

RECOLLECT

Spørreskjema for recoveryskoler og recoverykurs

ERFARINGSLÆRER

Dette spørreskjemaet vurderer hvordan din recoveryskole/recoverykurs ligger an i forhold til hvordan en recoveryskole ideelt sett bør være.

Spørreskjemaet er et verktøy ment for å hjelpe deg med å videreutvikle skolen. Du blir utfordret til å tenke over hva som er bra med skolen/kurset nå, og hvilke områder som kan utvikles.

Hvordan fylle ut skjema

De neste sidene handler om syv egenskaper ved recoveryskoler/-kurs. For hver egenskap er det tre påstander som beskriver en recoveryskole/-kurs i henhold til en lav (**RØD**), moderat (**GUL**) og høy (**GRØNN**) standard.

For hver egenskap setter du et KRYSS ved påstanden som passer best med det du mener og hvordan du opplever din recoveryskole/-kurs.

Denne sjekklisten er kun for erfæringslærere som har holdt minst ett kurs.

1. VERDSETTER LIKEVERD

Kursdeltakernes, erfaringslærernes, faglærernes og andre ansattes egenskaper verdsettes like mye. Ingen dømmes eller behandles annerledes på grunn av sin bakgrunn eller utfordringer med psykisk helse.

Sett kryss ved det svaralternativet (rødt-gult-grønt) du synes passer best:

☐	• Jeg føler meg mindre verdsatt enn de av kollegene mine som er fagpersoner. • Jeg får mindre støtte og mindre tilgang til ressurser og opplæring. • Kunnskap sees på som noe faglærere/fagfolk har.
☐	• Jeg har færre muligheter, mindre tilgang til ressurser og opplæring og mindre ansvar enn de andre kurslærerne. • Jeg er med og tar avgjørelser som gjelder skolen/kurset, og deltar i planlegging og gjennomføring av kursene. Men kunnskapene og ferdighetene mine blir noen ganger undervurderte.
☐	• Jeg føler meg likeverdig og jeg får samme muligheter, opplæring, veiledning og ansvar som de andre kurslærerne. • Kunnskapene og ferdighetene mine respekteres like mye som andres kunnskaper. • Jeg blir sett på som like mye ekspert som de som ikke er erfaringslærere.

Kommentarer:

2. LÆRING

Recoveryškoler/-kurs følger prinsipper for voksenopplæring. Kursdeltakere og kurslærere samarbeider og lærer av hverandre gjennom utveksling av erfaringer, kunnskaper og ferdigheter. Deltakerne har ansvar for egen læring og lærer ved hjelp av samarbeidsbaserte oppgaver og refleksjonsøvelser. De får økt selvbevissthet, forståelse for egne utfordringer og praktiske og nyttige selvhjelpsferdigheter. Kursdeltakerne velger kurs/kurstema etter mål og interesser.

Sett kryss ved det svaralternativet (rødt-gult-grønt) du synes passer best:

☐	• Jeg har ikke utdanning som gjør at jeg kan forstå prinsipper for voksenopplæring, og jeg mottar ikke relevant opplæring. • Rollen min i timene handler først og fremst om å gjøre ting for kursdeltakerne og å gi dem informasjon (f.eks. ved hjelp av støtteark og videoer). • Det er få muligheter for at kursdeltakerne og jeg kan dele kunnskapene våre i klassen.
☐	• Jeg har noe opplæring i og rimelig god forståelse av voksenopplæring. • Noen ganger gjør jeg ting for kursdeltakerne, men jeg oppmuntrer dem også til å gjøre refleksjons- og gruppeøvelser. • Kursdeltakerne og jeg har mulighet til å diskutere og dele det vi kan, men det skjer ikke så ofte.
☐	• Jeg har god forståelse av voksenopplæring og har mottatt relevant opplæring (f.eks. når det gjelder å utarbeide timeplaner, bruke undervisningsspråk). • I stedet for å gjøre ting for kursdeltakerne, er det min jobb å oppmuntre til delt læring. Jeg bruker en rekke ferdigheter for å gjøre dette, f.eks. gir jeg kursdeltakerne og lærerne tid til å dele av ekspertisen sin og så mye refleksjonsgruppearbeid som mulig.

Kommentarer:

3. TILPASSET KURSDELTAKERNE

Recoveryskoler/-kurs tilbyr ikke pakkeløsninger som skal passe for alle. Vi spør spesielt etter kursdeltakernes personlige behov og kurset tilpasses disse underveis (f.eks. personlig tilpassede støtteark, oversatt tekst, materiell tilpasset lærevansker). Det legges også til rette for kursdeltakernes behov utenom kurset (f.eks. fadderordning, hjelp med transport, individuelle læringsplaner).

Sett kryss ved det svaralternativet (rødt-gult-grønt) du synes passer best:

☐	• Jeg spør vanligvis ikke kursdeltakerne om deres individuelle opplæringsbehov og tilpasser heller ikke kursets innhold eller gjennomføring etter behovene deres. • Jeg spør ikke kursdeltakerne om behov de har utenom timene (transportbehov osv.).
☐	• Jeg er klar over at kursdeltakernes læringsprosesser eller personlige behov er individuelle • Jeg gir kursdeltakerne mulighet for å dele disse behovene i gruppa, etter avtale med de andre i gruppa. Men noen ganger gir jeg ikke/kan jeg ikke gi personlig støtte (f.eks. tilpasset materiell).
☐	• Jeg spør aktivt om og tar hensyn til kursdeltakernes individuelle opplæringsbehov og andre behov så mye som mulig i gruppesammenheng. • Jeg tilrettelegger for behovene, for eksempel ved at vi utarbeider gruppeavtaler, tilpasser kursmateriell og gir råd.

Kommentarer:

4. SAMSKAPING VED RECOVERYSKOLEN/-KURSET

Mennesker med egenerfaring (erfaringslærere og kursdeltakere) arbeider sammen med fagfolk og eksperter på kurstema for å utforme og gjennomføre alle deler av skolen/-kurset. Samarbeidet gjelder kursplanen, kurstema, retningslinjer, ansettelse, markedsføring osv., i tillegg til utvikling og gjennomføring av alle kursene.

Sett kryss ved det svaralternativet (rødt-gult-grønt) du synes passer best:

☐	• Jeg er ikke med og tar avgjørelser som gjelder utforming eller drift av skolen /-kurset. • Noen av kursene gjennomføres uten at erfaringslærer er med. • Jeg er noen ganger mindre involvert i kursplanlegging og gjennomføring enn lærerne med fagbakgrunn.
--------------------------	--

☐	• Erfaringslærere og andre planlegger og gjennomfører de fleste eller alle kursene i en likeverdig prosess • Jeg er noen ganger med og tar avgjørelser som gjelder utforming eller drift av skolen/-kurset.
--------------------------	---

☐	• Jeg er alltid en likestilt partner i planlegging, gjennomføring og evaluering av kursene. • Jeg er med og tar avgjørelser som gjelder driften av skolen/kurset på mange forskjellige måter. • Stemmen min er likeverdig med de andres stemme.
--------------------------	---

Kommentarer:

5. SOSIAL TILHØRIGHET

Både kulturen og det fysiske miljøet på skolen gir kursdeltakerne muligheter til å få kontakt med andre. Undervisningsrommene er avslappende, for eksempel er det ikke typiske «institusjonsmøbler». Det er tilgang til drikke og fellesområder der det er naturlig å være sammen med andre. Lærerne er bevisste på og legger til rette for deltakernes sosiale behov, f.eks. ved å organisere øvelser og pauser for småprat, erfaringsutveksling og utvikling av vennskap.

Sett kryss ved det svaralternativet (rødt-gult-grønt) du synes passer best:

☐	• Jeg organiserer ikke øvelser og setter ikke av tid under kursene for at kursdeltakerne skal kunne bli kjent med hverandre. • Det fysiske miljøet i klasserommet har en ganske formell utforming, og det er sjelden pauseområder der kursdeltakerne kan være sammen.
☐	• Jeg er klar over at kursdeltakerne trenger å føle tilhørighet til gruppa, og jeg lager øvelser slik at de kan bli kjent med hverandre, for eksempel aktiviteter som «bryter isen». Utenom dette er det lite tid eller ressurser som kan gi deltakerne muligheter til å være sammen ved skolen/-kurset.
☐	• Jeg er klar over at sosial tilhørighet er viktig for kursdeltakernes læring og personlige endringsprosesser (recovery). • Jeg planlegger inn muligheter for at kursdeltakerne skal kunne slappe av og bli kjent med hverandre, for eksempel ved hjelp av aktiviteter som «bryter isen», arbeid to og to eller i gruppe og mange pauser i skolens pauseområder.

Kommentarer:

6. SAMFUNNSFOKUS

Recoverykoler/-kurs samarbeider med offentlige og frivillige, ideelle organisasjoner (for eksempel idrettslag, «Røde kors», musikk- eller kunstforening), interessegrupper (for eksempel «Mental helse», «RIO») eller utdanningsinstitusjoner for å samskape relevante kurs. Skolen/kurset tilbyr kursdeltakerne informasjon, brosjyrer og arrangementer som hjelper dem på deres vei inn i meningsfylte aktiviteter, roller og forhold til andre, og til å få støtte i lokalmiljøet.

Sett kryss ved det svaralternativet (rødt-gult-grønt) du synes passer best:

☐	• Jeg utarbeider eller gjennomfører ikke kurs i samarbeid med organisasjoner fra lokalsamfunnet (for eksempel idrettslag, «Røde kors», musikk- eller kunstforening, «Mental helse», «RIO» eller høyskole). • Jeg samarbeider ikke med organisasjoner fra lokalsamfunnet og lærer ikke om prosjekter og tjenester i lokalsamfunnet som kan være relevante for kursdeltakerne eller meg.
☐	• Jeg utarbeider og gjennomfører noen av kursene sammen med organisasjoner i lokalsamfunnet (for eksempel idrettslag, «Røde kors», musikk- eller kunstforening, «Mental helse», «RIO» eller høyskole). • Noen ganger informerer jeg kursdeltakerne om relevante organisasjoner der de kan få støtte. Jeg er imidlertid ikke klar over mulighetene kursdeltakerne har til å gå fra skolen til en aktiv rolle i en slik organisasjon.
☐	• Jeg samskaper og gjennomfører en rekke av kursene sammen med organisasjoner i lokalsamfunnet (for eksempel idrettslag, «Røde kors», musikk- eller kunstforening, «Mental helse», «RIO» eller høyskole). • Jeg veileder regelmessig kursdeltakerne til relevante organisasjoner der de kan få støtte, og legger til rette for at kursdeltakerne kan gå fra skolen til en aktiv rolle i en slik organisasjon.

Kommentarer:

7. ENGASJEMENT FOR RECOVERY

Ansatte ved recoveryskolen/-kurset snakker ivrig og overbevisende om skolen/kurset og de er engasjerte i kursdeltakernes personlige endringsprosesser (recovery). Skolen/kurset og aktivitetene er preget av positiv energi ut fra felles oppfatning av recoveryprinsippene den/det bygger på.

Sett kryss ved det svaralternativet (rødt-gult-grønt) du synes passer best:

☐	• Jeg er klar over verdiene vår skole/kurs har når det gjelder personlige endringsprosesser (recovery), men jeg har ikke veldig sterke følelser for verdiene og snakker sjelden om dem. • Det er begrenset hvor mye jeg personlig ønsker å legge i skolen /kurset. • Jeg føler ofte at jeg ikke blir inspirert av ledelsen ved skolen/kurset.
☐	• Jeg forstår og snakker om verdiene i skolen/-kurset, og jeg liker å jobbe her. • Medlemmene i kurslærerteamet motiveres av den felles målsettingen om å støtte personlige endringsprosesser (recovery).
☐	• Jeg er svært motivert og lidenskapelig opptatt av skolen/kurset, og jeg tror på kursdeltakerne. • Skolen/kurset har et sterkt og entusiastisk lederskap, og jeg deler ledelsens ønske om stadig å lytte til kursdeltakerne og å forbedre kursene basert på deres tilbakemeldinger.

Kommentarer:

Ansvar for norsk versjon: Eva Biringer (eva.biringer@helse-fonna.no), Connie Straume, Eirik Dankel (lay-out), Helse Fonna HF. Takk til Kristin Å. Eriksen, HVL og Recovery ressursbase, Jæren Recovery College, Bergen RecoverySkole m.fl. Se forøvrig Toney R, Knight J, Hamill K, Taylor A, Henderson C, Crowther A, Meddings S, Barbic S, Jennings H, Pollock K, Bates P, Reppe J, Slade M (2019) Development and evaluation of a Recovery College fidelity measure, *Canadian Journal of Psychiatry*, 64, 405-414. RECOLLECT er oversatt med tillatelse fra Research into recovery and wellbeing, The University of Nottingham, UK

Sjekklisten finnes i fire versjoner, se <https://www.researchintorecovery.com/recollect1>: For kursdeltakere ('Student version'), erfaringslærere ('Peer trainer version'), ledere/koordinatorer ('Manager version') og troskapsmål ('Fidelity measure'). Dere kan velge å bruke hvilken som helst av skjemaversjonene og fylle den ut som gruppe. Det er bare leder- og troskapsversjonene som inneholder del 2.