

复元学院的特性与测试查核表

请注意，复元学院的特性与测试 (Recovery Colleges Characterisation and Testing, 简称RECOLLECT)

查核表受版权保护，未经许可不得修改。

如需更多信息，请访问：researchintorecovery.com/recollect

学员版本

如您是复元学院的学员，有使用(或在过去两年曾使用)心理健康服务，请填写这个版本。

简介

这份查核表旨在用来评估您的复元学院与我们所理解的理想复元学院有多接近，以帮助它进一步发展。查核表是一种工具，旨在通过鼓励您思考学院当前的优势和发展的领域，帮助您进一步发展您的学院。它不会有数值上的评分。

查核表有3个版本，分别为学员、朋辈培训员和复元学院主管而设。这份查核表是学员版本。我们认识到复元学院是如何共同举办和共同提供课程的，因此作为一个团队，您可以选用任何版本的查核表。不过，只有复元学院主管的版本涵盖第二部分，这部分归纳了复元学院5个组成部分的特徵。

说明

以下的页面列出复元学院的7个层面。每个层面都有3个描述复元学院的语句，即在发展的早期阶段(红色)，取得良好进展(橙黄色)，以及最符合我们理解的理想复元学院(绿色)的标准。在每一个层面，**请勾选最符合您自己对复元学院的看法和体验的语句。**

1. 重视平等：学员、培训员(包括朋辈培训员、临床医生、外来人员)及其他工作人员的贡献和优势得到同等重视。没有人会因为其背景或心理健康问题而被品评或受到不同的对待。

红色	橙黄色	绿色
<p><input type="checkbox"/> 我被当作病人看待。</p> <p>我觉得在复元学院有点像“病人”：因为我的心理健康问题而被品评和受到不同的对待。我不觉得在课程中我的声音得到重视，也不觉得受到培训员及其他工作人员的尊重。</p>	<p><input type="checkbox"/> 我受欢迎但有时仍觉得获不同的待遇。</p> <p>我觉得在复元学院受到欢迎，并不觉得遭受歧视。我与复元学院工作人员的关系和与其他学员的明显不同。有时我觉得被工作人员冷落了，或是如果他们在忙时，很难与他们单对单交谈。</p>	<p><input type="checkbox"/> 我受到尊重而我的看法获得重视。</p> <p>我以作为一个人受到欢迎，而不是一个病人。我获得尊重和得到有尊严的对待。我觉得我的声音和看法与其他人(学员、培训员、其他工作人员)的同样宝贵。培训员展现出耐心，并且了解我的价值和独特性。</p>
<p>意见(可自由填写)</p>		

2. 学习：复元学院采用成人教育方式，学员与培训师协作，通过分享经验、知识和技能互相学习。学员要对自己的学习负责，通过互动和反思的练习去学习。学员获得自我意识，了解他们的困难，并取得实用、相关的自我管理技能。学员选取最适合自己的兴趣和志向的课程。

红色	橙黄色	绿色
<p><input type="checkbox"/> 我被动地得到信息，而不是主动学习或是分享自己的想法。</p> <p>我有被动的学习经验。我被“教导”和提供信息而不是主动学习。我没有获得邀请去“参与”，例如分享我的经验/想法，或参与小组练习。我不觉得学员之间有交谈，让我们可以互相学习。我所学的对我不是特别相关，在自我管理我的困难方面也不特别有用。</p>	<p><input type="checkbox"/> 我偶尔会提出我的想法，但没有向其他学员学习。</p> <p>我从朋辈培训师和“专业人士”那里学习。可是学员只是偶尔获邀请去讲出他们的经验及想法，因此没有很多机会互相学习。学习过程可以有更多互动和让每个人有更多参与。我珍惜所学到的知识，但我不一定学到可以在日常生活中支持自己的实用技能。</p>	<p><input type="checkbox"/> 我完全投入学习，而我的想法也受到每一个人的重视。</p> <p>我从其他学员、朋辈培训师和“专业人士”那里学习。我相信所有培训师都擅长以教育的方式分享他们的知识和专长。我有主动和协作学习的体验。我有很多发言时间。我可以说出我的经验和想法，并得到重视。所有学员都可以互相学习。我所学到的东西都是相关的、实用的，让我能够更好地管理我的生活。</p>
<p>意见(可自由填写)</p>		

3. 为学员量身定制：复元学院提供的不是千篇一律的体验。在课程中会主动查询和满足学员的个别需求(例如个性化讲义、翻译文本、针对学习困难的材料等)。他们在课程以外的需求也会得到满足(例如伙伴服务、交通帮助、个人学习计划)。

红色	橙黄色	绿色
<p><input type="checkbox"/> 我在个人需求方面没有得到支持。</p> <p>在课堂内外，我所得到的支持程度跟其他人一样。工作人员不会主动询问我的个人需求，或是方便我表达个人需求，又或是即使他们知道也不会处理我的需求。</p>	<p><input type="checkbox"/> 我在个人需求方面得到一些支持，但没有我想要的那么多。</p> <p>我有机会表达我的个人需求，但只得到一般的支持。我收到一些学习材料和自我管理工具。它们是为我个人发展而量身定制的，但没有我想要的那么多。</p>	<p><input type="checkbox"/> 我的个人需求得到很多支持。</p> <p>学院很乐意提供帮助。如我有需求，会得到很多个性化的支持。我收到各种个性化的学习材料和资源，可以带回家及保留。</p>
<p>意见(可自由填写)</p>		

4. 共同举办复元学院：有自身经验的人(朋辈培训员和学员)与专业人士和学科专家一起设计及提供复元学院的各个方面。这包括对学院简介、课程、学院政策、招聘工作人员和广告等共同作出决策，以及所有由朋辈培训员和其他学科专家共同设计和共同讲授的课程。

红色	橙黄色	绿色
<p><input type="checkbox"/> 我所修读的只有部分课程由朋辈培训员及其他人讲授。我没有获邀参与复元学院的运作决策。</p> <p>我也没有就课程内容被咨询过，也没有在课程结束时获邀提供回馈意见。</p>	<p><input type="checkbox"/> 大部分或全部我所修读的课程都是由朋辈培训员及其他人讲授的。我有时会参与复元学院运作的决策。</p> <p>在课程结束时我会被问及我的回馈意见。有时我会获邀协助对复元学院的设计和营运作出决策(帮助设计学院简介、决定新课程等)。</p>	<p><input type="checkbox"/> 所有我修读的课程由朋辈培训员和其他人讲授，我经常参与决定学院的运作。</p> <p>我也完全了解各种我可以参与学院决策的方式，并感觉到我和工作人员的看法同样重要。</p>
<p>意见(可自由填写)</p>		

5. 社会联系：学院的文化和实际环境为学员提供建立联系的机会。学习的环境轻松，例如暖心的座椅擺設方式，接近饮料設施，有方便社交的共享空间。培训师认识到学员的需要并能满足他们，例如组织练习和小休，让大家聊天、分享经验和发展友谊。

红色	橙黄色	绿色
<p><input type="checkbox"/> 学院让人感觉冷冰冰，没有可供放松和交际的设施。</p> <p>复元学院和教室的氛围让人感觉冰冷。课程的重点是学习，而不是腾出时间让学员聊天和彼此认识。没有可供学员放松和交际的设施。</p>	<p><input type="checkbox"/> 学院让人有受欢迎的感觉。有些课程的场地有让人放松和交际的设施，课程并有时间让大家互相认识。</p> <p>在课程期间，有时间结识其他学生。只要情况许可，我们都有机会交谈和分享经验(例如打开话题的练习、休息时间)。</p>	<p><input type="checkbox"/> 学院让人感觉轻松。我在课程期间和使用学院的设施(例如休息区)时，有机会认识其他学员。</p> <p>学院和课程有良好组织，使我有时间和空间认识其他学员和结交朋友。学院提供社交设施，例如咖啡或茶点及休息区。</p>
<p>意见(可自由填写)</p>		

6. 社区焦点：复元学院与社区组织 (例如心理健康慈善机构、艺术/体育团体)和持续教育学院合作，联合制作相关课程。学院为学员提供信息、讲义和活动，以支持学员在社区参与有价值的活动、角色、关系，和获得支持。

红色	橙黄色	绿色
<p><input type="checkbox"/> 没有课程由社区组织提供。学院没有给我任何有关参与社区组织或得到社区组织支持的信息。</p> <p>我从没有参加过任何由社区组织提供的课程。我没有获得指导去相关的社区组织寻求支持或主动参与。</p>	<p><input type="checkbox"/> 有些课程由社区组织提供。我有获得指导去社区组织寻求支持或参加活动。</p> <p>我有参加过由社区组织提供的一门或以上的课程。我获指导到相关的社区组织寻求支持或参加活动，但不知道有任何正式机会从学院转入社区组织，例如参加志愿服务。</p>	<p><input type="checkbox"/> 许多课程由社区组织提供。我知道我如何能获得支持，从学院转入社区组织以持续获得支持或参加活动。</p> <p>我参加了几门由社区组织提供的课程，取得从学院到进入社区组织的途径，以获得持续支持或成为志愿者，又或担任其他角色，</p>
<p>意见(可自由填写)</p>		

7. 全力支持复元：复元学院的工作人员对服务充满信心和热情，对学员的复元尽心尽力。学院建基於复元原则的共同价值观，因此学院及其活动充满了正能量。

红色	橙黄色	绿色
<p><input type="checkbox"/> 工作人员有礼貌，但他们对于复元不是太热情。</p> <p>我觉得工作人员有礼貌，但他们对于课程或我的复元不是非常热情或投入。</p>	<p><input type="checkbox"/> 工作人员对于复元有热情。</p> <p>我觉得工作人员有热情和敬业，但没有超越其它我使用过的心理健康服务的工作人员。复元学院的工作人员可能对课程内容充满热情，但对我的复元并非如此。</p>	<p><input type="checkbox"/> 工作人员对于复元非常热情和尽心尽力。</p> <p>我觉得工作人员對复元和复元学院充满热情、有启发性和尽心尽力。与我使用过的其它心理健康服务相比，工作人员更相信他们所做的事情。工作人员很关心我，愿意多付出一点点。</p>
<p>意见(可自由填写)</p>		