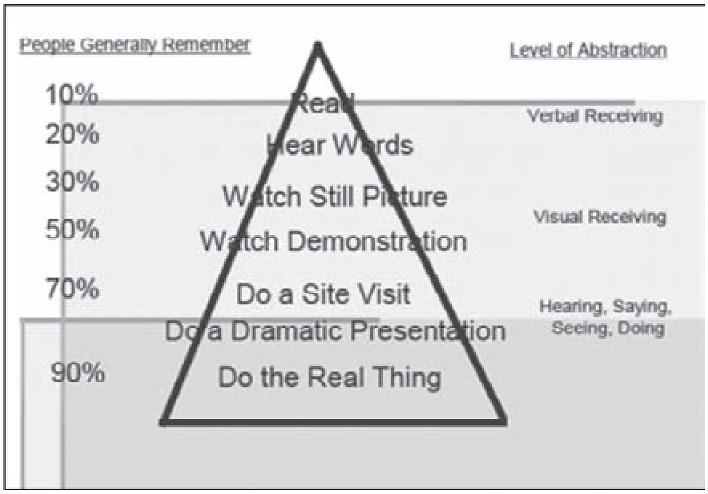
- ຂັ້ນຕອນກິດຈຳທີ່ກຳນົດໃຫ້ກຸ່ມຍ່ອຍຕ້ອງຊັດເຈນ
- ຕ້ອງມີການບອກໄລຍະເວລາການເຮັດວຽກແຕ່ລະເທື່ອໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມຢ່າງຊັດເຈນ
- ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈະຕ້ອງຮຽນຮູ້ການຮັບຟັງຜູ້ອື່ນແມ່ນວ່າຕົນເອງຈະບໍ່ເຫັນດ້ວຍກໍ່ຕາມ
- ໃນການອະທິບາຍໃນກຸ່ມຍ່ອຍນັ້ນການອະທິບາຍບໍ່ຄວນຖືກຄອບຄອງໂດຍຄົນໃດຄົນໜຶ່ງ
- ຄວນມີການຕັ້ງແລະກຳນົດຄຳຖາມເພື່ອຊ່ວຍຂະບວນການອະທິບາຍໃນກຸ່ມຍ່ອຍ
- ການກະຕຸ້ນໃຫ້ທຸກຄົນມີສ່ວນຮ່ວມໃນການອະທິບາຍໃນກຸ່ມຍ່ອຍ

ຮູບ6:ພາບສະແດງລະດັບການມີສ່ວນຮ່ວມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈາກການໃຊ້ວິທີການເຮັດກິດຈະກຳຕ່າງໆ



ເນື່ອງຈາກກິດຈະກຳໃນຄູ່ມືຊຸດນີ້ເປັນກິດຈະກຳທີ່ເນັ້ນໜັກເພື່ອພັດທະນາທັກສະຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເພື່ອປ້ອງກັນຕົນເອງຈາກການຕິດເຊື້ອເຮສໄອວີແລະເປັນກິດຈະກຳທີ່ພັດທະນາຈາກແນວຄິດການຮຽນຮູ້ຢ່າງມີສ່ວນຮ່ວມ.

ຮູບ7.ປະສິດທິຜົນຂອງກິດຈະກຳຮຽນຮູ້ທີ່ຫລາກຫລາຍ



ແຫລ່ງຂໍ້ມູນຈາກ:RaymondV.WimanandWesleyC.Meierhenry,EducationalMedia:TheoryintoPractice(Columbus,Ohio,CharlesE.MerrillPublishingCo.,l969)

ພາກພະໜວກທີ III

ພາກພະໜວກທີ III: ຂໍ້ສັງເກດແລະຄຳແນະນຳສຳລັບຜູ້ນຳພາເຮັດກິດຈະກຳ

ບັນດາກິດຈະກຳໃນປື້ມຄູ່ມືນີ້ແມ່ນແນໃສ່ເພື່ອພັດທະນາທັກສະການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີໃຫ້ແກ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ.ເປັນວິທີການແບບມີສ່ວນຮ່ວມ,ບົດບາດຂອງຜູ້ນຳພາບໍ່ແມ່ນແຕ່ການບັນຍາຍແຕ່ເປັນການກະ ຕຸ້ນຂະບວນການຮຽນຮ່ວມຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມ.ລຸ່ມນີ້ແມ່ນຂໍ້ແນະນຳແລະເຄັດລັບສຳລັບຜູ້ນຳພາເຮັດກິດຈະກຳ.

A. **ເລີ່ມການອົບຮົມ/ການເຮັດກິດຈະກຳ**

- ການຈັດບ່ອນນັ່ງສຳລັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໃນການອົບຮົມໃຫ້ຈັດເປັນລັກສະນະຮູບໂຕຢູ (U)ໂດຍບໍ່ຕ້ອງມີໂຕະແຕ່ອາດຈະມີໂຕະສຳລັບກຸ່ມຍ່ອຍຕັ້ງໄວ້ດ້ານຂ້າງເທົ່າກັບຈຳນວນກຸ່ມຍ່ອຍເຊັ່ນປະມານ4ຫຼື5ໂຕະ(ຖ້າເປັນໄປໄດ້)ແຕ່ຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳສາມາດນັ່ງຢູ່ເທິງພື້ນທີ່ມີສາດກໍ່ຈັດໃຫ້ສະເພາະຕັ່ງເທົ່າກັບຈຳນວນຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນຮູບໂຕຢູແລະໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳນັ່ງເຮັດກິດຈະກຳກຸ່ມຍ່ອຍຢູ່ເທິງສາດໄດ້
- ປ້າຍຊື່ຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳອາດໃຊ້ຊື່ຫຼິ້ນຫຼືຊື່ແທ້ກໍ່ໄດ້ແລ້ວແຕ່ຈະຕົກລົງກັນໃນການເຮັດ ກິດຈະກຳແຕ່ລະເທື່ອ
- ຖ້າມີການເຮັດພິທີເປີດຢ່າງເປັນທາງການຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນກ່າວຕ້ອນຮັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳອີກເທື່ອໜຶ່ງພ້ອມທັງຊີ້ແຈງຫຼື ສະເໜີຈຸດປະສົງອີກເທື່ອຄັ້ງດ້ວຍພາສາທີ່ເໝາະສົມກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳແລະຄວນສະແດງຄວາມເປັນກັນເອງລະວ່າງຜູ້ນຳກິດຈະກຳແລະຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ
- ໃຫ້ມີການແນະນຳຕົວເອງໂດຍຫຍໍ້, ເລີ່ມຈາກຜູ້ນຳກິດຈະກຳແລະຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທຸກຄົນອາດແນະນຳໂດຍໃຫ້ບອກຊື່ຫຼິ້ນທີ່ສະດວກໃຫ້ຄົນອື່ນໆເອີ້ນໃນການເຮັດກິດຈະກຳພ້ອມບອກວຽກທີ່ເຮັດຫຼືບອກສິ່ງທີ່ມັກເຮັດໃນເວລາວ່າງເປັນຕົ້ນ, ການແນະນຳຕົນເອງໃຊ້ວິທີການຫຼິ້ນເປັນເກມເພື່ອແນະນຳຕົນເອງໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຄົນອື່ນໆກໍ່ໄດ້
- ຄວນໃຫ້ມີກິດຈະກຳເສີມເພື່ອສົ່ງເສີມການຮູ້ຈັກກັນແລະສ້າງຄວາມລຶ້ງເຄີຍລະວ່າງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຕະຫຼອດຈົນເພື່ອເພີ່ມບັນຍາກາດຄວາມເປັນກັນເອງລະວ່າງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ
- ກິດຈະກຳເສີມນັ້ນຈະຢູ່ໃນຊ່ວງປະມານ5-10ນາທີກ່ອນເລີ່ມເຮັດກິດຈະກຳໂດຍຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດພິຈາລະນາໄດ້ຕາມຄວາມເໝາະສົມແຕ່ຈະຕ້ອງບໍ່ລືມຄຳນຶງເຖິງເວລາທັງໝົດທີ່ມີໃນການເຮັດກິດຈະກຳແລະຈຳນວນກິດຈະກຳທີ່ຈະໃຊ້ໃນການເຮັດກິດຈະກຳແຕ່ລະຄັ້ງນຳອີກ
- ຄວນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຕົກລົງຮ່ວມກັນເຖິງກົດລະບຽບຂໍ້ກຳນົດມາລະຍາດສຳລັບການເຮັດກິດຈະກຳແຕ່ລະເທື່ອຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນສະເໜີແລະຂໍມະຕິຮ່ວມກັນກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໃນປະເດັນຕໍ່ໄປນີ້ຫາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳບໍ່ໄດ້ກ່າວເຖິງເຊັ່ນການຮັບຟັງຄວາມຄິດເຫັນຂອງຜູ້ອື່ນການເຄົາລົບຄວາມຄິດເຫັນຂອງຜູ້ອື່ນການປິດສຽງໂທລະສັບມືຖືໂດຍຂໍໃຫ້ໃຊ້ລະບົບສັ່ນແທນການໃຫ້ຄວາມຮ່ວມມືໃນການເຮັດກິດຈະກຳແລະການກົງຕໍ່ເວລາເປັນຕົ້ນ

B. **ລະຫວ່າງການອົບຮົມ/ການເຮັດກິດຈະກຳ**

- ໜ້າທີ່ຫຼັກຂອງຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄືເປັນຜູ້ກະຕຸ້ນໃຫ້ເກີດຂະບວນການຮຽນຮູ້ແລະການສື່ສານ

ແລກປ່ຽນຄວາມຄິດເຫັນລະຫວ່າງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳ

• ກະຕຸ້ນໃຫ້ທຸກຄົນມີສ່ວນຮ່ວມໃນກິດຈະກຳເທົ່າທຽມກັນເຊັ່ນການອອກມາສະເໜີຜົນງານຂອງກຸ່ມຍ່ອຍຜູ້ນຳກິດຈະກຳອາດຈະວາງຂໍ້ກຳນົດວ່າໃນການສະເໜີຜົນງານຂອງກຸ່ມຍ່ອຍແຕ່ລະເທື່ອໃຫ້ຄົນໃໝ່ທີ່ບໍ່ເຄີຍອອກມາສະເໜີເປັນຜູ້ມານຳສະເໜີ

• ກ່ອນທີ່ຈະແບ່ງກຸ່ມຍ່ອຍຜູ້ນຳກິດຈະກຳຈະຕ້ອງອະທິບາຍຂັ້ນຕອນການເຮັດກິດຈະກຳ ແລະ ອະທິບາຍໂຈດຫຼືປະເດັນທີ່ຈະໃຫ້ອະທິບາຍໃນກຸ່ມຍ່ອຍຢ່າງຊັດເຈນກ່ອນທີ່ຈະໃຫ້ລວມກຸ່ມກັນໃນກຸ່ມຍ່ອຍ

• ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນຍ່າງສຳຫຼວດການເຮັດກິດຈະກຳຂອງກຸ່ມຍ່ອຍແລະຊ່ວຍຕອບຄຳຖາມຕະຫຼອດຈົນໃຫ້ຄຳອະທິບາຍເພີ່ມເຕີມເມື່ອກຸ່ມຕ້ອງການ

• ຖ້າສັງເກດການມີສ່ວນຮ່ວມຂອງສະມາຊິກແຕ່ລະຄົນໃນການເຮັດກິດຈະກຳຫຼືອະທິບາຍໃນກຸ່ມຍ່ອຍແລະກະຕຸ້ນໃຫ້ທຸກຄົນມີສ່ວນຮ່ວມ

• ຫາກມີເວລາຫຼາຍພໍໃນການເຮັດກິດຈະກຳບໍ່ຈຳເປັນຕ້ອງເອົາເວລາເປັນໂຕຕັ້ງໃນການກຳນົດໃຫ້ກຸ່ມຍ່ອຍຢຸດການອະທິບາຍສິ່ງສຳຄັນກວ່ານັ້ນຄືການໃຫ້ແຕ່ລະກຸ່ມດຳເນີນການອະທິບາຍໃນກຸ່ມຕົນຈົນຄົບທຸກຄຳຖາມແຕ່ຖ້າມີເວລາໃນການເຮັດກິດຈະກຳຈຳກັດຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນຈະກຳນົດເວລາການເຮັດກິດຈະກຳໃນກຸ່ມຍ່ອຍໂດຍປະມານເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈັດສັນເວລາໃນການເຮັດກິດຈະກຳໃນກຸ່ມຍ່ອຍໄດ້ໂດຍສະເພາະເມື່ອມີປະເດັນທີ່ຈະຕ້ອງອະທິບາຍຫຼາຍປະເດັນ

• ໃນກໍລະນີທີ່ຕ້ອງການຍືດຫຼືປັບປ່ຽນເວລາໃນການດຳເນີນກິດຈະກຳຄວນປຶກສາຫາລືກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳແລະໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນຜູ້ຕັດສິນໃຈເອງເຊັ່ນຈະເຮັດກິດຈະກຳໃຫ້ແລ້ວກ່ອນພັກຜ່ອນຫຼືພັກຜ່ອນກ່ອນແລ້ວຄ່ອຍເຂົ້າມາເຮັດກິດຈະກຳຕໍ່ເປັນຕົ້ນ

• ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນປ່ຽນພາສາທີ່ຢູ່ໃນຄູ່ມືທີ່ເປັນລັກສະນະວິຊາການ ແລະກິດຈະກຳໃຫ້ງ່າຍແລະເໝາະສົມກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳແຕ່ລະກຸ່ມ

• ໃນການໃຊ້ພາສາທີ່ອ່ອນໄຫວຫຼືລະອຽດອ່ອນ(ເຊັ່ນພາສາທີ່ກ່ຽວກັບອະໄວຍະວະເພດ) ໃນ ການເຮັດກິດຈະກຳບາງກິດຈະກຳຄວນປຶກສາກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳວ່າຄວນຈະເວົ້າແນວໃດຫຼືໃຊ້ຄຳໃດໃນການເວົ້າລົມກັນເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທີ່ຮູ້ສຶກສະດວກສະບາຍໃຈທີ່ສຸດ

• ໃນກໍລະນີທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳບາງຄົນບໍ່ມັກເວົ້າໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳກະຕຸ້ນໂດຍໂຍນຄຳຖາມໄປໃຫ້ຄົນໆນັ້ນໂດຍບໍ່ໃຊ້ການບັງຄັບຖ້າຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຍັງບໍ່ສະດວກໃຈທີ່ຈະຕອບກໍໃຫ້ຂ້າມໄປທີ່ຄົນອື່ນກ່ອນຜູ້ນຳກິດຈະກຳຈະຕ້ອງຖ້າສັງເກດອາການຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳທີ່ໂຍນຄຳຖາມໄປໃຫ້ນຳ

• ໃນກໍລະນີຂອງການທີ່ມີຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳບາງຄົນເວົ້າຫຼືຕອບຫຼາຍກວ່າຄົນອື່ນຜູ້ນຳກິດຈະກຳອາດໃຫ້ລາວຕອບກ່ອນບາງສ່ວນແລະກະຕຸ້ນໃຫ້ຄົນອື່ນຕອບສ່ວນທີ່ເຫຼືອເພີ່ມເຕີມກໍໄດ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳອາດຈະເວົ້າດ້ວຍນ້ຳສຽງທີ່ບໍ່ຈິງຈັງຈົນເກີນໄປວ່າ”ໄດ້ຮູ້ຄວາມຄິດເຫັນຂອງເຂົາແລ້ວຕອນນີ້ໃຫ້ໝູ່ຄົນອື່ນສະແດງຄວາມຄິດເຫັນແດ່”ເປັນຕົ້ນຍ້ອນວ່າຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນຄຳນຶງເຖິງວັດທະນະທຳຂອງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນຫຼັກວ່າຕົວຢ່າງຄຳເວົ້ານີ້ຈະເໝາະສົມຫຼືບໍ່ຫຼືຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳອາດຈັດລຳດັບຫຼືການຈັບສະຫຼາກເພື່ອກະຕຸ້ນໃຫ້ມີການຕອບຈາກຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຄົນອື່ນໆໃຫ້ຫຼາຍຂຶ້ນກໍ່ໄດ້

• ຢ້ຳຄືນກັບຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນໄລຍະໂດຍສະເພາະກ່ອນມີການສະເໜີຜົນການອະ

ທິບາຍກຸ່ມຍ່ອຍທີ່ຄຳຕອບແຕ່ລະກຸ່ມອາດມີຄວາມແຕກຕ່າງກັນວ່າຂໍໃຫ້ທຸກຄົນຮັບຟັງຄວາມຄິດ ເຫັນຂອງແຕ່ລະກຸ່ມຫຼືແຕ່ລະຄົນຢ່າງຕັ້ງໃຈໃນການເຮັດກິດຈະກຳນີ້ສິ່ງສຳຄັນຄືການແລກປ່ຽນຄວາມຄິດເຫັນຊຶ່ງກັນແລະກັນບໍ່ມີຄຳຕອບທີ່ຖືກຫຼືຜິດເພາະການຕັດສິນໃຈນັ້ນມັກ-ຂຶ້ນກັບຄວາມ ພ້ອມແລະສະພາບແວດລ້ອມຂອງແຕ່ລະຄົນ

• ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດຈັດໃຫ້ມີກິດຈະກຳເສີມໃນລະຫວ່າງການເຮັດກິດຈະກຳໄດ້ເຊັ່ນຫຼັງພັກຮັບປະທານອາຫານທ່ຽງເປັນຕົ້ນໄລຍະເວລາຂອງກິດຈະກຳເສີມຂຶ້ນຢູ່ກັບໄລຍະເວລາທີ່ມີໃນການເຮັດກິດຈະກຳແຕ່ລະເທື່ອແລະຈຳນວນກິດຈະກຳທີ່ຕ້ອງການໃຊ້ໂດຍປົກກະຕິກິດຈະກຳເສີມຈະຢູ່ໃນໄລຍະເວລາ5-10ນາທີ.

C. ເມື່ອຈົບແຕ່ລະກິດຈະກຳ

• ເມື່ອຈົບແຕ່ລະກິດຈະກຳນັ້ນຜູ້ນຳກິດຈະກຳຈະມີບົດບາດສຳຄັນໃນການສະຫຼຸບກິດຈະກຳຊຶ່ງໃນຄູ່ມືກິດຈະກຳໄດ້ມີຕົວຢ່າງຂອງຄຳຖາມສຳຫຼັບໃຊ້ໃນການອະທິບາຍໄວ້ແລ້ວໃນຕອນທ້າຍຂອງແຕ່ລະກິດຈະກຳ

• ເງື່ອນໄຂສຳຄັນໃນການສະຫຼຸບກິດຈະກຳນີ້ກໍຄືຫ້າມຜູ້ນຳກິດຈະກຳສະຫຼຸບເນື້ອໃນແລະປະເດັນທີ່ໄດ້ຈາກແຕ່ລະກິດຈະກຳຄົນດຽວ(ໂດຍຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳບໍ່ມີສ່ວນຮ່ວມໃນການສະຫຼຸບ)

• ໃຫ້ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສະຫຼຸບໂດຍໃຊ້ຕົວຢ່າງຄຳຖາມໃນສ່ວນອະທິບາຍໂດຍສາມາດເພີ່ມເຕີມໄດ້ຕາມຄວາມເໝາະສົມໃນການສະຫຼຸບນັ້ນຄວນໃຊ້ການສື່ສານສອງທາງປະກອບກັບໃຊ້ຄຳຖາມເປີດໃນການອະທິບາຍ

• ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຊ່ວຍສະຫຼຸບປະເດັນສຳຄັນທີ່ໄດ້ຈາກແຕ່ລະກິດຈະກຳທີ່ສະເໜີໃນແຕ່ລະວັນນຳເຊັ່ນປະເດັນຫຼັກໆທີ່ໄດ້ຈາກແຕ່ລະກິດຈະກຳນັ້ນໄດ້ແ-ກ່ຫຍັງແດ່.

D. ສ່ວນຍ່ອຍອື່ນໆ

• ໃນການເຮັດກິດຈະກຳແຕ່ລະເທື່ອຜູ້ນຳກິດຈະກຳຄວນຈະມີປະມານ2-3ຄົນເພື່ອຈະໄດ້ຊ່ວຍກັນເບິ່ງແຍງຖ້າກະຕຸ້ນແລະແກ້ໄຂບັນຫາທີ່ອາດຈະເກີດຂຶ້ນໄດ້ແຕ່ໃນການເຮັດກິດຈະກຳຄວນຈະໃຫ້ມີຜູ້ນຳກິດຈະກຳທີ່ເປັນຄົນນຳຫຼັກພຽງຄົນດຽວ.

• ໃນກິດຈະກຳນັ້ນມີຫຼາຍສ່ວນທີ່ມີການໃຊ້ບັດຄຳ, ບັດຄຳທີ່ໃຊ້ໃນຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້ມີສອງຂະໜາດໃຫ່ຍໆຄື:

i. ຂະໜາດທີ1ມີຂະໜາດເທົ່າກັບນາມບັດສຳລັບຂຽນ ຫຼືພິມຂໍ້ຄວາມໃນການຈົກສະຫຼາກໃຊ້ສຳ ລັບກິດຈະກຳການແຜ່ກະຈາຍຂອງເຊື້ອເຮສໄອວີແລະພະຍາດຕິດຕໍ່ທາງເພດສຳພັນ.

ii. ຂະໜາດທີ2ມີຂະໜາດເທົ່າກັບເຄິ່ງໜຶ່ງຂອງເຈັ້ຍ A4 ພັບຕາມລວງກ້ວາງໂດຍປະມານຫຼືໃຫ່ຍ ກວ່ານີ້ກໍ່ໄດ້ສ່ວນໃຫ່ຍສຳລັບຂຽນຫຼືພິມຄຳເວົ້າເພື່ອໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳໃຊ້ໃນການຈັດລຽງເຊັ່ນກິດຈະກຳປະເພດຂອງຢາເສບຕິດເປັນຕົ້ນ

• ໃນການແບ່ງກຸ່ມຍ່ອຍຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດໃຊ້ວິທີໃນການແບ່ງກຸ່ມຍ່ອຍໄດ້ຫຼາຍວິທີແຕ່ຄວນມີການແບບກຸ່ມຍ່ອຍໃໝ່ເມື່ອປ່ຽນກິດຈະກຳຍົກເວັ້ນວ່າໃນຂັ້ນຕອນກິດຈະກຳໄດ້ຂຽນໄວ້ວ່າສາມາດໃຊ້ກຸ່ມຍ່ອຍກຸ່ມເກົ່າຄືກິດຈະກຳກ່ອນໜ້ານີ້ໄດ້ແລະຖ້າມີຂໍ້ສະເໜີໃຫ້ແບ່ງກຸ່ມຕາມເພດ(ຍິງຫຼືຊາຍ)ຂໍໃຫ້ດຳເນີນການແບ່ງກຸ່ມຍ່ອຍຕາມທີ່ສະເໜີໄວ້ເນື່ອງຈາກເປັນການແບ່ງກຸ່ມຕາມຄວາມເໝາະສົມຂອງເນື້ອໃນແລະ ປະເດັນຂອງກິດຈະກຳ

• ຕົວຢ່າງວິທີການແບ່ງຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳເປັນກຸ່ມຍ່ອຍ

i.ນັບເລກຕາມຈຳນວນກຸ່ມທີ່ຕ້ອງການເຊັ່ນຖ້າຕ້ອງການແບ່ງເປັນ 4 ກຸ່ມກໍໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າ ຮ່ວມກິດຈະກຳນັບ1ເຖິງ4ແລ້ວເລີ່ມ1ເຖິງ4ໃໝ່ຈົນຄົບທຸກຄົນແລະໃຫ້ຈັບກຸ່ມຕາມໝາຍເລກທີ່ນັບເຊັ່ນຄົນທີນັບ1ກໍ່ຢູ່ນຳກັນເປັນກຸ່ມໜຶ່ງ

ii.ການແບ່ງກຸ່ມເພື່ອໃຫ້ເກີດຄວາມສະໜຸກສະໜານແລະມີການເຄື່ອນໄຫວເຊັ່ນໃຫ້ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳຈັບກຸ່ມຕາມໝາກໄມ້4ຫຼື5ຢ່າງທີ່ກຳນົດເຊັ່ນໝາກມ່ວງໝາກໂປມໝາກຈຽງແລະໝາກກ້ຽງຫຼືການແບ່ງກຸ່ມຕາມວັນເກີດ(ຈັນອັງຄານພຸດເປັນຕົ້ນ)ຕາມເດືອນເກີດຫຼືຕາມຊື້ອາຫານທີ່ຜູ້ນຳກິດຈະກຳຮູ້ວ່າເປັນອາຫານທີ່ຜູ້ເຂົ້າຮ່ວມກິດຈະກຳມັກແຕ່ໃນການແບ່ງກຸ່ມແບບນີ້ຈຳນວນສະມາຊິກໃນແຕ່ລະກຸ່ມອາດຈະບໍ່ເທົ່າກັນຜູ້ນຳກິດຈະກຳຈະຕ້ອງຊ່ວຍເວົ້າລົມໃນແຕ່ລະກຸ່ມໂດຍອາດຈະຮ່ວມກຸ່ມບາງກຸ່ມນຳກັນເພື່ອແບ່ງສະມາຊິກແຕ່ລະກຸ່ມໃຫ້ເທົ່າໆກັນ

iii.ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດເອົາເຈ້ຍສີມາຕັດເປັນສ່ວນທີ່ຕໍ່ກັນໄດ້ແບບຮູບ(ຈິກຊໍ)ໂດຍຈຳນວນຮູບຈະເທົ່າກັບຈຳນວນກຸ່ມທີ່ຕ້ອງການແລະແຕ່ລະຮູບຈະຕັດເປັນຈັກສ່ວນກໍຂຶ້ນກັບຈຳນວນສະມາຊິກໃນກຸ່ມຍ່ອຍທີ່ຕ້ອງການເຊັ່ນກັນເມື່ອຕັດໄດ້ແລ້ວໃຫ້ເອົາທຸກຮູບປົນໃຫ້ເຂົ້າກັນທັງໝົດແລະໃຫ້ແຕ່ລະຄົນຈົກສະຫຼາກເອົາສ່ວນດຽວເມື່ອທຸກຄົນຈົກຄົບແລ້ວໃຫ້ແຕ່ລະຄົນແລ່ນຊອກຫາວ່າສ່ວນຂອງໂຕເອງຈະຕໍເປັນຮູບກັບໃຜແດ່ ແລະ ເມື່ອຕໍໄດ້ຄົບຮູບແລ້ວກໍຈະໄດ້ຈຳນວນກຸ່ມຍ່ອຍທີ່ຕ້ອງການ

iv. ຜູ້ນຳກິດຈະກຳສາມາດແຕ້ມຮູບຫຼືພິມຮູບສັດປະເພດຕ່າງໆໃສ່ເຈ້ຍຂະໜາດເທົ່າກັບນາມບັດໂດຍຈຳນວນປະເພດຂອງສັດນັ້ນຂຶ້ນກັບຈຳນວນກຸ່ມຍ່ອຍທີ່ຕ້ອງການແລະຈຳນວນສັດແຕ່ລະປະເພດທີ່ຈະພິມໃສ່ເຈ້ຍຂຶ້ນຢູ່ກັບຈຳນວນສະມາຊິກທີ່ຕ້ອງການໃນກຸ່ມຍ່ອຍເມື່ອພິມແລະຕັດຮຽບຮ້ອຍແລ້ວໃຫ້ເອົາເຈ້ຍຮູບສັດເຫຼົ່ານີ້ປົນກັນທັງໝົດແລະໃຫ້ແຕ່ລະຄົນຈັບສະຫຼາກໜຶ່ງອັນເມື່ອທຸກຄົນຈັບໄດ້ແລ້ວໃຫ້ແລ່ນຫາກຸ່ມຂອງຕົນເອງຊອກຫາປະເພດຂອງສັດທີ່ຈັບໄດ້ຊຶ່ງຜູ້ນຳກິດຈະກຳອາດປ່ຽນຈາກຮູບສັດເປັນຮູບໝາກໄມ້ດອກໄມ້ຫຼືຂອງໃຊ້ອື່ນໆກໍໄດ້.

ກວດແກ້ ຈາກສູນຕ້ານເອດ ແລະ ພຕພ
ວັນທີ່ 17/5/2012.

For Life, With Love: ຄູ່ມືການຝຶກອົບຮົມເພື່ອໃຫ້ຄວາມຮູ້ໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານທີ່ປອດໄພຢູ່ໃນສະ ຖານທີ່ກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ ແລະ ຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ

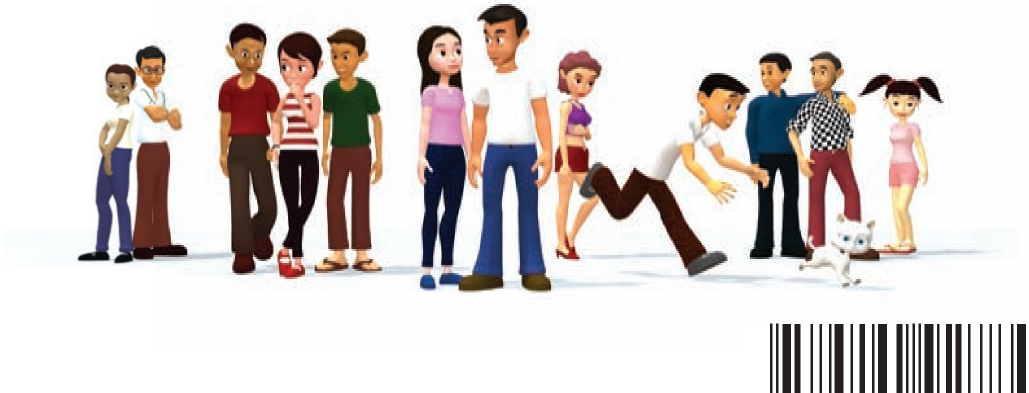
ອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນ ເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານ (IOM) ແລະ ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ (ADB)ໄດ້ປັບປຸງເຄື່ອງມືທີ່ມີແລ້ວຂອງອົງການຈັດຕັ້ງສາກົນ ເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານທີ່ໃຊ້ງ່າຍໃນການສື່ ສານກັບຜູ້ຍ້າຍຖິ່ນຖານເພື່ອການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳ ທີ່ເອີ້ນວ່າ For Life, With Love- ວິດີໂອກາຕູນເພື່ອການເຄື່ອນຍ້າຍຖິ່ນຖານທີ່ປອດໄພ ແລະ ທັກສະຊີ ວິດໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີໃນພາກພື້ນແມ່ນ້ຳຂອງ ເພື່ອໃຫ້ເໝາະສົມກັບຂົງເຂດວຽກງານການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ.

ເຄື່ອງມືການສື່ສານເພື່ອການປ່ຽນແປງພຶດຕິກຳນີ້ໄດ້ພັດທະນາຂຶ້ນ ແລະ ດຳເນີນການທົດສອບໃນໂຄງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງໂດຍການສະໜັບສະໜູນທາງດ້ານການເງິນຂອງທະນາຄານ ADB ໃນແຂວງບໍລິຄຳໄຊ, ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ. ການປະເມີນສະຖານະການແມ່ນໄດ້ປະຕິບັດເພື່ອກຳນົດຮູບແບບຂອງການເຄື່ອນຍ້າຍ, ສະພາບການຂອງວຽກງານ ແລະ ວິຖີການດຳລົງຊີວິດຂອງກຳມະກອນກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ, ຜູ້ຄຸມງານ ແລະ ຜູ້ຈັດການ, ຄົນຂັບລົດບັນທຸກ, ສາວບໍລິການ, ພະນັກງານສາທາລະນະສຸກ, ຊຸມຊົນທີ່ໄດ້ຮັບຜົນກະທົບ ແລະ ຜູ້ອື່ນໆທີ່ມີຄວາມລະອຽດອ່ອນໃນຂົງເຂດກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ. ໂດຍອີງໃສ່ຜົນໄດ້ຮັບ, ປຶ້ມຄູ່ມືເຫຼັ້ມນີ້ໄດ້ພັດທະນາຂຶ້ນພ້ອມໆກັບຊຸດວິດີໂອກາຕູນ For Live, With Love. ປຶ້ມຄູ່ມື ແລະ ຊຸດວິດີໂອກາຕູນໄດ້ປະກອບເຂົ້າກັນເປັນຊຸດເຄື່ອງມືໃນການຝຶກອົບຮົມ. ເຄື່ອງມືໃນການຝຶກອົບຮົມນີ້ແມ່ນເພື່ອສົ່ງຄວາມຮູ້ໃນການປ້ອງກັນເຊື້ອເຮສໄອວີ ແລະ ກິດຈະກຳການເຄື່ອນຍ້າຍທີ່ປອດໄພ ໃຫ້ແກ່ຜູ້ອອກແຮງງານໃນຫຼາຍໆໄລຍະຂອງການກໍ່ສ້າງເສັ້ນທາງ, ພ້ອມທັງຊຸມຊົນອ້ອມຂ້າງ ແລະ ສະຖານທີ່ບັນເທີງ.

ກ່ຽວກັບທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ (ADB)

ວິໄສທັດຂອງທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ (ADB) ແມ່ນເພື່ອໃຫ້ພາກພື້ນອາຊີ ແລະ ປາຊີຟິກພົ້ນຈາກຄວາມທຸກຍາກ. ພາລະກິດແມ່ນເພື່ອຊ່ວຍເຫຼືອບັນດາປະເທດກຳລັງພັດທະນາທີ່ເປັນສະມາຊິກ ໃນການລົບລ້າງຄວາມທຸກຍາກ ແລະ ປັບປຸງຄຸນນະພາບຊີວິດຂອງປະຊາຊົນ. ເຖິງແມ່ນວ່າຫຼາຍຢ່າງຈະປະສົບຜົນສຳເລັດໃນພາກພື້ນແລ້ວກໍ່ຕາມ, ສອງສ່ວນສາມຂອງປະກອນໃນທົ່ວໂລກຍັງປະສົບຄວາມທຸກຍາກປະຊາ ກອນຈຳນວນ 1.8 ພັນລ້ານຄົນຍັງດຳລົງຊີວິດພາຍໃຕ້ຄ່າຄອງຊີບຕ່ຳກ່ວາ 2 ໂດລາສະຫະລັດຕໍ່ມື້, 903 ຄົນແມ່ນມີລາຍໄດ້ຕ່ຳກ່ວາ 1.25 ໂດລາສະຫະລັດຕໍ່ມື້. ທະນາຄານພັດທະ ນາອາຊີ (ADB) ໄດ້ໃຫ້ຄຳໝັ້ນສັນຍາວ່າຈະຫຼຸດຜ່ອນຄວາມທຸກຍາກໂດຍຜ່ານການເຕີບໂຕຂອງເສດຖະ ກິດ, ການເຕີບໂຕແບບຍືນຍົງຂອງສະພາບແວດລ້ອມ ແລະ ການຮວມຕົວເປັນອັນໜຶ່ງອັນດຽວໃນພາກພື້ນ.

ທະນາຄານພັດທະນາອາຊີ (ADB) ຕັ້ງຢູ່ມະນີລາ, ມີປະເທດທີ່ເປັນສະມາຊິກທັງໝົດ 67 ປະເທດ, ໃນນັ້ນ 48 ປະເທດແມ່ນຢູ່ໃນພາກພື້ນ. ເຄື່ອງມືຫຼັກໃນການຊ່ວຍເຫຼືອບັນດາປະເທດກຳລັງພັດທະນາທີ່ເປັນສະມາຊິກແມ່ນການຈັດການສົນທະນາກ່ຽວກັບນະໂຍບາຍ, ການປ່ອຍເງິນກູ້, ການລົງທຶນທີ່ມີຄວາມສະເໝີພາບ, ການຄ້ຳປະກັນ, ການຊ່ວຍເຫຼືອລ້າ ແລະ ການປະກອບສ່ວນທາງດ້ານເຕັກນິກ.



Asian Development Bank
6 ADB Avenue, Mandaluyong City
1550 Metro Manila, Philippines
www.adb.org
ISBN 978-92-9092-784-6 (ພິມ) 978-92-9092-785-3 (PDF)
Publication Stock No.TIM124875

9 789290 927846

ພິມທີ່ໂຮງພິມ: ເກົ້າຍອດອິເມດຈ໌
ທະບຽນເລກທີ 210 ພຈ 23052012
ຈຳນວນ: 300 ຫົວ