

北島中学校 スクールカウンセラーだより12月号

スクールカウンセラー／高嶋知子 心の相談員／大石宇紀 R2年12月

「自分らしさ」って何だろう？～多様な性のありかた～

みなさんは自分の性のありかた（セクシュアリティともいいます）について、どのように感じているでしょうか。今回は、多様な性と「自分らしさ」について考えたいと思います。

1. いろいろな性のありかた

性のありかたには、「心の性（性自認）」、「身体の性（生物学的性）」、「好きになる性（性的指向）」、「表現する性」の4つの軸があります。外見からだけでは、その人の心の性や好きになる性はわかりません。心の性と身体の性が合っていると感じる人は「シス・ジェンダー」と呼び、違和感がある人を「トランス・ジェンダー」と呼びます。

心の性 自分の性別をどのように思うのかという性

身体の性

生まれたときからの、身体の見え目やかたちなどによって判断された性

表現する性

自分をどのように表現するのかという性。服装やしぐさ、言葉づかい、一人称（「私」「僕」）

※表現する性は、時と場合によって変わります。例えば、制服ではスカートだけど、私服では一切スカートははかない、など。

好きになる性

恋愛の対象となる性

- 異性愛（ヘテロセクシュアル）
 - 同性愛（ホモセクシュアル）
 - 心の性と同じ性別の人を好きになる人
 - レズビアン、ゲイの呼び方に分かれる
 - 両性愛（バイセクシュアル）
 - 男性も女性も好きになる人
 - 全性愛（パンセクシュアル）
 - 好きになる相手の性別は問わない人
 - 無性愛（アセクシュアル）
 - どの性別にも恋愛感情をもたない人
 - 非性愛（ノンセクシュアル）
 - 恋愛感情はもつが性的欲求をもたない人
- ※心の性、好きになる性は生まれつき決まっている場合が多いです。

SOGIE(ソジー)またはSOGI(ソジ)

SOGIEとは、好きになる性（sexual orientation）、心の性（gender identity）、表現する性（gender expression）の頭文字を取った用語です。LGBTはセクシュアル・マイノリティ（少数派）を指す用語ですが、SOGIEは多数派、少数派に関わらず、すべての性のあり方を位置づけ、性の問題を自分にも関わるものとしてとらえられる用語になっています。※SOGIはSOGIEから表現する性を省いた用語です。

2. 普段の会話の中で耳にする言葉

「オカマ」、「オネエ」といった言葉は、悪気のない軽い冗談であっても、言われた人やそれを聞いたLGBT本人の心を深く傷つけます。そこには、LGBTを笑いものにしてもいい、という否定的なメッセージが込められているからです。また「ホモ」、「レズ」は本来の呼び方ではなく、差別的な呼称です。「ホモセクシュアル」または「ゲイ」、「レズビアン」と省略せずに使用しましょう。

たとえばこんな言いかえかた

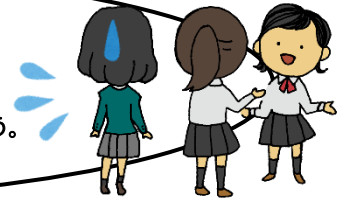
「だれか好きな男子（女子）はいる？」
「彼氏（彼女）いる？」



「だれか好きな人（気になる人）いるの？」
「恋人（つき合っている人）いる？」

でも・・・

だれもが恋愛の話題に興味があるとは限りません。恋の話をしたくない人に無理矢理させようとしたり、冗談のつもりで性のありかたについて聞いたりするのはやめましょう。



3. 思春期のクエスチョニング Questioning

自分の心の性や好きになる性がはっきりしない、迷っている、または決めない人を、クエスチョニングといいます。思春期は心と身体の成長にともなって、性のありかたも揺れ動きやすい時期です。「自分がどんな人間かわからない」というアイデンティティの悩みと、性のありかたはつながっています。しかしあせって答えを出したり、無理矢理決めつける必要は全くありません。ゆっくりと自分らしいありかたを探していきましょう。

もし、迷ったり、困っていることがあれば、信頼できる大人や相談窓口にご相談してみましょう。

性のありかたを決められるのは自分だけです。
だれかの性のありかたを、他の人が決めつけることはできません。

相談室の開室日

| 2020年12月 | | | | |
|----------|----|----|-----------|----------|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
| | 1 | 2 | 3 高嶋 | 4 大石 |
| 7 大石 | 8 | 9 | 10 高嶋 | 11 大石 |
| 14 大石 | 15 | 16 | 17 高嶋 | 18 大石 |
| 21 大石 | 22 | 23 | 24 冬休み | 25 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | |



(月・金) 13～17時：心の相談員 大石
(木) 13～17時：スクールカウンセラー 高嶋
相談室予約票は相談室2、保健室、図書室に置かれています。先約がなければ、当日そのまま相談室に来てお話しすることもできます。

