RECOLLECT リカバリーカレッジ（オンライン講座用）チェックリスト

RECOLLECTチェックリストは著作権で保護されており、許可なく変更することはできません。

詳細情報: researchintorecovery.com/recollect

ピアの講座担当者版

リカバリーカレッジの受講者で、精神保健医療サービスも利用している（または過去2年間に利用したことがある）場合は、このバージョンを記入してください

手順
このチェックリストは、講座をオンラインで開催しているリカバリーカレッジ用です。あなたのリカバリーカレッジが、理想のリカバリーカレッジにどれだけ近づいているかを評価するために作成されたものです。 あなたのカレッジの現在の強み（ストレングス）と成長できそうなところを振り返ることで、さらなる発展に役立つことを目的とした自己啓発のチェックリストです。得点は算出されません。
説明
次のページでは、リカバリーカレッジの7つの主な特徴を紹介します。各項目についてそれぞれ、低（赤）、中（黄）、高（青）の３つの段階が記載されています。 チェックリストは、少なくとも一度は講座を実施したピアの講座担当者のみご記入ください。 あなたのリカバリーカレッジに対する見解と経験に最も合致する記述にチェックを入れてください。

1.対等性の尊重

受講者、講座担当者（ピア、治療者や専門職、ほか）、その他のスタッフの持つ資源や貢献は、等しく価値あるものとみなされます。誰一人として、経歴や精神的な困難を理由に、差別的な扱いを受けたり、決めつけられることはありません。

☐	私はピアでない同僚よりも評価されていないように感じます。サポートは少なく、スタッフ向けの資源や研修へのアクセスも少ないと感じます。専門知識は、ピアでない同僚や“専門職”にあるとみなされています。
☐	私は他の講座担当者と比べて、機会、資源、資料へのアクセスも責任も少ないです。カレッジの意思決定や講座の企画と提供に関わることは多くありますが、私の専門的知識、情報、スキルは時々、過小評価されます。
☐	私は他の講座担当者と対等であると感じていて、同じ機会、研修、スーパービジョン、責任を与えられています。私の知識やスキルは対等に尊重され、他のピアでない講座担当者と同様に専門家として見られています。
コメント（任意）	

2. 学ぶこと

リカバリーカレッジは、受講者と講座担当者が経験や知識、やり方を共有することで、協力し合い、互いに学び合う成人教育・成人学習*の考え方にのっとっています。受講者は自分の学びに責任を持ち、対話やふりかえりを通して学びます。

受講者は、自分自身に気付き、困難を理解し、実践的で自分に合った自己管理の仕方を身につけます。受講者は、自分の関心や願望に最も合う講座を選択します。

＊訳注：成人教育・成人学習とは、義務教育とは異なって、大人が自らの目的のために学ぶことや経験を用いた学びあいを大切にする教育方法。

□	私は成人教育・成人学習の原則を正式に理解していませんし、関連する研修も受けていません。講座での私の役割は、受講者のために何かをしたり、情報を与えたりすることです（例：配布資料や動画など）。講座では、受講者も私も自分の知識や経験に基づく専門性を共有する機会はほとんどありません。
□	私は、成人教育・成人学習の実施について、ある程度の研修を受け、それなりに理解しています。時々、受講者のために何かをするだけでなく、振り返りやグループでの演習をするように勧めています。受講者と私は、私たちの経験に基づく専門性を共有し、議論する機会がありますが、頻繁ではありません。
□	成人教育・成人学習についてよく理解しており、関連する研修を受けています（例：講座計画の立て方、言葉の使い方）。私の仕事は、受講者のために何かをするというよりも、共に学ぶことを促すことです。そのために、さまざまなファシリテート（講座や議題の進行）のスキルを駆使しています。例えば、受講者と講座担当者が経験に基づく専門性を共有する時間を設けたり、振り返りのためのグループワークをできるだけ多く行うなどです。

コメント（任意）

3.受講者に合わせたカスタマイズ

リカバリーカレッジは、画一的な体験は提供しません。受講者の個別のニーズを受講期間中、積極的に尋ね、対応します。（例：個別のオンライン配布資料、翻訳テキスト、学習困難に応じた教材）。講座外でのニーズにも対応しています（例：オンラインへの接続サポート、個別学習計画など）。

☐	私は、受講者の個別の学習ニーズについて尋ねたり、それに応じて、講座の内容や提供方法を変えることは ほとんどありません。私は講座以外のニーズ（オンラインへの接続サポートなど）についても尋ねません。
☐	私は、受講者の個別の学習ニーズや個人的なニーズを把握し、それを共有する機会を作っています（例：グループでの同意）。しかし、時には個別のサポートをしない、あるいは提供できないこともあります。（例：個別の教材）
☐	私は、グループ内で、受講者の個別の学習ニーズや他のニーズを積極的に聞き、可能な限り対応します。グループの同意、ニーズに応じてカスタマイズした講座の資料、助言といったことで、対応しています。

コメント（任意）

4. リカバリーカレッジにおけるコ・プロダクション

生きた経験を持つ人々（ピアの講座担当者や受講者）は、専門職などと一緒になって、リカバリーカレッジのあらゆる面を計画し、提供するために集まります。これは、入学案内、講座、カレッジの方針、スタッフ募集、広告などに関する共同の意思決定だけでなく、ピアの講座担当者と専門職などによるすべての講座の共同計画と共同提供が含まれています。

☐	私は、リカバリーカレッジの計画や運営に関する意思決定には関与していません。ピアの講座担当者と他の講座担当者が一緒に提供しない講座もあります。ピアでない講座担当者より、講座の計画や実施への関与が少ないこともあります。
☐	ほとんどの、またはすべての講座は、ピアの講座担当者と他の講座担当者によって対等に計画され、提供されています。私は時々、リカバリーカレッジの計画と運営に関する意思決定に関与しています。

☐	私は、講座の計画、実施、評価において、常に対等なパートナーです。カレッジの運営に関する意思決定にはさまざまな形で貢献しており、私の発言は他の人と同等に重要です。
コメント（任意）	

5. つながり

カレッジの文化とオンライン環境は、受講者に他者とのつながりを深める機会を提供しています。学びのスペースはリラックスできるようになっています。
講座担当者は受講者の社会的ニーズを認識し、それに応えています。例えば、おしゃべりや経験の共有、友情を育むための機会や休憩を企画して
います。

☐	私は講座中に受講者同士が知り合うための取り組みを行ったり、時間を設けたりしません。教室の物理的環境は堅苦しく、受講者が交流できるような施設やスペースはほとんどありません。
☐	私は、受講者がグループのメンバーとしてつながりを実感する必要性をわかっており、講座では、アイスブレイクのような、お互いを知るための時間を企画しています。しかし、リカバリーカレッジでは、受講者がオンライン上で交流するための時間や資源はほとんどありません。

☐	私は、つながりが受講者の学びとリカバリーに大切であることを認識しています。 アイスブレイク、ペアワーク、グループワーク、ひんぱんな休憩など、受講者がリラックスしてお互いを知ることができるような機会を積極的に計画しています。
コメント（任意）	

6. 地域重視

リカバリーカレッジは、地域の団体（例：地域の機関や活動グループ、芸術・スポーツ団体など）、教育機関や生涯学習の機関と連携し、講座を共同創造しています。カレッジは、受講者にオンライン情報、資料、イベントを提供し、受講者がコミュニティで価値ある活動、役割、関係、サポートにつながるようにしています。

☐	私は、地域の団体との共同創造や講座の提供はしていません。私は地域の団体とパートナーシップを結んだり、受講者や私に関係があるような地域のイベントやサービスについて学ぶことはありません。

☐	私は、いくつかの講座を地域の団体と共同創造し、提供しています。また、受講者をサポートするために、関連する地域の団体を案内することもあります。しかし、私は、受講者がカレッジから地域の団体へと活動を移し、積極的な役割を担うようになる過程や方法はわかりません。
☐	私は、地域の団体と共同で様々な講座を企画し、提供しています。私は定期的に受講者が地域の団体のサポートを受けられるよう、関連する地域の団体を紹介しています。またカレッジから活動を移して、地域の団体で積極的な役割を持てるような道筋を後押しします。
コメント（任意）	

7. リカバリーへの貢献

リカバリーカレッジのスタッフ（関係者）は、リカバリーカレッジについて信念と熱意を持って語り、受講者のリカバリーに献身的に取り組んでいます。カレッジは、リカバリーの原則を大切にする価値観に基づいていて、前向きなエネルギーがあります。

☐	私は、リカバリーカレッジのリカバリーに関する価値観は知っていますが、強く感じたり、しょっちゅう話したりすることはありません。リカバリーカレッジに力を注ぐには課題があり、リカバリーカレッジのリーダーたちから元気をもらうことは、あまりありません。

☐	私はリカバリーカレッジの価値観を理解し、表現していますし、カレッジで働くことを楽しんでいます。リカバリーカレッジのチームのメンバーは、リカバリーをサポートするという共通の目標に意欲的です。
☐	私はリカバリーカレッジに対して強い意欲や熱意を持っていて、受講者に対して強い信念を表現しています。カレッジには強力で熱意あるリーダーたちがいます。わたしは、常に向上し、受講者の声に耳を傾け、変化していこうとする姿勢に共感しています。
コメント（任意）	

RECOLLECT チェックリストとフィデリティ（忠実性）尺度は、英国ノッティンガム大学でのRECOLLECT プログラムの一部として開発されました。より詳しい情報はこちらから researchintorecovery.com/recollect. この日本語版は2022年、坂本明子 (sakamoto_akiko@kurume-u.ac.jp)、黒髪恵 (kuro@fukuoka-u.ac.jp)、宮本有紀 (yyuki@m.u-tokyo.ac.jp)により作成されました。 Distributed using Creative Commons License: CC BY-NC-ND 4.0.