＜資料＞

セクシュアル・マイノリティの性的自己決定についての予備的検討

飯田桃子　　信州大学大学院総合人文社会科学研究科
茅野理恵　　信州大学学術研究院教育学系

Preliminary Study on Sexual Self-Determining of Sexual Minorities

IIDA Momoko: Graduate School of Humanities and Social Sciences, Shinshu University
CHINO Rie: Institute of Education, Shinshu University

The purpose of this preliminary study was to investigate the process of sexual self-determination in sexual minorities by understanding the experience of sexual minorities before they determined their sexuality. A survey was conducted on 22 people who recognized that their sexuality did not apply to gender dualism. The results showed that, the actual condition was classified as "chance and thought," "trouble," "coping behavior," and "change."

【キーワード】　セクシュアル・マイノリティ　性的少数者　LGBTQ　性的自己決定

１．はじめに

性的少数者に対する世間の反応が寛容になりつつあり，本人の性自認を尊重しようという流れになっている（上野 2008）が，性的自己決定について悩み，苦しんでいる性的少数者は少なくない．杉山（2006）は，性的違和を抱える高校生を対象に，性的自己形成過程に大きな困難さがあることを明らかにしている．

セクシュアル・マイノリティとは，性に関する領域で「数または力の少ないグループ」（石丸 2002）に属する人々である．近年，LGBT という言葉が広く知られるようになってきたが，これはＬ：レズビアン，Ｇ：ゲイ，Ｂ:バイセクシュアル，T:トランスジェンダー，の頭文字をとった，性的少数者を表す総称である．レズビアンは女性同性愛者，ゲイは男性同性愛者，バイセクシュアルは両性愛者，トランスジェンダーは出生時の性別と自認する性別が一致していない者である． LGBT という言葉が認知されていく中で，LGBT ではなく LGBTQ ，LGBTQ+，LGBTQIA，LGBTs といった表し方に変えていこうという流れも存在している．Q はクエスチョニングの頭文字であり，自分自身のセクシュアリティを決められない，わからない，または決めていない人である．I はインターセックスの頭

文字であり，一般的に定められた「男性」「女性」のどちらとも断言できない身体構造を持つ人，A はアセクシュアルの頭文字であり，誰に対しても恋愛感情や性的欲求を抱かない人を表している．表し方を変えようといったこれらの流れは，性的少数者には何らかの理由によりこれらのカテゴリに属することのできない人が多数存在することから，LGBT のほかにも様々なセクシュアリティが存在すると示すための流れであるとされている．

セクシュアリティには，出生時の身体の性である身体的特性，自分がどのような性として見せたいかという性表現，恋愛または性愛においていずれの性別が対象かという性的指向，自己の性別についての認識である性自認という様々な要素が含まれており，それぞれが複雑に組み合わせられて構築されていく．LGBT の LGB は性的指向に関するものであり，L のトランスジェンダーは性自認に関するものであるが，例えば，①身体的性は女性，②性自認は男性，③性的指向は男性で性愛感情が存在する，④性表現は男性，という人物がいた場合，出生時の性別と自認する性別が一致していないという点でトランスジェンダーであり，かつ性自認が男性で男性を好きになるため男性同性愛者，ゲイであるといったように決められていく．

性的自己決定とは，性(生殖と関係した性だけでなく，生殖を目的としない性も含む)に関わる事柄について自らの責任で選択し決定できることである(東 2008，中里見 2007)．また，田原(2010)は，性行動や性意識は，自分自身のものであり，自分で培っていくべきものであると述べている．このように，自己の性の決定は誰かに決められたり，合わせたりするものではなく，自分自身で考えていかなくてはいけないものである．しかし，性的自己決定に至るプロセスについては，明らかになっているとは言えず，その決定方法は人によってさまざまであると考える．杉山(2006)は，性的自己決定能力育成の必要性について述べているが，その具体的方法論についての議論に至っていない点を課題として指摘している．

よって本研究では，セクシュアル・マイノリティにおける性的自己決定とはどのような行為であるか，そのプロセスを検証するための基礎的な資料を得ることを目的に，自己のセクシュアリティが性別二元論に当てはめられない，当てはまらない部分があると自認している人を対象に自己のセクシュアリティを決定するに至るまでの経験について明らかにする．

２．方法

2.1 調査対象者

自己のセクシュアリティが性別二元論に当てはめられない，当てはまらない部分があると認知している人 22 名(平均年齢 23 歳)を調査対象者とした．

2.2 調査内容

フェイスシート項目と 4 項目の自由記述の質問によって構成される調査用紙を用いた．

(1) フェイスシート項目

年齢，身体の性，自認している性について回答を求めた．自認している性については，「1. レズビアン, 2. ゲイ, 3. バイセクシャル，4. トランスジェンダー, 5. クエスチョニング，6. アセクシュアル, 7. ノンセクシュアル，8. X ジェンダー, 9. パンセクシュアル，10. その他」の 10 項目から選択するよう求め，10. その他を選択した際には自由記述で説明も求めた．

(2) 自由記述による質問項目

1)「① あなたがセクシュアル・マイノリティだと考えるようになったきっかけは何ですか？その時の具体的な出来事やそれに対するあなたの思いなど，書ける範囲でかまいませんので教えてください.」（以下，「きっかけ・思い」）

2)「② 自分がセクシュアル・マイノリティだと知ってから，何か悩んだり落ち込んだり，迷ったりすることはありましたか？何に悩んだのか, なぜ悩んだのか，書ける範囲で教えてください. 」（以下，「悩み」）

3)「③ ②のような悩み・迷い・葛藤があった際，あなたはどういった行動（例：一人で調べる・相談する等）をとりましたか？とった行動の内容と, その行動をとった理由，そしてその結果どうなったかを教えてください. もし複数の行動をとった場合は, できるだけ時系列順にすべて教えてください. 」（以下，「対処行動」）

4)「④ 自分がマイノリティだと認知することによって，認知する前との気持ちや行動に変化はありましたか？変化があった場合は，どう変化したかを教えてください. 特に変化がなかった場合は，どういった気持ちに変化がなかったかを教えてください. 」（以下，「変化」）

2.3 調査時期

2021 年 1 月

2.4 調査手続き

縁故法．自己のセクシュアリティが性別二元性に当てはめられない，もしくは当てはまらない部分があると認知している人を対象に Twitter のダイレクトメールを用いて調査への協力依頼を配布した．その後，調査への参加に同意の得られた者に対し，LINE もしくは E-mail にてアンケートを送付し，回答を求めた．

2.5 倫理的配慮

研究協力依頼書にて，研究の概要，研究参加に関わる権利事項，研究成果の公表，および個人情報の保護等に関する説明を行うとともに，研究参加に伴って不快事象が生じ，当該事象への対応を必要とする場合には，研究分担者を通じて研究責任者に連絡を取ることができること，および研究責任者が責任をもって対応することを説明した．調査への参加についての回答をもって参加の同意とした．

３．結果

3.1 調査対象者のセクシュアリティ

調査対象者のセクシュアリティについての回答の内訳は，バイセクシュアル 4 名，パンセクシュアル 5 名，ノンセクシュアル 7 名，レズビアン 3 名，X ジェンダー4 名，トランスジェンダー2 名，アセクシュアル 1 名，クエスチョニング 1 名，クロスドレッサー1 名，ウーマンセクシュアル 1 名，はっきり定めたくない 1 名であった（重複回答有）.

3.2 セクシュアリティ決定までの経験

調査対象者のうち回答に不備のあった 2 名を除き 20 名の回答の分析を行った．得られた自由記述の回答について，切片化し分類を行った．回答総数は 319（平均回答数 16）であった．分類は，KJ 法（川喜多 1967）を援用し，心理学を専攻する大学生 1 名，臨床心理学を専攻する大学院生 3 名と心理学の専門家 1 名により行われた.

(1)「きっかけ・思い」（回答総数 80，平均回答数 4）を分類した結果，「きっかけ」は 3 項目に分類され，さらにそれらは 9 分類された（表 1-1）.「思い」は，3 項目 10 分類された（表 1-2）.

(2)「悩み」（回答総数 90，平均回答数 2.4）を分類した結果，3 項目 9 分類された（表 2）.

(3)「対処行動」（回答総数 109，平均回答数 5.5）を分類した結果，5 項目に分類された（表 3）.

(4)「変化」（回答総数 40，平均回答数 2）を分類した結果，2 項目 7 分類された（表 4）.

表１－１　「きっかけ」についての分類

恋愛	友人への恋愛感情	好きになる子の半分が同性だった。はじめて好きになった人が同性だった。幼少期からずっと同性が好きだった。同性の子への片思いに気づいた。同性の友人に嫉妬や独占欲を抱いていることに気づいた。一緒にいた友人を恋愛感情として好きだと感じた。
	恋愛経験での違和感	彼氏ができたけど忘れられない女の子がいた。彼氏ができて性的接触が苦痛だった。性的欲求を向けられることに嫌悪感を感じた。
	恋愛話での周囲との違和感	周りが話す恋愛話と自分の思う恋愛が違っていた。周囲と異なり自分は誰に対しても恋愛感情と性的欲求が抱けなかった。一般には恋愛感情と性的欲求を同時に抱くと知り自分との違いを感じた。
情報	学校の授業	高校生の時に学校で行われたLGBTの講演会で自分がセクシャルマイノリティだと知った。授業で自分がレズビアンだと知った。
	インターネット検索	ネットで調べていく中で自分がマイノリティ側だと気づいた。ネットの言葉にであったのがきっかけ。
	ドラマ・YouTube	学園ドラマのトランスジェンダー役を見て。YouTubeを見て自分の違和感の正体がわかった。
生活上違和感	親からの求め	スカートを着ることやリボンをつけることが嫌だった。女の子らしくしなさいが嫌だった。
	友達の言動	友達からの視線や態度の変化に何かがおかしいと思い受診した。同性への好意をレズだとからかわれることがあり違和感を感じた。
	周囲との違和感	女性扱いへの違和感。小さいころからの違和感。制服への違和感。生まれつき自分は男だと思っていたが弟との体の違いに気づいた。

表１－２　「思い」についての分類

ネガティブ	苦しい・絶望	彼氏がいるのに好きな女の子がいるというあり得ない自分に苦しんだ。嫌な気持ち。絶望感。どうして男の子に生まれなかったのか。同性を好きになることはおかしいことでダメなことだと思っていた。
	不安感	自分が特殊だと不安になった。自分がわからないことに悩んだ。自分がレズビアンなのかバイセクシュアルなのかわからずに悩んだ。
	嫌悪・拒絶	受け入れられない。普通ではない、気持ち悪いと自己嫌悪に陥った。生理が来た時に自分を刺した。自分を受け入れられなかった。女性と思われたくないが男性とも思われたくないという気持ち。
	驚き・戸惑い	気づいたのが突然だったので驚き戸惑った。拒絶する自分への戸惑い。理解ができない。他者の恋愛感覚への戸惑い。他の人が本能的に理解しているものをなぜ自分は拒絶してしまうのかという戸惑い。なぜこういう気持ちになるのかという混乱。
ポジティブ	安心感	自分がおかしいわけではない。同じ気持ちの人がいるんだとほっとした。一人ではない。安堵した。仲間がいることがわかった。
	高揚感	初めて好きな人ができたという高揚感。
	わくわく感	自分の違和感がわかるかもしれない、居場所があるかもしれないというわくわく感。
その他	願い	性別ではなく人として扱ってほしい。
	うらやましい	セクシュアル・マイノリティとしての自分を表現できている人がうらやましく感じた。
	悩み・違和感なし	母親の理解で悩むことはなかった。戸惑いも違和感もなかった。セクシュアリティに悩むこともマイノリティを意識することもなかった。

４．考察

本研究では，セクシュアル・マイノリティにおける性的自己決定のプロセスを検討する上での基礎的な資料を得ることを目的として調査を行った．細かい部分での個人差はあるものの，セクシュアル・マイノリティにおける性的自己決定は，①日常生活を送る中で周囲との差異に気が付き違和感を覚える，②抱いた違和感に付随して様々な悩みが発生する，③悩みや不安を解決するため，自己のセクシュアリティに該当する概念を探し，情報収集や自分と似た人との交流を行う，④得た情報や交流内容を踏まえて，自己のセクシュアリティを受け入れていく，といった流れで行われるものであった．

4.1 自己のセクシュアリティを考えたきっかけとその時の思い

「きっかけ」において全体に共通したのが，自分と周囲との間に感じていた違和感がそれぞれの出来事をきっかけに表面化されることによるものであるということである．セクシュアリティに関する内容は，恋愛と密接に関係していることもあり，恋愛感情や恋愛経験にまつわるきっかけが多く存在した．その他ではマスメディアからの情報や幼少期から

の違和感によるものが報告されているが，注目すべきところは，学校の授業がきっかけとなっている場合である．近年，学校現場では，「性の多様性」への理解を深める授業が展開されるようになっているが，この授業がセクシュアル・マイノリティである自己を考えるきっかけとなっている可能性について十分に認識した上で取り組んでいく必要がある．授業後の支援体制まで見通した中での実践が重要であることが示された．

表２　「悩み」についての分類

自己への悩み	自己理解	自分の性別がはっきりしないこと。自分がセクシュアル・マイノリティなのかがよくわからないこと。自分が恋愛感情を持つ相手がいないということ。自分の性別をはっきり決めた方がいいのではないか。自分がどうしたいのか何をしたらいいのかがわからなかった。女だけど女じゃないこと。
	身体的特徴	自分の体への悩み。身体的特徴についての悩み。なぜ女の体なのか。
周囲への対応	親への対応	結婚や出産、孫など親の期待に触れた時の対応。ホルモン剤使用などに親の理解が得られない時。女性を求めてくる親への対応。悟られないようにばれないようにすること。がっかりさせてしまう不安。
	異性への対応	異性への接し方に悩む。恋愛対象として見られることが嫌なこと。好意を抱かれたくないこと。
	友人への対応	セクシュアリティを知られたら友達を失うのではという恐怖感。恋人ができても友人に公言できない。知って欲しいが縁が切れてしまうかもという葛藤。恋愛話について行けず仲間外れになった。話を合わせること。嘘をつくことで騙しているような罪悪感。
	恋人への対応	性交を断ることで嫌いになったと誤解されてしまいかねなかったことから、望まぬ性交に繋がった。性交への苦手意識。性行為を求めてくる相手と恋愛することの難しさ。
	仕事での対応	職場での女性扱いに対して。
周囲の無理解	理解の得にくさ	付き合っていても公にできない。うそをついていることが苦しい。カミングアウトしたら何が起きるのか。人に理解してもらえないこと。「どうして女の子として生きられないの」「理解できない」と言われた。社会に反している悪人のように扱われた。理解のない世の中に辛くなる。性についての悩みはだれにも相談できなかった。
	結婚できない	認められないことへの悩み。結婚できるのか。結婚ができない。
	性別記入	記入欄への書き方に悩む。

「思い」についても自分と周囲との差異に対して自分が納得できない，周囲が理解してくれないという事実に対してのネガティブな思いが多く見られた．一方で，数は少ないながらもポジティブな思いも存在していることが明らかとなった．ポジティブな思いを記載している回答者は，「自分と周囲との差異は認識しているものの周囲の人間の理解があったために疎外感や孤独感をそこまで感じなかったためであると考える．」と述べている．ネガ

ティブな思いは大きく分けると，自身が自分を理解しきれない不安定さによるものと，周囲に理解してもらうことの困難さによるものであった．前者は自分自身で考え，時には人の意見を聞きながら自己の中で固めていくものであるが，後者は周囲のセクシュアル・マイノリティに関する正しい知識や，多様性の認め合いで和らぐ可能性が高いものである．「自分とはいったい何者なのか」を考え始める不安定な時期に，周囲の人間がどれだけ当事者を理解することができるかが当事者の感情に大きく影響すると考える．

表３　「対処行動」についての分類

ひとりで悩む	ひとりでただ悩んでいた。ひとりで考えた。
インターネット検索	性別診断サイト。たくさん調べた。動画を見た。
カミングアウト	気心の知れる友人にカミングアウトするようにしている。先生にカミングアウトして将来のことも相談。同僚にカミングアウトして相談した。
SNSコミュニティへの参加	Twitterで専用アカウントを作った。SNSでつぶやいた。同じ境遇の人の話を聞いた。Twitterで同じ境遇の人を探した。Twitterを通して知ったイベントに参加した。
その他	何もしなかった。身体的特徴はナベシャツを購入。受け入れられないことがあるときにその場から離れる。嘘をついてその場をしのいだ。

表４　「変化」についての分類

積極的	自己肯定 自己受容	自信がついた。自分を好きになった。自分を責めなくなった。個性として自分を受け入れることができるようになった。前向きになった。調べたことで自分が何者かがわかり、否定せずにいられた。無理して女性でいなくていいと思えた。自分として堂々としていられる。
	快感情	楽しくなった。すっきりした。安心した。理解してくれる人が増えてうれしい。仲間ができて気持ちが楽になった。自分がおかしいわけではないとわかり明るくなった。自分の性別を楽しめている。
	視点の変化	他者への決めつけをしなくなった。相手に決めつけをしなくなった。人を見た目や服装で判断したくないと思うようになった。
	恋愛期待	恋愛ができる気がした。パートナーと出会った。恋愛に積極的になれる気がした。
消極的	自己抑制	自分の価値観を表現しなくなった。恋愛話を避けるようになった。
	恋愛否定	恋愛に対して否定的な感情が強くなった。恋愛したいが出会いがないだろうなと消極的になった。
	新たな不安	依然として相談しにくいのは変わらない。マイノリティだと認知したことで不安感を感じるようになった。

4.2 セクシュアル・マイノリティを認知したことによる悩み

セクシュアル・マイノリティであることを認知したことによる悩みでは，自己の内面に

対しての悩み，周囲とのかかわりあいについての悩み，制度面での制約に対する悩みの大きく 3 つに分けられた．

周囲とのかかわりあいについての悩みには，カミングアウトについての悩みが多数含まれているが，カミングアウトをするか否かについて悩む主な理由は，①自分はこういう人間なのだと周囲に本当のことを伝えられないもどかしさや嘘をついているという罪悪感，②カミングアウトしたことにより周囲からの対応や見られ方の変化に対する恐怖や不安，の 2 つではないかと考える．周囲の偏見や好奇の目がもし存在しなければ，カミングアウトするか，しないかという点での悩みは軽減するだろうと推察する．

制度面での制約に対する悩みは，具体的には同性婚や性別記入欄の表記の仕方などについてであるが，制度を変える行為は容易に行えるものではない．制度の変更にはまず，そういった制度の制定に携わっている人達への正しい知識の周知と，ひいては国民全体に対する知識の周知が必要であると考える．

マジョリティと自分との差を，待遇や感情などの面で感じることが悩みだという人も少なくはなかった．これは，「きっかけ・思い」に共通する部分でもある．セクシュアル・マイノリティの多くは，自分が性的少数者であることに気づくと同時に，多方面への不安感を抱いているのだということがわかる．

4.3 セクシュアル・マイノリティであることによる悩みへの対処

対処行動は，ネット検索及び SNS コミュニティへの参加が著しく多かった．一人で悩むという回答をした者も，最初は一人で考えたものの結論が出ず，SNS 等のコミュニティを利用して徐々に知識をつけ，自分とはどういった人間なのかを理解していくという過程があった．杉山(2006)は，情報アクセスの困難さを指摘していたが，この点はこの 15 年の間に大きく変化してきていると言える．今回の調査対象者のように，すでに自己のセクシュアリティが確立している人は，一人で悩み続けるだけでなく積極的に知識を取り入れる行動をしたことがわかる．逆に言えば，自己のセクシュアリティについて自分の中で確立できておらず不安定な人ほど，一人で悩み続けている可能性が高いと推察される．そのため，自己のセクシュアリティで悩みやすいと思われる小・中・高校生向けの相談機関やマイノリティ・コミュニティの紹介が，スムーズなセクシュアリティの確立につながると考える．

4.4 セクシュアル・マイノリティを認知したことによる変化

全体的には，推測していたようにポジティブな変化が多く見られた．しかし，自己のセクシュアリティが確立したことによって，より周囲との差異が浮き彫りになってしまうことへの不安，確立したといっても周囲とのかかわりにおける悩みについては引き続き考えていかなければいけないことに対する不安など，消極的な変化も見られた．セクシュアリティの確立は，自分とはどういう人間なのかなど，内面的なアイデンティティについての悩みは解消されるものの，周囲の態度や反応は依然として変わることがないため，外部が要因となる悩みはむしろ浮き彫りになってしまうということが明らかとなった．

4.5 まとめと今後の課題

性的自己決定を行うことによって，アイデンティティが確立し安心や自己受容などの肯定的効果がみられた反面，アンデンティティが確立したうえで発生する不安等も存在することが明らかになった．アイデンティティを確立することで，自分自身の不安定さなどは改善されるが，周囲の環境やセクシュアル・マイノリティに対する世間の態度が変化するわけではないため，セクシュアル・マイノリティであるが故の生きづらさや制度的な部分での問題が浮き彫りになり，こうした不安が発生すると推察された．

最後に今後の課題である．今回の調査では，データ収集のための連絡を Twitter のダイレクト―メールにて行った．「対処行動」の部分で，SNS コミュニティへの参加と回答した人が多くみられたが，これは連絡手段が Twitter であったということも要因の一つになったためと考える．SNS を通さないコミュニティ等を対象にデータ収集を行い，検討を重ねる必要があると考える．また，同じ理由で年齢層も 20 代に偏っていたため，年齢についても幅広い範囲で調査を行う必要があると考える．また，自由記述による回答に留まっているため，今後はインタビュー調査などを実施することで，悩みとなっていることの要因や違和感を経験することなく性的自己決定に至っている人の背景などを明らかにしていくことが必要である．

付記・謝辞

本研究の一部は，日本学校心理学会第 23 回大会にて報告した．本調査にご協力頂いた皆様に心より御礼申し上げます．

文献

東優子，2008，HIV 感染への脆弱性とセクシュアル・ヘルス／ライツ，社會問題研究，57，pp.27-39

石丸径一郎，2002，マイノリティ・グループ・アイデンティティ：人はいかにして自らに付与された差異を取り扱うか，東京大学大学院教育学研究科紀要，41，pp.283-290

川喜多二郎，1967，発想法　創造性開発のために，中公新書

中里見博, 2007, ポスト・ジェンダー期の女性の性売買――性に関する人権の再定義――，社會科學研究，58，pp.39-69

杉山貴士，2006，性的違和を抱える高校生の自己形成過程 ： 学校文化の持つジェンダー規範・同性愛嫌悪再生産の視点から，技術マネジメント研究，5，pp.67-79

田原歩美，2010，性的自己決定と性経験の関連性について，福山大学こころの健康相談室紀要，4，pp.59-66

上野淳子，2008，心理学における性的マイノリティ研究–教育への視座，四天王寺大学紀要，46，pp.73-83

（2021 年 9 月 24 日　受付）