



自分のセクシュアリティを考えよう

ねらい ▶▶

- 自分のセクシュアリティについて考える。
- セクシュアル・マイノリティ (性的少数者) が日常おかれている状況について考える。
- カミングアウトやアウティングの問題について考える。
- セクシュアリティの問題は、セクシュアル・マイノリティだけの問題ではなく、性別を持って生きるすべての人たちに関わる問題だということを考える。

■実践の前に

セクシュアル・マイノリティの人権を考えると、みんなが自分のセクシュアリティを考えることはとても重要です。例えば、セクシュアル・マイノリティの支援団体であるQWRC (Queer and Women's Resource Center) は、中高生向け人権教材DVD『もしも友達がLGBTだったら?』の先生用資料のなかで、以下のように、すべての人が自分のセクシュアリティについて考える重要性を解説しています。

「別にゲイとか差別してないよ、私はフツーだけだね。」「みんな違ってみんないい、個人の自由じゃん。」「他人のことはカンケーない、知りたくない。」そういう多様性を理解したかのような発言をよく聞きます。しかし、1人ひとりの違いは、自分の性のあり方が固有であることを知ってから、初めて実感できることです。「フツー」ってなに? 「普通なんてないんだ」と気づくことです。自分の性に向き合い、独自のあり方を発見することは、他人の多様性を認め、相手の立場を想像し、思いやることに繋がります。

■用語解説

セクシュアリティ: 人間の性に関わるすべてのことがらをあらわす言葉です。いろんな側面がありますが、この教材では、「4つの指標」を使って、4側面に分類して考えていきます。

L G B T: レズビアン (女性同性愛者: Lesbian) ・ゲイ (男性同性愛者: Gay) ・バイセクシュアル (誰かを好きになるときに、性別が第1要件にならない人: Bisexual) ・トランスジェンダー (生まれたときの性別とは異なる性別を生きる (生きたい) 人: Transgender) の頭文字を並べたもの。セクシュアル・マイノリティの意味で使われることも、多くあります。

■ワークショップ実施前のファシリテーター自身の準備

4つの指標のところ、ファシリテーター自身を例として出します。ただし、ファシリテーターだからといって、望まないカミングアウトを強要されるものではありません。ファシリテーター自身の安全を尊重しつつ、なにを提供するか考えておきましょう。

キーワード

4つの指標、同調圧力、マイノリティの不可視化、カミングアウト、アウティング

準備物

- 名刺大カード 1人2枚
- ワークシート①~③ 1人1枚
- 補足資料 1人1組
- クリップボード 1人1枚
- 筆記用具
- タイマー
- ホワイトボードと専用マーカー (黒板も可)

プログラムの流れ

- 10分** 1. 趣旨とルールの説明とお守り作り…… • 学習の趣旨とルール説明、お守り作りをする。
- 15分** 2. みんなに共通するものは? …… • 共通点探しをし、「同調圧力」「マイノリティの不可視化」について考える。
- 15分** 3. 4つの指標 …… • 自分のセクシュアリティを考え、セクシュアリティについて説明する。
- 30分** 4. わたしはゲイじゃない …… • カミングアウトやアウティングの問題について考える。
- 20分** 5. クールダウン~ごほうびと分かち合い …… • 自分へのごほうびカードを作り、感想を分かち合う。

1 趣旨とルールの説明とお守り作り

10分

趣旨とルール説明7分、お守り作り3分

趣旨とルール説明



今日は、自分自身のセクシュアリティについて考える参加体験型学習(ワークショップ)をします。

ワークショップ(以下、ワーク)というのは、講師が答えを持っているのではなく、参加者のみなさんがやりとりしながら、考えを深めていく学び方です。

今日の学習内容はとても繊細な事柄なので、安全に配慮しつつ、進めたいと思います。

安全にワークを進めるために、次の3つのルールを設定します。

●「守秘・参加・安全(「不参加」・「うそ」アリ)」と板書する。

- ①「守秘」このワークで得た知識は持ち帰ってください。でも個人情報はこの場所に置いて帰ってください。
- ②「参加」このワークは自分自身のセクシュアリティについて考えるワークです。しっかり考えて、ワークに積極的に参加してください。
- ③「安全(「不参加」・「うそ」アリ)」。今日扱うセクシュアリティは、いろんな意味で、とても繊細な事柄です。ここに居るのがしんどくなったら、ちょっと立って、部屋の後方に行ったり、部屋から出て行ったりしてもOKです。また、今日のワークでは、ご自身のセクシュアリティを語る必要が無いように配慮していますが、それで不安を感じたりしたときは、別のセクシュアリティである振りをして自分の身を守ることは、すべてOKです。自分の安全とこの場の安全を守るように心がけてください。

そのため、今回のワークでは、特に、「不参加」と「うそ」をアリ、とします。もし、しんどいと思ったら、「パスします」と言って発言をパスしたり、席を外したり、してください。また、そのような行動を取って目立つのを避けるために、自分に関わる^{いづれ}ことや意見を偽って発言すること、つまり「うそ」も、アリとします。

お守り作り



自分の安全を守るための方法は、いろいろあります。トイレ・給湯室に行く。深呼吸をする。心の中で10数える。パスをする。こうやって、わたしの話をふんふんと聞いているだけでもいいのですが、いざ行動しようとする、頭の中が真っ白になることもあります。安全のために行動しないといけないときって危険なときですから。そのため、自分の安全を守る行動をするための準備を1つしましょう。

●話をしながら、名刺大のカードを1人1枚配付する。



配ったカードに今説明したような、自分の安全を守るために自分ができそうなことを、1つ、あるいは、2つ、3つ書いて、このワークの間、持っていてください。これをお守りとして、なにか嫌な感じがしたときは、自分を守る行動をとってください。

※会場の設営については、イスのみで半円型にするとよい。P6を参照。

・「うそ」という言葉に違和感を唱える人がいる場合は「安全に注意を向けていただくために、ちょっと刺激的な言葉を使いました。抵抗がある方は、心の中で「方便」とか「ちょっとした作り話」といったご自身に抵抗のない言葉に置き換えてください。」などの補足をするとうい。

・参加者には記入時間の区切りを伝えず、みんなの作業を見て記入時間を切る。手が止まっている人には、更に具体的な安全策をいくつか提示する。


2 みんなに共通するものは?

15分


2人ワーク「ふたりに共通するものは?」6分、全員ワーク「みんなに共通するものは?」6分、コメント3分

2人ワーク「ふたりに共通するものは?」

●ワークシート①とクリップボードを1人1枚配付する。


 あまりよく知らない人同士で、2人ずつペアになってください。そして、今配ったシート①に、2人に共通することを10個見つけて書いてください。時間は3分です。

全員ワーク「みんなに共通するものは?」

 今、2人の共通点を探しましたが、この場の全員に共通することをみつけないと、全部で10個ほど出してみたいと思います。全員で共通することを思いついた方からどんどん言ってください。自分には当てはまらないと感じられた方は、口には出さずにいてください。

●最初に「全員に共通すること」と板書し、続けて参加者から出た共通点を板書する。

出てきた共通項目にコメントする

 例えば、「みんな日本人だ。」という共通点をここで提示すれば、在日外国人を「不可視化」、すなわち、居ないもの・見えないものとして扱うこととなります。その背景には、日本人らしくふるまうことを強要する「同調圧力」があると同時に、ここで「みんな日本人だ。」という共通点を提示すること自体が「同調圧力」にもなります。

●「マイノリティの不可視化」「同調圧力」と板書する。

• 参加者が奇数の場合は自分が入る。

• 10個出ないペアがあっても、3分で終了する。

• 共通点は、10～15項目程度出してもらおう。


• ここで「不可視化」「同調圧力」の説明も行う。

3 4つの指標


15分

自分のセクシュアリティを考える10分、セクシュアリティに関する説明5分

自分のセクシュアリティを考える


 自分のセクシュアリティを、4つの指標に沿って考えていこうというワークです。

●ワークシート②「性の4つの指標」を1人1枚配付する。

 今回は、今配ったワークシートには記入しないで、心の中で○を付けます。

• 参加者に安心感を持ってもらうために、ペンを使わないワークであることを十分に伝える。

●ホワイトボードに4つの指標のグラフを書き写す。

 記入の説明をします。まず1つめは、「身体の性」です。身体の性にはワークシートにもあるように、性染色体・性腺・内性器・外性器・性ホルモンなど、いろいろな側面があります。例えば、みなさん、自分の性染色体を調べたことはありますか。わたしの場合、身体の性はこのあたりになりますね。みなさん、どのあたりですか。こっそり心の中で○を付けてみてください。

2つめに、心の性です。自分のことをどういう性別と思っているのか、ということです。考えたことはありますか。


3つめは、外見・社会的な性です。自分はどのくらい女らしいとか、男らしいとか、思われていると感じていますか。どのような性別に見られたいと思っていますか。

4つ目は、誰を好きか、です。どのような相手をつまみ、どのようなセクシュアリティの人を恋愛対象としますか。

- それぞれの指標で、ファシリテーター自身のセクシュアリティを例示しながら、説明を進めていく。
- 自分の例示は、参加者が自分のセクシュアリティを考える間にもなる。

35分
経過

セクシュアリティに関する説明

 みなさん、○をつけてみましたか。なにか、発見はありましたか。みんな1人ひとり顔が違うように、1人ひとりのセクシュアリティはその人固有のものです。自分のセクシュアリティを「ヘテロセクシュアルだ。」「ゲイだ。」「トランスジェンダーだ。」と大きな枠組みで名づけて、考えることは、自分を知り、生き方を考える上での指標になります。また、セクシュアル・マイノリティに対する偏見・差別がある今の世の中で、権利獲得運動を進めようと思うときに、大きな枠組みでなかまを見つけ、団結していくことは力になります。でも、「ヘテロ同士だから」「ゲイ同士だから」といって、100%同じセクシュアリティだと思ってしまうのは誤解ですので気をつけましょう。

今日のワークは、自分自身のセクシュアリティを考えるためのもので、いろいろなセクシュアリティの詳しい説明はしません。

いろいろなセクシュアリティについては、ワークシートの説明と、今からお配りする補足資料を参考に、ご自身で学んでください。

●補足資料を1人1組配付する。

■ファシリテーターのみなさまへ■

このワークをペンを持たずに行うのも、参加者同士で分かち合わないのも、カミングアウトする気持ちがなかった人がうっかりカミングアウトしてしまうのを防ぐためです。ファシリテーターはその原則をよく理解したうえでワークに臨んで下さい。

- 自分の恋愛の相手も、それぞれが固有のセクシュアリティを持っていて、4つの指標であらわすこともできることを説明する。

40分
経過

4 わたしはゲイじゃない

30分

ロールプレイ8分、グループで感想の共有8分、全体で感想の共有8分、コメント6分

グループ分けをして、ロールプレイを実施する

- 人数調整のためにファシリテーターが参加することはしない。



これからグループを作ってもらいます。3人もしくは4人でグループになってください。

●グループになって座ったら、ワークシート③を1人1枚配付する。



それでは、ワークシートを読んで各グループ内で役を確認してください。役が決まったら、ロールプレイを始めてください。

わたしがAさんの役をやります。わたしのセリフが終わったら、Bさん、Cさんとセリフを続けて言って、Dさんは自分の思いでセリフを言ってください。

●ファシリテーターがAさんのセリフを読む。

*全部3人グループの場合は3回、4人グループがある場合は4回ロールプレイを繰り返す。

48分
経過

グループで感想を共有する



各グループで感想を話し合ってください。

Bさん、Cさんは、なぜ「ゲイじゃない。」と言ったのでしょうか。Dさんの立場に立ったとき、なにを感じましたか。それぞれの気持ちや、発言が生んだ結果を話し合ってください。後で発表してもらいます。

56分
経過

全体で感想を共有する



各グループで話し合った内容を出してください。

64分
経過

発表内容にコメントする

●「カミングアウト」「アウティング」と板書する。



まず、今のワークに関連する言葉として、「カミングアウト」と「アウティング」について、説明します。カミングアウトとは、セクシュアル・マイノリティ(性的少数者)の活動の中で生まれた言葉で、同性愛者が自分の性指向を言えずにいる状態を押し入れ(クローゼット)にいる状態と見なして、そこから出てくること、すなわち、自分の性指向を表明することを「coming out of the closet」と言い、これを短縮して、カミングアウトと言うようになりました。

また、セクシュアル・マイノリティの場合、カミングアウトには2段階あると言われています。1つ目は、自分に対するカミングアウト。すなわち、自分のセクシュアリティを自分で認めることで、これは多くのセクシュアル・マイノリティにとって、困難をとまなうことなのです。

2つ目のカミングアウトが、他者に対するカミングアウトで、この場合、全方位的に一気にカミングアウトする場合はまれです。友人にはカミングアウトしたけれど、会社にはしていないとか、姉妹・兄弟にはカミングアウトしたけれど、親にはまだしていないというケースは多くあります。

カミングアウトが自分が自分の意思で行うのに対し、アウティングは、他者が本人の意向とは関係なく行うものです。

先のロールプレイの例で言えば、Aさんがやったのがアウティングです。Bさん、Cさ

んは、自分のセクシュアリティを、否定形ではありますが、表明しました。これはカミングアウトです。BさんもCさんも、自分のセクシュアリティを言っただけですが、結果として、Dさんに圧力がかかったのではないかと、わたしは想像します。もし、Dさんが、「わたしはゲイです。」と言ったとした場合、それはカミングアウトではあるのですが、自由意志によるものではなく、AさんのアウティングやBさん・Cさんのカミングアウトにより圧力を受け、強制されたカミングアウトになると、わたしは思います。

70分
経過

5 クールダウン～ごほうびと分かち合い

20分

ごほうびカード作り3分、分かち合い17分

●名刺大のカードを1人1枚配付する。



今から、ごほうびカード作りのワークを行います。ワークはいろいろ発見があると同時に、いろいろしんどい部分が出てしまうこともあります。今日がんばった自分への、ごほうびを、今配ったカードに書いてください。「よくがんばりました。」でもいいですし、「今日のごほうびに、自分のためのスイーツを1つ買って帰ります。」でもいいです。

73分
経過

分かち合い



これからみんなで今日のワークの分かち合いをしていきたいと思いますので、みんなで輪になってください。

●各自イスを持ち、大きな輪を作るように移動してもらおう。



今日は、みなさんお疲れさまでした。わたしの左隣から時計回りに感想を言っていってください。そのとき、もしよければ、先ほど作ったごほうびカードも紹介してください。

• 時間と人数を見て、1人の時間を計算して、指示する。秒針のある時計を1つ用意して、話が終わった人がタイムキーパーになって、時間が来たら時計を話し手に渡していく方式がお勧め。

★より深く学びたい人のための参考図書★

■全般

『セクシュアルマイノリティー同性愛、性同一性障害、インターセックスの当事者が語る人間の多様な性』
(セクシュアルマイノリティ教職員ネットワーク監修/明石書店/2003)

■個別テーマ

『プロブレム Q & A 同性愛って何? [わかりあうことから共に生きるために]』

(伊藤悟 他/緑風出版/2003)

『トランスがわかりません!! ～ゆらぎのセクシュアリティ考』

(ROS/アットワークス/2007)

■まんが

『LOVE MY LIFE』(やまじえびね/詳伝社/2001)

『IS ～男でも女でもない性』(六花チヨ/講談社/2003～)

『きのう何食べた?』(よしながふみ/講談社/2007～)

『放浪息子』(志村貴子/エンターブレイン/2003～)