

## はじめに

ピア・サポートに関する研究、実践は、移民を多く受け入れ多文化共生社会をつくろうとしてきた1970年代のカナダから始まり、欧米諸国からアジア諸国へと広がってきました。日本における研究、実践は、1990年代に海外研修、調査研究から始まり、2002年には日本ピア・サポート研究会が誕生し、2005年の日本ピア・サポート学会の創設へとつながっていきました。現在、学会の基本方針では、「ピア・サポートの『相手も自分も尊重し支え合う』理念が、すべての子ども、同僚、異業種の方々、さらに各家庭、各職場等において実感できるよう実践と研究を深め、ピア・サポートの大きな輪が広がっていくことを願っています」と、未来への指針が述べられています。

なぜ私はこの学会に参画してきたのか。それは、構成的グループエンカウンター、アサーショントレーニング、ソーシャルスキルトレーニング、ブリーフカウンセリングなど、これまで蓄積されてきた知見に学びながら、「相手も自分も尊重し支え合う」という理念のもと、スキルアップがゴールではなく、「プランニングをして実践していく」という点に惹かれたからです。

私は、大学でのゼミも、ピア・サポート活動の場だと考えてきました。あるゼミ生（15人のゼミ生と2年間ともに学び、自身の不登校経験を卒業論文にまとめた女子学生）が、こんなことを書いていました。「自分を見つめる時間をもらったことで、多くの人やモノに支えられていることに気づくことができた。中学校の頃は、完璧でなければ自分がいる意味がないと考えていたが、周囲の支えがあってこそその自分であることに感謝するようになった。同時に、自分に欠けているものがあっても、自分で補おうとするのではなく、周囲に助けを求められるようになったことも大きな変化であったように思う。完璧でない自分と、それを助けてくれる人をこれまでの人生で得た自分が『本当の私』であると思えるようになった」と。

日本にも、「困ったときはお互いさま」という言葉があります。これが、日本流のピア・サポートの理念ではないでしょうか。学校、家庭、地域・社会、世界における人とのつながりが希薄化し、自分のこと、自国のことしか考えない状態が続けば、さまざまな感染症の拡大や環境破壊、紛争などは激化し、人類存続の危機は深まるでしょう。「地球市民としてつながって生きる」ことの意味を、ピア・サポート活動を通して考え実感していく若者が増えることを期待し、『大学でのピア・サポート入門』は発刊されました。