**Модуль 2: Підтримка зміни поведінки**

|  |
| --- |
| https://d30y9cdsu7xlg0.cloudfront.net/png/1303-200.png **Час: 45 хвилин****Цілі сесії**Після завершення цієї сесії учасники будуть:* Розуміти ключові методи консультування
* https://d30y9cdsu7xlg0.cloudfront.net/png/16392-200.pngВивчати і застосовувати інструменти мотиваційного консультування з питань дотримання встановленого режиму терапії

**Огляд сесії*** Ключові методи консультування
	+ Терапевтичний альянс
	+ Спільне навчання з питань охорони здоров'я
	+ Мотиваційне консультування

**Необхідні матеріали*** Слайди
* Перекидний буклет для консультування дорослих
 |
| 20-хвилинна лекціяhttps://d30y9cdsu7xlg0.cloudfront.net/png/128330-200.png | Що зробить тренер:* Пояснить концепцію і ключові елементи терапевтичного альянсу, зокрема
	+ Візуальний контакт
	+ Активне слухання
	+ Нормалізація і відсутність упередженості
	+ Демонстрація турботи
	+ Завоювання довіри
	+ Індивідуальні цілі
	+ Вселення надії
	+ Усвідомлення меж
* Детально обговорить важливість нормалізації та неупередженості під час розмови з пацієнтами
* Опише, як забезпечити спільне навчання з питань охорони здоров'я
	+ Модель Запитати 🡪 Підтвердити 🡪 Запитати 🡪 Інформувати 🡪 Запитати
 |
| 10-хвилинна завданняhttps://d30y9cdsu7xlg0.cloudfront.net/png/33918-200.png | **Завдання: Демонстрація інструктора** Інструктор і його асистент продемонструють спільну роботу з інформування з питань охорони здоров'я.Перед відновленням лекції запитати у групи, чи є у них будь-які питання.  |
| 10-хвилинна лекціяhttps://d30y9cdsu7xlg0.cloudfront.net/png/128330-200.png | Що зробить тренер:* Пояснить концепцію мотиваційного консультування та опише такі методи:
	+ В: Відкриті питання
	+ П: Позитивні твердження
	+ Р: Рефлексивне слухання
	+ К: Короткий підсумок
 |
| 15-хвилинна завданняhttps://d30y9cdsu7xlg0.cloudfront.net/png/33918-200.png | **Завдання: Практика мотиваційного консультування**Група розіб'ється на пари, щоб попрактикуватися у мотиваційному консультуванні з використанням персонажів, яких звуть Грейс і Джон. Після вправи інструктор поставить такі питання:* Що було складного у використанні цих навичок?
* Що було інше у відповіді вашого партнера на відкрите питання?
* Що ви відчули, коли твердження отримало позитивну підтримку?
* Завдяки чому позитивні твердження або рефлексії здалися справжніми (або не справжніми)?
* Наскільки корисними були підсумкові висновки?
 |
| 5-хвилинне підбивання підсумків | Ключові моменти, які слід підкреслити під час підбивання підсумків:* Прийняти: підходити до зміни поведінки без осуду.
* Спільна робота: перш ніж надавати психологічне навчання, ключову роль для залучення кого-то до навчання відіграють питання.
* Мотивація: прийняття поточної готовності людини, демонструючи розуміння, може стимулювати і підтримувати внутрішню мотивацію.
 |

**Методології**

* Лекція
* Завдання: Демонстрація інструктора – Надання спільного навчання з питань охорони здоров'я
* Завдання: Рольові ігри в парах – Мотиваційне консультування

**Попередня підготовка для тренерів**

****

* Підготовка до демонстрації надання спільного навчання з питань охорони здоров'я
* Підготовка до проведення вправи у парах з мотиваційного консультування

**Завдання: Демонстрація інструктора**

**Надання спільного навчання з питань охорони здоров'я**

Інструкції:

* За допомогою моделі Спільного навчання з питань охорони здоров'я (Запитати 🡪 Підтвердити 🡪 Запитати 🡪 Інформувати 🡪 Запитати) інструктори продемонструють обговорення вірусного навантаження.
* Інструктор 1 буде грати роль медичного робітника.
* Інструктор 2 буде грати роль пацієнта.
* Інструктор 1 має повідомляти аудиторії, який крок моделі він демонструє. **[Виділено жирним шрифтом в дужках].**
* Після закінчення демонстрації обов’язково спитайте, чи є у когось з групи будь-які запитання.

***Інструктор 1***

 **[Запитати]:** Можете сказати мені, чому важливо мати низьке вірусне навантаження?

***Інструктор 2***

Я не знаю. Ми так довго говорили про мою кількість CD4, а тепер є це нове число, яке називається вірусним навантаженням – це просто занадто багато інформації.

***Інструктор 1***

**[Підтвердити]:** Я розумію, як це може здаватися складним. Існує багато чисел, які слід відстежувати і це нелегко.

**[Запитати]:** Ви б хотіли дізнатися докладніше про те, що таке вірусне навантаження?

***Інструктор 2***

Так!

***Інструктор 1 (медичний робітник)***

**[Інформувати]:** Вірусне навантаження вимірює, скільки ВІЛ перебуває в крові, і перевіряє чи добре працюють антиретровірусні препарати і чи приймаєте ви їх щодня. Метою лікування є низьке вірусне навантаження: як правило, це буде 1000 або менше після 6 місяців прийому антиретровірусних препаратів. Це допоможе зберегти здоровим ваш мозок, не дасть вам отримати серйозні захворювання, вам не доведеться часто ходити до лікаря і це буде підтримувати здоров'я ваших сексуальних партнерів.

**[Запитати]:** У вас є питання про те, що я вам щойно сказав(ла)?

***Інструктор 2***

Думаю, що я розумію. Вірусне навантаження говорить вам, скільки ВІЛ у мене в крові. Якщо мої антиретровірусні препарати працюють добре, результат тестування вірусного навантаження буде низьким. Дякую, що пояснили це мені!

**Завдання: Рольова гра в парах**

**Мотиваційне консультування**

Інструкції:

* Розділіть групу на пари. Кожна пара повинна вирішити, хто буде партнером А, а хто партнером Б.
* Кожна пара проведе дві 5-хвилинні рольові гри.
* У рольовій грі 1 партнер А буде медичним працівником, а партнер Б буде Грейс.
* У рольовій грі 2 партнер A буде Джоном, а партнер B буде медичним працівником.
* У кожній рольовій грі медичний працівник використовуватиме навички ВПРК, щоб обговорити з пацієнтом проблеми, пов'язані з дотриманням режиму терапії. Переконайтеся, що медичні працівники роблять кожен крок під час розмови у рольовій грі (відкриті питання, позитивне твердження, рефлексивне слухання і короткий підсумок).
* Скажіть групі, коли скінчяться перші п'ять хвилин, і настане час перейти до сценарію рольової гри 2.
* Після закінчення рольових ігор перейдіть до наступного слайду, щоб поставити питання щодо обговорення протягом 5-10 хвилин.

**Рольова гра 1**

**Партнер А: Медичний працівник**

**Партнер Б: Грейс**

* 28 років
* Дізналася, що вона ВІЛ+ 3 роки тому, коли була вагітна молодшою дочкою
* У неї троє дітей (8, 6 і 3 років), які ВІЛ–
* Вона приймала свої ліки щодня під час вагітності та годування груддю, але тепер їй складно дотримуватися режиму терапії.

**Рольова гра 2**

**Партнер А: Джон**

* 36 років
* Вперше дізнався, що в нього діагноз ВІЛ+ 10 років тому
* Багато працює, щоб підтримувати дохід своєї сім'ї (дружина і двоє дітей у віці 10 і 7 років)
* Ніколи не приймав свої ліки довше декількох місяців і не помічав жодних проблем зі здоров'ям у результаті

**Партнер Б: Медичний працівник**