



الدليل التدريبي الأول المعارف الأساسية



همزة أم وصل أم

دليل تدريبي
لمتقفي الأقران
للرجال الذين يمارسون
الجنس مع الرجال



شكر وتقدير

قام بوضع هذا الدليل التوجيهي فريق الدعم الإقليمي لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا لبرنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز، بالمشاركة مع التحالف الدولي لمكافحة نقص المناعة البشرية/ الإيدز (التحالف) وشركائهما في المنطقة: الجمعية التونسية لمكافحة الأمراض المنقولة جنسياً/السيدا، وجمعية الحماية من السيدا، وجمعية العناية الصحية، وجمعية "حلم"، وجمعية "نعم للحياة"، وجمعية المغربية للتضامن والتنمية، والمنظمة الأفريقية لمكافحة السيدا، فرع فاس، وجمعية الجنوب لمحاربة السيدا. وبالإضافة إلى الدليل التوجيهي ودليلين إضافيين من مشاريع المنظمات غير الحكومية، حول تثقيف الأقران العاملين مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. ويشتمل هذا الدليل التوجيهي على مجموعة من الأدوات التدريبية حول كيفية إعداد برامج تتعامل مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، وهي متاحة باللغتين الإنجليزية والعربية.

التحالف الدولي لفيروس نقص المناعة البشرية والإيدز، 2016

يمكن للمعلومات التي تحتويها هذه النسخة أن يتم نسخها أو نشرها، واستخدامها بأي صورة لأغراض غير تجارية، ولايستلزم ذلك الحصول على موافقة من التحالف الدولي لمكافحة الإيدز وفيروسه وبرنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، إلا أنهما يشترطان الإشارة إليهما كمصدر للمعلومات.

وقامت ناديا بدران بالتعاون مع جون هاوس بكتابة محتوى الدليل التربوي لمتقفي الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. كما قام موظفون من كل التحالف، وبرنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز، ومكتب مكافحة الإيدز وفيروسه، بمراجعة الدليل وتقديم المعلومات خلال كتابة الدليل.

وقد عمل التحالف داخل إطار برنامج الاستجابة للفئات السكانية الرئيسية في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا (برنامج منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا)، وهو برنامج إقليمي يستهدف الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال والمتعاشين مع فيروس نقص المناعة البشرية والذي تموله الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية ويتم تنفيذه من خلال مشروع القيادة والإدارة والحوكمة بالشراكة مع منظمات المجتمع المدني في الجزائر، والمغرب، وتونس، ولبنان.

رقم التسجيل الخيري 1038860

الطباعة الأولى 2016

www.aidsalliance.org

جميع المقطعات التي وردت في هذا الدليل تم أخذها من رجال يمارسون الجنس مع الرجال من مختلف بلدان الإقليم. ونرى أنهم جميعاً يمثلون السياق الواقعي للإقليم، ولذا لم تذكر البلدان التي ينتمون إليها.

ونتقدم بخالص الشكر للجمعيات التي قامت بتنظيم وتيسير ورش العمل المحلية في نيسان/أبريل 2014 التي استهدفت مراجعة مجموعة الأدوات التدريبية، ألا وهي: جمعية الحماية من السيدا في الجزائر، وجمعية المغربية للتضامن والتنمية في المغرب، وجمعية التونسية لمكافحة الأمراض المنقولة جنسياً/السيدا في تونس وجمعية العناية الصحية في لبنان. كما نود أن نعبر عن امتناننا العميق للمسؤولين الذين شاركوا في ورش العمل المحلية هذه ولم يبخلوا بتقديم التعليقات والمداخلات القيمة: جمعية الجنوب لمحاربة السيدا، وجمعية مكافحة السيدا والمنظمة الأفريقية لمكافحة السيدا، فرع فاس في المغرب، وجمعية حلم، وجمعية نعم للحياة، واللجنة الدولية لطلبة الطب اللبنانيين وجمعية الطبية اللبنانية للصحة الجنسية في لبنان، وجمعية أركان الخيرية وجمعية التونسية للعدالة والمساواة (دمج) في تونس، وجمعية الشاي الأخضر لمحاربة السيدا وجمعية إيدز الجزائر في الجزائر.

وأخيراً وليس آخراً، نود إزاء الشكر إلى المؤسسة العربية للحريات والمساواة، والتحالف لما قدمناه من ملاحظات خلال مرحلة المراجعة.

الجمعيات المشاركة في برنامج الشرق الأوسط وشمال إفريقيا

- جمعية الوقاية من الإيدز (السيدا)، الجزائر
- جمعية الرعاية التمريضية والتنمية المجتمعية، جمعية نعم للحياة، وجمعية حلم، لبنان
- منظمة البلدان الإفريقية لمكافحة الإيدز (السيدا) قسم فاس، المغرب
- الجمعية التونسية لمكافحة العدوى المنقولة جنسياً والإيدز (السيدا)، تونس



المحتوى

3	عرض الدليل التدريبي
3	الأهداف
3	الفئة المستهدفة من هذا الدليل التدريبي
3	المحتويات
4	المنهجية
5	إرشادات عملية
5	مبادئ تعليم البالغين
5	كيفية استخدام الدليل التدريبي
6	إيجاد بيئة نشطة للتعلم
16	التوقيت العام
16	الأهداف
17	الجلسة 1: الممارسات الجنسية بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال - الحقائق مقابل الثقافات
24	الجلسة 2: السياقات الاجتماعية والصحية والثقافية والدينية والقانونية للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
29	الجلسة 3: التحديات التي تواجه فئة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
31	الجلسة 4: الوصم والتمييز وقابلية التعرض للخطر
35	الجلسة 5: التغلب على التحديات للوصول إلى هذه الفئات
39	الجلسة 6: الجهاز التناسلي لدى الذكر والأنثى
44	الجلسة 7: فيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً
53	الجلسة 8: الممارسات الجنسية والوقاية من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً
55	الجلسة 9: استخدام أدوية مضادات الفيروسات القهقرية للوقاية من فيروس نقص المناعة البشري
58	الجلسة 10: المعتقدات الخاطئة المرتبطة بالعدوى المنقولة جنسياً
60	الجلسة 11: المخدرات والوقاية
66	الجلسة 12: العمل بالجنس
68	الجلسة 13: التنقيف الصحيّ والحد من الأضرار في الميدان
71	الجلسة 14: متقف الأقران
74	الجلسة 15: المواقف والمعتقدات

عرض الدليل التدريبي

الأهداف

الهدف من التدريب الوارد في هذا الدليل هو مساعدة تفعيل المنشور الإقليمي لبرنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا وبرامج التوعية بفيروس نقص المناعة البشري للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا: للتحويل من عملية رفع الوعي إلى عملية الالتزام.

يقدم الدليل معلومات تقنية وأدوات عملية لمتقفي الأقران لاستخدامها كجزء من برامج توعية الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. وتهدف هذه البرامج إلى الحد من انتشار فيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، في إطار يحترم كل ما يخصهم من خصوصية، وسرية، وحقوق.

الفئة المستهدفة من هذا الدليل التدريبي

- المدربون العاملون في البرامج السارية لتوعية الأقران
- المدربون المستقبليون/المحتملون المنتظر عملهم في برامج توعية الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

المحتويات

إرشادات عملية

يتضمن هذا القسم:

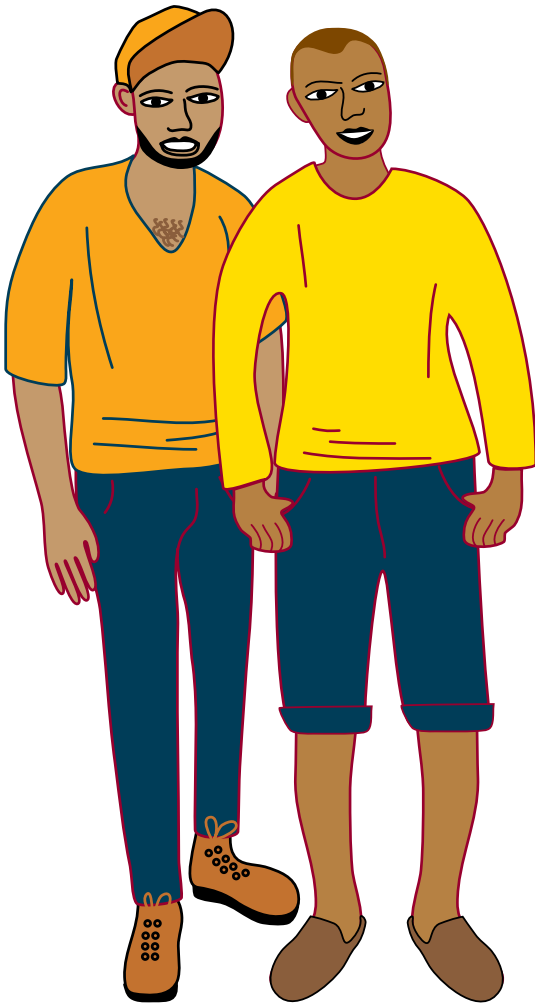
- كيفية التدريب على تعليم وتنقيف الأقران بأسلوب يراعي حساسية المواضيع، من خلال استخدام أساليب وأدوات تدريبية فعالة
- مبادئ تعليم البالغين
- مختلف الشخصيات التي يحتمل أن يصادفها المدرب، مع النصائح المتعلقة بكيفية التعامل معها
- كيفية إعداد الجلسات، وتقييمها

المجموعة التدريبية

يتضمن هذا القسم:

- ثلاثة دلائل تدريبية تساعد على بناء قدرات متقفي الأقران لتنفيذ عمليات توعية الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
- يغطي الدليل التدريبي الأول المعارف الأساسية، أما الدليل التدريبي الثاني فيشتمل على كيفية تنمية المهارات، ويحتوي الدليل التدريبي الثالث على أساليب لكيفية التنفيذ والتقييم.
- وتحتوي الدلائل على جلسات وتدريبات عملية مع ملاحق تشتمل على المواد الداعمة.

ولقد وضعت دلائل هذا التدريب باستخدام أسلوب "البنات البناء"، بحيث يكون تسلسل الجلسات منطقياً، ويوصي باتباع نظام تتابعها. وهناك جلسات تكمل بعضها البعض بحيث يتعين استكمالها حتى يمكن فهم الجلسات اللاحقة لها. ورغم ذلك فإن التنظيم المقترح لا يتسم بالجمود، ويمكن للميسرين المهرة تعديل نظام التدريب وفقاً لخبراتهم، وتبعاً للمعارف الأساسية، ومهارات المشاركين في التدريب. ومن المهم تذكر أن بعض الأقسام أساسية لإنجاح برنامج توعية فعال ومسدد بالبيانات.



إطار توضيحي للتدريب		
الأهداف	المدة	الدليل التدريبي
<p>تحليل:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ ما هو المطلوب عند تصميم برنامج فعال للتدخلات المعنية بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال ■ الخصائص الشخصية للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، في نطاق إطارهم الاجتماعي، والصحي، والثقافي، والديني، والقانوني. ■ الاحتياجات الخاصة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، والأسباب الجذرية، وتأثير الوصمة والتمييز ■ المعرفة التقنية المحددة والمطلوبة لتحقيق توعية فعالة تستهدف رفع الوعي في الشارع حول خطورة تعاطي المخدرات، وخطورة فيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً 	22 ساعة و35 دقيقة	الدليل التدريبي الأول: المعارف الأساسية
<p>من المهم ممارسة المهارات من أجل تطبيق الأنشطة التعليمية المبنية على التوعية، والتي تستهدف تعزيز تغيير السلوكيات بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، للحد من مخاطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً</p>	28 ساعة و35 دقيقة	الدليل التدريبي الثاني: تنمية المهارات
<p>تحليل المكونات لتصميم برامج فعالة للتوعية، بما في ذلك أساليب الدعوة تصميم البرنامج، ومناقشة أنظمة الإحالة المرتبطة بها:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ استكشاف أهمية أنظمة الرصد والتقييم؛ وإدراك أهمية نظام متابعة برامج التوعية ■ تعلم كل ما يتعلق بمؤشرات القياس وكتابة التقارير 	31 ساعة	الدليل التدريبي الثالث: التنفيذ والتقييم

المنهجية

تم إعداد هذه المجموعة من المواد التدريبية من خلال:

- إجراء مراجعة تفصيلية لمجموعة الأدوات التدريبية الخاصة ببرامج فيروس نقص المناعة البشري والتوعية مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا: من عملية رفع الوعي إلى عملية الالتزام
- مراجعة المواد التدريبية والمراجع والأدوات ذات الصلة المتعلقة ببرامج التوعية للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في المنطقة (انظر الدليل التوجيهي لمشروع المنظمات غير الحكومية المتعلقة بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، الملحق 2)
- التعلم من دراسات الحالة، وقصص النجاح، والوثائق التي تدور حول برامج التعلم، والتوصيات، والخبرات العملية التي نجمت عن البرامج الأخرى التي تعاملت مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في المنطقة
- التأكد من صحة المحتوى العلمي والنظري
- وضع مسودة أولية للمساعدة في التوصل إلى اتفاق على مكونات التدريب، علاوة على توفير دليل توجيهي وتمارين سهلة التطبيق للميسرين.

ولقد روجعت المسودات الأولية من خلال ورش عمل عقدت في كل من لبنان، وتونس، والجزائر، والمغرب مع كل من متقفي الأقران، والمنسقين الميدانيين، ومديري وخبراء برامج توعية الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وبرامج الوقاية من فيروس نقص المناعة البشري.

وتم تجميع قصص النجاح من المشاركين من أجل توضيح الخبرات الإقليمية.

إرشادات عملية

مبادئ تعليم البالغين¹

من المهم، عند تدريب البالغين، فهم العوامل التي تساهم بأقصى فعالية في تعلمهم. فعند تعلم الأطفال في المدارس، لا يتغير الوضع غالباً حيث يمتلك المعلم المعرفة، ومن ثم ينقلها إلى الطفل. وعلى الرغم من أن أفضل المدرسين هم من يقومون بمساعدة الأطفال على التفكير في ما يتعلمونه، وتحليله، إلا أنه في كثير من الأوقات، يتعين على الأطفال استيعاب وتعلم المناهج المصممة مسبقاً، وغالباً ما يرتبط هذا بالامتحانات.

وهذا الأسلوب لا يتوافق بصورة جيدة مع البالغين. إذ يأتي البالغون إلى التدريب محملين بمعارفهم وخبراتهم. ويميل تعليمهم إلى التركيز على حل المشكلات وسبل التعاون. ويتوقع أن يكون كل من المعلم أو الميسر على درجة واحدة من المساواة مع المتعلم.

ولقد حددت الدراسات التي أجريت، على مدى سنوات، عدداً من المبادئ التي تدعم تعلم البالغين². وتتضمن:

- يتحرك البالغون بدوافع داخلية، ويتوجهون بصورة ذاتية
- يأتي البالغون محملين بخبراتهم ومعارفهم الحياتية ويضيفون إليها ما يكتسبوه من خبرات التعلم
- يركز البالغون على الأهداف
- يهتم البالغون بصلة المادة بحياتهم
- يتسم البالغون بالأسلوب العملي
- يرغب البالغون في التعامل معهم باحترام

في عام 1984، رأى مالكوم نولز، وهو واحد من كبار الباحثين في مجال تعليم البالغين، أن هناك أربعة مبادئ يجب تطبيقها عند تعليم البالغين. وهي مبادئ لها علاقة خاصة بالبيئة التعليمية التي يتعلم فيها الأقران، ويجب تطبيقها عند الإعداد لجلسات التدريب:

1. يحتاج البالغون إلى إشراكهم عند تخطيط التدريب، وعند تقييمه.
2. توفر الخبرة (بما في ذلك الأخطاء) أساساً جيداً للأنشطة التعليمية.
3. يهتم البالغون بصورة أكبر بالمواد التعليمية ذات العلاقة المباشرة بعملهم وحياتهم الشخصية، وتأثيرها عليهم.
4. يركز تعلم البالغين، بصورة عامة، على المشكلات أكثر من تركيزه على المحتوى.

كيفية استخدام الدليل التدريبي

أولاً، قراءة الدليل التوجيهي لمشاريع المنظمات غير الحكومية الخاصة بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، ثم قراءة الدلائل التدريبية الأولى والثاني والثالث لهذا الدليل.

- التفكير في ما يلزم لإعداد برنامج تدريب ناجح – معارف، ومهارات، وترتيبات لوجستية.
- تحديد ما يراد تحقيقه، وانتقاء الجلسات التدريبية والتمرينات العملية من مجموعة الأدوات ذات الصلة بمن يتم التعامل معهم وباحتياجاتهم.
- الإعداد لتقديم المحتوى النظري من خلال التأكد من الفهم الكامل للمحتوى. وعند انتهاء كل جلسة تدريبية، تكون هناك نشرات للمحتوى النظري تساعد المشاركين على تذكر ما تعلموه.
- ويمكن تحميل هذه النشرات على الكمبيوتر الشخصي ومن ثم طباعتها للتوزيع.
- إعداد استمارات التقييم.

1 مبادئ تعليم البالغين. المتاحة على الرابط التالي:

www.visionrealization.com/Resources/Organizational/Adult_Learning_Theory.pdf

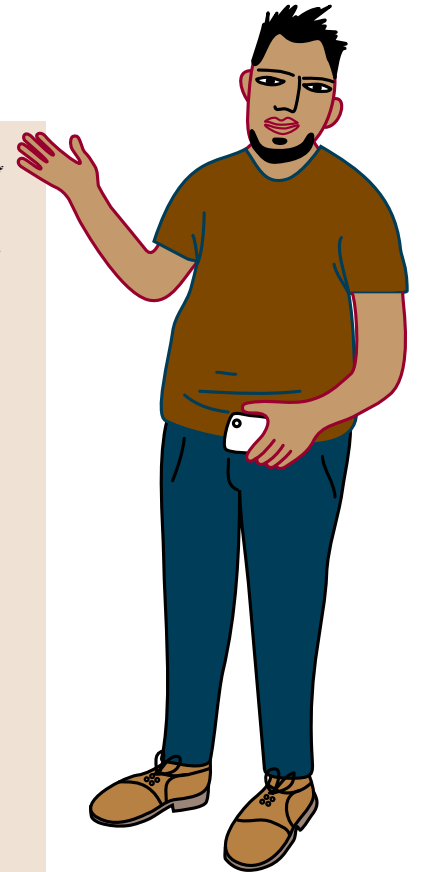
2 OTPEC-Q: The Clinical Educator's Resource Kit [أون لاين]. المتاح على: www.qotfc.edu.au/resource/?page=65375

- المراجع المتواجدة في نهاية الدليل التوجيهي جيدة للتعلم في المعارف المتعلقة بالموضوع.
- من شأن واقعية ما يقدم من قصص، وخبرات، وتوصيات، ودروس مستفادة أن تضيف لمسة شخصية إلى المشاركين.
- قد يثري الجلسات ويضيف إليها قيمة حقيقية، التماس مساعدة العاملين ذوي الخبرة في مجال تثقيف الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.
- استيفاء استمارة التقييم الخاصة بالدليل.

إيجاد بيئة نشطة للتعلم

أ: إنشاء بيئة تدريبية مثمرة

- اختيار مكان واسع بصورة تسمح بتنفيذ التمارين؛ على أن يتسم بالهدوء، وجودة الإنارة والتهوية، مع ترتيب الطاولات والمقاعد بحيث يرى المشاركون بعضهم البعض. مع توفير أوقات للاستراحة لتناول القهوة والغداء.
- تعزيز مناخ من الاحترام المتبادل، مع تشجيع تبادل التجارب. وتوفير وقت كاف للأسئلة وتبادل الدروس المستفادة، مع تطبيق مبادئ تعلم البالغين.
- القيام، مع بداية كل جلسة تدريبية، بإرساء قواعد خاصة بالاحترام المتبادل، وإدارة المناقشات، وحفظ الإطار الزمني لها.
- تشجيع المشاركة من خلال تكوين لجان، مثل لجنة لتوثيق ماتعلمه المشاركون وعرضه يومياً عند افتتاح الجلسة في اليوم التالي.
- تشجيع الابتكار والإبداع في كيفية تقديم أساليب التعلم.
- استخدام الوسائل الترفيهية، طوال فترة التدريب، للمحافظة على الحماس والطاقة (تمارين فكاهية، وألغاز، وألعاب).
- بناء الثقة في النفس، في بداية كل اليوم، من خلال تمارين مثل أهلاً وسهلاً أو المحاكاة.



أهلاً وسهلاً هو عبارة عن تمرين لإثارة حماس المشاركين وتقييم مزاجهم واستعدادهم لتدريب اليوم.

المحاكاة هي عبارة عن تمرين يمكن إجراؤه يومياً صباحاً ويستغرق من 15 إلى 20 دقيقة، وهو يشجع المشاركين على التعرف على بعضهم البعض بصورة أكبر وبوضوح. ويعمل بصورة تدريجية، على بناء الثقة لدى المشاركين، واكتشاف ما يشتركون في حبه أو بغضه. وما يحملونه من قيم داخلهم وما يمكن أن يزيد من ثقافتها. ويمكن للميسر تعديل هذا التمرين ليتلائم مع موضوع اليوم.

أمثلة لتمريني أهلاً وسهلاً والمحاكاة لبداية اليوم

يطلب من المشاركين:

- التعبير عن مشاعرهم في بداية اليوم بتعبير بسيط أو كلمة
- ترشيح أحد المشاركين لعمل إشارة أو اتخاذ وضع يحاكي أو يعبر عما يعتقد أنه يعبر عن مشاعر مشارك آخر، والتعرف على هذه المشاعر من خلال النظر إليه فقط. يطلب من المجموعة تخمين الشعور الذي يحاول التعبير عنه، ثم يسأل الشخص الذين يحاولون معرفة مشاعره ما إذا كان كل ذلك صحيحاً.
- التحدث معهم حول حالتهم النفسية باستخدام المصطلحات التي يستخدمها "مقدم أخبار الأرصاد الجوية" في التلفاز، ويتم وصف المزاج السعيد باعتباره يوماً مشرقاً، بينما يوصف المزاج الحزين بأنه يوماً غائماً وممطراً.

ب: إقامة علاقات من خلال إذابة الجمود في بداية ورشة العمل

تقدم هذه التمرينات الفرصة لكل مشارك للحديث عن نفسه وعن توجهاته، وما يحب وما يكره، وسرد تجاربه. ويجب تشجيع المشاركين على التعبير، بحرية، عن ما يدور داخلهم.

الأمثلة

- قذف الكرة، وعلى من يلتقطها تقديم نفسه ثم تمرير الكرة إلى آخر حتى ينتهي الجميع من المشاركة.
- تشكيل مجموعتين. ويقوم الميسر بكتابة اسم كل شخص في المجموعة الأولى على ورقة منفصلة ثم يقوم بطيها. ويطلب من كل مشارك في المجموعة الثانية اختيار ورقة، ويقوم بتقديم نفسه للشخص المذكور اسمه فيها.
- تشكيل دائرتين، واحدة داخلية وأخرى خارجية، ثم القيام بتشغيل موسيقى. وعلى من يتواجد في الدائرة الخارجية السير على صوت الموسيقى حتى تقف، وعندها يبدأ كل شخص فيها تقديم نفسه إلى الشخص المواجه له في الدائرة الداخلية. ويكرر هذا التمرين عدة مرات.
- يجلس المشاركون في مجموعات صغيرة، يتعارفون ويقدمون أنفسهم لبعضهم البعض. ويتم إعطاء كل مجموعة اسماً أو لقباً، وتكتب كل مجموعة اهتمامات المشاركين فيها على ورقة. وفي النهاية تقدم كل مجموعة نفسها إلى مجموعة من المجموعات الصغيرة الأخرى.

ج: المهارات الشخصية

يجب على الميسر أن يكون:

- ضليعاً في الموضوعات التي يريد تقديمها وقادراً على إدارة ورشة تدريبية.
- قادراً على استخدام أساليب وتقنيات التعلم النشط لإشراك المشاركين وتعزيز التعلم
- قادراً على التواصل أمام المجموعة الجديدة من الأفراد، واستخدام لغة تتوافق معهم
- واثقاً من نفسه وملتزماً.

ويجب على الميسرين:

- فهم واجباتهم المحددة
- احترام عادات وتقاليد المجموعة التي يعملون معها
- عدم إصدار أحكام مسبقة، أو على الأقل لديهم القدرة على الاعتراف بأفكارهم وأحكامهم المسبقة وتجنب تدخلها في تعلم المشاركين
- لديهم القدرة على التحليل، والتفاوض، وتقديم الملاحظات البناءة
- تقبل خضوعهم إلى التقييم، مع التحلي بالموضوعية عند وضع تقريرهم حول تجربتهم في التدريب.

بوصفك ميسراً للتدريب، عليك أن تكون مستعداً، عقلياً، لتقديم الجلسات. وقبل أن تبدأ، عليك بسؤال نفسك:

- هل أنا على استعداد للقيام بهذه المهمة؟
- هل أحترم مختلف المجموعات التي سيتعين علي تدريبها؟
- هل لدي كل المعلومات التقنية المتعلقة بموضوعات ورشة العمل؟
- هل أنا على استعداد لطلب مساعدة الخبراء في المجال؟

ويجب أن يهدف الميسر إلى:

- بناء الثقة المتبادلة بين المشاركين

- إيجاد بيئة تعلم إيجابية
- تشجيع العمل الجماعي
- وضع قواعد لورشة العمل
- التركيز على أهمية الاستماع النشط
- تشجيع المشاركين على كتابة قائمة بتوقعاتهم من الورشة التدريبية، ثم مقارنتها مع أهداف الورشة.

الإعداد للجلسة

- إعداد المحتوى النظري المتعلق بالتمرينات.
- قراءة التمرينات والمحتوى النظري، وإعداد المصادر ذات الصلة.
- الاحتفاظ بالدليل التدريبي في متناول اليد للرجوع السريع إليه.
- الرجوع إلى مجموعة الأدوات التدريبية وغيرها من المراجع استعداداً لأية أسئلة.
- استخدام الأدوات والتمرين على الجلسات قبل بدايتها.
- إعداد المواد المطلوبة للتمرينات.
- تسجيل الملاحظات، والأسئلة، وتعليقات المشاركين.
- الاحتفاظ بنسخ من الملاحق، والصور، والبطاقات، الخ.

الضيف المتحدث

قد تساعد دعوة ضيوف يتحدثون خلال الدورات التدريبية، إذ يمكنهم إلقاء الضوء على الكثير من الأمور الداخلية، مع تبادل تجارب لها قيمتها للمشاركين. وينبغي، قبل بداية الجلسة بوقت كاف، التأكد من فهم المتحدث لأهداف التدريب والنتائج المتوقعة منه. ومن المفيد أيضاً تقديم سيرة ذاتية قصيرة حول المتحدث قبل أن يبدأ حديثه.

إجراء الجلسة

لما كان من المتوقع تلقي مختلف أنواع الأسئلة، والتعرض لمواقف متنوعة، لذا فمن الأهمية بمكان السماح للمشاركين بطرح الأسئلة والتعبير عن أنفسهم بحرية، حيث يعمل ذلك إلى تعزيز إنتاجية الجلسات. ويجب الاستعداد لمواجهة ما يلي:

- قلة المشاركة في المناقشات
 - السخرية والنكات التي لا لزوم لها من قبل بعض المشاركين عند مناقشة موضوعات معينة
- تعرف على أساليب التعلم النشط وعلى المواد التدريبية، وتأكد من استيعاب كيفية استخدام الدليل التدريبي.

د: أساليب التعلم النشط المبنية على مبادئ تعلم البالغين

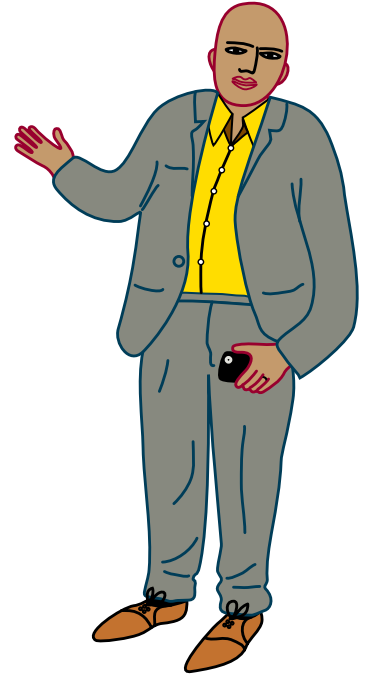
وفقاً لما تمت مناقشته آنفاً، فحتى يتحلى المشاركون بالإيجابية بدلاً من السلبية، يجب أن يسمح التدريب بالتشارك والتفاعل ويكون قائماً على مبادئ تعلم البالغين.

ومن المهم استخدام المدرب للمعلومات الواردة في هذا الدليل، لتطبيق مبادئ تعلم البالغين، حول كيفية إجراء التدريب.

وتتضمن أساليب وتقنيات التعلم النشط المستخدمة في هذا الدليل لتيسير سير الجلسات ما يلي:

استثارة الأفكار

اطرح سؤالاً أو قدم فكرة عن موضوع قد يثير مشاعر قوية لدى المشاركين، أو قد يؤدي إلى التعبير عن عدد من وجهات النظر. ومن شأن هذا أن يسمح لك بتقديم الفكرة العامة، وتحديد قدرات المشاركين ومهاراتهم التحليلية قبل الدخول في التفاصيل. ويتم قبول جميع الأفكار وكتابتها: مع عدم تصنيف الإجابات سواء صحيحة أو خاطئة – ومن المفيد في نهاية التدريب التأكد مما إذا كان أي



شخص قد غير وجهة نظره نتيجة التدريب.

تمثيل الأدوار

عند تمثيل الأدوار، شجع استخدام سيناريوهات من الحياة الواقعية التي قد تكون مبنية على مواقف مؤلمة وشخصية قد تعرض لها المشاركون، بدون الحاجة إلى الاعتراف بها بصورة علنية. ومن خلال استخدام الشخصيات الخيالية، يمكن للمشاركين تقديم موضوعات صعبة أو محرمة. وقد تساعد الدعائم، المشاركون على تقمص الشخصية.

يجب أن يقوم المشاركون بالتفكير في الشخصيات المقدمة في تمثيل الأدوار، وتقديم حلولاً لما يتعرضون له. وهي طريقة تمكنهم من تأمل ما يواجهونه من مواقف، ومن أحكام مسبقة، ومن مجالات قد يحتاجون فيها إلى زيادة تنمية مهاراتهم لمواجهةها. ويمكن أن يطلب من المشاركين الآخرين مناقشة ما يلاحظونه في ما يدور أمامهم ومحاولة التنبؤ بما يمكن أن يحدث قبل نهاية العرض.

دراسة الحالة

بوصفك ميسراً، قم مقدماً، بإعداد قصص واقعية للعمل مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال تتناسب معهم. ويجب تقديم هذه القصص للمجموعة مصحوبة بأسئلة للمشاركين. وعند تحضير هذه القصص، يراعى وضع مقدمة لها، واشتمالها على عدد من الشخصيات، ووضع مشكلة ما، أي عقدة لها، ثم ترك النهاية مفتوحة. ويجب أن يتمكن المشاركون مما يلي:

- التعاطف والترابط مع ظروف الشخصيات
- اقتراح ما يمكن عمله لمساندتهم
- تحديد القضايا الرئيسية والتحديات الواردة في القصة
- استعراف العقبات والتفكير في حلول تتناسب مع ثقافة الشخصيات، واحتياجاتهم، وقدراتهم.

العمل الجماعي ورواية القصص

بعض تمارين العمل الجماعي تتطلب تكوين مجموعات صغيرة من أربعة إلى ستة أفراد.

فغالباً ما تكون مناقشة المسائل الحساسة أو الصعبة أسهل في المجموعات الصغيرة. وتتضمن أساليب العمل في مجموعات صغيرة ما يلي:

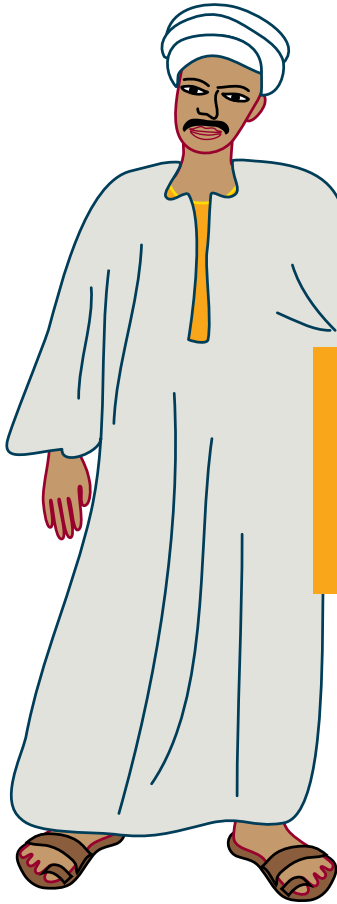
- يطلب من المجموعة الصغيرة مناقشة مسألة حساسة، ثم يقدم محتوى المناقشة للمجموعة الأكبر
- أثناء أنشطة التوعية، يطرح موضوع للمجموعة الكاملة، يكون متعلقاً بالعمل مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، ويكون مثيراً للجدل أو صعباً لبعض المشاركين؛ على سبيل المثال رجل يمارس الجنس مع الرجال بدون استخدام الواقي الذكري، أو رجل يمارس الجنس مع الرجال وأصبح متشرداً لا مأوى له نتيجة رفض عائلته له.
- أولاً تتم مناقشة موجزة لقضية ما مع المجموعة بكاملها، ثم يطلب من المجموعات الصغيرة مناقشة نفس الموضوع، وفي النهاية يتم تقديم ملخص للمناقشة لكامل المجموعة.

الرسومات التوضيحية ومجلات الحائط

اطلب من المشاركين توضيح القضايا أو الموضوعات، بدلاً من مجرد الاعتماد على المناقشات. وقد يكون أخذ الصور من الجرائد أو المجلات طريقة مفيدة لاستثارة الأفكار. ويمكن للمشاركين أيضاً رسم الصور أو الرموز التي تعبر عن مسألة ما. وعلى نحو مماثل، يقوم الميسر بإعداد مجلات حائط تشتمل على أسئلة أو تمارين قصيرة يتم تحليلها بطرق متنوعة. ويمكن للمشاركين استعراضها منفرداً أو في مجموعات ثم كتابة أجوبتهم.

تقنية «الضوءاء وجلبة الحديث»

اطلب من المشاركين قيام كل اثنين منهما بمناقشة وإجابة سؤال محدد معقد، على أن يقوموا بجمع أكبر عدد ممكن من الأجوبة عليه. وعليهم التحرك لجمع الأجوبة أو الجلوس متقابلين. شجع المشاركين على الحركة وسرعة التعبير عن النفس بفعالية. وبانتهاء «جلبة الحديث»، تنتهي المناقشة.



قم بإعداد قصص
تعكس حياتنا مع
تنوع للشخصيات
التي تقدمها

منهج استثارة الأفكار باستخدام البطاقات

وزع على المشاركين بطاقات كتبت عليها أسئلة متعلقة بالتدريب، واطلب منهم التفكير في الإجابة عليها. ومن الممكن إنشاء جو من المنافسة بين المشاركين للإجابة على أكبر عدد ممكن من الأسئلة، أو توزيع بطاقات متنوعة لكل مشارك.

النقاش والحوار

اختر موضوعات تثير وجهات النظر المتناقضة، واطلب من المشاركين الوقوف أو الجلوس في مواجهة بعضهم البعض لمناقشتها. ويجب عليهم مراعاة قواعد معينة مثل الاستماع المتبادل وعدم تكرار الحجج. ويشجع هذا الأسلوب، الجميع، للتعبير عن أفكارهم، إلى جانب التعرف على تفكير الآخرين حول قضية ما وماهية مشاعرهم تجاهها. وهي طريقة فعالة للتعلم من بعضهم البعض، علاوة على محاولة التأثير على الآخرين. ويمكن أن تدور المناقشات حول تعبيرات عامة تستخدم حول الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، أو كيفية تفكير المجتمع في قضية معينة ذات صلة بموضوع الجلسة.

وهناك أسلوب آخر يتمثل في اختيار معتقد ما أو موقف يتناوله المشاركون معاً، ويناقشونه بناء على التجارب التي مرت بهم، والملاحظات التي كونوها. اطلب من المشاركين دعم ما يناقشونه من حجج خاصة بالمعتقد أو الموقف، بالوقائع العلمية، أو المعتقدات الشعبية، أو التقاليد.

عند العمل في مجموعات صغيرة، تختار المجموعة شخصاً واحداً ليمثلها في المناقشة، أو يقوم كل شخص في المجموعة بالتحدث عن مقطع مختلف من المناقشة. وهذا من شأنه أن يتسبب في بعض الفوضى – وبعض المشاعر العنيفة. عليك، كميسر، الاهتمام والتأكد من حيوية الجلسة ومن أجواء الحماسة بها، وفي نفس الوقت التأكد من استمرار احترام المشاركين لبعضهم البعض.

العرض التوضيحي القصير

قم بإعداد عرض توضيحي قصير بالصور/الرسومات التوضيحية لتلخيص محتوى الجلسة. مع ملاحظة أن المدى الزمني لاهتمام أي شخص لا يزيد عن 20 دقيقة، فاعمل على أن تتراوح مدة العرض ما بين 10 و15 دقيقة.

هـ: التعامل مع الشخصيات المختلفة

إن فهم الشخصيات المختلفة في المجموعة وتعلم كيفية التعامل معها، يساعد على إجراء جلسة تدريبية نشطة يتشارك فيها الجميع. وتقدم القائمة التالية أنماط الشخصيات، والشخصيات الفرعية التي قد يواجهها الميسر خلال التدريب.

نصائح عامة

- الاستماع إلى المفاهيم الخاطئة، وتصويبها من خلال توفير المعلومات العلمية لمواجهة الخرافات.
- تشجيع الجميع، ولا سيما قليلي التحدث، على المشاركة وطرح الأسئلة.
- إعادة صياغة الأفكار لمن لا يستوعبها جيداً، مع محاولة تبسيط الأمور.
- عدم الخوف من إظهار العناصر المتناقضة للموضوع، مع السماح بالمناقشة.
- تجنب تقييم مواقف المشاركين، وقيمهم، ومعتقداتهم، واعمل على احترام خلفياتهم الثقافية، ومساعدتهم على فهم محتوى الجلسات.

الشخصية	الخصائص	كيفية التعامل مع هذا الرجل الذي يمارس الجنس مع الرجال
المستعلم (الذي يطرح الكثير من الأسئلة)	<ul style="list-style-type: none"> ■ قد يرغب في إجراك ■ يسعد بتطابق جوابه مع نفس جوابك ■ يسعى إلى رضاك 	<ul style="list-style-type: none"> ■ دع المشاركين يجيبون على أسئلته ■ لا تنحاز إليه
المشغب	<ul style="list-style-type: none"> ■ يرغب في جرح مشاعر الآخرين، أو ■ يعاني من مشاكل حقيقية يشكو منها 	<ul style="list-style-type: none"> ■ ركز على الجانب الإيجابي ■ لا تجعله يخرج عن المسار الصحيح ■ استخدم الأسئلة ■ اطلب رأي المشاركين في ما يثيره من شغب ■ واصل معه المناقشة خارج الجلسة
غير الملتمزم/ الناقد	<ul style="list-style-type: none"> ■ يستمتع بالاعتراض فقط من أجل الاعتراض، وقد يكون السبب هو تعامله في الجلسة مع بعض الأمور الشخصية أو التي يصعب عليه مناقشتها 	<ul style="list-style-type: none"> ■ حاول توجيه اهتمامه نحو الموضوع الرئيسي واطلب منه إبداء رأيه ■ اظهر الاحترام لتجربته الشخصية وشرح موقفك للمجموعة ■ اشرح ما يصعب عليه فهمه
المتمسك برأيه	<ul style="list-style-type: none"> ■ يرفض الاستماع إليك أو إلى المشاركين ■ يعتقد أن لاجابة له لتعلم أي جديد 	<ul style="list-style-type: none"> ■ شجع المجموعة على مناقشته، وتفادى اتخاذ أي أمر بشكل شخصي ■ اشرح له توجب مراعاة رأي المجموعة، ويمكنك، بعد ذلك، مناقشة وجهة نظره
الخبير «العالم بكل شيء»	<ul style="list-style-type: none"> ■ يريد فرض رأيه ■ قد يكون أكثر معرفة أو يود مجرد التحدث 	<ul style="list-style-type: none"> ■ قاطع تدخلاته بطرح أسئلة مباشرة له ■ ارفع من روح الثقة بين المشاركين حتى لا يسيطر على الجلسة (قل، مثلاً، ما تقوله مهم، ولكن دعنا نرى رأي الآخرين»)
الصامت	<ul style="list-style-type: none"> ■ غير مبال ■ يظن أن ما تتم مناقشته إما فوق مستواه أو دونه 	<ul style="list-style-type: none"> ■ تحدث إليه بصورة شخصية ■ احفظ اسمه ■ اطلب رأيه
الأنيس/المؤيد	<ul style="list-style-type: none"> ■ لا يحتاج إلى الإقناع، فدائماً ما يأخذ صفك 	<ul style="list-style-type: none"> ■ يساعد كثيراً في المناقشات ■ اطلب مدخلاته ■ وجه إليه الكلام كثيراً ■ اشكره
الثرثار	<ul style="list-style-type: none"> ■ يتحدث في كل شيء عدا موضوع المناقشة 	<ul style="list-style-type: none"> ■ قاطع كلامه (قل «ألا تظن أننا قد ابتعدنا عن الموضوع؟») ■ انظر إلى ساعتك وقم بالإشارة إليها ليعرف أنه قد تجاوز الوقت المحدد ■ اقترح مواصلة المناقشة خلال الاستراحة
الخجول	<ul style="list-style-type: none"> ■ لديه وجهة النظر خاصة به لكنه يجد صعوبة في التعبير عنها 	<ul style="list-style-type: none"> ■ اترح عليه أسئلة سهلة ■ ادعمه ■ ارفع من ثقته في نفسه ■ اهتم بما يطرحه من مدخلات قيمة
المتعنت	<ul style="list-style-type: none"> ■ دائماً ما يعود إلى نفس الأفكار ■ يتحدث بلا انقطاع ■ غير حساس 	<ul style="list-style-type: none"> ■ كن صبوراً معه ■ دع المجموعة تتجاهله ■ اعطه وعداً بمناقشة مسأله بصورة خاصة ■ اعتذر بمحدودية الوقت التي لا تسمح بالمزيد من المناقشة

الشخصية	الخصائص	كيفية التعامل مع هذا الرجل الذي يمارس الجنس مع الرجال
مشيت الانتباه	<ul style="list-style-type: none"> لا يركز يجد صعوبة في متابعة أمر ما 	<ul style="list-style-type: none"> استرجع معه موضوع المناقشة استخدم الأفكار الجديدة حاول تفهمه تعامل معه بلطف اخبره بأنك ستطلب موجزاً لما تمت مناقشته في نهاية الجلسة اجعل الجلسات قصيرة ومركزة
المتكبر	<ul style="list-style-type: none"> يتعامل مع الآخرين باستعلاء 	<ul style="list-style-type: none"> لا تنتقده عندما يكون مخطئاً، قل «نعم، ولكن...» تقبل وجهة نظره وشجعه على تقبل وجهات نظر الآخرين

و : نصائح للميسر

احترام خصوصية المشاركين وتقدير ما يدلون به. كتابة أفكارهم، وتفهم احتياجاتهم طوال فترة المناقشات.

من الأهمية بمكان، عند بداية أي دورة تدريبية، عقد جلسة تمهيدية يتم فيها التعريف بالأهداف التعليمية للدورة، وتفهم توقعات المشاركين والتعامل معها، ووضع أسس لقواعد تسمح بالتفاعل السلس المشوب بالاحترام.

نموذج لمجموعة من القواعد الأساسية

- يتشارك الجميع
- كل مشارك له أهميته في التدريب ويجب أن يشارك بمدخلاته
- تقبل جميع الأفكار وتحترم
- الاستماع الفعال
- احترام الوقت المخصص
- محاولة عدم الخروج عن الموضوع الأساسي
- المحافظة على السرية فيما يخص الموضوعات والأفكار التي يتم طرحها
- غلق جميع الهواتف الجواله

نموذج لجلسة تمهيدية

- تمرين: أهلاً وسهلاً أو تسجيل الحضور (10 دقائق)
- توقعات المشاركين (أول يوم فقط) (10 دقائق)
- القواعد الأساسية (أول يوم فقط) (10 دقائق)
- استمارة ما قبل التقييم (10 دقائق) (انظر نموذج الاستمارة في الدليل التدريبي الثالث، الملحق الخامس)

استخدم الدليل التدريبي لمساعدتك في:

- وضع مخطط عام لكل جلسة
- اختيار الموارد اللازمة
- اختيار تمرين من تمارين أهلاً وسهلاً لافتتاح الجلسة
- تلخيص الدروس المستفادة والمناقشات الرئيسية من الجلسات السابقة
- تشجيع المشاركة
- تنظيم الموضوعات بشكل منهجي
- توفير الوسائل الوثائقية

- استيفاء استمارتي ما قبل وما بعد التقييم
- كتابة التقرير عن التدريب لمن يطلبه (على سبيل المثال الممول، أو المدير، أو المشاركين).

بعد انتهاء الجلسة، تأكد من قيامك بتناول جميع المواضيع التي قمت بتحضيرها، ثم قم بإجراء تقييم لمستوى المشاركة.

ح: التقييم

التقييم الذاتي

- هل قمت بدورك بطريقة ملائمة؟
- ما نجح وما لم ينجح، وأسبابه؟ وما الذي يتعين عمله لتحسينه؟

البيئة التعليمية

تعتبر التمرينات جزءاً أساسياً للتدريب ولتيسير أموره

- هل حافظت على الحركة والقوة الدافعة طوال مراحل التدريب؟
- هل نسقت المدة الزمنية للجلسات مع قدرة المشاركين؟
- هل شرحت التمرينات بوضوح بحيث استطاع المشاركون متابعة التعليمات؟ إذا كان الجواب بلا، فكيف ستقوم بتصويب ذلك في المرات القادمة؟
- هل قمت بتوفير وقت كاف لمناقشات المشاركين؟
- هل استمعت إلى مدخلاتهم واحتياجاتهم؟

اطلب من جميع المشاركين تقييم الموضوعات، والتمرينات، والأساليب المستخدمة، والمناخ العام للتدريب.

استمارتي ما قبل التقييم وما بعده

هناك سلسلة من الأسئلة المغلقة لكل جلسة، ويمكنك استخدامها لمساعدتك في تقييم أية تغييرات في مستوى معارف المشاركين أو في مواقفهم. وللحصول على مثال لها، ارجع إلى الدليل التدريبي الثالث، الملحق الخامس.

اطلب من المشاركين ملء استبيان سري من خلال استخدام رمز فردي تكون قد أعطيته لهم في بداية التدريب. وهو أمر يتيح لك ولكل مشارك، مقارنة نتائج ما قبل وما بعد التدريب. وإذا أردت قياس أداء المجموعة بصفة عامة، فلا حاجة لتضمين الاستمارة لأي رمز.

النتائج

- اطلب من المشاركين استيفاء استمارة في بداية ونهاية ورشة العمل.
- اعط كل مشارك رمزاً خاصاً به (على سبيل المثال 1/1 إلى 20/20) لاستخدامه في استمارته. اطلب منه الاحتفاظ به حتى نهاية الجلسة، واستخدامه مرة أخرى على استمارة ما بعد التدريب.
- إذا ما قامت مجموعات صغيرة باستيفاء الاستمارة، فاستخدم رمزاً لكل مجموعة يعاد استخدامه هو نفسه لنفس المجموعة عند استيفاء استمارة نهاية التدريب، حيث يمكن مقارنة النتائج بهذه الطريقة أيضاً.

استمارة التقييم اليومي

هي أسئلة بسيطة لمعرفة ما تعلمه المشاركون وما اكتسبوه، وما هو أكثر ما أثر عليهم. للحصول



على نسخة منها يرجى الرجوع إلى الدليل التدريبي الثالث، الملحق الأول.

تقييم الدلائل التدريبية

يقوم المشاركون باستيفاء الاستمارة الموجودة في نهاية كل دليل تدريبي بمنتهى الموضوعية، سواء بصورة فردية أو جماعية. وعوضاً عن ذلك، قم بطرح أسئلة، أو اطلب من المشاركين رفع أيديهم عالياً تعبيراً عن الموافقة أو عدم الموافقة على السؤال. كما يمكنك أيضاً أن تطلب منهم الوقوف على جانب واحد من الغرفة أو الجانب الآخر لإظهار تأييدهم أو معارضتهم لأمر ما. وينبغي أن يتم التقييم بحرية تامة وبدون أية ضغوط، حيث أن الهدف الرئيسي هو هدف تعليمي بحت، علاوة على تحسين مايجرى من تدريب مستقبلي. للحصول على نسخة من الاستمارة يرجى الرجوع إلى الدليل التدريبي الثالث، الملحق الثاني.

كتابة التقارير لكل دليل تدريبي، والدروس المستفادة

في نهاية كل دليل تدريبي، قم بمراجعة بعض التمارين، وتعديلها بحسب الضرورة، مع ملاحظة أية تغييرات في التقرير الخاص بالدليل التدريبي. وسوف يساعدك ذلك، بوصفك ميسراً، على رصد وتحليل قدراتك، وقد يوجهك نحو المجال الذي قد تحتاج إلى تحسينه.

تأكد من
قراءة الدليل
التوجيهي لمشروع
المنظمات غير الحكومية
المتعلق بالرجال الذين يمارسون
الجنس مع الرجال، قبل البدء
في هذا الدليل التدريبي.





الدليل التدريبي 1

المعارف الأساسية

التوقيت العام:

21 ساعة و35 دقيقة



الأهداف



يغطي هذا الدليل التدريبي مجموعة المعارف الأساسية اللازمة لمن يقوم بالتوعية بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وهي كما يلي:

- مسائل تتعلّق بعلم الأحياء (البيولوجيا)، والجنس والهوية (والمعتقدات الخاطئة الشائعة)
- خصائص الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، بما فيها الممارسات الجنسية
- السياسات والعوامل الأخرى التي تؤثر على الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
- تأثير الوصمة والتمييز
- المعارف الأساسية حول العدوى المنقولة جنسياً، وفيروس نقص المناعة البشري وسبل الوقاية
- توصيات جديدة حول التكبير بتناول مضادات الفيروسات القهقرية، والوقاية قبل التعرض للإصابة، "والمعالجة بوصفها سبيل من سبل الوقاية"
- مسائل تتعلق بالعمل بالجنس وتعاطي المخدرات
- خصائص وقضايا سلوكية تتعلق بمتلقي الأقران

الجلسات بالدليل التدريبي الأول

الجلسة	الفترة الزمنية
الجلسة 1: الممارسات الجنسية بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال - الحقائق مقابل الثقافات	2 ساعة و40 دقيقة
الجلسة 2: السياقات الاجتماعية والصحية والثقافية والدينية والقانونية للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال	ساعة و40 دقيقة
الجلسة 3: التحديات التي تواجه فئة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال	ساعة و30 دقيقة
الجلسة 4: الوصم والتمييز وقابلية التعرض للخطر	2 ساعة
الجلسة 5: التغلب على التحديات للوصول إلى هذه الفئات	ساعة
الجلسة 6: الجهاز التناسلي لدى الذكر والأنثى	2 ساعة
الجلسة 7: فيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً	3 ساعات
الجلسة 8: الممارسات الجنسية والوقاية من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً	ساعة
الجلسة 9: استخدام أدوية مضادات الفيروسات القهقرية للوقاية من فيروس نقص المناعة البشري	ساعة
الجلسة 10: المعتقدات الخاطئة المرتبطة بالعدوى المنقولة جنسياً	ساعة
الجلسة 11: المخدرات والوقاية منها	ساعة و30 دقيقة
الجلسة 12: العمل بالجنس	ساعة
الجلسة 13: التنقيف الصحي والحد من الأضرار في الميدان	ساعة و30 دقيقة
الجلسة 14: متقف الأقران	ساعة
الجلسة 15: المواقف والمعتقدات	45 دقيقة

الجلسة 1

الممارسات الجنسية بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال - الحقائق مقابل الثقافات

لمحة عامة

تسمح هذه الجلسة للمشاركين بمناقشة العلاقات الجنسية بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، والتعبير عن مايشغلهم، والتحدث عما يعرفونه مسبقاً حول هذا الموضوع.

قد يحتاج المشاركون إلى بعض التوضيح بشأن المعتقدات الخاطئة الشائعة المتعلقة بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. وسوف يتمثل دورك في إعطائهم الفرصة لطرح الأسئلة، ولذا فإن التحضير لذلك الأمر بالغ الأهمية. إذا كنت لا تتحلى بالثقة الكاملة في قدراتك، فيمكنك دعوة أحد المتخصصين لتيسير الجلسة الأولى.

لا تتردد في الخوض في التفاصيل. واسمح للمشاركين بالتحدث عما يعرفونه وما يعتقدون معرفته عن الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، بما في ذلك المجموعات الفرعية.

تذكر: هذه فقط هي بداية الورشة التدريبية، وسوف تكون هناك فرصاً كثيرة لتبديد الخرافات والمعتقدات الخاطئة المتعلقة بالميول الجنسية، وفرصاً أكثر أمامك لتصحيح أية مواقف سلبية.

النشاط: تفهم مجتمع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال – تأليف قصة شبه واقعية

الخطوة الأولى: إعداد القصص (30 دقيقة)

1. اطلب من المشاركين التفكير في رجل على علاقة جنسية برجال آخرين.
2. ارسم صورة للرجل في وسط ورقة كبيرة وامنحه هوية: اسم، وعمر، وميول جنسية، ووضع اجتماعي، وأصدقاء، وأسرة، ونمط عمل، ومستوى ثقافي، وبلد، وديانة، وما إلى ذلك. صف حياته واحتياجاته وشركائه الجنسيين. سجل أية سلوكيات خطيرة قد يمارسها، مثل تعاطي المخدرات أو العمل بالجنس. وناقش أيضاً العلاقات بينه وبين أسرته، وأقرانه وشركائه. وسيتمكن المشاركون الآخرون، من خلال كل هذه المعلومات، من تحديد التحديات التي يواجهها هذا الرجل، والحواجز التي قد يواجهونها في الوصول إليه.

يمكن للمشاركين استخدام مختلف الرموز والألوان للدلالة على نوعية وقوة علاقاته مع كل شخص ومستوى الخطر الذي قد يواجهه من نمط حياته.

الخطوة الثانية: التشارك في قصص الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال (30 دقيقة)

3. اطلب من كل مشارك مشاركته قصته المتخيلة عن الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وشجعه على طرح الأسئلة. وخلال المناقشة، قد يستطيع الميسر تحديد المواقف التمييزية. وإذا لم يقدّم المشاركون الآخرون بمواجهة تلك المواقف خلال المناقشة، فيجب تسجيلها وتناولها لاحقاً خلال التدريب.

الوقت

ساعتان و40 دقيقة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- تحديد خصائص الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وتحديد التحديات التي يواجهونها
- استخدام المصطلحات العلمية المتعلقة بالجنسية المثلية، وتصحيح أية مفاهيم خاطئة
- تحديد خصائص أو صفات الشركاء الجنسيين، والزبائن والأقران

سوف تحتاج إلى

- لوح قلاب وأوراق وأقلام
- مراكز
- قائمة بالخرافات والمفاهيم الخاطئة
- نسخة من مقياس كنزي
- نسخة من شبكة كلاين للميول الجنسية
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من



الملحق 1: فهم الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

الملحق 2: مقياس كنزي

الملحق 3: شبكة كلاين للميول الجنسية

الملحق 4: تصحيح المفاهيم الخاطئة الشائعة

الخطوة الثالثة: شرح المصطلحات ذات العلاقة بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال (30 دقيقة)

4. اشرح على المشاركين سؤالاً يرتبط بالمصطلحات ذات العلاقة بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، مثل:

■ ماذا يعني [المصطلح] بالنسبة إليك؟

5. قم بتأكيد الإجابات الصحيحة، وتصويب المفاهيم الخاطئة من خلال التشارك في الإجابات الصحيحة.

المصطلحات التي تتم مناقشتها يمكن أن تشمل تلك المتعلقة بالهوية البيولوجية، والجنسية المثلية، وتحديد النوع، والميول الجنسية، والأدوار المتعلقة بالنوع، والأدوار الاجتماعية، والمتحولون جنسياً، ومشتهي تغيير الجنس (الملحق 1).

الخطوة الرابعة: مقياس كنزي (20 دقيقة)

6. قم بتقديم مقياس كنزي للمشاركين، وشرح لهم أنه قد تم وضعه للمساعدة في التجارب الإنسانية والسلوكيات الحالية، بدلاً من الفهم المبسط للأمور الجنسية للإنسان، والتي تحدد ما بين علاقة مغايرة للجنس (سوية) أو مثلية. شارك المشاركين تعرفهم على المقياس وشجعهم على مناقشة ردود فعلهم تجاه تدرج القياس (الملحق 2).

الخطوة الخامسة: شبكة كلاين للميول الجنسية (20 دقيقة)

7. تعتبر شبكة كلاين للميول الجنسية أسلوباً آخر يساعد على وصف التجربة الجنسية الإنسانية. استخدم ما تم سرده في الملحق 3 بخصوص هذه الشبكة، وشرح للمجموعة سبب إنشاء هذه الشبكة، مع توزيع نسخ منها عليهم. وإذا توافر الوقت، شجع المشاركين على استيفاء الاستمارة أو اطلب منهم استكمالها فيما بعد.

8. يمكن أن تطلب منهم، القيام، في وقت لاحق، بمشاركة مشاعرهم حول تدرج القياس في الشبكة. ومن الأهمية بمكان أن تشرح لهم حقهم في الاحتفاظ بالمعلومات الشخصية السرية، والتشارك في المعلومات التي لا تسبب لهم أية مشاعر مزعجة.

الخطوة السادسة: المفاهيم الخاطئة (30 دقيقة)

9. ناقش المعتقدات الواردة في الملحق 4. وتحدث مع المشاركين حول كل مفهوم شائع من المفاهيم الخاطئة، واستعرض أفكار المجموعة حوله. وعليك تصويب المفاهيم الخاطئة مستخدماً المعلومات الواردة في الملحق 4.

10. اشرح كيفية تأثير الأقليات الجنسية بهذه المفاهيم الخاطئة.

ومن شأن هذا أن يساعد المشاركين على تحديد الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، دون الخوض في تفاصيل كثيرة، ويمهد الساحة للتمرين التالي.

حسن رجل يمارس الجنس مع الرجال ويبلغ من العمر 22 عاماً

حسن رجل يمارس الجنس مع الرجال. وعندما كان صغيراً كان يحب ارتداء ملابس الفتيات. واعتاد زملائه في المدرسة مداعبته بأنه أجمل من أي امرأة. وقد يأس والديه منه، بعد محاولتهم تغيير سلوكياته، ومن ثم قاموا بطرده من المنزل. وانتقل حسن إلى المدينة حيث تعرف على سائق سيارة أجرة يدعى أنيس وهو بدوره يمارس الجنس مع الرجال، ويبلغ من العمر 28 عاماً. ولقد تحابا ودخلا معاً في علاقة جنسية قوية وانتقلا للعيش معاً.

أيمن، متزوج ويبلغ من العمر 40 عاماً

يتحدث الناس أحياناً عن بعض "الحركات النسائية" التي يقوم بها، غير أن الجميع يرى أنه رجل سعيد في حياته الزوجية. وفي الواقع، فإنه يحب أن يمارس الجنس مع الرجال في سرية تامة، وكثيراً ما يتقابل مع رجال من العاملين في الجنس. وعادة ما يقوم بشراء خدمات أحد العاملين في الجنس ويدعى سليم، والذي بدوره يمارس الجنس مع الرجال فقط مقابل المال. وهو منجذب جنسياً نحو النساء، ويرغب مستقبلاً في الزواج من صديقته.

الملحق 1: فهم الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

والحقيقة أنه رغم اعتراض وإنكار البعض، إلا أن الدلائل التاريخية والمعاصرة كلها تشير إلى أن الجنس بين الرجال كان موجوداً عبر التاريخ وفي جميع الحضارات. وقد تمت الإشارة إليه في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا في القصص، والروايات، والقصائد والأغاني العربية، وهو يمارس بين كافة المجموعات العمرية، والطبقات الاجتماعية، والخلفيات التعليمية، والحالات الاجتماعية، والأجناس، والألوان، والجنسيات، والمجموعات العرقية.

الجنس البيولوجي، وتحديد النوع الاجتماعي، والمويل الجنسية
من المهم تفهم كيفية تفاعل وتأثر النواحي البيولوجية، والنوع الاجتماعي، والهوية، لدى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال حتى تتمكن من زيادة تفهمنا للسلوك الجنسي البشري وعلاقته بخطورة الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري. والتعريفات لا تكون دائماً مباشرة، إلا أن فهمها مهم لتشكيل قاعدة مستنيرة تستهدف تطوير الخدمات للوقاية من فيروس نقص المناعة البشري ورعاية حالاته.

ويشير **الجنس البيولوجي** الخاص بنا إلى الخصائص البيولوجية والفيزيولوجية التي تتحدد عند الولادة من خلال الأعضاء التناسلية. وفي الغالب، يولد الجنس البشري إما أنثى وإما ذكراً، وهناك نسبة ضئيلة (بين 0.1% و 1.6%) ممن يولدون بأعضاء تناسلية غير واضحة أو بالأعضاء التناسلية الأنثوية والذكورية معاً. ويتم وصف مثل هؤلاء الأشخاص عادة «بثنائيي الجنس».

طيف البيولوجية البشرية والتشريح البشري

أنثى | ثنائيي الجنس | ذكر

ثنائيي الجنس

تاريخياً، أُطلق على الشخص ثنائيي الجنس لقب خنثى. وبالنسبة لأغلبية هؤلاء الأشخاص، فإن الطبيب أو الأسرة هم من يقومون باختيار هويتهم الجنسانية (أنثى/ذكر)، وأحياناً يخضع هؤلاء الأشخاص إلى عملية جراحية حتى تتطابق أعضائهم التناسلية مع الهوية الجنسانية المختارة. وقد أظهرت الأدلة التجريبية أن الأطفال المولودين ثنائيي الجنس قد عانوا بشدة جراء اختيار هوية لهم لم تتطابق بالضرورة مع ما يشعرونه داخلياً. وخلال السنوات الأخيرة، قام ثنائيي الجنس بتعريف أنفسهم بالجنس الثالث، وهم لا يرغبون في اختيار هوية أنثوية أو ذكورية لهم. ولا يشعرون بالحاجة إلى إجراء أي تغيير لما كانوا عليه يوم ولادتهم.

لماذا استخدام مصطلح "الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال"؟

مصطلح الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال يعبر عن مفهوم تم وضعه في مجال الصحة العامة لوصف السلوك الجنسي بين الرجال. وهو تعبير يُستخدم لوصف السلوكيات وليس الهوية. وفي حين نجد أن بعض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال ينظرون إلى أنفسهم باعتبارهم مثليين أو ثنائيي الجنس، نجد أن كثيرين لا يفعلون ذلك لأن هذا المصطلح لا يعبر عن نظرهم الفعلية إلى هويتهم. وعلى سبيل المثال فإن الجنس بين الرجال يمكن أن يحدث في البيئات أحادية الجنس مثل السجون والجيوش، وفي هذا السياق، يمارس هؤلاء الرجال الجنس بهذه الطريقة لافتقارهم وجود المرأة، أي الشريك الجنسي المفضل لديهم. وبالمثل، قد يمارس بعض الرجال المتزوجون الجنس مع رجال آخرين، في الوقت الذي يستمتعون فيه بعلاقات جنسية نشطة ومرضية مع زوجاتهم. وقد يفضل آخرون من المتزوجين ممارسة الجنس مع الرجال، ولكن لأسباب عائلية ومجتمعية يكتفون بالزواج التقليدي.

ما هو الجنس؟

من المهم أيضاً أن نفهم ما هو نمط السلوك الجنسي الذي يغطيه مصطلح «الجنس». فالبعض يعتقد أن الإيلاج (الشرجي أو المهبلي) هو «الجنس»، بينما آخرون يحددون الجنس باعتباره مصطلح عام لأي نشاط يؤدي إلى المتعة الجنسية وبلوغ النشوة؛ على سبيل المثال: الاستمناء المتبادل، والجنس عن طريق الفم، والتدليك الحسي. وهناك من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال من لا يمارس أو لا يتمتع بالجنس المبني على الإيلاج. وهؤلاء الذين يمارسون الجنس الشرجي، يقوم بعضهم بالدور الإيجابي (الشخص الذي يقوم بالإيلاج)، بينما يقوم البعض الآخر بالدور السلبي (الشخص الذي يتلقى الإيلاج) وهناك من يقوم بالدورين معاً (أحياناً الدور السلبي وأحياناً الدور الإيجابي).

وعند وضع التوجيه والدعم الخاص بالوقاية من فيروس نقص المناعة البشري، يصبح من المهم للمبرمجين معرفة ما هو تعريف الجنس بالنسبة للرجال المحليين الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وما هي الممارسات الجنسية الشائعة.

إن التمييز بين السلوك والهوية له أهمية خاصة في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، حيث يختلف فهم الهوية الجنسية عن الكثير من البلدان الأوروبية وعن البلدان التي تقع في الغرب. فعلى سبيل المثال، يرى بعض العلماء أنه لا يوجد أي مفهوم تاريخي للجنس المثلي في التاريخ العربي، على الرغم من الوصف العديد، في الشعر والأدب، للتعبيرات الجنسية بين الرجال، وبين الرجال الأكبر عمراً والأصغر رجال/صبوية. وهناك عدد من البلدان في المنطقة لديها مجتمع مثلي معترف به، إلا أن السلوك الجنسي بين الرجال يكون أكثر سرية في بلدان أخرى.

الملحق 1: فهم الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

وهذا ما يعرف بإعادة تعيين الجنس. وفور إجراء عملية إعادة تعيين الجنس، يقوم الشخص بتعريف نفسه بالنوع الاجتماعي المغاير لما ولد عليه. ولكن، تغيير الجسد لا يعني بالضرورة تغيير الميول الجنسية. فالشخص الذي كان رجلاً، من الناحية البيولوجية، وكان يحب النساء قبل إجراء العملية، سوف يستمر في حب النساء بعد عملية إعادة التعيين، والعكس صحيح.

أما **المتشبه بالجنس الآخر** فهو الشخص الذي يرتدي ملابس تجعل شكله، ظاهرياً، شبيهاً بالنوع الاجتماعي الآخر. وهذا لا يعني أن الرجل الذي يرتدي ملابس النساء ويتشبه بهن، يريد ممارسة الجنس مع الرجال، أو العكس، حيث أن هناك أسباب عديدة تدفع أي رجل لارتداء ملابس النوع الاجتماعي المغاير له، ومنها الاستمتاع، أو الاسترخاء، أو المتعة الجنسية، أو العمل بالجنس، أو العمل الترفيهي (الرقص، الغناء)، أو أحياناً لأداء الطقوس.

الميول الجنسية

يشير مصطلح الميول الجنسية إلى الانجذاب الجنسي؛ أي من يثير مشاعرنا الجنسية ومن نريد أن نعبر معه عن مشاعرنا الجنسية من خلال ممارسة الجنس وغيره من أنواع الحميمية.

طيف الميول الجنسية

مغاير الجنس	ثنائي الجنس	مثلي
-------------	-------------	------

- الشخص **المغاير الجنس** هو من يرغب في الحميمية الجنسية مع شخص من الجنس الآخر.
- أما الشخص **المثلي** فيرغب في الحميمية الجنسية مع شخص من نفس الجنس.
- ويرغب **ثنائي الجنسية** في الحميمية الجنسية مع الرجل أو المرأة.

وعلى مدى العمر، قد لا يشعر هؤلاء الأشخاص بأن هذه التعريفات تعبر بوضوح عنهم، حيث قد يختلف من يمارسون معه الجنس وهم صغار عن من يمارسون معه الجنس عند تقدمهم في العمر.

وهناك أيضاً من يشعر منذ نعومة أظفاره بأن أعضائه التناسلية لا تعبر عما يشعر، أي قد يشعر شخص مولود بأعضاء تناسلية أنثوية بأنه رجل والعكس صحيح. ويعرف مثل هؤلاء الأشخاص بمشتهي تغيير الجنس.

وتشير **الهوية الجنسية** إلى الطريقة التي نعبر بها عن أنفسنا ظاهرياً في طريقة اللبس، والسلوك والشخصية. وعادة ما يكون هذا مبنياً على المعايير الثقافية والاجتماعية ومحدداً بها. وترتبط الهوية الأنثوية بكون الشخص امرأة، والهوية الذكورية بكونه ذكراً. وفي واقع الأمر، لا يتحدد الأمر بهذا الشكل، حيث أن هناك من النساء من تتحلى بصفات توصف بصورة عامة على أنها صفات ذكورية، والعكس صحيح.

طيف الهوية الجنسية

مؤنث	ثنائي الجنس	مذكر
------	-------------	------

إذا تحلى أحد الرجال بصفات توصف على أنها، من الناحية التقليدية، أنثوية، فلا يعني هذا بالضرورة أنه مثلي، كما أن المرأة التي تتحلى بصفات، من الناحية التقليدية، ذكورية لا تكون بالضرورة مثلية. وفي الواقع، فإن العادات المرتبطة بالنوع الاجتماعي تتغير وتتطور، وما هو مقبول الآن بالنسبة للرجال والنساء من حيث اللبس، وطريقة تصفيف الشعر، والممارسات المهنية وما إلى ذلك، مقارنة بما كان مقبولاً في الماضي إنما هو خير دليل على هذا التغيير.

ويعبر مصطلح **مغاير النوع الاجتماعي** عن شخص يلبس، ويتصرف، ويرغب أن يكون معترفاً به بوصفه من النوع الاجتماعي المغاير للنوع الذي ولد عليه. ويدخل ضمن هؤلاء من يعرفون بمغايري النوع الاجتماعي والمتشبهين بالجنس الآخر.

ومغاير النوع الاجتماعي هو شخص يشعر بأنه يعيش في الجسد البيولوجي الخاطئ ويريد أن يغيره -أو قام بتغييره من خلال المعالجة بالهرمونات، وفي بعض الأحيان بالخضوع إلى عملية جراحية.

طيف الهوية الجنسانية

مؤنث/أنثى	أنثى مغايرة	عديم الهوية الجنسية	ذكر مغاير	ذكر
-----------	-------------	---------------------	-----------	-----

الملحق 2: مقياس كنزي

في عام 1948، قام العالم الأمريكي ألفريد كنزي بوضع نظام قياسي للمساعدة على تصنيف طيف الميول الجنسية البشرية. وكان السبب وراء ذلك هو أن ما قام به من أبحاث أشار إلى أن الميول الجنسية أكثر دقة وتنوعاً مما أشار إليه تسلسل الميول الجنسية من مغاير-ثنائي - مثلي. وعلى سبيل المثال، قد تكون غالبية الميول الجنسية لبعض الرجال في الغالب مغايرة، إلا أنهم أحياناً يتصلون جنسياً بالرجال، ولا يحددون أنفسهم كثنائي الميول الجنسية. وقد قام هذا العالم بوضع مقياس له ست درجات يمكن للشخص من خلالها تحديد مكانه في طيف الميول الجنسية من مغاير إلى مثلي. والتدرج الرقمي هو الدرجة التي يعتقد الشخص أنها أفضل ما تعبر عن تجربته.

مقياس كنزي	
التدرج الرقمي	الوصف
0	مغاير في المطلق
1	مغاير في الغالب، ومثلي أحياناً
2	مغاير في الغالب، ولكن مثلي في أوقات كثيرة
3	مغاير ومثلي بالتساوي
4	مثلي في الغالب، ولكن مغاير في أوقات كثيرة
5	مثلي في الغالب، ومغاير أحياناً
6	مثلي في المطلق
X	لا علاقات جنسية واجتماعية أو لا أية ردود فعلية

الملحق 3: شبكة كلاين للميول الجنسية

لاحظ الباحثون، مع الاعتراف الكامل بأبحاث كنزي الرائدة، أن مقياسه لا يأخذ في الحسبان مسائل مثل تغير الميول الجنسية على مدى حياة شخص ما، وكيفية تعبير أي شخص عن ميوله الجنسية عاطفياً واجتماعياً وليس فقط جنسياً. وفي 1978، قام فريتس كلاين بوضع أداة أكثر دقة أطلق عليها شبكة كلاين للميول الجنسية (شبكة كلاين)، والتي تأخذ في الاعتبار عوامل أخرى قد تتعلق بالميول الجنسية، مثل حياة الشخص الخيالية، والانجذاب العاطفي والتعريف الذاتي للشخص نفسه.

وتستخدم شبكة كلاين مقياساً مكوناً من سبع نقاط لتقييم سبعة أبعاد مختلفة للجنس في ثلاثة أوقات زمنية مختلفة من حياة الفرد: الماضي (من بداية المراهقة وحتى عام واحد مضى)، والحاضر (خلال الأشهر الـ 12 الأخيرة)، والوضع المثالي (ماذا تختار لو كان لك حرية الاختيار). ولاستكمال الشبكة، يستخدم الشخص توجيهات التدرج القياسي التالية لها.

شبكة كلاين للميول الجنسية			
درجة التغير	الماضي (حتى السنة الماضية)	الحاضر (آخر ١٢ شهر)	الوضع المثالي (لو كان لك حرية الاختيار)
أ.			الانجذاب الجنسي. لمن تتجذب جنسياً؟
ب.			السلوك الجنسي. مع من تمارس الجنس؟
ج.			الخيالات الجنسية. مع من تتخيل أنك تمارس الجنس؟
د.			التفضيل العاطفي. من هو أكثر من تشعر تجاهه بالانجذاب أو القرب العاطفي؟
هـ.			التفضيل الاجتماعي. ما هو النوع الاجتماعي (ذكور/ إناث) الذي تختلط معه اجتماعياً؟
و.			تفضيل نمط الحياة. ما هو المجتمع الذي تفضل قضاء الوقت معه؟ وما هو أكثر مجتمع تشعر معه بالراحة؟
ز.			التعريف الذاتي. كيف تحدد أو تعرف نفسك؟

تدرج لقياس المتغيرات. بدءاً من "الماضي"، يختار الشخص الرقم الأكثر تطابقاً مع وضعه، وذلك وفقاً للمقياس التوجيهي الموجود أدناه. ويتم تكرار نفس العملية لمربعي "الحاضر" و"الوضع المثالي"، مع الأخذ في الاعتبار أنه لا يوجد رقم صحيح أو خاطئ.

التدرج الخاص بقياس المتغيرات "أ"، "ب"، "ج"، "د"، و"هـ" لشبكة كلاين:

7	6	5	4	3	2	1
نفس الجنس فقط	نفس الجنس في الغالب	نفس الجنس أكثر إلى حد ما	كلا الجنسين بالتساوي	الجنس الآخر أكثر إلى حد ما	الجنس الآخر في الغالب	الجنس الآخر فقط

التدرج الخاص بقياس المتغيرات "و"، و"ز" لشبكة كلاين:

7	6	5	4	3	2	1
مثلي فقط	مثلي في الغالب	مثلي أكثر إلى حد ما	مغاير/ مثلي بالتساوي	مغاير أكثر إلى حد ما	مغاير في الغالب	مغاير فقط

الملحق 4: تصحيح المفاهيم الخاطئة الشائعة

استخدم الملحق 3 لجمع تفسيرات لهذا القسم. وقد يساعد الميسر أيضاً أن يكون على دراية تامة بمحتوى مشروع دليل المنظمات غير الحكومية المتعلق بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

المفاهيم الخاطئة	التوضيح
هل المثلية مرض أم سلوك منحرف؟	المثلية ببساطة هي أحد الميول الجنسية؛ مثلها مثل الغيرية (الرجال والنساء) وهي أيضاً واحدة من الميول الجنسية. فالمثلية ليست مرضاً، ولا سلوكاً شاذاً أو منحرفاً. وهي موجودة في كل المجتمعات.
سلوكيات الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال ضد عاداتنا، وتقاليدنا، وثقافتنا المحلية. فكيف يمكن تقبلهم؟	صحيح أن الأنشطة الجنسية بين الأشخاص من نفس الجنس تُعتبر انحرافاً في بعض المجتمعات، ويواجه العديد من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال التحرش والتمييز في المجتمعات التي تعتقد أن تلك الممارسات ضد العادات والتقاليد المحلية، إلا أنه مع كل جديد، يطرأ على العادات والتقاليد طرق للتعلم والمعرفة. ومع تقبل الناس لكون المثلية ليست مرضاً أو اختياراً، سوف تتغير مواقفهم ببطء. وبالمثل، فإن القوانين الوطنية والدولية في مختلف أنحاء العالم تحمي حقوق الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال وتعتبر التمييز ضدهم جريمة. وهذا أمر لا يطبق في جميع البلدان، ولكن هناك تحولاً في جميع أنحاء العالم يسعى إلى التوصل إلى إجماع دولي متزايد بشأن قبول الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.
ما هي الأسباب التي تجعل شخصاً ما ينخرط في علاقة جنسية مع شخص آخر من نفس الجنس؟	لا توجد أسباب – تماماً كما لا توجد أسباب لشخص ما يريد تكوين علاقة جنسية مع شخص من الجنس الآخر أو لديه تفضيلات جنسية مختلفة. يرجى الاطلاع على الجزء المعنون ما الذي يؤثر أو يساعد على تفسير الميول الجنسية، في الفصل الثاني من مشروع دليل المنظمات غير الحكومية المتعلق بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.
هل المثلية هي مجرد مرحلة يمكن أن تنتهي؟	بالنسبة للغالبية العظمى، فإن الميول الجنسية لا تتغير، حتى ولو تغيرت طرق تعبيرهم عنها على مدى العمر. على سبيل المثال، قد يكون الشخص ثنائيي الميول الجنسية، ولكنه لا يمارس الجنس إلا مع شخص من الجنس الآخر، وقد يعيش شخص مثلي في إطار زواج غيري بسبب العادات المحلية. وبالنسبة لبعض الأشخاص، قد يكون من الصعب عليهم تقبل ميولهم الجنسية إلى حد قمعها حتى يأتي وقت يكونوا مستعدين فيه للتعبير عن ذلك، وهذا، في بعض الأحيان، قد يأتي في وقت لاحق من حياتهم.
هل هناك علاج للمثلية؟	المثلية ليست مرضاً، وبالتالي لا يوجد لها "علاج".
هل من الخطأ أن يكون الشخص مثلياً أو ثنائي الميول الجنسية؟	لا يمكننا تصنيف شخص ما بأنه "خطأ" و"صواب" تماماً كما أنه لا يمكننا القول أنه من الخطأ أن يكون شخص ما مغاير الجنس.

الجلسة 2

السياقات الاجتماعية، والصحية، والثقافية، والدينية، والقانونية، للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

لمحة عامة

تستكشف هذه الجلسة واقع حياة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

ينبغي تشجيع الجميع على المشاركة وتبادل الخبرات الواقعية الحقيقية. ويجب أن تضع في اعتبارك أن هذا قد يشمل مواقف سلبية مرت بالمشاركين سواء من الأسرة والأصدقاء المقربين، أو التعرض للتهديدات، والإقصاء، والاعتداءات، والملاحقات، وحتى السجن.

وكل خطوة من خطوات هذه الجلسة الأربع، تعالج موضوعاً مختلفاً. وقد يكون من المفيد تكرار بعض التحديات التي ظهرت خلال الجلسة الأولى.

النشاط: تصحيح المفاهيم الخاطئة حول بيئات الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

الخطوة الأولى: تصميم أسلوب شامل متعدد القطاعات (15 دقيقة)

1. استخدم الملحق 5 لشرح الصلة بين الأفراد والبيئة المحيطة بهم. واطلب من مجموعتك اعطاء أمثلة حول العلاقة بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وبيئتهم المباشرة (مثل: العائلة والمجتمع)، إضافة إلى أمثلة حول سياق أوسع (مثل: وسائل الإعلام، والقانون، والقيم الدينية، والقيادة).

الخطوة الثانية: العمل في مجموعات (25 دقيقة)

2. قم باستنارة الأفكار ومنها فكرة أن أي تدخل مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال يجب أن يبدأ من خلال فهم أفضل للبيئة الأكثر تأثيراً على حياتهم، وكيف يرتبط هذا بالوقاية من فيروس نقص المناعة البشري.
3. اطلب من المشاركين تشكيل مجموعات عمل وتحديد التحديات التي تؤثر على هذه الجماعة المستهدفة. ثم اطلب من كل مجموعة مناقشة عدد من مواقف مجموعة معينة من الناس أو المؤسسات تجاه الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال:
 - مجموعة 1: الوالدين (تجاه ابن لديه علاقات جنسية مع الرجال)
 - مجموعة 2: المجتمع بصفة عامة (العمل، والمؤسسات التعليمية، والخدمات الصحية والاجتماعية)
 - مجموعة 3: القادة الدينيون
 - مجموعة 4: وسائل الإعلام
 - مجموعة 5: النظام القضائي والحكومة
4. اطلب من كل مجموعة عرض عملها على المجموعة الرئيسية للمناقشة، وطرح أسئلة مثل:
 - ما هي المفاهيم الخاطئة التي تمارسها المجموعة أو المؤسسة التي تمثلها، حول هذه الفئة السكانية؟
 - ما هي المواقف التي ينتهجها تجاه تلك الفئة؟
 - اضرب أمثلة حول المواقف والأحكام المسبقة الشائعة تجاه هذه الفئة السكانية، وما الأسباب الكامنة وراء هذه المعتقدات والمواقف؟

الوقت

ساعة و40 دقيقة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- وصف السياقات الاجتماعية، والصحية، والثقافية، والدينية، والقانونية (العائلة، والمجتمع، والأقران) للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
- مناقشة الخرافات الشائعة، والمفاهيم الخاطئة، والأحكام المسبقة، والمواقف السلبية التي تدور حول الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
- مناقشة تأثير ذلك على الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وعلى عائلاتهم
- تحديد القوانين والسياسات القائمة حول الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال ومناقشة ما يتم تطبيقه في الحياة اليومية

سوف تحتاج إلى



- لوح قلاب وأوراق عريضة، وأوراق لاصقة للملاحظات، وشريط لاصق
- قائمة بالأسئلة والمواقف المتعلقة بخطوات التمرين
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من الملحق 5: اتباع أسلوب شامل متعدد القطاعات للعمل مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
- الملحق 6: مفاهيم حول الجنسية المثلية

5. قم بمناقشة الفرق بين السياسات الحالية (إن وُجدت) والممارسات الاجتماعية الظالمة والجائرة التي لا تستند إلى القوانين. اطلب أمثلة من واقع الحياة.
6. لخص ما سبق بتكرار كيف أن الخرافات، والمفاهيم الخاطئة، والأحكام المسبقة تعزز المواقف السلبية نحو الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

الخطوة الثالثة: أفكار على الأوراق اللاصقة للملاحظات (30 دقيقة)

7. اطلب من المجموعة استخدام الأوراق اللاصقة لكتابة الملاحظات، وتسجيل المواقف السلبية الشائعة لمختلف شرائح المجتمع، والتي سيتوجب على العاملين بالتوعية التصدي لها أثناء أداء مهمتهم، وقم بلصق تلك الملاحظات على الصفحات التالية:
- **الصحيفة 1:** من الوالدين
 - **الصحيفة 2:** من البيئة المحلية (القوانين، وسائل الإعلام، القادة الدينيين، المجتمع)
 - **الصحيفة 3:** من شريك جنسي لرجل يمارس الجنس مع الرجال
 - **الصحيفة 4:** موجهة إلى آباء مجموعة من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
 - **الصحيفة 5:** من النظام القضائي أو نتيجة لسوء تفسير السياسات
8. وفي النهاية، قم بلصق الصفحات على مساند ورق الحائط.
9. اطلب من المشاركين التجول في أنحاء الغرفة لقراءة جميع التعليقات المسجلة على مختلف الأوراق، أو اطلب من كل مشارك قراءة ما كتب من تعليق عند قيامه بلصق ملاحظته على الصحيفة.

الخطوة الرابعة: المناقشة والتعليق (30 دقيقة)

10. اختتم الجلسة بتعزيز ما تعلمه المشاركون حول التأثير السلبي للسياسات التي تقوم على الخرافات والمفاهيم الخاطئة. وشرح أهمية فهم متقفي الأقران ومخططي البرامج للعوامل السياقية التي تؤثر على الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، والتصدي لتأثيرها في إطار برامج التوعية.
- ومن المفيد أيضاً للمشاركين معرفة الاختلافات بين السياسات والقوانين والمذاهب الموضوعة فعلياً، وبين التنفيذ الواقعي اليومي لهذه السياسات والقوانين والمذاهب أو ملاحظتها.

بلال محجوبي، الاتحاد التونسي لمكافحة العداوى المنقولة جنسياً والسيدا

"بالنسبة لي، فإن أعظم نجاح لهذا البرنامج يكمن في تحول الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، الذين تم استنهاضهم، إلى مثقفي أقران، ومدربين، ونشطاء، وقاموا بإنشاء منظمات غير حكومية تعمل من أجل حقوق الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وفوق كل هذا أصبحوا مديري برامج مهرة".

باسم طالب يبلغ من العمر 32 عاماً ويعمل كمثقف مع الاتحاد التونسي لمكافحة العداوى المنقولة جنسياً والسيدا، في تونس

"أشعر الآن وأنا بين المجموعة التي انضمت إليها، بأننا أقوى. وقد نما لدي شعور بالانتماء وهو أمر في غاية الأهمية. واليوم، نحن مجموعة قوية وصلبة بوسعنا الدفاع عن حقوقنا".

جميل يعمل كمثقف أقران مع جمعية الرعاية التمريضية والتنمية الصحية في لبنان

"لقد أدى هذا العمل في مجال الوقاية والتعبئة مع كل من المجتمع والفاعلين الرئيسيين، في إطار الاستجابة للجهود المبذولة لفيروس نقص المناعة البشري، إلى تغييرات عميقة. فعلى سبيل المثال، إذا ما قام، اليوم، رجل من المثليين ذو إيماءات نسائية بالتقديم لعمل ما، فلن يتم رفضه. ولكن لا يزال هناك الكثير ينبغي القيام به. ومع ذلك، أعتقد أننا قد أنجزنا خطوات كبيرة".

إن هذا العمل يعزز من ثقتي في نفسي؛ إذ أصبحت أكثر ثقة عند التعامل مع الموضوعات الحساسة. ولقد تعلمت من هذه التجربة كيفية التعامل مع المعلومات المتعلقة بفيروس نقص المناعة البشري، وتوصيلها للآخرين. وكنت أخشى أن يكتشف الناس حالتي الإيجابية للفيروس، وكنت متردداً في المشاركة في أعمال التوعية، ولكن هذا العمل حولني بشكل إيجابي".

الملحق 5: اتخاذ أسلوب شامل متعدد القطاعات للعمل مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

- تعزيز وتنويع الخدمات والإجراءات الوقائية وتيسير الوصول إليها
 - ينبغي أن تهدف التدخلات أيضاً إلى التأثير على كل من السياق المباشر والسياق الأوسع للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. وعلى سبيل المثال:
 - قد تواجه الأسر صعوبات في قبول واقع أن ابنهم "مختلف" (وقد يدفع هذا أبنائهم إلى تغيير ميولهم أو سلوكياتهم الجنسية مع درجات متفاوتة من الإكراه). وقد يعرقل هذا عمل التدخلات ما لم تشمل في نطاقها الأسرة والأشخاص المعنيين.
 - العادات والتقاليد والثقافات القائمة قد تمنع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال من الوصول إلى الخدمات، وتعزز من مواقفهم السلبية تجاه أنفسهم.
 - الفقر، والحرب، والصراعات، والعنف، والهجرة تؤدي كلها إلى زيادة تعرض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال للخطر، وللصدمات، مما يجد من وصولهم إلى التعليم، والعمل، والخدمات المعنية بالصحة الجنسية والإنجابية.
 - تعبر وسائل الإعلام عن البيئة المحلية، وقد تنشر مفاهيم خاطئة أو تساعد على تشويهها. ولذا من المهم إشراك وسائل الإعلام في هذه البرامج حتى يمكن لها التأثير على التصور العام لمجموعة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال والمخاطر التي يواجهونها.
- ويأخذ الأسلوب الشامل المتعدد القطاعات في اعتباره كل العوامل التي تؤثر على الشخص، مثل الوالدين، والأقران، والمجتمع بصفة عامة. ومن خلال استخدام وسائل مثل الدعوة، والتمكين، والشراكات، والسياسات الداعمة، واللوائح، يمكن استهداف الوزارات، والقادة الدينيين، والسلطات القضائية، ووسائل الإعلام، وجميع الأطراف المعنية لإيجاد بيئة أكثر انفتاحاً وتقبلاً للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

يعيش الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، مثلهم مثل سائر البشر، في سياق المرحلة التي يمرون بها من حياتهم، ولهم معتقداتهم الخاصة، ولهم عائلات، وأفراد يحبونهم، علاوة على المعتقدات الدينية والاجتماعية، والمعايير الثقافية، والقوانين الوطنية، والمواقف العامة، ووسائل الإعلام. وفي بعض الأحيان، يقتصر تركيز برامج الوقاية من فيروس نقص المناعة البشري، على المخاطر المرتبطة بالسلوك الجنسي، دون الأخذ في الحسبان سياق حياة الشخص بكاملها الذي يساعد على تفهم جميع العوامل المؤثرة فيه. وعلى المستوى الفردي، من المهم أن ينظر القائمون على برامج التوعية بشكل شامل إلى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على أنهم أولاً وقبل كل شيء، من البشر، وليسوا مجرد مجموعة من الناس المحتمل تعرضهم لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري.

وبالمثل، فإن تلبية الاحتياجات المعقدة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال تتطلب استجابة متعددة القطاعات، حيث أن صحتهم ورفاهيتهم تعتمد على العديد من العوامل المختلفة التي لا تقتصر فقط على الصحة. ويدخل ضمن هذه العوامل قضايا ترتبط بالتعليم؛ والمعايير الاجتماعية؛ والقيم الدينية؛ والعادات والمواقف العامة للقادة الدينيين؛ وسلوكيات الشرطة، ووضع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في النظام القضائي العام؛ فضلاً عن الصورة الموضوعية لهم في وسائل الإعلام.

من هنا يجب على مخططي البرامج وراسمي السياسات المشاركين في برامج التدخلات الخاصة بفئة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال الأخذ في الاعتبار جميع احتياجات هذه الفئة المستهدفة. إذ لا يمكننا التوقع من شخص ما أن يرعى صحته، وأن يحمي نفسه، وأن ينتهج سلوكيات حياتية بعيدة عن المخاطر إلا إذا كانت جميع متطلباته ملبأة: من مأكلاً، ومأوى، وملبس، إلى شعوره بالأمان، والحب، والانتماء.

وقد تتعرض هذه الاحتياجات الأساسية إلى الخطر عندما يتعرض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال إلى التهديد بالطرد من منازلهم بسبب سلوكياتهم، أو تعرضهم للتمييز لميولهم الجنسية وهوياتهم الجنسية.

ولذلك فيجب أن تعمل التدخلات على ما يلي:

- الأخذ في الاعتبار أسلوب حياة هذه الفئة والقضايا المتعلقة بالنوع الاجتماعي
- تفهم التأثيرات التي تتعرض لها حياة هذه الفئة المستهدفة
- الانتماء بالفعالية واستخدام أسلوب شامل متعدد القطاعات للوقاية والرعاية والعلاج
- التركيز على السياق وإبراز السلوكيات الخطرة المؤثرة، من أجل تعزيز التغيير السلوكي والحد من الأضرار المحتملة

الملحق 6: مفاهيم حول الجنسية المثلية

المتعلقة بالجنس – لا يزال غير مقبولاً وصادماً لكثير من الناس في مجتمعات الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. وتنعزز هذه المواقف بالمزيد من المعتقدات الخاطئة حول السلوك الجنسي «غير المقبول» والأحكام المسبقة عن الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال: فمثلاً يعتقد أن جميع المثليين هم أيضاً من مشتهي الأطفال، أو أنهم ينشرون الأمراض. وعلى الرغم من وجود أدلة دامغة على أن هذا ليس صحيحاً، فإن هذا النوع من الأحكام المسبقة قد يمنع الأفراد من مناقشة أوضاعهم علناً، إلا في الأماكن التي يشعرون فيها بالراحة والأمان. كما أنه يسهم في تكوين مشاعر قوية بالذنب والعار لدى بعض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، مما يؤثر على صحتهم النفسية ورفاههم.

أي ثقافة ما هي إلا عبارة عن مجموعة من العادات، والتقاليد، والقيم، والمعتقدات والطقوس التي تعتمدها مجموعة من البشر خلال فترة زمنية. والأشخاص المشتركون في نفس الثقافة ينظرون نفس النظرة إلى الأشياء والتصرفات. وبصفة عامة، فإن من يتماشى مع القيم الثقافية للمجتمع يحصل على صفة الإيجابية، بينما يحكم بالسلبية على كل من يبتعد عن هذه القيم، حيث أننا نميل إلى تهميش من «لا يتوافق» مع ثقافة المجتمع.

ولما كانت الثقافات في جميع أنحاء العالم شديدة الاختلاف، وجميعها يخضع، مع مرور الزمن، للتطور، فكيف يعقل أن ننظر إلى ثقافة واحدة باعتبارها أفضل من الأخرى؟ فالحديث عن الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال - سواء عن الجنسية المثلية أو القضايا

المعتقدات والأفكار الخاطئة حول المثليين والمثليات

لا يوجد مثليين أو مثليات في العالم العربي وفي منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا

الجنسية المثلية هي عبارة عن سلوك جنسي فقط

الميل الجنسي اختياري

ممارسة الجنس بين الرجال هي إنحراف جنسي

ممارسة الجنس بين الرجال عدوى يمكن القضاء عليها

يتصرف المثليون هذه التصرفات لأنهم بلا أخلاق

الميل الجنسي يمكن تغييرها وبالتالي يمكن تغيير المثليين أيضاً

المثليون مخنثون والمثليات لديهم صفات ذكورية

المثليون مشتهو أطفال حيث يقومون بغواية الأطفال

الجنسية المثلية مرض نفسي يسببه اضطراب عقلي

يقوم المثليون باغتصاب الأطفال

يصبح الرجل مثلياً عندما يبدأ في كراهية النساء

تصبح الفتاة مثلية عندما تبدأ في كراهية الرجال

الجنسية المثلية ملعونة من الله ولذلك أصابهم الله بفيروس نقص المناعة البشري/الإيدز

المثليون لديهم رغبة قوية للممارسة الجنسية

المثليون لا يمكنهم الالتزام بعلاقات جنسية وعاطفية على المدى البعيد

المثليون ليس لديهم قيم وأخلاقيات

المثليون كفار لا دين لهم

الجنسية المثلية هي السبب وراء انتشار فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز

المثليون متشابهون جميعاً، ولديهم نفس المواهب والاهتمامات

الجلسة 3

التحديات التي تواجه فئة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

لمحة عامة

يعد هذا التمرين من التمرينات المحورية في هذه الورشة التدريبية، ويمكن استخدامه لوضع أنشطة أخرى ذات صلة. وقد يستغرق التمرين وقتاً أكبر مما هو مخطط له: استعن بتقديرك للوقت بحسب استفاضة المناقشات ونوعيتها. تأكد من موضوعية المناقشات وعدم خروجها عن المسار الصحيح.

احتفظ برسم شجرة المشاكل معلقاً على الحائط طوال أيام الورشة. وفي حال عقد هذه الجلسة بمشاركة مخططي البرامج، فلا بد من بناء استراتيجيات البرنامج وفقاً لهذا التمرين.

النشاط: المشاكل المختلفة وتأثيرها على الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

الخطوة الأولى: إعداد شجرة المشاكل (30 دقيقة)

1. ارسم شجرة (الملحق 7) واطلب من المشاركين كتابة، على الجذع، أنماط المشاكل التي يواجهها الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.
2. اطلب من المشاركين، استناداً إلى تمرينات سابقة، التفكير في الأسباب التي تكمن وراء هذه المشاكل (مثلاً: أسباب قانونية، ودينية، اجتماعية، وإعلامية). ضع هذه الأسباب على مستوى الجذر. وعلى الفروع، ينبغي أن يضعوا عواقب هذه التحديات، بناء على المناقشات السابقة حول البيئة، والقانون، والمجتمع، ووسائل الإعلام، والقادة الدينيين. وفي نهاية التدريب، اعرض الرسم مع نتيجة تحليلهم.

الخطوة الثانية: تحديد المشاكل (30 دقيقة)

3. قم بتقسيم المشاركين إلى ثلاث مجموعات واطلب منهم كتابة قائمة تحتوي على عشر مشاكل يواجهها الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. اطلب من المجموعة الأولى ترتيب المشاكل بحسب درجة الجدية، ومن المجموعة الثانية بحسب تواترها، ومن المجموعة الثالثة بحسب الجدية والتواتر. واضرب لهم أمثلة لبدء التمرين معهم.

الخطوة الثالثة: العرض والمناقشة (30 دقيقة)

4. اطلب من المشاركين التشارك في النتائج ومناقشة ما يلي:
 - ما هي أنواع المشاكل التي قاموا بتدوينها؟
 - ما هي المشاكل الصحية الجنسية التي يقتصر ظهورها بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؟ وسبب ذلك؟
 - ما هي الأسباب التي تزيد من ضرر بعض المشاكل الصحية الجنسية عند الرجال الذين يمارسون الجنس، وليس مع غيرهم من الرجال؟
 - هل هي نفس المشاكل التي يعاني منها جميع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؟ هل هناك أية اختلافات في المشاكل، ولماذا؟
 - هل شدة هذه المشاكل عند الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال هي نفسها؟ هل توجد أية اختلافات ولماذا؟
 - هل ينبغي أن نتعرف هذه الفئة على هذه المشاكل الصحية الجنسية التي قد تؤثر عليهم؟ ولماذا؟

الوقت

ساعة و30 دقيقة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- تحديد أثر السلوكيات السلبية، والمشاكل التي تنجم عنها في حياة المتأثرين بها وشركائهم وأسرتهم
- تصنيف التحديات التي تواجه هذه الفئة السكانية بحسب جدتها، وتواترها وطرق التعامل معها

سوف تحتاج إلى

- أوراق كبيرة، وأقلام مراكز ملونة، وبطاقات ملونة، وشريط لاصق
- رسم شجرة للمشاكل
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من الملحق 7: شجرة المشاكل



الملحق 7: شجرة المشاكل



شجرة المشاكل: أمثلة على أشكال، وأسباب، وتأثيرات الوصمة خلال الورشة التدريبية عن الوصمة في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا

الأسباب: الأحكام؛ واللوم؛ ونقص الثقة في الجسسانية، والمعتقدات الدينية المحافظة؛ والخوف من العدوى؛ والجهل؛ والفقر؛ والإيمان بالأساطير والخرافات؛ والأحكام الأخلاقية

الأشكال: الطرد من المنزل؛ وعدم الترحيب في العيادات؛ والإقصاء من قبل الأسرة؛ وتوجيه أصابع الاتهام؛ والسب والشتم؛ والاعتداءات؛ والعنف؛ وفقدان العمل؛ وسوء المعاملة من قبل الشرطة؛ والابتزاز؛ والحرمان من الميراث؛ والتقليل من القيمة.

التأثير: العزلة؛ وفقدان الكرامة؛ والنظر باعتباره جماداً وليس إنساناً؛ والانتحار؛ والاكئاب؛ والوحدة؛ والاختباء؛ وزيادة الإصابات بفيروس نقص المناعة البشري؛ وزيادة التعرض للمخاطر؛ وانهيار العلاقات العائلية؛ وقلة تقدير الذات؛ وفقدان شرف العائلة.

حول قابلية التعرض للخطر والاحتياجات: موجز لنتائج ورشة عمل حول تقييم المشاركة المجتمعية – الرباط

المشاكل الصحية الجنسية للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في الرباط	زيادة معدلات العدوى المنقولة جنسياً وفيروس نقص المناعة البشري بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في الرباط
أسباب مباشرة	عدم استخدام الواقي الذكري والمزلاقات بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
عوامل فردية	نقص المعلومات حول العدوى المنقولة جنسياً نقص المعلومات حول فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز الاعتقاد بإمكانية الشفاء من الإيدز الاعتصاف الجهل عدم استخدام الواقي الذكري مع الشريك الحميم محدودية المستوى التعليمي
قابلية التعرض للخطر المتعلقة بالخدمات	موقع الخدمات الصحية في الأماكن الفقيرة بعد المؤسسات والمراكز التي تقدم الخدمات الصحية الجنسية للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال نقص الموارد المعلوماتية الخاصة بالخدمات الصحية الجنسية عدم توافر كل من الواقي الذكري والمزلاقات نقص الخدمات الصحية النوعية والجيدة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.
قابلية التعرض للخطر المتعلقة بالسياق الاجتماعي	الاستغلال الجنسي الاستغلال البدني الوصمة الكراهية استياء الأسرة من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال استياء مغابري الجنس من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال عدم احترام الحق في الاستفادة من خدمات الصحة العامة

الجلسة 4

الوصم والتمييز وقابلية التعرض للخطر

لمحة عامة

هذا التمرين له حساسية خاصة حيث يطلب فيه من المشاركين تبادل التجارب الشخصية. ويوصي بأن يقوم الميسر أو مقدم النصيحة، ذو الخبرة والمهارة بتسهيل إجراء مثل هذا التمرين. قم بتشجيع المشاركين على التحدث عن المواقف التي نتجت عن الوصمة والتمييز، مع وضعك لمجموعة من القواعد الأساسية للاحترام والخصوصية.

النشاط: معلوماتي تساعدني على "التحرك" و"المواجهة"

الخطوة الأولى: العمل في مجموعات (ساعة)

1. قم بتقسيم المشاركين إلى أربع مجموعات، وعلى كل مجموعة مناقشة فئة من الفئات التالية التي تتعلق بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال:
 - مثلي
 - ثنائي الجنس
 - مغاير الهوية الجنسية
 - عامل بالجنس يتعاطى المخدرات

وهذه الفئات هي فئات مقترحة، ويمكن أن تكون هناك فئات وعوامل خطر أخرى تدخل في إطار مجتمع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. وعلى الميسر اختيار مجموعات إضافية لإلقاء الضوء على المخاطر وقابلية التعرض للخطر تبعاً للسياق المحدد للورشة التدريبية.

2. اطلب من المشاركين تخيل يوم في حياة الفئة التي اختاروها، وإعداد سيناريو مع مشاهد واقعية أو قصة من الرسومات المتحركة. تخيل الأماكن التي تتردد عليها هذه الفئة، وما تفعله هناك. وناقش السلوكيات والكلمات التي قد يستخدمها الآخرون لوصف تلك الفئة. فكر في كيفية تأثير هذا عليهم، وماذا يمكن أن تكون ردود أفعالهم تجاه مختلف ما يواجهونه من حالات.

الخطوة الثانية: عروض مجموعات العمل (30 دقيقة)

3. اطلب من المجموعات الأربع عرض قصصهم كل بدوره على المجموعة بكاملها.

الخطوة الثالثة: المناقشة والموجز (30 دقيقة)

4. اختتم التمرين بمناقشة كيف أن الوصمة والتمييز قد يؤديان إلى سلوكيات محفوفة بالخطر. وشرح الفرق ما بين السلوك المحفوف بالخطر والقابلية للتعرض للخطر. فالأول عبارة عن أعمال يقوم بها الشخص تزيد من خطر انتقال فيروس نقص المناعة البشري أو الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً، بينما قابلية التعرض للخطر تتمثل في مجموعة من العوامل – شخصية وغير شخصية – خارج سيطرة الشخص، تحد من قدرته على حماية نفسه.
5. ناقش تأثير الوصمة والتمييز، واطلب من المجموعة تعريف رهاب المثلية. اشرح كيف يمكن للأفراد الذين لم يتقبلوا جنسائهم بعد (لم يعترفوا لأنفسهم بحالتهم)، انتهاج مواقف مصبوغة برهاب المثلية تجاه أنفسهم (الوصم الذاتي) وتجاه الآخرين. واطلب من المشاركين تبادل الأمثلة عن محاولات الأشخاص الإضرار بأنفسهم، ومنهم من انتحر فعلياً أو حاول الانتحار أو وضع حداً لحياته هروباً من الاتهامات ومن رهاب المثلية.

الوقت

ساعتان



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- تحليل تأثير الوصمة والتمييز على حياة وحقوق الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وعلى صحة المجتمع بشكل عام.
- فهم رهاب المثلية وغيره من المصطلحات الموسومة بالوصمة.
- تحليل العلاقة بين القابلية للتعرض للخطر والمخاطرة، وطبيعة المجموعة المستهدفة في برنامج التدخل.
- تحديد المصطلحات المرتبطة بالوصمة والتمييز

سوف تحتاج إلى

- أوراق، وأقلام ماركرز ملونة، وشريط لاصق
- آلة تصوير
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من



الملحق 8: الوصمة والتمييز

الملحق 9: المخاطر المتزايدة

والقابلية للتعرض للخطر

الملحق 10: أمثلة من الورش

التدريبية التي تناولت الوصمة

وعقدت في بيروت وتونس

الملحق 8: الوصمة والتمييز

الوصمة

عبارة عن مجموعة من المعتقدات السلبية التي يكونها المجتمع أو مجموعة من الناس عن شخص ما أو مجموعة من الأشخاص.

أنواع الوصمة:

- وصمة المجتمع للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال
- الوصمة الذاتية التي يمارسها الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال لأنفسهم
- استخدام مصطلحات مهينة عند التحدث عن المثليين، مثل: منحرف، شاذ، مريض، ينشر الأمراض، غير مؤمن، ليس رجلاً حقيقياً.

التمييز

هو سلوك ظالم ومدمر يتبناه شخص ما، أو مجتمع، أو مؤسسة، أو دولة، تجاه الأشخاص بسبب انتمائهم أو صلتهم الممكنة بمجموعة معينة.

أنواع التمييز:

- رفض القبول في مؤسسة تعليمية أو الطرد منها
- الطرد من العمل
- عدم احترام خصوصية وسرية الآخرين
- الحرمان من الخدمات الصحية، والرعاية النفسية أو الاجتماعية وتمارس كل من الوصمة والتمييز ضد هذه الفئة في العالم أجمع، ويعد هذا انتهاكاً لحقوق الإنسان ليس فقط بالنسبة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال ولكن أيضاً لعائلاتهم ومجتمعاتهم. والوصمة والتمييز يمكنهما الحيلولة دون حصول الأفراد على المعلومات والخدمات، مما يساهم في انتشار فيروس نقص المناعة البشري والانخراط في السلوكيات الخطرة.

تأثير الوصمة والتمييز على الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال وعلى عائلاتهم

يخشى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال من نظرة المجتمع إليهم، وهم يتساءلون:

- هل ستصدم عائلتي إذا ما كشفت الأمر؟
- هل سيتم طردي من المنزل؟
- هل ستتوقف أختي عن حبي؟
- هل سيتعامل الناس بطريقة مختلفة معي؟

أما عائلات الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال فلهم أسئلة ومفاهيم خاطئة:

- ماذا فعلت لاستحق ابن/ابنة من المثليين؟
- أنا اعرف ابني جيداً ولا يمكن أن يكون مثل الآخرين.
- سوف اصطحبهما إلى الطبيب لمعالجتهما.
- الجنسية المثلية فضيحة ويجب أن أفعل شيئاً حيالها.
- لو كنت عرفت ذلك في وقت سابق لكان باستطاعتي مساعدتهما.
- لو كانا يحبان والديهما لتوقفا عن هذه الممارسات.

المواقف ذات التأثير السلبي على الشخص المعني

تفضيل الغيرية

هي ايديولوجية تعتبر العلاقات مع الجنس الآخر من الثوابت، وتستنكر وتوصم أية سلوكيات أو هوية أو علاقة، أو مجتمع ليس مغايراً للجنس. وهي تعتبر أن المثلية لا بد أن تظل سرية، وفي حالة الإعلان عنها فيجب إدانتها.

رهاب المثلية

يتمثل رهاب المثلية في وجود مشاعر سلبية قوية ورفض لسلوكيات وطريقة تفكير، وأسلوب حياة، المثليين، وثنائي الجنس، ومغايري الهوية الجنسانية، وماهم بين الجنسين، علاوة على المجتمع الأوسع الذي ينتمون إليه. وغالباً ما يتم التعبير عن هذه المشاعر والأحكام المسبقة من خلال الغضب الشديد، والاستياء، والعنف، والتهديد بالطرده، والاضطهاد، والإدانة، وحتى القتل. وفي معظم الأوقات يكون رهاب المثلية متصلاً بعمق في التقاليد، والثقافة، وأحياناً في العقيدة الدينية.

رهاب المثلية الداخلي

غالباً ما تسبب نظرة المجتمع إلى الجنسية المثلية في وجود مشاعر سلبية لدى المثليين حول ميولهم الجنسي، مما يؤدي إلى شعورهم بالقلق، والخوف، والاشمئزاز. ويمكن لرهاب المثلية الداخلي أن يؤثر سلباً على صحة الشخص وعلاقاته الاجتماعية:

التأثير الاجتماعي	العواقب النفسية لرهاب المثلية
■ خسارة الأصدقاء	■ الشعور بالذنب
■ القيام بسلوكيات خطيرة (الإدمان/ممارسة الجنس غير الآمن)	■ أزمة في الهوية
■ فرص أقل لتحقيق الذات	■ قلة احترام الذات، أو كراهية الذات، أو تضخم لصورة الذات
■ تدني فرص العمل والإنتاجية	■ سلوكيات محطمة للذات:
■ ضعف التواصل في العلاقات الوثيقة	■ علاقات جنسية خطيرة، تعاطي المخدرات
■ حصر الأنشطة والعلاقات الاجتماعية في مجموعات المثليين والمثليات	■ صورة ضعيفة للجسد
	■ قلق
	■ اكتئاب
	■ عدم أمان
	■ التباس السلوك الجنسي بمشاعر الحب
	■ الشعور بالوحدة والعزلة
	■ أفكار ومشاعر انتحارية، مؤدية أحياناً إلى الانتحار

الملحق 9: المخاطر المتزايدة والقابلية للتعرض للخطر

الوصمة والتمييز والقوانين العقابية كلها تحد من فرص التماس الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال المساعدة الضرورية والخدمات الصحية وغيرها من الخدمات. كما أن التجارب السيئة مع مقدمي الخدمات الصحية الذين رفضوا تقديم العلاج، تؤثر أيضاً على التماس هؤلاء الرجال لهذه الخدمات. وعلى سبيل المثال، قد تؤدي خدمات الرعاية الصحية غير المتعاطفة بمعايير الهوية الجنسانية إلى تعاطيهم الهرمونات أو خضوعهم لعمليات جراحية مكلفة لتغيير الهوية الجنسانية، بدون الحصول على أي دعم طبي أو نفسي مناسب، أو بدون تعاملهم مع ذوي الخبرات مناسبة.

الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال هم من الفئات الأكثر تعرضاً لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وغيره من سائر العدوى المنقولة جنسياً. وفي العديد من البلدان، يرتبط بعض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال بعلاقات جنسية مع النساء أو يتزوجون منهن، مما يساهم في انتشار الفيروس بين عموم السكان. إن الشعور بقابلية التعرض للخطر مع تجربة الوصمة والتمييز، أحياناً، ما يحدا من قدرة الشخص على تجنب خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية بممارسة الجنس الآمن.

وعادة ما تكون قابلية هذه الفئة السكانية للتعرض للمخاطر، جسدية فقط، وهي ترتبط بطبيعة العلاقات الجنسية:

- ممارسة الجنس الشرجي غير المحمي تنطوي على مخاطر أعلى لانتقال فيروس نقص المناعة البشري من ممارسة الجنس المهبطي، وذلك لأسباب بيولوجية. كما أن الشريك السلبي هو أكثر تعرضاً لخطر انتقال الفيروس من الشريك الإيجابي، رغم أنهما قد يتبادلا الوضع.
- العلاقات الجنسية غير المحمية مع أكثر من شريك، تزيد من خطر التعرض لفيروس نقص المناعة البشري وغيره من سائر العدوى المنقولة جنسياً.
- بعض أساليب غسل الشرج تتسبب في التهاب المخاط الشرجي وتجعله أكثر عرضة للعدوى. يجب الاقتصاد على استخدام الماء الفاتر.
- الجنس عن طريق الفم يعد أقل ضرراً من الجنس الشرجي، ومع ذلك فهو لا يخلو من المخاطر، ولاسيما إذا ما كانت هناك تقرحات فموية أو أمراض بالثثة. لذلك يُنصح، للحد من الخطر، استخدام الواقي الذكري، وتجنب القذف في الفم.
- استخدام المؤثرات النفسية من الأدوية، أو المنشطات، أو المهلوسات، أو الخمر، تزيد من مخاطر ممارسة الجنس غير المحمي.
- تبادل أو التشارك في المحاقن ينطوي على مخاطر عالية لانتقال فيروس نقص المناعة البشري وفيروس بي وسي.
- تقاسم أدوات الاستنشاق يزيد من مخاطر انتقال فيروس سي.
- استخدام الواقي الذكري من قبل العاملين يتغير ويخضع للعديد من العوامل، منها تعرضهم للعنف الجنسي، وعدم استخدام الواقي الذكري مع الشركاء المنتظمين، ودفع الزبائن مزيداً من المال مقابل ممارسة الجنس غير المحمي، وتعاطي المخدرات الذي يقلل من إدراك الشخص بتعرضه للخطر وبضرورة استعمال الواقي الذكري في كل الأوقات.

عوامل الخطورة التي تزيد من قابلية هذه الفئة للتعرض للخطر

- أن يكون صغيراً في العمر ونشط جنسياً
 - أن يكون لديه شركاء جنسيين متعددين
 - أن يكون فقيراً أو في حاجة إلى المساعدة المالية
 - أن تكون هناك صعوبة في الوصول إلى مختلف الخدمات الصحية
 - أن يمارس الجنس مقابل المال أو المخدرات (مثلاً: العاملون بالجنس بصفة رسمية أو غير رسمية)
 - أن يتعرض للاعتداء اللفظي والجسدي
 - أن يتعرض للوصمة والتمييز
 - أن يكون مستواه التعليمي منخفضاً
 - أن يكون هناك نقص في الخدمات الوقائية والعلاجية، وخدمات الرعاية الصحية، المناسبة
- ويصنف برنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على أنهم "فئة رئيسية" (أي هؤلاء الأكثر احتمالاً للتعرض للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري أو لنقل الفيروس). وهذه التسمية تضع هذه المجموعة في بؤرة عمليات الوقاية والتوعية، إلا أنها لا تقلل من عوامل تعرضهم للخطر.

الملحق 10: أمثلة من الورش التدريبية التي تناولت الوصمة وعقدت في بيروت وتونس

بيروت

صالة الانتظار: بينما هم جالسون على المقاعد، يثرثر المرضى حول المرضى الآخرين . ويتم توجيه نظرات تحمل الوصمة تجاه المشتبه بإصابتهم بفيروس نقص المناعة البشري. وتوجيه نظرات عدائية نحو طريقة الملابس والسير.

حرم الجامعة: في المكتبة، لن يجلس أحد بجوار أي شخص معروف بأنه من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وفي مسكن الطلبة، يكون هناك الكثير من اللغظ والعزلة. ويقوم المحاضرون بإلقاء تعليقات مليئة برهاب المثلية أمام الطلبة.

في الثكنات: يقال: "تصرف كالرجال". ويتم الفصل بين من هو من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، والباقيين وذلك إذا ما كانت هناك شكوك بأنه من المثليين. الشعور بالعزلة يؤدي إلى الإفراط في شرب الخمر.

تونس

المدرسة والجامعة: ثرثرة مؤذية؛ وقلة احترام؛ والحاجة إلى إخفاء الميول الجنسية؛ والإقصاء، والتردد في مشاركة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال نفس الصف؛ والانعزال؛ والاعتداء الجسدي؛ والضرب؛ والاعتداء اللفظي؛ واستخدام ألفاظ مؤذية وصادمة ضد الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؛ وعدم الاحتمال.

المقاهي والبارات والنوادي الليلية: العنف، يقع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال ضحية الضرب؛ ومنع دخولهم إلى البارات والملاهي الليلية؛ وإهانة من يحاول الدخول منهم؛ والإشارة إليهم، أينما ذهبوا، بسبب طريقة الملابس؛ وأحياناً تلقي الإهانة ممن يودون الانضمام إليهم، والصراخ؛ وينفر البعض من مجرد لقاء التحية أو الجلوس بالقرب منهم؛ وفي بعض الأوقات يقوم العاملون بالجنس بأنفسهم بتوجيه النظرات العدوانية نحو هؤلاء الرجال.

العائلة: افتراضات، وكلمات لها معان خفية مؤذية؛ وإقصاء؛ وعزلة؛ وتشويه للسمعة؛ وقلة احترام؛ ونظرات عدائية؛ واحتقار؛ وإهانة؛ وعنف؛ وأعمال عنيفة؛ وطلب القيام بأعمال هي أصلاً من الأعمال النسائية، وتأثر بقية أفراد العائلة؛ ولوم الأمهات على سلوكيات أبنائهن.

المسجد والكنيسة: الثرثرة؛ وأحكام مسبقة؛ منع الدخول إليهم؛ والتحریم (حيث يعد الجنس من المحرمات في العائلات المتدينة أو المحافظة، والعقاب؛ والإقصاء؛ والتعصب؛ والحرام (منهي عنه في الديانات)؛ والشعور بالذنب؛ والدعوة إلى عدم تقبل المثليين واتهامهم بأنهم من الخاطئين، وإصدار أحكام حول السلوكيات غير الأخلاقية.

العيادة: الاستقبال بطريقة غير ودية (بالنظرات والإشارات)؛ والرفض – شعور بعدم الرغبة في تواجدهم، الحماية الزائدة خوفاً من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؛ عدم اهتمام العاملين الصحيين بمرض هؤلاء الرجال، وجعلهم ينتظرون أو يتم تحويلهم إلى أيام أخرى، وينظر إليهم بازدراء ويتم فحصهم باحتقار؛ واستخدام كلمات مريرة حول طريقة الملابس؛ ويطلب منهم الحضور في يوم آخر؛ وبعض الأطباء لا يقبلون الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في عياداتهم؛ وتتم معاملتهم كمرضى نفسيين يمكن معالجتهم.

الجلسة 5

التغلب على التحديات للوصول إلى هذه الفئات

لمحة عامة

تدور هذه الجلسة حول استكشاف العوامل التي يمكن أن تساعد أو تعيق وصول متلقي الأقران إلى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. علاوة على استكشاف دور الآخرين في الوصول إلى هؤلاء الرجال لضمان حصولهم على ما يحتاجونه من خدمات. تعمل هذه الجلسة على تعريف المشاركين بالأساليب المتبعة لحقوق الإنسان والصحة العامة.

النشاط: فوائد الأساليب التي تعمل في مجالي حقوق الإنسان والصحة العامة

الخطوة الأولى: مناقشة (15 دقيقة)

1. ابدأ المناقشة بالأسئلة التالية:
 - ما هي التحديات التي واجهتكم في الوصول إلى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؟
 - من وما الذي تسبب في صعوبة الوصول إلى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؟
 - من وماذا يمكنه مساعدتكم في الوصول إلى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؟
2. و عندئذ أسأل: ما هي العواقب التي يمكن أن يعاني منها الأفراد والمجتمع الأوسع من جراء عدم تلبية احتياجات الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال من الخدمات؟
لخص الإجابات على ورقة كبيرة حتى تكون مرئية للجميع.

الخطوة الثانية: أسئلة وأجوبة (30 دقيقة)

3. شجع المشاركين على طرح أية أسئلة إضافية، واطلب من المجموعة مساعدتك في الإجابة عليها.

الخطوة الثالثة: جمع الأفكار (15 دقيقة)

4. باستخدام التحديات التي تم تحديدها على شجرة المشاكل، اسأل:
 - ما هي الاستجابات المشتركة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، على التحديات التي تم تحديدها؟
5. قم مبدئياً باستثارة الأفكار، واكتبها على اللوح الورقي القلاب.
 - اكتب أربعة أسئلة، كل سؤال على ورقة مختلفة (انظر أدناه). ثم شكل أربع مجموعات واطلب من كل مجموعة أن تنتقل من ورقة إلى أخرى، مع كتابة ردودها على تلك الأسئلة:
 - من يمكنه تلبية احتياجات الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؟
 - ما هي أنواع الخدمات التي يحتاجها الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؟
 - ما هي العوامل الميسرة التي يمكن أن تساعد الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على الوصول إلى ما يحتاجونه من خدمات؟
 - ماهي التحديات القائمة في المجتمع والتي يرجح عرقلتها لوصول الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال إلى ما يحتاجونه من خدمات؟
6. في نهاية التمرين، اكتب قائمة بالتحديات القائمة والعوامل الداعمة، ثم سلط الضوء على أهمية إرساء تدخلات تخص هذه المجموعة باستخدام الأساليب العاملة في مجالي حقوق الإنسان والصحة العامة، مع إعطاء أمثلة.

الوقت

ساعة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- وضع خرائط للتحديات وفرص الوصول إلى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وتحليل تلك التحديات والفرص
- مناقشة حقوق الإنسان وأساليب الصحة العامة
- وضع قائمة بحقوق وواجبات الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

سوف تحتاج إلى

- لوح ورقي قلاب، وأوراق كبيرة، وأقلام ماركرز، وشريط لاصق
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من



الملحق 11: الأسلوب المعني بحقوق الإنسان

الملحق 12: الحقوق والواجبات المحددة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

الملحق 13: الأسلوب المعني بالصحة العامة

الملحق 11: الأسلوب المعني بحقوق الإنسان

تتضمن المبادئ الأساسية للأسلوب المبني على حقوق الإنسان، مايلي:

- الحقوق العالمية حق لكل إنسان دون استثناء
- لا يوجد تمييز - جميع حقوق الإنسان لها نفس القيمة
- جميع الحقوق مترابطة بشكل وثيق. فالحق في الصحة لا يلغي الحق في الخصوصية؛ والربط بين العنف الجنسي وفيروس نقص المناعة البشري/الإيدز يعد انتهاكاً للحق في الحرية والأمان.
- المساواة وعدم التمييز - الحقوق متساوية للجميع، مع إعطاء الأولوية للفئات الضعيفة والأكثر تعرضاً للخطر.
- المشاركة والاندماج - تعزيز قدرات الفئات المستهدفة، والفئات الأكثر تعرضاً للخطر سوف يسمح لهم بالمشاركة في تحسين صحتهم (بما في ذلك صنع القرار، وتخطيط وتنفيذ البرامج والأنشطة، والوصول إلى التدريب).
- المساءلة وسيادة القانون - لما كانت الدول والمسؤولون يتحملون مسؤولية تعزيز وتطبيق حقوق الإنسان، فإن مسؤولية محاسبة السلطات تقع على عاتق الأفراد.

وتتضمن حقوق الإنسان المتعلقة بفيروس نقص المناعة البشري/الإيدز مايلي:

- عدم التمييز
- السرية والخصوصية
- الصحة - الحق في الحصول على خدمات متوافرة جيدة
- التعليم
- الحق في العمل في بيئة خالية من التمييز

وفي المجتمعات التي يعتبر فيها سلوك الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال "غير مرغوب فيه" أو "صادم"، فإن استخدام أسلوب يركز بصورة مباشرة على حقوق الإنسان، يمكن أن يحد من التعنت في تقديم الخدمات. وذلك لأنه أسلوب يشدد على حقوق لا تقبل التغيير لجميع البشر، وهو إذا ماتم دمجهم مع الأساليب المرتكزة على الصحة العامة، يشكلان معاً نهجاً لتوفير الخدمات للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، في إطار أكثر تفهماً وإدراكاً من المجتمع، حول العواقب الناجمة عن عدم توفير هذه الخدمات لهؤلاء الرجال. (انظر الملحق 13).

عند مناقشة الاستجابات ذات الكفاءة والفعالية العالية في مجال فيروس نقص المناعة البشري والإيدز، فإن وكالات الأمم المتحدة والمنظمات الدولية تركز على أهمية استخدام الأساليب المرتكزة على:

- حقوق الإنسان
- البيانات العملية الدقيقة

كما توصي باعتماد أسلوب تشاركي لضمان المشاركة الكاملة للمصابين بالعدوى، والمتأثرين بفيروس نقص المناعة البشري والإيدز، علاوة على مشاركة صناعات القرار، والعاملين في مجال المساواة بين الجنسين.

مبادئ حقوق الإنسان

يشير مفهوم "حقوق الإنسان" إلى الحقوق الشاملة والأساسية التي يستحقها كل إنسان دون تمييز. ويستند الأسلوب القائم على حقوق الإنسان على المشاركة والحرية والمساءلة.

وتعتبر الدول التي قامت بالتوقيع على الإعلان العالمي لحقوق الإنسان مسؤولة عن تعزيز وحماية حقوق مواطنيها، والذين بدورهم تقع عليهم مسؤولية حماية الآخرين. وفي واقع الأمر، فإن الحكومات الوطنية لا تطبق ولا تحترم، دائماً، حقوق الإنسان.

ويساعد اعتماد أسلوب يعتمد على حقوق الإنسان، في مجال فيروس نقص المناعة البشري، بطريقة منهجية ومدروسة، على تعزيز فرص الوصول إلى الوقاية والرعاية والعلاج والدعم. وهذا يعني استخدام هذا الأسلوب عند تخطيط البرامج والسياسات، وتنفيذها، وتقييمها، والإشراف عليها.

الملحق 12: الحقوق والواجبات المحددة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

المعافاة: البدنية، والاجتماعية، والنفسية، والعلاقات

الحق في التمتع بصحة جيدة، خالية من العدوى، جنباً إلى جنب مع صورة إيجابية عن الذات. تلبية الاحتياجات الأساسية (من غذاء، ومأوى، وملبس، وتعليم، وعمل)، إلى جانب الاحتياجات الروحية، والنفسية، والاجتماعية.

الحق في الخصوصية والسرية

أي الحق في الخصوصية والسرية عند تلقي الخدمات، علاوة على الحق في سرية السجلات الطبية.

الحق في استمرارية الرعاية

الحق في استمرارية الخدمات، والإمدادات، والمتابعة، والإحالة.

الحق في الحفاظ على الصحة الجنسية

ويشمل السلوكيات والممارسات الضرورية للتمتع بعلاقات جنسية صحية، وجسد سليم خال من العدوى المنقولة جنسياً، وإتاحة المعلومات والخدمات ذات الصلة. ويعني هذا تحمل مسؤولية احترام صحة الآخرين وعدم تعريضهم للعنف أو الاستغلال الجنسي.

الحق في الكرامة وحرية التعبير

الحق في المعاملة باحترام وتفهم الظروف الشخصية. ويجب على مقدمي الخدمات ضمان تقديم خدمات يسهل الوصول إليها، وتشجيع المستخدمين على التعبير عن أنفسهم ووجهات نظرهم بحرية، وخاصة إذا ما تعارضت هذه مع ما يراه مقدم الخدمات.

الحق في الصحة الإنجابية

لقد تم تعريف هذا الحق في المؤتمر الدولي للسكان والتنمية (القاهرة، 1994) كحالة من المعافاة التامة للجهاز التناسلي ووظائفه (الجسدية، والنفسية، والاجتماعية) وليس مجرد عدم وجود إعاقات أو أمراض.

الحق في اتخاذ قرارات مستنيرة

يجب اتخاذ القرارات مع إدراك تام لكل الخيارات المتاحة وعواقبها. فالفرد له كامل الحرية في رفضه اتخاذ أي قرار، على أن يكون مدركاً تماماً لكافة العواقب المترتبة على ذلك والمؤثرة في صحته.

الحق في تطوير المهارات والمواقف

يمكن أن يساعد تطوير المهارات الحياتية على:

- المسؤولية الاجتماعية – الدفاع عن الحقوق مع عدم قبول الوصم والتمييز
- القدرة على تحليل عواقب الأفعال للتمييز بين الرسائل المتناقضة (ما تم تعلمه كطفل مقابل تغير المواقف الاجتماعية)
- مهارات القيادة وريادة الأعمال (تبنى مواقف إيجابية وصحية)
- اتباع نمط حياة صحي (اكتساب عادات صحية جديدة والقيام باختيارات مناسبة)

الحق في قبول الجنسانية والدور الاجتماعي أو النوع الاجتماعي

إن مساعدة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على الشعور بالراحة، والأمان، والثقة، قد يعمل على درء المخاطر والسلوكيات غير الصحية، ويسمح لهم باتخاذ قرارات مستنيرة بدون أية ضغوط اجتماعية. ولتحقيق ذلك، هم في حاجة إلى دعمهم وتقبلهم، حتى يمكنهم مواجهة ما يصادفونه من تحديات، والحصول على ما يحتاجون إليه من معلومات وخدمات.

الحق في المعلومات/التعليم

ويعني هذا إمكانية الحصول على معلومات شاملة، حديثة ودقيقة وملائمة حول القضايا الصحية. ولا بد من توافر المواد التي تعمل على إذكاء الوعي بصورة بسيطة وجذابة في المراكز الصحية.

مسؤوليات الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

- الحماية الذاتية وحماية الآخرين
- اكتساب مهارات حياتية (صنع القرار، ومواجهة ضغوط الأقران)، سلوكيات جيدة، والتواصل الفعال مع الآخرين
- تحسين الثقة بالنفس، التخطيط والتفكير التحليلي؛ تحمل المسؤولية، وعدم الشعور بالإحباط عند الفشل
- البعد عن العنف والاعتداء اللفظي والجسدي تجاه الذات وتجاه الآخرين
- تبني سلوك اجتماعي وجنسي صحي واتخاذ إجراءات وقائية عند الحاجة
- القيام بفحوصات منتظمة، وخاصة عند ممارسة الجنس غير المحمي؛ والحصول على المعلومات ذات الصلة، والتطعيم ضد بعض أنواع العدوى المنقولة جنسياً (التهاب الكبد البائي، والزهري)

الحق في الحصول على الخدمات

يجب توافر الخدمات بصورة يسهل الحصول عليها، وبأسعار معقولة، وفي الأماكن الصحيحة لها. ولتحقيق ذلك، يجب أن تكون بعيدة تماماً عن صور الإقصاء القائم على الوصمة التي تمارس على أساس النوع الاجتماعي، والجنس، والحالة الاجتماعية، والعرق، والعنصر، والجنسية، والميول الجنسية.

الحق في الخدمات الآمنة

يتطلب تقديم خدمات آمنة، وجود مقدمي خدمات مهرة على دراية بالمعلومات الوقائية، ولديهم القدرة على الجمع بين المعرفة النظرية والمعرفة العملية. ويجب أن تتوفر لهم المقدر على تحديد المضاعفات التي تتعرض لها هذه المجموعة، والتعامل معها، سواء كانت جسدية أو نفسية.

الملحق 13: الأسلوب المعني بالصحة العامة

في هذا السياق، إذا ما اقتصر تركيز الخدمات الطبية والاجتماعية، على المتعاشين مع فيروس نقص المناعة البشري أو المصابين بالعداوى المنقولة جنسياً، يصبح من المستحيل التصدي لبعض العوامل الهامة التي تعرض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وغيرهم من الفئات الرئيسية، للإصابة بالعداوى المنقولة جنسياً وفيروس نقص المناعة البشري.

ولذلك، فإن الأسلوب الذي يركز على حقوق الإنسان لازم وضروري لحماية حقوق كل رجل من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وهو يتكامل مع الأسلوب الذي يتعامل مع الصحة العامة في محاولة معالجة العوامل الرئيسية التي تعرض مجموعة ما للعدوى والمرض. وفي إطار الاستجابة المعنية بفيروس نقص المناعة البشري، تتشابك حقوق الإنسان مع الصحة العامة لضمان اتخاذ تدابير فعالة للحد من عبء فيروس نقص المناعة البشري في المجتمعات من خلال:

- خدمات صديقة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال تتعلق بالمشورة والفحوصات المتعلقة بالعداوى المنقولة جنسياً وفيروس نقص المناعة البشري.
- إتاحة سبل التعليم، والمعلومات الجيدة والمصممة خصيصاً لصغار البالغين المعرضين للخطر.
- توفير الواقي الذكري والمزلاقات ذات الجودة.
- رصد آليات العدوى بفيروس نقص المناعة البشري من خلال الترصد وتحليل البيانات من أجل التخطيط المستنير (وهو عمل يهدف إلى الحصول على إجابات لأسئلة مثل: من الذي تعرض للعدوى؟ وما هو عددهم؟ وأين وكيف؟ وما هي العوامل التي تساعد على وجود المخاطر وتزيد من قابلية التعرض لها؟)
- ضمان وجود سياسات عامة، في المكان الصحيح، تعمل على توفير بيئة مواتية للتصدي لما يمثله فيروس نقص المناعة البشري من تهديد على الصحة العامة. ويشمل هذا، التأكد من الاحترام التام لحقوق الإنسان بالنسبة للمعرضين لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري والمتعاشين معه، علاوة على مواجهة التمييز والتعامل معه.
- خدمات صديقة وفعالة يسهل استخدامها، وتوعية فعالة حول سبل الوقاية، وخدمات للرعاية والدعم مع تسهيلات خاصة لإتاحتها للشباب المعرضين للخطر.

تُعرف منظمة الصحة العالمية، الصحة العامة بأنها جميع التدابير المنظمة التي يتم اتخاذها للوقاية من المرض، وتعزيز الصحة، وإطالة الحياة بين عموم السكان. وهي تهدف إلى معالجة محددات اعتلال الصحة والمرض، وإيجاد ظروف تسمح بتمتع الناس بالصحة والرفاه، لا مجرد الخلو من المرض. ولا تقتصر الجهود المبذولة في مجال الصحة العامة على المرضى فقط، بل تشمل جميع السكان والمجتمعات. ويعترف الأسلوب المعني بالصحة العامة بأننا جميعاً متضامنين معاً، وأن توافر الصحة أو غيابها لدى شخص واحد يمكن أن يؤثر على صحة شخص آخر.

وهناك ثلاث وظائف رئيسية للصحة العامة، وهي:

- تقييم ورصد صحة المجتمعات والسكان لتحديد المشاكل الصحية والأولويات.
- صياغة السياسات العامة التي تهدف إلى إيجاد حلول لما تحدد من مشكلات صحية، على الصعيد المحلي والوطني.
- التأكد من إتاحة الرعاية المناسبة وذات المردود مقابل التكلفة، لجميع الفئات السكانية، ومنها خدمات تعزيز الصحة والوقاية من الأمراض.

وهناك بعض المجالات الرئيسية لتدخلات الصحة العامة تتضمن حملات للتطعيم، مثل التطعيم ضد شلل الأطفال؛ وسياسات أكثر أماناً لمكان العمل؛ ومكافحة الأمراض المعدية، مثل السل، وفيروس نقص المناعة البشري. كما تشمل التصدي للزيادة الهائلة في الأمراض غير المعدية، مثل الأمراض القلبية، والسمنة. وتعتبر العداوى المنقولة جنسياً وفيروس نقص المناعة البشري من الأمراض المعدية وتتطلب استجابة تركز على الصحة العامة للتعامل معها بشكل فعال.

وفي منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، فإن الفئات السكانية الأكثر تعرضاً لخطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري والعداوى المنقولة جنسياً، هم العاملون بالجنس، ومتعاطو المخدرات حقناً، والرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال وشركائهم الجنسيين – أي الأكثر تهميشاً غالباً من قبل المجتمع، وبالتالي فهم يواجهون قدراً أكبر من العزلة والتمييز. ولهذا، يرفض معظمهم التماس الدعم الطبي والخدمات لخوفهم من التعرض للتمييز. ولهذه الأسباب، قد يصعب أيضاً الوصول إليهم.

الجلسة 6

الجهاز التناسلي لدى الذكر والأنثى

لمحة عامة

تساعد هذه الجلسة المشاركين على تكوين فهم جيد للجهاز التناسلي عند الذكر والأنثى. وقد تتسم هذه الجلسة بالحساسية، لذلك شجع كل شخص على المشاركة حتى ولو شعر، أحياناً، بالإحراج أو بالخجل. هذه معلومات أساسية ينبغي عليهم معرفتها. وإذا ما شعر المشاركون بالإرتباك عند الحديث عن الجنسية أثناء التدريب، فسوف يكون من الصعب عليهم توعية الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. إن القدرة على مناقشة القضايا المتعلقة بالجنس والجنسانية هي شرط مسبق لأي شخص يريد أن يعمل في هذا المجال.

وإذا ما تردد المشاركون، لأي سبب من الأسباب، في مناقشة الجهاز التناسلي للأنثى، فعليك تذكيرهم بأن بعض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال لديهم شريك جنسي من الإناث، ولذا فمن المهم فهم جسد الأنثى وفهم نظام الصحة الإنجابية.

النشاط: وظائف الجهاز التناسلي عند الذكر والأنثى

الخطوة الأولى: تسمية الأجزاء المختلفة (45 دقيقة)

1. اقسّم المشاركين إلى مجموعتين: واحدة لرسم الجهاز التناسلي للذكر، والأخرى لرسم الجهاز التناسلي للأنثى. واعط لكل مجموعة قائمة تصف وظائف كل جهاز (الملحقان 14 و15)، واطلب منهم وضع كل وظيفة بجوار الجزء التشريحي المناسب لها.

الخطوة الثانية: عرض الرسوم (15 دقيقة)

2. ثم اطلب من كل مجموعة تقديم رسوماتها إلى المجموعة الأكبر.

الخطوة الثالثة: المناقشة والتصويب (ساعة)

3. اخرج الرسومات التي تم إعدادها للجهاز التناسلي للذكر والأنثى (الملحق 16) وقارنها مع رسومات المجموعات. هل هناك أية اختلافات؟ يمكنك طرح المزيد من الأسئلة حول كيفية عمل الجسم (من الناحية الفيزيولوجية) مثل:

- ما هما المكونان الرئيسيان في السائل المنوي وأين يتم إفرازهما؟
- ما هي السوائل التي يمكن أن تتسرب من القضيب قبل القذف؟ هل تمثل أي خطر لنقل فيروس نقص المناعة البشري؟
- ما هي الأسماء الشائعة في اللغة المحلية للسائل المنوي؟
- ما هي العوامل التي تجعل الرجل يعجز أو يفشل في المحافظة على الانتصاب؟
- ما هي العوامل التي تحد من تمتع المرأة بالمداعبة والجماع؟

4. استخدم الملحق 16 لتصويب المعلومات الخاطئة.

الوقت
ساعتان



الأهداف



في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من

- تقييم معرفتهم بالجهاز التناسلي للذكر والأنثى وتصحيح أية معلومات خاطئة.

سوف تحتاج إلى



- لوح ورقي قلاب، وأوراق كبيرة، وأقلام ماركز ملونة

- رسوم توضيحية للجهاز التناسلي للذكر والأنثى بدون تسميات (انظر الملحق 16)

- أسماء الأجزاء التشريحية المختلفة

- أسئلة لإدارة النقاش

- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من

الملحق 14: بطاقات لشرح

وظائف الجهاز التناسلي للأنثى

الملحق 15: بطاقات لشرح

وظائف الجهاز التناسلي للذكر

الملحق 16: تشريح للنظام

التناسلي لكل من الأنثى والذكر

مرحلة البلوغ ووظائف الجهاز

التناسلي

الملحق 14: بطاقات لشرح وظائف الجهاز التناسلي للإناث

ارجع إلى هذا الجدول عند إعداد البطاقات، وتأكد من أن حجم البطاقة مناسباً لحجم الرسم.

وظائفها	الأعضاء التناسلية للإناث
يقع في الجزء السفلي من البطن وهو مسؤول عن إنتاج البويضات وإفراز الهرمونات.	المبيض
هي الأنبوب الذي يحمل البويضة إلى الرحم. حيث يلتقي الحيوان المنوي بالبويضة (التلقيح).	قناة فالوب
حيث تتحول البويضة الملقحة إلى مضغة ثم جنين (وتسمى هذه العملية أيضاً الحمل).	الرحم
المنطقة المغطاة بالشعر فوق الأعضاء التناسلية.	العانة
يحميان الأعضاء التناسلية الداخلية.	الشفران الكبيران
يقعان داخل الشفرين الكبيرين، ويغطيان فتحتي مجرى البول والمهبل.	الشفران الصغيران
يقع بين الشفرين الصغيرين، ويعطي شعوراً بالإثارة الجنسية والمتعة عند المداعبة ويساهم في وصول المرأة إلى النشوة.	البظر
القناة التي يتم من خلالها تصريف البول من المثانة.	الإحليل
الفتحة المؤدية إلى عنق الرحم حيث يتم الإيلاج خلال الجماع. وهو عبارة عن قناة مرنة، عضلية، تصل فتحة المهبل بعنق الرحم. وهي مبطنة بغشاء رقيق من الأنسجة القادرة على التمدد. وتقوم عدد بارثولين، التي تقع بجانب فتحة المهبل، بإفراز مخاط يعمل كمزلاقات أثناء الجماع.	المهبل
مجموعة من الأنسجة التي تحمي فتحة الرحم.	عنق الرحم
قطعة رقيقة من الأنسجة تغطي فتحة المهبل حيث يخرج الدم أثناء الدورة الشهرية. وعادة ما يتمزق عند أول جماع، أو يكون ليناً ومرناً فلا يحدث تمزق. يرتبط فقدان غشاء البكارة، في العادة، بفقدان عذرية الفتاة أو المرأة. ومع ذلك، قد يتم فض غشاء البكارة بدون جماع أو فقدان للعذرية.	غشاء البكارة

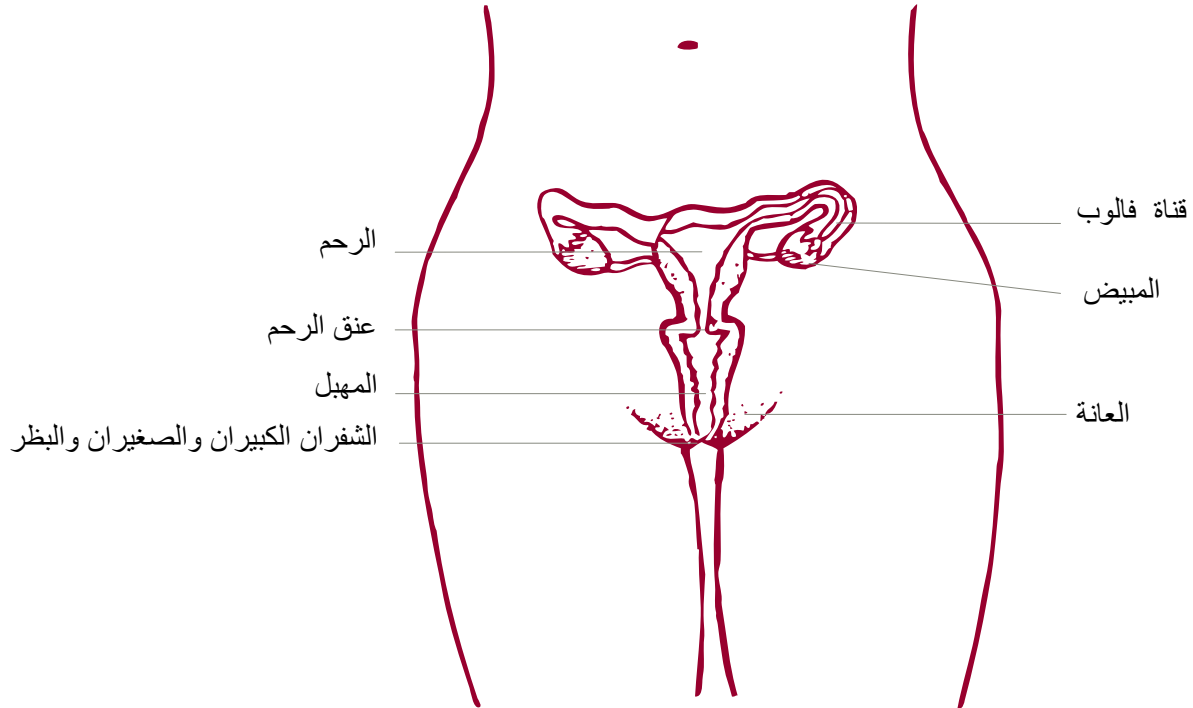
الملحق 15: بطاقات لشرح وظائف الجهاز التناسلي للذكر

ارجع إلى هذا الجدول عند إعداد البطاقات، وتأكد من أن حجم البطاقة مناسباً لحجم الرسم.

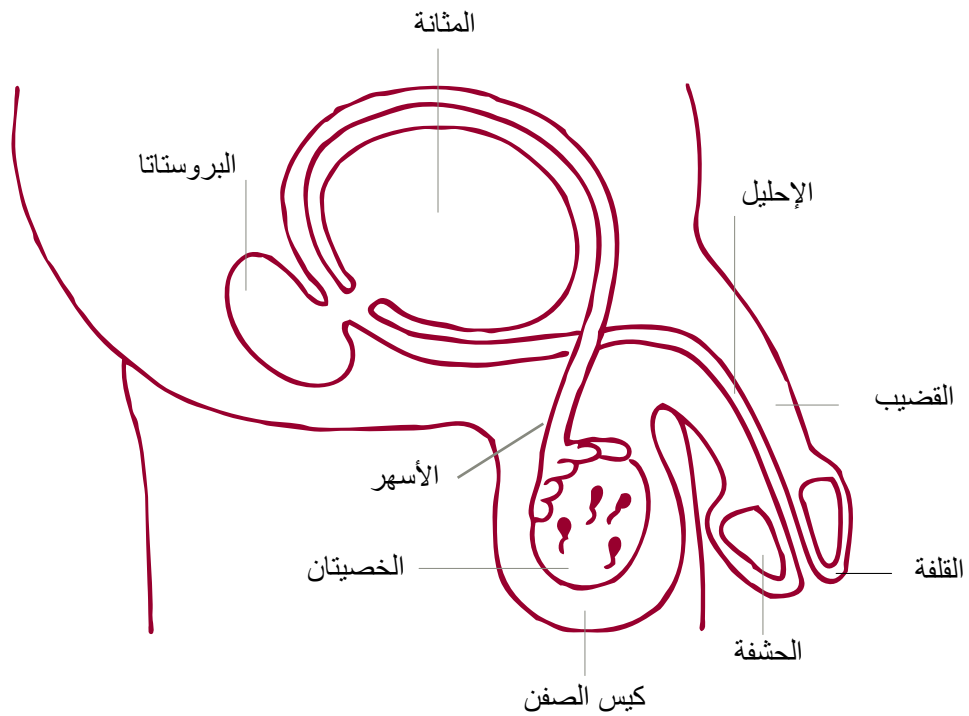
وظائفها	الأعضاء التناسلية للذكر
يقوم بنقل الحيوانات المنوية الناضجة إلى القناة الدافقة استعداداً للقذف	الأسهر
تنتج السائل اللازم لتغذية الحيوانات المنوية وتساعد على نقله عبر القناة الدافقة. إن إثارة البروستاتا قد يكون ممتعاً لكل من مغايري الجنس ومثلي الجنس. وتؤدي الإثارة إلى إفراز السائل البروستاتي. ويمكن ذلك من خلال مداعبة غدة البروستاتا برفق بالإصبع، أو القضيب، أو استخدام ألعاب جنسية داخل الشرج.	غدة البروستاتا
مسؤولتان عن إفراز هرمون التستوستيرون (هرمون الذكورة الأساسي)، وإفراز الحيوانات المنوية.	الخصيتان
هي عبارة عن أنبوب يربط بين الأسهر بالأحليل ويمر خلال غدة البروستاتا.	القناة الدافقة
هو الأنبوب الذي ينقل البول من المثانة إلى خارج الجسم. وفي الذكور، له وظيفة إضافية وهي قذف المنى عندما يصل الذكر إلى النشوة. وعند انتصاب القضيب أثناء ممارسة الجنس، يتم احتجاز البول، مما يسمح بقذف السائل المنوي عند الوصول إلى النشوة.	الإحليل
هو عضو جنسي خارجي يتكون من رأس القضيب، والحشفة، والقلفة. ويخرج منه البول والسائل المنوي. ويصل إلى نموه الكامل أثناء فترة البلوغ، بين عمر 14-17. وعند الإثارة، يمتلك القضيب بالدم وينتصب، مما يسهل عملية الإيلاج داخل المهبل أو فتحة الشرج أثناء الجماع.	القضيب
هذه هي المنطقة المنتفخة عند رأس القضيب وهي مكونة من نفس الأنسجة التي تكون البظر عند النساء. وهي حساسة للغاية وتساهم في زيادة المتع الجنسية.	الحشفة
قطعة من الجلد في الجزء العلوي من القضيب، تغطي وتحمي الحشفة. ويتم إزالة القلفة أثناء عملية الختان.	القلفة
كيس فضفاض من الجلد معلق خلف وتحت القضيب. ويحتوي على الخصيتين ويتحكم في درجة حرارتهما.	كيس الصفن

الملحق 16: تشريح الجهاز التناسلي للأنثى والذكر

الجهاز التناسلي للمرأة



المسالك التناسلية للذكر



الملحق 17: مرحلة البلوغ ووظائف الجهاز التناسلي

الشخص، وقد يصعب على بعض الشباب اجتيازها بدون تثقيف وإرشاد ودعم. ويمكن للتغيرات الجسدية والهرمونات التي تنطلق في مرحلة البلوغ أن يكون لها تأثير كبير على الاعتداد بالنفس، والمزاج، والتفاعل الاجتماعي.

من المهم أن نفهم ما يلي عن الفتيان:

- **الانتصاب** هو عملية امتلاء القضيب وهذا يحدث بسبب الإثارة الجنسية.
- **الاحتلام** هو القذف أثناء النوم – وهو تجربة عادية تماماً لا تدعو للقلق.
- **القذف** هو خروج السائل المنوي من القضيب المنتصب.
- **السائل المنوي** من بداية البلوغ، تبدأ الخصيتان في إنتاج الحيوانات المنوية تحت تأثير الهرمونات التي تفرزها الغدة النخامية. وتخرج الحيوانات المنوية من خلال الأسهر، وتحملها السوائل التي تفرزها غدة البروستاتا إلى الإحليل، ومنه إلى خارج الجسم.
- **الاستمناء** هو مداعبة وفرك الأعضاء التناسلية للوصول إلى النشوة.

تبدأ مرحلة البلوغ للفتيان والفتيات في بدايات المراهقة حيث تحدث التغيرات الجسدية سريعاً. وهي عملية يتحول فيها جسد الطفل إلى جسد يافع.

وتتسبب الهرمونات في حدوث هذه التغيرات الجسدية. وبالنسبة للفتيات، تبدأ مرحلة البلوغ في عمر 10 أو 11 عاماً تقريباً وتكتمل ببلوغ الفتاة 15 أو 16 عاماً. وتتميز هذه المرحلة لدى الفتاة ببداية مرحلة الإباضة والدورة الشهرية في عمر 12 أو 13 عاماً تقريباً، وقد يحدث هذا قبل أو بعد هذا العمر.

أما بالنسبة للفتيان، فتبدأ مرحلة البلوغ ما بين 11-12 عاماً تقريباً، ويحدث النضج الجنسي في حوالي عمر 16-17. وفي هذه المرحلة يقذف الفتى السائل المنوي للمرة الأولى، ويحدث هذا عادة في عمر 13 عاماً تقريباً، وقد يحدث قبله أو بعده. وغالباً ما يحدث القذف الأول أثناء النوم وهذا ما يُعرف باسم "الاحتلام".

مرحلة البلوغ قد تكون صعبة بالنسبة للفتيان والفتيات حيث تمر أجسادهم بالعديد من التغيرات كما أن فورة الهرمونات قد تؤثر على مزاجهم. وفي هذه المرحلة تتغير أجسامهم، وتخفت أصوات الفتيان. وغالباً ما تكون هذه المرحلة من المراحل الحساسة في حياة

الجلسة 7

فيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً

لمحة عامة

في هذه الجلسة، يُطلب من المشاركين التحدث عن مفاهيمهم ومعتقداتهم حول كيفية انتقال العدوى المنقولة جنسياً. ويحتوي الجزء الأول من الجلسة على تمارين لتبادل المشاركين معارفهم الحالية. وبعد ذلك، يمكنك، كميسر، تصحيح أي معلومات خاطئة.

ويتوجب عليك تشجيع المشاركة الكاملة في هذا التمرين.

يرجى الرجوع إلى الوثائق الداعمة قبل بدء الجلسة، وتذكر تقييم مهارات القراءة والكتابة لدى المشاركين حتى تقوم بتعديل التمرينات وفقاً لذلك (مع استبدال الكتابة بالصور عند الضرورة أو القيام بالاثنتين معاً).

النشاط: فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، والعدوى المنقولة جنسياً، وانتقال المرض، وإجراءات الوقاية وإتاحة الخدمات

الخطوة الأولى: تمرين مجلة الحائط (ساعة)

1. قم بتعليق لوحات الحائط المتعلقة بالموضوع (الملحق 19)
2. قم بأخذ عدة صفحات من مجلة ما، ثم اقطعها نصفين وامزج الورقيات. اطلب من المشاركين اختيار نصف صفحة بشكل عشوائي، ثم البحث في ما بينهم حتى يجد كل فرد من بحورته نصف الصفحة الآخر، وهذا الشخص يصبح هو شريكه في هذا التمرين.
3. اطلب من كل اثنين من المشاركين التوجه إلى إحدى لوحات الحائط وكتابة أجوبتهما على الأسئلة الموجودة على اللوحة باستخدام الأوراق اللاصقة للملاحظات.

الخطوة الثانية: إعطاء الأجوبة الصحيحة (ساعتان)

4. بعد انتهاء الجميع وعودتهم إلى مقاعدهم، اذهب إلى كل لوحة واقراء الأجوبة بصوت عالٍ. اسأل المجموعة عن صحة أو خطأ كل إجابة، وقم بتصحيح أية معلومات خاطئة.

الوقت

ثلاث ساعات



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- مناقشة العدوى المنقولة جنسياً وكيفية انتقالها، بدقة
- وضع قائمة بثلاثة على الأقل من العدوى المنقولة جنسياً
- تحديد الأعراض والمضاعفات المرتبطة بالعدوى المنقولة جنسياً للذكور والإناث
- وضع قائمة بالطرق المختلفة للإصابة وكيفية الوقاية من انتقال العدوى، والتعرف على كيفية علاج العدوى المنقولة جنسياً
- فهم ما يربط بين العدوى بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً
- وضع قائمة بالمفاهيم والمعتقدات الخاطئة الشائعة المرتبطة بفيروس نقص المناعة البشري

سوف تحتاج إلى

- لوحات الحائط التي تم إعدادها مسبقاً (الملحق 19)، وشريط لاصق، وأقلام ماركر ملونة، وأوراق لاصقة للملاحظات
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من



- الملحق 18: فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، والعدوى المنقولة جنسياً، الوقاية، والعلاج، والإحالة
- الملحق 19: مجلات حائط

الملحق 18: فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، والعداوى المنقولة جنسياً، والوقاية، والعلاج، والإحالة

ما هي العداوى المنقولة جنسياً؟

العداوى المنقولة جنسياً هي مجموعة من العداوى التي تسببها البكتيريا، والفيروسات، والفطريات التي يتم انتقالها أثناء العلاقة الجنسية الحميمة. وتتضمن الزهري والسلان، والمتدثرة الحثرية، والهربس البسيط، والتآليل التناسلية، والقريح، والتهاب مجرى البول، وقمل العانة.

وتصيب العداوى المنقولة جنسياً كل من الرجال والنساء، وقد تتسبب في معاناة كبيرة في حياة الأشخاص. وفي بعض الأحيان، قد يصاب الشخص بعدوى منقولة جنسياً دون أن يدري، حيث لا تكون هناك، أحياناً، أية أعراض في المرحلة المبكرة. وقد يؤدي هذا إلى مضاعفات ثانوية قد تسبب مشاكل صحية شديدة. وبدون علاج، قد يعدي الشخص شركاء جنسيين آخرين يجهلون إصابته بالعدوى، كما يمكن أن يكون الشخص مصاباً بعداوى متعددة.

والعداوى التي تسببها البكتيريا (السلان، والمتدثرة الحثرية، والزهري) يمكن معالجتها بالمضادات الحيوية. ومن الأساسي أن تتم معالجة الشريك الجنسي، في نفس الوقت، لتجنب عودة العدوى. ومن الضروري استكمال الدورة الكاملة من المضادات الحيوية الموصوفة، حيث يتسبب عدم استكمال العلاج في نشوء المقاومة للدواء. ولقد تزايدت بالفعل المقاومة لعلاج العداوى المنقولة جنسياً.

أما العداوى الفيروسية -الهربس، والتآليل التناسلية والتهاب الكبد بي- فلا يمكن علاجها بالمضادات الحيوية. ويمكن إزالة التآليل التناسلية بالمرهم والعلاج بالتبريد (التجميد)، ولكنها قد تعود من جديد لأن الفيروس يظل كامناً في الجسم، ويمكن أن ينشط في أي وقت. ويعتبر الهربس حالة من الحالات المزمنة حيث يتسبب في حدوث تقرحات مؤلمة في موضع الإصابة، قد تظهر من جديد على فترات زمنية منتظمة. وقد تتواجد التقرحات داخل المهبل، والقناة الشرجية، والقدم أو الجلد حول الأعضاء التناسلية والقدم. وقد يؤدي العلاج بالأدوية المضادة للفيروسات القهقرية مثل الأسيكلوفير إلى كبت الفيروس وتقليل وتيرة هجمات التقرحات المؤلمة.

التهاب الكبد البائي قد تكون له أعراض، أو يأتي بلا أعراض. وهناك بعض العلاجات المتاحة، مثل الأدوية المضادة للفيروسات القهقرية، إلا أنه من العداوى المزمنة التي قد تتسبب في حدوث ضرر دائم للكبد. ولحسن الحظ، هناك لقاح يمكنه وقاية الأشخاص من الإصابة بالتهاب الكبد البائي، ويجب توعية جميع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجل بضرورة الحصول عليه.

وسائل الانتقال

تنتقل بعض العداوى المنقولة جنسياً خلال الاتصال الجنسي -المهلي، والشرجي، والفموي. ومن العداوى التي تنتقل بهذه الطريقة السلان، والزهري، والمتدثرة الحثرية، إلى جانب التهاب الكبد البائي، والتآليل التناسلية، والهربس. ويمكن انتقال البعض منها بدون اتصال جسدي (مهلي، أو شرجي، أو فموي)، من خلال ملامسة الجلد للجلد، مثل التآليل التناسلية، والهربس، وقمل العانة.

ويتم انتقال فيروس نقص المناعة البشري بشكل رئيسي خلال ممارسة الجنس المهلي أو الشرجي وفي حالات نادرة جداً الجنس الفموي. وقد يتم انتقال الفيروس من الأم للطفل خلال الحمل، والولادة، والرضاعة الطبيعية. غير أنه يمكن من خلال الدعم والعلاج الصحيح، خفض خطر انتقال فيروس نقص المناعة البشري من الأم إلى الطفل بشكل كامل تقريباً. وينتقل فيروس نقص المناعة أيضاً عند تبادل متعاطي المخدرات المحاقن والتي تحتوي على كميات صغيرة من الدم المصاب بالفيروس. وأخيراً، قد يصاب الشخص الذي يتعرض لنقل الدم بالفيروس، إذا لم يتم اختبار الدم جيداً للكشف عن فيروس نقص المناعة البشري. ولحسن الحظ، فمع الاختبارات التي تجرى، بصورة صحيحة، للدم المتبرع به للكشف عن فيروس نقص المناعة البشري، تنعدم مخاطر انتقال الفيروس عن طريق نقل الدم.

الأعراض الشائعة للعداوى المنقولة جنسياً (للرجال والنساء)

- الإحساس بالحرقان خلال التبول
- إفرازات ملونة ذات رائحة كريهة، ونجيج من الأعضاء التناسلية
- ألم أسفل البطن
- قرح وتقرحات مؤلمة على الأعضاء التناسلية أو الفم. وبشكل عام، فإن القرح والتقرحات التي يسببها الزهري لا تكون مؤلمة. أما تلك التي يسببها الهربس فتكون مؤلمة جداً
- الحكة حول منطقة الأعضاء التناسلية والشرج
- الحمى -إما حرارة مرتفعة أو منخفضة عن حرارة الجسد
- الألم خلال الاتصال الجنسي
- الطفح الجلدي

تذكر: بعض المصابين بعدوى من العداوى المنقولة جنسياً قد لا يعانون من أية أعراض، غير أنه بوسعه نقل العدوى للشريك الجنسي. مضاعفات العداوى المنقولة جنسياً غير المعالجة (للرجال والنساء)

- العقم، خاصة للنساء
- تلف لا رجعة فيه للأعضاء الحيوية في الجسم (القلب، والمخ، والجهاز العصبي، والكبد)
- الإجهاد التلقائي أو الحمل خارج الرحم (النساء)
- سرطان الرحم (النساء)
- الوفاة -بسبب فيروس نقص مناعة البشري، الزهري، والتهاب الكبد بي

أساليب وقائية

- ارتداء الواقي الذكري عند الإيلاج يحمي بصورة كبيرة من العداوى المنقولة جنسياً رغم عدم حمايته تماماً من الإصابات والالتهابات الجنسية (لأنه لا يغطي كامل المنطقة التناسلية المعرضة للإصابة).
- يغطي الواقي الأنثوي، بالفعل، الأعضاء التناسلية الأنثوية الخارجية. وقد يترك في مكانه ليضعه ساعات إذا ما أراد الزوجان ممارسة الجنس أكثر من مرة. ويمكن استخدامه للجنس الشرجي.
- الحد من عدد الشركاء الجنسيين يخفض من مخاطر التعرض لأي من المصابين بالعداوى المنقولة جنسياً.

الملحق 18: فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، والعداوى المنقولة جنسياً، والوقاية، والعلاج، والإحالة

بعض المعتقدات والمفاهيم الخاطئة حول العداوى المنقولة جنسياً

تصيب النساء فقط	غير صحيح: يمكن إصابة الرجال والنساء بالعداوى المنقولة جنسياً
ممارسة الجنس مع فتاة قاصر لا يتسبب في انتقال العدوى الجنسية	غير صحيح: تنتقل العدوى من خلال الاتصال الجنسي مع شخص مصاب، بصرف النظر عن الفئة العمرية، والنوع الاجتماعي، واللون. والاتصال الجنسي مع فتاة قاصر قد يصيبها بأضرار دائمة حيث أنها لا تزال في مرحلة النمو الجسدي والعاطفي. وفي أكثرية البلدان، يعتبر غير قانوني أيضاً.
استخدام وسائل منع الحمل يحمي المرأة من العداوى المنقولة جنسياً	غير صحيح: لا توفر وسائل منع الحمل الهرمونية أي حماية من العداوى المنقولة جنسياً. أما الواقي الأنثوي فله فاعلية عالية حيث يحد من مخاطر الإصابة لحمايته الجدار المهبلية علاوة الأعضاء التناسلية الخارجية. ويقدم الواقي الذكري بعض الحماية من انتقال العداوى المنقولة جنسياً أيضاً.
العلاج بالأعشاب هو أفضل علاج للعداوى المنقولة جنسياً	غير صحيح: لا توجد أي أدلة على فعاليتها، في حين أن هناك علاجات تمت تجربتها واختبارها يمكن للعاملين الصحيين وصفها لمعالجة العداوى المنقولة جنسياً (انظر المعلومات أعلاه).
النظافة الشخصية الجيدة هي أفضل وقاية من العداوى المنقولة جنسياً	غير صحيح: تعد النظافة مهمة لكنها لا تحمي من العداوى المنقولة جنسياً.
النظافة تشفي العداوى	غير صحيح: ولكن، في المرحلة المبكرة للزهري عندما تكون هناك، عادة، قرح غير مؤلمة تسمى بالقرحة التناسلية أو تقرحات بسبب الهربس، فإن النظافة قد تقي من حدوث العداوى الثانوية بالبكتيريا التي تتسبب في المزيد من الألم.

خدمات العداوى المنقولة جنسياً، حيث يمكن معالجتهما في آن واحد. وهو أمر لا يحدث دائماً، خاصة إذا ما تمت ممارسة الجنس مع شريك عابر. ومن المهم التزام الشريكين حتى تنجح المعالجة.

- قد يتم انتقال العداوى المنقولة جنسياً من الأم إلى طفلها وبالتالي يجب فحص النساء الحوامل وشركائهن لاكتشاف العداوى المنقولة جنسياً مثل الزهري. كما يتوجب خضوع النساء وشركائهن أو أزواجهن لفحص فيروس نقص المناعة البشري.
- تحتاج المرأة الحامل المتعايشة مع فيروس نقص المناعة البشري إلى الدعم والعلاج التخصصي للحد من خطورة إصابة الطفل بالفيروس.
- إذا ما شك أي شخص بإصابته بقمل العانة، فيجب تجنب مشاركة كثة لأغطية الفراش، والمناشف، والملابس حتى يتم علاجه بشكل كامل.

ما هو فيروس نقص المناعة البشري؟

يهاجم فيروس نقص المناعة البشري الجهاز المناعي للجسم ووظائفه. ومن ثم يصاب الجهاز المناعي بالضعف ولا يقو على محاربة العدوى، ومنها البكتيريا الطبيعية التي تعيش عادة بهدوء في الجسم دون أن تسبب أي مشاكل للمضيف. ومع مرور الوقت، يطور الجسم العداوى الانتهازية (البكتيريا والجراثيم الأخرى التي تستغل فرصة ضعف الجهاز المناعي وتصيب الجسم)، علاوة على السرطانات التي قد تسبب الوفاة إذا لم تتم معالجتها.

- تجنب ممارسة الجنس مع أي شخص أثناء فترة علاجه من عدوى منقولة جنسياً، مع التأكد من خضوع جميع الشركاء الجنسيين، لمن تم تشخيصه بعدوى منقولة جنسياً، للاختبار والعلاج.
- من المهم عدم تبادل شفرات الحلاقة ومعدات الحقن.

المعالجة

- إذا ماساورت الشكوك أي شخص في احتمال إصابته بعدوى منقولة جنسياً، فيجب عليه التماس المساعدة الطبية للخضوع للفحص والعلاج. تذكر، قد تؤدي العداوى المنقولة جنسياً غير المعالجة إلى عواقب وخيمة، لذا يُعتبر العلاج المبكر أمراً أساسياً لحماية الصحة والرفاه.
- قد يكون العاملون في مجال توعية الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، على دراية بأماكن توافر خدمات الرعاية الصحية ومقدميها ممن يتعاملون بود وترحاب بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، ويمارسون أفضل سبل اختبارهم وعلاجهم. ومن غير المعتاد أخذ مساحات من الحلق أو فتحة الشرج من الرجال الذين تقتصر ممارساتهم الجنسية على النساء، ولكنه أمراً أساسياً للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال فموياً أو شرجياً.
- التأكد من تناول جميع العلاجات كما وصفت تماماً وإلا فقد تعود العدوى مرة ثانية.
- يمتثل الوضع المثالي في حضور الشريكين إلى محل تقديم

الملحق 18: فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، والعدوى المنقولة جنسياً، والوقاية، والعلاج، والإحالة

ما هو الإيدز؟

الإيدز هو اختصار لما هو معروف بمتلازمة نقص المناعة المكتسب. وتعني كلمة مكتسب أن ما يسببه هو عدوى من خارج الجسم. وتعني نقص المناعة أن العدوى تسبب ضعف الجهاز المناعي وعدم اضطراره بوظائفه الطبيعية. وتعني متلازمة أن فيروس نقص المناعة البشري لا يسبب مرضاً واحداً ولكن مجموعة من العدوى، والسرطانات، والأمراض المختلفة.

ومع التقدم المحرز في مجال العلاج، يمكن معالجة أكثرية العدوى والأمراض التي يسببها فيروس نقص المناعة البشري إذا تم التشخيص في وقت مبكر، وكان العلاج الصحيح متاحاً. والأهم من ذلك، فإن ضمان قيام من يعاني من أمراض ناجمة عن فيروس نقص المناعة البشري، بتلقي ما وصف له من علاج بمضادات الفيروسات القهقرية يعد أمراً أساسياً لاستعادته صحته. ويكبت العلاج بمضادات الفيروسات القهقرية فيروس نقص المناعة البشري وبالتالي يحول دون إضعافه للجهاز المناعي. وهو علاج يسمح باستعادة الجسم وظيفته المناعية الطبيعية، ولكن بدون أي معالجة، أو بدون المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية، يتعرض المصاب بالإيدز إلى الوفاة.

أين يعيش الفيروس داخل الجسم؟

قد نجد فيروس نقص المناعة البشري في جميع السوائل الواردة في القائمة أدناه. إلا أن السوائل المطبوعة بالبنط العريض هي فقط التي تحتوي على كمية كافية لانتقال فيروس نقص المناعة البشري إلى شخص آخر من خلال الاتصال الجنسي غير المحمي، أو عملية نقل الدم، أو تبادل معدات الحقن، أو من الأم إلى الطفل. ولا يمكن العدوى بفيروس نقص المناعة البشري عن طريق العرق، أو الدموع، أو اللعاب، أو بول شخص متعايش مع فيروس نقص المناعة البشري.

الدم	الدموع
السائل المنوي	البول
السوائل المهبلية	العرق
حليب الثدي	اللعاب

ماذا يحدث عندما يدخل الفيروس الجسم؟

ما أن يغزو فيروس نقص المناعة البشري الجسم، حتى يبدأ بتدمير، ضمن أشياء أخرى، خلايا الدم البيضاء التي تساعد على حمايتنا من العدوى ومن بعض السرطانات. وخلايا الدم البيضاء المستهدفة من الفيروس هي المعروفة بخلايا تي اللمفاوية أو خلايا CD4. ومع تزايد وتكاثر فيروس نقص المناعة البشري يتم تدمير المزيد من خلايا CD4 مؤدياً إلى ضعف الجهاز المناعي.

هل يبقى الفيروس حياً خارج الجسم؟

لا يبقى الفيروس حياً خارج الجسم لفترة طويلة. وعلى سبيل المثال، فهو لا يظل على قيد الحياة لفترة تزيد عن 45 دقيقة في الهواء الطلق، و15 دقيقة في درجة حرارة 60.

كيف يتم انتقال فيروس نقص المناعة؟

يقدم الجدول في الصفحة 48 ملخصاً للطرق المختلفة لانتقال فيروس نقص المناعة البشري، وتلك التي لا ينتقل الفيروس من خلالها.

مراحل الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري

المرحلة 1: انقلاب تفاعلية المصل. من ثلاثة إلى ستة أسابيع بعد الإصابة، يشعر العديد من الأشخاص بأعراض تشبه أعراض الأنفلونزا (حمى، وغدد متورمة، وطفح جلدي، وآلام بالعضلات والمفاصل، وتعب، وصداغ). وكلها تكون نتيجة التضاعف السريع لفيروس نقص المناعة البشري في الجسم وعدم لحاق الجهاز المناعي من إنتاج الأجسام المضادة لمحاربة العدوى.

ويطلق على كمية فيروس نقص المناعة البشري في الدم بالحمل الفيروسي لفيروس نقص المناعة البشري. وعندما تكون درجة الحمل الفيروسي عالية جداً، تزداد خطورة انتقال الفيروس. وبالمثل عند انخفاض درجة الحمل الفيروسي، تنخفض كثيراً احتمالات انتقال الفيروس. وخلال فترة انقلاب تفاعلية المصل، يكون الحمل الفيروسي عالياً جداً. وفي الواقع، فإن الكثيرين يلتقطون العدوى خلال هذه الفترة نظراً لجهل المصاب بإصابته بفيروس نقص المناعة البشري.

وإذا خضع أي شخص يحتمل تعرضه للعدوى، لفحص فيروس نقص المناعة البشري خلال الأسبوعين الأولين أو الثلاثة أسابيع الأولى، فمن المرجح جداً أن تظهر النتيجة سلبية حتى وإن كان مصاباً بالفعل بالفيروس. وهذا لأن فحص فيروس نقص المناعة البشري، الأكثر استخداماً، هو فحص يبحث عن الأجسام المضادة لفيروس نقص المناعة البشري ولا يبحث عن الفيروس نفسه. وحتى يقوم الجسم بإنتاج الأجسام المضادة تظل نتيجة هذا الاختبار بالذات سلبية.

بعد الإصابة، يبدأ الجسم في غضون أربعة أسابيع، في إنتاج الأجسام المضادة لفيروس نقص المناعة البشري. وإذا ما أجري الشخص فحص فيروس نقص المناعة البشري خلال هذه الفترة، فعلى الأغلب ستكون هناك أجسام مضادة لفيروس نقص المناعة البشري وتكون نتيجة الفحص إيجابية. وعادة ما ينصح بانتظار أربعة أسابيع بعد الوقت المحتمل للإصابة لإجراء فحص الكشف عن الأجسام المضادة لفيروس نقص المناعة البشري. وتشير الأبحاث إلى أن 95% من الإصابات بفيروس نقص المناعة البشري تظهر في الفحوصات التي تجرى في هذا التوقيت. أما إذا أجري الفحص بعد أربعة أسابيع وكانت النتيجة سلبية، فلا بد من إعادة الفحص بعد أربعة أشهر لأن بعض الأشخاص لا يتم إنتاج الأجسام المضادة لديهم إلا بعد مرور أربعة أسابيع.

المرحلة 2: مرحلة اللاأعراض أو مرحلة الكمون السريري بعد

الإصابة الأولية، يكون الجسم قادراً، عادة، على كبت فيروس نقص المناعة البشري لأن جهاز المناعة لا يزال قوياً. وخلال هذه الفترة، قد يشعر الشخص بأن صحته جيدة، وقد تظهر، أو لا تظهر، بعض المشاكل الصحية التي قد تشير إلى إصابته بالفيروس. وتعني "اللاأعراض" عدم ظهور أية أعراض. وإذا لم يخضع الشخص لفحص فيروس نقص المناعة البشري، فيحتمل أن يظل جاهلاً بإصابته. وقد تستمر هذه المرحلة لفترة تتراوح ما بين ثلاث إلى عشر سنوات. وخلال هذه الفترة يقوم فيروس نقص المناعة البشري، ببطء، بتدمير جهاز المناعة إلى درجة تصل إلى تدمير الدفاعات الطبيعية للجسم. وعند نهاية مرحلة اللاأعراض، يزداد الحمل الفيروسي وتبدأ إصابة الشخص بالأمراض نتيجة لضعف جهاز المناعة.

الملحق 18: فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، والعداوى المنقولة جنسياً، والوقاية، والعلاج، والإحالة

لا	نعم	يتم الانتقال فيروس نقص المناعة البشري من خلال
✓		لدغ الحشرات؟
	✓	الإيلاج الجنسي دون وقاية مع شخص مصاب بفيروس نقص المناعة البشري؟
✓		تبادل أدوات الطعام والطبخ؟
✓		التنفس؟
	✓	من أم حامل مصابة ولا تتلقى العلاج إلى الجنين/الطفل خلال الحمل، والولادة، والرضاعة الطبيعية؟
	✓	عملية نقل دم مصاب بفيروس نقص المناعة البشري؟
✓		السعال؟
✓		المعانقة؟
✓		القبلة الفرنسية؟
✓		القبلة على الخد؟
✓		تبادل الملابس الداخلية؟
✓		ممارسة الاستمناء؟
	✓	رسم وشم بمعدات غير معقمة مصابة بفيروس نقص المناعة البشري؟
	✓	تبادل معدات الحقن والأدوات المتعلقة بالحقن غير المعقمة
✓		الحياة اليومية: المصافحة، ومشاركة الطعام، وتناول المشروبات في الأماكن العامة؟
✓		استخدام الأدوات الجراحية النظيفة والمعقمة؟
✓		ممارسة الاستمناء المتبادل والإثارة الجنسية دون الإيلاج؟

■ أي شخص يكون على وشك الخضوع لإجراءات طبية جراحية، مثل العمليات الجراحية، أو الغسيل الكلوي أو علاج السرطان

■ الأطفال الذين ولدوا لأم مصابة. وفي هذه الظروف، عادة ما ينتظر حتى مرور من 10 إلى 12 شهراً قبل إجراء فحص للكشف عن الأجسام المضادة، حيث أن الجهاز المناعي لدى الأطفال لا ينمو بشكل جيد وقد يستغرق إنتاج الأجسام المضادة عدة أشهر. وإذا أمكن، فمن المستحسن إجراء فحص للكشف عن الأجسام المناعية، وهو فحص يبحث في جود الفيروس نفسه، ويمكن إجراءه في وقت مبكر جداً.

المرحلة 3: الإيدز في هذه المرحلة، تظهر على المريض الأعراض السريرية، ويصاب بالأمراض المهددة للحياة والتي قد تشمل العداوى الانتهازية والسرطانات. وبدون العلاج بمضادات الفيروسات القهقرية، قد تستمر هذه المرحلة ما بين بضعة أشهر وعدة سنوات. أما إذا تم العلاج فور ظهور الأعراض، فيزيد احتمال قدرة الأدوية على خفض الحمل الفيروسي مما يسمح بتعافي الجهاز المناعي. وبدون علاج، يتعرض الشخص المتعايش مع الإيدز إلى الوفاة.

من يتوجب عليه إجراء الفحص، وما هي فوائد التشخيص المبكر؟

■ إن التشخيص المبكر للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري له فوائد عديدة، أقلها أن الشخص المتعايش مع الفيروس يمكنه، بصورة متواصلة، الحصول على دعم من قبل مقدمي الرعاية الصحية، وإجراء الفحوصات الصحية. كما يساعد التشخيص المبكر على معالجة التلف المناعي. وقد أظهرت البحوث، بصورة واضحة، فوائد العلاج المبكر بمضادات الفيروسات القهقرية قبل ظهور المرض على الشخص المصاب. الشخص المتعايش مع الفيروس والذي يتلقى العلاج بمضادات الفيروسات القهقرية يتوقع له أن يعيش، تقريباً، حياة طبيعية، ولكن مع الأسف، يموت الكثيرون نتيجة إصابتهم بفيروس نقص المناعة البشري بسبب عدم تشخيص حالتهم أو تأخر التشخيص، أو عدم توافر العلاج بمضادات الفيروسات القهقرية.

■ أي شخص يريد معرفة حالته بالنسبة لفيروس نقص المناعة البشري

■ أي شخص يعتقد احتمال تعرضه للإصابة بالفيروس نتيجة لممارسته الجنس غير المحمي

■ الشخص المتعاطي المخدرات حقناً وممارس تبادل الإبر والمحاقن

■ شخص في السجن تعرض للإصابة بالفيروس نتيجة ممارسته الجنس غير المحمي مع سجين آخر، أو تعرض للعنف الجنسي

■ أي شخص تم الاعتداء عليه جنسياً واعتصابه. ويجب القيام بالفحص وقت الاعتصاف ثم مرة أخرى بعد ثلاثة أشهر

■ أي شخص يريد ممارسة الجنس غير المحمي مع شريك جديد، إما بسبب شروع في الزواج، وتكوين أسرة وإنجاب الأطفال، أو بعد علاقة طويلة دامت مع شخص واحد

الملحق 18: فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، والعدوى المنقولة جنسياً، والوقاية، والعلاج، والإحالة

العلاج بمضادات الفيروسات القهقرية للوقاية من العدوى إن استخدام أسلوب الوقاية المركبة يعني أن خدمات الوقاية لا بد وأن تشتمل على المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية، وذلك لغير المصابين، لوقايتهم من التقاط عدوى فيروس نقص المناعة البشري.

ومن خلال عمل مضادات الفيروسات القهقرية على خفض كمية الفيروس في الدم وتقليل إفرازات الجسم، تقوم هذه المضادات أيضاً بمنع انتقال الفيروس من الأشخاص الإيجابيين له إلى الشركاء الجنسيين غير المصابين. وتوصي منظمة الصحة العالمية بضرورة حصول جميع المتعايشين مع فيروس نقص المناعة البشري على المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية مهما كانت مرحلة المرض أو عدد خلايا CD4.

المعالجة المركبة من مضادات الفيروسات القهقرية يمكن استخدامها كوسيلة وقائية قبل وبعد الإصابة للحماية من عدوى فيروس نقص المناعة البشري.

المعالجة الوقائية قبل التعرض للعدوى هو أسلوب لوقاية غير المصابين المعرضين بصورة كبيرة لخطر العدوى بفيروس نقص المناعة البشري، ويتمثل في تناولهم لقرص واحد من الدواء يومياً. ويحتوي هذا القرص على عقارين (تينوفوفير Tenofvir وأمتريسيتابين Emtricitabine) واسمه التجاري هو ("تروفادا Truvada")، ويدخل هذان العقاران في تركيبة علاجية أخرى تعالج فيروس نقص المناعة البشري. وعندما يتعرض أي شخص لعدوى فيروس نقص المناعة البشري من خلال الجنس أو تعاطي المخدرات حقناً، تعمل هذه العقاقير على منع تحول الفيروس إلى عدوى دائمة.

وفي حال تناول هذه المعالجة الوقائية، بصورة مستمرة، قبل التعرض للعدوى، ينخفض خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري بين المعرضين له إلى 92%. وتقل فعالية هذه المعالجة الوقائية بدرجة كبيرة في حال عدم الاستمرارية.

إن المعالجة الوقائية قبل التعرض للعدوى هي أداة قوية للوقاية من فيروس نقص المناعة البشري، وعند جمعها مع استخدام الواقي الذكري وسائر طرق الوقاية، تعطي وقاية أكبر من تلك التي تقدمها عند استخدامها منفردة. وعلى من يلجأ إلى هذه المعالجة الوقائية قبل التعرض للعدوى، الالتزام بتناولها يومياً، والمتابعة، كل ثلاثة أشهر مع أي من مقدمي الرعاية الصحية.*

وبالرغم من الفوائد المؤتاة من معرفة الوضع بالنسبة لفيروس نقص المناعة البشري، إلا أن وقع معرفة التشخيص، على الشخص، ليس بالأمر السهل. وقد يستغرق المثول للتعايش مع الفيروس الكثير من الوقت، ويحتاج إلى دعم الأهل والأحبة، والأصدقاء.

المشورة والفحص الطوعي أشارت البحوث أيضاً إلى أن طريقة اكتشاف الأشخاص لإصابتهم تؤثر على قدرتهم على التعايش مع فيروس نقص المناعة البشري، والتعامل معه بعد ذلك. وقبل إجراء الفحص، يحتاج الشخص إلى فهم ما يجري حوله، وما الذي سيكشفه أو لا يكتشفه الفحص، وفي حالة ما كانت النتيجة إيجابية، يحتاج إلى معرفة نوع الدعم الذي يمكن أن يتوافر له. وحتى بالنسبة لمن يظهر الفحص سلبيتهم للفيروس، فقد تؤثر هذه التجربة على سلوكياتهم وغالباً ما تجعلهم يبتعدون عن ما تسبب، في المقام الأول، في خضوعهم لإجراء الفحص. ولهذا يوصي بإعطاء الفرصة لمن سيقوم بإجراء الفحص، بالتحدث عن همومه ومعرفة ما يحتاج من معلومات من خلال جلسة توعية يتم عقدها قبل إجراء الفحص. المشورة والفحص الطوعي يقوم بهما أشخاص مدربون على تقديم الدعم طوال الوقت الذي تستغرقه عملية إجراء الفحص.

ووفقاً لأسلوب "الوقاية من خلال المعالجة"، فإن الاستراتيجية المشار إليها هنا وهي "فحص وابدأ" تشمل الفحص والبدء فوراً في إعطاء المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية لكل من تثبت إيجابيته للفيروس، بغض النظر عن ما أسفر عنه تعداد الخلايا CD4 أو المرحلة السريرية كما وصفتها منظمة الصحة العالمية. وهذه الاستراتيجية، فعالة في تحسين صحة إيجابيي الفيروس من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وفي إيقاف انتقال الفيروس، ولاسيما في المناطق التي يتوطن فيها.

أنواع الفحوصات

فحوصات الأجسام المضادة وهي أكثر فحوصات فيروس نقص المناعة البشري شيوعاً، وتبحث عن الأجسام المضادة لفيروس نقص المناعة البشري في الجسم، لا عن الفيروس نفسه. ويقوم فحص إلزرا (اختبار قياس الامتصاص المناعي المرتبط بالإنزيم)، والفحص السريع، وفحص لطفة ويسترن، بالبحث عن الأجسام المضادة لفيروس نقص المناعة البشري في الدم.

فحوص الأجسام المناعية تبحث في الدم عن فيروس نقص المناعة البشري نفسه لا مجرد الأجسام المضادة. ولذا يمكن اللجوء إليها بعد الإصابة بفترة قصيرة (بين أسبوع إلى ثلاثة أسابيع) بدلاً من الانتظار بضعة أشهر حتى تظهر الأجسام المضادة. وتكشف تقنية تفاعل البوليمراز التسلسلي، على سبيل المثال، المواد الجينية لفيروس نقص المناعة البشري نفسه وتستطيع تحديد وجود الفيروس في الدم خلال أسبوعين أو ثلاثة أسابيع.

الملحق 18: فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، والعدوى المنقولة جنسياً، والوقاية، والعلاج، والإحالة

- إذا لم يكن هناك التزاماً بتناول مضادات الفيروسات القهقرية وفقاً للتعليمات، فقد تظهر مقاومة لها ومن ثم تفقد المعالجة فعاليتها. إن الالتزام بأي دواء هو نوع من أنواع التحدي الذي يجب التصدي له، وينطبق هذا أيضاً على المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية. وفي بعض الأحيان، يتعين على الشخص إخفاء الأدوية عن أسرته وأحبائه، وهذا بدوره يؤثر على التزامه باستمرارية تناوله للعلاج.
 - وهناك تحدياً آخر يتمثل في تكلفة المعالجة. وفي الكثير من البلدان، وليس جميعها، تكون المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية من الخط العلاجي الأول والثاني مجانية. وتعتبر منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا واحدة من المناطق التي تقل فيها كثيراً سبل تقديم الخدمات من حيث إتاحة المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية.
- وإلى جانب المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية، من المهم للصحة والرفاه، الاهتمام بالتغذية الجيدة والاحتياجات النفسية والروحية.

المعالجة الوقائية بعد التعرض للعدوى تفيد غير المتعاشين مع فيروس نقص المناعة البشري الذين يخشون من تعرضهم للعدوى ويطلبون الوقاية منها. وينبغي تناول مضادات الفيروسات القهقرية خلال 72 ساعة بعد التعرض واستمرار تناولها لمدة ثلاثة أشهر. وفي حال ممارسة أي شخص للجنس غير المحمي، ويخشى الإصابة بعدوى فيروس نقص المناعة البشري، فإن انتظاره لشهرين أو ثلاثة قبل إجراء الفحص سيمثل له نوعاً شديداً من العذاب. وقد أثبتت البحوث أنه بالمعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية يمكن الحد من مخاطر إصابة الشخص الذي تعرض للفيروس. وفي الكثير من البلدان، عادة ما يتم تقديم المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية لضحايا الاعتداءات الجنسية فور تعرضهم للاغتصاب، في محاولة لوقايتهم من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري. وعادة أيضاً يكون من المستحيل معرفة ما إذا كان المغتصب مصاباً بالفيروس. ولذلك، يستحسن معالجة جميع الضحايا بمضادات الفيروسات القهقرية للحد من المخاطر.

هل هناك سبيل للشفاء من فيروس نقص المناعة البشري، أو أي لقاح له، وكيف تتم معالجته؟

في الوقت الحالي، لا يوجد أي لقاح يحد من خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري، ولا شفاء منه. إلا أن مضادات الفيروسات القهقرية فعالة جداً في كبت الفيروس، ونتيجة لذلك ينخفض الحمل الفيروسي لفيروس نقص المناعة البشري، وعندما يصل مستواه إلى درجة لا تسمح باكتشافه، يقل بشدة خطر انتقال الفيروس من الشخص المصاب إلى شريكه الجنسي. وتتناول مضادات الفيروسات القهقرية، يمكن للمتعايش مع فيروس نقص المناعة البشري توقع امتداد عمره بصورة طبيعية.

والمعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية لا تخلو من المشاكل:

- إن توليفة الأدوية المكونة لمضادات الفيروسات القهقرية لها أعراض جانبية مختلفة قد يكون بعضها خطراً. ولذا كان من المهم قيام مقدمي الرعاية الصحية بالرصد المنتظم لضمان إمكانية استمرار الشخص في تلقي مضادات الفيروسات القهقرية طوال فترة حاجته إليها.

- الرابط ما بين الإيدز وسائر العدوى المنقولة جنسياً على المستوى العالمي، تنتقل عدوى فيروس نقص المناعة البشري من خلال الجنس – وتعد هذه العدوى واحدة من العدوى المنقولة جنسياً.
- طرق انتقال فيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً تتشابه في كثير من النواحي، وكذلك طرق الوقاية منها.
- الجروح والتقرحات على الأعضاء التناسلية الناجمة عن أي عدوى منقولة جنسياً تزيد من خطر انتقال فيروس نقص المناعة البشري.
- العلاقات مع شركاء جنسيين متعددين تزيد من خطر التعرض لالتقاط عدوى فيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً.
- هناك ارتباط وثيق، أو علاقة قريبة، بين إصابة الأشخاص بالزهري وإصابتهم أيضاً بفيروس نقص المناعة البشري.

المعتقدات الخاطئة	الأجابات
العلاقة الجنسية مع فتاة/فتى قاصر تشفي من الإيدز	لا تشفي العلاقة الجنسية مع فتاة أو فتى قاصر من فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز، ولا تقدم أية الوقاية من الإصابة.
لا يوجد الإيدز في مجتمعاتنا	لا يميز فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز بين الفئات العمرية، أو النوع الاجتماعي الخ. والعلاج الوحيد هو المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية
العلاقة الجنسية بين الرجال هي الطريقة الوحيدة للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري/الإيدز	جميع البلدان بها إصابات بفيروس نقص المناعة البشري
يمكن الوقاية من العدوى بتجنب الإيلاج الجنسي أو توقف الإيلاج الجنسي (الانسحاب قبل القذف)	أي علاقة جنسية مع شريك متعايش مع فيروس نقص المناعة البشري، تعد خطرة، سواء كانت بين شخصين من نفس الجنس أو من جنس مختلف
	أي اتصال بالأعضاء التناسلية أو إيلاج جنسي حقيقي في المهبل أو الشرج بدون قذف يعد خطراً. كما أن الجنس الفموي خطر، ولاسيما إذا ما تم القذف في الفم أو كانت هناك قرحات بالفم.

الملحق 19: مجالات الحائط

- الصحيفة 1:** ضع قائمة بجميع العدوى المنقولة جنسياً التي سمعت عنها. وقم بتقسيمها إلى مجموعتين: عدوى تسببها البكتيريا، وعدوى تسببها الفيروسات
- الصحيفة 2:** كيف يمكنك معرفة (سواء كنت ذكراً أم أنثى) ما إذا كنت أصبت بعدوى منقولة جنسياً؟ وما هي الأعراض؟
- الصحيفة 3:** صح أم خطأ – طرق انتقال العدوى المنقولة جنسياً

يتم الانتقال من خلال	صح	خطأ	ما هي العدوى المنقولة جنسياً التي يمكن انتقالها بهذه الطريقة؟
الإيلاج الجنسي دون وقاية مع شخص مصاب بفيروس نقص المناعة البشري			
التعرض لدم مصاب بفيروس نقص المناعة البشري من خلال عملية نقل الدم أو تبادل معدات الحقن			
ممارسة الجنس الفموي غير المحمي			
تبادل ممارسة الاستمناء			
العطس			
مشاركة أغطية الفراش/المناشف والملابس الداخلية			
الانتقال من الأم للطفل			
المعالجة بأدوات جراحية غير معقمة عقب استخدامها في معالجة شخص مصاب بفيروس نقص المناعة البشري			
مقاعد المراحيض			

- الصحيفة 4:** على المدى الطويل، ما هي نتائج عدم معالجة العدوى المنقولة جنسياً وفيروس نقص المناعة البشري؟ وكيف يمكن تجنبها؟
- الصحيفة 5:** صح أم خطأ – المعتقدات المرتبطة بالعدوى المنقولة جنسياً

المعتقدات الشائعة	صح	خطأ	لماذا؟
العدوى تصيب النساء فقط			
النظافة تشفي العدوى			
المستوى المرتفع من النظافة التناسلية هو أفضل طريقة للوقاية			
العلاج بالأعشاب هو إحدى الطرق الفعالة لعلاج العدوى المنقولة جنسياً			
تخلو ممارسة الإيلاج الجنسي مع فتاة قاصر من خطر الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً			
استخدام وسائل منع الحمل يحمي النساء من العدوى المنقولة جنسياً			

- الصحيفة 6:** ما هو العلاج الشائع للعدوى المنقولة جنسياً التي تسببها البكتيريا؟ وما هو العلاج الشائع للعدوى المنقولة جنسياً التي تسببها الفيروسات؟
- الصحيفة 7:** ما هو الإيدز؟ ضع الكلمات الآتية في الترتيب الصحيح:

- متلازمة
- المكتسب
- المناعة
- نقص

- الصحيفة 8:** ما هو فيروس نقص المناعة البشري؟

- نقص
- فيروس
- البشري
- المناعة

الملحق 19: مجالات الحائط

الصحيفة 9: أعراض الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري/الإيدز ضع الكلمات التالية في الإطار الصحيح:

- العدوى
- التعرق والتعب
- الغدد اللمفاوية
- الحرارة
- الإسهال

ارتفاع
.....

شديد
.....

ظهور
.....

ليلاً
.....

عداوى انتهازية
.....

الصحيفة 10: يعتقد رجل من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال انه معرض للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري من خلال ممارسته للجنس غير المحمي مع رجل يجهل إصابته بالفيروس. ماهي الاختيارات الوقائية المتاحة له لتجنب الإصابة بالفيروس؟ وماهي الفحوصات التي قد يحتاج إليها، وماهي توقيتاتها؟

الصحيفة 11: المعتقدات الخاطئة

المعتقدات الخاطئة	صح	خطأ	لماذا؟
ممارسة الجنس مع فتاة قاصر تشفي العدوى بفيروس نقص المناعة البشري			
لا يوجد إيدز في مجتمعنا			
لا ينتقل فيروس نقص المناعة البشري إلا من خلال العلاقة الجنسية بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال			
يمكن الوقاية من العدوى بتجنب الإيلاج الجنسي			
سحب القضيب قبل القذف هو طريقة آمنة للحد من خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري			

الصحيفة 12: ضع قائمة ببعض الأماكن المحلية التي يمكن الذهاب إليها لإجراء فحص فيروس نقص المناعة البشري أو سائر العداوى المنقولة جنسياً، وضع علامة بجوار الأماكن الصديقة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

الجلسة 8

الممارسات الجنسية والوقاية من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً

لمحة عامة

قد يتحرج البعض من التمرين التالي إن كان يجد صعوبة في مناقشة السلوكيات والممارسات الجنسية، إلا أنه من الأهمية بمكان تناول هذه المسألة خلال التدريب. ومن الأساسي، أن تتوافر القدرة على التحدث حول الممارسات الجنسية بالتفصيل، لكل من العاملين ومتلقي الأقران في مجال توعية الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، حتى تتسم مناقشتهم بفعالية عند تناول موضوع مخاطر إصابة أي شخص بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً، وتقييم سلوكياته الحالية مقابل المخاطر المرتبطة بممارساته.

وقد تساعد روح الفكاهة والضحك على تيسير مثل هذه الجلسة. وتذكر، أنه من المهم عدم إصدار أية أحكام أو تحريض الآخرين بسبب أنماط الممارسات الجنسية التي يستمتعون بها طالما لا تضر الآخرين.

النشاط: الممارسات الجنسية بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال والخطورة المرتبطة بها

الخطوة الأولى: تحديد المناطق المثيرة للشهوة الجنسية لدى الرجال (30 دقيقة)

1. اطلب من المشاركين رسم صورة لجسد الرجل، بما في ذلك الوجه، والحلمات، والأعضاء التناسلية. واطلب منهم وضع علامة على المناطق المثيرة للشهوة الجنسية في كل أجزاء الجسد. واسأل هل المناطق المثيرة للشهوة الجنسية تقتصر على الأعضاء التناسلية فقط أم هناك أجزاء أخرى من الجسم تثير أيضاً الشهوة.
 2. اطلب منهم قائمة بالممارسات الجنسية التي، وفقاً لما يعرفونه، تجلب المتعة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. وما هي الممارسات الأكثر شيوعاً؟ وتلك التي يعتقد أنها تزيد بصورة كبيرة من المتعة؟ وما يمكن اعتبارها تزيد من الشهوة الجنسية؟ وهل هناك أية ممارسات قد يشعر بعض الأشخاص بالحرص بسبب تمتعهم بها؟
- لا يقتصر الاستمتاع الجنسي على ممارسة الجنس الشرجي أو الفموي، بل قد يشمل أيضاً الكثير من الأشياء الأخرى: المعانقة، ومداعبة الرأس والصدر والأذنين، وتقبيل الشفاه أو الرقبة، ولعق وعض الحلمات، ولعق الفخذ والخصيتين ورأس القضيب وفتحة الشرج (لعق الحواف). وقد يضيف المشاركون بعض الممارسات الأخرى.

الخطوة الثانية: عرض الرسومات والمناقشة (30 دقيقة)

3. اطلب من المشاركين تبادل ما قاموا بإعداده من قوائم، وقم بالإشارة على رسم واحد فقط ما إذا كانت الممارسة تنطوي أو لا تنطوي على أية مخاطر، وذلك من خلال تصنيف كل ممارسة كما يلي:
 - نقطة حمراء = مخاطر عالية**
 - نقطة برتقالية = مخاطر منخفضة**
 - نقطة خضراء = لا توجد أية مخاطر**
4. قم بحسبهم على إضافة ممارسات أخرى للمناقشة. وارجع إلى الملحق 20، الذي يسرد هذه الممارسات.
5. اختتم الجلسة بتصحيح أية معلومات خاطئة، واسمح للمشاركين بمناقشة أين تلقوا معلوماتهم عن الجنس، وحياتهم الجنسية، والعمر عند بداية التجربة الجنسية، وما إلى ذلك. وركز على المعلومات العلمية، واشرح أن مثل هذه الورش التدريبية هي أفضل مكان للحصول على معلومات دقيقة تستخدم لاحقاً في برنامج التوعية. كرر أهمية استخدام الواقي الذكري تحضيراً للجلسة القادمة.

الوقت
ساعة



الأهداف



في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من

- الفهم الجيد لطيف الممارسات الجنسية التي يستمتع بها الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وتقييمها من حيث ما تحويه من مخاطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً
- تحديد استراتيجيات الوقاية من العدوى المنقولة جنسياً.

سوف تحتاج إلى



- لوح ورقي قلاب وأوراق كبيرة، وأقلام مراكز ملونة، وشريط لاصق
- نشرات إعلانية
- رسم تشريحي لجسد الرجل
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من

الملحق 20: أمثلة للممارسات الجنسية الشائعة وتصنيفها التناسلي لكل من الأنثى والذكر مرحلة البلوغ ووظائف الجهاز التناسلي

الملحق 20: أمثلة للممارسات الجنسية الشائعة وتصنيفها

الممارسات الجنسية	تنطوي أم لا تنطوي على مخاطر (من حيث الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية والعداوى المنقولة جنسياً)
الجنس الشرجي بدون استخدام الواقي الذكري	مخاطر عالية
قيام الشريك الإيجابي (من يقوم بالإيلاج الجنسي، "من هو فوق") بممارسة الجنس غير المحمي مع رجل آخر	مخاطر متوسطة-إلى-عالية
قيام الشريك السلبي (الشخص الذي يتلقى الإيلاج الجنسي، "من هو تحت") بممارسة الجنس غير المحمي مع رجل آخر	مخاطر عالية
استخدام كل من الشريك الإيجابي والشريك السلبي لوسيلة ما للوقاية أثناء ممارسة الجنس	مخاطر منخفضة
الإيلاج الجنسي بدون وقاية في نطاق مجموعة ما (الجنس الجماعي)	مخاطر عالية
للق الأعضاء التناسلية للشريك الجنسي	لا توجد مخاطر لانتقال فيروس نقص المناعة البشرية
بلع السائل المنوي للشريك الجنسي	خطر إلا أن بلعه مباشرة أفضل من تركه في الفم حيث يقوم الحامض المعدني بتدمير الفيروس. وتزيد أي قرح في الفم أو أمراض بالثثة من مخاطر الإصابة
للق فتحة الشرج للشريك الجنسي ثم غسل الفم بالماء والصابون	لا توجد مخاطر لانتقال فيروس نقص المناعة البشرية ولكن هناك خطر التقاط الالتهاب الكبدي أ، والتآليل التناسلية والهربس
إدخال إصبع في فتحة الشرج لدى الشريك الجنسي	لا توجد مخاطر إلا إذا كانت هناك تقرحات على الإصبع ونزيف
استخدام الواقي الذكري كل مرة لممارسة الجنس الشرجي أو المهبل	مخاطر منخفضة بالنسبة لنقل فيروس نقص المناعة البشرية إذا تم استخدامه بصورة مناسبة، ولم تكن هناك أية تمزقات أو يكون الواقي الذكري قد انسحب إلى الخارج. ولا يحمي الواقي الذكري بالضرورة من إصابة الشخص بالعداوى التي يتم نقلها من خلال ملامسة الجلد للجلد؛ على سبيل المثال الهربس، والتآليل، والزهري وقمل الأعضاء التناسلية
استخدام الواقي الذكري في غالبية الحالات	مخاطر عالية
القذف داخل الشريك بدون استخدام الواقي الذكري	مخاطر عالية
الإيلاج الجنسي بدون حماية لكن بدون قذف	مخاطر عالية
تدليك الرأس	لا توجد مخاطر
مداعبة/مص الحلمات واللعب معها	لا توجد مخاطر
القذف على جسد الشريك	لا توجد مخاطر

نصائح لاستخدام الواقي الذكري

- استخدم الواقي الذكري ذو مدة صلاحية سارية، مع مزلقات تركز على المياه.
- حافظ عليه بعيداً عن أشعة الشمس ودرجات الحرارة العالية، ولا تضعه في الجيب الخلفي للبنطلون أو في المحفظة.
- استخدم الواقي الذكري طوال فترة الممارسة الجنسية.
- استخدم المزلقات المرتكزة على المياه لتقليل الاحتكاك والحد من الإضرار ببطانة القناة الشرجية.
- استخدم واقي ذكري جديد في كل مرة تغير فيها الوضع الجنسي.
- اقبض على الواقي الذكري خلال الانسحاب لمنع تسرب السائل المنوي.
- يجب استخدام الواقي الذكري مرة واحدة فقط. واعقده لضمان حبس السائل المنوي داخله، وقم بلفه بمنديل ورقي والتخلص منه في سلة القمامة وليس المراض.
- اغسل القضيب بالماء والصابون.
- إذا ساورك الشك بأنك قد تكون التقط العدوى، فاتصل فوراً بالطبيب، حيث يمكن أن تكون مؤهلاً لتلقي المعالجة بمضادات الفيروسات القهقرية للحد من خطورة الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية.

الجلسة 9

استخدام أدوية مضادات الفيروسات القهقرية للوقاية من فيروس نقص المناعة البشري

لمحة عامة

مع تطور المعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة، ومع التقدم الذي حدث في تقنيات الوقاية من فيروس نقص المناعة البشري ومعالجته، أصبحت هناك، في الوقت الحالي، خيارات عديدة أمام الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال لحماية أنفسهم وشركائهم من انتقال الفيروس. ولقد أظهرت النتائج السريرية التي أجريت على المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، انخفاضاً مأموناً وملحوظاً في خطر اكتساب عدوى الفيروس بالنسبة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. ولذا يوصي في الوقت الحالي بهذه المعالجة بوصفها خياراً للوقاية من الفيروس للبالغين من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، الناشطين جنسياً والمعرضين بشدة لخطر اكتساب العدوى بالفيروس، وكجزء من الأسلوب المركب للوقاية.

وحتى يومنا هذا، لا تستخدم مضادات الفيروسات القهقرية في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، في الأغراض الوقائية. ويتمثل الهدف من هذه الجلسة في رفع الوعي بين مثقفي الأقران حول الفوائد المحتملة للمعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، وإدراك أن هناك حاجة إلى إجراء بحوث جيدة مع دعوة استباقية قبل التوسع في طيف توفير خيارات الوقاية لمجتمع هؤلاء الرجال.

النشاط: تفهم الفوائد المحتملة والتحديات المتعلقة بالمعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة (30 دقيقة)؟

الخطوة الأولى: أسئلة وأجوبة حول مزايا ومساوئ المعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة (30 دقيقة)

1. ابدأ الجلسة بسؤال المشاركين حول مدى تفهمهم للمعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة، وذلك من خلال استئارة أفكارهم.
 - ماذا يعني هذان المصطلحان لكم؟ وما الفرق بينهما؟
 - ماهي الفوائد والمساوئ المحتملة لهما؟
2. صحح واستكمل معارف المشاركين باستخدام المعلومات الواردة في الملحق 18 والملحق 21 حول كلتا المعالجتين.
3. قدم موجزاً، وشدد على أنه رغم عدم توافر طرق الوقاية هذه في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، في الوقت الحالي، إلا أن كل من منظمة الصحة العالمية، وبرنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز يوصيان بها: فمنظمة الصحة العالمية من خلال الدلائل الإرشادية الموحدة، التي صدرت في 2014، حول الوقاية من فيروس نقص المناعي البشري، وتشخيصه ومعالجته، توصي باستخدام المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة بوصفها خياراً إضافياً للوقاية من الفيروس في إطار مجموعة شاملة من طرق الوقاية منه، كما توصي بالمعالجة الوقائية بعد التعرض للإصابة لجميع الأشخاص المؤهلين من هذه الفئة السكانية الرئيسية، ومنهم الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، مع مجموعة مركبة من طرق الوقاية تتضمن الواقي الذكري والمزلاقات والمعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة.

الخطوة الثانية: ماذا يعني هذا بالنسبة لمنطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا (20 دقيقة)

4. اطلب من المشاركين القيام في الوقت الحالي بتخيل أن المعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة بالفيروس، متاحة في بلادهم، ومتوافرة للرجال الذين يمارسون

الوقت
ساعة

الأهداف



في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من

- تكوين فهم تام بأهمية المعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة وفائدتهما المحتملة في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا.



سوف تحتاج إلى

- لوح ورقي فلاب وأوراق كبيرة، وأقلام مراكز
- رسوم توضيحية للجهاز التناسلي للذكر والأنثى بدون تسميات (انظر الملحق 16)
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من

الملحق 21: الرسائل الأساسية حول المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة

الجنس مع الرجال من خلال الخدمات الصحية التي تقدم مضادات الفيروسات الفهقرية، وأن منظمات المجتمع المدني، هي أيضاً، تقدم الخدمات الوقائية لهؤلاء الرجال:

- ما هي الأسباب التي تدعو أي شخص للاهتمام بتناول المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة؟
- ماهي الميزات والمساوىء المحتملة؟
- كيف سيكون نظام الإمداد بالمعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة بالفيروس؟
- ماهي التحديات المادية المحتمل ظهورها؟

اكتب على اللوح القلاب التحديات والمخاطر الرئيسية التي قد تظهر خلال استشارة الأفكار .

5. اشرح أنه في جميع الأماكن التي قدمت فيها المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، وتمت تجربتها، قامت المجتمعات بالتعبير عن قلقها من حيث التكلفة، والوصمة والتمييز، أو الآثار الجانبية لها، علاوة على مخاوف أخرى. وهناك عوائق مادية يجب التصدي لها حتى تكون المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، معالجة فعالة، علاوة على مداوات حول ما لهذه المعالجة من أثر في الرسائل الوقائية والتوعية (مثلاً، في إطار الحد من المخاطر واستخدام الواقي الذكري). ومن ثم، فإن كل من منظمة الصحة العالمية، وبرنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز يوصيان بأن تقوم البرامج الوطنية المهتمة بالمعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، بتجربة هذه المعالجة على نطاق صغير لمعرفة ما إذا كان التوسع فيها مجدياً، وما هو المطلوب تواجهه حتى تصبح هذه المعالجة فعالة. وقد قامت أول بلد من بلدان الإقليم، وهي المغرب عام 2016، بدراسة لتري تأثير استخدام المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، على الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال .

الخطوة الثالثة: رفع وعي مجتمع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال حول المعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة (10 دقائق)

6. اختتم هذه الجلسة بشرح أنه على الرغم من عدم توافر المعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة، في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، إلا أن مجتمع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال يجب أن يكون ملماً بمخاطرها، وتكلفتها، ومتطلباتها، وفائدتها، وأنه في حالة التقاطهم عدوى فيروس نقص المناعة البشري، فهناك علاج متوافر. ولمنظمات المجتمع المدني دوراً جوهرياً في ضمان تقبل المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، وزيادة الطلب على مثل هذا النوع من التدخلات.
7. لما كانت المعالجة الوقائية تعد مداخل جديدة نوعاً، فقد بدأت في أنحاء العالم المناقشات المجتمعية المستتيرة، وأنشطة رفع الوعي، ويجب البدء فيها أيضاً في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا. ينبغي إعلام الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال بوجود المعالجة الوقائية قبل وبعد التعرض للإصابة، ويجب التعامل مع أسئلتهم وهمومهم حولها، بصورة حساسة، من خلال نشر المعلومات الواقعية، كما يجب أيضاً التعامل مع توقعاتهم بتذكيرهم أن هناك حاجة لإجراء بحوث جيدة وطرق للدعوة لهذه المعالجة، قبل النظر في توفيرها في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا.

الملحق 21: الرسائل الأساسية حول المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة

- إن المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة عبارة عن تناول اليومي لمضادات الفيروسات القهقرية من قبل السلبيين لفيروس نقص المناعة البشري وذلك للوقاية من اكتساب العدوى. وهي تركيبة يومية جرعتها ثابتة من التوفير ديسوبروكسيل فومريت **disoproxil fumarate** 300tenofovir غرام، وامتريسيتابين 200 غرام (FTC) **emtricitabine** والمسمى تروفادا، ومن غير المحتمل أن يكون هناك خيارات أخرى في القريب العاجل.
- وعند تناولها يوميا، كما هو موصوف، فإن المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة تحد من خطر التقاط عدوى فيروس نقص المناعة البشري بنسبة تزيد على 90%. ولقد أوضحت نتائج التجارب السريرية التي أجريت على هذه المعالجة حدوث انخفاض آمن وملحوظ في مخاطر اكتساب عدوى فيروس نقص المناعة البشري بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.
- ولذا يوصي بالمعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة بوصفها خياراً للوقاية من الفيروس بالنسبة للبالغين النشطاء جنسياً من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، المعرضين لخطر كبير لاكتساب الفيروس، وبوصفها جزء من توليفة أسلوب الوقاية:
- توصي منظمة الصحة العالمية من خلال الدلائل الإرشادية الموحدة، التي صدرت في 2014، حول الوقاية من فيروس نقص المناعي البشري، وتشخيصه ومعالجته، باستخدام المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة بوصفها خياراً إضافياً للوقاية من الفيروس في إطار مجموعة شاملة من طرق الوقاية منه.
- ويدعو برنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز إلى تغطية تصل إلى 90% للفئات الرئيسية، ومنهم الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وذلك بالمجموعة الشاملة للوقاية والتي تتضمن الواقي الذكري، والمزقات، والمعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة.
- ولقد ثبتت فعالية المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة في الأماكن التي تجرى فيها التجارب السريرية لها، حيث يتم فيها تناول هذه المعالجة وفقاً للتعليمات. إلا أن الأمر لا زال يتطلب إجراء دراسات توضيحية حول كيفية عمل هذه المعالجة في الحياة الطبيعية للوصول إلى معلومات مستنيرة حول تنفيذها والتوسع فيها، حيث لا يمكن الاستهانة بالسياق الذي سيتم فيه توافر المعالجة الوقائية لما له من أهمية كبيرة. إن السياق الجغرافي، والاجتماعي والاقتصادي، والثقافي، يلعب دوراً أساسياً في تقرير البدء بتناول المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، وأيضاً في الالتزام الصحيح بالجرعات الموصوفة.
- لما كانت هناك شكوك حول هذا الموضوع، فإن منظمة الصحة العالمية توصي بأن تقوم البرامج الوطنية المهتمة بالمعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، بتجربة هذه المعالجة على نطاق صغير لمعرفة ما إذا كان التوسع فيها مجدياً، وما هو المطلوب تواجده حتى تصبح هذه المعالجة فعالة. وقد قامت أول بلد من بلدان الإقليم، وهي المغرب عام 2016، بدراسة لتري تأثير استخدام المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، على الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.
- يزداد إدراك الخطط الوطنية لمكافحة الإيدز في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، بتصاعد مخاطر فيروس العوز المناعي البشري وزيادة قابلية تعرض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، للخطر. وحيث لا تتوافر المعالجة الوقائية قبل التعرض للإصابة، تكون هناك حاجة إلى الدعوة لتوفيرها كخيار للوقاية من الفيروس، وفي نفس الوقت المحافظة على توافر العلاج للمتعايشين أصلاً بالفيروس.
- رغم الدور المتنامي الذي تقوم به مضادات الفيروسات القهقرية بوصفها معالجة وقائية قبل وبعد التعرض للإصابة بالفيروس في الأقاليم الأخرى، إلا أنه ينبغي استخدامها بالتزامن مع مجموعة ملاءمة من التدخلات الطبية البيولوجية، والسلوكية، والهيكلية. حيث يظل الواقي الذكري والمزقات أكثر الخيارات مناسبة والعالية المردود، ولذا كانت الأهمية الكبرى في إدراجهما ضمن أية مجموعة من خدمات الوقاية، والمعالجة والرعاية الخاصة بفيروس العوز المناعي البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً بالنسبة للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

الجلسة 10

المعتقدات الخاطئة المتعلقة بالعداوى المنقولة جنسياً

لمحة عامة

تشجع هذه الجلسة المشاركين على تحديد ومناقشة الأساطير الشعبية حول العدوى المنقولة جنسياً، وما هي تلك الأساطير، وما هو صحيح منها وما هو خاطئ. تأكد من توافر وقت كاف للمناقشة.

النشاط: ممكن أو مستحيل؟

الخطوة الأولى: جمع المعلومات وسردها في قائمة (20 دقيقة)

1. اطلب من المشاركين تكوين مجموعات صغيرة لمناقشة المعتقدات الشعبية عن العدوى المنقولة جنسياً في مجتمعاتهم المحلية (قد تدور حول التشخيص، وطرق انتقال العدوى أو العلاج)

الخطوة الثانية: المناقشة والتصويبات (40 دقيقة)

2. ثم اطلب منهم مناقشة مدى دقة هذه المعلومات كل في مجموعته. وبعد ذلك، تشارك كل مجموعة صغيرة في نتائجها مع المجموعات بكاملها. ويجب عليك بوصفك ميسراً تصويب ما تبقى من أية مفاهيم خاطئة. (الملحق 22).

الوقت

ساعة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- جمع معلومات دقيقة حول فيروس نقص المناعة البشري والعدوى المنقولة جنسياً، ومناقشتها، وتوفيرها.

سوف تحتاج إلى

- لوح ورقي قلاب وأوراق كبيرة، وأقلام مراكز



الملحق 22: قائمة بالمفاهيم الخاطئة مع الإجابات الصحيحة

الملحق 22: قائمة بالمفاهيم الخاطئة مع الإجابات الصحيحة

المعلومات الصحيحة	المفهوم الخاطئ
<p>إحصائياً، تزيد معدلات انتشار العدوى المنقولة جنسياً بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال عن معدلاتها بين عموم السكان وذلك بسبب:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ الجنس الشرجي أخطر بكثير من الجنس المهلي، خصوصاً للشريك السلبي ■ قد يكون لديهم عدد من الشركاء الجنسيين العابرين إلى جانب شريك طويل الأمد ■ بعض العلاقات تعتبر «مفتوحة»؛ أي، اتفق الشريكان على ممارسة الجنس مع رجال آخرين (وكثيراً ما يكون للعلاقات المفتوحة قواعد مثل الاتفاق على عدم ممارسة الجنس الشرجي إلا معاً) ■ قد يمثل الحفاظ على استخدام الواقي الذكري على مدى طويل تحدياً، خاصة في العلاقات الطويلة الأمد ■ الوصمة والتمييز يزيدان من احتمالية عدم حصولهم على التثقيف والدعم المناسب أو عدم حصولهم على الواقي الذكري والمزلاقات ■ النسبة المنخفضة لقبول الخضوع لفحص فيروس نقص المناعة البشري تؤدي إلى مستويات أعلى من انتشار فيروس نقص المناعة البشري والعدوى المنقولة جنسياً وبالعكس صحيح (تشير الدراسات إلى أن هناك علاقة بين الخضوع لاختبار فيروس نقص المناعة البشري ونسبة انتشاره هو وسائر العدوى المنقولة جنسياً). 	<p>تصيب العدوى المنقولة جنسياً الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال بسبب ممارستهم للجنس غير الطبيعي</p>
<p>خطأ: في الواقع، هو أكثر تعرضاً للخطر. غير أن الحديث حول نسبة الخطر لا تجدي على أرض الواقع. ودائماً ما يكون من الأفضل ممارسة الجنس بطريقة أكثر أماناً سواء كان الشريك إيجابياً أم سلبياً.</p>	<p>تقل مخاطر إصابة الشريك السلبي</p>
<p>خطأ: الجنس غير المحمي دائماً ما يكون خطيراً إذا كنت مصاباً بالعدوى المنقولة جنسياً، بغض النظر عن الفئة العمرية والوضع الاجتماعي أو الاقتصادي. وقد يكون لممارسة البالغين للجنس مع الفتيات والفتيان القاصرين تأثير مدمر على حياة الشخص الصغير ويعد إيذاءً للأطفال.</p>	<p>لا تعد العلاقة الجنسية بين شخص بالغ وفتاة أو فتى قاصر، خطيرة من حيث الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري والعدوى المنقولة جنسياً</p>
<p>خطأ: يجب على المصابين بالعدوى المنقولة جنسياً، التماس المساعدة الطبية لتلقي معالجة تم اختبارها علمياً ومعروفة بفعاليتها.</p>	<p>العلاج بالأعشاب هو أفضل علاج للعدوى المنقولة جنسياً</p>
<p>خطأ: النظافة لها أهمية بالغة، ولكنها لا تحمي من العدوى المنقولة جنسياً.</p>	<p>النظافة بعد ممارسة الجنس هي أفضل وقاية</p>
<p>صحيح: حيث يزيد هذا من خطورة الإصابة بالفعل إذا تمت ممارسة الجنس غير المحمي وكان هناك نزيفاً.</p>	<p>يزيد وجود البواسير من خطورة الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري والعدوى المنقولة جنسياً بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال</p>

الجلسة 11

المخدرات والوقاية منها

لمحة عامة

يشتمل هذا التمرين على بعض المعلومات المفيدة عن المخدرات وتعاطيها، لذا تكون له أهمية خاصة للمشاركين. وقد ترغب في دعوة خبير في هذا المجال لعرض الجلسة إذا كنت تعتقد بأن الخبرة تنقصك لتدريب المشاركين حول تعاطي المخدرات، وفيروس نقص المناعة البشري، والرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

وهذا الموضوع من الموضوعات الهامة التي يتعين فهمها حيث هناك احتمال أن يصادف المشاركون في الجلسة، رجال يمارسون الجنس مع الرجال ويتعاطون المخدرات، ومن ثم تزيد مخاطر تعرضهم للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري نتيجة تعاطيهم للمخدرات.

ومن المفيد التشارك في أية بيانات وطنية ومحلية حول أنماط تعاطي المخدرات بين السكان بصفة عامة، وبين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال بصفة خاصة، إذا كانت معروفة.

قم بالتنقيب حول الحقائق في البلاد الذي تعقد فيه هذه الورشة التدريبية، وركز على نوع المخدرات المستخدم محلياً من قبل الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. ويجب أن لا يحول ذلك دون وضع قائمة بجميع أنواع المخدرات، وتأثيراتها، والمخاطر المرتبطة بها.

النشاط: تعاطي المخدرات والوقاية منها

الخطوة الأولى: أسئلة وأجوبة (30 دقيقة)

1. ابدأ بطرح الأسئلة الآتية:

- لماذا يتعين علينا الحديث حول المخدرات؟
- ما هو الرابط بين تعاطي المخدرات وفيروس نقص المناعة البشري/الإيدز؟
- ماذا تعرفون عن الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال وتعاطي المخدرات؟
- ما هي أنواع المخدرات التي يتعاطيها الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؟

الخطوة الثانية: استشارة الأفكار، والعمل الجماعي، وتصحيح المعلومات (30 دقيقة)

2. ابدأ استشارة الأفكار من خلال الحديث عن مختلف أنواع المخدرات وتأثيراتها. ثم شكل مجموعات صغيرة للحديث حول تأثيرات المخدرات المختلفة (الملحق 23).

الخطوة الثالثة: المناقشة، أسئلة وأجوبة، وتصويب المعلومات (الملحق 23) (30 دقيقة)

3. اطلب من المجموعة مناقشة مايلي:

- أسباب تعاطي المخدرات، بما في ذلك الكحوليات
- الفرق بين تعاطي المخدرات الترفيهي والإدمان على المخدرات
- الطرق المختلفة لتعاطي المخدرات، مثل التدخين، والشرب، والأكل، والحقن
- الخطورة المتعلقة بتعاطي المخدرات، مثل التثبيط السلوكي، والالتهابات، والجرعات المفرطة، وفيروس نقص المناعة البشري
- ما هي العلاجات المتاحة لإدمان المواد الأفيونية، مثل علاج المحافظة على المعالجة (علاج بالمواد الأفيونية تحت الإشراف الطبي).

الوقت

ساعة و30 دقيقة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- تعزيز/تحديث معرفتهم بتعاطي المخدرات
- الربط بين تعاطي المخدرات وفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً.

سوف تحتاج إلى

- لوح ورقي قلاب وأوراق كبيرة
- قائمة بالأسئلة للتمرين
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من



الملحق 23: تعاطي المخدرات وخطورة الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً

مثال

نبيل يبلغ من العمر عشرون عاماً ويدرس بالجامعة اللغات الأجنبية

يحب نبيل الأزياء ويستمتع بإرتداء أحدثها. وقد توفت والدته وهو صغير، وهو يعيش مع والده، محمد، وجدته، فاطمة. وهي لا توافق على مظهر نبيل ولا على طريقة لبسه، ودائماً ما تنتقده وتنتابها الهموم حول نظرة الجيران وما يمكن أن يظنوه. وفي يوم من الأيام، حضر نبيل مغيراً طريقة تصفيفه لشعره، وصاحت فاطمة في محمد طالبة منه السيطرة على ابنه الذي يجلب العار للعائلة بتصرفاته وطريقة ملبسه النسائية. وقد طلب محمد من نبيل تغيير مظهره أو ترك المنزل.

ولقد تدهور الموقف وقرر نبيل الانتقال إلى منزل صديق له، وبدأ في قضاء المزيد من الوقت في الحانات غير أنه لم يكن يعمل ومن ثم لا يملك المال الذي يلبي له احتياجات هذا النمط من الحياة. ولقد وافق نبيل، في يوم ما، على بيع الجنس مقابل المال، وبدأ في الاستفاضة في هذا العمل حتى يتمكن من دفع نفقات دراسته ومعيشته، نظراً لتوقف عائلته عن التكفل به. كما بدأ في الإفراط في الشرب بسبب سداد الزبائن لكل ما يشربه لمعرفة لمعرفتهم به. وبدأ في التغيب عن الدراسة مدركاً تماماً أنه يوشك أن يقع في المتاعب. وكان يشعر بوحشة لعائلته، وخوف من العودة إلى المنزل، ولم يعرف كيف يخرج من هذا الموقف.

الملحق 23: تعاطي المخدرات وخطورة الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً

المصطلح	التعريف
المخدرات	مواد طبيعية أو مصنعة تؤثر على المخ والجهاز العصبي لأنها تتفاعل مع وظائف جسم الإنسان، وهي تؤثر على الحواس، وردود الفعل، والسلوك. ويمكن استخدامها لأغراض طبية وترفيهية.
تحمل الدواء	عندما يقل رد فعل الشخص لدواء ما بشكل تدريجي، فإن الأمر يتطلب زيادة تركيز الدواء لتحقيق التأثير المرغوب فيه. ويمكن للشخص الذي لديه قدرة تحمل عالية أن يتناول كميات قد تقتل شخصاً لم يتناول الدواء من قبل.
تعاطي المخدرات	الاستخدام المتقطع لمواد قد لا يكون بالضرورة للأغراض الطبية.
الاعتماد على المخدرات/الإدمان	اضطراب يحدث عندما يحتاج الشخص إلى الكحوليات أو المخدرات لممارسة حياته بصورة طبيعية. ويؤدي توقف تناول هذه المواد بشكل مفاجئ إلى ظهور أعراض الانسحاب. ويعني الإدمان أن تكون للإنسان رغبة ملحة في تعاطي المادة ولا يستطيع الامتناع عن تناولها حتى ولو رغب في ذلك.
الجرعة المفرطة	تناول جرعة من الكحول أو المخدرات تؤدي إلى ردود فعل سلبية، بدءاً من الهوس، والهستيريا وحتى الغيبوبة والوفاة.

أنواع المخدرات

كودين). وتسبب الشعور بالنشوة الشديدة والرفاه، وتؤدي إلى الإدمان أيضاً. وتشمل الآثار الجانبية لهذه المواد التخدير، واكتئاب الجهاز التنفسي، وأعراض انسحاب شديدة، وتغيير درجة تحمل الدواء، ومسائل أخرى خاصة بالاعتماد على هذه المواد.

المنشطات تزيد من نشاط المخ والجهاز العصبي، وتعطي شعوراً بالنشوة، وتضعف الشهية، وتخفف التعب، وتزيد معدل ضربات القلب (مما يزيد من ضغط القلب). وتتضمن المنشطات النيكوتين، والكافيين، والكوكايين، والأمفيتامينات، وحبوب النشوة.

الكحوليات قد تؤدي الجرعات المنخفضة منها إلى شعور بالنشوة، والتحفيز، والتثبيط المنخفض. أما الجرعات العالية، فيمكن أن تؤدي إلى النعاس، وثقل اللسان، والتقلب العاطفي، والذاكرة المتضررة، والعجز الجنسي، وفقدان الوعي. وتشمل الآثار الجانبية للإدمان، والاكنتاب، وأمراض الكبد والقلب، ونتائج الجرعة المفرطة.

المهلوسات، والمهدئات، والمنشطات

المهلوسات هي مخدرات تسبب الهلوسة وتغييرات في التصور، والتفكير، والمشاعر. وقد تختلف ردود الفعل من شخص إلى آخر، ما بين بهجة شديدة ورعب شديد. ويعتبر LSD (مختصر "ثنائي إيثيلاميد حمض الليسرجيك" والمعروف أيضاً بـ"الحمض") من المهلوسات الشائعة الاستخدام. كما أن الحشيش (القنب) من أكثر المخدرات الترفيهية استخداماً، على نطاق واسع، ويمكن أن يعتبر من المهلوسات في شكله الأنقى.

المهدئات هي مخدرات لتقليل التوتر أو القلق. ولها تأثير مهدئ، وتؤدي إلى الاعتماد عليها عند الاستخدام على المدى الطويل.

المواد الأفيونية هي نوع من المخدرات التي تعمل على تسكين الألم، وهي مشتقة من ثمار خشخاش الأفيون (مورفين، هروين، ميتادون،

المخاطر ذات الصلة	الآثار الجانبية الجسدية	المخدرات الترفيهية
■ غالباً ما تحتوي المخدرات الترفيهية على مكونات غير معروفة	■ الجفاف	■ "المخدرات الترفيهية" هو مصطلح يعبر عن المواد التي يكثر استخدامها في الأماكن الترفيهية، مثل الملاهي الليلية، والحانات، وصالات الرقص (حفلات الرقص الكبيرة).
■ قد تتشابه كل الحبوب في مظهرها، ولكنها تختلف في مكوناتها وتأثيراتها (منشطة، ومهلوسة، الخ). وقد يحدث خلط بين الأنواع، أو خطأ في تناول الجرعات، أو بصورة أكثر بساطة، قد لا يهتم المتعاطي بما يتناوله.	■ ارتفاع درجة حرارة الجسد	■ وتعتبر هذه المخدرات غير قانونية، ولكن زاد استخدامها بين الشباب:
■ الآثار السلبية لخلط المخدرات – المنشطات تزيد معدل ضربات القلب وترفع من ضغط الدم، مما قد يؤدي إلى مشاكل في القلب والجهاز التنفسي (على عكس المسكنات، التي تسبب انخفاض معدل ضربات القلب وضغط الدم).	■ مشاعر قوية بالقلق أو الخوف	■ الكوكايين
	■ نتائج سلبية غير متوقعة عند التفاعل مع مخدرات أخرى مختلفة (خاصة الكحوليات)	■ الإكس تي سي
	■ أحياناً قد يؤدي إلى انحسار التثبيط السلوكي، مما يعني قيام الأشخاص بأفعال – غالباً ما تكون خطيرة – لا يقومون بها لو لم يتعاطوا هذه المخدرات	■ الجاما (أو حمض جاماهيدروكسي بوتيرات)
		■ الأدوية
		■ بوبرز (عقار المفرقات)

الملحق 23: تعاطي المخدرات وخطورة الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً

أنواع المخدرات الترفيحية، وآثارها، وطرق الحد من ما تسببه من ضرر		
النوع	الآثار الجانبية	الإجراءات الوقائية
الكوكايين	<ul style="list-style-type: none"> الكوكايين هو منشط، يكون عادة في شكل مسحوق أبيض يتم شمه أو استنشاقه. وبرغم ما يجلبه من شعور مفعم بالطاقة عقب تعاطيه إلا أن من آثاره السلبية فقدان الشهية ومشاعر القلق وعدم الراحة. وقد يلجأ متعاطو الكوكايين أيضاً إلى حقن المخدرات معرضين أنفسهم للمخاطر الجنسية والتي تتمثل في عدم قدرتهم على ممارسة الجنس بدون تعاطي الكوكايين. أشارت الدراسات التي أجريت حول تعاطي الكوكايين إلى أن معدل انتشار فيروس نقص المناعة البشري أعلى بينهم، وغالباً ما يكون السبب وراء ذلك هو سلوكيات أخرى -تبادل الحقن، والجنس غير المحمي، والعمل بالجنس- ومع أن شم المسحوق لا يمثل أي خطر للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري، إلا أن المخاطر تأتي من السلوكيات الأخرى. 	<ul style="list-style-type: none"> استخدم معداتك الشخصية وتأكد من نظافتها لا تستخدم سوى طريقتك في الاستنشاق وقم بإعداد معداتك الخاصة بك: قطعة مفرودة من البلاستيك، ومرآة، وقشة أو عملة ورقية بطاقة نظيفة لتكسير المادة استخدم قشة أو عملة ورقية ملفوفة (لم تستخدم من قبل أي شخص) استخدم عملة ورقية جديدة لكل جلسة
حبوب النشوة	<ul style="list-style-type: none"> حبوب النشوة هي من المخدرات الاصطناعية التي تعمل كمنشط. وتأتي في صورة أشكال، وأحجام، وألوان مختلفة، وتكون مختومة برسومات متنوعة. لحبوب النشوة تأثير منشط ومهلوس. وتشمل الآثار الجانبية لها ارتفاع معدل ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم، والقلق، والغثيان، والرؤية الضبابية تعاطيها يمكن أن يؤدي إلى التجفاف والانهيار. 	<ul style="list-style-type: none"> استخدم نوعاً واحداً منها فقط وتجنب خلط مخدرات مختلفة امتنع عن استخدام طرق مختلفة للتعاطي في نفس الجلسة (الشم، والاستنشاق، والحقن)، سواء كان ذلك لنفس نوع المخدرات أو لأنواع متعددة. امتنع عن خلط المخدرات بالكحول، فقد يؤدي هذا إلى فقدان التنسيق الحركي والانهيار، والارتباك، وفقدان الوعي. تجنب محاولة تخفيف تأثير نوع من المخدرات بنوع آخر. حافظ على معدلات المياه في جسمك عند استخدام حبوب النشوة حيث تكون هناك حالات من التجفاف الشديد والانهيار. اشرب ما بين 500 مل حتى لتر خلال الرقص. استخدم الواقي الذكري أثناء ممارستك الجنس.
الجاما GHB	<ul style="list-style-type: none"> يعتبر الجاما مهدئاً وغالباً ما يستخدم في صورته السائلة رغم إباحته كمسحوق. ويطلق عليه أيضاً «مخدر وقت الاغتصاب» وكثيراً ما يتم إضافته إلى المشروبات الكحولية لزيادة تأثيره. وقد يؤدي هذا إلى الانهيار وفقدان الوعي. عادة لا يستطيع ضحايا الاغتصاب ممن تناولوا الجاما، الموافقة على ممارسة الجنس، وغالباً لا يتذكرون الفاعل أو الجاني. البعض يتناول الجاما بكامل إرادتهم قد ينتج عن تناول الجاما والكحول معاً، فقدان مفاجئ للوعي، وصعوبة في التنفس، وفي بعض الحالات، الوفاة. 	<ul style="list-style-type: none"> تمسك بمشروبك في الحفلات وتأكد من أنه فعلاً المشروب الذي تريده بالفعل (عصير، صودا، أو من الكحوليات). إذا شعرت بأي أعراض غريبة، توقف عن الشرب، وتناول الكثير من المياه، وابحث عن صديق أو شخص تثق به لتخبره عن تلك الأعراض.
الأدوية	<ul style="list-style-type: none"> في العديد من بلدان منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، يتم بيع أدوية مثل ترامال، وريفونتريل، وسيمو، وفاليوم، ونيوكودين، وزاناكس دون وصفة طبية، ويتم تناولها في الحفلات. وعند خلطها بالكحوليات، يكون هناك سوء استخدام خطير لهذه الأدوية التي يتم بيعها دون وصفة طبية، مما يؤدي إلى مشاكل صحية منها النتائج المترتبة على الجرعة المفرطة والوفاة. 	

الملحق 23: تعاطي المخدرات وخطورة الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً

النوع	الأثار الجانبية	الإجراءات الوقائية
بوبرز	<ul style="list-style-type: none"> ■ نوع من أنواع المواد الكيميائية السائلة يتم تناولها بالاستنشاق وتباع في زجاجات صغيرة. وتشمل آثارها الجانبية ارتخاء العضلات وتوسع الشرايين. ■ تسبب شعوراً مرتفعاً بالواقع لمدة قصيرة، وشعوراً قصيراً بالأمم بالحميمية والإثارة. ■ يستخدم أيضاً قبل ممارسة الجنس الشرجي للمساعدة على استرخاء عضلات فتحة الشرج. ■ يزيد من خطورة النزيف الشرجي عند القيام بالجنس الشرجي بسبب تأثيرها على الشرايين. ■ يزيد النزيف الشرجي من خطورة الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً، مثل فيروس نقص المناعة البشري والزهري. ■ يسبب الإغماء، والدوخة والارتجاج. 	<ul style="list-style-type: none"> ■ استخدم الواقي الذكري في جميع الممارسات الجنسية. ■ قم بتغيير الواقي الذكري مع كل مرة تقوم فيها بتغيير الوضع الجنسي أثناء الممارسة الجنسية.

طرق تعاطي المخدرات

هناك طرق مختلفة لتعاطي المخدرات كل حسب نوعه: التدخين، والاستنشاق، والشم، والمضغ، والابتلاع، والحقن.

لماذا يتعاطى الأشخاص المخدرات الترفيهية؟

- تعاطي الأصدقاء المخدرات، والرغبة في البقاء معهم وعدم الإقصاء، والرغبة في مجارة ما يدور.
- تجربة "النشوة".
- التجربة، والتمرد، والمجازفة.
- الاعتقاد أنها تزيد القدرات الجنسية.
- تزيد من الشعور بالاسترخاء؛ ونسيان ما يشغلهم والهروب من مرارة واقعهم.
- الرغبة في المشاركة، أثناء الحفلات مثلاً.

المخاطر المرتبطة بتعاطي المخدرات، وآثارها الصحية، والاجتماعية، والقانونية

قد توصف المخدرات لتخفيف الآلام أو لمعالجة الأمراض العقلية، والعصبية، والنفسية. إلا أن استخدامها لغير أسباب طبية، وبدون إشراف أو وصفة طبية -ولاسيما إذا ما خلطت بالكحوليات أو المخدرات الأخرى- قد يؤدي إلى مشاكل صحية واجتماعية مزمنة، إلى جانب الإدمان، والجرعة المفرطة، والوفاة.

ويتعرض متعاطو المخدرات للمخاطر، وقد يواجهون مشاكل مع مجتمعاتهم، أو والديهم، أو في مكان عملهم. وهو أمر قد يؤدي إلى العزلة، والتهميش، والملاحقات القضائية (بحسب نوع المخدرات). هذا علاوة على أن تعاطي المخدرات يزيد من مخاطر العدوى بفيروس نقص المناعة البشري، والتهاب الكبد بي وسي، والسرطان، والقرح، والضائقة، والغيبوبة، وآثار الجرعة المفرطة. وفي ما يلي موجز لكل ذلك:

الملحق 23: تعاطي المخدرات وخطورة الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً

هذا الأسلوب أيضاً على مبادئ كل من الصحة العمومية وحقوق الإنسان.

إن كل من أصبح معتمداً و مدمناً للمخدرات والخمور سيجد أن أمامه خيارات عديدة للتعامل مع حالته. ومنها الخضوع لعملية الانسحاب ثم الامتناع عن تناول المخدرات والخمور، أو محاولة التحكم في تعاطيه المخدرات والحد من الأضرار المحتملة المرتبطة بها؛ وبالنسبة لمدمني المخدرات الأفيونية مثل المورفين، والهرويين والمخدرات الأخرى المشتقة من الأفيون، هناك خيار علاجي يطلق عليه المعالجة البديلة. وأياً كان الأسلوب المختار، فمن المهم الأخذ في الاعتبار المراحل التالية:

■ **المرحلة الأولى:** فهم ما إذا كان الشخص نفسه يرى أن تعاطيه المخدرات يمثل له مشكلة في حياته. فإن المفهوم الحالي للشخص سيؤثر على الأسلوب. ومن يرغب الحد من تعاطيه المخدرات أو التوقف تماماً، ينبغي إحالته لتلقي الدعم والعلاج. أما من لا يرغب في التوقف عن تعاطي المخدرات، فلا بد من رفع وعيه بالمخاطر الجسدية، والنفسية، والاجتماعية المرتبطة بتعاطي المخدرات، والإدمان، وتأثيرها الواسع النطاق على حياته وحياته أحبائه.

■ **المرحلة الثانية:** قد يحتاج من يريد أن يتوقف عن تعاطي المخدرات أو الخمور إلى التسجيل في برنامج إعادة التأهيل وإزالة السمية. وهي عملية، أذا ما تمت في أي مكان، تستغرق مدة تتراوح بين ستة أشهر إلى ثلاث سنوات، وفقاً لظروف كل شخص. وغالباً ما تتم مرحلة إزالة السمية، والإشراف عليها، داخل مستشفى أو مركز متخصص. ويتضمن العلاج الطبي القضاء على الاعتماد والإدمان الجسدي وقد يستغرق ذلك ما بين خمسة أيام وثلاثة أسابيع.

و هناك العديد من الأساليب المتعلقة بإعادة التأهيل، ومنها برامج معالجة السلوكيات وتتعامل مع المرضى الداخليين والخارجيين. وبعض هذه الأساليب تعتمد المعالجة المركزة على المريض (العميل)، علاوة على اللقاءات الهادفة والانضمام لعضوية مدى الحياة في برنامج مكون من 12 مرحلة.

■ **المرحلة الثالثة:** لمدمني المخدرات المركزة على المواد الأفيونية والذين لا يمكنهم الالتزام بأسلوب الامتناع. هناك برنامج تحت إشراف طبي يدعى العلاج بمواد بديلة للأفيون، أو المعالجة البديلة. وهذا يعني تناول جرعة يومية، يصفها الطبيب، من المواد البديلة للأفيون مثل الميثادون أو البوبرينورفين. ويمكن لهذا العلاج السيطرة على الشهوات والسلوكيات المدمرة التي قد ترافق مع تعاطي المخدرات. وغالبية من يتلقون هذا العلاج يتمكنوا من الحفاظ على العمل والبقاء متنبهين. ولما كان العلاج تم في أوقات معروفة، وبجرعات لا تسبب أي ضرر، فإن من يتلقى هذا العلاج يعيش حياة طبيعية، بحيث لا يشعر أي شخص أنه كان من متعاطي المخدرات. غير أن هذا العلاج البديل لا يتوافر في جميع البلدان، ويعتبر غير قانوني في بعضها على رغم من دعم منظمة الصحة العالمية له.

المخدرات الترفيهية تكون على الأغلب من المنشطات، ويزيد استخدامها من مخاطر الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً:

- إن النشوة التي تسببها هذه المخدرات تحد من إدراك الخطورة أو الضرر، وتقلل من غزيرة الحماية الذاتية، ومن القدرة على استخدام الواقي الذكري بطريقة صحيحة عند ممارسة الجنس.
- الإثارة الجنسية المتزايدة تحد من إدراك السلوكيات الخطيرة

الوقاية أثناء الممارسة الجنسية تحت تأثير المخدرات

- حاول تجنب الإبلاج الجنسي وأنت تحت تأثير المخدرات
- احتفظ بالواقي الذكري والمزلاقات معك في جميع الأوقات

الوقاية أثناء تعاطي المخدرات بالحقن

- تأكد من استخدام الإبر والمحاقن الجديدة/النظيفة. لا تتشارك أبداً في الإبر والمحاقن!
- قم بغسل اليدين قبل وبعد الحقن.
- تأكد من معرفتك للأثار الجانبية للمخدرات ولا تخلط أكثر من نوع واحد فقط في كل جلسة.
- اعتن بأية جروح وقرح، خاصة إذا كان هناك دم وكنت تستخدم أدوات حادة.

- تخلص من الإبر المستخدمة بطريقة مسؤولة.
- إذا كنتم من مدمني المخدرات أو الخمور، فالتمس المساعدة الطبية. وقد يكون العلاج البديل متاحاً. ويمكن له مساعدتك في الحفاظ على استقرارك، وعلى التعايش مع المخدرات بطريقة لا تؤثر، بصورة مضرّة، على صحتك النفسية، والجسدية، ورفاهك مثلما هو الحال عندما يكون الأمر خارج السيطرة.

الحصول على العلاج

- اعترف بأن هناك مشكلة وأنت في حاجة للمساعدة.
- قرر اليوم، وليس غداً، اتخاذ موقف تجاهها.
- قم بزيارة المراكز المحلية المتخصصة التي تعمل على الحد من الضرر.

علاجات لمتعاطي المخدرات

ترتكز الاستجابة العالمية لتعاطي المخدرات على مبادئ الحد من الأضرار.

إن الحد من الأضرار هو أسلوب مسند بالبيانات، يهدف إلى الحد من الآثار السيئة المترتبة على تعاطي المخدرات، والتي يؤثر على الجوانب الصحية، والاجتماعية والاقتصادية لمتعاطي المخدرات، وأسره، ومجتمعاتهم. كما أنه أسلوب عملي للصحة يشتمل على تدخلات تعالج الأضرار مثل انتقال فيروس نقص المناعة البشري، وانتقال التهاب الكبد الفيروسي سي، وتعاطي جرعة مفرطة من المخدرات، وتعاطي المخدرات حقناً بطريقة غير آمنة. ويرتكز

الجلسة 12

العمل بالجنس

الوقت

ساعة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



- تحليل مواقفهم تجاه العمل بالجنس وتحليل أية مفاهيم خاطئة متعلقة به.

سوف تحتاج إلى

- لوح ورقي قلاب وأوراق كبيرة
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من



الملحق 24: الرجال الذين

يمارسون الجنس مع الرجال والعمل بالجنس – أسئلة وأجوبة

لمحة عامة

تدور هذه الجلسة حول الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال والعمل بالجنس. ويعتبر هذا موضوعاً هاماً بالنسبة للعاملين في مجال التوعية، خاصة فيما يتعلق بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً.

وتهدف هذه الجلسة إلى تبديد الأساطير وتصحيح المفاهيم الخاطئة.

من المهم الرجوع إلى الإحصاءات المتعلقة بالتجارب المحلية في مجال العمل بالجنس، والرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، وفيروس نقص المناعة البشري، إن وجدت.

النشاط: المفاهيم المتعلقة بالإتجار بالجنس والرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال

الخطوة الأولى: استثارة الأفكار (20 دقيقة)

1. ابدأ الجلسة باستثارة أفكار المشاركين حول فهمهم لمفهوم العمل بالجنس. من الذي يقوم به؟ ومتى؟ وكيف؟ ومع من؟

الخطوة الثانية: العمل الجماعي (20 دقيقة)

2. قسم المشاركين إلى ثلاث مجموعات، واطلب منهم الوقوف أمام صفحة ورقية كبيرة على الجدار عليها أسئلة مأخوذة من الملحق 24. في الجزء الأول من التمرين، يتوجب على المشاركين الإجابة على جميع الأسئلة بـ«نعم»، حتى وإن كانوا غير مقتنعين بأن الإجابة يجب أن تكون «نعم». وسبب هذا هو توضيح المعتقدات الشعبية للمجتمعات المحلية.
3. في الجزء الثاني من التمرين، تتحرك المجموعات نحو صفحة ورقية كبيرة أخرى، وفي هذه المرة يجب الإجابة بـ«لا»، مع دعم إجاباتهم بالأدلة.

الخطوة 3: قراءة الإجابات والمناقشة (20 دقيقة)

4. مع المجموعة الكبيرة، اقض خمس دقائق اطلب فيها من كل مجموعة مشاركة إجاباتها على الجزء الأول من التمرين. ثم عشر دقائق لمشاركة الإجابات على الجزء الثاني. في آخر خمس دقائق، أجب على أية أسئلة أو اهتمامات إضافية حول العمل بالجنس والرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

الملحق 24: الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال والعمل بالجنس – أسئلة وأجوبة

الأجوبة	الأسئلة
<p>بالطبع لا. فالميول الجنسية والجنس بين الرجال لا يعني العمل بالجنس. والعمل بالجنس هو تداول الأموال، أو السلع، أو الخدمات مقابل الجنس؛ أي أن هناك شخص يبيع خدمة (الجنس) وشخص آخر يشتريها منه.</p>	<p>هل جميع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال هم من العاملين بالجنس؟</p>
<p>ستكون الإجابة هي نفس الإجابة بالنسبة للشخص المغاير، على سبيل المثال لا يبيع أغلبية الأشخاص الجنس مقابل المال أو الهدايا، ولكن البعض منهم يفعل ذلك. وبائعون الجنس قد يكون بعضهم من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، والبعض الآخر قد يكون من رجال مغايرين ونساء. وهناك عمل بالجنس له صبغة رسمية، وآخر غير رسمي. وعلى سبيل المثال، يقوم بعض الشباب بممارسة الجنس مع أشخاص أكبر عمراً من أجل الحصول على أشياء مثل الهواتف المحمولة وسلع الرفاهية، ويعرف هذا بالمتاجرة بالجنس.</p>	<p>هل ينجح، دائماً، مقدم المال/الهدايا مقابل الجنس بإغراء رجل يمارس الجنس مع الرجال لممارسة الجنس معه؟</p>
<p>يعتبر الالتزام بشريك جنسي واحد اختياراً شخصياً بصرف النظر عن الميول الجنسية أو السلوك الجنسي. وبعض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال يختار أن تكون علاقاتهم مفتوحة" حيث يكون لديهم شريك رئيسي، وفي نفس الوقت بينهما اتفاق على أن كل منهما له حق ممارسة الجنس مع أشخاص آخرين.</p>	<p>عادة، لا يستطيع المثلي للالتزام بشريك جنسي واحد</p>

الجلسة 13

التثقيف الصحي والحد من الأضرار في الميدان

لمحة عامة

تحتوي هذه الجلسة على معلومات عن توعية الأقران والتثقيف الصحي. وسوف تحتاج إلى تعديلها حتى تتلاءم مع مستوى مجموعتك. وتعتبر هذه المعلومات التقنية محورية للتدريب، لذا يتعين عليك التأكد من فهم المشاركين لها فهماً جيداً. افسح وقتاً كافياً للأسئلة والمناقشة، حيث أن هذا التمرين يعد بمثابة جلسة تمهيدية للجلسات التالية.

النشاط: برمجة التوعية والتثقيف الصحي

الخطوة الأولى: تمرين مجلة الحائط (20 دقيقة)

1. قم بتوزيع المفاهيم الآتية، كل مفهوم منها مسجل في ورقة صغيرة:

- الصحة • التثقيف الصحي • الحد من المخاطر • التغيير السلوكي • تثقيف الأقران

2. قم بتوزيع القائمة التالية بالمصطلحات الوصفية واطلب من المشاركين مناقشة فهمهم للمصطلحات ثم ضع كل كلمة أمام الكلمة المطابقة والمناسبة لها. وقد يجد المشاركون أنهم يستخدمون كلمة ما أو مصطلحاً ما أكثر من مرة. كلمات للمناقشة:

- السلام الداخلي • الرفاه الجسدي • العلاقات الاجتماعية • المعلومات؛
- المهارات • المواقف • القيم؛ تجديد الحماس • الموارد • الموازنة الفوائد والمخاطر • الأمد الطويل • الاستمرارية • الخط • الخصائص المماثلة • العمر المماثل • التفاهم المتبادل • الإبداع • الضرورة • المستقبل الأفضل.

الخطوة الثانية: التلخيص وتصحيح المعلومات (ساعة و10 دقائق)

3. حالما يتم إكمال هذا التمرين (وعرضه على صفحة ورقية كبيرة على الحائط)، قم بأية تعديلات لازمة ثم لخص تعريفي "الصحة" و"التثقيف الصحي". وشرح ماهو التغيير السلوكي والعناصر التي تدعمه. وناقش مسألة الحد من الضرر.

4. يجب أن تنتهي من التمرين، ملخصاً تعريفات "الصحة"، و"التثقيف الصحي"، و"تثقيف الأقران" وأهمية تبني المنهج التشاركي.

الوقت

ساعة و30 دقيقة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من

- فهم مفهوم برمجة التوعية وكيفية وضعه بناء على الأسلوب المعني بالصحة العامة
- تعريف الصحة، والتثقيف الصحي ومكوناته
- تحديد أساليب الحد من المخاطر
- شرح أهمية تثقيف الأقران والأساليب التشاركية.



سوف تحتاج إلى

- أوراق كبيرة، وأقلام ماركرز، وشريط اللاصق
- نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك) من



الملحق 25: التثقيف الصحي للأقران بناء على مبادئ الصحة العامة

الملحق 26: الحد من المخاطر

الملحق 25: التثقيف الصحي للأقران استناداً على مبادئ الصحة العامة

يواجه العديد من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال من وصمة وتمييز. وذلك من خلال العمل النشط مع العاملين في مجال الرعاية الصحية، والقادة الدينيين، وقادة المجتمع، والمسؤولين عن إنفاذ القانون وتقييم الدعم لهم حتى يكونوا أقل تمييزاً وأكثر دعماً لحقوق الإنسان وللاحتياجات الصحية والاجتماعية لهذه الفئة.

ومن الأهمية بمكان أن يتعرف متقفو الأقران على مقدمي الخدمات المحلية والعمل معهم لتقديم خدمات صحية حساسة ونوعية علاوة على توفير ما يلزم من دعم. وينبغي على متقفي الأقران بذل ما في وسعهم من جهد، ومن أهم أدوارهم تحديد احتياجات عملائهم، وتوفير سبل الإحالة الفعالة، عند اللزوم، إلى مقدمي الخدمات، ثم دعم العميل بالمتابعة.

إن البرامج التي تهتم بمتقفي الأقران وتثقيف وتعليم الأقران هي وسيلة لتأكيد الاندماج للرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، في المجتمع. وهؤلاء الرجال غالباً ما يتم تهيمشهم واحتقارهم إلى جانب ترهيبهم وممارسة العنف ضدهم. ومن ثم، يشعرون بالعزلة والخوف. ومن خلال برامج تثقيف الأقران المتسمة بالتعاطف، والحساسية، والاحترام، فقد يشعر الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال بأن هناك من يحترمهم، وأن احتياجاتهم لها قيمتها، وأنهم يستحقون احترام الآخرين واحترام أنفسهم أيضاً. ولذلك، يمكن لأساليب تثقيف الأقران أن تغير من حياة لأشخاص.

هناك العديد من الأدوار التي يمكن لمتقفي الأقران القيام بها. ومن أهم وظائفهم ما يلي:

- تقديم المعلومات الصحيحة حول القضايا الصحية، مثل فيروس نقص مناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً، والسلوكيات المحفوفة بالخطر، والوقاية
- توزيع الواقي الذكري، والمزلاقات، والإبر والمحاقن النظيفة، وسائر معدات الحقن
- تقديم بعض الخدمات الصحية المباشرة مثل المشورة والاختبار الطوعي، ودعم الالتزام بتناول مضادات الفيروسات القهقرية للإيجابيين لفيروس نقص المناعة البشري، وتوفير الدعم النفسي الاجتماعي
- تسهيل الإحالة – من أهم أدوار متقفي الأقران التأكد من إحالة عملائهم إلى ما يحتاجونه من خدمات. ويجب على متقفي الأقران متابعة كل إحالة لضمان حصول الشخص المحال على الخدمة، وتلقيه العلاج أو الخدمة المناسبة، المتعاطفة معه. وقد تتضمن الخدمات إجراء فحص فيروس نقص المناعة البشري، وتشخيص ومعالجة العدوى المنقولة جنسياً، والمعالجة من فيروس نقص المناعة البشري وتقديم الدعم النفسي. وفي بعض الأحيان، يرافق أحد متقفي الأقران الشخص إلى مقدم الخدمة، خاصة إذا ما كان هذا الشخص يشعر بالتوتر أو الحرج في طلب المساعدة.

تُعرف منظمة الصحة العالمية في دستورها لعام 1946 الصحة باعتبارها «حالة من اكتمال السلامة بدنياً وعقلياً واجتماعياً وليس مجرد انعدام المرض أو العجز». وعند النظر في أعمال توعية الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال حول الوقاية من فيروس نقص المناعة البشري والعدوى المنقولة جنسياً، يصبح لهذا الفهم الشامل للصحة أهمية كبرى في توجيه طبيعة التدخلات والتركيز عليها.

إن تثقيف الأقران هو أسلوب يعمل على توظيف أشخاص من نفس الفئة العمرية، لهم خصائص متماثلة للمجموعة المستهدفة، للتوجه ومقابلة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال في أماكن اختلاطهم ومعيشتهم، لتقديم الدعم الصحي والاجتماعي لهم. إن متقفي الأقران الذين تم تدريبهم والإشراف عليهم بصورة جيدة غالباً ما تكون لهم فعالية عالية في بناء الثقة بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال. ومن خلال هذه الثقة، يمكنهم تقديم التثقيف الصحي الخاص بالرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، والتشجيع والدعم بصورة إيجابية لتغيير سلوكياتهم، علاوة على توفير الدعم الاجتماعي النفسي لمن يحتاجه. كما يمكنهم العمل كموردين موثوق بهم للواقي الذكري والمزلاقات الآمنة، وتقديم خدماتهم للأفراد من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال أو لمجموعات صغيرة منهم.

من الأهمية بمكان أن يقوم متقفو الأقران بتطبيق كل ما يدعون إليه، علاوة على الاحتفاظ بصورتهم المهنية طوال الوقت. ولن يؤخذ بجدية كل من يحدد عن ذلك. وبالتالي، يتحتم أن تقوم المنظمات العاملة في خدمات توعية الأقران، بالإشراف المنتظم على متقفي الأقران، وتوفير فرص مناقشة وتبادل أية هموم شخصية حول سلوكياتهم وما يصادفونه من تحديات، والحصول على الدعم الذي يحتمل أن تكون لديهم حاجة إليه.

غالباً ما يعيش الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال، في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، في ظروف صعبة، حيث لا يحترم حقهم في الحماية من قبل قوانين البلد ومن المجتمعات التي يعيشون فيها. ويجب على أي برنامج توعية يركز على التغيير السلوكي أن يأخذ في الاعتبار تأثير السياق الذي يعيش فيه الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على سلوكياتهم، وإحساسهم بالذات، ورفاههم النفسي الاجتماعي. ولهذا فإن البرامج المعنية بفيروس نقص المناعة البشري والتي تعمل مع هؤلاء الرجال، تقوم في أغلب الأوقات بتقديم الدعم المباشر لهم، إلى جانب مبادراتها التي تساعد في تحول المعايير الاجتماعية السلبية تجاههم إلى معايير أكثر إيجابية وترحيباً. ولذا، يتوجب على برامج تثقيف الأقران العاملة مع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال أن تعتمد وتعزز حقوق الإنسان بالنسبة لهم، بما فيها الحق في تقرير المصير.

ويمكن لمتقفي الأقران، في عملهم على توفير بيئة أكثر إيجابية وتمكيناً، زيادة فعاليتهم من خلال محاولة التعامل مع بعض ما

الملحق 25: التثقيف الصحي للأقران استناداً على مبادئ الصحة العامة

تعريفات المصطلحات الشائعة المتعلقة بالصحة وتثقيف الأقران

المصطلح	المكونات
الصحة	شعور بالرفاه النفسي والجسدي
التثقيف الصحي	أي مزيج من التجارب التعليمية المصممة لمساعدة الأفراد والمجتمعات على تحسين صحتهم، من خلال زيادة معرفتهم أو التأثير على مواقفهم. (منظمة الصحة العالمية)
تغيير السلوك	أساليب التعامل مع المعارف، والمواقف، والممارسات المتعلقة بسلوك معين من أجل تغييره. وعلى سبيل المثال، استكشاف وفهم مستوى معارف، ومواقف، وممارسات الشخص الذي يمارس الجنس دون وقاية لمساعدته على تغيير سلوكه حتى يمارس الجنس بصورة أكثر أماناً.
تثقيف الأقران	التعليم وتبادل المعارف من قبل أشخاص يتمتعون بخصائص مماثلة للمجموعة المستهدفة، مثل الفئة العمرية، والثقافة، والوضع الاجتماعي، وتجارب الحياة.
الحد من المخاطر	تحديد المخاطر المرتبطة بفيروس نقص المناعة البشري/العدوى المنقولة جنسياً، وتطبيق إجراءات تحد من مخاطر انتقال العدوى. وقد تتضمن إجراءات مباشرة مثل استخدام الواقي الذكري، وتقليل عدد الشركاء الجنسيين أو الاقتصار على ممارسة الجنس الآمن، إلى جانب الجهود التي تعالج سياق المكان الذي يعيش ويعمل فيه الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال؛ على سبيل المثال، جعل العمل بالجنس أكثر أماناً من خلال ضمان حماية جميع العاملين بالجنس من التعرض للعنف، ووصولهم على الواقي الذكري والمزلاقات في جميع الأوقات.

الملحق 26: الحد من المخاطر

يعد أسلوب أ ب ج ABC من أكثر الأساليب المعروفة للوقاية من فيروس نقص المناعة البشري: التعفف، والإخلاص، واستخدام الواقي الذكري. وفي الواقع، لا يعتبر التعفف اختياراً حقيقياً بالنسبة للغالبية.

يتعرض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال لمخاطر أعلى للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري والعدوى المنقولة جنسياً، لعدد من الأسباب:

- يزيد مستوى تعرض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال لفيروس نقص المناعة البشري وسائر المنقولة جنسياً، لأن معدلات انتشار هذه العدوى بينهم أعلى من معدلات انتشارها بين عموم السكان.
- تزيد مخاطر الإصابة بالعدوى في بعض الممارسات الجنسية أكثر من غيرها، مثل الجنس الشرجي.
- لم يحصل بعض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على التثقيف الجنسي والتوعية بسبل الوقاية، المتعلقة بحياتهم.
- قد يمثل الحفاظ على ممارسة الجنس الأكثر أماناً تحدياً يصعب التصدي له. وعلى سبيل المثال، أشارت دراسة حديثة أجريت في لبنان، أنه في إحدى برامج التدخلات التي أجريت بين عامي 2007 و 2011، تم فيها مسح واستهداف عدد من الرجال

الذين يمارسون الجنس مع الرجال، كان نصفهم لا يستخدم الواقي الذكري في علاقاته الجنسية. وقد صرح غالبيتهم أن الواقي الذكري يحول دون استمتاعهم بالجنس ويحد من اللذة الجنسية. وبالرغم من زيادة مخاطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً، إلا أنهم يفضلون المجازفة والتمتع بصورة أعلى من اللذة الجنسية.

ويعتبر الحد من مخاطر الإصابة، أسلوباً لتغيير السلوكيات، يعترف كلية بأن الحد تماماً من المخاطر لا يتم إلا بالتعفف الكامل. ولما كان هذا هو الحال، فإن الأساليب التي تعمل على الحد من المخاطر تشجع على خفض خطر التعرض للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً من خلال اعتماد أساليب الوقاية المسندة بالبيانات والدعائم العلمية. ومن هذه الأساليب خفض عدد الشركاء الجنسيين؛ واستخدام الواقي الذكري والمزلاقات الآمنة لممارسة الجنس الشرجي؛ والمعالجة المبكرة للعدوى المنقولة جنسياً؛ وإجراء فحص فيروس نقص المناعة البشري، والتبكير ببدء العلاج بمضادات الفيروسات القهقرية للحفاظ على انخفاض الحمل الفيروسي؛ والحد من تعاطي الخمر والمخدرات الترفيحية لخفض مخاطر التثبيط السلوكي.

متقف الأقران

الجلسة 14

لمحة عامة

يقدم هذا التمرين لمخططي البرامج والمشرفين الميدانيين مجموعة من الخصائص الأساسية التي تفيد عند اختيار متقفي الأقران.

النشاط: دور وخصائص متقف الأقران

الخطوة الأولى: الرسم (15 دقيقة)

1. ارسم صورة لمتقف الأقران واطلب من كل مشارك توضيح الخصائص التي يشعر أنها مهمة لنجاحه؛ على سبيل المثال المعرفة، والقيم، والمواقف، والمهارات.

الخطوة الثانية: العرض (45 دقيقة)

- اطلب من كل مشارك قراءة الخصائص التي اختارها بصوت عالٍ، وشرح سبب الاختيار. اسأل باقي المجموعة ما إذا كانت توافق على كل خاصية من هذه الخصائص، وفي حالة عدم الموافقة، ماهو السبب؟
- وفور تشارك الجميع في ما اختاروه من خصائص، قم بمراجعة المعلومات، وأضف أية خصائص لم تذكر في المناقشة، مستعيناً بالملحق 27.

الوقت

ساعة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



■ تحديد متطلبات عمل متقف

الأقران من حيث المعرفة/

والمواقف، والمهارات قبل تنفيذ

التدخلات العملية في الشارع.

سوف تحتاج إلى



■ أوراق كبيرة، وأقلام ماركرز،

وشريط لاصق

■ نسخ للتوزيع (نسخة لكل مشارك)

من

الملحق 27: خصائص متقف

الأقران

وليد، 31 سنة، طالب أعزب، يعرف نفسه بأنه رجل يمارس الجنس مع الرجال. ويعمل كمثقف للأقران مع جمعية العناية الصحية وجمعية حلم في لبنان

أنا مثقف أقران في المشروع وقد استفدت من جميع التدريبات من حيث المعلومات/والمناهج الخاصة بالقيام بتنقيف الأقران، وتخطيط عملي الميداني، وبشكل عام، استفدت من العمل الميداني والعناصر العملية. واستطعت تطبيق المعلومات النظرية التي تعلمتها.

وفي وضعي كمثقف أقران، ما تغير بالنسبة لي هو أنني التقيت مجموعات ومجموعات أخرى تختلف عن من عرفت من أشخاص، وتعلمت كيفية العمل مع مناهج وأساليب تم تعديلها لتتوافق مع كل مجموعة منهم. حيث تختلف طريقة العمل، والحديث، ومحتوى المعلومات التي تستهدف شباب الشارع، عن تلك التي تستخدم مع شباب البارات والملاهي الليلية. ولم أعد اقتصر على استخدام أسلوباً أو منهجاً واحداً فقط.

وخلال عملي في الشارع استطعت أن أميز الفرق بين الفئات التي أتقابل معها، وبدأت أستخدم أسلوبين أو منهجين مختلفين. وكان هذا مهماً جداً حيث زاد من فائدة ما أقدمه من تدخلات، ورفع من ثقتي في النفس ومن ثقتي في جودة المعلومات التي أقدمها. وعندما أشعر بأن من أتحدث إليه، يتقبل كلامي بسهولة ويبدأ في طرح الأسئلة، والاهتمام بالموضوع، يزيد هذا من قيمة وفائدة ما أقوم به من عمل.

باسم، 32 سنة، طالب ومثقف أقران مع الجمعية التونسية، في تونس

اليوم أشعر بالمسؤولية تجاه سلوكياتي الجنسية. أنا واع بأهمية الوقاية والمخاطر التي يواجهها مجتمعنا، بدءاً بالخطورة العالية للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري، بسبب ما نعانیه في مجتمعنا من تركيز الوباء فيه.

الملحق 27: خصائص مثقف الأقران

والعداوى المنقولة جنسياً، وتقديم الخدمات للمتعايشين مع فيروس نقص المناعة البشري.

ولا يكون كل عامل ميداني مثقفاً للأقران، بل فقط من ينظر إلى الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال نظرة إيجابية ويكون لهم الاحترام، علاوة على عدم شعوره بالحرَج من التحدث عن التفاصيل الحميمة لممارسة الجنس بين رجلين. وفي الواقع، قد يفضل بعض الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال التواصل مع شخص متعاطف معهم حتى ولو لم يكن ممن يمارسون الجنس مع الرجال. وفي بعض الحالات، قد يكون من الأسهل والأكثر أماناً لمثقف الأقران جهلهم بوضعه كرجل من الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال.

وسواء أكان العامل الميداني من مثقفي الأقران أم لا، فلا بد له من التحلي بالمعايير التالية، والتي يقوم التدريب والعمل على الذات بصقلها وتعزيزها.

إن نجاح أي برنامج توعية يتطلب أيضاً التعبئة المجتمعية، وأفضل وسيلة لتحقيق هذا هي اعتماد المنهج التشاركي. ويجب على المنظمات التي ترغب في القيام بمثل هذه البرامج، أن تشرك المجموعات المستهدفة في جميع المراحل. وسوف يعمل هذا على تقوية العلاقات ما بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال والبرنامج، ومع مرور الوقت، تمتد هذه العلاقات لتشمل المجتمع بشكل عام، مما يساعد على الحد من الوصمة والتمييز.

قد ينتمي مثقفو الأقران أنفسهم إلى المجموعة المستهدفة، وقد يشاركون في بعض الخصائص المماثلة، مثل الفئة العمرية، والوضع الاجتماعي، والثقافة، والدين، وتجربة أن تكون "مختلفاً" عن المعيار السائد. وتعني هذه "المعرفة الداخلية" أن مثقفي الأقران يعرفون، في الكثير من الحالات، كيفية ومكان الوصول إلى المجموعة المستهدفة، وما هي أفضل السبل للاقتراب منهم.

يطور التدريب من قدراتهم ويمكنهم من تحويل مهاراتهم ومعارفهم نحو التنقيف الصحي وتعزيز محتواه. ويتمثل دورهم في الوصول إلى المجموعة وإمدادها بالموارد التنقيفية والمعلومات الدقيقة حول فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز. كما أنهم يساعدون الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على دقة الشعور بما يتعرضون له من عوامل خطر الإصابة بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العداوى المنقولة جنسياً، من خلال مشاركتهم معلوماتهم حول العلاقة التي تربط بين السلوكيات الجنسية والسلوكيات الأخرى من ناحية، والعداوى المنقولة جنسياً وفيروس نقص المناعة البشري من ناحية أخرى. ويقوم مثقف الأقران بتعزيز سبل الوقاية من خلال مناقشة المخاطر، وتوزيع الواقي الذكري، والمزقات، والإبر والمحاقن النظيفة، ومعدات الحقن عند اللزوم؛ وتوفير الخدمات الصحية الأساسية في الشارع (كلما أمكن ذلك)؛ وإحالة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال إلى الخدمات المناسبة مثل المشورة والفحص الطوعي، وتحري العداوى المنقولة جنسياً، والعلاج والمشورة الخاصة بفيروس نقص المناعة البشري

خصائص مثقف الأقران أو العامل الميداني

المهارات	الخصائص الأساسية
<ul style="list-style-type: none"> ■ قادر على التواصل مستخدماً "لغة" المجموعة المستهدفة، وتبسيط المعلومات التقنية ■ مستمع جيد ■ قادر على اتخاذ القرارات ■ قادر على العمل في الأماكن التي يتجمع فيها الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال بغض النظر عن الممارسات والمعتقدات. قد تكون هذه الأماكن خطيرة ■ مبدع، يقترح الاستراتيجيات الجديدة والواقعية لدعم تغيير السلوك ■ مسؤول ومنظم بشكل جيد 	<ul style="list-style-type: none"> ■ يزيد عمره عن 18 عاماً⁵ ■ معروف ومحترم من قبل الأقران ■ يكن الاحترام والتقدير للآخرين صادق ■ ناضج وقادر على الحفاظ على سرية المعلومات ■ قادر على التكيف ■ يرحب بالملاحظات ويرغب في التقدم والتحسين
الموقف	المعرفة
<ul style="list-style-type: none"> ■ يفهم ويحترم قيم ومبادئ المجموعات المستهدفة ■ يدعو إلى الدفاع عن حقوقهم وحقوق الإنسان بشكل عام ■ يؤمن بالعمل الذي يقوم به وأهميته ■ يسعى لعدم إصدار أحكام مسبقة، ويعمل بشكل نشط ضد أي تمييز تجاه الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال ■ بوسعه العمل ليلاً وفي عطلة نهاية الأسبوع 	<ul style="list-style-type: none"> ■ لديه فهم جيد للأمور الآتية: <ul style="list-style-type: none"> – فيروس نقص المناعة البشري/الإيدز وسائر العداوى المنقولة جنسياً – ما هي، وكيف يتم انتقالها، وعلاجها والوقاية منها – تأثير السياق الاجتماعي والاقتصادي على السلوك – تعاطي المخدرات، فيروس نقص المناعة البشري والرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال – العمل بالجنس، فيروس نقص المناعة البشري والرجال يمارسون الجنس مع الرجال ■ لديه فهم جيد للمسائل المتعلقة بالنوع الاجتماعي، والميول الجنسية، والهوية الجنسية ■ لديه معرفة بالموارد المحلية المتاحة

٥ يجب على مخططي البرامج مراجعة السياسات المحلية المتعلقة بتدخلات الشارع عند تجديد الفئة العمرية لمثقفي الأقران. يستحسن اختيار من تعدى 18 عاماً، ولكن لا يمنع هذا العمل مع المجموعات الأصغر عمراً، حيث من الممكن أن تكون هذه المجموعات نشطة جنسياً، ويمكن أن تعقد الجلسات معها بصورة شخصية وقد يطلب منها جلب الأقران للتوعية أو الإحالة إلى الخدمات (خاصة إذا وجدت بروتوكولات للمشورة)، ومعلومات الاختبار الطوعي، وتوزيع مواد التنقيف والتواصل. ويجب على مخططي البرامج العمل في إطار السياسات الصحية المحلية، وإذا لزم الأمر، الحصول على موافقة أولياء الأمور، حيث تعد من القضايا الأخلاقية ذات الحساسية.

الجلسة 15

المواقف والمعتقدات

لمحة عامة

هذا التمرين، المثير للاهتمامات، قد يسبب بعض الجلبة، ومن ثم ذكر الجميع بقواعد الورشة التدريبية حول احترام الرأي والرأي الآخر. شجع النقد البناء المسند بالبيانات، واترك لكل منهم حرية التعبير عن رأيه.

قد لا تتمكن من استعراض قائمة المواقف بالكامل (الملحق 28)، لذا انتق ماتجده مناسباً وناقش ما تركته، لاحقاً، أثناء التدريب.

استمع إلى وجهات نظر المشاركين. وسجل ملاحظاتك، وركز على أية مواقف تحتاج إلى التوضيح أو التشجيع. لا تأخذ جانباً، ولكن قم بتوجيه المناقشة تجاه المواقف الأكثر إيجابية بدون فرضها. شجع الاستماع الفعال، لأن هذا التمرين عبارة عن اختبار لمدى انفتاح المشاركين، وتنمية مهارات الاستماع الفعال.

النشاط: مع أو ضد

الخطوة الأولى: التمرين الفردي (15 دقيقة)

1. وزع نسخاً من الملحق 28، واطلب من المشاركين استيفاء القائمة بشكل منفرد (بدون التشاور)، وذلك بالتعليم على المربع المناسب لكل إجابة.

الخطوة الثانية: التمرين الجماعي (30 دقيقة)

2. عند استكمال الخطوة الأولى، اطلب من المشاركين الوقوف أمام بعضهم البعض، ممسكين بأوراقهم وشرح سبب اختياراتهم (مع أو ضد). وعلى من اختار الإجابة "ضد"، الوقوف في وسط المجموعة، وشرح موقفه.

الوقت

45 دقيقة



الأهداف

في نهاية الجلسة سيتمكن المشاركون من



■ فهم ومناقشة مختلف المواقف والمعتقدات، وتحديد تلك الخاصة بهم.

سوف تحتاج إلى

الملحق 28: قائمة بالمواقف



الملحق 28: قائمة بالمواقف

المواقف	مع	ضد	الإجابة الصحيحة والتبرير
توزيع الواقي الذكري مجاناً على الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال سوف يشجعهم على القيام بنفس الممارسات الجنسية			لا، يقوم الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال بممارسة الجنس بنفس الأسلوب الذي يتبعه الرجال الذين يمارسون الجنس مع النساء، مع قلة فرص حصولهم على أية معلومات وعلى الواقي الذكري. إن الواقي الذكري المجاني لا يحد فقط من إصابة الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال بفيروس نقص المناعة البشري وسائر العدوى المنقولة جنسياً، ولكنه يحمي أيضاً المجتمع ككل.
توفير الواقي الذكري مجاناً لمن يقل عمره عن 16 عاماً سوف يشجعهم على القيام بنفس الممارسات الجنسية			تشجيع الشباب على تأجيل ممارسة الجنس له أهمية كبيرة، حيث تشير الدراسات إلى أن ممارسة الجنس مبكراً تؤثر في عدد الشركاء الجنسيين مدى العمر. وكلما زاد عدد الشركاء الجنسيين، كلما زادت احتمالات التعرض للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري. والواقع أن الشباب يمارس بالفعل الجنس، ويتعرض فعلياً للإصابة عند عدم استخدامه الواقي الذكري. ويوفر توزيع الواقي الذكري فرصة للتثقيف الصحي، علاوة على التعرف على أية مشاكل تواجه هؤلاء الشباب، أو كان لديهم أية أسئلة حول العلاقات الحميمة، والجنس، والجنسية من الشباب أنفسهم.
تشجيع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على الحديث عن هويتهم وحياتهم، قد يحد من تعرضهم للمخاطر			نعم، لأن ذلك يشعرهم بتقبلهم مما يعزز ثقتهم في متلقي الأقران ويشجعهم على طرح الأسئلة. وعند انفتاحهم، سوف يزيد تقديرهم الذاتي مع إدراكهم بتقبل الآخرين لهم واحترامهم. إن التقدير الذاتي يمكن أن يؤدي إلى الحد من المجازفة ويزيد من استخدامهم للواقي الذكري.
أفضل طريقة للحد من الأضرار الناجمة عن العدوى المنقولة جنسياً هو حظر/تجريم العلاقات الجنسية بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال			أولاً، لا يعني حظر شيء أنه لن يحدث. وثانياً، يعتبر منع الراشدين المتراضين من التعبير عن جنسائيتهم أمر يتعارض مع حقوق الإنسان.
المتعاشرون مع فيروس نقص المناعة البشري، ولديهم حمل فيروسي منخفض غير ظاهر، مع ارتفاع في تعداد خلايا CD4، يمكنهم ممارسة الجنس غير المحمي			مع أن وجود حمل فيروسي بسيط غير قابل للكشف يعني انخفاض كبير في معدلات خطر انتقال فيروس نقص المناعة، تظل هناك إمكانية لانتقال الفيروس. وقد تحدث ارتفاعات في مستوى سريان الفيروس خلال أوقات المرض والتوتر، ولا يجدي القيام بالفحص اللازم لمراقبة التغييرات في الحمل الفيروسي. ولذلك، يستحسن استمرار استخدام الواقي الذكري.
تشجيع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على عدم خلط المخدرات سوف يحد من تعرضهم للجرعة المفرطة			نعم، إن خلط المخدرات ليس بالفكرة الجيدة أبداً، ولكن الجرعة المفرطة يمكن أن تحدث من مخدر واحد فقط
تشجيع الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال على خفض معدلات تناولهم للخمر قبل ممارسة الجنس، سيساعدهم على استخدام الواقي الذكري خلال ممارسة الجنس			نعم. فحتى الكميات الصغيرة من الخمر قد تؤدي إلى إزالة التنبيه، مما يعني تقليل احتمالات استخدام الأشخاص للواقي الذكري.
توزيع الواقي الذكري بين الرجال الذين يمارسون الجنس مع الرجال سوف يشجع على زيادة عدد الشركاء الجنسيين			لا يتعلق هذا باستخدام الواقي الذكري. ولكن الواقي الذكري سيحمي من يريد ممارسة الجنس مع شركاء جنسيين متعددين.

حول التحالف الدولي لمحاربة فيروس نقص المناعة البشري والإيدز

نحن تحالف جديد مبتكر، يعمل على المستوى الوطني، تحالف مستقل يشترك مع المنظمات المدنية في رؤية واحدة تسعى لإيجاد عالم خال من الإيدز.

نحن ملتزمون بالعمل المشترك، مع المجتمعات من خلال النشاطات المحلية، والوطنية والعالمية المعنية بفيروس نقص المناعة البشري، والصحة وحقوق الإنسان.

وأعمالنا جميعها تركز على ما نحمله من قيم: فحياة البشر لها قيمة متساوية، ولكل إنسان الحق في الحصول على معلومات حول فيروس نقص المناعة البشري، وعلى ما يحتاجه من خدمات لحياته الصحية.

حول برنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا

برنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بفيروس نقص المناعة البشرية / الإيدز هو مشروع مشترك مبتكر تحت مظلة أسرة الأمم المتحدة، يجمع ما بين جهود وموارد عشر منظمات من منظومة الأمم المتحدة في إطار الاستجابة لمرض الإيدز لمساعدة العالم على الوقاية من الإصابات الجديدة بفيروس نقص المناعة البشرية، ورعاية المتعاشين مع فيروس نقص المناعة البشري، والتخفيف من تأثير الوباء. كما يساعد البرنامج في إرساء ودعم استجابة موسعة لمرض الإيدز _ وهي استجابة تجمع جهود العديد من القطاعات والشركاء من الحكومات والمجتمع المدني. أما الجهات الراعية فتشمل كل من: مفوضية الأمم المتحدة لشؤون اللاجئين، وبرنامج الأمم المتحدة الإنمائي، وصندوق الأمم المتحدة للسكان، ومكتب الأمم المتحدة المعني بالمخدرات والجريمة، ومنظمة العمل الدولية، واليونسكو، ومنظمة الأمم المتحدة للمرأة، ومنظمة الصحة العالمية، والبنك الدولي.

الفريق الإقليمي للدعم التابع لبرنامج الأمم المتحدة المشترك المعني بالإيدز
في الشرق الأوسط وشمال أفريقيا

20 شارع عبد الرزاق السنهوري

مدينة نصر

القاهرة، مصر

هاتف: (+20) 222765257