

多様性ワークショップ

OA における代表者と参加者の拡大

作成者：OA ワールドサービス ダイバーシティ委員会

ワークショップのアジェンダ

- はじめに
- プレゼンテーション
- ブレイクアウトルームでの「課題」
- 報告

このワークショップの目標

- ダイバーシティの定義
- 取り組むべき問題があることを認識し、受け入れる
- この部屋の中、あらゆるレベルのミーティング、この部屋の外でダイバーシティを高めるための実践的なツールを学ぶ
- 少なくとも 1 つの実行可能な行動を決定する
- 練習問題

多様性の定義

多様性とは、人種、民族、性別、性同一性、性的指向、年齢、経済状態、身体的または精神的な能力や特性、宗教的または倫理的な価値体系、国籍、文化のおよび政治的信念など、人間のさまざまな違いを指します。

「OA の多様性を伴う一体性」についての方針 は、次のように述べています。

- オーバーイーターズ・アノニマスの仲間たちの集まりは、受容と包括性を奨励し、推進しています。OA にはすべての人々が参加でき、人種、信条、国籍、宗教、性自認、性的指向、その他の属性によって排除されることはありません。私たちは、強迫観念を共有するすべての人々を歓迎します。強迫的に食べることをやめたいと望むすべての人々が、オーバーイーターズ・アノニマスでは歓迎されています。
- 「多様性を伴う一体性についての方針」の全文については、<https://oa.org/group-resources-list/unity-with-diversity-policy-statements/>をご覧ください。

OA における、一部の注目される機会の少ないコミュニティ（以下に限定されません）

- 人種、民族、国籍

- 英語を話さない人
- 宗教的／非宗教的
- LGBTQ
- 過食症／拒食症
- 身体的および精神的健康
- ヤングアダルト
- 性別

多様性を高めることが重要な理由

- 居場所があり仲間として受け入れられていると感じたい人々のニーズが満たされる。
- このプログラムにおける回復に関する話し合いや行動に、より多くの人々のニーズや視点が取り入れられる。
- メンバーが多様性の欠如を問題と捉えているため、OA における代表と包含を確かなものにするための措置を推進することを目指す。

すべてのミーティングレベル（グループ、IG、リージョン、WSBC）における包括性に関する指針

- すべての人に挨拶し、歓迎していることを伝え、また、今後も参加し続けてくれるよう促す。
- 名前を好みの方法で学び、発音し、好みの代名詞を使用する。
- これは、精神的、感情的、肉体的な回復のための包括的なプログラムである。スピリチュアリティは、個々人の視点や信念によって定義されるものであることを述べる
- OA の多様性との結束に関する方針声明は、ミーティングの形式の一部である
- ミーティングのスペースがすべての人にとって利用しやすいものであることを確認する
- 仲間同士のつながりを大切にする文化を創り出す
- ブレークアウトルームでのディスカッション このアイデアのリストに追加する

「私たちは歓迎され、歓迎されていると感じ、また戻ってくるように勧められている」

- ミーティングの主な目的はメッセージを伝えることであることを忘れない：
- 新しいメンバーや復帰したメンバーに関して：彼らが何かを共有したいと思った場合、たとえミーティングの終わりが近づいていても、それをさせてあげましょう。新しいメンバーは、その場にいる人々にとって最も重要な存在なのです。
- 新しいメンバーが初めてミーティングに参加した際に、その場にいる経験豊富なメンバーと引き合わせる計画を立てておきましょう。
- 新しいメンバーや復帰したメンバーに対して、ミーティング中やミーティング後にフォローアップの電話をしましょう。排他的になるのではなく、包括的に接しましょう。
- 新参加者が突然ミーティングに来なくなったら、その人に連絡して様子をうかがう。
- 新参加者やメンバーが、OA の仲間たちとの関わりを一切持ちたくないとはっきりと表明した場合は、その人の意思を尊重する。その人の回復の旅は、その

人だけのものなのであって、他の誰のものでもない。

「OA の多様性との結束に関する方針声明は、ミーティングの形式の一部である」

- www.OA.org にある。
- 以下の文言を追加することが推奨されている。「OA の多様性との結束」に関する方針は以下の通りである。オーバーイーターズ・アノニマスの仲間意識は、受容と包括性を奨励し、推進する。人種、信条、国籍、宗教、性自認、性的指向、またはその他の属性を理由に、OA への参加が拒否されることはない。私たちは、強迫観念を共有するすべての人を歓迎する。強迫的に食べてしまうことをやめたいと望むすべての人を、オーバーイーターズ・アノニマスは歓迎する。多様性との結束に関する方針の全文については、<https://oa.org/group-resources-list/unity-with-diversity-policy-statements/>をご覧ください。

安全で安心なミーティング

- OA のミーティングで、もし誰かが「自分は安全ではない」「歓迎されていない」と感じていると打ち明けた場合、それがあなたのミーティングでなくても、その人の懸念を真剣に受け止めましょう。グループの良心に訴え、ミーティング/事件をインターグループに報告することを検討してください。（インターグループレベルで事件が起こった場合は、リージョンまたはワールドサービス評議委員会に報告する）
- 「外部の問題」：すべてのミーティングのすべての OA メンバーは、体験、強さ、希望を共有している間は安全だと感じており、自分たちの共有が外部の問題だと言われないようにすべきである。私たちは皆、異なる背景や経験から来ているため、誰もがミーティングで、食べ物で自分をコントロールできなくなる原因となる生活上の要因について共有できる必要がある。

ちょっとした変化が、新しいミーティングの成功を左右するかもしれません。

- これまで参加者が少なかったコミュニティや特定のグループを対象に新たに開始したミーティングに出席者が集まらない場合は、ミーティングを中止する前に、日時、場所、広報活動を見直してみよう。
- 新しいミーティングは、公共交通機関でアクセスできる場所（例えば、バスの路線沿い）で開始しましょう。これにより、交通手段や距離の問題が原因で参加できないという障壁を一部取り除くことができます。
- 直接的なミーティングが完全に確立されたら、若い世代の人々を惹きつけ、継続的に参加してもらう手段として託児サービスを提供することを検討する。
- 多様な言語や神経認知能力、身体能力を考慮する。例えば、ミーティングの言語以外の言語に多くの時間を割く。
- ミーティングレベルでのグループの合意があれば、必要に応じて追加サービス（通訳、手話、託児など）の費用に資金を使用できる。
- 歓迎のスペース：「あなたが来てくれることを期待している」という例：物理的にアクセスしやすい。

私たちは仲間意識の中に含まれている。

- ミーティング以外のコミュニケーション：ミーティング終了後に「駐車場」/「二次会」/「親睦会」を設ける。ミーティングでは、人間関係を築くための時間である。

- ミーティングスペースがその親睦の場として利用できない場合は、ミーティング会場と協力して近い将来に変更できるようにする、または代用できる近隣のスペースを見つける。

- 歴史的に参加者が少なかったコミュニティから、どうやって新しく参加する人たちを OA に参加させ、また継続的に参加してもらうか、という問題に取り組む。○ ひとつの解決策は、対象となるコミュニティのメンバーが OA について学べるようなワークショップやオープンハウスを頻繁に開催することである。

- 多様性の重要性と、それを高める方法について、話し合いを継続する。

- あらゆるレベル（ミーティング、インターグループ、リージョン、WSBC、コンベンション）で「タフな質問ワークショップ」を開催する。 -

- 自分にとっては外部の問題でも、他の人にとっては内部の問題であることを考慮する。

<https://oa.org/news/what-is-an-outside-issue-are-we-being-open-minded-in-our-meetings/>

ミーティング以外の活動

- 地域社会のニーズを特定し、可能な解決策を明らかにするために、アンケート調査や話し合いを行う。

- 地元のインターグループやサービス委員会とつながり、多様性を高めるための支援を得る ○ PIPO（目的：多様性を高めるためのアウトリーチ） ○ UWD 委員会（認識と行動を促進する）

- ミーティングやインターグループのアウトリーチにインクルージョンを推進する。● 可能な場合は、その地域社会のパートナーの協力を求める（指導や見解）。ただし、どのような背景を持つメンバーでも支援者となることができる。

- アウトリーチ - 多様な地域社会で OA を推進する

- 「対面式/ハイブリッド式の『OA オープンハウス』を開催する（一般向けに宣伝し、OA の紹介を行う）

- 多様な人々を対象とする施設にアウトリーチを行う。例えば、教会、クラブ、市民団体、肥満治療センター、病院、メンタルヘルスセンター、大学、図書館、ジムなど（チラシ、電話、オープンハウス）

- 地域社会でソーシャルメディア、バス、ラジオ、テレビ、新聞広告を展開する。

- 歴史的に参加が少なかったグループの人々がよく訪れる場所や媒体に、OA の資料や告知を置くことを奨励する。（図書館、学校、ショッピングモール、コミュニティセンター、その他の公共の場）

サービスとサポートが広く利用可能

- 新世代のリーダーシップを奨励する：若者が利用するさまざまなメディアを通じて、若者たちを巻

き込む方法を検討する（Instagram、Facebook、TikTok、YouTube、Snapchat、テキストメッセージ、チラシや広告の QR コード）。

- ブレイクアウトルーム

私たちの行動を支えるのに役立つと思われる文献：（略）