

しゃべりば 追記

2016.10.16

グラドルールは、細則がありません。

担当者がしゃべりばの意図を理解し、その日の参加メンバーをみて、適宜、口頭で説明を加えてください。

今まで、私が、適宜、アドバイスしてきたことを羅列しました。

★人数について

必ずしも、ワールドカフェ方式ができるしゃべりばが、どこでもできるとは限りません。人数が少ない時のしゃべりば方式を説明します。静岡ではじめた方法です。

参加者が、5人程度であれば、一つの輪で、話せるのですが、それでも、あえて、二つのグループに分けます。主催者が入れば、3人のグループが二つです。

時間をいつものように、25分～30分に設定して、1人ずつ、ずれて座ります。

1人ずつ、隣のグループに移っていくということです。

9人であれば、3グループになりますね。

★なぜ、回転させるか？

1) ファシリテーター不在でできる方法を私は模索して、このやり方に至りました。細かい進行ルールを作ったり、ファシリテーターが、必要な自助会は多いのですが、私は、誰でも開催できてることが大切だと考えました。

2) 時間で席替えすることで、話をとまらない方がいても、自然に解散させて、組合せをかえることができます。

話が止まらない方も、三回目あたりには、少し落ち着いてくれるようになるようです。

★グラドルールの徹底

その1 ここでの話を外へ持ち出さない 会場外編

ドアの外では知らない者同士です。外で偶然会っても原則、知らんぷりです。

終了後に誘い合って、さらにお茶して帰られる方に、以下の二つのリスクを伝えましょう。アスペルガー・アラウンドにせっかくだどり着いたのに、自らその場所を壊してしまう方がいます。

1) 一度に吐き出す(デドックス)すると、逆に疲労してしまうことがあります。逆に聞き役に徹する羽目になるかもしれません。長年の想いは、互いに簡単に解放しきれませんから、少しずつ、時間をかけていきましょう。ここで、一気に！なんて、思わないことです。

2)カサンドラさんは、NO が言えない傾向があります。ルールがないアフターでのお茶会で、悪気なく、何か誘われるかもしれません。踏み込まれたくない話まで聞かれるかもしれません。断れますか？（自分のビジネスに誘われた方もいます）
また、逆の立場で、帰りたい人を巻き込んで誘っていないと言い切れますか？

その2 意見しない 会場で

1) 最近、しゃべりばでメモを取られる方が最近います。

しゃべりばは、気持ちにフォーカスして共感を分かち合う場です。

メモをとるより、相手の気持ちに寄り添ってあげましょう。

また、どうしてもメモしたいことを聞いた場合は、今の〇〇について、メモをとらせてくださいと相手の方に断りましょう。

カサンドラさんのコミュニケーション力、ここから、鍛えて欲しいところです。

2) 若い方、未婚の方、子供がいない方におせっかいな「別れなさい攻撃」が起こるときがあります。目に余った時は、担当者がストップを。

3) 情報交換を禁止すると言っているのでは、ありません。

I(アイ)メッセージを教えてください。

その3 ハンドルネームの設定の意図

素性を隠すという後ろ向きな考え方ではなく、未来の自分を設定するという考え方です。

呼ばれて嬉しい名前をつけてください。言霊を活用します。

スタッフさんも、是非！以前、夫にダメ子と呼ばれていた方が、HN もダメ子とつけたのを止めました。ダメ子って毎日呼ばれていることを想像してみてください。