

# グループのガイドライン

以下の5つのガイドラインは、スモール・グループを「安全な場所」にするためのものです。毎回、ミーティングのはじめに読み上げ、みんなで内容を確認し合います。

1. **分かち合いは、自分の考えと気持ちに焦点を合わせて、3～5分以内にまとめること。**

あなたの伴侶、家族、ボーイフレンドではなく、自分の気持ちに焦点を合わせて話します。「あなた」や「わたしたち」ではなく、「わたし」という言葉を使いましょう。ここには、2つのとても大切なポイントがあります。自分自身の考えと気持ちに焦点を合わせることで、分かち合いを短くコンパクトにまとめることができるでしょう。また、互いに口をはさんだり、他人の問題に顔を突っ込んだり、関係のないトピックへ話がそれたりしないようにすることができます。3～5分のルールを厳守してください。ある人が10分以上も話したために、他の人たちが自分の分かち合いができなくなってしまったとしたらとても残念です。

2. **他の人が話しているときに、口をはさまないこと。口をはさむことによって、2人だけで話をする事になり。結果として他のメンバーをその会話から排除することになります。1人1人が自分の気持ちを妨げられることなく、自由に表現できるようにすることが大切です。**

「口をはさむ」とは、たとえば話の途中で「その気持ちは良く分かるわ。私もね・・・」と言って話をさえぎったり、「それは私には分からないわ。だって・・・」と言って話の腰を折ってしまうことです。多くの場合、その後には、コメント、笑い、質問などが続きます。このことに関しては律法主義的になるのはよくありませんが、だれも気分を害することのないように十分注意しなければなりません。

3. **互いに支え合うことに徹し、相手を「直してあげよう」としないこと。本人が助けを求めてもいないのに、おしきせのアドバイスをしないこと。**

私たちはみな、この優れたプログラムを通して学んだ知恵を分かち合って、その人を助けて

あげたいという純粋な願いを持っているかもしれませんが。しかし多くの場合、「その人」はあなたのアドバイスを聞いたり、理解したりできるような精神状態にはありません。「直してあげよう」とする態度は、次のように言うことができるでしょう。「本人が、助けを求めでもないのに、問題解決のアドバイスをしたり、聖書箇所を示したり、本を紹介したり、カウンセラーを紹介したりすること」

#### 4. 匿名性と守秘義務を基本とすること。グループ内で分かち合われた内容は、口外しないこと。

もしグループの中で分かち合われたことが、グループ外の人たち（配偶者・家族・同僚など）にも伝わっていることが分かったら、分かち合ったその人は深く傷つきます。このグループに参加している多くは、これまで、「その秘密を打ち明けることができなかった」人たちなのです。ですから、この場で何を話しても外に漏れることはないという「安全性」が確認されなければなりません。グループのメンバーに電話をかける場合でも、伝言を残したりする場合には特に注意が必要です。グループの中で分かち合われたことを、メンバー間で議論したり、話題にしないように気を付けて下さい。ただし、自傷他害や犯罪の危険がある時には、世話人は教会の牧師に相談する責任があることをご了承ください。

#### 5. キリスト中心の回復グループでは、攻撃的なことばを慎むこと。他の人の誘惑になるようなリアルな表現や個人攻撃などを避けること。

私たちの多くは、攻撃的な言葉を聞きながら、あるいは使いながら育ってきました。ある攻撃的な言葉が引き金となって、過去のつらい記憶がよみがえってしまうこともあり得ます。ですから、主とともに回復に取り組んでいる私たちは、悪い言葉を決して使うことのないように十分注意しなければなりません。このガイドラインが守られなければ、一度このことで傷ついたメンバーは、もう戻ってくることができなくなってしまうでしょう。

“オンライン”でステップスタディーをする場合には、6～8のガイドラインを守ってください。

#### 6. メンバー全員がヘッドホンをつけること。

グループ内で話される内容が、周りにいる人、隣室の人に聞こえないように配慮します。

#### 7. すべてのメンバーは、カメラを“オン”にすること

グループリーダーが求めた場合には、部屋には誰もいないことを見せなくてはなりません。

#### 8. ミーティングは録画しないこと。

ミーティング終了後、参加者同士で親睦を深めるために出かけた時にも、ガイドラインは必ず守らなくてはなりません。