

JAMHURI YA MUUNGANO WA TANZANIA



WIZARA YA AFYA NA USTAWI WA JAMII

# Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari

# Mwongozo wa Mwezeshaji



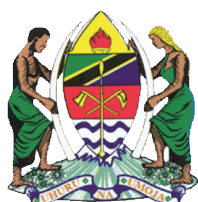
Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI

**Machi 2010**

Kimetafsiriwa kutoka lugha ya Kiingereza na Benny Muga Lugoe



JAMHURI YA MUUNGANO WA TANZANIA



WIZARA YA AFYA NA USTAWI WA JAMII

# Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari

## Mwongozo wa Mwezeshaji



Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI

**Machi 2010**

**Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari**  
Mwongozo wa Mwezeshaji

© WIZARA YA AFYA NA USTAWI WA JAMII 2010

**Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI**

S. L. P. 11857

DAR ES SALAAM

Kimetafsiriwa kutoka lugha ya Kiingereza na Benny Muga Lugoe

**ISBN 978-9987-650-61-3**

Sehemu yoyote ya kitabu hiki inaweza kunukuliwa na mashirika yasiyo ya kibiashara ili mradi yaitambue na kuitaja Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii (WAUJ)

**Kimeandaliwa na kuchapishwa na WAUJ kwa msaada wa JICA/CDC/AMREF/WHO**

# Yaliyomo

<b>VIFUPISHO</b>	<b>vi</b>
<b>SHUKURANI</b>	<b>viii</b>
<b>DIBAJI</b>	<b>x</b>
<b>UTANGULIZI</b>	<b>xi</b>
<b>MODULI 1 Kujitambua</b>	<b>1</b>
Kipindi 1 Utambulisho	2
Kipindi 2 Kujifahamu	5
Kipindi 3 Amali	7
Kipindi 4 Kujielewa	9
Kipindi 5 Stadi za Maisha	11
Kipindi 6 Lugha inayohusiana na VVU	13
<b>MODULI 2 Taarifa Muhimu kuhusu VVU, UKIMWI Ushauri Nasaha na Upimaji</b>	<b>15</b>
Kipindi 1 Taarifa Muhimu kuhusu VVU na UKIMWI	16
Kipindi 2 Kinga ya mwili na VVU	17
Kipindi 3 Hali ya VVU na UKIMWI	19
Kipindi 4 Njia za Maambukizi ya VVU na Mienendo Hatarishi	21
Kipindi 5 Muhtasari wa Uambukizaji Kutoka kwa Mama Kwenda kwa Mtoto na Mpango Wa Kuzuia Uambukizaji wa Mama Kwa Mtoto	23
Kipindi 6 Mikakati ya Kuzuia Maambukizi ya VVU	25
Kipindi 7 Simulizi Zisizo Kweli kuhusu VVU na UKIMWI	27
Kipindi 8 Istilahi Itumikayo katika Upimaji wa VVU	29
Kipindi 9 Nafasi ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari katika Kuzuia Maambukizi ya VVU, Kutoa Matunzo na Kuhimili Hali Halisi	30
<b>MODULI 3 Nadharia za Ushauri Nasaha na Mbinu</b>	<b>33</b>
Kipindi 1 Nadharia za Ushauri Nasaha: Muhtasari	35
Kipindi 2 Nadharia ya Uchambuzi Kiakili	36
Kipindi 3 Nadharia ya Kitabia	37
Kipindi 4 Nadharia ya Uelewa	38
Kipindi 5 Nadharia ya Ubinadamu	40
kipindi 6 Stadi za Mawasiliano: Muhtasari	41
kipindi 7 Stadi za Mawasiliano: Mawasiliano Kamilifu	43
Kipindi 8 Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Muhtasari	44
Kipindi 9 Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha(KUHU) na Protokali za Ushauri Nasaha	45
Kipindi 10 Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Hatua Kuu za Ushauri Nasaha	47
Kipindi 11 Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Mbinu Saidizi katika Ushauri Nasaha	48
Kipindi12 Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Vikwazo katika Ushauri Nasaha	49
kipindi 13 Sifa za Mshauri Nasaha Bora	50
Kipindi 14 Wajibu wa Mshauri Nasaha Bora	51
Kipindi 15 Ushauri Nasaha: Stadi za Kusikiliza na Kuuliza	52
Kipindi 16 Ushauri Nasaha: Stadi za Kutumia Ukimya	54
Kipindi 17 Ushauri Nasaha: Stadi za Kutumia Lugha ya Mwili	55
Kipindi 18 Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa Muhtasari:	57
Kipindi 19 Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Kuchambua Mienendo Hatarishi	59



Kipindi 20	Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Kuandaa Mpango wa Kupunguza Hatari	61
Kipindi 21	Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Majibu ya Vipimo vya VVU na Yanayoweza Kujitokeza	62
Kipindi 20-21	Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Maigizo Dhima	63
Kipindi 22	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Kutoa Majibu Hasi ya Vipimo vya VVU	64
Kipindi 23	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Kuendeleza Mikakati ya Kupunguza Hatari ya Maambukizi	66
Kipindi 24	Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kutoa Majibu Chanya ya Vipimo vya VVU	68
Kipindi 25	Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kumwarifu mwenzi hali ya maambukizi ya VVU	70
Kipindi 26	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Ushauri Nasaha Saidizi	71
Kipindi 27	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Maigizo dhima	73
<b>MODULI 4 Ushauri Nasaha kwa Makundi na Hali Maalumu</b>		<b>75</b>
Kipindi 1	Ushauri Nasaha kwa Wenzi	76
Kipindi 2	Wajibu wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari katika Ushauri Nasaha kwa Wenzi	78
Kipindi 3	Ushauri Nasaha kwa Familia	80
Kipindi 4	Msaada wa Kisaikolojia na Kijamii katika Ushauri Nasaha kwa Familia	82
Kipindi 5	Stadi za Ushauri Nasaha kwa Vijana	84
Kipindi 6	Vipengele Vinavyoimarisha Ushauri Nasaha kwa Vijana	86
Kipindi 7	Muhtasari wa Ushauri Nasaha kwa Watoto na Masuala yake ya Kisheria	88
Kipindi 8	Stadi za Ushauri Nasaha kwa Watoto	90
Kipindi 9	Kuwahudumia Watu Wenye Ulemavu Katika Mtazamo wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU	92
Kipindi 10	Mbinu za Ushauri Nasaha kwa Makundi Yaliyo Katika Hatari ya Maambukizi ya VVU	93
Kipindi 11	Ushauri Nasaha wakati wa Upeo wa Mgogoro	94
Kipindi 12	Ushauri Nasaha wa Kupotelewa, Majonzi na Makiwa	96
Kipindi 13	Kumsaidia Mteja na Anayemhusu Kuhimili Kupotelewa	98
<b>MODULI 5 Ushauri Nasaha, Matunzo na Matibabu</b>		<b>101</b>
Kipindi 1	Muhtasari wa Huduma za Matunzo na Matibabu katika VVU na UKIMWI	102
Kipindi 2	Ujumla wa Matunzo katika VVU na UKIMWI	103
Kipindi 3	Wajibu wa Mshauri Nasaha kwenye Huduma ya Dawa za Kupunguza Makali ya UKIMWI	105
Kipindi 4	Muhtasari wa Maambukizi ya Kushabihiana kwa Kifua Kikuu na VVU	107
Kipindi 5	Ushauri Nasaha Unaohusu Kifua Kikuu na VVU na Uchunguzi wa awali wa Uambukizo wa Kifua Kikuu	108
Kipindi 6	Muhtasari wa Magonjwa ya Ngono na Magonjwa ya Uzazi	109
Kipindi 7	Muhtasari wa Magonjwa Nyemelezi	110
Kipindi 8	Lishe katika Hali ya Kuishi na VVU na UKIMWI	111
Kipindi 9	Ushauri Nasaha wa Lishe katika Hali ya Kuishi na VVU na UKIMWI	112
Kipindi 10	Unyanyapaa na Kutengwa katika Hali ya VVU na UKIMWI - 1	113
Kipindi 11	Unyanyapaa na Kutengwa katika Hali ya VVU na UKIMWI - 2	115
Kipindi 12	Masuala ya Kisheria na Haki za Binadamu	116
Kipindi 13	Masuala ya Kisheria na Haki za Binadamu kwa Watoto	117
Kipindi 14	Tahadhari ya Jumla na Kuimarisha Kuzuia Maambukizi	118

<b>MODULI 6 Usimamizi wa Utoaji Huduma za Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari</b>	<b>119</b>
<b>Kipindi 1 Njia za Utoaji wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU Nchini Tanzania</b>	<b>120</b>
<b>Kipindi 2 Kuanzisha Kituo cha Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari</b>	<b>121</b>
<b>Kipindi 3 Mifumo ya Utoaji wa Huduma ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari</b>	<b>122</b>
<b>Kipindi 4 Usimamizi wa Mtiririko wa Wateja</b>	<b>123</b>
<b>Kipindi 5 Kuunda Mfumo wa Rufaa na Mitandao</b>	<b>124</b>
<b>Kipindi 6 Stadi za Kuingia Ndani ya Jamii</b>	<b>126</b>
<b>Kipindi 7 Ufuatiliaji na Tathmini ya Huduma za Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari</b>	<b>127</b>
<b>Kipindi 8 Zana za Kukusanyia Taarifa na Kuandaa Ripoti</b>	<b>128</b>
<b>Kipindi 9 Usimamizi na Mtiririko wa Taarifa</b>	<b>130</b>
<b>MODULI 7 Upimaji wa VVU Katika Huduma ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari</b>	<b>131</b>
<b>MODULI 8 Mbinu za Ushauri Nasaha, Maadili na Usimamizi katika Huduma za Ushauri Nasaha</b>	<b>133</b>
<b>Kipindi 1 Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Kujenga Mahusiano</b>	<b>134</b>
<b>Kipindi 2 Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Uvumbuzi</b>	<b>135</b>
<b>Kipindi 3 Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Uelewa</b>	<b>136</b>
<b>Kipindi 4 Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Kupanga Utekelezaji</b>	<b>137</b>
<b>Kipindi 5 Utangulizi wa Maadili katika Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari</b>	<b>138</b>
<b>Kipindi 6 Maadili katika Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari</b>	<b>139</b>
<b>Kipindi 7 Msaada wa Kitaalamu kwa Mshauri Nasaha</b>	<b>141</b>
<b>Kipindi 8 Usimamizi wa Mshauri Nasaha</b>	<b>143</b>
<b>Kipindi 9 Mwongozo wa Kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari</b>	<b>144</b>
<b>Kipindi 10 Mazoezi Kituoni</b>	<b>145</b>
<b>Kipindi 11 Kubadilishana Uzoefu wa Kituoni</b>	<b>146</b>



## VIFUPISHO

AMREF	African Medical and Research Foundation
CD4	Cluster Differentiation Antigen 4
CD8	Cluster Differentiation Antigen 8
CDC	Centres for Diseases Control
CHMT	Council Health Management Team
COUNSENUTH	Centre for Counselling, Nutrition and Health Care
DNA	Diox-Nucleic Acid
DOT	Direct Observed Therapy (Treatment)
HAART	Highly Active Anti-Retroviral Therapy
IEC	Information Education and Communication
ITECH	International Training and Education Centre on HIV
JICA	Japan International Cooperation Agency
MoHSW	Ministry of Health and Social Welfare
MUHAS	Muhimbili University College of Health and Allied Sciences
MUHIC	Muhimbili University Health Information Centre
MYN	Magonjwa ya Ngono
NACP	National AIDS Control Programme
NNRTIs	Non- Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitors
NRTIs	Nucleoside Reverse Transcriptase Inhibitors
NTLP	National TB and Leprosy Programme
ORCI	Ocean Road Cancer Institute
PIs	Protease Inhibitors
RHMT	Regional Health Management Team
RNA	Ribo-Nucleic Acid
TACAIDS	Tanzania Commission for AIDS
TFNC	Tanzania Food and Nutrition Centre
THIS	Tanzania HIV and AIDS Indicator Survey
UKIMWI	Upungufu wa Kinga Mwilini
UNAIDS	Joint United Nations Programme on HIV and AIDS



VVU

Virusi vya UKIMWI

WAVIU

Wanaoishi na virusi vya UKIMWI

WHO

World Health Organization



## SHUKURANI

Marejeo ya makala ya kufundisha kuhusu Ushauri Nasaha kwa ajili ya upimaji wa Virusi vya Ukimwi(VVU) kwa hiari na kuandaa juzuu ya Kiswahili ya makala haya ni matokeo ya juhudi zisizo na kifani za watu binafsi,wadau/mashirika na mchango wa , watoa taarifa..

Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii (WAUJ) inapenda kutoa shukrani za dhati kwa wale wote waliotoa mchango wao katika kazi hii. Shukrani za kwanza kabisa zinakwenda kwa Shirika la Kimataifa la Misaada la Japani (JICA) kwa msaada wao mkubwa wa kifedha uliowezeshakazi hii kufanyika.

Tunatambua na kushukuru mchango wa kitaalamu na uwezeshaji katika mchakato mzima uliotolewa na Bwana Benny Muga Lugoe (the consultant), , Dkt. Roland Swai (NACP), Dkt. Mary Ntiro (NACP), Bibi Peris Urasa (NACP), Bwana Nobuhiro Kadoi (NACP/JICA) na Bibi. Yukiko Sakurai (NACP/JICA). Tunapenda tena kutambua kazi aliyofanya Bwana Benny Muga Lugoe ya kutafsiri makala haya katika lugha ya Kiswahili na Bwana Antoni Keya kwa kupitia na kuhariri tafsiri hiyo.

Tunapenda kutoa shukrani za pekee kwa Wawezeshaji wa kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa hiari kwa mrejesho wao ambao ulituwezesha kupata mahitaji ya kuboresha mafunzo. Pia tunawashukuru wajumbe wa kikundi cha kitaalamu kilichokaa na na kuyapanga mahitaji hayo kwa njia ya kuboresha Kikundi hicho cha wataalamu kiliundwa na Wawezeshaji wa kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa hiari; wajumbe kutoka katika kitengo cha Ushauri Nasaha na Msaada wa Kijamii cha Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI na wadau mbalimbali wa ifuatavyo:

- Mr. Aleck Barankena – Halmashauri ya Manispaa ya Dodoma
- Mr. Ambele Phillip – Hospitali ya Mkoa ya Sumbawanga
- Mr. Anatory Didi – AMREF Tanzania
- Mr. Andrea N. Mwinuka – Hospitali ya Mkoa ya Iringa
- Mr. Elisante P. Mmanyi – Halmashauri ya Wilaya ya Bagamoyo
- Ms. Fortunata Yambesi – Hospitali ya Temeke
- Mr. Francis C. Mbugi – Hospitali ya Mkoa ya Morogoro
- Dr. Jacob Pallangyo – Hospitali ya Babati
- Mr. Jovin Tesha - PASADA
- Mr. Joel J. Hoza – Hospitali ya Mkoa ya Tabora
- Ms. Lillian Mnzava – Halmashauri ya Manispaa ya Ilala
- Ms. Renata Mwangi - CEDHA
- Ms. Sifaa SAidi – Chuo cha Wauguzi cha Bugando
- Ms. Violot Rugangila – ITECH Tanzania

Shukrani za dhati ziwafikie Center for Disease Control (Atlanta) kwa ajili ya ushauri wa kitaalamu walioutoa.

Mwisho, WAUJ inawashukuru wote ambao walitoa mchango wao kwa namna moja au nyingine katika kufanikisha marejeo na uandaaji wa makala haya ya Kiswahili ya kufundishia, kwani siyo rahisi kuwataja wote hapa.

Dr. Deo M. Mtasiwa  
Mganga Mkuu  
Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii



## DIBAJI

Mwaka 2006, Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii (WAUJ) ikishirikiana na Shirika la Kimataifa la Misaada la Japani (JICA) na washirika wengine wa serikali kwa pamoja walianza mchakato wa kuunganisha na kupata mafunzo yenye kiwango ya ushauri nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari. Kutokana na jitihada hizi, Makala ya kitaifa ya kufundisha Washauri Nasaha ilikamilika mwaka 2008. Mwaka huo pia wawezeshaji wote wa kitaifa walipata fursa ya kutumia makala hiyo mpya na matokeo yake yalikuwa ni mafanikio ya kutumia makala hii na washirika wote nchini.

Hali hii imeiwezesha wizara kuhakikisha kuwa mafunzo ya ushauri nasaha na upimaji wa VVU ni ya kiwango kimoja nchi nzima. Hata hivyo kumekuwa na kilio kikubwa kutoka kwa wawezeshaji wa kitaifa na washiriki wa mafunzo kutaka kuwa na makala ya Kiswahili ya mafunzo haya. Pia mahitaji ya makundi mbalimbali katika jamii kuhusu ushauri nasaha na upimaji wa VVU yamekuwa yakijitokeza wakati wa tathmini ya kawaida katika mafunzo na wawezeshaji wa kitaifa wamekuwa wakiyafikisha kwenye Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI.

Mapendekezo yaliyoainishwa yalichambuliwa na kujadiliwa katika mkutano wa kikundi cha wataalamu ambacho kilikuwa na wataalamu wa ushauri nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari, wawezeshaji wa kitaifa na washirika wa serikali. Hivyo akala ya kufundishia imefanyiwa marekebisho kulingana na mapendekezo hayo

Baada ya kufanya marekebisho haya, kwa kiingereza ndipo, tafsiri ya Kiswahili ilipoandaliwa. Naamini makala hii ya Kiswahili itakuwa ya manufaa zaidi kwa wawezeshaji na washiriki wa mafunzo. Hivyo tunategemea kwamba makala hii itatumika kwa ukamilifu na kuweka kiwango cha mafunzo ya ushauri nasaha kwa ajili ya kuhakikisha utoaji wa huduma iliyo bora nchini.

WAUJ itaendelea kupokea mapendekezo yanayojitokeza kwa ajili ya kuboresha makala hii. Kwa hiyo tutashukuru sana kama utaendelea kuwasiliana nasi katika jambo hili

Blandina S. J. Nyoni  
Katibu Mkuu  
Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii

## UTANGULIZI

### ***Madhumuni na Malengo ya Mafunzo ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari***

#### **Madhumuni**

Kuchangia katika mpango wa taifa katika mapambano na VVU katika nyanja za kuzuia maambukizi, kutoa matunzo na matibabu kwa kutumia huduma za upimaji wa VVU unaoombwa na mteja mwenyewe.

#### **Lengo Kuu**

Kuwapa watoa huduma maarifa na stadi za kutoa huduma yenye ubora wa juu katika Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU unaoombwa na mteja mwenyewe.

#### **Usuli**

Tokea wagonjwa wa kwanza wa UKIMWI walipoonekana Tanzania mwaka 1983, janga la VVU na UKIMWI limeendelea kukua mwaka hadi mwaka. Kulingana na taarifa namba 19 ya uchunguzi iliyofanywa na Mpango wa Kudhibiti UKIMWI mwaka 2005, hadi mwaka 2004, watu 1,840,000 (wanaume 860,000 na wanawake 980,000) walikuwa wakiishi na virusi vya UKIMWI na UKIMWI nchini. Asilimia themanini ya watu hao ikiwa kwenye umri wa miaka 20-49 ambao ni wenye uwezo wa kufanya kazi na kuwa wazalishaji. Sambamba na hali hii huduma za Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU, hasa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari zimekuwa zikiongezeka tangu 1995. Hadi sasa kuna zaidi ya vituo 1072 vya huduma za Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari ambavyo vimeenea nchi nzima. Utafiti wa viashiria vya hali ya VVU na UKIMWI Tanzania (THIS) unaonesha kuwa ni asilimia 15 tu ya wananchi ambao wamekwishapata huduma hii. Hivyo basi bado kuna kazi kubwa zaidi ya kufanya. Hii imeleta umuhimu wa jitihada za kuandaa makala yenye wiwango sahihi kwa ajili ya kufundisha washauri nasaha wengi zaidi. Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari humpa mtu nafasi ya kupata taarifa sahihi kuhusu VVU na UKIMWI. Ndio mlango pekee wa kuingilia kwenye matunzo, matibabu na taratibu za misaada.

Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari humwezesha mtu kutambua kwa njia ya usiri jinsi ambavyo anaweza kuwa katika hatari ya maambukizi ya VVU. Huduma hii pia humwezesha mtu kutambua kwa undani matokeo ya hali yake ya kuwa na maambukizi au la pamoja na jinsi ya kuishi kwa njia ya kuwalinda wengine ili kuzuia kuenea kwa maambukizi ya VVU. Pia huduma hii humwezesha mtu kufanya maamuzi ya busara kuhusu upimaji wa VVU.

Kwa wale ambao wanakuwa tayari wana maambukizi ya VVU, Ushauri Nasaha huwawezesha kuhimili msongo wa hali hiyo, uwezekano wa kufanyiwa unyanyapaa, pamoja na kuweza kukabili masuala ya kisaikolojia na kijamii. Huduma za Ushauri Nasaha huwezesha rufaa kwenda kwenye huduma za matunzo, misaada na matibabu pamoja na kuwezesha maamuzi bora ya maisha ya baadaye.

#### **Mafunzo ya Washauri Nasaha**

Hapo awali mafunzo haya yalitolewa kwa kutumia mitaala tofauti na muda wa mafunzo uliotofautiana. Makala hii ya kufundishia imeandaliwa kutokana na mtaala wa kitaifa uliokubalika na unaoendana na Mwongozo wa Kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari. Makala hii ya kufundishia imeandaliwa kwa ajili ya kufundishia wanasahi wanaotokana na watoa huduma za afya na wale wasio katika huduma za afya kama vile walimu, wahudumu wa jamii na wahudumu wa masuala ya dini.

#### **Jinsi ya Kutumia Makala hii**

Makala hii imeandaliwa kwa ajili ya kutoa mafunzo ya wanasahi wa masuala ya VVU. Makala inampa mwezeshaji taarifa zote zinazohitajika ili kufundisha Mshauri Nasaha wa namna hiyo. Makala hii imegawanyika katika moduli nane kwa kulingana na mtaala ulioandaliwa na Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii. Moduli hizo ni kama zifuatazo :

- MODULI 1 Kujitambua
- MODULI 2 Taarifa Muhimu kuhusu VVU, Ushauri Nasaha na Upimaji
- MODULI 3 Nadharia na Mbinu za Ushauri Nasaha
- MODULI 4 Ushauri Nasaha kwa Makundi na Hali Maalumu
- MODULI 5 Ushauri Nasaha, Matunzo na Matibabu
- MODULI 6 Utoaji na Usimamizi wa Huduma za Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari
- MODULI 7 Upimaji wa VVU katika Huduma za Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari
- MODULI 8 Mbinu za Ushauri Nasaha, Maadili na Usimamizi katika Huduma za Ushauri Nasaha

Kila moduli imegawanywa katika vipindi vya saa moja moja ili kurahisisha ufundishaji. Kisha mtiririko wa hatua za kufundishia kila kipindi umechambuliwa. Kila kipindi kimegawanywa katika vipengele mbali mbali vya kumwongoza mwezeshaji kuendesha kipindi kama ifuatavyo:

1. Namba na jina la kipindi
2. Malengo ya kipindi
3. Zana na vifaa vya kutumia
4. Maandalizi ya awali
5. Hatua za kufuata katika ufundishaji
6. Tathmini

Wawezeshaji wanashauriwa kuzisoma hizi taarifa zote na kuzielewa vema kabla ya kuanza uwezeshaji.

Makala hii inaambatana na **Makala ya Mshiriki wa Mafunzo, vitini na maandalizi ya kufundishia kwa kompyuta**, kwa kila kipindi. Wawezeshaji wanashauriwa kupitia hivi viambatisho vyote na kuoanisha na mada ya kipindi ili kufundisha kwa ufanisi zaidi. Yote haya yamewekwa kwenye CD-ROM.

### **Mbinu za Uwezeshaji**

Ufundishaji unaowalenga washiriki mafunzo: Mafunzo ya ushauri nasaha na kupima VVU kwa hiari hutolewa kwa wafanyakazi wa aina mbalimbali.

Hawa ni watu wazima wenye uzoefu mwingi na unaotofautiana. Mwezeshaji wa watu wazima anatakiwa aheshimu ujuzi na uzoefu wao na wakati huo huo aweze kujenga kwenye kile wanachokijua ili kuwapa maarifa mapya na stadi mpya. Njia pekee ya kufanikisha hilo ni kutumia uwezeshaji shirikishi. Njia hizi huwahusisha washiriki wa mafunzo kufanya vitendo vinavyotokana na uzoefu wao na kisha kujadiliana na kuhusisha na hali ya baadaye. Wajibu wa mwezeshaji katika njia hizi ni kuongoza mwelekeo wa mafunzo huku washiriki wenyewe wakitumia uzoefu wao katika kujifunza.

Jambo la muhimu kabisa katika mafunzo ya Ushauri Nasaha ni kujenga stadi za Ushauri Nasaha katika hali zinazotofautiana. Katika hali hiyo basi, vipindi vya mazoezi ya Ushauri Nasaha ni sehemu ya mafunzo ili kujenga mbinu na stadi husika. Mazoezi haya yanaweza kufanyika na watu wawili wawili (Mshauri Nasaha na mteja) ama na watu watatu watatu (Mshauri Nasaha, mteja na mtazamaji) na kisha wahusika kubadilishana majukumu hayo kati yao. Baadhi ya mazoezi haya ya Ushauri Nasaha yanaweza kurekodiwa kwenye kanda na kisha kuangaliwa kwa nia ya kuchambua mahali pa kufanyia uboreshaji.

Katika juma la mwisho la mafunzo washiriki watafanya mazoezi ya Ushauri Nasaha katika hali halisi ya kituo cha huduma hii. Wakati huu wanasihi wazoefu watahusika katika usimamizi. Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii itakuwa msimamizi mkuu wakati wote wa mafunzo. Wataalamu wa Ushauri Nasaha kutoka kwenye Timu ya Uongozi wa Afya Mkoani (RHMT) na Timu ya Uongozi wa Afya Wilayani (CHMT) wanaweza kuchaguliwa kujiunga na zoezi la usimamizi wakati huu wa mazoezi ya mafunzo. Wasimamizi watafuata utaratibu wa kusikiliza wakati mshiriki wa mafunzo anatoa Ushauri Nasaha kwa mteja, kisha kujadili na mshiriki huyo wa mafunzo na kumpa mrejesho wa uboreshaji.

Uwezeshaji wakati wa mafunzo utafuata hatua mbalimbali wakati wa kipindi. Hivyo ni vema kuandaa dondoo za kujikumbusha na kuongoza majadiliano kila baada ya hatua. Dondoo hizi husaidia sana katika uchambuzi wa lile lililofanyika ili kuoanisha na mada husika. Uchambuzi huu unahusisha kujadili na washiriki ili kubaini kilichojitokeza katika hatua husika. Uchambuzi unamsaidia mwezeshaji kutambua walichojifunza ili kuongeza uzoefu wa washiriki. Uchambuzi vilevile unamsaidia mwezeshaji kama kuna wasiwasi ama dukuduku. Uchambuzi unaweza kuwa kwa njia ya kurudia ama kutoa muhtasari wa yale yaliyosemwa ili kuonesha mambo muhimu. Siyo lazima uchambuzi wa kila hatua uende kwa kina sana, lakini ni vizuri mwezeshaji akachambua kwa undani masuala yote yanayoonesha kuwa na utata ama wasiwasi.

Pamoja na dondoo za majadiliano mwezeshaji anazoandaa, maswali yafuatayo pia yanaweza kuwa yenye msaada mkubwa:

- Tumefanya nini?
- Kwa nini? Lengo lilikuwa lipi?
- Ulijisikiaje wakati unafanya kitendo hicho?
- Umejifunza nini?
- Je, bado una swali lolote?
- Je, umejifunza kufanya kitu tofauti na ulivyozea?
- Tunaweza kufanya nini ili kuboresha hatua hii?

### **Mbinu za Uwezeshaji**

Uwezeshaji shirikishi unafanyika kwa kutumia mbinu za aina tofauti tofauti kama hizi zilizoordheshwa hapa chini.

**Mhadhara:** Njia ya kutoa taarifa ambayo mzungumzaji mkuu/pekee ni mwezeshaji. Njia hii inatumika kwa kutoa maarifa mapya au kutambulisha stadi inayotakiwa. Mhadhara unaoruhusu majadiliano kati ya mwezeshaji na washiriki huleta mafanikio bora zaidi.

**Majadiliano:** Kushirikiana katika mazungumzo. Ushirikiano huo unaweza kuongozwa na mwezeshaji ama mshiriki wa mafunzo. Njia hii huwawezesha washiriki kuchangia mawazo na kujifunza na kupata mitazamo mipya. Majadiliano yanaweza kufanyika katika makundi makubwa ama makundi madogo. Utumiaji wa makundi madogo huwawezesha watu wengi hata wenye aibu kushiriki katika majadiliano. Hata hivyo matumizi ya makundi makubwa humpa nafasi mwezeshaji kuongoza mwelekeo wa majadiliano. Majadiliano yanafaa zaidi wakati ambao suala linalozungumziwa halina uamuzi wa mkato bali unategemea zaidi makubaliano.

**Igizo dhima:** Njia hii hutumia igizo fupi ambalo humuweka mshiriki katika hali fulani ili aoneshe mbinu na stadi zinazohitajika katika hali hiyo. Ni vema igizo dhima likahusisha watu wachache au hata wawili tu. Hii huwawezesha watu wengi kushiriki katika maigizo mengine. Wakati wote mwezeshaji aombe watu wanaoweza kujitolea ili kuondoa hali ya kulazimisha wanaoona aibu kucheza maigizo. Kila igizo linapokwisha mwezeshaji awaongoze washiriki kujadili yaliyojitokeza.

**Kisa mkasa:** Kisa mkasa ni hadithi ya kutunga ama ya kweli inayoonesha tatizo linalohitaji ufumbuzi. Washiriki wanajadiliana njia za ufumbuzi zinazofaa. Mwezeshaji atumie kisa mkasa kinacholingana na kundi analowezesha.

**Bungua bongo:** Bungua bongo ni mtiririko huru wa mawazo kutoka kwa washiriki kuhusu mada fulani. Mwezeshaji anatoa mada na kisha anawaomba washiriki watoe mawazo yao kuhusu hiyo mada. Kisha mawazo yote huandikwa bila kufanyiwa uhariri au uchambuzi wa aina yoyote. Baadaye mwezeshaji awaongoze washiriki kuyapanga mawazo hayo katika makundi kwa njia inayoonekana itafaa kuongoza majadiliano.

**Msemaji/mtaalamu kutoka nje au mtu mashuhuri:** Kutumia msemaji kutoka nje au mtu mashuhuri kunasaidia kuleta changamoto mpya ndani ya mafunzo na pia kupata uzoefu wa huyo msemaji. Katika mafunzo haya mara nyingi njia hii hutumika kuwaalika wanaoishi na virusi vya UKIMWI kutoa ushuhuda wao. Ni vema mwezeshaji akawatambua watu hawa mapema. Hii inasaidia kubaini kama wahusika ni watu makini, wana maarifa na ujuzi wa kutosha na wanao uwezo wa kuzungumza mbele ya kundi la watu.

Mwezeshaji awaandae washiriki ili wajue watakachotegemea kutoka kwa huyo msemaji . Mwezeshaji amweleleze msemaji taarifa za washiriki na kile wanachotegemea kupata kutoka kwake.

Msemaji wa namna hii pia anaweza kuwa mtaalamu wa mada maalumu kama vile dawa za kupunguza makali ya UKIMWI, kifua kikuu, lishe bora na mengine yanayofanana na hayo.

Kuonesha sinema: Wakati huu nadharia nyingi za mafunzo na stadi mbalimbali zimewekwa kwenye mikanda ya video na zinapatikana. Onesha mkanda wenye mada husika na kisha waongoze washiriki kujadili walichojifunza.

**Kutumia amali:** Kwa kutumia njia hii washiriki wanawezeshwa kutumia amali zao katika maamuzi yao ya kila siku. Mwezeshaji anasoma sentensi na washiriki wanagawanyika kwenye makundi kwa kulingana kama wanakubaliana ama hawakubaliani na sentensi hiyo. Wakati mwingine ni vizuri kuongeza kundi la wale ambao hawana upande wowote kati ya hayo makundi mawili. Kisha kila mmoja anatoa sababu za uamuzi wake. Sababu hizo zinatoa chanzo kizuri cha majadiliano ya kuchambua mada husika.

**Michezo:** Michezo inaweza kutumika katika kuimarisha yaliyofundishwa ama kuibua suala la kuongoza mjadala wa mada mpya.

Mbinu hizi zinaweza kuleta ufanisi kama washiriki wote watahusika kikamilifu. Masuala mengine yanayojadiliwa yanaweza kuwa yanamgusa mtu binafsi. Hivyo ili kupata ushirikiano wa washiriki wote jadili nao mambo yafuatayo kabla ya kuanza mafunzo:

<b>Usiri</b>	Tunayojadili hapa ndani hayatatoka nje kwa wale wote wasiohusika.
<b>Heshima</b>	Tuheshimu mawazo ya watu wengine hata kama yanatofautiana na mawazo yetu.
<b>Uwazi</b>	Tuwe wazi na wakweli, lakini tusijadili maisha ya mtu binafsi. Unaweza kutoa mfano ama kuzungumza kwa ujumla bila kumwonesha mtu akatambulika.
<b>Kutokuhukumu</b>	Ni kawaida kabisa kutofautiana na maoni ya mtu mwingine, lakini si vema kumhukumu au kumdharau kwa sababu ya tofauti hizo.
<b>Kujiamini kama 'mimi'</b>	Eleza hisia zako ama amali yako katika kundi 'Mimi nafikiri ...' Kujiamini kama "mimi" na kujieleza kunaonesha kuwa mawazo unayoyatoa ni yako na si lazima yawe ya kundi. Kwa mfano: 'Sipendi kufunga ndoa kabla ya kupata ajira.'
<b>Haki ya kuahirisha kushiriki</b>	Pamoja na uzuri wa washiriki wote kuchangia, lakini ni vema kila mmoja akawa na haki ya kuahirisha kushiriki, kwa mfano: 'Nisingependa kushiriki kwenye zoezi hili' au 'Nisingependa kujibu swali hilo.'
<b>Kutojulikana</b>	Kila mshiriki ana haki ya kuuliza swali bila kujulikana. Tumia sanduku la maswali.
<b>Kukubali</b>	Mada nyingine zinazoongelewa ni nyeti. Hivyo kama zinakufanya uone aibu ni sawa kabisa. Kukubali hali hii ni hatua ya kwanza kuelekea kutatua tatizo hilo.

### Matumizi ya vichangamshi na vipashajoto

Vichangamshi na vipashajoto ni sehemu muhimu ya kujifunza kwa watu wazima. Hivi ni pamoja na utambulisho, vichangamshi na vipashajoto. Mazoezi haya yanaongeza na kuimarisha kasi na ubora wa kushirikiana kati ya washiriki. Madhumuni ya vichangamshi pia ni kuwahamasisha washiriki na kuwaweka tayari kwa kipindi kinachofuata ili kufikia malengo ya juu zaidi ama kubadili zoezi kutoka ngazi ya kuzungumza tu kwenda kwenye ngazi ambapo hata hisia zinahusishwa. Vichangamshi na vipashajoto



vinaweza kufanyika ama mwanzo wa kipindi, kabla au baada ya chai au chakula ama kabla ya mwisho wa siku. Andaa vichangamshi na vipashajoto vya kutumia mara kwa mara. Pia waombe washiriki wachangie mawazo yao na kuongoza baadhi ya vichangamshi.

Vichangamshi vinapaswa kuandaliwa vema na viwe na hatua halisi za kufuata. Michezo mingi ya watu wazima inaweza kutumika kama vichangamshi. Matumizi yake yatategemea aina ya washiriki, hali ya washiriki na mahali. Mwezeshaji mzuri atajua ni wakati gani atumie kichangamshi na wakati upi atumie kipashajoto.

### **Baadhi ya Njia za Tathmini Endelevu za Kutumiwa na Mwezeshaji**

Tathmini endelevu ni ya muhimu sana wakati wote wa mafunzo na siyo mwisho peke yake. Kuna mbinu nyingi za kufanya tathmini endelevu. Baadhi ya mbinu zimeelezwa hapa:

**Kipimahisia:** Andaa chati inayoitwa 'kipimahisia'. Kipimahisia ni zana ya kupima jinsi washiriki wanavyohisi kwa kipindi hicho. Matokeo yake hayahusiani moja kwa moja na mafanikio ya mafunzo ya kipindi hicho. Andaa jedwali kwenye bangokitita ikiwa na vipindi vyote vya siku vimepangwa kushoto kwa kuteremka. Upande wa kulia uchore nyuso zinazoonesha hali mbali mbali kwa mfano furaha, kusikitika na kuchukia. Kila baada ya kipindi washiriki waweke alama 'X' mbele ya kipindi husika chini ya alama inayoonesha hisia yake ya wakati huo. Kipimahisia husaidia kujadili uchangamfu wa washiriki pamoja na sababu za mafanikio au kukosa mafanikio katika mafunzo.

**Kujikumbusha yaliyopita:** Washiriki na waezeshaji wanasimama katika mduara. Mwezeshaji anauliza swali, kwa mfano: 'Siku ya leo umejisikiaje' au 'Leo umejifunza mambo gani mapya mawili?' Kila mshiriki anatoa jibu fupi kwa kufuata mzunguko wa mduara. Zoezi lifanyike kwa haraka. Kila mshiriki asitumie zaidi ya sekunde thelathini kutoa jibu lake. Majadiliano ya majibu hayaruhusiwi.

**Kamati ya tathmini:** Washiriki wawili au watatu wanajitolea au wanachaguliwa kuunda kamati ya tathmini ya siku hiyo. Wajibu wao ni kutumia njia yoyote kutafuta tathmini ya siku hiyo kutoka kwa washiriki wengine. Waezeshaji na kamati ya tathmini hukutana mwisho wa siku kuchambua matokeo ya tathmini ya siku hiyo. Tafuta maoni ya kamati na ushughulikie yanayohitaji huduma yako.

**Jaribio mwanzo na mwisho wa mafunzo:** Mafunzo haya yataanza na jaribio la mwanzo wa mafunzo. Ni jaribio la haraka lenye maswali ya majibu ya kuchagua. Washiriki hawaandiki majina yao. Mwisho wa mafunzo jaribio lile lile linafanywa tena na washiriki ili kupima ongezeko la maarifa lililotokana na mafunzo. Maswali yenye majibu ya kuchagua ni rahisi kusahihisha na kulinganisha matokeo.

### **Tathmini ya Mwisho**

Ziko njia nyingi za kufanya tathmini ya mwisho wa mafunzo. Njia mojawapo ni kuandaa 'matarajio' na 'wasiwasi' zilizojitokeza mwanzo wa mafunzo katika majedwali mawili tofauti. Kila jedwali linakuwa na swali lake; 'Je tumeweza kufikia matarajio yetu kwa kiwango gani?' 'Je tumeweza kuondoa wasi wasi uliokuwapo kwa kiasi gani?' Washiriki wanajibu maswali haya kwa kila tegemeo ama wasiwasi kwa kutumia tathmini ya mizani kuanzia moja (chini kabisa) hadi tano (juu kabisa). Alama zote zinachambuliwa na kujadiliwa. Njia nyingine ya kufanya tathmini ya mwisho ni kuwahusisha washiriki kutathmini vipengele vya mafunzo. Vipengele hivyo ni pamoja na:

- Mahali pa mafunzo/chakula/malazi
- Zana za mafunzo
- Uwezeshaji
- Maudhui
- Matokeo
- Muda wa mafunzo
- Ratiba ya kila siku
- Utumiaji wa wataalamu

Vipengele hivi viandikwe kwenye bangokitita na washiriki wapime kwa mizani kama hapo mwanzo. Alama zichambuliwe na kujadiliwa.

Njia nyingine pia ni kuandaa dodoso linalojibiwa na washiriki. Matokeo yake yachambuliwe na kujadiliwa kabla ya washiriki kuondoka.

Mwezeshaji asichukulie matokeo ya tathmini ya mwisho kama yamelengwa kwake binafsi. Wajibu wa mwezeshaji ni kupata maoni ya washiriki na kukubali maoni tofauti. Ni vema mwezeshaji akawakumbusha washiriki kutoa maoni ya kujenga ili kuboresha mafunzo ya usoni.

## **Kuunda Timu ya Wawezeshaji**

Uwezeshaji unaleta raha na kupunguza uchovu kama unafanywa na zaidi ya mtu mmoja. Kwa hakika ili kukamilisha mafunzo kwa kutumia mazoezi yaliyoko humu, wanahitajika angalau wawezeshaji wawili.

Kuunda timu ni mchakato. Wawezeshaji wanatakiwa kukutana mapema kuchambua maudhui ya mafunzo, kupanga ratiba na maandalizi kwa washiriki. Ni muhimu kuwa na timu ya washiriki wenye stadi na uzoefu tofauti kati yao ili kukidhi mahitaji ya washiriki. Ni muhimu kuwa na kikao cha wawezeshaji cha tathmini kila siku ili kuyafanyia kazi yaliyojitokeza siku hiyo, kutathmini maendeleo na kufanya mabadiliko yanayohitajika katika mafunzo. Wawezeshaji wanatakiwa kuwa na maarifa na uzoefu wa kutosha katika masuala ya VVU na UKIMWI pamoja na Ushauri Nasaha. Kila mwezeshaji awe na mbinu za uwezeshaji.

Wawezeshaji wajadili na na kupanga mambo yafuatayo kabla ya mafunzo kuanza:

- Nani atawajibika kwa kitu gani wakati wa mafunzo?
- Kuna haja ya kuwa na mwezeshaji kiongozi kwenye kipindi?
- Kila mmoja ana mawazo gani kuhusu mafunzo?
- Kama kuna mwezeshaji kiongozi wakati wa kipindi, je atahitaji msaada gani kutoka kwa wenzake?

## **Mambo Muhimu ya Kukumbuka Wakati wa Mafunzo**

Wawezeshaji wakumbuke kuwa katika mafunzo haya kuna uwezekano wa kutokea hisia kali kwa washiriki. Kuna vipindi ambavyo vinaweza kuleta hisia za mhemuko.

Watu wote wajione kuwa wako kwenye mazingira ya kutegemeana na kupeana msaada. Ni vema pakawa na heshima kwa kila mmoja pamoja na kuhakikishiwa kuwa taarifa zote za kuchangia kutoka kwa washiriki zitakuwa za siri.

Baadhi ya wawezeshaji na washiriki wanaweza kuwa wanaishi na VVU na wanaweza kuwa na hisia kali nyakati fulani za mafunzo. Vipindi kadhaa vinaweza kuwaletea kumbukumbu ya hisia kali. Ni vema kuwa mwelewa na kutoa msaada kwa wote wale ambao kwa wakati fulani wataonekana kuwa hawaendi katika taratibu zinazotakiwa.

Kwa kutokana na uzito wa mada hizi na muda wa mafunzo, ni vizuri washiriki wakapewa nafasi ya kupata mapumziko ya kuburudisha mwisho wa juma la pili au la tatu. Kwa mfano, wanaweza kutembelea mbuga za wanyama au kupata chakula cha pamoja kikiambatana na muziki ama michezo. Hii itasaidia kupunguza uchovu na kuimarisha umoja.

## **Kuandaa Mafunzo**

Kuwa na mafunzo mazuri kunahitaji kupanga kwa uangalifu na maandalizi ya majuma mengi kabla ya mafunzo kuanza. Wakati wa kuandaa mipango ya mafunzo angalia yafuatayo:

- Ainisha washiriki
- Jua jumla ya washiriki na ikiwezekana ujue kazi zao
- Rejea mtaala wa mafunzo ili kubaini malengo ya mafunzo
- Rejea ratiba ukiwa na wawezeshaji na kuweka mabadiliko yanayotakiwa
- Ainisha wote ambao watahitajika kutoa huduma na uhakikishe kuwa watapatikana
- Fanya maandalizi ya vifaa, na mengineyo kama hayo
  - o Andaa usafiri kwako, wawezeshaji na vifaa kwenda na kutoka mahali yanapofanyika mafunzo
  - o Andaa utaratibu wa kulipa wahusika wote

- o Fanya maandalizi ya chakula na malazi kwa kutegemeana na utaratibu uliopo
- Andaa zana za kufundishia
  - o Tengeneza nakala za kutosha za kila kitini na maandishi mengine
  - o Andaa bangokitita, projekta akisi na vifaa vingine vinavyohitajika wakati wa uwezeshaji
  - o Hakikisha zana zote zinazohitajika zimefika mahali pa kuendesha mafunzo

Ni vizuri kuwasili mahali pa kuendesha mafunzo angalau siku moja kabla ili kuwasiliana na uongozi wa mahali hapo endapo:

- Kuna ukumbi unaofaa na wa kutosha kwa idadi ya washiriki
- Bangokitita na vifaa vya uwezeshaji vimewekwa panapostahili
- Mahali pa kuoneshea kwa projekta akisi panafaa
- Vifaa vya kuonesha video vinapatikana
- Kuna umeme na sehemu za kutosha za kuchukulia umeme.

### Ufunguo wa Maandalizi Bora ya Kipindi

Mafanikio hutokana na maandalizi bora. Fanya maandalizi yafuatayo:

- Rejea hatua za uwezeshaji na uwe na uhakika umezielewa.
- Ikiwezekana fanya majaribio ya kipindi na kikundi cha watu.
- Angalia matumizi ya muda ili upate muda wa kutosha kwa majadiliano.
- Maandalizi ya mazoezi ya kipindi yafanywe kabla ya kipindi kuanza.

### Ripoti ya Mafunzo

Wawezeshaji wanatakiwa kuandika ripoti ya kazi mwisho wa mafunzo. Mtiririko wa kuandika ripoti uko katika viambatisho.

### Sifa za Kuhudhuria mafunzo

- Wauguzi waliosajiliwa
  - Waganga wasidizi
  - Mafundi maabara
  - Wafanyakazi jamii
  - Maofisa maendeleo
  - Maofisa ugani waliosomea lishe
- } Wanaweza kuwa na mafunzo ya awali ya Ushauri Nasaha au la

Maombi yataletwa na CHMT ama Bodi ya Ushauri ya AZISE. Kamati ya uchaguzi itaangalia vigezo vifuatavyo:

- Elimu ya chini ni kidato cha nne
- Uzoefu kazini usiopungua miaka miwili
- Uhusiano mzuri na watu
- Uzoefu katika Ushauri Nasaha

### Kuendesha Mafunzo

Mafunzo ya wanasahi ni ya kujenga uwezo wa kufanya kazi. Madhumuni ya mtaala ni kuwapa washiriki uwezo, stadi na maarifa ya kushughulika na mambo mazito ya kabla ya kupima VVU, kukubali majibu ya vipimo, na kujiandaa kuishi na VVU. Washiriki pia watapewa uwezo wa kuwasidia walio karibu na wanaoishi na VVU au kufa kwa UKIMWI na kuwapa taarifa muhimu na msaada wakati huu mgumu wa majonzi. Hivyo ni muhimu kupanga hatua za mafunzo kwa uangalifu sana.

Shughuli zote za Ushauri Nasaha zinategemea stadi za mawasiliano. Mafunzo pia yatawezesha kujenga tabia na mbinu za kukabiliana na woga, hasira na aibu. Malengo ya mafunzo ya kuweza yote haya yatafikiwa ikiwa mbinu za uwezeshaji zinaruhusu mwingiliano na kuwawezesha washiriki kutumia stadi za mawasiliano kueleza hisia zao. Mbinu ya kufanikisha katika hali yoyote inategemea malengo, masuala ya kijamii na mikakati ya kufundishia inayozoeleka kwa washiriki. Hata hivyo mbinu ya mhadhara haitafaa

kujenga stadi za mawasiliano ingawa washiriki wengi wameizoea. Mbinu katika mtaala huu itakuwa ya kuruhusu mwingiliano na kuchangia. Mhadhara utaambatana na maigizo dhima, maonesho, mazoezi binafsi na visa mkasa ili kuwawezesha washiriki kuchangia uzoefu wao.

Mazoezi yanayosimamiwa kwa karibu sana ni sehemu muhimu ya kufanikisha mafunzo ya Ushauri Nasaha. Mtaala huu umeweka nafasi ya mazoezi haya washiriki wakiwa darasani na wanapokuwa kituoni. Washiriki waanze kufanya mazoezi haya baada ya kukamilisha moduli ya 3.

## Muda wa Mafunzo

Muda wa mafunzo ni majuma manne bila kukatisha ikiwa ni jumla ya saa 146 na dakika 20 . Majuma matatu ya kwanza yanatoa maarifa pamoja na mazoezi yanayosimamiwa washiriki wakiwa darasani. Baada ya muda huo washiriki wanapewa nafasi ya kufanya mazoezi katika kituo cha Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari . Washiriki pia wanategemewa kutumia wakati wa jioni kwa kujisomea, kuangalia video zinazohusika na somo ama kufanya kazi nyingine za kimafunzo walizopewa. Washiriki wana wajibu wa kukamilisha muda wote wa mafunzo kama ifuatavyo:

• Moduli ya Kwanza	saa 8
• Moduli ya Pili	saa 11
• Moduli ya Tatu	saa 21
• Moduli ya Nne	saa 14
• Moduli ya Tano	saa 14
• Moduli ya Sita	saa 11
• Moduli ya Saba	saa 14
• Moduli ya Nane	saa 11
• Mazoezi ya ushauri nasaha	saa 3 dakika 20
• Zoezi kabla na mwisho wa mafunzo	saa 2
• Mtihani wa mwisho wa juma	saa 2
• Mazoezi kituoni	saa 30
• Kuchangia uzoefu wa kituoni	saa 3
<b>Jumla</b>	<b>saa 146 dakika 20</b>

## Ratiba

Ratiba inaonesha mpangilio wa moduli zote. Wawezeshaji wanashauriwa kufuata ratiba kama ilivyo ingawa wanaweza kufanya mabadiliko madogo kulingana na mazingira waliyo nayo. Ratiba inaonesha mtiririko wa vipindi na imewekwa kwenye viambatisho. Siku ya mafunzo huanza saa 2.00 asubuhi na kukamilika saa 11.20 jioni. Katika muda wa mafunzo ni vema kutengwe jioni za siku tatu za kuonesha sinema ama kufanya kazi ya masomo. Kazi ya masomo ya kufanya ni pamoja na kuandaa makala ya kueleza kitu kesho yake, zoezi la Ushauri Nasaha au sura ya kusoma.

## Mahali pa Mafunzo

Ni vema washiriki wakaishi mahali yanapofanyika mafunzo ili kuweza kufanya shughuli za jioni na kupunguza uchovu unaotokana na kusafiri kila siku.

## Wawezeshaji

Wawezeshaji wanatakiwa wasiopungua wawili ambao ni wanasihali walio kazini na wamefundishwa mbinu za kuwawezesha watu wazima. Inashauriwa kuwa mmoja wa wawezeshaji awe na mafunzo ya juu zaidi ya yale ya Ushauri Nasaha. Wawezeshaji wakae kwa muda wote wa mafunzo ili kuweza kuzoeana na kuimarisha ukaribu.

Kila inapobidi wawezeshaji watasaidiwa na wataalamu wa mada maalumu ambazo wana uwezo nazo. Hawa wataalamu wawe wachache ili kuimarisha ukaribu wa washiriki na wawezeshaji. Hata hivyo vipindi vya upimaji wa VVU ni lazima vifundishwe na wataalamu wa maabara na ikiwezekana kipindi cha taarifa za VVU na UKIMWI kifundishwe na daktari.

## Maandalizi ya Mafunzo

Wawezeshaji wanahitaji kukaa kila siku na kuchagua mazoezi yanayofaa kwa vipindi. Hivyo wanashauriwa kuwa na muda wa kutosha wa maandalizi ya vipindi. Wanatakiwa kufanya maandalizi ya jumla yafuatayo:

- Kuwasiliana na mamlaka zote ili kununua zana na vifaa vinavyotakiwa.
- Kuaininsha na kuwa na uhakika wa mahali pa kuendesha mafunzo.
- Kuainisha na kuwasiliana na wataalamu wa kufundisha mada maalumu.
- Kurejea makala ya kufundishia na kuchagua yote yanayohitajika na kutoa nakala na kuziandaa.
- Kuwaalika wote wanaotakiwa kuhudhuria mafunzo na kuhakikisha kuwa watafika.
- Kuandaa zana zote za uwezeshaji.

Uwezeshaji utatumia mbinu za ushirikishaji. Mihadhara shirikishi itatumika kwa kutoa maarifa kama vile ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari, VVU na UKIMWI, na nadharia za Ushauri Nasaha. Kujitambua kutafanyika kwa kutumia maigizo dhima, uzoefu wa maisha ya kawaida, na maigizo. Visa mkasa vitatumika kuwawezesha washiriki kujenga uwezo wa ushirikeli kwa wateja katika hali mbali mbali ili kuwaandaa kutoa huduma kamilifu. Washiriki wanashauriwa kujichambua wenyewe ili kutambua jinsi tabia zao zinavyoweza kuathiri mawasiliano katika VVU na UKIMWI. Ujenzi wa stadi za Ushauri Nasaha utafanyika katika makundi madogo madogo. Washiriki wataandaa mpango wa ufuatiliaji utakaosaidia kuwapa msaada wa kitaalamu na usimamizi.

Wakikamilisha mafunzo wataweza:

- Kuwa na uwezo wa kutoa Ushauri Nasaha katika huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.
- Kuwa na uwezo, stadi na uzoefu wa kutekeleza mpango wa uhamasishaji kuhusu Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika sehemu zao za kazi na jumuiya nzima.

## Mazoezi ya Ushauri Nasaha Kituoni

Wawezeshaji watasimamia mazoezi ya Ushauri Nasaha wakati wa mafunzo. Hata hivyo, katika mazoezi ya Ushauri Nasaha yatakayofanyika kituoni katika juma la mwisho la mafunzo, wataalamu wengine watahusika katika usimamizi. Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii itakuwa msimamizi mkuu wa kiutawala na kiufundi. Watu waliochaguliwa kutoka RHMTs na CHMTs wenye utaalamu wa Ushauri Nasaha wanaweza kujiunga na wawezeshaji kusimamia mazoezi ya Ushauri Nasaha kituoni. Wasimamaizi watafanya ufuatiliaji wa mazoezi haya kwa kuangalia mwenendo wa Ushauri Nasaha na kisha kuandaa majadiliano ya kutoa mrejesho.

## Tathmini

Tathmini endelevu itatumika katika mafunzo haya. Tathmini itahusisha upimaji wa mazoezi ya Ushauri Nasaha, majaribio ya kuandika ya kila juma, igizo dhima mabalo limepigwa video na kufanyiwa tathmini ya mbinu za Ushauri Nasaha pamoja na tathmini ya mazoezi kituoni. Mwisho wa mafunzo kutakuwa na jaribio la kuandika ambalo washiriki wanatakiwa kufaulu ili kukubalika kuwa wanasihhi. Mazoezi ya mafunzo kituoni yatachukua siku nne katika juma la mwisho. Wale watakaofaulu watapewa vyeti.

## Mfumo wa Daraja (Mfumo wa Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii)

Alama	Istilahi ya Maelezo	Daraja kwa Herufi	Pointi za Ubora
86 – 100%	VIZURI ZAIDI	A	4
76 – 85%	VIZURI SANA	B	3
65 – 75%	VIZURI	C	2
50 – 64%	WASTANI	D	1
0 – 49%	HAFIFU	E	0

### Vyeti

Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii itatoa vyeti kwa wale watakaokamilisha mafunzo na kufaulu (nadharia, maudhui, na mazoezi ya kituoni). Tathmini endelevu na jaribio la mwisho vitatumika.

### Wajibu wa Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii na Wadau wake

Utekelezaji wa muhtasari wa kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari ni jukumu la pamoja na majukumu yakichangiwa na Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii na wadau wake. Majukumu hayo yameoneshwa katika kiambatisho 2 ila yanahusu masuala yafuatayo:

- Kuandaa sera na miongozo kuhusu masuala mbali mbali ya mtaala (kama vile kuzuia maambukizi ya mama kwa mtoto, usalama wa damu, kuimarisha usambazaji wa kondomu, upimaji wa VVU kwa hiari, upimaji wa VVU, Ushauri Nasaha, huduma rafiki kwa vijana na haki za kisheria).
- Kuchangia taratibu bora na makala za uwezesaji (k.m. makala ya Kivuko), vitini (k.m. vichangamshi, kujielewa na lugha ya VVU).
- Kusambaza hati za muhimu ikiwa ni pamoja na ripoti za utafiti wa hali ya maambukizi na ripoti za Tume ya Taifa ya Kudhibiti UKIMWI na Mashirika ya Umoja wa Mataifa yanayoshughulikia VVU na UKIMWI.
- Kuwezesha mazoezi ya Ushauri Nasaha kwa kutoa zana zinazohitajika kama kamera za video pamoja na kushiriki katika usimamizi wa mazoezi kituoni.
- Kuimarisha elimu kwa wateja kwa kutumia makala za kubadili tabia.
- Kuanzisha mitandao ya kutoa huduma kwa kutumia mashirika yasiyo ya kiserikali, mashirika ya dini na mashirika ya kijamii.

# MODULI

# 1

## Taarifa Muhimu kuhusu VVU, UKIMWI Ushauri Nasaha na Upimaji

### Muhtasari

Kujitambua ni hali halisi na wazi ya kuelewa kuwa wewe unaishi. Kujitambua ni pamoja na kufahamu kuwa wewe unaishi kama mtu binafsi na tofauti na mtu mwingine. Kujitambua kunahitaji ukweli na uthubutu kuhusu mtu anavyofikiri na kuhisi na kukubali ukweli anaouona kuhusu yeye. Mwanzo wa kujitambua ni kuelewa kuwa wewe ni mtu binafsi na tofauti, na kufahamu jinsi unavyohusiana na watu wengine pamoja na mazingira yako. Kujitambua kunategemea jinsi unavyoweza kujibu kwa uhakika maswali yafuatayo:

- Mimi ni nani?
- Niko wapi maishani?
- Ninataka kwenda wapi maishani?

Kutoa majibu sahihi na ya wazi kwa maswali haya kunamwezesha mtu kupanga kwa urahisi mwelekeo wa maisha yake na kutambua uwezo alio nao.

Moduli hii inatarajiwa kuwajengea washiriki wa mafunzo mbinu za kujitambua na kujithamini ili kujielewa wao na kuelewa wajibu wao kama washauri nasaha katika mchakato wa Ushauri Nasaha.

Moduli hii itakuwa na mada zifuatazo:

<i>Kipindi 1</i>	<i>Utambulisho (M1-1)</i>
<i>Kipindi 2</i>	<i>Kujifahamu (M1-2)</i>
<i>Kipindi 3</i>	<i>Amali (M1-3)</i>
<i>Kipindi 4</i>	<i>Kujielewa (M1-4)</i>
<i>Kipindi 5</i>	<i>Stadi za Maisha</i>
<i>Kipindi 6</i>	<i>Lugha Inayohusiana na VVU (M1-5)</i>

## Kipindi 1 Utambulisho (Dakika 120)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kuchanganyika na watu wengine kwa njia ya utambulisho
2. Kujitambua wenyewe na uwezo wao wa kuathiri mahusiano
3. Kujithamini kwa uwezo walio nao

### Zana za kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, kadi za manila na mpira.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M1-1.
- Andaa makala za kompyuta za kufundishia kipindi M1-1.
- Chora mduara wa utambulisho kwenye bangokitita kwa ajili ya kuonesha darasani.
- Kata kadi za manila za kutosha kwa ajili ya zoezi la tathmini.

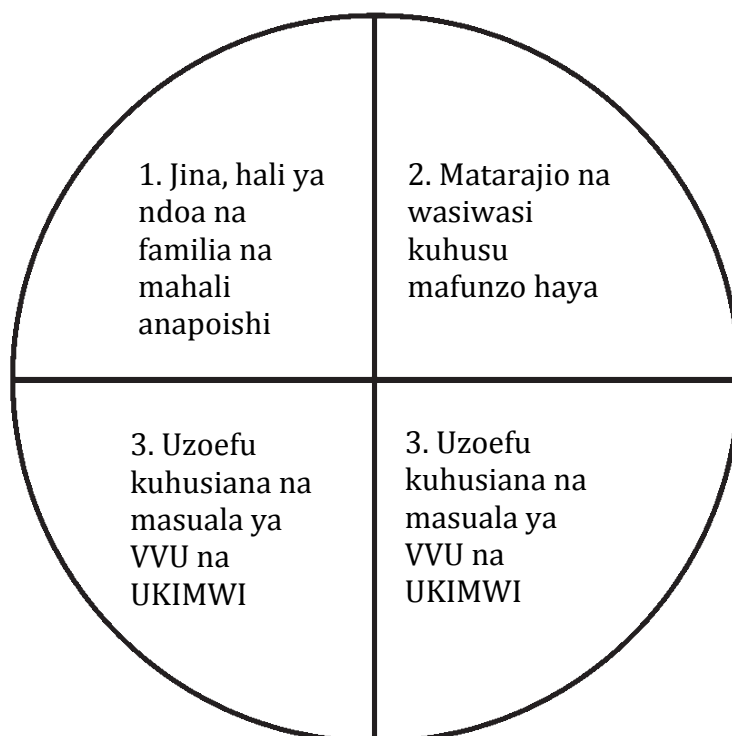
### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Utambulisho (Dakika 55)

- Toa utambulisho wa mada na ueleze malengo ya kipindi. Kisha waongoze washiriki katika hatua zote za kipindi hiki.
- Waeleze washiriki kuwa kabla ya kufanya jambo lolote ni vema tukafahamiana. Kwa hiyo zoezi litakalofuata ni zoezi la kutambulishana.
- Waeleze washiriki kuwa kwa kadiri tunavyoendelea kutambulishana, tutambue utajiri wa uzoefu tulio nao kati yetu ili tuweke mikakati ya kutumia uzoefu huu kwa faida yetu sote.
- Waombe washiriki wakae katika vikundi vya watu wawili wawili wasiofahamiana na kisha kila mmoja azungumze na mwenzake ili kupata taarifa za mwenzake kama zinavyoonekana kwenye mduara wa utambulisho.
- Wape washiriki muda wa kutosha kukusanya taarifa hizo.



## Mduara wa utambulisho



(Mduara wa Utambulisho)

- Wakisha kukamilisha kukusanya hizo taarifa, waombe kila wawili walioshirikiana kusimama na kila mmoja amtambulisho mwenzake kwa kulingana na taarifa hizo.
- Wakati utambulisho huo unaendelea, andika uzoefu unaojitokeza na muda wa uzoefu huo kwenye bangokitita.
- Wahimize washiriki, kila mmoja kuandika uzoefu ambao angependa kuupata kutoka kwa wenzake.
- Waombe washiriki waoneshe mikakati ya kushirikiana na kutumia uzoefu uliopo kati yao.
- Kila mshiriki asome uzoefu ambao angependa kupata kutoka kwa wenzake.
- Andika matarajio ya washiriki na wasiwasi wao na kisha uyaoanishe na malengo ya mafunzo.
- Kwa kuwa sasa washiriki wanafahamiana, waongoze kuweka taratibu za kuwaongoza wakati wote wa mafunzo.
- Toa muhtasari wa umuhimu wa kufahamiana na jinsi ambavyo masuala yaliyojitokeza kwenye matarajio na wasiwasi yatakavyofanyiwa kazi wakati wa mafunzo.
- Wakumbushe washiriki kwamba kila mmoja ana wajibu katika kufanikisha mafunzo na siyo wale waliochaguliwa kuwa viongozi peke yao. Kwa hivyo basi, kila siku washiriki wawili kwa pamoja watachukuwa muhtasari wa yale yaliyojili siku hiyo. Kila siku washiriki wengine watafanya jukumu hilo ili mradi inapofika mwisho wa mafunzo, kila mmoja awe amefanya kazi hiyo angalau mara moja.

**Hatua 2: Kufanya tathmini ya mtu mwingine (Dakika 60)**

- Waeleze washiriki kuwa wakati huu wa mafunzo kila mmoja atahusika katika mabadiliko ya mwingine kwa njia moja au nyingine. Kila mmoja wetu anakiona kitu kizuri ambacho angependa kumwambia mwingine lakini mara nyingi tunasahau kuwambia wenzetu hicho kitu kizuri.
- Mwombe kila mshiriki kuchukua kadi moja na kuandika jina lake katika kona ya juu kushoto. Baada ya hapo wasaidiane na kila mmoja abandikwe kadi yenye jina lake mgongoni kwake.
- Waeleze kuwa utakapasema, "ANZA", wote waanze kuzunguka kila anayemkuta mwenzake amwandikie jambo zuri kwenye kadi yake. Afanye hivyo kwa washiriki wengi iwezekanavyo.
- Baada ya muda wa kutosha sema "BASI IMETOSHA" ili kusitisha zoezi. Kila mmoja atoe kadi yake na kusoma yale aliyoandikiwa.
- Waoneshe furaha na kicheko kinachotokea baada ya hatua hii.
- Washiriki waeleze hisia zao kwa yale waliyoandikiwa na wenzao.
- Waongoze washiriki kutambua ambavyo kumwambia mteja maneno mazuri kunavyoweza kurahisisha mchakato mzima wa Ushauri Nasaha.
- Eleza katika tamati yako kuwa kutambua mambo mema ya mtu mwingine kunaanza na mtu kujitambua mwenyewe ili kuelewa mapungufu ya binadamu. Eleza kuwa kila binadamu ana mazuri yake na mapungufu yake.

**Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Rudia malengo ya kipindi kwa pamoja na washiriki na kisha toa ufafanuzi pale inapobidi.

## Kipindi 2 Kujifahamu (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kujitathmini na kujua uwezo wao
2. Kutambua mchango wao katika athari ya mahusiano

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa vitini vya kutosha vya.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta kwa

### Hatua za uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kuchangia Uzoefu (Dakika 55)

- Eleza malengo ya kipindi na kisha waongoze washiriki katika mazoezi ya somo.
- Eleza kwa kifupi juu ya kujitambua na kujitathmini na jinsi ambavyo sifa binafsi zinaweza kuathiri uhusiano na mteja wakati wa Ushauri Nasaha.
- Waombe washiriki wafikirie hali fulani ambayo imewahi kuwakuta. Hali hiyo inaweza kuwa:
  - o Hali ya kukatisha tamaa
  - o Kufanya ngono mara ya kwanza
  - o Kupotelewa na mpendwa
  - o Hali ya kujivunia
  - o Wakati ambao wamefanyiwa vitendo vya unyanyapaa
  - o Au hali nyingine yoyote inayofanana na hiyo.
- Baada ya muda mfupi wa kutafakari hali hiyo, muombe yeyote anayejitolea atoe ushuhuda wake katika hali hiyo.
- Wahimize washiriki wengine kusikiliza kwa makini na kuuliza maswali kwa ajili ya ufafanuzi panapohitajika.
- Kisha waombe washiriki wengine kuchangia kwa kutoa yale mazuri na ambayo si ya kuhukumu.
- Muulize aliyetoa ushuhuda wake aeleze alivyojisikia wakati wa kueleza na wakati wengine wanachangia. Andika hisia hizo kwenye bangokitita.
- Uliza kama kuna mshiriki yeyote aliyekuwa na hisia kali za kuhukumu katika ushuhuda huo lakini hakutoa hisia zake. Andika maelezo hayo kwenye bangokitita.
- Waongoze washiriki kujadili na kuonesha jinsi ambavyo kuwahukumu watu wengine ni makosa.
- Waongoze washiriki kujadili matokeo ya kushirikiana katika hali ngumu kwa kutumia maswali yaliyo katika Mwongozo wa Mshiriki wa Mafunzo M I – 2.
- Unapohitimisha eleza kuwa ili kuwathamini watu wengine ni lazima kujithamini wewe kwanza. Pia eleza jinsi ambavyo si rahisi kuchangia na kuelezana katika masuala ya hali ngumu. Oanisha hali hii na ile ya mteja ambaye anamweleza Mshauri Nasaha mambo yake binafsi.

**Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)**

- Rudia malengo ya kipindi kwa pamoja na washiriki na kisha toa ufafanuzi pale inapobidi.

## Kipindi 3 Amali (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kuainisha wanayoyapenda
2. Kutoa sababu za uchaguzi wanaoufanya
3. Kukubali amali za watu wengine

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M1-3.
- Andaa makala za kufundishia kipindi kwa kompyuta za kipindi M1-3.
- Kadi zenye majina ya vito vinne vya thamani.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kuielewa Amali (Dakika 25)

- Bandika kadi zenye majina ya vito vya thamani kwenye sehemu mbali mbali za ukuta (Almasi, Dhahabu, Lulu na Tanzanite)
- Eleza kwa kifupi kuhusu "Amali" na, eleza malengo ya kipindi kisha uwaongoze washiriki katika hatua za mazoezi ya somo.
- Waombe washiriki waende kila mmoja akasimame karibu na jina la kito alichokichagua.
- Baada ya washiriki wote kukamilisha uchaguzi wao, waombe kila kundi wjadiliane na kuandaa sababu za uchaguzi wao. (Sababu zinaweza kuwa ni pamoja na thamani kubwa, uadimu wa kito hicho au bei kubwa katika soko.)
- Waombe kila kundi kueleza sababu zao kwa wengine wote.
- Waombe washiriki wataje vitu vingine vinavyoonekana na visivyoonekana vyenye thamani. Vinavyoonekana ni pamoja na fedha na vitu vinginevyo. Visivyoonekana ni pamoja na upendo na heshima.
- Waongoze washiriki kuoanisha vitu visivyoonekana lakini vina thamani na thamani ya undani wa mtu. Mambo ambayo mtu anasimamia na yuko tayari kuyatetea, na yale ambayo mtu hayapendi.
- Waeleze washiriki kuwa hii thamani ya ndani ya mtu ndiyo amali. Amali huongoza maamuzi ya mtu kwa yale anayoyasimamia na yale asiyoyapenda.
- Katika tamati waeleze washiriki kuwa amali ni ile misingi, imani na mawazo ambayo mtu anayaamini kikamilifu. Kwa mfano:
- Mshauri Nasaha anayemthamini mteja wake hatamhukumu.
- Mwanaume anayejali familia yake atawatunza mke na watoto wake na kuangalia vema hali ya nyumbani kwake.
- Mtu anayejali afya yake atakula chakula bora, atafanya mazoezi mara kwa mara na hatatumia vitu vinavyodhuru afya kama sigara na dawa za kulevya.

- Mtu anayethamini kazi yake atajitahidi kupata matokeo bora wakati wote.

### Hatua 2: Ukuaji wa Amali (Dakika 20)

- Wagawe washiriki katika makudi manne ili wajadili yafuatayo na kisha kueleza waliyoadili
- Kundi la kwanza: Orodhesha amali zinazotokana na familia na onsha jinsi zinavyokua. Kwa mfano uaminifu.
- Kundi la pili: Orodhesha amali zinazotokana na imani za dini na onsha jinsi zinavyokua. Kwa mfano uaminifu katika ndoa.
- Kundi la tatu: Orodhesha amali zinazotokana na mila na desturi na onsha jinsi zinavyokua.
- Kundi la nne: Orodhesha tabia ambazo zinatokana na amali ya mtu.
- Ruhusu kila kundi kueleza orodha yao na washiriki wengine kusema kama orodha hiyo inakubalika au la.
- Eleza jinsi familia, mafundisho ya dini, mila na desturi, marafiki na vyombo vya habari vinavyoongoza ukuaji wa amali ya mtu.
- Mwisho eleza kuwa amali ya mtu ni ya muhimu kwake. Watu wana amali tofauti kwa kutokana na mazingira yao.

### Hatua 3: Amali na Tabia (Dakika 10)

- Waombe washiriki wataje watu mashuhuri waliotenda mambo kulingana na amali yao (yale tunayoyasimamia kwa hali na mali, yale tusiyoyapenda kwa nguvu zetu zote). Mfano: Adhabu ya kifungo jela haikumyumbisha Nelson Mandela katika mapambano dhidi ya ubaguzi wa rangi huko Afrika Kusini.
- Wahimize washiriki kutambua mifano ya amali kutoka katika familia zao, mila na desturi na dini ambayo imechangia katika tabia za maisha yao. Washiriki wanaojitolea waeleze mifano hiyo ili wengine wachangie.
- Mwisho waeleze washiriki kuwa misingi kutoka kwenye familia, mila na dini; kama vile "usidanganye" inachangia katika tabia za mtu. Hii ndiyo sababu watu hutofautiana katika amali zao.

### Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)

- Rejea malengo ya kipindi na uwahimize washiriki kuchambua na kuelewa jinsi walivyopata amali walizo nazo sasa.

## Kipindi 4 Kujielewa (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kujielewa wao wenyewe kwa njia mbali mbali. Kwa mfano, wao walivyo, ambavyo wangependa kuwa, na mtazamo wa kujithamini
2. Kueleza njia za kuendeleza kujielewa

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, na kadi za manila.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha
- Andaa makala za kufundishia kipindi kwa kompyuta
- Soma na kuelewa nadharia ya kujielewa.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Ufahamu wa kujielewa (Dakika 55)

- Anzisha kipindi cha kujielewa kwa kueleza malengo ya kipindi na kisha kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya somo.
- Waombe washiriki wafikirie wanavyojiona katika mitazamo mbali mbali na kuandika kwenye kadi za manila bila kuandika majina yao..
  - o Wanavyojiona katika hali ya umbo la mwili (mnene, mwembamba, mrefu, mfupi, pande la mtu) na jinsi hali hiyo inavyochangia katika utendaji wake
  - o Katika mtazamo wa yeye alivyo (mama, baba, mwalimu, muuguzi, Mshauri Nasaha, mkazi wa Dar es Salaam, Mtanzania), na jinsi mtazamo huo unavyochangia katika matendo yake.
  - o Mtazamo wa jinsi ambavyo wangependa kuwa (mtendaji bora, mfanyakazi wa kuigwa, mama bora, baba bora) na jinsi mtazamo huo unavyochangia katika matendo yake.
  - o Mtazamo wa kujithamini (kujivunia kutoa mchango, kuona aibu kwa kutofanya lolote), na jinsi mtazamo huo unavyochangia katika utendaji wake.
- Kusanya kadi zote, zichanganye na zibandike ukutani moja moja.
- Waongoze washiriki kutembelea hizo kadi, kusoma moja baada ya nyingine na kuijadili kwa ufupi kuona jinsi mwandishi wa hiyo kadi anavyoweza kuwa ama kutokuwa mtendaji bora kutokana na mitazamo yake juu yake mwenyewe.
- Eleza kuwa kujithamini ama kutojithamini kwa mtu kunatokana na jinsi anavyojiona yeye mwenyewe. Hali hii pia huchangia katika utendaji wa mtu.
- Mwisho sititiza kuwa si vema kumhukumu mtu kwa kuwa amali yake ni tofauti na yako. Kwa mfano: Mtu aliyekulia katika familia ya mitala atakuwa na amali tofauti kuhusu ndoa na mtu aliyekulia katika familia ya ndoa ya mke mmoja.

**Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)**

- Rejea malengo ya kipindi kwa pamoja na washiriki na utoe ufafanuzi kila panapohitajika.



## Kipindi 5 Stadi za Maisha (Dakika 120)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kufasiri Stadi za Maisha
2. Kueleza umuhimu wa stadi za maisha
3. Kueleza mtazamo wa stadi za maisha
4. Kueleza stadi za maisha mbalimbali zinazotumika katika Ushauri Nasaha wa VVU na UKIMWI
5. Kufanya maamuzi sahihi

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, na kadi za manila.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha
- Andaa makala za kufundishia kipindi kwa kompyuta
- Andaa visamkasa
- Soma na kuelewa nadharia ya stadi za maisha.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Umuhimu wa Stadi za Maisha (Dakika 60)

- Anzisha kipindi cha kujielewa kwa kueleza malengo ya kipindi na kisha kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya somo.
- Waombe washiriki wakae wawili wawili. Kila mmoja amweleze mwenzake hali yenye changamoto iliyowahi kumpata na jinsi alivyojinasua kutoka kwenye hali hiyo.
- Unganisha makundi ili yabaki makundi manne tu. Katika makundi haya manne utaratibu wa kuelezana hali hiyo yenye changamoto inaanza tena. Lakini wakati huu anayeeleza ni Yule aliyesimuliwa na siye aliyepatwa na hali hiyo.
- Kila kundi liainishe simulizi moja kama kisa cha kundi na kasha wakichore kwenye bangokitita. Waombe kila kundi kubandika kazi yao na mwakilishi aeleze yaliyotokea.
- Waongoze washiriki kujadili mrejesho huo kwa kuangalia mahitaji ya stadi maalumu ili kukabiliana na changamoto za kila siku kama VVU, magonjwa ya ngona, matumizi ya dawa za kulevya na mengineyo mengi.
- Hitimisha kwa kuonesha jinsi watu wanavyopata matatizo kwa kuwa hawana stadiza maisha kwa ajili ya mawasiliano, kufanya maamuzi, kufikiri, kuhimili mhemko, uthubutu na nyinginezo
- Ainisha stadi kumi za maisha katika makundi yake matatu na kuonesha kila kundi linajenga stadi zipi maishani

### Hatua ya Pili: Kufanya maamuzi (Dakika 30)

- Mwombe kila mshiriki aandike tatizo moja kwenye kipande cha karatasi
- Kusanya matatizo yaliyoandikwa na uyachanganyechanganye
- Yasome yote na uchague matatu uyaandike kwenye bangokitita
- Washiriki wachague tatizo moja
- Waongoze kutafuta suluhu ya tatizo hilo kwa kutumia utaratibu wa Te3

### Hatua ya Tatu: Matumizi ya stadi za maisha (Dakika 25)

- Waombe washiriki wakae katika makundi matatu na uwape kila kundi kisa kimojawapo kati ya hivi vifuatavyo

#### Kisamkasa 1

Mkurugenzi na Katibu wake wamekuwa na uhusiano wa siri wa kimapenzi. Wamekuwa wakiendelea kwa muda wa miaka miwili na wanapanga kuoana baada ya Mkurugenzi kumpa taraka mke wake. Walipoanza walikaa muda wa mwezi mmoja bila kufanya ngono. Lakini baadaye Mkurugenzi alianza kudai kufanya ngono. Alisema, kwa vile wataoana ni lazima wawe karibu zaidi na kufahamiana zaidi. Pia alitumia lugha nyingine kama, "Usiwe na wasiwasi sitamwambia mtu yeyote".

#### Kisamkasa 2

Wewe ni mfanyakazi mwanamke wa shirika fulani. Wewe na wanawake wenzio mko pamoja wakati mkiwa kwenye sherehe ya shirika. Mnakunywa na kufurahi. Haw wanawake wengine wanpanga mipango ya jinsi ya kuwashika viongozi wanaume wasiwe na sauti ya kuwakemea. Mmoja wao anakushauri wewe umkamate Meneja Maslahi awe wako. Anakuambia kwamba ukifanya hivyo utakuwa salama kazini.

#### Kisamkasa 3

Kundi la wanawake wafanyakazi wa kampuni Fulani wamsimama mlangoni baada ya saa za kazi na hawana la kufanya. Wanazungumzia jinsi wasivyokuwa na kitu cha kufanya. Wangependa wapate chochote cha kufanya. Mara Mhasibu Mkuu anatokea na anawalika wote kwenda kupata vinywaji naye kwa masharti kwamba mwisho wa siku Yule ambaye yeye atamchagua kati yao aende kulala naye. Wengi wanakubali wakifurahia kuwa wamepata kitu cha kufanya! Wanapoanza kuondoka kuelekea hotelini mmoja wao anaogopa sana na hataki kujihusisha na jambo hilo.

- Kila kundi wajadili kisa chao na kujibu maswali yafuatayo:
  - o Ni masuala gani ya hatari yanayojitokeza katika kisa hiki?
  - o Kungefanyika nini ili kuepukana na masuala hayo?
  - o Ni stadi za maisha zipi zinazoweza kutumika?
  - o Je Yule aliyekataa anawezaje kutoa ujumbe wa uthubutu kwa wengine?
- Waombe kila kundi wawasiklishe kazi yao kwa majadiliano
- Ongoza majadiliano ya mrejesho ukiwaonesha washiriki kuwa kila mtu anaweza kuingia hatarini kwa kushawishiwa kama hana stadi za kukataa
- Fanya tamati ya somo kwa kuonesha matumizi ya stadi za maisha

### Hatua ya nne: Tathmini (Dakika 5)

- Waombe baadhi ya washiriki waeleze jinsi watakavyotumia stadi za maisha

## Kipindi 6 Lugha Inayohusiana na VVU (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili changamoto zilizopo katika mawasiliano yanayohusu ngono na ujinsia
2. Kuainisha lugha yenye maana chanya kwa watu wanaoishi na VVU
3. Kuainisha lugha yenye maana hasi kwa watu wanoishi na VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta. Maandishi ya magazeti (yanayoonesha mitazamo mbalimbali kuhusu wanaoishi na VVU)

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M1-5.
- Andaa makala za kufundishia kipindi kwa kompyuta za kipindi M1-5.
- Kusanya misemo inayotumika kwenye jamii kuhusu wanaoishi na VVU.
- Orodhesha majina ya viungo vya uzazi vya kiume na kike pamoja na maneno yanayotumika katika tendo la ngono.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Luga bayana (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi na kisha waongoze washiriki katika hatua mbalimbali za kipindi.
- Eleza kuwa katika mila na desturi za Kitanzania siyo rahisi kujadili masuala yanayohusu ngono waziwazi. Hali hii inachangia watu wengi kupata taarifa zisizofaa kuhusu masuala ya ngono na ujinsia. Endelea kueleza kuwa katika zoezi lifuatalo washiriki wataainisha maneno yatakayowawezesha kujadili masuala ya ngono na ujinsia na wateja wao bila aibu.
- Andika maneno yafuatayo kwenye bangokitita na kisha waombe washiriki wataje maneno yote yanayotumika sawa na kila neno uliloandika.
  - o Mboo
  - o Kuma
  - o Kisimi
  - o Kutombana
  - o Kutomba
  - o Kinena
  - o Mavuzi
  - o Shahawa
  - o Kufira
  - o Kupiga punyeto
- Washiriki wajadili na kukubaliana neno ambalo linaweza kutumika bila wasiwasi wakati wa kuongea na wateja.

- Wakumbushe kuwa ni muhimu kuchagua maneno yanayokubalika katika jamii wanakokwenda kufanya kazi ya Ushauri Nasaha.

### Hatua 2: Lugha inayotumika kuwatambulisha wanaoishi na VVU (Dakika 25)

- Wagawe washiriki katika makundi manne na uwaombe kila kundi kuorodhesha maneno yanayotumika na jamii kuwatambulisha wanaoishi na VVU. Wayapange katika makundi ya maneno yenye maana chanya na yenye maana hasi.
- Waombe kila kundi waonyeshe orodha yao.
- Waongoze washiriki kujadili ili kutambua kuwa matumizi ya maneno fulani huwaudhi watu na hivyo kuwafanya washiriki katika mazungumzo. Hali hii inapotokea huweza kuathiri matokeo ya Ushauri Nasaha.
- Waongoze washiriki kujadili na kutambua kwamba maneno kama “marehemu mtarajiwa” “dotcom” yanayotumika kuwaita wanaoishi na VVU yanatokana na unyanyapaa hivyo wao wasiyatumie.
- Waongoze washiriki kubuni mikakati ya kupunguza matumizi ya maneno kama hayo.
- Oanisha majadiliano haya na maandishi yenye mitazamo mbalimbali juu ya wanaoishi na VVU yaliyotolewa kwenye magazeti.
- Hitimisha kwa kutoa muhtasari wa kipindi.

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Rejea malengo ya kipindi kwa pamoja na washiriki na utoe ufafanuzi kila panapohitajika.

# MODULI

## 2

### Taarifa Muhimu kuhusu VVU, UKIMWI Ushauri Nasaha na Upimaji

#### Muhtasari

Ongezeko la maambukizi ya VVU katika miaka kumi iliyopita linachangia kwa kiasi kikubwa katika kuharibu hali ya afya na mategemeo ya usoni ya Watanzania. Hali hii inavunja misingi ya maendeleo na jitihada za kuyafikia malengo ya milenia na malengo ya kitaifa. Watu wamekuwa na ufahamu mkubwa lakini hawajaweza kubadili tabia.

Yampasa Mshauri Nasaha kuyaelewa haya yote na pia kuwa na ufahamu wa kutosha kuhusu VVU na UKIMWI, upimaji na Ushauri Nasaha. Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha hufungua mlango wa kuingia kwenye matunzo na matibabu. Kwa hiyo, ili Mshauri Nasaha aweze kumsaidia mteja kutathmini uwezekano wa kuwa kwenye hatari ya maambukizi, hana budi kuwa na taarifa madhubuti kuhusu masuala ya VVU na UKIMWI na mchakato mzima na faida za kupima na Ushauri Nasaha.

Moduli hii inatoa nafasi ya kujifunza mambo haya muhimu ili yawe zana kuu ya kazi kwa Mshauri Nasaha.

Moduli hii itakuwa na mada zifuatazo:

- |                  |  |
|------------------|--|
| <i>Kipindi 1</i> | <i>Taarifa Muhimu kuhusu VVU na UKIMWI</i>   |
| <i>Kipindi 2</i> | <i>Kinga ya mwili na VVU</i>   |
| <i>Kipindi 3</i> | <i>Hali ya VVU na UKIMWI</i>   |
| <i>Kipindi 4</i> | <i>Njia za Maambukizi ya VVU na Mienendo Hatarishi</i>   |
| <i>Kipindi 5</i> | <i>Muhtasari wa Uambukizaji Kutoka kwa Mama Kwenda kwa Mtoto na Mpango Wa Kuzuia Uambukizaji wa Mama Kwa Mtoto</i>                 |
| <i>Kipindi 6</i> | <i>Mikakati ya Kuzuia Maambukizi ya VVU</i>  |
| <i>Kipindi 7</i> | <i>Simulizi Zisizo Kweli kuhusu VVU na UKIMWI</i>  |
| <i>Kipindi 8</i> | <i>Istilahi Itumikayo katika Upimaji wa VVU</i>  |
| <i>Kipindi 9</i> | <i>Nafasi ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari katika Kuzuia Maambukizi ya VVU, Kutoa Matunzo na Kuhimili Hali Halisi</i> |

## Kipindi 1 Taarifa Muhimu kuhusu VVU na UKIMWI (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya VVU na UKIMWI
2. Kutoa tofauti kati ya VVU na UKIMWI
3. Kujadili aina za VVU zilizopo

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini cha M2-1.
- Andaa makala za kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M2-1.
- Jikumbushe mada inayohusu VVU na UKIMWI.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: VVU na kinga ya mwili (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi na kisha uwaongoze washiriki katika mazoezi ya kujifunzia.
- Waombe washiriki wachache wanaojitolea waeleze kirefu cha maneno VVU na UKIMWI. Andika maelezo yao kwenye bangokitita.
- Watakapokuwa wametoa maoni mbalimbali toa maelezo sahihi kuwa VVU— Virusi vya UKIMWI.
- Eleza kuwa kuna aina mbili tu za VVU zinazojulikana hadi sasa pamoja na makundi madogo ya VVU-1. Fafanua zaidi kwa kueleza sehemu ambazo kila aina ya VVU hupatikana. Tumia maelezo kwenye kitini
- Eleza kirefu cha **UKIMWI**— Upungufu wa Kinga Mwilini.
- Sisitiza kuwa UKIMWI ni hali ya mkusanyiko wa magonjwa. Kwa hiyo hii ni hali ya magojwa mengi kuushambulia mwili baada ya kinga ya mwili kuharibiwa na VVU.
- Hitimisha somo kwa kurudia mambo muhimu kuhusu VVU na UKIMWI.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Wakati unapohitimisha somo tumia pia njia ya maswali na majibu ili kupima uelewa wa mada ya kipindi hiki.

## Kipindi 2 Mfumo wa Kinga na VVU (Dakika 120)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya kinga ya mwili
2. Kueleza jinsi VVU vinavyoharibu kinga ya mwili
3. Kueleza hatua za makuzi ya VVU kulingana na mpangilio wa Shirika la Afya Duniani

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini cha M2-2.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi cha M2-2.
- Soma na kuelewa maudhui ya mchezo wa ndama na mbwa.
- Andaa michoro inayoonesha wajibu wa seli nyeupe.
- Michoro ya seli za kinga ya mwili.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: VVU na kinga ya mwili (Dakika 115)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi. Waeleze washiriki kuwa tutacheza mchezo unaonesha kinga ya mwili wa binadamu.
- Wapange washiriki kucheza mchezo wa ndama na mbwa kama ifuatavyo:
- Mwombe mshiriki mmoja anayejitolea kusimama katikati ya darasa na kisha waombe washiriki wengine sita wanaojitolea wasimame kumzunguka yule wa kwanza .
- Waeleze washiriki kuwa yule aliyejitolea kwanza anachukua nafasi ya ndama na wale waliofuata wanachukua nafasi ya ng'ombe wakubwa na kazi yao ni kumlinda ndama.
- Omba washiriki wengine watano waje mbele. Waeleze hawa waliojitolea mwisho kuwa wao wanachukua nafasi ya mbwa na kazi yao ni kujaribu kumjeruhi ndama. Waambie kuwa utakaposema, "NENDA" mbwa wanajitahidi kumfikia na kumgusa ndama na wakati huo ng'ombe wanazuia hilo lisitokee.
- Waarifu washiriki waliobaki kuangalia kwa makini na halafu sema, "NENDA".
- Baada ya muda wa dakika mbili hivi waombe wanaocheza kusimama pale walipo. Washiriki wengine waeleze kama ilikuwa rahisi kwa mbwa kumfikia ndama.
- Waulize washiriki waeleze wajibu wa kila kundi katika mchezo huu wakilinganisha na kinga ya mwili. Majibu sahihi ni haya yafuatayo:
  - o Ndama anawakilisha mwili wa binadamu.
  - o Ng'ombe wanawakilisha kinga ya mwili.
  - o Mbwa wanawakilisha magonjwa mbalimbali yanayoshambulia mwili wa binadamu.
- Eleza kuwa sasa wewe utapita ukiwagusa baadhi ya wale wanaocheza nafasi ya ng'ombe. Wale utakaowagusa wakae chini na wasifanye lolote wakati utakaposema "NENDA".

- Waguse wanne kati ya wale watano wanaocheza nafasi ya ng'ombe na kisha sema "NENDA". Wakati huu mbwa watamfikia na kumgusa ndama kwa urahisi.
- Waulize washiriki waseme nafasi ambayo wewe uliicheza. Jibu sahihi ni kwamba wewe ulicheza nafasi ya VVU.
- Waongoze washiriki kujadili yaliyojitokeza kwenye mchezo na kuyalinganisha na jinsi kinga ya mwili inavyofanya kazi pia na jinsi VVU inavyopunguza kinga hiyo.
- Tumia kitini M II-2: kutoa muhtasari wa kinga ya mwili.
- Eleza maana ya kinga ya mwili ukieleza kwa ufasaha kazi ya kila seli katika kuulinda mwili. Tumia mchoro kueleza kazi ya kila seli.
- Kamilisha kwa kueleza jinsi VVU vinavyoharibu kinga ya mwili kwa kuuu seli zinazoitwa CD4.

### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Mpe kila mshiriki mchoro wa seli mojawapo za kinga ya mwili naye ajifanye kuwa ndiye seli hiyo. Kila mmoja aoneshe picha yake na kujitambulisha kwa jina la seli hiyo na kazi yake katika kinga ya mwili.
- Waombe washiriki wachache waoneshe jinsi VVU inavyoshambulia seli ya CD4 katika mwili.



## Kipindi 3: Hali ya VVU na UKIMWI ilivyo (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wa mafunzo wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili hali ya VVU na UKIMWI ilivyo kwa Ulimwengu, Afrika na Tanzania
2. Kueleza hali ya maambukizi ilivyo Tanzania
3. Kujadili athari za VVU na UKIMWI kwa mtu binafsi, familia, jamii na asasi mbaimbali

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta. Ripoti ya Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI, juu ya Hali ya Maambukizi ya Mwaka 2008.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M2-3.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M2-3.
- Andaa masuala muhimu kutoka kwenye ripoti ya Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI ya Hali ya Maambukizi ya Mwaka 2006.
- Andaa michoro ya hali ya maambukizi ya VVU Tanzania.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Hali ilivyo sasa (Dakika 45)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi manne. Kila kundi lijadili na kuonesha hali ya VVU na UKIMWI ilivyo kwa dunia, Afrika na Tanzania.
- Waongoze kila kundi kuwasilisha maoni yao kwa ajili ya majadiliano.
- Tumia mhadhara mfupi kueleza hali ilivyo duniani, Afrika na kwa Tanzania.
- Sisitiza mambo haya muhimu:
  - o Inabidi ambao HAWAJAAMBUKIZWA walindwe ili wasiambukizwe.
  - o Walioambukizwa wanahitaji matunzo na kukubalika.
  - o Kasi ya maambukizi haina budi kuendelea kuteremka.

Kumbusha kuwa idadi ndogo ya Watanzania ambao wamepata huduma za Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari ni asilimia 15 tu. Linganisha hali hii na kampeni iliyofanyika hivi karibuni.

#### Hatua 2: Athari za VVU (Dakika 40)

- Wagawanye washiriki katika makundi ili wajadili na kuainisha athari za VVU na UKIMWI kama ifuatavyo:
  - o **Kundi la kwanza:** Athari za VVU na UKIMWI kwa mtu binafsi
  - o **Kundi la pili:** Athari za VVU na UKIMWI kwa familia
  - o **Kundi la tatu:** Athari za VVU na UKIMWI kwa jamii
  - o **Kundi la nne:** Athari za VVU na UKIMWI kwenye huduma za afya

- Ongoza kila kundi kuwasilisha kazi yao na hamasisha mjadala kutoka kwa washiriki wengine.
- Jazia taarifa sahihi pale zinapohitajika kila baada ya kundi moja kuwasilisha. Kwani athari ni nyingi mno kwa hiyo makundi yote hayatajadiliwa kwa pamoja.
- Toa muhtasari kwa kutumia muhadhara shirikishi (Tumia makala iliyoandaliwa ya kufundishia kwa kompyuta).

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

Tumia utaratibu wa maswali na majibu kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 4 Njia za Maambukizi ya VVU na Mienendo Hatarishi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza

1. Kujadili njia za maambukizi ya VVU
2. Kueleza uhusiano kati ya njia za maambukizi ya VVU na magonjwa ya ngono na magonjwa ya uzazi
3. Kuainisha tabia hatarishi katika maambukizi ya VVU
4. Kujadili makuzi ya VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M2-4.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M2-4.
- Soma na kuelewa vema njia za maambukizi ya VVU na mienendo hatarishi.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: NJia za maambukizi na mambo yanayochangia (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu ili wafanye yafuatayo:
  - o **Kundi la kwanza:** Waainishe njia za maambukizi ya VVU.
  - o **Kundi la pili:**— Waorodheshe mambo yote ambayo yanaweza kumuweka mtu katika hatari ya maambukizi ya VVU.
  - o **Kundi la tatu:**— Woneshe uhusiano kati ya magonjwa ya ngono na uzazi na maambukizi ya VVU.
- Kila kundi liwasilishe kazi yao na kisha uongoze majadiliano ya huo mrajesho.
- Wahimize washiriki kuchangia zaidi katika njia za maambukizi.
- Waeleze kuwa maambukizi ya VVU yanatokea kunapokuwa na mwingiliano wa majimaji ya mwili wa mtu aliye na maambukizi na yule ambaye hana (shahawa, majimaji ya ukeni, damu na mazao yatokanayo na damu, mate na maziwa).
- Toa maelezo juu ya njia za maambukizi ya VVU na kusahihisha yote yasiyo ya kweli ambayo yalijitokeza kwenye majadiliano.
- Katika kueleza mambo yanayochangia maambukizi kumbuka kuzungumzia ngono bila kinga, kupewa damu ama mazao yanayotokana na damu ambayo yana virusi vya UKIMWI, maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto, masuala ya kijamii, kiuchumi na kimila.
- Onyesha jinsi ambavyo njia za maambukizi ya VVU na magonjwa ya ngono ni moja na ukweli kuwa kuwepo kwa magonjwa ya ngono kunaweka milango ya VVU kuingia mwilini.

### Hatua 2: Mzunguko wa maisha ya VVU na hatua za makuzi kulingana na Shirika la Afya Duniani (Dakika 35)

- Waombe washiriki wagawanyike katika makundi manne ili wafanye kazi ifuatayo:
  - o **Kundi la kwanza na la pili:** Watoe hatua za makuzi tangu mtu anapopata maambukizi hadi anapokufa.
  - o **Kundi la tatu na la nne:** Waorodheshe hatua nne kuu na dalili za kila hatua kwa kulingana na Shirika la Afya Duniani.
- Waongoze makundi kuwasilisha kazi yao. Majadiliano ya kazi ya kila kundi yafanyika mara tu baada ya kundi kuwasilisha.
- Wakati wa kujadili hatua za makuzi hakikisha kusisitiza kipindi ficho na umuhimu wake katika upimaji wa VVU.
- Elezea hatua nne na dalili zake kwa kulingana na shirika la Afya Duniani.
- Toa muhtasari wa somo kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada hii.

## Kipindi 5 Muhtasari wa Uambukizaji Kutoka kwa Mama Kwenda kwa Mtoto na Mpango Wa Kuzuia Uambukizaji wa Mama Kwa Mtoto (60min)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza

1. Kujadili ukubwa wa maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto
2. Kueleza njia za maambukizi ya VVU kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto
3. Kuainisha vigezovinyohusiana na maambukizi ya VVU kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto
4. Kueleza malengo ya mpango wa kuzuia maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi.
- Andaa kisamkasa cha Ana

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1:Vigezo vya hatari kwa maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto (Dakika 25)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi.
- Wasomee washiriki kisamkasa kifuatacho.

Anna ni msichana mwenye umri wa miaka 20. Ameolewa anaishi katika kijiji cha Mantare kilichoko kilomita 15 kutoka kwenye kituo cha afya. Mume wake ni seremala na anafanya kazi katika misheni ya Mantare. Anna ana mtoto wa kiume mwenye umri wa miezi 22. Wakati wa ujauzito wake Anna hakujali kwenda kliniki. Wakati wa kujifungua Anna aliumwa uchungu kwa zaidi ya saa nane na mume wake hakuwepo kumpeleka hospitali. Alijifungua nyumbani huku akisaidiwa na mama mkwe wake. Baada ya kupima Anna, mume wake na mtoto wao wameonekana wana maambukizi ya VVU.

- Washiriki wajibu swali lifuatalo:
  - Ni vigezo gani vilivyochangia mtoto wa Anna kupata maambukizi ya VVU?
- Hitimisha kwa kueleza vigezo hatarishi na ukubwa wa maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto

**Hatua 2: Maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto (Dakika 30)**

- Toa mjadala shirikishi juu ya maambukizi ya VVU kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto. Masuala ya kujadili ni haya
  - Vigezo vinavyochangia maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto.
  - Maambukizi ya VVU wakati wa ujauzito
  - Maambukizi ya VVU wakati wa uchungu na kujifungua
  - maambukizi ya VVU wakati wa kunyonyesha
  - Ukubwa wa tatizo
- Ruhusu maswali na toa ufafanuzi.
- Hitimisha kipindi

**Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Tumia maswali na majibu kutathmini uelewa wa somo.

## Kipindi 6 Mikakati ya Kuzuia Maambukizi ya VVU (Dakika 120)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza: Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza

1. Kujadili mikakati ya kuzuia maambukizi ya VVU.

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi, kompyuta, sanamu za uume na uke, kondomu za kike na za kiume.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M2-5.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M2-5.
- Soma na kuelewa njia za maambukizi na mikakati ya kuzuia maambukizi ya VVU.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Mikakati ya kuzuia maambukizi ya VVU (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi na halafu waongoze washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu ili wafanya kazi ifuatayo:
  - o Kundi la kwanza: Waorodheshe mikakati inayotokana na ngono salama.
  - o Kundi la pili: Waorodheshe mikakati inayokwenda na kutochanganyikana kwa majimaji ya mwili ikiwa ni pamoja na kuzuia maambukizi ya mama kwa mtoto.
  - o Kundi la tatu: Waelezee Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari kama mkakati wa kuzuia maambukizi ya VVU.
- Ruhusu kila kundi kuwasilisha kazi yao na majadiliano ya kazi hiyo yafanyike mara baada ya uwasilishaji wa kila kundi.
- Wahimize washiriki kuchangia mikakati mingi iwezekanavyo.
- Sisitiza mikakati kama vile matumizi sahihi ya kondomu wakati wote, damu salama, utupaji salama wa taka, kutumia sindano salama na kutahiri wanaume.
- Jadili masuala ya mkakati wa kuzuia maambukizi ya VVU kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto.
- Jadili tohara ya mwanamme kama mkakati mwingine wa kuzuia kuenea kwa maambukizi ya VVU
- Jadili Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari kama mkakati wa afya ya jamii.
- Toa muhtasari wa mikakati ikiwemo mgungo, kuwa mwaminifu, kutumia kondomu, kuwa wazi na kuwezesha yaani kwa lugha ya Kiingereza ABCDE (abstinence, be faithful, condom use, disclosure and empowerment)

#### Hatua 2: Kuonesha matumizi ya kondomu (Dakika 95)

- Onesha njia sahihi za kuvaa kondomu ya kike na ya kiume.

- Waombe washiriki wachache waoneshe njia sahihi ya kuvaa kondomu ya kike na ya kiume.
- Anzisha mbio za kondomu kama ifuatavyo:
- Weka kondomu mbili (za kiume na za kike) pamoja na mifano ya uume na uke mbele ya darasa.
- Waombe washiriki wawili ambao wako tayari kushindana kuvalisha kondomu kwa usahihi wajitolee.
- Washiriki hao wakimbie kutoka walipo na kwenda kuvalisha kondomu kwa usahihi.
- Wa kwanza kukamilisha zoezi hilo kwa usahihi azawadiwe ipasavyo.
- Toa muhtasari ukisisitiza masuala yote muhimu katika matumizi sahihi ya kondomu.

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

Hitimisha somo kwa maswali na majibu.



## Kipindi 7 Simulizi Zisizo Kweli kuhusu VVU na UKIMWI (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuainisha simulizi na masuala yasiyo ya kweli kuhusu VVU na UKIMWI
2. Kujadili simulizi zisizo za kweli kuhusu VVU na UKIMWI

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M2-6.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M2-6.
- Andaa kadi zenye simulizi kwa ajili ya mchezo.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Simulizi zisizo za kweli kuhusu VVU (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi.
- Waeleze washiriki kuwa watacheza mchezo ambao utawasidia kujua ukweli wa simulizi mbalimbali za VVU na UKIMWI.
- Eleza kuwa simulizi nyingi za uwongo huelezwa na baada ya muda kuonekana kuwa ni za kweli.
- Wagawe washiriki katika timu mbili na kila moja ikae upande mmoja wa darasa.
- Kila timu ichague jina lake na uandae mahali pa kuandika alama za kila timu katika mchezo.
- Weka kadi zenye simulizi huku zimefunikwa juu ya meza. Mwakilishi wa timu moja aokote kadi moja na kuisoma kwa sauti.
- Aliyeokota kadi arudi nayo kwenye timu yake nayo ijadili kwa muda mfupi kama usemi huo ni wa kweli ama uongo. Aliyeokota kadi atangaze maamuzi ya timu yake.
- Kama uamuzi wa timu ni sahihi, timu inapata alama moja.
- Mwakilishi wa timu ya pili ataokota kadi ya simulizi na utaratibu uendeleo vile vile.
- Kila timu inapotoa jibu lake ruhusu muda wa majadiliano kwa wote. Tumia muda huo pia kuongeza maelezo zaidi.
- Endeleza kwa kuomba washiriki watoe simulizi nyingine zaidi zilizo ndani ya jamii na mziadili kila zinapotolewa.
- Simulizi za kuandika kwenye kadi:
  - o Mtu anaweza kuambukizwa VVU kwa kushirikiana vyombo vya kulia na anayeishi na virusii vya UKIMWI.
  - o Mbu anaweza kueneza VVU.
  - o Mtu anaweza kupata VVU kwa kulogwa.
  - o Maombi ya dhati kabisa yanaweza kuonyesha VVU.

- o Mtu anaweza kuambukizwa VVU kwa kutumia choo kimoja na anayeishi na virusi vya UKIMWI.
  - o Mtu anaweza kuambukizwa VVU kwa kushikana mikono na anayeishi na VVU.
- Baada ya mchezo hitimisha ukionyesha jinsi ambavyo simulizi za namna hii zinavyoleta woga na kuchochea unyanyapaa dhidi ya wanaoishi na virusi vya UKIMWI.

### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Waombe washiriki wjadili wao kwa wao juu ya simulizi nyingine za uongo. Uwe makini kusahihisha penye maelezo yasiyo ya kweli.

## Kipindi 8 Istilahi Itumikayo katika Upimaji wa VVU (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya ridhaa, ridhaa inayotokana na taarifa sahihi, usiri, usiri uliochangiwa na upimaji wa uficho
2. Kujadili maana ya upimaji wa siri na uficho
3. Kueleza maana ya dhana ya usiri na ridhaa inayotokana na taarifa sahihi katika upimaji wa VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta.

### Maandalizi ya Awali

- Andaa nakala za kutosha za kitini M2-7.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M2-7.
- Soma Mwongozo wa Taifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari kuhusu masuala ya usiri na upimaji wa uficho.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Istilahi za Upimaji (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu ili wajadili na kutoa maoni yao kwenye masuala yafuatayo:
  - o Kundi la Kwanza: Uficho katika upimaji wa VVU
  - o Kundi la pili: Ridhaa na ridhaa inayotokana na taarifa sahihi
  - o Kundi la tatu: Usiri na usiri uliochangiwa
- Waombe kila kundi wawasilishe kazi yao.
- Kila kundi linapomaliza kuwasilisha ongoza mjadala kuhusu kazi yao ukiwahamasisha wengine kutoa maoni yao.
- Toa muhtasari kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta na:
  - o Hitimisha kila mjadala ukieleza maana ya maneno yaliyotumika na umuhimu wake katika upimaji wa VVU.
  - o Oanisha haja ya usiri na ridhaa na haki za binadamu kwa mtu binafsi.
  - o Sisitiza umuhimu wa usiri kwa Mshauri Nasaha kuhusu taarifa zote anazopata kutoka kwa mteja wakati wa mchakato wa Ushauri Nasaha..

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

Toa hitimisho fupi na uulize maswali ili kupima uelewa.

## Kipindi 9: Nafasi ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari katika kuzuia Maambukizi ya VVU, Kutoa Matunzo na Kuhimili Hali Halisi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza malengo ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari
2. Kujadili ushahidi uliopo kuwa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari ndio mlango wa kuingia kwenye kuzuia maambukizi, kutoa matunzo, matibabu na misaada
3. Kujadili ushahidi kuwa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari unawezesha mabadiliko ya tabia
4. Kueleza nafasi ya ushauri nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika kumweleza mwenzi hali ya maambukizi
5. Kujadili ukweli kwamba Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari hupunguza maambukizi ya VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta  
Maandalizi ya Awali

- Andaa nakala za kutosha za kitini M2-9.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M2-9.
- Soma kwa makini Mwongozo wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika matunzo na kuzuia maambukizi ya VVU (Dakika 55)

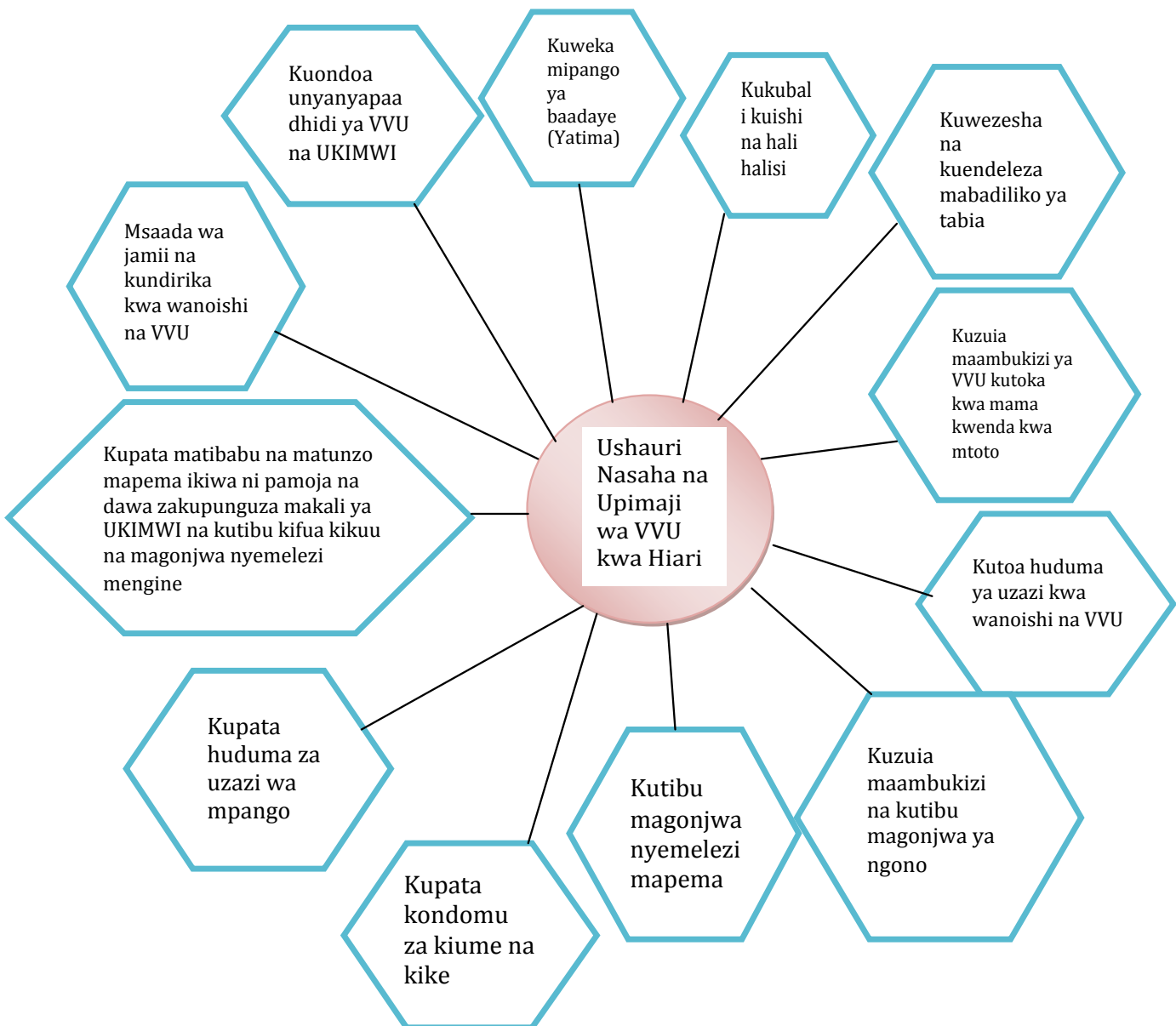
- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya somo.
- Toa mhadhara shirikishi kuelezea Mwongozo wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari.
- Waombe washiriki wagawanyike katika makundi manne ili wajadili nafasi ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika:
  - o Kundi la kwanza: Kupata matunzo na misaada pamoja na kuzuia maambukizi ya VVU
  - o Kundi la pili: Kupunguza unyanyapaa na kutengwa na kuandaa mipango ya usoni
  - o Kundi la tatu: Kuongezeka kwa uelewa wa kubadili tabia na kuendelea na matumizi ya dawa inapobidi
  - o Kundi la nne: Kupima kwa ajili ya magonjwa mengine
- Kila kundi wawasilishe kazi yao na ijadiliwe mara tu baada ya kuwasilisha.
- Wakati mnapojadili ushahidi mbalimbali unaojitokeza kama vile mabadiliko chanya ya tabia, kupata matunzo na matibabu, waombe washiriki watoe mifano halisi bila kutaja majina.
- Eleza jinsi huduma hii inavyowezesha uwazi kwa wenzi kuhusu hali yao ya maambukizi ya VVU.
- Eleza mahitaji ya awali ili kuwa na huduma yenye mafanikio.

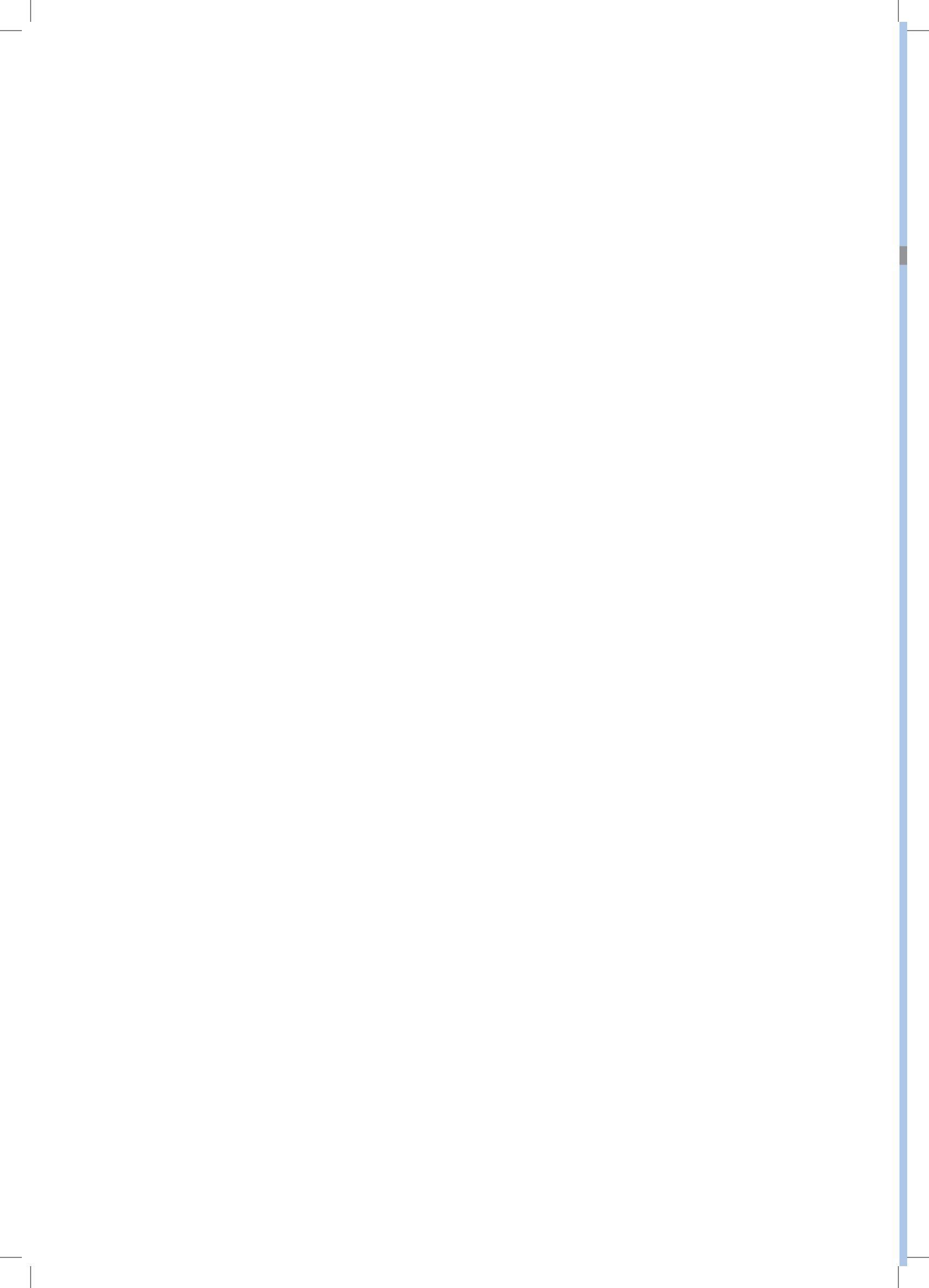
- Jadili njia nyingine za Ushauri Nasaha na upimaji (ule unaoanzishwa na mtoa huduma, ule wa lazima).
- Katia kuhitimisha eleza jinsi ambavyo Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari inavyochangia katika kuzuai maambukizi, kutoa matunzo na matibabu kama inavyooneshwa kwenye mchoro hapo chini.

**Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)**

Tumia maswali na majibu ili kupima uelewa wa mada.

Faida ya Kujiunga na Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari





# MODULI

# 3

## Nadharia na Mbinu za Ushauri Nasaha

### Muhtasari

Moduli ya Nadharia za Ushauri Nasaha inalenga kumpa Mshauri Nasaha maarifa, stadi na tabia sahihi zinazotokana na uzoefu wa muda mrefu. Moduli inalenga kuchambua uhalisia wa kihistoria ili kujenga uelewa wa Mshauri Nasaha kutumia dhana ya nadharia hizi zikiwemo nadharia ya udodosinafsi, nadharia ya kimwenendo, nadharia ya utambuzi na nadharia ya utu. Moduli hii pia inalenga kumsaidia Mshauri Nasaha kuelewa kuwa kuna njia mbalimbali za kumsaidia mteja na kuainisha pale ambapo nadharia na utendaji vinakwenda pamoja na pale vinapoachana. Moduli hii itamwezesha Mshauri Nasaha kupata maarifa na stadi za kutenda kazi yake kwa kulingana na nadharia zilizopo.

Moduli hii itakuwa na vipindi vifuatavyo:

<i>Kipindi 1</i>	<i>Nadharia za Ushauri Nasaha: Muhtasari</i>
<i>Kipindi 2</i>	<i>Nadharia ya Uchambuzi Kiakili</i>
<i>Kipindi 3</i>	<i>Nadharia ya Kitabia</i>
<i>Kipindi 4</i>	<i>Nadharia ya Uelewa</i>
<i>Kipindi 5</i>	<i>Nadharia ya Ubinadamu</i>
<i>kipindi 6</i>	<i>Stadi za Mawasiliano: Muhtasari</i>
<i>kipindi 7</i>	<i>Stadi za Mawasiliano: Mawasiliano Kamilifu</i>
<i>Kipindi 8</i>	<i>Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Muhtasari</i>
<i>Kipindi 9</i>	<i>Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha(KUHU) na Protokali za Ushauri Nasaha</i>
<i>Kipindi 10</i>	<i>Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Hatua Kuu za Ushauri Nasaha</i>
<i>Kipindi 11</i>	<i>Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Mbinu Saidizi katika Ushauri Nasaha</i>
<i>Kipindi12</i>	<i>Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Vikwazo katika Ushauri Nasaha</i>
<i>kipindi 13</i>	<i>Sifa za Mshauri Nasaha Bora</i>
<i>Kipindi 14</i>	<i>Wajibu wa Mshauri Nasaha Bora</i>
<i>Kipindi 15</i>	<i>Ushauri Nasaha: Stadi za Kusikiliza na Kuuliza</i>
<i>Kipindi 16</i>	<i>Ushauri Nasaha: Stadi za Kutumia Ukimya</i>
<i>Kipindi 17</i>	<i>Ushauri Nasaha: Stadi za Kutumia Lugha ya Mwili</i>
<i>Kipindi 18</i>	<i>Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa Muhtasari:</i>
<i>Kipindi 19</i>	<i>Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Kuchambua Mienendo Hatarishi</i>
<i>Kipindi 20</i>	<i>Ushauri Nasaha kabla yaKupimwa: Kuandaa Mpango wa Kupunguza Hatari</i>

<i>Kipindi 21</i>	<i>Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Majibu ya Vipimo vya VVU na Yanayoweza Kujitokeza</i>
<i>Kipindi 20-21</i>	<i>Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Maigizo Dhima</i>
<i>Kipindi 22</i>	<i>Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Kutoa Majibu Hasi ya Vipimo vya VVU</i>
<i>Kipindi 23</i>	<i>Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Kuendeleza Mikakati ya Kupunguza Hatari ya Maambukizi</i>
<i>Kipindi 24</i>	<i>Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kutoa Majibu Chanya ya Vipimo vya VVU</i>
<i>Kipindi 25</i>	<i>Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kumwarifu mwenzi hali ya maambukizi ya VVU</i>
<i>Kipindi 26</i>	<i>Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Ushauri Nasaha Saidizi</i>
<i>Kipindi 27</i>	<i>Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Maigizo dhima</i>



## Kipindi 1 Nadharia za Ushauri Nasaha: Muhtasari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza nadharia nne za Ushauri Nasaha
2. Kueleza maeneo ambayo kwayo Mshauri Nasaha anaweza kutambua matatizo, masuala na tabia ya mteja

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-1.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta za kipindi M3-1.
- Soma kwa uangalifu na kuzielewa nadharia nne za Ushauri Nasaha.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Nadharia za Ushauri Nasaha (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kuelezea malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki kwenye mazoezi ya kipindi.
- Waeleze washiriki kuwa Ushauri Nasaha umejengwa juu ya nadharia ambazo zimekwisha kuhakikishwa.
- Toa maelezo mafupi ya nadharia hizo:
  - o Nadharia ya udodosinafsi
  - o Nadharia ya kimwenendo
  - o Nadharia ya utambuzi
  - o Nadharia ya utu
- Toa muhtasari wa kuonesha kila nadharia inavyohusiana na Ushauri Nasaha na tatizo la mteja.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya hitimisho la kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 2 Nadharia za Ushauri Nasaha: Nadharia ya udodosinafsi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutoa uwiano wa nadharia ya udodosinafsi na vipengele vya Ushauri Nasaha
2. Kutumia vipengele vya nadharia ya udodosinafsi katika Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kipindi M3-2.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-2.
- Andaa kitini cha kufundishia.
- Soma juu ya nadharia za Ushauri Nasaha.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Nadharia ya udodosinafsi (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu na uwaombe kila kundi kusoma, kujadili na kujibu swali la kisa mkasa 1.

#### Kisa Mkasa 1

Mary alikwenda kumwona Mshauri Nasaha. Yeye amekuwa na uhusiano wa kimapenzi na Bakari bila kujua kuwa Bakari ameo na ana watoto watatu. Baada ya kugundua hilo Mary amechanganyikiwa kwa sababu bado anampenda Bakari pamoja na kwamba ameo. Lakini vile vile Mary ana wasiwasi jinsi ambavyo jumuiya itakavyomwelewa yeye. Katika majadiliano yao, Mshauri Nasaha alimshauri Mary kuvunja uhusiano wake na Bakari. Mary aliondoka pale akiwa amesikitika sana. Kwa nini Mary alisikitika?

- Makundi yote yakikamilisha kazi yao, kila kundi lichague mwakilishi ili awasilishe kazi yao.
- Msisitizo umewekwa katika mchakato wa Ushauri Nasaha unaoendana na utaratibu wa kimatibabu.
- Toa mhadhara juu ya nadharia ya udodosinafsi ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.
- Wahimize washiriki kuuliza maswali.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya tamati ya kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa kipindi.

## Kipindi 3 Nadharia za Ushauri Nasaha: Nadharia ya Kimwenendo (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza uwiano wa nadharia ya kimwenendo na vipengele vya Ushauri Nasaha
2. Kutumia vipengele vya nadharia ya kimwenendo kwenye Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kipindi M3-3.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-3
- Soma kwa kupata maarifa yanayohusu somo.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Nadharia ya kimwenendo ( Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki kwenye mazoezi ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu na uwaombe kila kundi kusoma, kujadili na kujibu swali la kisa mkasa 1.

### Kisa Mkasa:

Manata ni kijana mwenye umri wa miaka 22. Amemaliza elimu ya sekondari na sasa anasubiri matokeo ya mtihani aliofanya. Manata aliamua kwenda kwenye kituo cha Ushauri Nasaha. Katika mazungumzo yake na Mshauri Nasaha, Manata alieleza kuwa ana wapenzi wanne na anafanya nao wote ngono mara kwa mara. Wakati wote huu Manata hajawahi kutumia kondomu na hapendi kuachana na hawa wapenzi wake. Ukiwa Mshauri Nasaha utamsaidiaje Manata?

- Makundi yote yakikamilisha kazi yao, kila kundi lichague mwakilishi ili awasilishe kazi yao.
- Msisitizo umewekwa katika mchakato wa Ushauri Nasaha unaoendana na utaratibu wa kimwenendo.
- Toa mhadhara juu ya nadharia ya kimwenendo ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.
- Wahimize washiriki kuuliza maswali.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya tamati ya kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa kipindi.

## Kipindi 4 Nadharia za Ushauri Nasaha: Nadharia ya Utambuzi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza uwiano wa nadharia ya utambuzi na vipengele vya Ushauri Nasaha
2. Kutumia vipengele vya nadharia ya utambuzi kwenye Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kipindi M3-4.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-4.
- Soma kwa kupata maarifa yanayohusu somo.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Nadharia ya utambuzi (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki kufanya mazoezi ya kipindi.
- Bandika maandishi katika sehemu tatu tofauti darasani. Maandishi hayo yosomeke hivi "NAKUBALI" "SIKUBALI" and "SINA HAKIKA".
- Soma sentensi ambayo inahusu mabadiliko ya tabia na uwaombe washiriki kila mmoja aende chini ya maandishi yanayolingana na maamuzi yake kuhusu sentensi hiyo.

Josie amekuja kwako Mshauri Nasaha kutafuta taarifa kuhusu ujauzito. Katika majadiliano yenu Josie anakwambia kuwa katika jamii yao ni kawaida kwa msichana mwenye umri wa miaka 14 kushika mimba.

#### **Je, unakubaliana ama hukubaliani? Kwa nini?**

Manoti ni mfanya biashara maarufu wa madini. Amekuja kutafuta taarifa juu ya VVU na UKIMWI kwa ajili ya ufahamu wake. Manoti anakueleza kuwa ana wake watatu na wote anawatunza ipasavyo. Hata hivyo aliyemuoa kihalali ni mmoja tu kati ya wale watatu. **Je, unakubaliana na tabia yake ama hukubaliani?**

#### **Kwa nini?**

- Kila kundi wjadili na kueleza sababu za maamuzi yao.
- Ongoza majadiliano ya sababu hizo ukisisitiza umuhimu wa utambuzi wa mambo kwa kila mtu binafsi na jinsi utambuzi wa mambo unavyotokana na mazingira ya mtu.
- Toa mhadhara juu ya nadharia ya utambuzi ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta. Jadili jinsi nadharia hii inavyohusiana na Ushauri Nasaha, Ushauri Nasaha wa mtu mmoja na Ushauri Nasaha wa kundi.

**Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)**

- Fanya tamati ya kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa kipindi.

## Kipindi 5 Nadharia za Ushauri Nasaha: Nadharia ya Utu (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza uwiano wa nadharia ya utu na vipengele vya Ushauri Nasaha
2. Kutumia vipengele vya nadharia ya utu kwenye Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-5.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-5.
- Soma kupata maarifa yanayohusu somo.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Nadharia ya utu (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya somo kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Waombe washiriki wakae katika makundi manne na kila kundi lijadili na kujibu swali lifitalo: Je Mshauri Nasaha anayo hali ya kubadili uamuzi wa mteja?

Kama ndiyo, kwa nini?

Kama hapana, kwa nini?

- Ruhusu kila kundi kueleza kazi yao.
- Waongoze washiriki kujadili jinsi ambavyo nadharia hii inavyohusika na Ushauri Nasaha, unashi wa mtu mmoja na Ushauri Nasaha wa kundi.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukieleza jinsi nadharia hii inavyotumika kwa unashi unaomtegemea mteja.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya tamati ya kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa kipindi.

## Kipindi 6 Stadi za Mawasiliano: Muhtasari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kufasili mawasiliano
2. Kuainisha aina za mawasiliano
3. Kueleza vipengele vya mawasiliano
4. Kueleza misingi ya mawasiliano kamilifu

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kipindi M3-6.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-6.
- Soma kupata maarifa ya somo.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Maana na aina ya mawasiliano (Dakika 15)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi manne. Waombe kila kundi wajipange na wajue mtu wa kwanza hadi wa mwisho. Waeleze kwamba utamwita mtu wa kwanza kutoka kila kundi na utamweleza kitu cha kufanya. Huyu wa kwanza atamnong'oneza wa pili maelekezo aliyopewa mara moja tu. Vivyo hivyo wa pili afanye kwa wa tatu hadi kumfikia mtu wa mwisho. Mtu wa mwisho atafanya kinachotakiwa katika maelekezo hayo bila kusaidiwa na wenzake.
- Maelekezo yanasema hivi "Chora meza ya mviringo. Juu ya meza kuna kikombe cha chai ambacho hakina kisahani chake. Kushoto kwa kikombe kuna sahani yenye biskuti na chini ya meza kuna paka"
- Omba kila kundi waoneshe kazi yao na uwaongoze washiriki kuona tofauti zilizojitokeza. Sisitiza kuwa ukweli kwamba kila mtu ni tofauti na mwenzake unachangia katika kuwepo tofauti hizo.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukieleza maana na aina za mawasiliano.

#### Hatua 2: Mawasiliano kamilifu (Dakika 40)

- Wagawe washiriki katika makundi manne na wjadili maana na misingi ya mawasiliano kamilifu.
- Kila kundi wawasilishe kazi yao na uongoze majadiliano ya kila kundi.
- Hitimisha ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kueleza maana na misingi ya mawasiliano kamilifu.

**Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Fanya tamati ya somo kwa maswali na majibu ukisisitiza misingi ya mawasiliano kamilifu.



## Kipindi 7 Stadi za Mawasiliano: Mawasiliano Kamilifu (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili vikwazo na madaraja katika mawasiliano
2. Kuainisha stadi za mawasiliano kamilifu

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kipindi M3-7.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-7.
- Soma kwa ajili ya uelewa ukilinganisha na hatua za uwezesaji.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Vikwazo katika mawasiliano (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Waombe washiriki wakae wawili wawili na wakubaliane kuwa mmoja atakuwa msemaji na mwingine atakuwa msikilizaji.
- Wakishakubaliana wote waite wasikilizaji nje ili uwape maelekezo ya jinsi ya kusikiliza. Waeleze kuwa wenzao watakapoanza kueleza, wao wasikilize kwa makini sana kwa muda wa dakika moja hadi mbili. Baada ya muda huo wamechoka kusikiliza na waoneshe dalili zote za kuonekana kuwa hawasikilizi.
- Zoezi litakapokuwa limeendelea kwa muda wa dakika kama tatu hadi nne waambie kuwa imetosha na waachie hapo. Waombe waliokuwa waelezaji kueleza hisia zao katika zoezi zima.
- Waongoze washiriki kujadili yaliyotokea ukilinganisha na vikwazo katika mawasiliano.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundisha kwa kompyuta yaliyopo. Tamati yako ihusishe stadi za mawasiliano (kuuliza maswali, kujibu, kusikiliza, kufasili lugha ya mwili).
- Sisitiza umuhimu wa Mshauri Nasaha kutumia utaratibu wa ukaaji bora wakati wa kipindi cha Ushauri Nasaha.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kutafuta uelewa wa mada.

## Kipindi 8 Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Muhtasari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya Ushauri Nasaha
2. Kufasiri dhana za malezi, ushauri na elimu ya afya
3. Kueleza umuhimu wa Ushauri Nasaha kwa wateja
4. Kuainisha aina za Ushauri Nasaha
5. Kutofautisha kati ya Ushauri Nasaha na elimu ya afya

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya somo

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Istilahi za Ushauri Nasaha (Dakika 115)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki kwenye mazoezi ya kipindi.
- Waombe washiriki wagawanyike makundi manne na kila kundi lito tafsiri ya malezi, Ushauri Nasaha na elimu ya afya.
- Omba kila kundi liwasilishe kazi yao na uongoze majadiliano ya yale yaliyojitokeza.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukitoa tafsiri ya malezi, Ushauri Nasaha na elimu ya afya. Eleza kwa kinaganaga aina za Ushauri Nasaha na tofauti kati ya Ushauri Nasaha na elimu ya afya.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Kamilisha kipindi kwa maswali na majibu.

## Kipindi 9 Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha(KUHU) na Protokali za Ushauri Nasaha (60min)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha (KUHU) na Protokali za Ushauri Nasaha
2. Kuoanisha kiwango cha utoaji huduma za upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha na protokali za Ushauri Nasaha na huduma za Ushauri Nasaha wa VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha pamoja na Protokali za Ushauri Nasaha

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya somo
- Nakala za Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha
- Nakala za protokali za Ushauri Nasaha

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha (Dakika 25)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki kwenye mazoezi ya kipindi.
- Gawanya nakala za .Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha na uwaruhusu washiriki wazisome kwa muda wa dakika kumi
- Mwombe kila mshiriki kuorodhesha mambo mawili amabyo ameyaona ni ya msingi katika Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha
- Yaorodheshe yote kwenye bangokitita na uwaongoze kujadili jinsi yanavyoongoza utoaji wa huduma za upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha
- Hitimisha majadiliano kwa kuwaonesha umuhimu wa kufuata Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha

#### Hatua 2: Protokali za Ushauri Nasaha ( Dakika 30)

- Wagawie washiriki protokali za Ushauri Nasaha na uwaombe wazisome kwa muda wa dakika kumi. Mwombe kila mshiriki kuorodhesha mambo mawili amabyo ameyaona ni ya msingi katika Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha

- Yaorodheshe yote kwenye bangokitita na uwaongoze kujadili jinsi protokali za Ushauri Nasaha zinavyoweza kuwaongoza katika kazi zao za kila siku
- Hitimisha majadiliano kwa kuwaonesha umuhimu wa kutumia protokali za Ushauri Nasaha

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya muhtasari wa somo kwa kutumia maswali na majibu ili kutathmini uelewa

## Kipindi 10 Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Mbinu Kuu za Ushauri Nasaha (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutambua mbinu kuu nne za Ushauri Nasaha
2. Kutumia mbinu kuu katika Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-9.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-9.
- Soma kujiongezea maarifa.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Hatua kuu za Ushauri Nasaha (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Eleza mbinu nne kuu katika Ushauri Nasaha.
- Onesha matumizi ya mbinu hizi kuu (kujenga uhusiano; uchunguzi; uelewa; na kupanga utekelezaji).
- Waandae washiriki wafanye igizo dhima la mbinu kuu za Ushauri Nasaha.
- Jadili masuala yanayojitokeza na utoe muhtasari wa mbinu kuu.
- Hitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukisisitiza mbinu kuu nne na jinsi zinavyotumika.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Hitimisha kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 11 Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Mbinu Saidizi katika Ushauri Nasaha (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutambua mbinu saidizi katika Ushauri Nasaha
2. Kutumia mbinu saidizi katika Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-10.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-10.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Mbinu saidizi katika Ushauri Nasaha (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki kwenye shughuli za kipindi.
- Waeleze washiriki mbinu saidizi katika Ushauri Nasaha.
- Onesha jinsi mbinu saidizi zinavyotumika katika Ushauri Nasaha.
- Waandae washiriki wafanye igizo dhima la mbinu saidizi katika Ushauri Nasaha.
- Jadili masuala yanayojitokeza na kisha hitimisha.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukisisitiza jinsi mbinu saidizi zinavyotumika katika Ushauri Nasaha.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya tamati ya kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa mada.
- Wahimize washiriki kuendelea kufanya maigizo dhima ya mbinu saidizi katika Ushauri Nasaha.
- Ongoza mjadala wa yanayojitokeza kwenye maigizo dhima.

## Kipindi 12 Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Vikwazo katika Ushauri Nasaha (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuainisha vikwazo katika Ushauri Nasaha
2. Kutumia mikakati muafaka ya kushinda vikwazo katika Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-11.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-11.
- Soma nadharia, mchakato na taratibu za Ushauri Nasaha.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kukataa kutoa ushirikiano katika Ushauri Nasaha (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Waombe washiriki wakae katika makundi matatu. Wape kila kundi kisa mkasa ili wakichambue na kueleza kwa nini hicho kipindi cha Ushauri Nasaha hakikuendalea.
  - o Kundi la kwanza: Kisa mkasa cha ukinzani
  - o Kundi la pili: Kisa mkasa cha mteja kuhamishia hisia kwa Mshauri Nasaha
  - o Kundi la tatu: Kisa mkasa cha Mshauri Nasaha kuhamishia hisia kwa mteja
- Ongoza kila kundi kuwasilisha kazi yao wakati ukiruhusu washiriki wengine kutoa maoni yao.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukiainisha vikwazo waziwazi, ambavyo ni mteja kukataa kutoa ushirikiano, mteja kuhamishia hisia kwa mnashi na Mshauri Nasaha kuhamishia hisia kwa mteja.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Hitimisha kwa maswali na majibu.

## Kipindi 13 Sifa za Mshauri Nasaha Bora (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya Mshauri Nasaha
2. Kuainisha sifa za mnsihi bora
3. Kueleza amali na tabia za Mshauri Nasaha bora

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-13.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-13.
- Soma kupata maarifa husika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Mshauri Nasaha bora (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi ili wjadili na kuainisha sifa na tabia za Mshauri Nasaha bora.
- Sisitiza kuwa waainishe sifa na tabia nyingi iwezekanavyo.
- Pitia orodha yao na kuongeza ambayo hawatakuwa wameiorodhesha.
- Waombe washiriki wakae katika makundi madogo madogo ili kujadili hizo sifa na tabia. Wakumbushe kuwa tofauti wanazoziona zinatokana na kutofautiana katika amali zao.
- Hitimisha somo kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya hitimisho la somo kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa mada.



## Kipindi 14 Wajibu wa Mshauri Nasaha Bora (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuainisha wajibu wa Mshauri Nasaha bora
2. Kueleza athari ya amali na tabia ya Mshauri Nasaha kwa mteja

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-14.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-14.
- Uelewa mzuri wa amali na tabia za Mshauri Nasaha bora.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Wajibu wa Mshauri Nasaha (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki kwenye shughuli za kipindi.
- Anzisha bungua bongo juu ya wajibu wa Mshauri Nasaha.
- Andika majibu yote kwenye bangokitita bila kuyafanyia uhariri wowote.
- Waongoze washiriki kuyapanga majibu katika makundi ya yale yanayofanana.
- Waombe washiriki wapange wajibu wa Mshauri Nasaha kwa kulingana na umuhimu na waoneshe jinsi gani amali na tabia yao inaweza kumwathiri mteja.
- Toa muhtasari wa kipindi kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta uliyo nayo.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Hitimisha kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 15 Ushauri Nasaha: Stadi za Kusikiliza na Kuuliza (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutumia mbinu za kusikiliza na kuuliza katika Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta. Zana za kuonesha video, mkanda wa video uitwao "Counselling an Individual"

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-15.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta kipindi M3-15.
- Andaa maudhui ya maigizo dhima.
- Andaa zana za kutumia kwenye maigizo dhima kama zinahitajika.
- Hakikisha zana za kuonesha video zinafanya kazi.
- Tumia sura ya pili ya video inayoonesha kusikiliza kwa Mshauri Nasaha.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Utangulizi (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Toa mhadhara mfupi kuhusu mbinu za kusikiliza na kuuliza ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi.

#### Hatua 2: Stadi za kusikiliza (Dakika 10)

- Waambie washiriki kuwa wataangalia video ya kipindi cha kutoa Ushauri Nasaha. Kila mmoja aangalie kwa makini jinsi stadi za kusikiliza zinavyotumika.
- Weka muda wa kujadili yaliyojitokeza kwenye video.
- Hitimisha majadiliano na ujibu maswali na kutoa ufafanuzi.

#### Hatua 3: Kutumia stadi za kusikiliza (Dakika 25)

- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji, na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Waarifu yanayotakiwa kuonekana katika igizo dhima.
- Yanayotakiwa kuonekana ni:

- o Kutumia stadi za kusikiliza
  - o Kutumia stadi za kuuliza
- Simamia igizo kwa makini na mwisho wa igizo ueleze kuwa wale waliokuwa kwenye igizo hawana wajibu huo tena, ili kuwaondolea usumbufu.
- Waongoze washiriki kujadili igizo na kuchambua kama yaliyotakiwa yameonekana na kuonesha pa kuboresha.
- Hitimisha hatua hii kwa kutoa muhtasari wa yaliyojitokeza.

#### Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa.

## Kipindi 16 Ushauri Nasaha: Stadi za kutumia Ukimya (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutumia ukimya kama njia ya mawasiliano wakati wa Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-16.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-16.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Utangulizi (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Toa mhadhara mfupi juu kutafsiri ukimya ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi.

#### Hatua 2: Kutumia ukimya (Dakika 35)

- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Waarifu yanayotakiwa kuonekana katika igizo dhima.
- Yanayotakiwa kuonekana ni:
  - o Matumizi ya ukimya katika mawasiliano ya Ushauri Nasaha.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho wa igizo ueleze kuwa wale waliokuwa kwenye igizo hawana wajibu huo tena, ili kuwaondolea usumbufu.
- Waongoze washiriki kujadili igizo na kuchambua kama yaliyotakiwa yameonekana na kuonesha pa kuboresha.
- Hitimisha hatua hii kwa kutoa muhtasari wa yaliyojitokeza.

#### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 17 Ushauri Nasaha: Stadi za Kutumia Lugha ya Mwili (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutafsiri lugha ya mwili wakati wa Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta  
Zana za kuonesha video, mkanda wa video unaoitwa “ Ushauri juu ya UKIMWI sura ya 2”

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-17.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-17.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.
- Hakikisha zana za kuonesha video zinafanya kazi.
- Tumia kipande cha dakika tano za sura ya 2 ya video ambayo inaonesha matumizi ya lugha ya mwili wakati wa Ushauri Nasaha.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Utangulizi (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Toa mhadhara mfupi juu ya kutafsiri lugha ya mwili ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi.

#### Hatua 2: Lugha ya mwili (Dakika 10)

- Waambie washiriki kuwa wataangalia video ya kipindi cha kutoa Ushauri Nasaha. Kila mmoja aangalie kwa makini jinsi stadi za kutafsiri lugha ya mwili zinavyotumika.
- Weka muda wa kujadili yaliyojitokeza kwenye video.
- Hitimisha majadiliano na ujibu maswali na kutoa ufafanuzi.

#### Hatua 3: Kutafsiri lugha ya mwili (Dakika 25)

- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Waarifu yanayotakiwa kuonekana katika igizo dhima.
- Yanayotakiwa kuonekana ni:

- o Kutafsiri lugha ya mwili katika Ushauri Nasaha.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho wa igizo ueleze kuwa wale waliokuwa kwenye igizo hawana wajibu huo tena ili kuwaondolea usumbufu.
- Waongoze washiriki kujadili igizo na kuchambua kama yaliyotakiwa yameonekana na kuonesha pa kuboresha.
- Hitimisha hatua hii kwa kutoa muhtasari wa yaliyojitokeza.

#### Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 18 Ushauri Nasaha Kabla ya Kupimwa: Muhtasari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa
2. Kujenga uhusiano wa kuaminiwa na mteja
3. Kutathmini uelewa wa mteja juu ya VVU, UKIMWI, magonjwa ya ngono, Kufua Kikuu na dawa za kupunguza makali ya UKIMWI

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, zana za kuonesha video, mkanda wa video unaoitwa "Ushauri juu ya UKIMWI sura ya 3"

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-18.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-18.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.
- Hakikisha zana za kuonesha video zinafanya kazi.
- Tumia dakika 5 za sura ya tatu ya mkanda ambao unaonesha jinsi ya kujenga uhusiano wa kuaminiwa na mteja.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Hatua za Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Waambie washiriki kuwa wataangalia video ya kipindi cha kutoa Ushauri Nasaha unaoonesha hatua za kujenga uhusiano wa kuaminiwa na mteja. Kila mmoja aangelie kwa makini jinsi vipengele vya Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa vinavyotiririka.
- Weka muda wa kujadili yaliyojitokeza kwenye video.
- Hitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukieleza maana ya Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa na uoneshe hatua za kujenga uhusiano na kutathmini uelewa wa mteja.

#### Hatua 2: Kuchambua hatua za Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa (Dakika 35)

- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Waarifu yanayotakiwa kuonekana katika igizo dhima.
- Yanayotakiwa kuonekana ni:

- o Kujenga uhusiano
  - o Kutathmini uelewa.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho wa igizo ueleze kuwa wale waliokuwa kwenye igizo hawana wajibu huo tena ili kuwaondolea usumbufu.
- Waongoze washiriki kujadili igizo na kuchambua kama yaliyotakiwa yameonekana na kuonesha pa kuboresha.
- Hitimisha hatua hii kwa kutoa muhtasari wa yaliyojadiliwa.

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada.
- Tathmini ya igizo dhima pia itaongoza kupima uwezo uliopatikana.



## Kipindi 19 Ushauri Nasaha Kabla ya Kupimwa: Kuchambua Mienendo Hatarishi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza::

1. Kumsaidia mteja kuweza kuainisha mienendo hatarishi katika maambukizi ya VVU
2. Kumwezesha mteja kuoanisha mienendo hatarishi na maambukizi ya VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta.

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-19.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-19.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.

Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kuanza kipindi cha Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya somo kabla ya kuwaongoza washiriki kwenye mazoezi ya kipindi.
- Toa mhadhara juu ya Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.
- Mambo muhimu ya kujadili ni:
  - o Kujenga uhusiano bora
  - o Kutafuta sababu zilizomfanya mteja aje kupima
  - o Kutoa taarifa ya VVU na UKIMWI.
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi.

#### Hatua 2: Kutumia hatua za mwanzo za Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa (Dakika 25)

- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Waarifu yanayotakiwa kuonekana katika igizo dhima.
- Yanayotakiwa kuonekana ni:
  - o Kumsaidia mteja kuainisha tabia hatarishi
  - o Kumsaidia mteja kuoanisha tabia hatarishi na maambukizi ya VVU.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho wa igizo ueleze kuwa wale waliokuwa kwenye igizo hawana wajibu huo tena ili kuwaondolea usumbufu.
- Waongoze washiriki kujadili igizo na kuchambua kama yaliyotakiwa yameonekana na kuonesha pa

kuboresha.

- Hitimisha hatua hii kwa kutoa muhtasari wa yaliyojadiliwa.

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada.
- Tathmini ya igizo dhima pia itaongoza kupima uwezo uliopatikana.

## Kipindi 20 Ushauri Nasaha Kabla ya Kupimwa: Kuandaa Mpango wa Kupunguza Hatari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kumwezesha mteja kuandaa mpango wa kupunguza hatari
2. Kutathmini uwezo wa mteja kuhimili mpango aliochagua

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-20.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-20.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Mpango wa kupunguza hatari (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi.
- Kwa kutumia mhadhara shirikishi waongoze washiriki kupitia hatua za mpango wa kupunguza hatari na kuhimili mpango uliochaguliwa.
- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Waarifu yanayotakiwa kuonekana katika igizo dhima.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho wa igizo ueleze kuwa wale waliokuwa kwenye igizo hawana wajibu huo tena ili kuwaondolea usumbufu.
- Waongoze washiriki kujadili igizo na kuchambua kama yaliyotakiwa yameonekana na kuonesha pa kuboresha.
- Hitimisha hatua hii kwa kutoa muhtasari wa yaliyojadiliwa.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 21 Ushauri Nasaha Kabla ya Kupimwa: Majibu ya Vipimo vya VVU na Yanayoweza Kujitokeza (Dakika 60)

### Malengo

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili majibu mbalimbali ya vipimo vya VVU na mteja
2. Kujadili hisia za mteja ambazo zinaweza kujitokeza
3. Kujadili na mteja faida za kupima
4. Kupata ridhaa ya mteja ya kupima

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-21.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-21.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Majibu ya vipimo vya VVU (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kutoa mhadhara juu ya majibu ya vipimo na ridhaa ya kupima.
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi.
- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Waarifu yanayotakiwa kuonekana katika igizo dhima.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho wa igizo ueleze kuwa wale waliokuwa kwenye igizo hawana wajibu huo tena ili kuwaondolea usumbufu.
- Waongoze washiriki kujadili igizo na kuchambua kama yaliyotakiwa yameonekana na kuonesha pa kuboresha.
- Hitimisha hatua hii kwa kutoa muhtasari wa yaliyojadiliwa.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 20-21 Ushauri Nasaha Kabla ya Kupimwa: Maigizo Dhima (Dakika 120)

### Malengo

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutumia stadi za Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

Orodhesha maigizo dhima.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Maigizo dhima ya Ushauri Nasaha kabla ya kupima (115 min)

- Tambulisha igizo dhima na makusudi ya kulifanya.
- Waarifu wanaofanya igizo dhima wanachotakiwa kufanya na kinachotakiwa kuonekana.
- Waarifu washiriki wengine kuwa wanatakiwa kuangalia vipengele vya Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa vijitokeze.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho ueleze kuwa waliohusika hawana wajibu huo tena (Hii inasaidia kuondoa usumbufu baadaye).
- Vile vile unaweza kuandaa utaratibu wakupiga video ya maigizo hayo na kuyaangalia tena baadaye kwa nia ya kuyachambua.
- Waongoze washiriki kuchambua kama yaliyotakiwa yamejitokeza.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa.

## Kipindi 22 Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kutoa Majibu Hasi ya VVU (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya Ushauri Nasaha baada ya kupimwa
2. Kurejea ufahamu wa mteja kuhusu VVU na UKIMWI pamoja na maana ya majibu ya vipimo vya VVU
3. Kutoa majibu hasi ya vipimo vya VVU pamoja na kurejea umuhimu wa kipindi ficho

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-22.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-22.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Kutoa majibu hasi (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta, eleza maana ya Ushauri Nasaha baada ya kupimwa na ujadili hatua za kurejea ufahamu wa mteja kuhusu VVU na jinsi ya kutoa majibu hasi.
- Onesha jinsi ya kutumia hatua hizo na mshiriki mmoja akiwa kama mteja.

#### Hatua 2: Kutumia hatua za kutoa majibu hasi ya vipimo vya VVU (Dakika 35)

- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Tambulisha igizo dhima na makusudi ya kulifanya.
- Waarifu wanaofanya igizo dhima wanachotakiwa kufanya na kinachotakiwa kuonekana.
- Waarifu washiriki wengine kuwa wanatakiwa kuangalia vipengele vifuatavyo:
  - o Kurejea ufahamu wa mteja kuhusu VVU
  - o Kutoa majibu hasi.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho ueleze kuwa waliohusika hawana wajibu huo tena (Hii inasaidia kuondoa usumbufu baadaye).
- Vile vile unaweza kuandaa utaratibu wakupiga video ya maigizo hayo na kuyaangalia tena baadaye kwa nia ya kuyachambua.
- Waongoze washiriki kuchambua kama yaliyotakiwa yamejitokeza.

- Hitimisha hatua hii kwa kutoa muhtasari wa yaliyojadiliwa.

**Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa kipindi.

## Kipindi 23 Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kuendeleza Mikakati ya Kupunguza Hatari ya Maambukizi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kumwezesha mteja kuendeleza mkakati wa kupunguza hatari ya maambukizi
2. Kutoa rufaa husika kwa mteja

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-23.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-23.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.
- Andaa kisa mkasa.
- Andaa orodha ya masuala ya kuangalia kwa ajili ya washiriki.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Utangulizi (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta, eleza maana ya Ushauri Nasaha baada ya kupimwa na ujadili hatua za kumwezesha mteja kuendeleza mkakati wa kupunguza maambukizi.
- Onesha jinsi ya kutumia hatua hizo na mshiriki mmoja akiwa kama mteja.

#### Hatua 2: Kuendeleza mpango wa kupunguza hatari ya maambukizi (Dakika 35)

- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Tambulisha igizo dhima na makusudi ya kulifanya.
- Waarifu wanaofanya igizo dhima wanachotakiwa kufanya na kinachotakiwa kuonekana.
- Waarifu washiriki wengine kuwa wanatakiwa kuangalia vipengele vifuatavyo:
  - o Kurejea uelewa wa mteja wa VVU
  - o Kutoa majibu hasi
  - o Kuendeleza mpango wa kupunguza hatari ya maambukizi.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho ueleze kuwa waliohusika hawana wajibu huo tena (Hii inasaidia kuondoa usumbufu baadaye).
- Vile vile unaweza kuandaa utaratibu wakupiga video ya maigizo hayo na kuyaangalia tena baadaye



kwa nia ya kuyachambua.

- Waongoze washiriki kuchambua kama yaliyotakiwa yamejitokeza.
- Hitimisha hatua hii kwa muhtasari wa yaliyojadiliwa.

**Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 24 Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kutoa majibu chanya ya vipimo vya VVU (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kurejea ufahamu wa mteja kuhusu VVU na UKIMWI na maana ya majibu ya vipimo vya VVU
2. Kutoa majibu chanya ya vipimo vya VVU
3. Kujadili na mteja juu ya msaada wa kisaikolojia na kijamii kutoka kwa watu wanaomhusu

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, pamoja na fomu ya ridhaa ya mteja

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-24.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-24.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.
- Andaa kisa mkasa.
- Andaa orodha ya masuala ya kuangalia kwa ajili ya washiriki.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Utangulizi (Dakika 15)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta, eleza maana ya Ushauri Nasaha baada ya kupimwa na ujadili hatua za kurejea ufahamu wa mteja wa VVU na jinsi ya kutoa majibu chanya ya vipimo vya VVU.
- Onesha jinsi ya kutumia hatua hizo na mshiriki mmoja akiwa kama mteja.

#### Hatua 2: Hatua za mwanzo za kutoa majibu chanya ya vipimo vya VVU (Dakika 40)

- Waongoze washiriki kufanya maigizo dhima wakiwa watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji na baadaye wanabadilishana majukumu hayo.
- Tambulisha igizo dhima na makusudi ya kulifanya.
- Waarifu wanaofanya igizo dhima wanachotakiwa kufanya na kinachotakiwa kuonekana.
- Waarifu washiriki wengine kuwa wanatakiwa kuangalia vipengele vifuatavyo:
  - o Kurejea uelewa wa mteja wa VVU
  - o Kutoa majibu chanya.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho ueleze kuwa waliohusika hawana wajibu huo tena (Hii inasaidia

kuondoa usumbufu baadaye).

- Vile vile unaweza kuandaa utaratibu wa kupiga video ya maigizo hayo na kuyaangalia tena baadaye kwa nia ya kuyachambua.
- Waongoze washiriki kuchambua kama yaliyotakiwa yamejitokeza.
- Onesha jinsi ya kujaza fomu ya ridhaa ya mteja ili kutoa taarifa zake kwa mtu mwingine.
- Hitimisha hatua hii kwa muhtasari wa yaliyojadiliwa

### **Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa.

## Kipindi 25 Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kumwarifu mwenzi hali ya maambukizi ya VVU(60min)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kumwezesha mteja kumwarifu mwenzi wake juu ya hali ya maambukizi ya VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, pamoja na fomu ya ridhaa ya mteja

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi .

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Kumwarifu mwenzi (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Eleza maana ya kumwarifu mwenzi na ujadili faida za kumwarifu mwenzi ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta
- Onesha utaratibu wa kumwarifu mwenzi ukiwa na mshiriki mmoja kama mteja

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya tathmini kwa kutumia maswali na majibu

## Kipindi 26 Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Ushauri Nasaha Saidizi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili na mteja faida za kupata matibabu mapema na kupata lishe bora
2. Kujadili na mteja rufaa zilizopo
3. Kutoa rufaa inayohitajika kwa mteja

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-25.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-25.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.
- Andaa kisa mkasa.
- Andaa orodha ya masuala ya kuangalia kwa ajili ya washiriki.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Utangulizi (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta, eleza maana ya ushauri nasaha saidizi na njinsi ya kurejea ufahamu wa mteja wa VVU na mpango wa kupunguza hatari.
- Onesha jinsi ya kutumia hatua hizo na mshiriki mmoja akiwa kama mteja.

#### Hatua 2: Uzoefu wa WAVIU (Dakika 25)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Waombe washiriki wagawanyike katika makundi matano na kila kundi lijadili moja ya masuala haya hapa chini:
  - o Masuala ya kisaikolojia yanayoambatana na kupewa majibu chanya ya vipimo vya VVU
  - o Masuala ya kisaikolojia yanayoambatana na matumizi ya kondomu (kama vile kuingiza tekinolojia katika mapenzi, kumwarifu mwenzi, kupata na kununua kondomu)
  - o Masuala ya kisaikolojia yanayoambatana na kubadili mfumo wa maisha (kutumia dawa kwa maisha yote n.k.)
  - o Masuala ya kisaikolojia yanayotokana na unyanyapaa na kutengwa
  - o Masuala ya kisaikolojia yanayohusiana na huduma za afya (upatikanaji, maudhi ya dawa,

wajibu wa mwenzi na familia, kumwarifu mwenzi, kifo, kupoteza na majonzi, kuandaa wosia na urithi)

- Zungukia makundi yote ukiwaongoza ili kupata mchango ulio bora kwenye majadiliano yao.
- Omba makundi kuwasilisha matokeao ya kazi yao. Hakikisha masuala muhimu ya kisaikolojia yameeleweka wakati wa majadiliano.
- Hitimisha kwa kutoa muhtasari wa masuala yote ya kisaikolojia yanayowapata wanaoishi na VVU.

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 27 Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Maigizo Dhima (Dakika 120)

### Malengo

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutumia stadi za Ushauri Nasaha baada ya kupimwa

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Orodhesha mambo ya kuangalia kwenye maigizo dhima

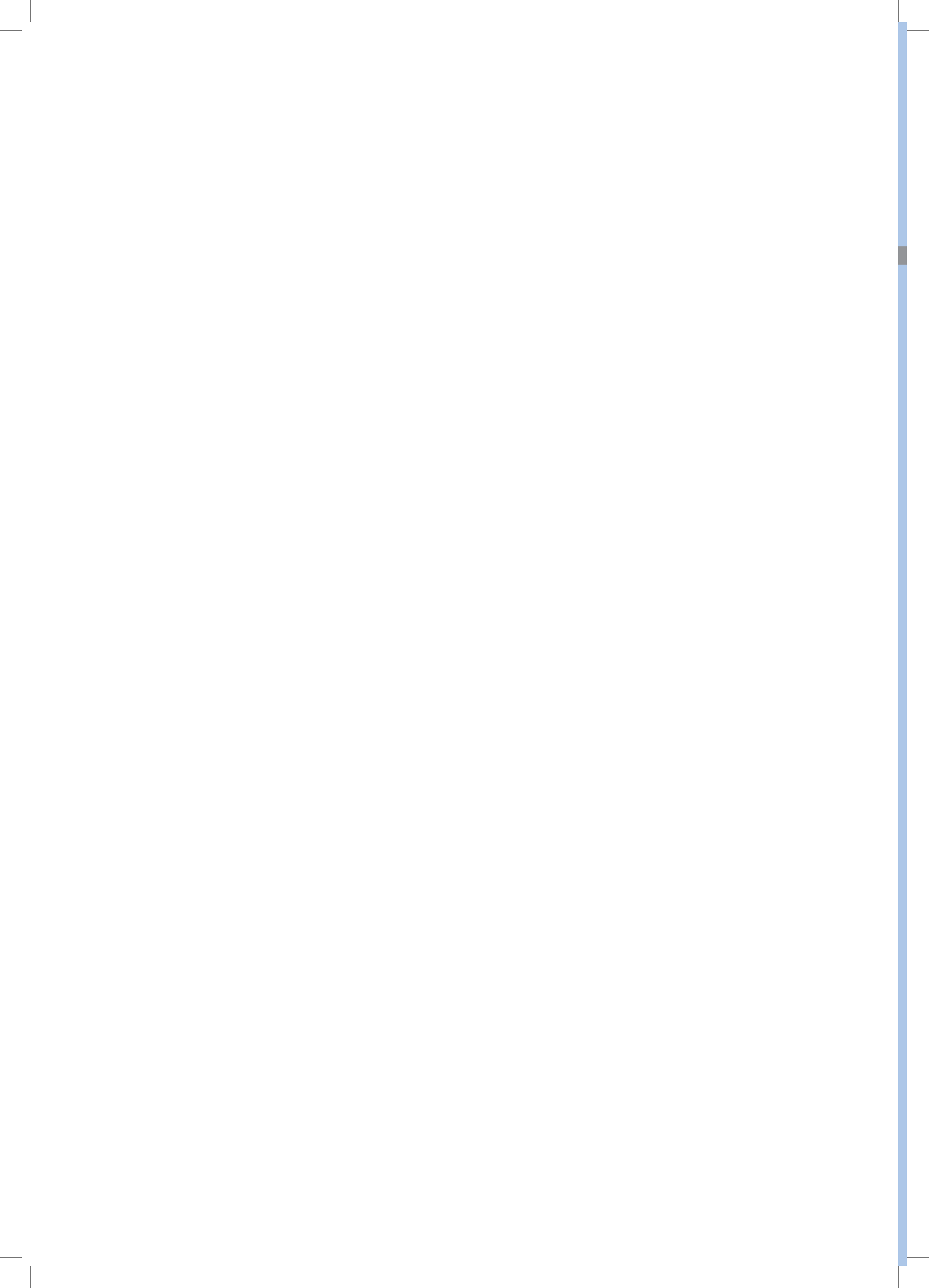
### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Maigizo dhima ya Ushauri Nasaha baada ya kupimwa (Dakika 115)

- Tambulisha igizo dhima na makusudi ya kulifanya.
- Waarifu wanaofanya igizo dhima wanachotakiwa kufanya na kinachotakiwa kuonekana.
- Waarifu washiriki wengine kuwa wanatakiwa kuangalia vipengele vya Ushauri Nasaha baada ya kupimwa vijitokeze (majibu hasi na majibu chanya).
- Simamia igizo kwa makini na mwisho ueleze kuwa waliohusika hawana wajibu huo tena. Hii inasaidia kuondoa usumbufu baadaye.
- Vile vile unaweza kuandaa utaratibu wa kupiga video ya maigizo hayo na kuyaangalia tena baadaye kwa nia ya kuyachambua.
- Waongoze washiriki kuchambua kama yaliyotakiwa yamejitokeza.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tathmini ya maigizo dhima itaonesha stadi zilivyojengeka.





# MODULI

# 4

## Ushauri Nasaha kwa Makundi na Hali Maalumu

### Muhtasari

Madhumuni ya vipindi vya moduli hii ni kuwapa washiriki stadi maalumu za Ushauri Nasaha ambazo zitawawezesha kutoa Ushauri Nasaha kwa makundi ya wateja yenye mahitaji ya kipekee. Vipindi hivi vitawawezesha kujadili na kutoa Ushauri Nasaha kwa makundi yenye mahitaji ya pekee kama wenzi na familia. Wengine ni watoto, wazazi wa watoto wanaoishi na virusi vya UKIMWI, mama wajawazito, watu wenye upeo wa mgogoro na wenye majonzi. Baada ya kukamilisha moduli hii, washiriki watakuwa na maarifa, stadi na tabia ya kuweza kuwasaidia wateja kupata njia za kuhimili hali mbalimbali pamoja na kuwapa uwezo wa kuandaa mpango wa kupata misaada na rufaa kutoka kwenye huduma zilizopo. Njia inayotumika ya kuwafanya washiriki wachambue uzoefu wao na hisia zao huwawezesha kujua na kutambua njia za kuhimili zinazowezekana na zisizowezekana. Washiriki pia wanawezeshwa kutambua uwezo wao na kile wasichokiweza katika kuwahudumia hawa wenye mahitaji ya pekee. Moduli hii itaangalia Ushauri Nasaha kwa wenzi, Ushauri Nasaha kwa familia, Ushauri Nasaha kwa vijana, Ushauri Nasaha kwa watoto, Ushauri Nasaha kwa mama wajawazito, Ushauri Nasaha kwa wenye upeo wa mgogoro, kupotelewa majonzi na makiwa.

Moduli itakuwa na vipindi vifuatavyo:

<i>Kipindi 1</i>	<i>Ushauri Nasaha kwa Wenzi</i>
<i>Kipindi 2</i>	<i>Wajibu wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari katika Ushauri Nasaha kwa Wenzi</i>
<i>Kipindi 3</i>	<i>Ushauri Nasaha kwa Familia</i>
<i>Kipindi 4</i>	<i>Msaada wa Kisaikolojia na Kijamii katika Ushauri Nasaha kwa Familia</i>
<i>Kipindi 5</i>	<i>Stadi za Ushauri Nasaha kwa Vijana</i>
<i>Kipindi 6</i>	<i>Vipengele Vinavyoimarisha Ushauri Nasaha kwa Vijana</i>
<i>Kipindi 7</i>	<i>Muhtasari wa Ushauri Nasaha kwa Watoto na Masuala yake ya Kisheria</i>
<i>Kipindi 8</i>	<i>Stadi za Ushauri Nasaha kwa Watoto</i>
<i>Kipindi 9</i>	<i>Kuwahudumia Watu Wenye Ulemavu Katika Mtazamo wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU</i>
<i>Kipindi 10</i>	<i>Mbinu za Ushauri Nasaha kwa Makundi Yaliyo Katika Hatari ya Maambukizi ya VVU</i>
<i>Kipindi 11</i>	<i>Ushauri Nasaha wakati wa Upeo wa Mgogoro</i>
<i>Kipindi 12</i>	<i>Ushauri Nasaha wa Kupotelewa, Majonzi na Makiwa</i>
<i>Kipindi 13</i>	<i>Kumsaidia Mteja na Anayemhusu Kuhimili Kupotelewa</i>

## Kipindi 1 Ushauri Nasaha kwa Wenzi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya 'wenzi'
2. Kuainisha aina za wenzi
3. Kueleza umuhimu wa Ushauri Nasaha kwa wenzi
4. Kueleza mchango wa mila katika Ushauri Nasaha kwa wenzi.
5. Kuonesha stadi za ushauri kwa wenzi

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-1.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-1.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Maana (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu. Waombe kundi la kwanza watoe maana ya "Ushauri Nasaha kwa wenzi," na waorodheshe masuala ya kijinsia yanayokuwa kikwazo kwenye Ushauri Nasaha kwa wenzi. Waombe kundi la pili waorodheshe sababu za umuhimu wa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa wenzi; na kundi la tatu waorodheshe faida za Ushauri Nasaha kwa wenzi. Zoezi hili lifanyike kwa dakika kumi.
- Wahusishe washiriki wote katika mjadala wa mrejesho wa makundi.
- Hitimisha yaliyojitokeza kwenye majadiliano.

#### Hatua 2: Umuhimu wa Ushauri Nasaha kwa wenzi (Dakika 10)

- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kuhitimisha majadiliano ukieleza maana, umuhimu na faida za Ushauri Nasaha kwa wenzi. Pia eleza masuala ya kijinsia yanayohusiana na Ushauri Nasaha kwa wenzi.

#### Hatua 3: Mchango wa mila katika Ushauri Nasaha kwa wenzi (Dakika 15)

- Waombe washiriki wawili wafanye igizo dhima linaloonesha mchango wa mila katika Ushauri Nasaha kwa wenzi. Kwa mfano, masuala ya kijinsia yanaweza kumfanya mmoja wa wenzi kuwa msemaji

pekee wakati wa kipindi cha Ushauri Nasaha hivyo kuwa kikwazo katika kutoa Ushauri Nasaha kwa wote.

- Waeleze waliojitolea maudhui ya igizo dhima na kinachotakiwa kuonekana.
- Washiriki wengine waandike yale yote wanayoona yanajitokeza. Igizo dhima na majadiliano vitumie dakika 10.
- Hitimisha kwa kuisitiza kuwa katika Ushauri Nasaha kwa wenzi ni lazima wote wahusike kikamilifu ili kufikia uamuzi wa pamoja na kuwa na mpango mmoja wa kupunguza hatari. Hitimisho hili lichukue dakika 5.

#### **Hatua 4: Stadi za Ushauri Nasaha kwa wenzi (Dakika 10)**

- Toa mhadhara shirikishi ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta juu ya stadi za Ushauri Nasaha kwa wenzi.
- Waombe washiriki wanaojitolea wafanye igizo dhima la Ushauri Nasaha kwa wenzi. Maudhui ya igizo dhima yaoneshe jinsi wenzi wote wanavyoshirikiana kikamilifu katika majadiliano na mwisho kufikia uamuzi wa pamoja katika kipindi cha Ushauri Nasaha kwa wenzi.
- Tumia muda wa dakika 5 kuhitimisha majadiliano ukisisitiza umuhimu wa wenzi wote kushiriki kikamilifu ili kufikia uamuzi wa pamoja katika mpango wa kupunguza hatari ya maambukizi.

#### **Hatua 5: Tathmini (Dakika 5)**

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 2 Wajibu wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari katika Ushauri Nasaha kwa Wenzi (Dakika 120)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza wajibu wa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika kuzuia maambukizi ya VVU kwa wenzi
2. Kueleza wajibu wa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika kumwarifu mwenzi hali ya maambukizi ya VVU
3. Kutumia stadi za Ushauri Nasaha kwa wenzi.

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-2.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-2.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Wajibu wa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika kuzia maambukizi (Dakika 40)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi manne ili wafanye mazoezi yafuatayo.
  - o Kundi la kwanza na la nne: Kuorodhesha wajibu wa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika kuzuia maambukizi ya VVU kwa wenzi;
  - o Kundi la pili na la tatu: Kuorodhesha wajibu wa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari katika kumwarifu mwenzi hali ya maambukizi ya VVU. Kazi hii itumie dakika 10.
- Kila kundi litumie dakika 5 kwa kuwasilisha na majadiliano.
- Tumia dakika 10 kuhitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukisisitiza haja ya wenzi kupata Ushauri Nasaha pamoja, kupima pamoja na kupokea majibu ya vipimo pamoja.

#### Hatua 2: Wajibu wa Ushauri Nasaha na kupima VVU kwa hiari katika kumwarifu mwenzi (Dakika 15)

- Mwombe mshiriki mmoja aje mbele na kusoma kwa sauti kisa mkasa cha wenzi waliokuwa na majibu pishani ya vipimo vya VVU na wakakataa kuarifiana mbele ya Mshauri Nasaha kwa kisingizio kuwa

watafanya hivyo wakifika nyumbani.

- Waulize washiriki maswali ambayo umeyaandaa mapema kuhusu kisa hicho.
- Ongoza majadiliano na uandike majibu, maoni na wasiwasi wa washiriki kwenye bangokitita.
- Hitimisha kwa kufafanua masuala yote yaliyojitokeza.
- Ruhusu maswali na uyajibu kabla ya kumaliza kipindi.

### **Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Rejea malengo ya kipindi na washiriki ukitoa ufafanuzi panapohitajika.

## Kipindi 3 Ushauri Nasaha kwa Familia (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya familia
2. Kueleza wajibu wa mila katika Ushauri Nasaha kwa familia
3. Kueleza wajibu wa familia katika kuzuia maambukizi ya VVU, kutoa matunzo, matibabu na misaada

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-3.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-3.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Familia (Dakika 15)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Waombe washiriki waeleze maana ya neno “familia” na uandike majibu yao kwenye bangokitita.
- Hakikisha washiriki wote wametoa mchango wao wakiainisha masuala ya familia ndogo na familia pana.
- Eleza jinsi ambavyo mila hufunga familia ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.
- Eleza kuwa desturi ni mambo ya mazoea ambayo watu wamekuwa wakifanya na wameyaamini kutoka kizazi kimoja hadi kingine.
- Waombe washiriki wajaadili desturi za kawaida katika familia za kiafrika.
- Hitimisha ukisisitiza haja ya Mshauri Nasaha kuelewa maisha ya familia ya mteja.

#### Hatua 2: Familia katika kuzuia maambukizi, matunzo na matibabu (Dakika 15)

- Waombe washiriki wakae wawili wawili na wajaadili:
  - o Wajibu wa familia katika kuzuia maambukizi, kutoa matunzo, matibabu na misaada.
- Wape kila kikundi nafasi ya kueleza waliyoadili.
- Wahusishe washiriki wote katika majadiliano.
- Toa muhtasari wa majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 3: Maamuzi ndani ya familia (Dakika 25)

- Waombe washiriki wanaojitolea wafanye igizo dhima kuhusu familia. Igizo lioneshe mamlaka ya

maamuzi yaliko, uhuru wa kujieleza kama upo na kujadili pamoja ili kufikia maamuzi ya masuala ya familia.

- Tambulisha igizo dhima na uweeze washiriki wa igizo wanachotakiwa kufanya.
- Waeze mambo ambayo yanategemewa kujitokeza.
- Washiriki wengine waangalie na kuchunguza masuala ya maamuzi, uhuru wa kujieleza jinsi ya kufikia maamuzi ya pamoja kwenye familia.
- Simamia igizo kwa makini na mwisho ueze kuwa waliohusika hawana wajibu huo tena. Hii inasaidia kuondoa usumbufu baadaye.
- Waongoze washiriki kuchambua kama yaliyotakiwa yamejitokeza.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 4 Msaada wa Kisaikolojia na Kijamii katika Ushauri Nasaha kwa Familia (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza mjibizo wa kisaikolojia na kijamii wa wanaoishi na VVU na wlio karibu nao
2. Kusaidia wanafamilia kutoa matunzo na msaada kwa wanafamilia wanaoishi na VVU na wanougua UKIMWI

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-4.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-4.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Kuisaidia familia katika mjibizo wa kisaikolojia na kijamii (Dakika 15)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi manne ili wafanya kazi ifuatayo kwa dakika 5:
  - o Kundi la kwanza na la tatu: Kuorodhesha mjibizo wa kisaikolojia wa wanaoishi na VVU na walio karibu nao.
  - o Kundi la pili na la nne: Kuorodhesha mikakati ya kuwasidia wanafamilia waweze kutoa matunzo na msaada kwa wanafamilia wanoishi na VVU.
- Kila kundi liwasilishe kazi yao.
- Baada ya kila kundi kuwasilisha ongoza majadiliano kuhusu yaliyojitokeza.
- Hitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 2: Mikakati ya kusaidia familia (Dakika 15)

- Toa mhadhara juu ya mjibizo wa kisaikolojia na kijamii na mikakati ya kusaidia familia iweze kutoa matunzo na msaada kwa wanafamilia wanaoishi na VVU na wanougua UKIMWI.
- Hakikisha washiriki wanaelewa kuwa “ Nafsi inahusika na akili na roho wakati jamii inahusika na mahusiano kati ya watu na watu ndani ya jamii; na mjibizo ni mwitikio kwa lile lililotokea.” Hii inawezesha kueleza hii mada kwa urahisi.
  - o Mfano wa mjibizo wa kijamii: Mwanafamilia mmoja anapata maambukizi ya VVU– Uhusiano wake na wengine unakuwa siyo mzuri; masuala ya unyanyapaa yanajitokeza; Mwanafamilia aliyepata maambukizi anakuwa na hasira na woga na hata chuki.



- Hakikisha unawahusisha washiriki katika kujadili mikakati ya kupunguza mjibizo wa kisaikolojia na kijamii kwa wanaoishi na VVU na walio karibu nao ili kutoa matunzo na msaada kwa wanaoishi na VVU.

### Hatua 3: Mitazamo ya unyanyapaa kwa familia (Dakika 25)

- Waombe washiriki wanaojitolea wafanye igizo dhima la wazi kuhusu mjibizo wa kisaikolojia na kijamii.
  - o Hakikisha mjibizo wa kisaikolojia na kijamii unajitokeza kwenye igizo dhima. Kwa mfano aliyepata maambukizi ya VVU anatengwa na familia kwa kuamini kuwa ameyapata hayo kwa kuwa ana tabia mbaya. Wanafamilia wengine wanaonekana kwenye jamii kama waenezaji wa VVU kila wanapokwenda. Igizo dhima lioneshe umuhimu wa Mshauri Nasaha kutembelea familia ya anayeishi na VVU na kuwapa Ushauri Nasaha familia yote.
- Tambulisha igizo dhima na makusudi ya kulifanya.
- Waarifu wanaofanya igizo dhima wanachotakiwa kufanya na kinachotakiwa kuonekana.
- Ruhusu igizo lianze na ulisimamie kwa karibu.
- Mwisho ueleze kuwa waliohusika hawana wajibu huo tena. Hii inasaidia kuondoa usumbufu baadaye.
- Waongoze washiriki kujadili yaliyojitokeza kwenye igizo dhima.
- Hitimisha kipindi kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

### Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 5 Stadi za Ushauri Nasaha kwa Vijana (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya vijana na wabalehe
2. Kuainisha sababu za kuwalenga vijana katika masuala ya maambukizi ya VVU
3. Kueleza mahitaji ya kufanyika ili huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari iweze kuwanufaisha vijana
4. Kuainisha mikakati ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari ambayo itapunguza maambukizi ya VVU kwa vijana
5. Kuainisha changamoto za Ushauri Nasaha kwa vijana

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-5.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-5.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Utangulizi (Dakika 15)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi manne.
  - o Kundi la kwanza watoe maana ya vijana na wabalehe.
  - o Kundi la pili waorodheshe sababu za kuwalenga vijana katika masuala ya maambukizi ya VVU.
  - o Kundi la tatu liorodheshe mikakati ya kupunguza maambukizi ya VVU kwa vijana.
  - o Kundi la nne liorodheshe changamoto za Ushauri Nasaha kwa vijana.
- Ruhusu makundi kuwasilisha kazi zao.
- Ongoza majadiliano ya kazi hizo baada ya makundi yote kuwasilisha.
- Hitimisha majadiliano hayo kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 2: Stadi za Ushauri Nasaha kwa vijana (Dakika 30)

- Waombe wanaojitolea kufanya igizo dhima waje mbele.
- Tambulisha igizo na kinachotakiwa kufanyika.
- Waeleze waigizaji kinachotakiwa kuonekana katika igizo dhima.
- Waruhusu waanze huku wewe na washiriki wengine mkichunguza kwa makini kinachoendelea.

Mwisho wa igizo eleza kuwa sasa waliokuwa wanacheza nafasi mbalimbali kwenye igizo hawana wajibu wala nafasi hizo tena. Hii husaidia kuondoa usumbufu wa kupatiwa majina bandia hapo baadaye.

- Ongoza washiriki kujadili yaliyojitokeza kwenye igizo dhima.
- Hitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta. Ruhusu maswali yanayotokana na majadiliano na utoe ufafanuzi.

### Hatua 3: Vijana na Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari (Dakika 15)

- Toa mhadhara shirikishi kuzungumzia haja ya kufanya huduma ziwanufaishe vijana na mikakati ya kupunguza maambukizi kwa vijana.
- Masuala yafuatayo yajitokeze kwenye mhadhara huo:
  - o Vijana na wabalehe ni nani?
  - o Mabadiliko yao ya kisaikolojia
  - o Mabadiliko ya mihemko yao
  - o Mawasiliano na vijana
  - o Mtazamo wa vijana wa lugha
  - o Tabia tofauti walizo nazo
  - o Sababu za kuwalenga vijana
  - o Nafasi za huduma za Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari zinazowafaa vijana zilizopo.
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi.

### Hatua 4: Chanagamoto za Ushauri Nasaha kwa vijana (Dakika 5)

- Ongoza bungua bongo juu ya changamoto za Ushauri Nasaha kwa vijana.
- Andika changamoto hizo kwenye bangokitita.
- Ongoza washiriki kujadili changamoto hizo.
- Toa mhadhara shirikishi.
- Hitimisha majadiliano.

### Hatua 5: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa.

## Kipindi 6 Vipengele Vinavyoimarisha Ushauri Nasaha kwa Vijana (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza stadi na tabia zinazoimarisha mawasiliano mazuri na vijana
2. Kuainisha vipengele vya huduma rafiki kwa vijana

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-6.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-6.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Utangulizi (Dakika 15)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Rejea kipindi kilichopita kwa muda mfupi ili kuwakumbusha washiriki.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kutoa mhadhara shirikishi kueleza stadi na tabia zinazoimarisha mawasiliano mazuri na vijana.

#### Hatua 2: Masuala ya vijana (Dakika 20)

- Wagawe washiriki katika makundi manne wjadili yafuatayo:
  - o Kuainisha masuala ya huduma kwa vijana
  - o Masuala ya kisaikolojia ya vijana
  - o Kinachowafanya vijana na wabalehe kutafuta Ushauri Nasaha wa VVU
  - o Mahitaji ya huduma rafiki kwa vijana.
- Kila kundi liwasilishe kazi yao kwa majadiliano.
- Hitimisha majadiliano ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 3: Kuwasiliana na vijana (Dakika 20)

- Waombe washiriki wawili wanaojitolea kufanya igizo dhima waje mbele.
- Tambulisha igizo dhima na kinachotakiwa kufanyika.
- Waeleze wanaofanya igizo dhima kinachotakiwa kujitokeza. Kwa mfano, mmoja anakuwa Mshauri Nasaha mwenye stadi nzuri za kuwasiliana na vijana. Mwingine anakuwa mteja kijana anayehitaji

Ushauri Nasaha wa VVU.

- Waruhusu waanze huku washiriki wengine wakichunguza kwa makini kinachoendelea. Mwisho wa igizo eleza kuwa sasa waliokuwa wanacheza nafasi mbalimbali kwenye igizo hawana wajibu wala nafasi hizo tena. Hii husaidia kuondoa usumbufu wa kupatiwa majina bandia hapo baadaye.
- Ongoza washiriki kujadili yaliyojitokeza kwenye igizo dhima.
- Hitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta. Ruhusu maswali yanayotokana na majadiliano na utoe ufafanuzi.

#### Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kurejea kwenye malengo ya kipindi na utoe ufafanuzi pale panapostahili.

## Kipindi 7 Muhtasari wa Ushauri Nasaha kwa Watoto na Masuala yake ya Kisheria (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya mtoto, umri wa kisheria wa kutoa ridhaa
2. Kuorodhesha haki za mtoto
3. Kueleza haja ya kuelekeza huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari kwenye mahitaji halisi ya watoto
4. Kueleza sababu za kuwalenga watoto katika Ushauri Nasaha wa VVU na UKIMWI
5. Kuainisha masuala yanayohusu umri wa kisheria wa kutoa ridhaa

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-7.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-7.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Ufafanuzi (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi manne:
  - o Kundi la kwanza lifafanue neno “mtoto.”
  - o Kundi la pili lifafanue “umri wa kisheria wa kutoa ridhaa, na kuorodhesha masuala yanayohusika”.
  - o Kundi la tatu liorodheshe haki za watoto.
  - o Kundi la nne liorodheshe sababu za kuwalenga watoto.
- Ruhusu makundi yote kuwasilisha kazi zao.
- Wakati wa majadiliano andika masuala yote yanayojitokeza.
- Hitimisha majadiliano ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta. Toa ufafanuzi zaidi panapostahili.

#### Hatua 2: Ushauri Nasaha kwa watoto (Dakika 25)

- Kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta, toa mhadhara shirikishi kuhusu haja ya kuelekeza huduma za Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari kwenye mahitaji halisi ya watoto.
- Kumbuka kufafanua dhana muhimu kama mtoto, umri wa kisheria wa kutoa ridhaa na haki za

watoto.

- Eleza kwa ufasaha kwa nini ipo haja ya kuwalenga watoto katika Ushauri Nasaha wa VVU.
- Ruhusu muda wa majadiliano.
- Kumbuka, "Ushauri Nasaha kwa watoto ni kitu kigeni katika taratibu zetu." Kwa hiyo washiriki wanapaswa kujua mahitaji ya watoto, jinsi watoto wanavyoishi, na mambo ambayo watoto wanapenda ama hawapendi.
- Katika maelezo yote haya kumbuka kuwahusisha washiriki wote.

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kurejea kwenye malengo ya kipindi na utoe ufafanuzi panapohitajika.

## Kipindi 8 Stadi za Ushauri Nasaha kwa Watoto (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza stadi na tabia zinazoimarisha mawasiliano mazuri na watoto
2. Kujadili mikakati ya kuwasaidia wazazi kujua hali ya maambukizi ya VVU ya watoto wao
3. Kuwasidia wazazi kuhimili mihemuko ya kuwa na watoto wanaoishi na VVU
4. Kueleza mawasiliano kamilifu kwa watoto wenye makiwa

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-8.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-8.
- Andaa maudhui ya igo dhima.
- Andaa zana za igo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Tabia zinazofaa katika Ushauri Nasaha kwa watoto (Dakika 15)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi ya watu watano watano.
- Waombe kila kundi waorodheshe tabia zinazofaa kwa kuwasiliana na watoto.
- Pia kila kundi liainishe mikakati ya kuwasaidia wazazi kuweza kujua kama watoto wao wana maambukizi ya VVU au la.
- Kila kundi liwasilishe kazi yao na uongoze majadiliano ya kazi hiyo.
- Hitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 2: Stadi za kuwasiliana na watoto (Dakika 20)

- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kutoa mhadhara shirikishi kuelezea juu ya stadi na tabia ambazo zinaimarisha mawasiliano mazuri na watoto.
- Masuala yanayotakiwa kuzungumziwa kwenye tabia bora za Ushauri Nasaha kwa watoto ni pamoja na kuwalea na kuwajali, kuwakubali, usalama, kuheshimu upekee wa mtoto na usiri. Masuala mengine ni kutumia lugha rahisi, kutimia maswali rahisi ya wazi, kutoa taarifa inayokubalika kwa umri wa mtoto na kukubali hisia za mtoto.
- Jadili vipengele muhimu na shughuli za kufanya katika Ushauri Nasaha kwa watoto.
- Toa muda wa kuuliza maswali.



**Hatua 3: Stadi za kuwasiliana na watoto (inaendelea) (Dakika 20)**

- Waombe washiriki wawili wafanye igizo dhima ambalo mmoja ni Mshauri Nasaha na wa pili ni mtoto.
- Tambulisha igizo na kinachotakiwa kufanyika.
- Waeleze waigizaji kinachotakiwa kuonekana katika igizo dhima. Kwa mfano, Mshauri Nasaha mwenye uwezo na stadi za kuwasiliana vema na mtoto.
- Waruhusu waanze huku washiriki wengine wakichunguza kwa makini kinachoendelea. Mwisho wa igizo eleza kuwa sasa waliokuwa wanacheza nafasi mbalimbali kwenye igizo hawana wajibu wala nafasi hizo tena. Hii husaidia kuondoa usumbufu wa kupatiwa majina bandia hapo baadaye.
- Ongoza washiriki kujadili yaliyojitokeza kwenye igizo dhima.
- Hitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta. Ruhusu maswali yanayotokana na majadiliano na utoe ufafanuzi.

**Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)**

- Rejea malengo ya kipindi na washiriki na utoe ufafanuzi panapostahili.

## Kipindi 9 Kuwahudumia Watu Wenye Ulemavu Katika Mtazamo wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya ulemavu
2. Kuainisha makundi ya watu wenye ulemavu
3. Kueleza mahitaji ya huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa makundi mbalimbali ya wenye ulemavu
4. Kueleza kiwango cha chini cha mahitaji ya kutoa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa watu wenye ulemavu

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Watu wenye ulemavu (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Tumia mhadhara shirikishi kuwezesha somo.
- Masuala muhimu ya kuzungumza ni:
  - Aina za ulemavu
  - Watu wenye ulemavu na maambukizi ya VVU
  - Kiwango cha chini kwa ajili ya huduma za Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa watu wenye ulemavu
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi panapohitajika.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia njia ya maswali na majibu kutathmini uelewa wa somo.

## Kipindi 10 Mbinu za Ushauri Nasaha kwa Makundi Yaliyo Katika Hatari ya Maambukizi ya VVU (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuainisha makundi ya watu walio hatika hatari ya maambukizi ya VVU
2. Kueleza umuhimu wa kuwalenga watu walio katika hatari ya maambukizi ya VVU
3. Kutoa Ushauri Nasaha kwa watu walio katika hatari ya maambukizi ya VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Watu walio katika hatari ya maambukizi ya VVU (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Tumia mhadhara shirikishi kuwezesha somo.
- Masuala muhimu ya kuzungumza ni:
  - Watu walio katika hatari ya kuambukizwa na VVU na makundi mengine yanayoweza kuwa hatarini
  - Kwa nini kuwalenga walio katika hatari ya kuambukizwa VVU
  - Stadi za Ushauri Nasaha kwa watu walio katika hatari ya kuambukizwa VVU
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi panapohitajika.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia njia ya maswali na majibu kutathmini uelewa wa somo.

## Kipindi 11 Ushauri Nasaha Wakati wa Upeo wa Mgogoro (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza upeo wa mgogoro wa mteja
2. Kufafanua upeo wa mgogoro wa mteja kuhusiana na Ushauri Nasaha wa VVU na UKIMWI
3. Kujadili aina za upeo wa mgogoro
4. Kutoa Ushauri Nasaha wakati wa mgogoro wa mteja

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-14.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-14.
- Soma na uelewe kisa mkasa na urejee maswali ya tathmini.
- Andaa maswali ya tathmini.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Fafanuzi (Dakika 20)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu na uwaombe kufanya yafuatayo:
  - o Kundi la kwanza— Fafanua “Upeo wa mgogoro”.
  - o Kundi la pili— Orodhesha aina za upeo wa mgogoro.
  - o Kundi la tatu— Fafanua upeo wa mgogoro kwa kuhusiana na VVU na UKIMWI.
- Kila kundi lichague mwakilishi ili awasilishe kazi yao kwa washiriki wote.
- Hamasisha michango kutoka kwa washiriki wakati wa majadiliano.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 2: Ushauri Nasaha wakati wa upeo wa mgogoro (Dakika 35)

- Waombe washiriki wawili wanaojitolea kufanya igizo dhima la Ushauri Nasaha wakati wa upeo wa mgogoro. Washiriki wengine waangalie na kuandika masuala wanyoyaona.
- Ongoza majadiliano na kisha uhitimishe.
- Onyesha kwa vitendo jinsi ya kutoa Ushauri Nasaha wakati wa upeo wa mgogoro.
- Gawa kitini M 4-9.

**Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Rejea malengo ya kipindi na washiriki na utoe ufafanuzi panapohitajika.

## Kipindi 12 Ushauri Nasaha wa Kupotelewa Majonzi na Makiwa (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza dhana ya kupotelewa, majonzi na makiwa
2. Kueleza hatua za majonzi na makiwa
3. Kueleza hatua za mihemuko anazopitia mteja
4. Kueleza mikakati ya kushughulikia mihemuko
5. Kueleza woga unaoambatana na kifo

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-15.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-15.
- Soma na uelewe kisa mkasa na urejee maswali ya tathmini.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Dhana ya majonzi na makiwa (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kueleza maana ya kupotelewa, majonzi na makiwa.
- Waombe washiriki waelezane uzoefu wao kwa dakika tano kuhusu kupotelewa na majonzi.
- Kila watu wawili wawili waeleze uzoefu wao mbele ya washiriki wote.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kuhitimisha uzoefu wote huo kuhusu kupotelewa, majonzi na makiwa.

#### Hatua 2: Hatua za majonzi na makiwa (Dakika 25)

- Toa kisa mkasa na umwombe mshiriki mmoja akisome kwa sauti.
- Kisa mkasa kinaonesha woga unaoambatana na kifo.
- Wape maswali ya kujibu kuhusu kisa mkas hicho.
- Wape nafasi ya kuwasilisha majibu yao.
- Ongoza mjadala.
- Hitimisha kipindi kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta na uruhusu maswali.

#### Hatua 3: Hatua za kushughulikia kupotelewa (Dakika 5)

- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kutoa mhadhara shirikishi kuhusu hatua zinazoweza

kutumika kushughulikia kupotelewa.

- Ongoza majadiliano na utoe nafasi ya kuuliza maswali.
- Hitimisha kipindi.

**Hatua 4: Tathmini**

- Tumia maswali na majibu kurejea kwenye malengo ya kipindi na utoe ufafanuzi panapohitajika.

## Kipindi 13 Kumsaidia Mteja na Anayemhusu Kuhimili Kupotelewa (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza umuhimu wa kuendelea kuwa na mawasiliano kati ya mtu anayetegemewa kufa ma wanaomhusu
2. Kumsaidia mteja na wanaomhusu kuhimili kupotelewa

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M4-16.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M4-16.
- Soma na uelewe kisa mkasa na urejee maswali ya tathmini.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Mawasiliano na msaada (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi mawili na uwaombe kufanya yafuatayo:
  - o Kundi la kwanza: Kwa nini ni muhimu kuendelea kuwa na mawasiliano na mtu anayetegemewa kufa?
  - o Kundi la pili: Eleza umuhimu wa kumpa msaada mtu aliyepotelewa.
- Andika yaliyojitokea kutoka kwenye makudi na uongoze majadiliano.
- Hitimisha yaliyojitokeza kwenye majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

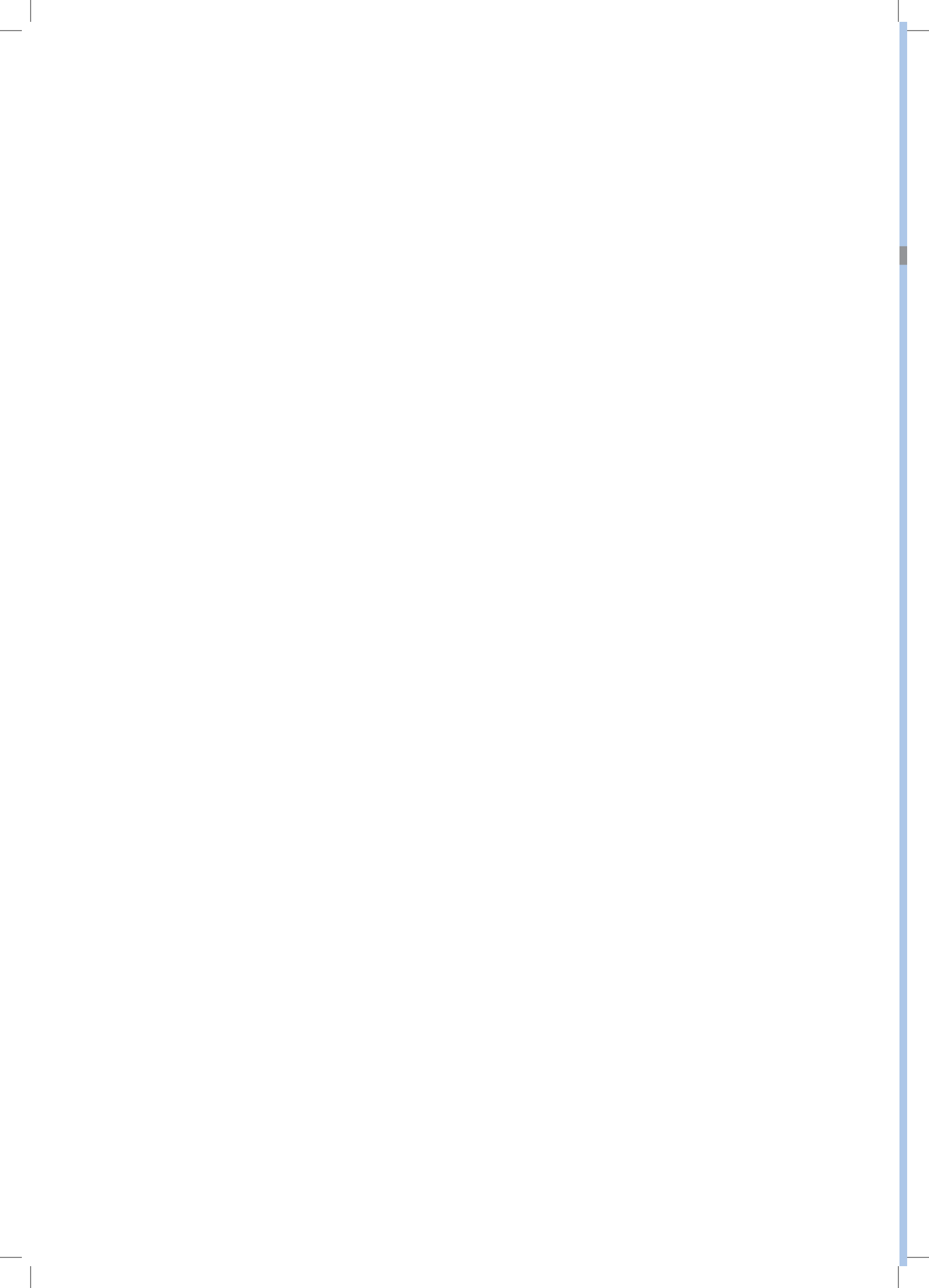
#### Hatua 2: Majonzi (Dakika 25)

- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kutoa mhadhara shirikishi. Masuala ya kujadili ni pamoja na umuhimu wa kuendelea kuwasiliana na mtu anayetegemewa kufa, hatua za majonzi na mikakati ya kushughulikia kupotelewa.
- Wahusishe washiriki wote kwa kuwa Ushauri Nasaha wa majonzi unawakumbusha wanasihii kupotelewa kwao huko nyuma na kuwaleta kwenye wasiwasi na woga wa kifo.
- Waeleze washiriki kuwa wanahitaji kurejea kwenye kupotelewa kwao ili kuelewa mchakato wao wenyewe wa makiwa, jinsi walivyohimili, kile kilichowasaidia na ambacho hakikuwasaidia. Hii itawasaidia kuondoa dukuduku ambazo wanaweza kuwa bado wanazo na kuwasaidia kuelewa upungufu wao katika kuwasaidia wenye makiwa.
- Toa nafasi ya kuuliza maswali.



**Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

- Rejea malengo ya kipindi pamoja na washiriki na utoe ufafanuzi panapostahili.



# MODULI

# 5

## Ushauri Nasaha, Matunzo na Matibabu

### Muhtasari

Matunzo katika hali ya kuishi na VVU huhusisha vipengele vingi. Hivyo Ushauri Nasaha hauna budi kuangalia masuala yanayowaathiri wanaoishi na VVU kwa njia moja au nyingine. Masuala haya ni pamoja na kuendeleza matumizi ya dawa, maambukizi ya kushabihiana na kifua kikuu na VVU, uhusiano wa karibu kati ya magonjwa ya ngono na VVU, matibabu ya magonjwa nyemelezi, umuhimu wa lishe bora, unyanyapaa na utunzaji wa masuala ya kisheria na haki za binadamu. Mshauri Nasaha ana jukumu kubwa katika yote haya. Hivyo basi, moduli hii inayaangalia yote haya katika uhusiano wa Mshauri Nasaha na mteja.

Moduli hii itakuwa na vipindi vifuatavyo:

<i>Kipindi 1</i>	<i>Muhtasari wa Huduma za Matunzo na Matibabu katika VVU na UKIMWI</i>
<i>Kipindi 2</i>	<i>Ujumla wa Matunzo katika VVU na UKIMWI</i>
<i>Kipindi 3</i>	<i>Wajibu wa Mshauri Nasaha kwenye Huduma ya Dawa za Kupunguza Makali ya UKIMWI</i>
<i>Kipindi 4</i>	<i>Muhtasari wa Maambukizi ya Kushabihiana kwa Kifua Kikuu na VVU</i>
<i>Kipindi 5</i>	<i>Ushauri Nasaha Unaohusu Kifua Kikuu na VVU na Uchunguzi wa awali wa Uambukizo wa Kifua Kikuu</i>
<i>Kipindi 6</i>	<i>Muhtasari wa Magonjwa ya Ngono na Magonjwa ya Uzazi</i>
<i>Kipindi 7</i>	<i>Muhtasari wa Magonjwa Nyemelezi</i>
<i>Kipindi 8</i>	<i>Lishe katika Hali ya Kuishi na VVU na UKIMWI</i>
<i>Kipindi 9</i>	<i>Ushauri Nasaha wa Lishe katika Hali ya Kuishi na VVU na UKIMWI</i>
<i>Kipindi 10</i>	<i>Unyanyapaa na Kutengwa katika Hali ya VVU na UKIMWI - 1</i>
<i>Kipindi 11</i>	<i>Unyanyapaa na Kutengwa katika Hali ya VVU na UKIMWI - 2</i>
<i>Kipindi 12</i>	<i>Masuala ya Kisheria na Haki za Binadamu</i>
<i>Kipindi 13</i>	<i>Masuala ya Kisheria na Haki za Binadamu kwa Watoto</i>
<i>Kipindi 14</i>	<i>Tahadhari ya Jumla na Kuimarisha Kuzuia Maambukizi</i>

## Kipindi 1 Muhtasari wa Huduma za Matunzo na Matibabu ya VVU na UKIMWI (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuainisha huduma za matunzo na matibabu ya VVU na UKIMWI
2. Kujadili kiungo kati ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari na matunzo na matibabu ya VVU na UKIMWI

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, mchoro wa Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI unaoonesha kiungo kati ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari na huduma za matunzo na matibabu(A4)

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-1.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-1.
- Mchoro wa Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI unaoonesha kiungo kati ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa hiari na huduma nyinginezo.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Huduma za matunzo na matibabu (55 min)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Waongoze washiriki kuainisha huduma za matunzo na matibabu kwa ajili ya VVU na UKIMWI.
- Onesha mchoro wa kiungo na huduma nyinginezo kama kuzuia maambukizi, kutoa matunzo na msaada (Mwongozo wa Kitaifa ukurasa 11). Waongoze washiriki kujadili jinsi ambavyo kila huduma imeungana na inavyohusiana na Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.
- Onesha kuwa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari ndio mlango wa kuingia kwenye huduma nyingine zote.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kukamilisha kipindi ukionesha faida na changamoto za Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tathmini ya kipindi hiki inafanyika kwa kupima ubora wa majadiliano wakati kipindi kinaendelea.

## Kipindi 2 Ujumla wa Matunzo katika VVU na UKIMWI (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza dhana ya ujumla wa matunzo
2. Kujadili vipengele vya ujumla wa matunzo
3. Kujadili hatua zinazoweza kutumika katika ujumla wa matunzo
4. Kujadili wajibu wa Mshauri Nasaha katika ujumla wa matunzo

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-3.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-3.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Ujumla wa matunzo (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Rejea kipindi kilichopita cha masuala ya kisaikolojia. Eleza kuwa masuala hayo yote yanahitaji kushughulikiwa katika ujumla wake.
- Baada ya utangulizi huu waombe washiriki wajiadili wawili wawili kwa muda wa dakika tatu kutafuta maana ya ujumla wa matunzo.
- Baada ya muda huo waombe kila kundi watoe maana waliyokubaliana. Andika majibu yote kwenye bangokitita.
- Waongoze washiriki kutafuta maana ya pamoja kutokana na majibu yao.
- Boresha matokeo ya jibu lao na utoe maana kamili ya ujumla wa matunzo.
- Toa mhadhara juu ya vipengele vya ujumla wa matunzo bila kusahau Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari, matunzo, kuhimili na msaada wa kijamii.
- Eleza jinsi vipengele hivyo ninavyojenga mtazamo wa mtu kama kitu kizima.
- Jadili wajibu wa Mshauri Nasaha katika ujumla wa matunzo.
- Eleza matumizi ya makundi ya kijamii kama vikundi vya waliopima VVU na misaada kutoka mitandao ya kundirika kama njia za kupunguza machungu kwa misaada ya kiroho, masuala ya ustawi wa jamii, Ushauri Nasaha wa mara kwa mara, uangalizi wa afya kwa karibu, matunzo ya lishe na mpango wa uzazi.
- Jadili huduma za nyumbani kama kipengele muhimu katika ujumla wa matunzo.
- Hitimisha kipindi kwa maswali.

**Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)**

- Uliza maswali kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 3: Wajibu wa Mshauri Nasaha kwenye Huduma ya Dawa za Kupunguza Makali ya UKIMWI (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza malengo ya mpango wa matibabu kutumia dawa za kupunguza makali ya UKIMWI
2. Kuainisha dawa za kupunguza makali ya UKIMWI kwa makundi yake
3. Kueleza utaratibu wa mchanganyiko wa dawa zinazotumika Tanzania
4. Kujadili wajibu wa Mshauri Nasaha katika Ushauri Nasaha wa matumizi ya dawa za kupunguza makali ya UKIMWI

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-7.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-7.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Step 1: Programu ya Utoaji dawa za kupunguza makali ya UKIMWI (15 min)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ili kueleza mapango wa matibabu ya kutumia dawa za kupunguza makali ya UKIMWI nchini Tanzania

#### Hatua 2: Wajibu wa Mshauri Nasaha katika matibabu ya kutumia dawa za kupunguza makali ya UKIMWI (Dakika 40)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Anzisha bugua bongo juu ya "Wajibu wa Mshauri Nasaha katika matumizi ya dawa za kupunguza makali ya UKIMWI".
- Andika majibu yote kwenye bangokititi bila kuyafanyia uhariri wowote.
- Waongoze washiriki kupanga katika makundi ya wajibu wa Mshauri Nasaha na wajibu wa watoa huduma wengine.
- Waongoze washiriki kujadili wajibu wa Mshauri Nasaha.
- Jadili wajibu wa kutoa rufaa ya kwenda kwenye vituo vya matibabu, kutoa Ushauri Nasaha wa kuendeleza matumizi ya dawa, kutoa Ushauri Nasaha saidizi na ufuatiliaji.
- Waombe washiriki kufanya igizo dhima la Ushauri Nasaha saidizi na ufuatiliaji.

- Hitimisha somo kwa kutoa maarifa yanayotakiwa.

### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Toa muhtasari mfupi kwa kutumia maswali na majibu.



## Kipindi 4 Muhtasari wa Maambukizi ya Kushabihiana na Kifua Kikuu na VVU (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kufafanua maana ya kifua kikuu
2. Kuainisha njia ya maambukizi ya kifua kuu
3. Kueleza uhusiano kati ya VVU na kifua kikuu

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-8.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-8.
- Pata taarifa kuhusu kifua kikuu kutoka kwenye Mpango wa Taifa wa Kuzuia kifua kikuu.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kifua kikuu (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Waombe washiriki kugawanyika kwenye makundi matatu na wjadili kisha kuwasilisha yafuatayo:
  - o Kundi la kwanza: Jinsi kifua kikuu kinavyoambukizwa?
  - o Kundi la pili: Masuala hatarishi katika kuenea kwa kifua kikuu
  - o Kundi la tatu: Kushabihiana kwa kifua kikuu na VVU
- Waombe kila kundi liwasilishe na uongoze majadiliano.
- Katika majadiliano hakikisha maelezo ya kifua kikuu fiche na kifua kikuu amilifu yanajitokeza.
- Sisitiza umuhimu wa kugundua na kutibu kifua kikuu mapema.
- Kamilisha kipindi kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukisisitiza kushabihiana kwa kifua kikuu na VVU.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Uliza maswali kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 5 Ushauri Nasaha Unaohusu Kifua Kikuu na VVU na Uchunguzi wa awali wa Uambukizo wa Kifua Kikuu (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili uhusiano kati ya VVU na kifua kikuu
2. Kujadili mantiki ya kuwa na mpango wa pamoja wa Kifua Kikuu na VVU
3. Kuainisha wajibu wa Mshauri Nasaha katika kudhibiti kifua kikuu

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-9.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-9
- Mfahamu na uwasiliane na mgeni atakayekuja kufundisha kipindi na umweleze anayotakiwa kuzungumzia (changamoto za mpango wa kuzuia kifua kikuu, matibabu ya kifua kikuu).

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Mpango wa kuzuia Kifua Kikuu (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Waombe washiriki wakae katika makundi matatu na kila moja wjadili na kutoa mrejasho kwa yafuatayo:
  - o Kundi la kwanza: Ushauri Nasaha wa kuzuia kifua kikuu
  - o Kundi la pili: Changamoto za kuzuia maambukizi ya kifua kikuu
  - o Kundi la tatu: Jadili wajibu wa Mshauri Nasaha katika kuzuia kifua kikuu
- Waombe kila kundi kutoa mrejesho na uongoze majadiliano kila baada ya kundi moja
- Unapoongoza majadiliano hakikisha hali ya kushabihiana ya VVU na kifua kikuu yanajitokeza
- Sisitiza juu ya umuhimu wa Mshauri Nasaha kuwaongoza wateja kupima kwa ajili ya kifua kikuu. Jadili matumizi ya fomu ya Uchunguzi wa awali wa Uambukizo wa Kifua Kikuu

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Wahamasishe washiriki kuuliza maswali ili waelewe.

## Kipindi 6 Muhtasari wa Magonjwa ya Ngonono na Magonjwa ya Uzazi (MYN/MYU) (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya magonjwa ya ngono na magonjwa ya uzazi
2. Kujadili aina kuu za magonjwa ya ngono nchini Tanzania
3. Kujadili dalili kuu za magonjwa ya ngono
4. Kueleza njia kuu za maambukizi ya magonjwa ya ngono
5. Kueleza hatua za kuzuia maambukizi ya magonjwa ya ngono

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, zana za kunesha video, mkanda wa video unaoitwa "Magonjwa ya Zinaa na UKIMWI"

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-11.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-11.
- Hakikisha vifaa vya kuonesha video vinafanya kazi vizuri.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Magonjwa ya ngono (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika shughuli za kipindi.
- Washiriki wafanye bungua bongo juu ya maana, aina na njia za maambukizi ya magonjwa ya ngono.
- Sahihisha matokeo yake na ujazie panapostahili.
- Wagawe washiriki katika makundi ili wajadili dalili za magonjwa ya ngono.
- Ongoza makundi kuwasilisha kazi zao kwa majadiliano ya wote.
- Toa muhtasari wa dalili za magonjwa ya ngono.
- Onesha mkanda wa video unaoitwa "Magonjwa ya zinaa" (dakika 25).
- Waombe washiriki waeleze walichokipata kwenye video hiyo kuhusiana na dalili, njia za maambukizi na njia za kuzuia maambukizi ya magonjwa ya ngono.
- Hitimisha kwa kuonesha mkanda wa video uitwao "The silent epidemic".
- Waombe wanaojitolea kufanya igizo kama hilo.
- Gawa kitini.
- Kamilisha kipindi.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupata mrejesho wa uelewa.

## Kipindi 7 Muhtasari wa Magonjwa Nyemelezi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya magonjwa nyemelezi
2. Kueleza magonjwa yanayojitokeza mara kwa mara kwa wanaoishi na VVU
3. Kueleza matibabu ya magonjwa ya mara kwa mara kwa wanaoishi na VVU
4. Kueleza matunzo ya uuguzi ya magonjwa ya mara kwa mara kwa wanaoishi na VVU

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-14.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-14.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Magonjwa nyemelezi (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Washiriki wafanye bungua bongo juu ya maana ya magonjwa nyemelezi.
- Sahihisha matokeo yake na ujazie panapostahili.
- Wagawe washiriki katika makundi ili wajadili magonjwa nyemelezi magonjwa ya mara kwa mara kwa wanaoishi na VVU.
- Makundi yawasilishe kazi yao kwa majadiliano kwa wote.
- Eleza magonjwa nyemelezi ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.
- Hitimisha majadiliano.
- Toa mhadhara juu ya kubaini MYN mapema, matibabu na huduma za uuguzi wa magonjwa kwa wanaoishi na VVU.
- Kwa kutumia maswali na majibu waongoze washiriki wajadili umuhimu wa kubaini na kutibu magonjwa mapema kwa wanaoishi na VVU.
- Gawa kitini.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupata mrejesho wa uelewa.

## Kipindi 8 Lishe katika Hali ya Kuishi na VVU na UKIMWI (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya lishe na chakula
2. Kueleza umuhimu wa lishe bora kwa wanaoishi na VVU
3. Kueleza uhusiano kati ya VVU na lishe
4. Kueleza mambo yanayochangia kuwa na utapiamlo

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-16.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-16.
- Soma uelewe masual ya lishe.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Lishe na wanaoishi na VVU (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wapange washiriki katika makundi matatu wajaadili yafuatayo:
  - o Kundi la kwanza wajaadili lishe bora kwa wanaoishi na VVU.
  - o Kundi la pili wajaadili uhusiano kati ya VVU na lishe.
  - o Kundi la tatu wajaadili mambo yanayochangia utapiamlo.
- Kila kundi liwasilishe kazi yao kwa majadiliano ya wote.
- Hitimisha majadiliano kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ukisisitiza umuhimu wa lishe bora katika kuimarisha kinga ya mwili. Oanisha utapiamlo na kinga hafifu ya mwili na hivyo kuwa na hali ya kuelekea mapema kwenye hatua ya UKIMWI.
- Gawa kitini.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Fanya hitimisho fupi la kipindi ukitumia maswali na majibu ili kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 9 Ushauri Nasaha wa Lishe katika Hali ya Kuishi na VVU na UKIMWI (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili mlo kamili unaopatikana kwa vyakula vilivyopo
2. Kujadili upangaji wa mlo kwa hali mbali mbali zinazoweza kumpata anayeishi na VVU
3. Kuainisha makundi ya vyakula
4. Kueleza maana ya mlo kamili

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-17.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-17.
- Soma masuala ya lishe uyaelewe vizuri.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Mlo kamili (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wapange washiriki katika makundi matatu;
  - o Kundi la kwanza: Waorodheshe makundi ya chakula;
  - o Kundi la pili: Waorodheshe vyakula vilivyopo katika jamii hiyo;
  - o Kundi la tatu: Waeleze maana yam lo kamili.
- Ruhusu makundi kuwasilisha kazi zao kwa mjadala wa wote.
- Ongoza mjadala wa majadiliano ili muweze kuainisha mfano wa mlo kamili.
- Hitimisha kipindi kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 10 Unyanyapaa na Kutengwa katika Hali ya VVU na UKIMWI - 1 (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya unyanyapaa, kutengwa na kukana
2. Kueleza unyanyapaa unaotokana na jamii na mjibizo wake
3. Kuainisha makundi yanayofanyiwa unyanyapaa na kueleza tabia zake
4. Kuainisha chanzo cha unyanyapaa katika asasi mbali mbali
5. Kueleza unyanyapaa katika asasi mbali mbali

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-19.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-19.
- Soma masuala ya unyanyapaa uyaelewe vizuri.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Unyanyapaa na kutengwa (Dakika 115)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
  - Waombe washiriki wasiwe na kitu chochote juu ya meza isipokuwa kalamu na karatasi.
  - Waambie kuwa utawauliza maswali ambayo wanatakiwa kuandika majibu yake kwenye karatasi zao.
  - Eleza kwa ufasaha kuwa hizo karatasi hazitakusanywa na hakuna mtu mwingine atakayeona majibu yao. Hizo karatasi hazitatumwa kwa njia yoyote na mtu mwingine hapo baadaye.
1. Andika jina la kitu unachokipenda kuliko vyote kati ya vitu ulivyo navyo. Inaweza kuwa ni nyumba yako, au kitu fulani cha kumbukumbu ulichopewa na bibi yako, au kitabu au kitu chochote kile ambacho unakithamini sana.
  2. Andika kiungo cha mwili wako unachojivunia sana. Labda ni macho yako, au nywelezako unazojivunia, au masikio yako kwa kuwa yanakuwezesha kusikiliza muziki au sauti yako kwa kuwa inakuwezesha kuimba.
  3. Andika shughuli unayopenda kufanya kila siku. Inaweza kuwa ni shughuli za kidini, au kucheza mpira ama kucheza dansi, au shughuli nyingine yoyote.
  4. Andika siri yako ambayo usingependa mtu yeyote duniani aijue. Kila mtu anayo siri yake ambayo asingependa mtu mwingine aijue.
  5. Mwisho, andika jina la mtu ambaye upendo wake na msaada wake kwako ni wa muhimu sana kwako.

Kila mmoja akishakamilisha majibu yake waeleze kuwa utarejea kwenye yale maswali tena. Kila unaporejea kila mmoja ajiweke kwenye hali hiyo kutokea.

1. Fikiria kama dharura fulani imetokea na umekipoteza kile kitu unachokipenda sana. Inawezekana hiyo dharura ni wizi, au ujambazi lakini ukweli ni kwamba hicho kitu hutakipata tena. Chukua kalamu yako na ukate jibu la namba 1.
2. Fikiria pia kuwa janga fulani linatokea na kuondoa kile kiungo cha mwili wako unachojivunia zaidi. Hicho kiungo kimeondoka na hutakipata tena kwa maisha yako yote. Tumia kalamu yako kukata jibu la namba 2.
3. Fikiria vile vile kuwa janga hilo lililotokea linakufanya usiweze kufanya ile shughuli unayopenda kufanya kila siku. Hutaweza tena kufanya hiyo shughuli maishani mwako. Kata jibu la namba 3.
4. Fikiria kuwa kwa sababu ya hayo yaliyokupata unianza kulalamika na mwisho unaisema ile siri yako. Siri imefichuka na kila mtu ofisini, mjini, kanisani na kwenye jamii yote anajua hiyo siri. Kata jibu la namba 4.
5. Mwisho kwa sababu ya haya yote yaliyokupata (kupoteza ukipendacho, kupoteza kiungo cha mwili wako, kushindwa kufanya kile ulichopenda kufanya, na siri yako kufichuka), yule mpendwa wako unayemtegemea anakuacha na hatakuwa na wewe tena. Kata jibu la namba 5.

Ruhusu muda wa washiriki kuchambua hisia zao kuhusu yale uliyopitia. Mara nyingi wakati huu watu wanakuwa na wasiwasi kwa kiasi fulani. Wape muda wa kufikiri.

Omba kila mshiriki aeleze hisia zake kwa neno moja au sentesi fupi. Andika hisia zote hizo kwenye bangokitita. Endeleza hilo zoezi la bungua bongo hadi maneno ya hisia yote yamekwisha. Orodha yako itakuwa na maneno kama: huzuni, majonzi, kutaka kujiua, kukata tamaa, upweke, mnyonge, sononeko, hasira, kulaumu wengine, kukosa sababu ya kuendelea kuishi.

Waombe washiriki wachunguze hizo hisia kwa makini na walinganishe hayo na hisia za mtu anayeishi na VVU.

Jadili na kuonisha zoezi hili na hali ya mtu anapopewa majibu chanya ya vipimo vya VVU. Wakumbushe washiriki kuwa hali waliyohisi ni sawa na ya mtu anayeishi na VVU lakini yeye anakuwa nayo kila siku.

Jadili linaloweza kutokea ikiwa pamoja na mzigo huu wote mtu huyu akiongezewa hali ya unyanyapaa na kutengwa

Kutokana na zoezi hili eleza maana ya unyanyapaa na uainishe makundi yanayofanyiwa unyanyapaa. Makundi haya ni pamoja na wanaoishi na VVU, watu wenye magonjwa ya akili, watu wenye magonjwa sugu, mama wasio na waume, wenye biashara ya ngono na mengineyo mengi.

## Hatua 2: Waongoze washiriki kujadili chanzo cha unyanyapaa kwenye asasi mbali mbali

- Hitimisha somo kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

## Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia njia ya maswali na majibu.



## Kipindi 11 Unyanyapaa na Kutengwa katika Hali ya VVU na UKIMWI - 2 (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza athari za unyanyapaa
2. Kuainisha mikakati ya kupunguza unyanyapaa na kutengwa
3. Kueleza sababu za unyanyapaa wa VVU na UKIMWI

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-20.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-20.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kupunguza unyanyapaa (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Tumia njia ya maswali na majibu kutafuta kutoka kwa washiriki athari za unyanyapaa na mikakati inayoweza kutumika kupunguza unyanyapaa.
- Andika majibu yote kwenye bangokitita na uongoze majadiliano ya kila mkakati na jinsi unavyoweza kutumika.
- Washiriki wjadili wawili wawili juu ya sababu za unyanyapaa kwa VVU na UKIMWI.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kuhitimisha ukisisitiza kuwa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari ni mkakati muhimu ukifuatiwa na uraghbishi ndani ya jamii. Asasi za wanaoishi na VVU na matumizi ya huduma rafiki vinaweza kuchangia sana katika kupunguza unyanyapaa. Lakini mkakati mkuu kabisa ni kubadili tabia.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 12 Masuala ya Kisheria na Haki za Binadamu (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya: masuala ya kisheria; haki za binadamu; na wosia
2. Kujadili haki za binadamu zinazohusiana na VVU na UKIMWI kwa mteja na Mshauri Nasaha
3. Kujadili vipengele vya wosia halali

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-21.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-21.
- Soma na uelewe masuala ya kisheria na haki za binadamu kwa wanoishi na VVU.
- Andaa sera ya taifa ya UKIMWI iliyotayarishwa na Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI.
- Andaa mfano wa wosia halali.
- Ainisha mtaalamu wa sheria.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Haki za Binadamu (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wapange washiriki katika makundi matatu
  - o Kundi la kwanza lieleze maana ya masuala ya kisheria, haki za binadamu na wosia.
  - o Kundi la pili lijadili haki za binadamu zinazohusiana na VVU na UKIMWI kwa mteja na Mshauri Nasaha.
  - o Kundi la tatu lijadili vipengele vya wosia halali.
    - Makundi yawasilishe kazi yao kwa majadiliano ya wote.
    - Hitimisha kipindi kwa kurejea malengo.
    - Gawa kitini.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia maswali na majibu kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 13 Masuala ya Kisheria na Haki za Binadamu kwa Watoto (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya mtoto ambaye hajafikia umri wa kutoa ridhaa katika Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU
2. Kueleza jinsi ya kuwashughulikia ambao hawajafikia umri wa kutoa ridhaa ya kupima VVU
3. Kuainisha huduma za misaada kwa ambao hawajafikia umri wa kutoa ridhaa ya kupima kwenye huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU
4. Kujaza fomu ya mzazi/mlezi kwa ajili ya mtoto ambaye hajafikia umri wa kutoa ridhaa au mteja mwenye ulemavu wa mawasiliano

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta na sampuli ya fomu ya mlezi

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M5-22.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M5-22.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Watoto katika mfumo wa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Ongoza bungua bongo juu ya mtoto ambaye hajafikia umri wa kutoa ridhaa kisha utoe muhtasari na jibu sawa.
- Wagawe washiriki katika makundi mawili.
  - o Kundi la kwanza lijadili jinsi ya kuwashughulikia watoto katika unashi na upimaji wa VVU kwa hiari.
  - o Kundi la pili liainishe huduma za misaada zilizopo kwa watoto wanopata huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.
    - Makundi yawasilishe kazi zao kwa mjadala wa wote.
    - Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kueleza taarifa sahihi.
    - Onesha jinsi ya kujaza fomu ya mzazi/mlezi kwa ajili ya mtoto ambaye hajafikia umri wa kutoa ridhaa au mteja mwenye ulemavu wa mawasiliano.
    - Hitimisha somo
    - Gawa kitini.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tumia muda mfupi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa somo.

## Kipindi 14 Tahadhari ya Jumla na Kuimarisha Kuzuia Maambukizi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kufasiri Tahadhari ya Jumla, Kuimarisha kuzuia maambukizi na usalama wa sindano
2. Kujadili umuhimu wa Kuimarisha kuzuia maambukizi
3. Kueleza njia za utupaji wa taka za huduma ya afya
4. Kueleza hatua sahihi za kuchukua baada ya ajali ya kumwagikiwa damu inayodhaniwa kuwa na maambukizi
5. Kujadili hatua za matibabu ya kinga baada ya ajali

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta na sampuli ya fomu ya mlezi

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Tahadhari ya Jumla na Kuimarisha Kuzuia Maambukizi (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Toa mhadhara shirikishi juu ya Tahadhari ya Jumla na Kuimarisha Kuzuia Maambukizi ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta
- Allow time for questions and clarifications

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Endesha kipindi kifupi cha maswali na majibu kutafuta uelewa

# MODULI

# 6

## Usimamizi wa Utoaji Huduma za Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari

### Muhtasari

Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari ni kiungo muhimu kati ya kuzuia maambukizi ya VVU na kutoa matunzo na msaada. Huduma hii huwezesha na kuendeleza mabadiliko ya tabia. Pia inawezesha kuwa na ufuatiliji wa kuzuia maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto, kuzuia maambukizi ya magonjwa ya ngono, kuzuia na kutibu kifua kikuu na magonjwa mengine nyemelezi. Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari pia unaweka mazingira ya kutoa rufaa kwenda kwenye huduma za matibabu na nyingine za kuzuia maambukizi, kutoa matunzo na msaada wa kijamii ikiwa ni pamoja na kupata dawa za kupunguza makali ya UKIMWI. Hivyo basi, huduma hii huongeza ubora wa maisha na itasaidia kupunguza unyanyapaa.

*Kipindi 1 Njia za Utoaji wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU Nchini Tanzania*

*Kipindi 2 Kuanzisha Kituo cha Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari*

*Kipindi 3 Mifumo ya Utoaji wa Huduma ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari*

*Kipindi 4 Usimamizi wa Mtiririko wa Wateja*

*Kipindi 5 Kuunda Mfumo wa Rufaa na Mitandao*

*Kipindi 6 Stadi za Kuingia Ndani ya Jamii*

*Kipindi 7 Ufuatiliaji na Tathmini ya Huduma za Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari*

*Kipindi 8 Zana za Kukusanyia Taarifa na Kuandaa Ripoti*

*Kipindi 9 Usimamizi na Mtiririko wa Taarifa*

## Kipindi 1 Njia za Utoaji wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU Nchini Tanzania (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza historia ya huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU nchini Tanzania
2. Kueleza njia za upimaji na Ushauri Nasaha nchini Tanzania
3. Kueleza faida na changamoto za njia mbalimbali za upimaji na Ushauri Nasaha

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta na sampuli ya fomu ya mlezi

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Njia za utoaji huduma ya upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha nchini Tanzania (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Toa mhadhara shirikishi juu ya njia za utoaji huduma ya upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha nchini Tanzania ukitumia makala ya kufundishia kwa kompyuta
- Allow time for questions and clarifications

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Endesha kipindi kifupi cha maswali na majibu kutafuta uelewa

## Kipindi 2 Kuanzisha Kituo cha Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili hatua tatu za kupanga ili kuanzisha kituo
2. Kutambua ngazi tatu za kupanga uanzishaji wa kituo
3. Kupanga na kuanzisha kituo
4. Kuagiza na kununua zana za kufanyia kazi kituoni ikiwa ni pamoja na dawa za kupima VVU na zana za maabara

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, mkoba wa vifaa vya kupimia, fomu za tathmini kutoka Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M6-1.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M6-1 na bangokitita.
- Elewa kwa ufasaha hatua za uanzishaji wa kituo.
- Andaa mkoba wa vifaa vya kupimia na fomu za tathmini.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kupanga uanzishaji wa kituo (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kueleza
  - o Tathmini
  - o Uandaaji
  - o Utekelezaji.
- Jadili ngazi tatu za kupanga uanzishaji
  - o Taifa
  - o Wilaya
  - o Kituo.
- Wagawe washiriki katika makundi mawili wajiadili hatua za kuagiza na kununua zana za kufanyia kazi kituoni.
- Waombe kila kundi wawasilishe kazi yao kwa mjadala na wote.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Waombe washiriki wajaze fomu za tathmini.

## Kipindi 3 Mifumo ya Utoaji wa Huduma ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutaja mifumo ya utoaji wa huduma
2. Kueleza faida na hasara za kila mfumo

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, fomu za tathmini kutoka Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M6-2.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M6-2.
- Andaa maswali ya kuongoza kazi za makundi.
- Andaa fomu ya tahmini.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Mifumo ya utoaji huduma (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matano.
  - o Kundi la kwanza wjadili mfumo wa kituo kinachojitegemea.
  - o Kundi la pili wjadili mfumo wa kituo chenye huduma mchanganyiko.
  - o Kundi la tatu wjadili mfumo wa upimaji nyumbani/kwa familia.
  - o Kundi la nne lijadili mfumo wa huduma mkoba ya upimaji.
  - o kundi la tano lijadili mfumo wa upimaji unaoshauriwa na mtoa huduma ya afya.
- Kila kundi waangalie yafuatayo:
  - o Huduma hiyo inawafaa na kuwalenga kundi gani la jamii?
  - o Faida na hasara za mfumo huo ni zipi?
- Toa nafasi kwa kila kundi kuwasilisha kazi yao na kuulizwa maswali. Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kueleza mifumo ifuatayo:
  - o Kituo kinachojitegemea
  - o Kituo mchanganyiko
  - o Upimaji wa VVU nyumbani/kwa familia
  - o Huduma mkoba za upimaji wa VVU.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Waombe washiriki wajaze fomu za tathmini.



## Kipindi 4 Usimamizi wa Mtiririko wa Wateja (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuwezesha mtiririko wenye ufanisi kwa wateja
2. Kuwahudumia wateja wengi

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, fomu za tathmini kutoka Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M6-3.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M6-3.
- Andaa fomu za mifumo mbalimbali ya utoaji wa huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.
- Andaa fomu za tathmini.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Mtiririko wenye ufanisi kwa wateja (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi mawili.
  - o Omba kundi la kwanza wajadili faida na hasara za Ushauri Nasaha kwa mtu mmoja mmoja.
  - o Omba kundi la pili wajadili Ushauri Nasaha wa wenzi.
- Kila kundi liwasilishe kazi yao kwa majadiliano ya wote
- Wezesha majadiliano ya jinsi ya kuwahudumia wateja wengi (muda wa Ushauri Nasaha, idadi ya wanasihi, uhamishaji wa wateja kwenda vituo vingine, n.k.).
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kueleza mikakati ya kuwahudumia wateja kwa ufanisi katika hali mbalimbali.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Waombe washiriki wajaze fomu za tathmini.

## Kipindi 5 Kuunda Mfumo wa Rufaa na Mtandao (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili sababu za kuunda mfumo wa rufaa na mtandao
2. Kuandaa zana za kuwezesha utoaji wa rufaa katika kituo cha Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.
3. Kutoa rufaa kama moja ya kazi kwenye kituo cha Ushauri Nasaha na kupima VVU kwa hiari

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, sampuli ya fomu za kutoa rufaa kwa wateja

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M6-4.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M6-4.
- Andaa sampuli ya fomu za kutoa rufaa kwa wateja.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Rufaa na mtandao (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Gawa kadi kwa washiriki wote na uwaombe kila mmoja atoe maana ya
  - o rufaa na mtandao.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kueleza
  - o Rufaa katika ujumla wa matunzo
  - o Kuanzisha mfumo wa rufaa
  - o Utaratibu wa kutoa rufaa kwa mteja.
- Waombe washiriki wakae kwenye makundi matatu
  - o Kundi la kwanza lijadili sababu za kutoa rufaa au jinsi ya kuanzisha mfumo wa rufaa.
  - o Kundi la pili waandae kitabu cha orodha ya rufaa. Kundi liamue taarifa za kuweka katika kitabu hicho.
  - o Kundi la tatu waandae fomu ya rufaa. Hii iwe ni fomu ya taarifa na mwongozo wa rufaa na isizidi kurasa mbili.
- Wakumbushe washiriki wote kutoa mchango wao katika majadiliano.
- Kila kundi liwasilishe kazi yao kwa majadiliano na uoneshe jinsi ya kuandaa kitabu cha orodha na fomu ya rufaa
- Onesha jinsi ya kujaza fomu ya rufaa kwa mteja.
- Ruhusu washiriki kufanya mazoezi ya kujaza fomu ya rufaa.
- Toa nafasi ya maswali.

**Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)**

- Hitimisha kwa kusisitiza umuhimu, haja na faida za rufaa na mtandao.
- Waombe washiriki kujaza fomu ya tathmini na kuiweka kwenye “kisanduku cha kukusanya fomu za tathmini.”

## Kipindi 6 Stadi za Kuingia Ndani ya Jamii (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kufasiri jamii
2. Kuainisha aina ya jamii
3. Kufasiri kuingia ndani ya jamii
4. Kueleza muundo wa jamii
5. Kujadili stadi za kuingia ndani ya jamii

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, sampuli ya fomu za kutoa rufaa kwa wateja

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Community entry skills (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu na kila kundi lijadili na kutoa mrejesho kuhusu moja ya mada zifuatazo
  - o Ainisha aina ya jamii
  - o Ainisha muundo wa jamii
  - o Orodhesha masuala ya kuangalia katika maandalizi ya kuingia ndani ya jamii
- Ongoza mala jadwa mrejesho
- Hitimisha na ueleze taarifa sahihi kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Rejea malengo ya somo na washiriki na utoe ufafanuzi panapohitajika

## Kipindi 7 Ufuatiliaji na Tathmini ya Huduma za Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya ufuatiliaji na tathmini
2. Kueleza sababu za kukusanya taarifa za Ushauri Nasaha na upimaji
3. Kuainisha viashiria vya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M6-5.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M6-5.
- Soma juu ya dhana ya ufuatiliaji na tathmini.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Ufuatiliaji na tathmini (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Waombe washiriki wakae katika makundi manne na wjadili maana ya ufuatiliaji na tathmini.
- Waulize washiriki watoe sababu na vipengele vya kufanya tathmini ya huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.
- Washiriki wjadili umuhimu wa taarifa.
- Washiriki wajaribu kueleza maana ya viashiria vya upimaji.
- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta:
  - o Eleza maana ya ufuatiliaji na tathmini.
  - o Eleza tofauti kati ya ufuatiliaji na tathmini.
  - o Eleza umuhimu wa taarifa za Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.
  - o Eleza maana ya viashiria na uonesha viashiria vya utendaji katika Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Waombe washiriki kujaza fomu ya tathmini na kuiweka kwenye “kisanduku cha kukusanya fomu za tathmini”.

## Kipindi 8 Zana za Kukusanya Taarifa na Kuandaa Ripoti (Dakika 180)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujaza zana za taarifa na kuandaa ripoti

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, rejesta ya Ushauri Nasaha na kupima, fomu ya majumuisho ya mwezi kwa kituo, fomu ya majumuisho kwa mwezi kwa wilaya, fomu ya majumuisho kwa mwezi kwa mkoa

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta
- Soma na uelewe vigezo katika zana za kukusanya taarifa na kuandaa ripoti.
- Andaa rejesta ya Ushauri Nasaha na upimaji.
- Andaa fomu ya majumuisho kwa mwezi kwa kituo, wilaya na mkoa.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Zana za kukusanya taarifa (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Gawanya nakala za rejesta ya Ushauri Nasaha na kupima.
- Toa mhadhara kueleza:
  - o Mahali pa kutumia rejesta ya Ushauri Nasaha na upimaji
  - o Madhumuni na mhusika katika kujaza kila fomu
  - o Onesha vipengele vya kukusanya taarifa
  - o Onesha jinsi ya kujaza rejesta ya Ushauri Nasaha na kupima.

#### Hatua 2: Zana za kuandaa ripoti (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Gawa fomu za majumuisho ya mwezi (kituo, wilaya na mkoa).
- Tumia mhadhara shirikishi kueleza vipengele vya fomu za majumuisho ya mwezi.
- Onesha jinsi ya kujaza fomu hizo.

**Hatua 3: Mazoezi ya kujaza zana za kukusanya taarifa na kuandaa ripoti (Dakika 115)**

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Soma maelezo ya taarifa za mteja na uwaombe washiriki wajaze taarifa hizo kwenye rejesta ya Ushauri Nasaha na upimaji.
- Wapitie wote ukionesha jinsi ya kujaza.
- Waombe washiriki watumie taarifa walizojaza kwenye rejesta kujaza fomu za majumuisho za mwezi.
- Wapitie wote ukiwaonesha jinsi ya kujaza.

**Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)**

- Waombe washiriki kujaza fomu ya tathmini na kuiweka kwenye “kisanduku cha kukusanya fomu za tathmini.”

## Kipindi 9 Usimamizi wa Mtiririko wa Taarifa (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili mfumo wa usimamizi wa taarifa
2. Kueleza jinsi taarifa na ripoti zinavyotiririka kutoka kituoni hadi ngazi ya taifa

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M6-7.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M6-7.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Usimamizi wa taarifa (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu ili wjadili:
  - o Ubora wa taarifa
  - o Uchambuzi, ufafanuzi na matumizi wa taarifa
  - o Usimamizi wa kitaalamu juu ya zana za ukusanyaji wa taarifa na kuandaa ripoti.

#### Hatua 2: Mtiririko wa taarifa (Dakika 25)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Tumia mhadhara shirikishi kueleza:
  - o Anayehusika na kuandaa ripoti
  - o Vipindi vya kuto ripoti
  - o Vipindi vya kuandaa ripoti
  - o Mrejesho wa ripoti.
- Hitimisha kwa kutumia chati ya mtiririko.

#### Hatua 3: Tathmini (5)

- Rejea malengo ya kipindi na washiriki na utoe ufafanuzi panapohitajika.



# MODULI

# 7

## Upimaji wa VVU katika Huduma ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari

### Muhtasari

Moduli hii inalenga kuwapa watoa huduma ya afya ambao wanatoa Ushauri Nasaha maarifa na stadi za kupima VVU kwa kutumia vipimo vya haraka. Nchini Tanzania watoa huduma wengine wa afya, na siyo wale wenye utaalamu wa maabara pekee, wanaruhusiwa kupima VVU kwa kutumia vipimo vya haraka baada ya kupitia na kufuzu mafunzo kwa kufuata mtaala ulioandaliwa na WAUJ.

Upimaji wa VVU ni hatua muhimu ya kwanza ya kudhibiti mlipuko huo kwa kuwa ndiyo mlango wa kuingia katika kuzuia maambukizi, kutoa matunzo, matibabu na huduma za msaada. Upimaji wa VVU ukiambatana na Ushauri Nasaha unaofaa ni zana muhimu katika kushughulika na VVU na UKIMWI. Mipango ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari imeandaliwa kuwawezesha wateja na jamaa zao kuitikia ipasavyo kwa VVU na UKIMWI kwa kutumia mabadiliko ya tabia. Tekinolojia ya vipimo vya sasa vya VVU imewezesha utoaji wa Ushauri Nasaha na majibu sahihi kwa siku ile ile na hivyo kuongeza ufanisi na upatikanaji wa huduma ya Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.

Upimaji wa VVU ni hatua muhimu katika kutambua hali ya mtu ya maambukizi ya VVU. Hatua hii inafanyika baada ya kupata Ushauri Nasaha kabla ya kupimwa. Kwa kuwa majibu ya vipimo vya VVU yanahusika na maisha ya watu, ni muhimu kuwa yule anayepima awe na ujuzi wa kutosha ili kuweza kutoa majibu sahihi. Kwa hiyo Wizara ya Afya na Ustawi wa Jamii imeandaa mafunzo yaitwayo, **“Training in HIV Rapid Testing for Laboratory and Non-Laboratory Health Workers.”** ili kuendeleza na kuweka viwango vya ujuzi na usahihi unaohitajika na watoa huduma wote watakaotumia vipimo vya haraka kwa kupima VVU. Watoa huduma wote wanaopima VVU kutumia vipimo vya haraka ni lazima wasome na kufaulu mafunzo ya mtaala huu. Wanasihi wa huduma hii pia watatumia mtaala huu wa WAUJ katika moduli ya upimaji wa VVU. Mkoba kamili una Mwongozo wa Mwezeshaji, Makala ya Mshiriki wa Mafunzo na Makala ya Kufundishia kwa Kompyuta. Mwongozo wa Mwezeshaji unatoa mwongozo wa njia bora ya kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta ambayo inatumika katika mafunzo.

### Vipindi vya mafunzo ya upimaji wa VVU kutumia vipimo vya haraka

Vipindi katika mafunzo haya vinaitwa moduli. Tofauti hii isimchanganye mwezeshaji. Moduli hizi ni sawa na vipindi katika makala hii ya kufundishia wanasihi. Moduli ya kwanza ya mtaala wa upimaji “Muhtasari wa Maambukizi ya VVU” imefundishwa kwa kirefu katika mafunzo ya Ushauri Nasaha. Mwezeshaji anashauriwa kurejea moduli hii haraka kama kukumbusha. Mafunzo kamili ya upimaji wa VVU yanaanza na moduli ya pili na yana vipindi vifuatavyo:

- Uingizaji wa upimaji VVU kwa vipimo vya haraka katika kuzuia maambukizi, na matibabu
- Muhtasari wa tekinolojia za upimaji wa VVU
- Mikakati na utaratibu wa kupima
- Kuhakikisha ubora wa upimaji – utaratibu wa kufuata mfumo

- Usalama katika kituo cha kupima VVU
- Kujiandaa kupima – vitendanishi vya maabara
- Kutoa damu
- Kupima kwa vipimo vya haraka (uoneshaji na mazoezi)
- Utunzaji mali – usimamizi wa mali katika kituo cha upimaji wa VVU
- Matumizi na matunzo ya vifaa katika kituo cha upimaji
- Kudhibiti ubora
- Kukusanya damu – DBS
- Hati na rekodi
- Maadili ya Kitaalamu

**Angalizo:** Makala ya kufundishia upimaji wa VVU kwa vipimo vya haraka inapatikana pia kwenye CD-ROM ya “Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVu kwa Hiari”.

# MODULI

# 8

## Mbinu za Ushauri Nasaha, Maadili na Usimamizi katika Huduma za Ushauri Nasaha

### Muhtasari

Ushauri Nasaha unategemea mbinu ambazo hutumiwa kwa uangalifu kutegemeana na mahitaji na hali ya mteja. Mshauri Nasaha anajenga mbinu hizi kwa mazoezi kituoni. Maarifa aliyojifunza darasni anayafanyia mazoezi ili kujenga mbinu zinazohitajika.

Wanasihi wanatumia mbinu za aina nyingi ili kupata matokeo chanya katika mchakato wa kumsaidia mteja. Mbinu hizi ziko katika makundi mawili:

(i) Mbinu kuu

(ii) Mbinu saidizi.

Mbinu kuu ni pana kwa kuwa zinatumika katika mchakato wote wa Ushauri Nasaha; lakini mbinu saidizi hutumika katika hatua maalumu za mchakato wa kusaidia.

Kuna mbinu kuu nne, na zinafuatana kwa mtiririko maalumu moja baada ya nyingine kwa utaratibu ufuatao:

(i) Kujenga uhusiano

(ii) Uchunguzi

(iii) Uelewa

(iv) Kupanga utekelezaji

Unaweza kuzikumbuka mbinu hizi kwa kifupi cha KUUKu:

Mbinu saidizi ni zile ambazo Mshauri Nasaha anazitumia kupata taarifa kutoka kwa mteja ili kujenga uhusiano, kutathmini tatizo la mteja, kuelewa tatizo na kuweza kumwongoza mteja kufikia ufumbuzi wa tatizo lake au kupanga mikakati ya kuhimili tatizo.

Mbinu kuu haziwezi kutumika peke yake bila mbinu saidizi. Ni lazima mbinu saidizi zitumike katika mchakato wa Ushauri Nasaha ili kupata mabadiliko yanayotegemewa kwa mteja.

Moduli hii itawawezesha washiriki kujenga mbinu za Ushauri Nasaha na kupata maarifa na tabia chanya inayofaa katika Ushauri Nasaha bora wakati wa mazoezi vituoni. Wanasihii watatafsiri maarifa waliyojifunza wakati wa vipindi na kuyatumia katika kazi ya Ushauri Nasaha.

*Kipindi 1*

*Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Kujenga Mahusiano*

*Kipindi 2*

*Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Uvumbuzi*

*Kipindi 3*

*Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Uelewa*

*Kipindi 4*

*Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Kupanga Utekelezaji*

*Kipindi 5*

*Utangulizi wa Maadili katika Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari*

*Kipindi 6*

*Maadili katika Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari*

*Kipindi 7*

*Msaada wa Kitaalamu kwa Mshauri Nasaha*

*Kipindi 8*

*Usimamizi wa Mshauri Nasaha*

*Kipindi 9*

*Mwongozo wa Kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari*

*Kipindi 10*

*Mazoezi Kituoni*

*Kipindi 11*

*Kubadilishana Uzoefu wa Kituoni*

## Kipindi 1 Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Kujenga Uhusiano (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutumia mbinu kuu na mbinu saidizi ili kujenga uhusiano
2. Kupata mbinu na tabia chanya kwa ajili ya Ushauri Nasaha bora

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M8-1.
- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Kujenga uhusiano (Dakika 35)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Onesha jinsi ya kutumia mbinu za kujenga uhusiano.
- Washiriki wafanye mazoezi katika makundi ya watatu watatu. Mmoja anakuwa Mshauri Nasaha, wa pili anakuwa mteja na wa tatu anakuwa mtazamaji anayeangalia kama mbinu za kumchangamkia mteja, heshima, uhalisia na kuaminika zinajitokeza katika kujenga uhusiano.
- Katika kila kundi washiriki wawe na wajibu wa Mshauri Nasaha, mteja na mtazamaji.
- Mtazamaji aainishe mazuri na mapungufu yanayojitokeza.
- Pia unaweza kurekodi video ya igizo dhima ili kulijadili baadaye.
- Kila baada ya igizo eleza yale yaliyojitokeza.
- Toa muhtasari wa mbinu zinazotumika katika Ushauri Nasaha wakati wa Ushauri Nasaha. Kujenga uhusano vizuri kunaleta ushirikiano, kuaminika na kujiamiani.
- Baada ya igizo dhima washiriki waendeleo kufanya mazoezi ya mbinu hizo.
- Tathmini ubora wa zoezi wakati wa igizo dhima na majadiliano.

#### Hatua 2: Tabia chanya kwa Ushauri Nasaha bora (Dakika 20)

- Eleza malengo.
- Toa mhadhara juu ya tabia chanya kwa Ushauri Nasaha.
- Toa muhtasari wa mambo muhimu.

#### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Pima uelewa kwa kutumia maswali na majibu.

## Kipindi 2 Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Uchunguzi (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutumia mbinu kuu na mbinu saidizi ili kujenga uchunguzi
2. Kupata mbinu na tabia chanya kwa ajili ya Ushauri Nasaha bora

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, fomu za tathmini

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Uchunguzi (Dakika 35)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Onesha jinsi ya kutumia mbinu za uchunguzi.
- Washiriki wafanye igizo dhima kama Mshauri Nasaha na mteja ili kujenga mbinu za kuuliza maswali, kukabiliana, uhalisia, kusikiliza kwa makini, kumjali mteja katika kuchunguza tatizo la mteja.
- Waongoze washiriki jinsi ya kutafuta tatizo la mteja, mahitaji yake, fasili potofu na tabia kwa kutumia maswali ya wazi na yaliyofungwa.
- Washiriki waandike yale yaliyojitokeza.
- Waongoze washiriki kujadili yaliyojitokeza.
- Baada ya igizo dhima washiriki waendeleo kufanya mazoezi ya mbinu hizo.
- Wahimize washiriki kubadilishana uzoefu na wenzao.
- Hitimisha majadiliano ukisisitiza mbinu zinazotumika katika kutafuta tatizo la mteja wakati wa Ushauri Nasaha.
- Tathmini ubora wa zoezi wakati wa igizo dhima na majadiliano. Chunguza maoni ya washiriki kuhusu igizo dhima.

#### Hatua 2: Tabia chanya kwa Ushauri Nasaha bora (Dakika 20)

- Eleza malengo.
- Toa mhadhara juu ya tabia chanya kwa Ushauri Nasaha.
- Toa muhtasari wa mambo muhimu.

#### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Pima uelewa kwa kutumia maswali na majibu.

## Kipindi 3 Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Uelewa (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutumia mbinu kuu na mbinu saidizi ili kujenga uelewa
2. Kupata mbinu na tabia chanya kwa ajili ya Ushauri Nasaha bora.

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Uelewa (Dakika 35)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
  - Onesha matumizi ya mbinu kuu.
  - Onesha jinsi ya kutumia mbinu za kuuliza maswali, kukabiliana, kurudia maelezo kwa ufupi, kusikiliza, kumkubali mteja na ushirikeli katika uelewa.
  - Washiriki wafanye igizo dhima la mbinu hizo ili kuelewa tatizo la mteja.
  - Piga picha ya video ya igizo dhima hilo ili kulijadili baadaye.
  - Waongoze washiriki kujadili yaliyojitokeza.
  - Washiriki wafanye mazoezi zaidi.
  - Washiriki wachunguze mazuri na mapungufu wakati wa mazoezi hayo.
  - Washiriki wabadilishane uzoefu na wenzao.
  - Hitimisha kwa kusisitiza mbinu zinazotumika kuelewa tatizo la mteja wakati wa Ushauri Nasaha.
  - Tathmini ubora wa zoezi wakati wa igizo dhima na majadiliano.
- Chunguza maoni ya washiriki kuhusu igizo dhima.

#### Hatua 2: Tabia chanya kwa Ushauri Nasaha bora (Dakika 20)

- Eleza malengo.
- Toa mhadhara juu ya tabia chanya kwa Ushauri Nasaha.
- Toa muhtasari wa mambo muhimu.

#### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Pima uelewa kwa kutumia maswali na majibu.

## Kipindi 4 Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Kupanga Utekelezaji (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutumia mbinu kuu na mbinu saidizi ili kupanga utekelezaji
2. Kupata mbinu na tabia chanya kwa ajili ya Ushauri Nasaha bora

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa maudhui ya igizo dhima.
- Andaa zana za igizo dhima kama zinahitajika.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Kupanga utekelezaji (Dakika 35)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Onesha matumizi ya mbinu kuu katika kupanga utekelezaji.
- Onesha jinsi mbinu za kujiweka wazi, kurejea hisia, vihamasisho mazungumzo, kuuliza, kurudia maelezo kwa ufupi, kusikiliza, tabia ya kuhudumia inavyotumika katika kupanga utekelezaji.
- Washiriki wafanye igizo dhima la mbinu hizo.
- Jadili mambo waliyoona washiriki ama upige video ya igizo hilo kwa kujadiliwa baadaye.
- Ongoza majadiliano ya yaliyojitokeza.
- Washiriki wafanye mazoezi zaidi.
- Washiriki wabadilishane uzoefu na wenzao.
- Washiriki wachunguze mazuri na mapungufu wakati wa mazoezi hayo.
- Tumia picha ulizopiga kwa video kusahihisha penye mapungufu.
- Hitimisha majadiliano ukisisitiza mbinu zinazotumika katika kupanga utekelezaji wa kubadili tabia.
- Tathmini ubora wa zoezi wakati wa igizo dhima na majadiliano.
- Chunguza maoni ya washiriki kuhusu igizo dhima.

#### Hatua 2: Tabia chanya kwa Ushauri Nasaha bora (Dakika 20)

- Eleza malengo.
- Toa mhadhara juu ya tabia chanya kwa Ushauri Nasaha.
- Toa muhtasari wa mambo muhimu.

#### Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)

- Pima uelewa kwa kutumia maswali na majibu.

## Kipindi 5 Utangulizi wa Maadili katika Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kueleza maana ya maadili
2. Kueleza maadili ya Ushauri Nasaha
3. Kujadili sababu za kupata ridhaa inayotokana na taarifa sahihi na kuhakikisha usiri
4. Kujadili usiri uliochangiwa katika ujumla wa matunzo
5. Kujadili umuhimu wa usiri uliochangiwa katika ujumla wa matunzo

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, fomu ya tathmini

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M8-6.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M8-6.
- Andaa fomu za tathmini.
- Andaa Mwongozo wa Kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari pamoja na kisa mkasa.

### Hatua za Uwezesaji:

#### Hatua 1: Maadili (Dakika 55)

- Waombe washiriki kuendesha huduma ya Ushauri Nasaha. Wakati wa huduma hiyo watekeleze maadili ya Ushauri Nasaha na waangalie mwitikio wa mteja katika masuala ya maadili katika kuzuia maambukizi na kutoa matunzo, ridhaa inayotokana na taarifa sahihi, usiri uliochangiwa, kumwarifu mwenzi, taarifa kwa watoa huduma wa afya, usalama wa jamii na masuala ya kisheria.
- Waombe washiriki waeleze uzoefu wao kwa kuwatumia wateja kama kisa mkasa wakati wa kujadili umuhimu wa usiri uliochangiwa, kumwarifu mwenzi, kuwapa taarifa wahudumu wa afya, usalama wa jamii, masuala ya kisheria na haki za binadamu.
- Hitimisha ukisisitiza maadili katika mambo yote waliyoyajadili.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Maswali na majibu
- Fomu za tathmini ya mazoezi ya Ushauri Nasaha.



## Kipindi 6 Maadili katika Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili masuala ya kimaadili yanayotokea kwenye Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari.
2. Kujenga mwitikio sahihi wa matatizo vya kimaadili

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M8-5.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M8-5.
- Andaa chumba cha Ushauri Nasaha, fomu zinazohitajika, vipeperushi na kisa mkasa.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Masuala ya kimaadili (Dakika 35)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Waombe washiriki watayarisha chumba cha Ushauri Nasaha, fomu zinazotakiwa, na vipeperushi.
- Waombe washiriki kuendesha huduma ya Ushauri Nasaha. Wakati wa huduma hiyo waangalie kutekeleza maadili ya Ushauri Nasaha katika kuzuia maambukizi, kutoa matunzo, ridhaa inayotokana na taarifa sahihi, usiri, usiri uliochangiwa, kumwarifu mwenzi, taarifa kwa watoa huduma ya afya, usalama wa jamii na masuala ya kisheria na haki za binadamu.
- Washiriki wajadili waliyoyaona ikiwa ni pamoja na ushirikiano wa mteja, kuaminiwa na kuhakikishiwa usiri.
- Jadili na washiriki mbinu za kukabili matatizo ya kimaadili.
- Waongoze washiriki kuainisha uzoefu ambao wangependa kuupata kutoka kwa wanasihi wazoefu.
- Hitimisha majadiliano ukisisitiza masuala ya kimaadili katika kuzuia maambukizi, kutoa matunzo, usiri uliochangiwa, kumwarifu mwenzi, kuwaarifu wahudumu wa afya, usalama wa jamii, mahitaji ya kisheria kutoka kwa mteja.

#### Hatua 2: Mwitikio sahihi kwa matatizo ya kimaadili (Dakika 20)

- Toa utangulizi wa kipindi na ueleze malengo.
- Soma kisa mkasa.
- Wagawe washiriki katika makundi matatu kujadili kisa mkasa.
- Ongoza majadiliano juu ya kukabiliana na matatizo ya kimaadili.
- Waongoze washiriki kueleza uzoefu wao ambao wangependa kubadilishana na wenzao.
- Hitimisha majadiliano ya masuala ya kimaadili katika kuzuia maambukizi na kutoa matunzo.

**Hatua 3: Tathmini (Dakika 5)**

Pima uelewa kwa kutumia maswali na majibu.

## Kipindi 7 Msaada wa Kitaalamu kwa Mshauri Nasaha (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuainisha mambo muhimu ya msaada wa kitaalamu kwa Mshauri Nasaha
2. Kutambua umuhimu wa kuhimili msongo na kuzuia kuungua
3. Kuandaa mikakati ya kuhimili mihemuko na kupunguza kuungua

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, orodha ya mambo ya usimamizi

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M8-7.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M8-7.
- Andaa orodha usimamizi.
- Andaa nakala za kisa mkasa.
- Andaa ratiba ya usimamizi pamoja na hatuakazi.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Msaada wa kitaalamu kwa Mshauri Nasaha (Dakika 30)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Washiriki waandike hali ngumu za Ushauri Nasaha kwa ajili ya kujadili na wengine kwenye usimamizi kundirika.
- Washiriki wjadili hizo hali ngumu na jinsi zinavyoweza kuwa chanzo cha msongo kwa Mshauri Nasaha.
- Wahimize washiriki kufanya usimamizi kundirika mara moja kila juma.
- Wakati wa usimamizi kundirika kila mmoja anaeleza hali ngumu moja na wengine wanachangia jinsi ya kuimaliza hali hiyo.
- Usimamizi kundirika ni njia mojawapo ya kutataua matatizo.
- Waongoze washiriki kueleza masula yanayowasumbua ili yatafutiwe ufumbuzi.
- Waongoze washiriki jinsi ya kushughulikia kuungua na kupata msaada wa kitaalamu na kujali majukumu yake.

#### Hatua 2: Mikakati (Dakika 15)

- Toa mhadhara mfupi na baadaye uongoze majadiliano kuhusu mikakati ya kuhimili msongo.
- Hitimisha kwa kutumia makala ya kufundishia kwa kompyuta.

**Hatua 3: Mambo muhimu (Dakika 10)**

- Tumia makala ya kufundishia kwa kompyuta kutoa mhadhara shirikishi juu ya mambo muhimu ya msaada wa kitaalamu kwa Mshauri Nasaha.
- Ruhusu maswali na utoe ufafanuzi.

**Hatua 4: Tathmini (Dakika 5)**

- Tathmini umoja wa timu kwa kuangalia ushirikiano wa kazi na mahudhurio.

## Kipindi 8 Usimamizi wa Mshauri Nasaha (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kutambua dhana ya usimamizi wa kitaalamu na usimamaizi wa kiutawala
2. Kutambua wajibu wa msimamizi na msimamiwa

### Zana za Kufundishia:

Bangokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, ratiba ya usimamizi, hatuakazi

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M8-8.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya vipindi M8-8, M8-9 and M8-10.
- Andaa ratiba ya usimamizi.
- Andaa hatuakazi.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Usimamizi wa kitaalamu (Dakika 55)

- Waeleze washiriki juu ya umuhimu wa usimamizi wa kila robo mwaka na matokeo ya kuimarisha mbinu za Ushauri Nasaha.
- Washiriki wajiandae kwa usimamizi ikiwa ni pamoja na kuandaa chumba cha Ushauri Nasaha na zana husika.
- Waeleze washiriki kuwa Mshauri Nasaha akumbuke kuomba ridhaa ya mteja ili msimamizi aweze kuwapo wakati Ushauri Nasaha unaendelea. Msimamizi atatazama mazuri na mapungufu ya Mshauri Nasaha. Mwisho msimamizi anatakiwa kumpa Mshauri Nasaha mrejesho wa kumjenga kitaalamu.
- Wambie kuwa mwisho wa zoezi lote la usimamizi unafanyika mkutano wa mrejesho kwa wote.
- Ongoza mjadala wa kuainisha majukumu ya msimamizi na msimamiwa, mifumo ya usimamizi, yaani usimamizi wa mtu mmoja na usimamizi wa kundi. Pamoja na faida na hasara za usimamizi wa kundi.
- Usimamizi wa kituo ni pamoja na mazingira usafi mpangilio wa vifaa. Eleza umuhimu wa kuanza kuagiza vitendanishi kama vipeperushi, dawa za kupimia, kondomu unapobaki na asilimia 50.tu ya vitendanishi vinavyohitajika.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Angalia ubora wa majadiliano na maswali yanayoulizwa.

## Kipindi 9 Mwongozo wa Kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kujadili mwongozo wa kitaifa wa Ushauri Nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari
2. Kuwianisha mwongozo na Ushauri Nasaha kwa ajili ya VVU
3. Kueleza amali na tabia ya Mshauri Nasaha bora

### Zana za Kufundishia:

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta. Mwongozo wa Kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari wa Mwaka 2005

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M3-12.
- Andaa makala ya kufundishia kwa kompyuta ya kipindi M3-12.
- Andaa nakala za kutosha za mwongozo.
- Soma kupata maarifa husika.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Mwongozo wa Kitaifa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki kwenye shughuli za somo.
- Wagawie washiriki mwongozo na uwape dakika kumi za kuusoma kimya kimya.
- Mwombe kila mshiriki ataje vitu viwili alivyoviona kwenye mwongozo ambavyo ni vya muhimu kwa Mshauri Nasaha.
- Orodhesha yote yaliyotajwa na uongoze mjadala wa kuonesha jinsi ambavyo mwongozo unavyoonesha njia na jinsi mwongozo ulivyo muhimu kwa Mshauri Nasaha.
- Hitimisha kwa konesha umuhimu wa Mshauri Nasaha kufuata misingi iliyoko kwenye mwongozo.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Hitimisha kipindi kwa maswali na majibu ili kupima uelewa wa mada.

## Kipindi 10 Mazoezi Kituoni (Dakika 60)

### Malengo:

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuelewa hatua za kufuata wakati wa mazoezi kituoni

### Zana za Kufundishia:

Ratiba ya usimamizi, hatuakazi

### Maandalizi ya Awali:

- Andaa nakala za kutosha za kitini M8-9.
- Wasiliana na wanasih walioko vituoni.
- Andaa ratiba ya usimamizi.
- Andaa mpango wa mazoezi kituoni.
- Andaa hatuakazi.
- Andaa orodha ya mambo ya tathmini na fomu zinazohitajika.

### Hatua za Uwezeshaji:

#### Hatua 1: Mazoezi kituoni (Dakika 55)

- Anzisha somo kwa kueleza malengo ya kipindi kabla ya kuwaongoza washiriki katika mazoezi ya kipindi.
- Waeleze washiriki hatua za kufuata wakati wa mazoezi na uwape orodha ya wanayotakiwa kufanya.
- Wape washiriki nafasi ya kufahamiana na wanasih.
- Waongoze kwa wanayotakiwa kufanyika.
- Ongoza majadiliano kuhusu malengo ya mazoezi kituoni.
- Toa muhtasari wa kipindi.

#### Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)

- Tathmini kwa kutumia maswali na majibu.

## Kipindi 11 Kubadilishana Uzoefu wa Kituoni (Dakika 60)

### **Malengo:**

Mwisho wa kipindi hiki washiriki wanatarajiwa kuweza:

1. Kuchangia uzoefu kwa lengo la kuimarisha mbinu za Ushauri Nasaha

### **Zana za Kufundishia:**

Bangkokitita (stendi, gundi lipiku na kalamu za maka) au ubao (wa chaki), projekta akisi na kompyuta, ratiba ya usimamizi, hatuakazi

### **Maandalizi ya Awali:**

- Andaa nakala za kutosha za kitini M8-10.
- Andaa ratiba ya usimamizi.
- Andaa hatuakazi.

### **Hatua za Uwezesaji:**

#### **Hatua 1: Kubadilishana uzoefu (Dakika 55)**

- Tambulisha kipindi na ueleze malengo.
- Waongoze washiriki kubadilishana uzoefu kwa kueleza huduma ngumu walizopata.
- Ongoza uchambuzi wa huduma zinazoelezwa kutolewa.
- Toa muhtasari wa kipindi.

#### **Hatua 2: Tathmini (Dakika 5)**

- Tathmini kwa kutumia maswali na majibu.



# KIAMBATISHO



Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari  
Mwongozo wa Mwezesaji

Muda / Siku	SIKU 1	SIKU 2	SIKU 3	SIKU 4	SIKU 5	SIKU 6
2:00-2:15	Registration and administrative issues and Official opening	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho
2:15-3:15		Stadi za Maisha	Njia za Maambukizi ya VVU na Mienendo Hatarishi	Nadharia za Ushauri Nasaha: Muhtasari	Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Muhtasari	Weekly Test
4:15-4:45	Zoezi kabla ya mafunzo		Muhtasari wa Uambukizaji Kutoka kwa Mama Kwenda kwa Mfoto na Mpango Wa Kuzuia Uambukizaji wa Mama Kwa Mtoto	Nadharia ya Uchambuzi Kiakili	Kiwango cha Utoaji Huduma za Upimaji wa VVU na Ushauri Nasaha(KUHU) na Protokali za Ushauri Nasaha	Ushauri Nasaha: Stadi za Kusikiliza na Kuuliza
4:15-4:45		<b>CHAI</b>				
4:45-5:45	Utambulisho	Lugha inayohusiana na VVU	Mikakati ya Kuzuia Maambukizi ya VVU	Nadharia ya Kitabia	Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Hatua Kuu za Ushauri Nasaha	Ushauri Nasaha: Stadi za Kutumia Ukimya
5:45-6:45		Taarifa Muhimu kuhusu VVU na UKIMWI		Nadharia ya Uelewa	Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Mbinu Saidizi katika Ushauri Nasaha	Ushauri Nasaha: Stadi za Kutumia Lugha ya Mwili
6:45-7:45		<b>CHAKULA</b>				
7:45-8:45	Kujifahamu	Kinga ya mwili na VVU	Simulizi Zisizo Kweli kuhusu VVU na UKIMWI	Nadharia ya Ubinadamu	Mchakato na Taratibu za Ushauri Nasaha: Vikwazo katika Ushauri Nasaha	X
8:45-9:45	Amali		Istilahi Itumikayo katika Upimaji wa VVU	Stadi za Mawasiliano: Muhtasari	Sifa za Mshauri Nasaha Bora	
9:45-10:00		<b>CHAI</b>				
10:00-11:00	Kujielewa	Hali ya VVU na UKIMWI	Nafasi ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari katika Kuzuia Maambukizi ya VVU, Kutoa Matunzo na Kuhimili Hali Halisi	Stadi za Mawasiliano: Mawasiliano Kamilifu	Wajibu wa Mshauri Nasaha Bora	

Muda / Siku	SIKU 7	SIKU 8	SIKU 9	SIKU 10	SIKU 11	SIKU 12
	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho
2:00-2:15	Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa : Muhtasari	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Kuendeleza Mikakati ya Kupunguza Hatari ya Ushauri	Wajibu wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari katika Ushauri Nasaha kwa Wenzi	Stadi za Ushauri Nasaha kwa Watoto	Ujumla wa Matunzo katika VVU na UKIMWI	Weekly Test
2:15-3:15	Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Kuchambua Mienendo Hatarishi	Ushauri Nasaha Baada ya Kupimwa: Kutoa Majibu Chanya ya Vipimo vya VVU	Nasaha kwa Wenzi	Kuwahudumia Watu Wenye Ulemavu Katika Mtazamo wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU	Wajibu wa Mshauri Nasaha kwenye Huduma ya Dawa za Kupunguza Makali ya UKIMWI	Ushauri Nasaha wa Lishe katika Hali ya Kuishi na VVU na UKIMWI
4:15-4:45	<b>CHAI</b>					
4:45-5:45	Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Kuandaa Mpango wa Kupunguza Hatari	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Kumwatifu mwenzi hali ya maambukizi ya VVU	Ushauri Nasaha kwa Familia	Mbinu za Ushauri Nasaha kwa Makundi Yaliyo Katika Hatari ya Maambukizi ya VVU	Muhtasari wa Maambukizi ya Kushabihiana kwa Kifua Kikuu na VVU	Unyanyapaa na Kutengwa katika Hali ya VVU na UKIMWI - 1
5:45-6:45	Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Majibu ya Vipimo vya VVU na Yanayoweza Kujitokeza	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Ushauri Nasaha Saidizi	Msaada wa Kisaikolojia na Kijamii katika Ushauri Nasaha kwa Familia	Ushauri Nasaha wakati wa Upeo wa Mgogoro	Ushauri Nasaha Unaohusu Kifua Kikuu na VVU na Uchunguzi wa awali wa Uambukizo wa Kifua Kikuu	Unyanyapaa na Kutengwa katika Hali ya VVU na UKIMWI - 2
6:45-7:45	<b>CHAKULA</b>					
7:45-8:45	Ushauri Nasaha kabla ya Kupimwa: Maigizo Dhima	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Maigizo dhima	Stadi za Ushauri Nasaha kwa Vijana	Ushauri Nasaha wa Kupotelewa, Majonzi na Makiwa	Muhtasari wa Magonjwa ya Ngono na Magonjwa ya Uzazi	X
8:45-9:45			Vipengele Vinavyoimarisha Ushauri Nasaha kwa Vijana	Kumsaidia Mteja na Anayehusu Kuhimili Kupotelewa	Muhtasari wa Magonjwa Nyemelezi	
9:45-10:00	<b>CHAI</b>					
10:00-11:00	Ushauri Nasaha baada ya Kupimwa: Kutoa Majibu Hasi ya Vipimo vya VVU	Ushauri Nasaha kwa Wenzi	Muhtasari wa Ushauri Nasaha kwa Watoto na Masuala yake ya Kisheria	Muhtasari wa Huduma za Matunzo na Matibabu katika VVU na UKIMWI	Lishe katika Hali ya Kuishi na VVU na UKIMWI	
11:00-11:20	<b>Mazoezi ya ushauri nasaha</b>					



Muda / Siku	SIKU 13	SIKU 14	SIKU 15	SIKU 16	SIKU 17	SIKU 18
2:00-2:15	Mrejesho Masuala ya Kisheria na Haki za Binadamu	Mrejesho Kuunda Mfumo wa Rufaa na Mitandao	Mrejesho Upimaji wa VVU Moduli 7	Mrejesho Upimaji wa VVU Moduli 7	Mrejesho Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Kujenga Mahusiano	Mrejesho Usimamizi wa Mshauri Nasaha
2:15-3:15	Mrejesho Masuala ya Kisheria na Haki za Binadamu kwa Watoto	Mrejesho Stadi za Kuingia Ndani ya Jamii	Mrejesho Upimaji wa VVU Moduli 7	Mrejesho Upimaji wa VVU Moduli 7	Mrejesho Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Uvumbuzi	Mrejesho Mwongozo wa Kitafa wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari
4:15-4:45	CHAI					
4:45-5:45	Tahadhari ya Jumla na Kuimarisha Kuzuia Maambukizi	Ufuatiliaji na Tathmini ya Huduma za Ushauri Nasaha na Usimamizi wa VVU kwa Hiari	Upimaji wa VVU Moduli 7	HIV Testing in VCT Module 7	Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Uelewa	Zoezi baada ya mafunzo
5:45-6:45	Njia za Utoaji wa Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU Nchini Tanzania	Zana za Kukusanyia Taarifa na Kuandaa Ripoti	Upimaji wa VVU Moduli 7	Upimaji wa VVU Moduli 7	Mazoezi ya Ushauri Nasaha: Kupanga Utekelezaji	
6:45-7:45	CHAKULA					
7:45-8:45	Kuanzisha Kituo cha Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari	Zana za Kukusanyia Taarifa na Kuandaa Ripoti	Upimaji wa VVU Moduli 7	Upimaji wa VVU Moduli 7	Utangulizi wa Maadili katika Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari	X
8:45-9:45	Mifumo ya Utoaji wa Huduma ya Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari		Upimaji wa VVU Moduli 7	Upimaji wa VVU Moduli 7	Maadili katika Ushauri Nasaha na Upimaji wa VVU kwa Hiari	
9:45-10:00	CHAI					
10:00-11:00	Usimamizi wa Mtiririko wa Wateja	Usimamizi na Mtiririko wa Taarifa	Upimaji wa VVU Moduli 7	Upimaji wa VVU Moduli 7	Msaada wa Kitaalamu kwa Mshauri Nasaha	
11:00-11:20	Mazoezi ya ushauri nasaha					

# (KIAMBATISHO 1-4)

# RATIBA YA MAFUNZO (WIKI YA 4)

Muda / Siku	SIKU 19	SIKU 20	SIKU 21	SIKU 22	SIKU 23	SIKU 24
2:00-2:15	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho	Mrejesho
2:15-3:15	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Kubadilishana Uzoefu wa Kituoni
4:15- 4:15	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Kubadilishana Uzoefu wa Kituoni
4:15-4:45	CHAI					
4:45-5:45	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Kubadilishana Uzoefu wa Kituoni
5:45-6:45	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Tathmini ya mafunzo
6:45-7:45	CHAKULA					
7:45-8:45	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Ufungaji wa Mafunzo
8:45-9:45	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	Mazoezi Kituoni	



## (KIAMBATISHO 2-1) ZOEZI KABLA NA BAADA YA MAFUNZO

Chagua jibu sahihi kwa kila swali ndani ya jedwali na uandike herufi ya jibu hilo kwenye nafasi ya jibu upande wa kulia

Jina.....Shirika .....

NAMBA YA SWALI	MAUDHUI	SWALI	JIBU
1.	Kuenea kwa VVU	Njia kuu ya maambukizi ya VVU ni: A. Kuonana kimwili na mtu aliye na maambukizi B. Mwingiliano wa majimaji ya mwili na yale ya mtu mwenye maambukizi C. Kwa njia ya kuongezewa damu D. Kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto kwa njia ya kunyonyesha	
2.	Kuzuia kuenea kwa VVU	Maambukizi ya VVU yanaweza kuzuia kwa: A. Kufanya ngono salama peke yake B. Kuwa mwaminifu kwa mwenzi mmoja kwa wakati mmoja C. Kuepuka mwingiliano wa majimaji ya mwili na yale ya mtu mwenye maambukizi D. Kuzuia maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto pekee	
3.	Magonjwa nyemelezi	Magonjwa nyemelezi: A. Yapo zaidi kwenye nchi za joto B. Hutokea mara kwa mara kwa mtu ambaye kinga yake imeshuka kutokana na VVU C. Ni malaria na kuhara tu D. Huwashambulia watoto ambao wamezaliwa na mama wenye maambukizi ya VVU	

4.	Magonjwa ya ngono	<p>Kutibu magonjwa ya ngono husaidia kupunguza maambukizi ya VVU kwa sababu;</p> <p>A. Njia za maambukizi ya VVU na magonjwa ya ngono ni sawa</p> <p>B. Njia zinazotumika kujikinga na VVU ni sawa na njia za kujikinga na magonjwa ya ngono</p> <p>C. Magonjwa ya ngono husababisha vidonda ambavyo huweka njia rahisi ya VVU kuingia mwilini</p> <p>D. Kupungua kwa kinga ya mwili kunakotokana na VVU huongea uwezekano wa kuambukizwa kwa</p>	
5.	Kaswende	<p>Kaswende ni mojawapo ya magonjwa ya ngono lakini inatofautiana na magonjwa mengine ya ngono kwa kuwa:</p> <p>A. Ina hatua tatu maalumu za makuzi</p> <p>B. Inaweza kuambukiza kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto</p> <p>C. Inweza kuleta ugumba</p> <p>D. Haipo kwa wingi nchini Tanzania</p>	
6.	Kifua kikuu	<p>Kifua kikuu</p> <p>A. Siyo ugonjwa wa kuambukiza</p> <p>B. Kinaoanishwa na VVU mara chache sana</p> <p>C. Kinaweza kuenea kwa kupiga chafya na kukohoa</p> <p>D. Kinaweza kuzuiwa kwa kuwapa wanaoishi na VVU chanjo ya kifua kikuu</p>	
7.	Dawa za kupunguza makali ya UKIMWI	<p>Mtu anayetumia dawa za kupunguza makali ya UKIMWI</p> <p>A. Hataugua magonjwa nyemelezi</p> <p>B. Hatamwambukiza mtoto kwa njia ya kunyonyesha</p> <p>C. Atakuwa na afya bora kwa kutumia dawa aina moja tu</p> <p>D. Atumie dawa nyingine baada ya kupata maagizo kutoka kwa daktari</p>	



8.	Misingi ya ushauri nasaha	Ushauri nasaha ni A. Kumpa ushauri mtu mwingine B. Kumwelekeza mtu aweze kutatua tatizo lake C. Kumweleza mtu kitu ambcho ni lazima afanye ili atatue tattizo D. Uhusiano wa kusaidia unaomwezesha anayesaidiwa kufanya maamuzi yanayotokana na	
9.	Mawasiliano kamilifu	Mawasiliano kamilifu ni: A. Kueleweka na mtu mwingine B. Kuuliza maswali ili kuelewa C. Kuhakikisha kuwa ujumbe sahihi unamfikia mtu mwingine D. Kumjibu mtu mwingine kwa usahihi	
10.	Mbinu za ushauri nasaha	Mbinu saidizi za ushauri nasaha zinatumiwa: A. Wakati ni muhimu kumpa mteja taarifa zaidi B. Kusaidia mbinu kuu za ushauri nasaha C. Kuchambua mbinu kuu za ushauri nasaha D. Mteja anapokuwa jeuri	
11.	Mazingira ya ushauri nasaha	Mazingira ya ushauri nasaha ni yale yanayomhakikishia mteja: A. Faragha na ukaaji mzuri. B. Usiri, faragha na ukaaji mzuri. C. Hapana usumbufu kama vile kelele za magari au simy. D. Faragha peke yake	
12.	Maadili ya taaluma ya ushauri nasaha	Maalili ya taaluma ya ushauri nasaha ni: A. Mpangilio wa maadili mema unaomwongoza Mshauri Nasaha katika uhusiano wake na mteja. B. Ambazo haziguswi na mila na desturi na mifumo mingine. C. Kukubali, kuaminika na usiri lakini siyo kuwa na msimamo. D. Humfanya mwajiri kuwajibika	
13.	Huduma ya Ushauri nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari	Unahusu A. Kujitolea kwa ajili ya ushauri nasaha na mafunzo B. Kujitolea kupima C. Mbinu mbalimbali za ushauri nasaha D. Utoaji wa huduma za ushauri nasaha naupimaji wa VVU kwa hiari	



NAMBA YA SWALI	MAUDHUI	SWALI	JIBU
14.	Ushauri nasaha kabla ya kupimwa	Ushauri nasaha kabla ya kupimwa hutolewa ili: A. Kumwomba mteja kutoa ridhaa ya kupimwa VVU B. Kuelewa ufahamu wa mteja kuhusu taarifa za VVU na UKIMWI C. Kumwonesha mteja kuwa kupima VVU ni muhimu D. Kumsadidia mteja kutafakari juu ya maisha yake, kutathmini hatari zilizopo, kuandaa mpango wa kupunguza hatari na mwisho kutoa ridhaa ya kupima VVU	
15.	Ushauri nasaha baada ya kupimwa	Wakati wa ushauri nasaha baada ya kupimwa: A. Mteja anaulizwa tu kama yuko tayari kupokea majibu yake au la B. Mteja anaandaliwa, anapewa majibu yake na kisha anaruhusiwa kwenda nyumbani C. Mteja anaombwa arudi kesho yake ili apokee majibu yake D. Mteja anaandaliwa, anapewa majibu yake na kisha anasaidiwa kuhimili hali ya majibu ya vipimo vya VVU	
16.	Ushauri nasaha wa mmoja mmoja na wa kundi	Ushauri nasaha wa mtu mmojammoja na wa kundi: A. Aina zote mbili za ushauri nasaha humsaidia mteja kuwa na mwelekeo, kujiweka imara na kuchukua majukumu. B. Aina zote mbili hazishughuki na mahitaji ya kawaida ya mteja,, wasiwasi na uzoefu wa mteja. C. Katika aina zote mbili za ushauri nasaha mteja haitaji faragha, uhusiano wa siri ili kutumia raslimali zake. D. Njia zote mbili hazitafuti njia mpya za kujaribu kuhusikana na mteja.	
17.	Ushauri nasaha kwa wenzi	Wenzi katika ushauri nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari ni: A. Majirani wawili walio marafiki B. Watu wawili au zaidi walio na au wanataka kuanzisha uhusiano wa kingono. C. Watu waliooana. D. Kaka na dada.	



18.	Ushauri nasaha kwa wanawake wajawazito	Ushauri nasaha kwa wanawake wajawazito ni pamoja na: A. Kuwapa rufaa kwenda kwenye huduma za kuzuia maambukizi kutoka kwa mama kwenda kwa mtoto B. Masuala ya imani za dini C. Shughuli za uzalishaji mali D. Jinsi ya kumlisha mwenzi wake	
19.	Ushauri nasaha kwa vijana	Ujana ni kipindi chenye: A. mabadiliko mengi ya kimwili na kisaikolojia. B. Kujiwekea malango ya maisha. C. Kundi la watu wenye umri kati ya miaka 30 na 50 D. Wasiojiingiza kwenye hatari.	
20.	Jinsia na VVU	Fikramgando za jinsia uhamasisha kuenea kwa VVU kwa sababu: A. Zinajenga utegemezi wa wanawake kwa wanaume B. Wanawake wan kazi nyingi kuliko wanaume C. Wanawake wanafanya mambo ya kuwashawishi wanaume kufanya ngono	
21.	Unyanyapaa	Chagua sentensi moja ambayo ni kweli kuhusu unyanyapaa na kubagua A. Viongozi wa dini hawana unyanyapaa wa aina yoyote kwa wafuasi wao B. Unyanyapaa na kutenga huwazuia watu wengi kutoa taarifa ya hali yao ya maambukizi ya VVU C. Unyanyapaa unawasaidia watu kuwa waangalifu katika mambo yao D. Unyanyapaa hauna athari kwa watoto	
22.	Ubora katika ushauri nasaha na kupima VVU kwa hiari	Ubora katika ushauri nasaha na kupima VVU kwa hiari ni: A. Kuto huduma yenye utendaji kulingana na viwango, usalama kutoa matokeo na yenye unafuu kwa jamii. B. Unahakikisha ufanisi na uhakika. C. Unahakikisha kukubalika tu. D. hautakiwi katika hudumaza ushauri nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari	

23.	Ujumla wa matunzo	<p>Ujumla wa matunzo hufasiriwa kama:</p> <p>A. Kuwatembelea wanaoishi na VVU kwa njia ya huduma za nyumbani</p> <p>B. Kuunganisha huduma za matibabu na nyinginezo ndani ya jamii kwa ajili ya wanaoishi na VVU</p> <p>C. Kutumia huduma zilizopo ndani ya jamii kwa wanaozihitaji</p> <p>D. Kutumia huduma za matibabu ndani ya jamii kutibu wanaoishi na VVU</p>	
24.	Ushauri nasaha kwa upeo wa mgogoro	<p>Upeo wa mgogoro ni:</p> <p>A. Tukio la haraka na lisilotegemewa ambalo linamtatiza mtu kabisa kimawazo.</p> <p>B. Mhemko ambao mtu aliutegemea.</p> <p>C. Maumivu ya kimwili na kiakili yaliyosababishwa na taarifa mbaya.</p> <p>D. Usumbufu wa mawazo.</p>	
25.	Kupotelewa na Makiwa	<p>Majonzi ni:</p> <p>A. Kupotelewa na mpendwa wako.</p> <p>B. Kuomboleza baada ya kifo cha mpendwa wako.</p> <p>C. Kutengana na mpendwa wako.</p> <p>D. Maumivu makali ya kiakili yanayotokana na kupotelewa, maafa ama bahati mbaya.</p>	



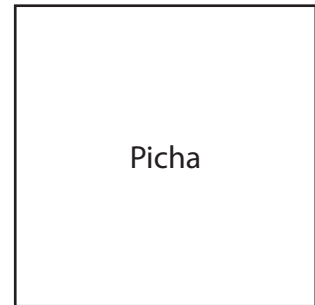
**(KIAMBATISHO 2-2) MAJIBU YA ZOEZI KABLA NA BAADA YA MAFUNZO**

NAMBA YA SWALI	JIBU SAHIHI
1.	A
2.	C
3.	B
4.	C
5.	A
6.	C
7.	D
8.	D
9.	C
10.	B
11.	B
12.	A
13.	D
14.	D
15.	D
16.	A
17.	B
18.	A
19.	A
20.	A
21.	B
22.	A
23.	B
24.	A
25.	D



## (KIAMBATISHO 3) KIAPO CHA USIRI

### KIAPO CHA USIRI



Mimi.....

Naelewa kwamba, katika utekelezaji wa majukumu yangu, kwenye huduma hii, Nitapata taarifa nyeti na binafsi kutoka kwa wateja wanaokuja kupata huduma ya ushauri nasaha na upimaji wa VVU kwa hiari. Naelewa kuwa taarifa za mteja ni za usiri wa hali ya juu na ninaahidi kuulinda usiri huo kwa washiriki wote.

Nitaulinda usiri wa wateja kwa kutokujadili au kutoa taarifa hizo kwa mtu yeyote asiyehusika ikiwa ni pamoja na ukweli kuwa mteja huyo amekuja kupata huduma hii. Mtu asiyehusika ni pamoja na familia yangu, marafiki, wafanyakazi wenzangu, viongozi wa jamii na wengine wote. Majukumu yangu pamoja na mambo mengine ni kufahamu majibu ya vipimo vya VVU vya mteja. Ninaelewa kuwa majibu ya vipimo vya VVU vya mteja ni lazima yaangaliwe kwa usiri mkubwa zaidi.

Naelewa madhara yanayoweza kujitokeza kwa mteja ambaye majibu yake yatafahamika kwa mtu asiyehusika. Naelewa kuwa kutoa nje taarifa za mteja kwa uamuzi wangu mwenyewe ni kosa na matokeo yake yanaweza kuwa ni kuachishwa kazi ama kuchukuliwa hatua za kisheria.

Saini:.....

Shahidi:.....

Tarehe: .....

JINA:.....

ANUANI.....

MKOA:.....WILAYA:.....

KITUO CHA KAZI .....

ANUANI: .....

SIMU:.....

NUKUSHI:.....

BARUA PEPE: .....



## (KIAMBATISHO 4) MFUMO WA RIPOTI YA MAFUNZO

### Taarifa za awali: Namba za kurasa ni za kirumi

#### 1. Ukurasa wa juu:

- a. jina la Wizara kwa kirefu
- b. Jina na tarehe ya mafunzo
- c. Mahali pa mafunzo
- d. Picha husika (kama ipo)
- e. Anuani ya Mpango wa Taifa wa Kudhibiti UKIMWI

#### 2. Yaliyomo

#### 3. Vifupisho

#### 4. Shukrani

#### 5. Muhtasari wa mafunzo

### Ripoti yenyewe: Namba za kurasa ni za kiarabu

#### 1. Dibaji

- a. Utangulizi
- b. Washiriki wa mafunzo (kwa jinsi na vyeo)
- c. Wawezeshaji
  - i. Wawezeshaji wa muda wote wa mafunzo
  - ii. Wawezeshaji wa muda
  - iii. Wasimamizi wa mazoezi vituoni

#### 2. Uongozi wa mafunzo

- a. Uongozi wa washiriki
- b. Matarjio ya washiriki
- c. Wasiwasi wa washiriki

- d. Taratibu za kuongoza mafunzo

### 3. Malengo

- a. Lengo kuu
- b. Malengo mahsusi

### 4. Mbinu za uwezesaji

- a. Njia za uwezesaji
- b. Vifaa vya kufundishia
- c. Njia za tathmini

### 5. Muhtasari wa maelezo wakati wa kufungua na kufunga mafunzo

- a. Ufunguaji
- b. Shukrani (kama zilitolewa)
- c. Ufungaji
- d. Shukrani (kama zilitolewa)

### 6. Muhtasari ya maudhui yaliyofundishwa

- a. Orodha ya moduli zilizofundishwa (pamoja na vipindi vilivyofundishwa kwa kila moduli)
- b. Muhtasari wa vipindi vilivyofundishwa (Maelezo kwa kifupi ya mambo yaliyojadiliwa kwa kila kipindi)

### 7. Tathmini ya mafunzo

- a. Ripoti za kila siku za mafunzo (mrejesho na yaliyojitokea na kujadiliwa)
- b. Zoezi kabla na baada ya mafunzo
- c. Mitihani ya kila wiki
- d. Tathmini ya mazoezi vituoni

### 8. Vipingamizi na mapendekezo ya wawezeshaji

- a. VVipingamizi
- b. Mapendekezo



## **Viambatisho**

1. Ratiba
2. Orodha ya Washiriki
3. Orodha ya mpangilio wa washiriki kwenye vituo vya mazoezi
4. Zoezi kabla na baada ya mafunzo na makala yenye majibu ya kusahihishia
5. Mtihani wa wiki ya kwanza na makala yenye majibu ya kusahihishia
6. Mtihani wa wiki ya pili na makala yenye majibu ya kusahihishia
7. Matokeo ya ufanisi wa washiriki (Jedwali linaloonesha ufanisi na matokeo ya kufaulu)
8. Mifano ya kisa mkasa







