

Këshillimi

Këshillimi është proces ndëraktiv, që karakterizohet nga një marrëdhënie unike ndërmjet këshilluesit e klientit, një marrëdhënie, e cila bën që klienti të ndryshojë sjelljen, si dhe aftësitë dhe njohuritë e tij lidhur me vendimarrjen. Në këtë mënyrë, këshillimi është një proces bashkëveprimi dypalësh, që e ndihmon klientin të zbulojë mënyrën sesi ai mendon, sesi ndihet dhe si vepron, me qëllim përmirësimin e jetës së tij. Këshillimi ka për qëllim të zbulojë, të identifikojë dhe të hartoj strategji realiste dhe të arritshme. Këshillimi ndihmon në krijimin e perspektivave të reja dhe të ndryshme. Prespektivat e reja mund të ndihmojnë klientët për të parë dhe për të vlerësuar ndryshe, një situatë apo një problem. Efektiviteti i procesit të këshillimit vlerësohet nga ndryshimet pozitive që ndodhin me klientin. Klienti është personi më i rëndësishëm për këshilluesin. Profesionistët që punojnë në rolin e këshilluesit hartojnë planet e ndërhyrjes dhe strategji të përcaktuara, duke ju referuar veçorive individuale të çdo klienti dhe reagimeve të tyre. Këshillimi është një mënyrë të punuari, që kërkon përkushtimin e duhur dhe që ka një kosto të caktuar. Këshillimi ndikon në mënyrë të drejtpërdrejtë në procesin e të menduarit, të ndjerit dhe të vepruarit. Këto procese, tek individët që kanë nevojë të këshillohen, janë të ndërvarura me njëra-tjetrën, dhe ndryshimi tek njeri proces sjell ndryshim dhe tek procesi tjetër. Këshilluesi duhet të jetë profesionist, të ketë aftësitë e duhura për të punuar me klientë të ndryshëm, pasi çdo klient është unik dhe ka veçoritë e tij individuale, lidhur me mënyrën sesi përshtatet me mjedisin dhe situatat e ndryshme.

Këshillimi ofron mbështetje psiko-sociale për probleme të caktuara, në situata të ndryshme.

Këshillimi për HIV/AIDS është një proces dypalësh konfidencial mes Klientit dhe Këshilluesit, ka për qëllim të jap informacion, të mbështes, të lehtësojë dhe ndërgjegjësojë klientin mbi rezultatin e testimit, duke vlerësuar riskun personal të transmetimit të HIV dhe lehtësimin e përshtatjes së sjelljeve parandaluese.

Këshillimi i HIV/AIDS ka dy objektiva:

- Të parandalojë përhapjen e infeksionit dhe transmetimit të tij nëpërmjet ndryshimit të sjelljeve.
- Të sigurojë mbështetjen psiko-sociale.

Këto synime arrihen nëpërmjet

- Informimit të klientit rreth HIV/AIDS dhe pasojave të tij në jetën e përditshme.
- Informimit rreth mënyrave të dhënies së ndihmës për personat, familjarët apo miqtë e prekur nga HIV/AIDS, në mënyrë që të përballohen reagimet e ndryshme emocionale.

- Diskutimit lidhur me masat që duhen ndërmarrë për të plotësuar nevojat e klientëve dhe për të lehtësuar rrethanat në të cilat ata ndodhen.
- Nxitjes së ndryshimeve të cilat janë të nevojshme, për të parandaluar dhe kontrolluar infeksionet.

Mbështetja psiko-sociale

Njerëzit e diagnostikuar me virusin HIV përballen me një mori problemesh, të cilat kërkojnë mbështetje emocionale e praktike. Ankthi rreth përhapjes së infeksionit, izolimi fizik, hospitalizimi, diskriminimi në komunitet apo familje, humbja e shtëpisë, ndërprerja e shkollimit, efektet fizike të sëmundjes, përparimi i sëmundjes, humbja e lidhjeve, zemërimi, vetmia dhe depresioni, janë të gjitha probleme të cilat duhen trajtuar. Këto probleme mund të jenë vazhdueshme, si për personin me HIV/AIDS, ashtu dhe për personat që sigurojnë kujdesin për ta. Fakti që keto probleme nuk janë gjithnjë konstante dhe të parashikueshme, shkakton probleme emocionale. Në këtë situatë, është i nevojshëm realizimi i procesit të këshillimit. Këshillimi mund të jetë veçanërisht i dobishëm në përcaktimin e rrethanave, në të cilat këto probleme shfaqen si dhe, në ndihmën që i jepet individit për të planifikuar rrugët, dhe mënyrat e përballimit të tyre në një mënyrë proaktive. Këshillimi e ndihmon individin të reagojë ndaj problemeve me të cilat ai ndeshet.

Këshillimi duhet të ndihmojë ata individë që janë të prekur nga HIV/AIDS për të jetuar si gjithë të tjerët, duke rritur aftësitë e tyre për të vendosur kontroll mbi gjithçka që lidhet me jetën e tyre. Është detyrë e këshilluesit, që herë pas here problemet që shfaqen, t'i vlerësojë dhe t'i trajtojë në një këndvështrim të ri. Këshilluesit shpesh mund të marrin edhe rolin e mbrojtësit apo "avokatit të pacientit", duke gjeneruar një fuqi terapeutike tek individët, familjet dhe tek shoqëria duke siguruar mbështetje për ta. Mbështetja emocionale, që sigurohet nëpërmjet procesit të këshillimit, e ndihmon klientin të vazhdojë të jetë aktiv në punën e tij të përditshme, në procesin e edukimit, në jetën familjare dhe atë shoqërore, si dhe bën të mundur uljen e varësisë që individi ka krijuar ndaj shërbimeve sociale dhe atyre shëndetësore. Gjithashtu, kjo mbështetje mund të ndihmojë në reduktimin e problemeve psikologjike që individi ka.

Një nga qëllimet kryesore të procesit të këshillimit të personave me HIV/AIDS, është parandalimi i infeksionit.

Kjo arrihet nëpërmjet:

- Përcaktimit të qartë se, cilat sjellje individuale apo në grup përbëjnë rrezik të lartë për infektimin nga HIV.

- Punës ndërgjegjësuese me grupe të caktuara individësh për të rritur shkallën e të kuptuarit të rreziqeve që vijnë si pasojë e sjelljeve të dëmshme.
- Të përcaktosh së bashku me ta, sesi jeta e tyre, zakonet/vlerat, vetë-imazhi është i lidhur me këto sjellje (presioni i edukatorëve).
- Rritjes dhe zgjerimit të aftësive dhe kapaciteteve individuale për të modifikuar sjelljen.
- Puna me individët për të treguar dhe mbajtur sjelljet të shëndetshme.

Këshillimi është pjesë e parandalimit parësor. Këshillimi në parandalimin parësor fokusohet në diskutimin e sjelljeve të rrezikshme dhe promovimin e mënyrave të shëndetshme të sjelljes dhe rritjen e ndërgjegjësimit përmes informimit dhe edukimit. Në çdo shoqëri, një tërësi individësh e grupesh është në rrezik (punëtorët e seksit, gjithashtu të rinjtë që duan të fitojnë shpejt lekë, klientët, si dhe partnerët seksualë të klientëve, përdoruesit e drogërave dhe partnerët e tyre seksualë, ushtarakët, shoferët e transportit të mallrave, emigrantët të cilët kalojnë periudha të gjata kohe larg shtëpisë si dhe adoleshentët; të gjithë këta janë nën presionin e situatave të përditshme, për t'u përfshirë në sjelljet me rrezik). Çdo person mund dhe duhet të testohet për virusin HIV. Kjo duhet të bëhet në një kontekst mbështetës, duke u fokusuar në nevojën për rritjen e përgjegjësisë personale për veten dhe për partnerët e tyre seksual.

Adaptimi i praktikave dhe sjelljeve të shëndetshme që eliminojnë ose minimizojnë mundësinë e infektimit të partnerëve seksualë, përdorimi i prezervativëve, praktikave seksuale me rrezik të ulët, janë të rëndësishme për të patur një shëndet optimal.

Parandalimi dhe mbështetja duhet të shkojnë gjithmonë paralelisht. Në rast se përpjekjet synojnë të pengojnë transmetimin e infeksionit HIV, pa u shoqëruar me mbështetje psiko-sociale, mundet që këto të jenë të pa efektshme. Mesazhet e lidhura me parandalimin janë gjithmonë të efektshme, kur janë të pranueshme dhe të adoptueshme sipas nevojave dhe mënyrës së jetës së individit. Mbështetja psikologjike e fituar nga procesi i këshillimit rrit përgjegjësinë individuale, për të pranuar informacinin e ri, dhe për të ndryshuar mënyrën e jetesës.

Këshillimi i HIV/AIDS, mund të bëhet pranë qendrave të VCT. Ka disa lloje këshillimi. Nuk ekziston një metodë këshillimi, që t'i përshtatet çdo rasti. Ato ndryshojnë në varësi të veçorive individuale, nevojave të personave që këshillohen dhe llojit të shërbimit shëndetësor/social që ofrohet. Këshillimi efektiv nuk ka skema shabllon ose metoda fikse. Zgjedhja e teknikave të tij ndikohet nga shumë faktorë.

- Nevojat e klientit.
- Llojin e problemeve.
- Stadin ku ka arritur zgjidhja e problemit, kur nis këshillimi.

Disa mënyra të ofrimit të këshillimeve.

- Këshillim përmes telefonit.
- Këshillim individual.
- Këshillim në grup.
- Këshillim me një seancë të vetme.
- Këshillim afatshkurtër.
- Këshillim afatgjatë.

Aftësia kryesore gjatë këshillimit për HIV/AIDS është ajo e komunikimit të personalizuar.

Këshillimin për HIV mund ta ofroj çdo person i trajnuar dhe i certifikuar si këshillues, pranë qendrave të VCT. Këshilluesit kanë disa aftësi bazë:

Empatia- të kuptosh si ndihen të tjerët.

Përshtatshmëria-të jeni i qëndrueshëm në atë që bëni, thoni dhe që jeni.

Sjellje e pakushtëzuar pozitive-pranim i klientit edhe kur nuk je dakort me sjelljen e tij / saj.

Respekti- lejo klientin të shprehet lirshëm pa e gjykuar.

Fshehtësia- ruaj konfidencialitetin.

Përgjegjësia- jepi klientit informacionin kështu që, hapat që janë të lidhur me angazhimin dhe vendimarrjen të mund të kryhen.

Ndershmëria- siguron vendime të lira dhe përgjegjësi të miratuar bazuar në informacion të saktë.

Të kuptuarit- kuptimi i klientëve të ndryshëm, me diferenca të ndryshme në vlera, kushte, eksperiencia.

Afrimiteti- përgjigjuni me ngrohtësi nevojave të klientit.

Respekto- Respekto diversitetin njerëzor.

Efektshmëria- punoni me efektshmëri nën presionin e kushteve.

Elasticiteti- ji i hapur ndaj reagimeve të papritura, opinioneve ose vendimeve.

Rëndësia e Këshillimit për HIV

Diagnostikimi, dyshimi për sjellje të rrezikshme për infektimin dhe transmetimin e virusit HIV, shkakton probleme shëndetësore dhe psiko-sociale. Problemet e lidhura me HIV/AIDS shoqërohen me stigmën dhe diskriminimin duke ndikuar kështu: jetën familjare, marrëdhëniet seksuale, sociale, punën, shkollën, nevojat shpirtërore, statusin ligjor dhe të drejtat civile. Përshtatja dhe pranimi i gjendjes së re me virusin HIV përfshin, adaptimin dhe manaxhimin konstant të stresit. Ai është dinamik, evolues dhe shtron kërkesa të reja gjatë gjithë jetës mbi individin, familjen e tyre dhe komunitetin ku ata jetojnë. Shumë njerëz janë të kufizuar, ose

ndjehen të kufizuar në atë ç'ka mund të bëjnë me jetën e tyre. Pavarësisht se këto kufizime janë reale ose të imagjinuara, të kaluara apo të tanishme, të gjitha duhet të merren parasysh dhe të trajtohen, nëse duam që modifikimi i sjelljes të jetë i suksesshëm dhe i qëndrueshëm. Këshillimi duhet të sigurojë që, edukimi dhe informacioni të jepet në mënyrë të qartë dhe në përputhje me jetën e përditshme të personit në fjalë. Duhet marrë parasysh gjëra të tilla, si historinë e klientit, nevojat seksuale, puna, edukimi, aspiratat dhe shpresat. Këshillimi i familjes, të dashurve, miqve, punëdhënësve ose kolegëve të njerëzve me HIV, duhet të përfshijë dhënien e informacionit bashkëkohor. *Nëse këshillimi do të jetë efektiv, së pari duhet të shihet si i pranueshëm.* Pranueshmëria e tij gjithmonë do të përmirësohet, nëse në mënyrë të qartë merret parasysh natyra e shumë marrëdhënieve sociale, angazhimeve, detyrimeve që kanë individët. Secila nga këto marrëdhënie mund të ketë potencial për motivim e mbështetje të vazhdueshme.

Këshillimi i njerëzve rreth infeksionit të HIV/AIDS është i rëndësishëm sepse;

-HIV është i përjetshëm.

-Një person i diagnostikuar me HIV mund të ketë një presion të jashtëzakonshëm psikologjik, mund të bëhet pengesë për ndryshime konstruktive. HIV shoqërohet me frikë, keqkuptim, stigma e diskriminim.

-Ndryshimi i sjelljes mund të parandaloj një person që të marrë virusin HIV, ose ta transmetoj atë tek të tjetët.

Momente të vështira gjatë procesit të këshillimit

-Heshtja, klienti nuk do të flasë për një kohë të gjatë. Ky është një fenomen i njohur mes adoleshentëve, të cilët janë shumë të anktshëm ose të zemëruar, zakonisht sepse ata janë dërguar për këshillim e testim kundër dëshirës së tyre .

-Klienti fillon qan, shpreh lirshëm ndjenjat dhe emocionet e veta.

-Klienti refuzon ndihmën.

Sktruktura e procesit të këshillimit

Hyrje

Përshëndet klientin
Prezantohu
Theksimi i konfidencialitetit
Shpjego procesin e këshillimit
Vendos raport besimi

Vlerësimi

Pyete klientin çfarë e shqetëson atë
Kush tjetër e di
Sa ndikon në jetën e tyre
Plotëso skedën

Intervista

Puno së bashku
Identifiko prioritetet
Identifiko mundësitë për menaxhimin e shpejtë dhe nevojat për menaxhim të mëvonshëm
Thekso parandalimin
Identifiko mbështetje të tjera të duhura
Inkujrajo klientin në “marrjen e përgjegjësisë”

Përmbledhje

Përmbledh çfarë ka ndodhur dhe çfarë do të bëhet
Ofro mbështetje të vazhdueshme
Verifiko dhe qartëso të kuptuarin e klientit
Bëni shënimet
Mblllyni seancën

Diskutimi mbi këshillimin mund të jetë

- Specifik
- I fokusuar

Këshillim si proces

- Qartësim dhe adresim problemesh.
- Sigurim informacioni në opinione alternative dhe burime.
- Sigurimi i zgjidhjeve realiste .
- Nxitja për vendmarrje.

Linjat e këshillimit para testimit

- Prezantim i vetes.
 Theksim i arsyeve për test.
 Zbulimi i historisë së klientit.
- Seks i sigurt për veten dhe partnerin seksual.
 - Përdorimi i drogave intravenoze për veten dhe partnerin.
 - Gjak, nënprodukte gjaku, transplantime të sigurta.
 - Mundësi e procedurave jo sterile: tatuazh, injektim.
- Zbulimi i domethënies së periudhës dritare, dhe koha që nga ekspozimi i fundit ndaj rrezikut.
 Qartësimi i njohurive për HIV/AIDS.
 Zbulimi i të kuptuarit të testit të HIV dhe ndërhyrjet.
 Përballimi emocional.
 Stigma.
 Mbështetja e vlefshme sociale.
 Qartësimi i njohurive rreth testit dhe procedurave të testimit.
 Diskutimi i rezultateve të testimit.
- Kush duhet ta dijë rezultatin nëse është pozitiv, si duhet ta tregojmë atë, ftesa e personit (personave) për këshillim në shpjegim e situatës.
 - Vlerëso strategjitë në vlerësimin afatshkurtër dhe afatgjatë.

