

HA 八王子グループ 司会者マニュアル (参考)

● ミーティングの進め方

司会者は、『ハンドブック』6 ページの「ミーティングの進め方」の例にならって、司会進行してもよい。常に新しい参加者がいないか確認し、いた場合には、ハンドブックと会場チラシ等をお渡しして、歓迎（拍手）をする。

新しい参加者がいる場合、以下のことを付け足して、説明してもよい。

今日は、新しく来られた方（々）がいらっしゃいますので、簡単に HA ミーティングについてご説明いたします。

HA へようこそ。HA では、新しく来られた方（々）を、いつでも歓迎しています。HA は、ひきこもり当事者の自助グループで、当事者であれば、いつでも、どなたでも参加できます。また、当事者以外でも、オープン・ミーティングであれば、どなたでも参加できます。

【基本的なルールについて】

HA では本人のプライバシーを尊重するため、本名や住所などを明かす必要はなく、お互いにニックネーム（アノニマスネーム）で呼び合うようにしています。どこまで自分のプライバシーを明かすか、一人一人の自由にまかされています。また、ミーティングで分かち合われた個人の話は秘密であり、外で話されることはない約束になっています。

【献金について】

HA は、外部からの寄付を完全に辞退し、当事者の献金のみによって運営されております。グループを維持する費用として献金を集めますが、あくまで自由献金です。お金に困われのある方は、献金箱にお金を入れるふりをして、「お気持ち」を献金していただければ結構です。

【メンバーシップについて】

最後に、HA の各グループでは当事者によるメンバー制を採用しております。HA への参加は、ミーティングの種別に応じて、いつでもどなたでも参加ができます。しかしメンバーになることで大きく以下の3つのことができます。①ミーティングの外でもメンバー間のきずなを深めること、②HA が回復の柱としている12ステップを実践すること、③グループの運営に参加すること、などができるようになります。ただし、これらのことは「権利」「回復の機会（チャンス）」として与えられるものであり、メンバーになることで何らかの「義務」が生じることはありません。また、メンバーの名簿を作成し、それを使用することもありません。

メンバーになりたいと思われた方は、なるべく、グループの運営について話し合う、最終火曜日のビジネスミーティングに、ミーティング終了後に出席してください。その場でメンバーになる気持ちを意思表示していただければ、喜んでお受けします。

その他、HA のことで、ご質問などがありましたら、ミーティング後にグループメンバーにお声かけ下さい。八王子グループのメンバーは手を上げてください。このメンバーが、喜んでお答えいたします。どうぞよろしくお願ひします（拍手）。

● 【テーマM】 テーマの決め方

- ① 司会者が自分の裁量でテーマを決めてよい。その裁量に文句を言う人がいた場合は、その人に司会をお願いし、責任を引き受けてもらうようにするとよい。
- ② 参加者に対して「それでは、本日の分かち合いのテーマを考える時間を今から1分ほど設けます。時間になったら聞いていきますので、このテーマで分かち合いをしたいというものが思いつく方は提案をお願いします。とくになければパスと言っていたいただければ結構です。」とアナウンスしてテーマを提案してもらう。そのなかから司会者が直感的によいと思ったものをテーマにしてよい。

※司会者の裁量（無償で役割を引き受けていること）を尊重することが大原則

● 分かち合いの説明と司会者の声かけについて（以下、セリフです）

なお、分かち合いは「自分が正直に話したいこと（たとえば、ひきこもりの苦しみや生きづらさの体験、いま自分の抱えている悩みや問題、他の場所では分かち合えない自分の本音など）」をそれぞれが話し、その話を否定することなく受容し、ただ静かに傾聴・尊重し合います。今あなたが話したいことを時間の許すかぎり話してもらって構いません・・・分かち合いのタイミングが来られた方がいらっしやいましたら、「話します」などと意思表示をして分かち合いをしてもらって構いません・・・分かち合いをされたい方はいらっしやいますか？

※分かち合う人がしばらく出てこない様子であれば、司会者から時計回りで一巡

● 分かち合いで困ったときの対応マニュアル

① 分かち合いの時間はどれくらいやればいいのか？

→目安として、分かち合い開始時点を基準に「残り時間÷参加人数」とすると、一人当たりの分かち合い時間が平等に割り出される（残り時間が60分で参加人数が6人なら、一人10分となる）。時間の目安は事前にアナウンスすると親切。

② 分かち合いが長すぎる場合はどうすればいいのか？

→上記の時間に収まる程度に話してもらえるのが理想だが、長すぎて他の仲間の分かち合いの時間・機会を奪うかたちであれば、止めてもよい。止める際は「〇〇さん、他の仲間の分かち合いの時間もあるので、あと1分程度で終わりにしてもらえますか？」とお願いすればよい。ただし、司会以外の方が他の参加者の分かち合いを止めることはトラブルになるので、絶対にやめさせる！！