

臨床心理学領域における同性愛者に関する研究の課題

— アイデンティティ発達モデルと支援への援用の観点から —

Issues in research on gay men in the field of clinical psychology

— Focusing on identity development models and their support —

高 藤 真 作

1. はじめに

2015年には東京都渋谷区、世田谷区でパートナーシップ制度が導入され、その後全国でも同様の制度を導入する自治体が増えてきている。そんな中2023年6月には「性的指向及びジェンダーアイデンティティの多様性に関する国民の理解の増進に関する法律」（通称：LGBT理解増進法）が成立したことで、より社会の中で同性愛、ひいては性的マイノリティへの関心が徐々に高まってきている。しかし、性的マイノリティに関する話題が顕在化したことを契機に、性的マイノリティに対するネガティブな意見も同時に顕在化している。セクシュアリティの多様性を重視する価値観が広まりつつある中でも完全に偏見や差別がなくなったわけではなく、依然として生活に様々な困難や葛藤を抱える当事者の存在は少なくない。本邦の自殺対策の指針「自殺総合対策大綱」には2012年に性的マイノリティが自殺リスク要因の1つとして明記され、2022年の改訂版においてもその記述は引き継がれており、支援の必要性が挙げられている。しかし、本邦の臨床心理学領域においては円滑な支援のための十分な知見の蓄積がなされているとは言い難く、性的マイノリティを支援する上で必要な知見の蓄積が必要である。

心理的支援の実践や当事者のメンタルヘルスにおいては当事者のセクシュアリティに関するアイデンティティの発達が重要視されており、当事者のアイデンティティ発達と当事者支援に関する課題を明らかにしていくことを目的とする。また、性的マイノリティとして、LGBT（同性愛者、両性愛者、トランスジェンダー）を包括的に研究しているものも存在するが、性的指向によるカテゴリーであるLGBと性自認によるカテゴリーであるTでは抱える課題が異なることから、本稿では同性愛者、両性

愛者に関する知見を中心として概観していく。

2. 性的マイノリティへの支援に関する課題

1) アイデンティティ形成と精神的健康

性的マイノリティとは何らかの意味で性の在り方が典型的ではない人のことを指す言葉であり、その中でも代表的なセクシュアリティの頭文字からLGBTまたはLGBTQ+などと表現することがある。これまでの研究の中でLGBTQ+の性的マイノリティ当事者は、精神的健康の問題を抱えやすいことが指摘されている。日高（2024）のLGBTQ+の健康レポートによれば、2019年の調査で行ったK6による気分・不安障害のスクリーニングでは、13点以上の重症群の割合がLGBTQ+全体で21.5%であった。10代に限定すれば34.6%と3人に1人が該当し、うつや不安などの可能性がある5点以上の陽性群と合算すれば10代全体で79.3%であり、特に若年層ほど明らかにメンタルヘル스에不調があることが示されている。またHidaka（2008）は異性愛男性と比較して男性同性愛者・両性愛者の自殺未遂リスクは5.98倍高いことを明らかにしている。

当事者が自らの性的指向を自覚するのは主に青年期である場合が多いが、同性愛者のアイデンティティ発達のモデルとして知られるCass（1979）やTroiden（1979）では、自身のセクシュアリティに気づき始めることでアイデンティティの混乱が生じることが示されている。アイデンティティの確立は青年期の課題であり、アイデンティティの確立には社会や周囲からの承認は重要な意味を持っているが（Erikson, 1959）、性的マイノリティの場合、属性自体の可視性が低く、周囲からは性的マイノリティであることがわからないために家族や周囲の日常的なサポートを受けにくい（石丸, 2002）。そのため、性的マイノリティは社会や周囲からの承認を得づらくアイデンティティ形成には困難を抱えやすいことが推察される。葛西（2014）は性的マイノリティとしての肯定的なアイデンティティ形成をすることがのちの様々な精神的問題を予防することにも繋がることを指摘しており、専門的な支援も非常に重要であると考えられる。

2) 性的マイノリティ支援における支援者養成の課題

性的マイノリティ当事者への支援の必要性は指摘されているものの、現在の心理職養成の過程では心理臨床に携わる支援者が性的マイノリティの支援に必要な知識・技能を十分に学ぶ機会があるわけではない。石丸・此下・宮山・森田（2024）はジェンダーやセクシュアリティについて、体系的でエビデンスに基づいた心理支援が根付いているとは言いがたく、心理職の養成カリキュラムの中でも非常に手薄であるとしている。実際に、心理職の養成課程において葛西（2011）は、臨床心理士養成課程に在籍する大学院生を対象に、同性愛者・両性愛者への肯定的なカウンセリングに対する自己効力感の尺度作成を行い、理論的な面や、自身でグループサポートを行うことには自信が持てない大学院

生が多いことを報告している。

しかし、日高（2024）の健康レポートによれば、日高の行った2019年の調査では性的マイノリティ全体では41.2%、男性同性愛者では37.1%に心理カウンセリング、心療内科、精神科を受診した経験があるとされており、多くの当事者が支援を求めて受診していることが示されている。柘植（2014）は同性愛のクライアントはカウンセラーが自身のセクシュアリティを理解してくれるのかを敏感に探っていると述べ、カウンセラーがどのような認知・態度を持っているかの重要性を指摘している。当事者は必ずしもセクシュアリティをカウンセラーや支援者に伝えるわけではないため、無自覚に傷つけてしまう可能性もある。また、セクシュアリティを明かされていても、品川（2006）はカウンセラー側に同性愛に対するステレオタイプ的な見方があった場合、クリニカル・バイアスによってカウンセラーが同性愛者のクライアントの心理・社会的機能を低く見積もるといった、臨床的判断や態度に歪みを与えることを明らかにしている。梨谷・樋口（2022）では同性愛者に対するカウンセリング事例より、共通してカウンセラーの多様な性に対しての肯定的態度やジェンダーニュートラルな姿勢を持つことの重要性を述べており、性的マイノリティ支援において、支援者養成にも課題が残されており、多様性に対する肯定的で柔軟な態度を涵養していく必要があると考えられる。

3. 同性愛者のアイデンティティ発達モデルの課題

同性愛者のアイデンティティ発達の代表的なモデルとしてはCass（1979）の6段階モデルやTroiden（1979）の4段階のモデルが知られており、現在でも性的マイノリティへの心理的支援、心理療法においてしばしば援用されている。これらのモデルでは自らの同性愛的傾向を認識することで自己概念が混乱し、同性愛者であることを徐々に認めつつも、他の同性愛者との接触を試みる中で同性愛を受容し、統合されていくプロセスをたどることが示されている（Table1）。

Table1. Cass（1979）とTroiden（1979）のアイデンティティ発達モデル

Cass(1979)のモデル		Troiden(1979)のモデル
		鋭敏化
段階1	アイデンティティの混乱	アイデンティティの混乱
段階2	アイデンティティの比較	
段階3	アイデンティティの寛容	アイデンティティの受容
段階4	アイデンティティの受容	
段階5	アイデンティティの誇り	コミットメント
段階6	アイデンティティの統合	

性的マイノリティ当事者への臨床実践事例を取り扱った数少ない研究として、堀田（1998）と梨谷・樋口（2022）が存在する。堀田（1998）は2名の同性愛の男子大学生の事例をもとに、Troidenのモ

デルを参照しながら同性愛アイデンティティの形成プロセスを明らかにし、大学生は同性愛的欲求を抱え自らのアイデンティティに混乱する、最も問題に直面しやすい時期であるとした。そのため堀田は、カウンセラーは当事者の葛藤を肯定的に受け止め、当事者が自らのアイデンティティ形成を急がずじっくりと考え続けられる「安全な場」として機能する学生相談の在り方を提言している。また、梨谷・樋口（2022）はクライアントのアイデンティティ形成の段階やセルフスティグマの強さにより、自身のセクシュアリティの受容の進んだ当事者であれば自分自身を生活の中でどのように表現していくのかという現実的課題に取り組み、アイデンティティを模索している段階の当事者であれば同性愛を自身で嫌悪してしまうセルフスティグマ自体がテーマになることも多いことを指摘している。これらの研究には同性愛者のアイデンティティ発達の段階に合わせた理解や対応の臨床実践の具体例が示されており、重要な知見である。

しかし、その一方でアイデンティティ発達のモデル研究において、モデルを作成している Cass 自身、アイデンティティの形成は直線的に段階を経ていくわけではないこと、文化的な背景が考慮されていないことについても言及している。田中（2018）はLGB アイデンティティに関する海外研究との比較検討を行い、その中には段階を戻る当事者や、過去に示されているモデルの段階とは異なる行動を示すプロセスの研究もあることを踏まえて、単線モデルのみでは当事者全員のLGB アイデンティティを理解することは難しいこと、日本の家族の在り方や社会的背景からアイデンティティ発達過程が異なる特徴を示す可能性があることを指摘している。

本邦における当事者を対象とした研究でも、同性愛の受容への葛藤が少ない当事者の存在が複数の研究の中で示唆されており（渡辺, 2005；宮腰, 2012；眞野, 2014）、鈴木・石丸（2019）では性的マイノリティのアイデンティティ形成についての質的分析を行い、必ずしも当事者が嫌悪感や揺れ動きの時期を経るわけではないことを指摘している。そして様々なパターンのアイデンティティ形成を行う当事者の存在や、精神的健康に大きな問題がない当事者の存在を示している。そのため、Cass（1979）や Toroiden（1989）のモデルは現代においても理解しやすく有用ではあるものの、性的マイノリティのアイデンティティ発達には社会や周囲の価値観や社会的・文化的背景が大きく影響することから、今後のアイデンティティ研究や心理臨床においては社会的背景とその変化を考慮していく必要がある。

アイデンティティ形成過程において、当事者の直面する困難や経験するライフイベントとして指摘されているものはいくつか存在する。先行研究でとりあげられている要素としては同性愛に対して当事者自身の抱える内在化された同性愛嫌悪（internalized homophobia）と自己受容の問題、家族・友人・職場などでのカミングアウトの問題、同性愛者としてのロールモデルの不在、同性愛に関する情報や他の当事者へのアクセスの難しさなどがある（Cass, 1979；Troiden, 1979；石丸, 2002/2003；杉山, 2006）。しかし、これらは社会的・文化的な変化によって困難の様相が変化してきていると考えられる。特に同性愛に関する情報へのアクセスや、他の当事者との交流が容易かつ多様になってきていることが様々な困難やライフイベントに大きく影響を与えていると推測される。以下ではその情報アクセス

と他の当事者との交流の2つの視点からアイデンティティ形成への影響をまとめる。

4. アイデンティティ形成過程の変化と多様性

1) 同性愛に関する情報へのアクセス

杉山（2006）は当事者の直面する困難の1つとして、同性愛者にとって必要な情報にアクセスすること、他の同性愛者と出会うことが物理的・心理的に困難であるといった「情報アクセスの困難」を指摘している。2000年代以降“おねえタレント”がメディアに登場することが増えてきたことで、当事者にとって同性愛を知るきっかけになっていたり、モデルとして機能したりする側面があった。ただし、当事者によってはメディアでの偏ったイメージと自分自身との間にギャップを感じたり、等身大の同性愛者としてのイメージには繋がりにくかったりする場合も示唆されている（高藤・岡本，2019）。

しかし、情報量とその多様さという点でいえば近年ではスポーツ選手や俳優、歌手など様々な著名人がカミングアウトするようになったことや、メディア以外にもSNSなどを通じて多様な当事者を知る機会やツールが存在するようになった。しかも誰もが情報発信の主体となることが可能であり、当事者が自身の生活をSNSに投稿し、場合によっては配信をしていることもある。さらに2015年以降ではパートナーシップ制度や2023年のLGBT理解増進法の成立など、制度や政治的な側面でも性的マイノリティに関する肯定的なニュースも流れてくるようになってきている。梨谷・樋口（2022）の当事者の語りでは10代のうちからSNSで当事者と交流したり、スポーツ選手のカミングアウトのニュースを見たりした経験を自身のロールモデルとして、同性愛者としての理想の生活を思い描いたり、自らのカミングアウトへ影響を受けていた様子がうかがえる。

ただしその一方で、物理的に情報にアクセスできる環境であっても心情的に同性愛に関する情報を避けることによって、内在化された同性愛嫌悪が維持されている場合もあると考えられる。梨谷・樋口（2022）のもう一つの事例では同性愛について知ることによって“ソッチの世界に引き込まれそう”といった自己変容への不安を語る当事者も同時に見られることから、同じ時代背景においても個々の環境によっては大きく異なるアイデンティティ発達過程をたどる可能性がある。

情報取得において同様の物理的環境を有していても個々人の価値観や認識によっては同性愛者へのアイデンティティへの影響は様々であり、場合によっては情報との適切な付き合い方を支援者が仲介する必要もあると考えられ、同性愛への偏ったイメージの修正や、正しい知識・情報へのアクセスを促していくことが重要である。しかし、自己変容への不安を語る当事者もいることから正しい知識や情報であっても侵襲的にならず、当事者の受け止めるペースを尊重することが重要である。

2) 同性愛コミュニティへの参加

岡本（1997）はアイデンティティの2側面として“個としてのアイデンティティ”と“関係性にもとづくアイデンティティ”の概念を提唱し、アイデンティティ発達には分離－個体化や自律性といった個としての発達だけではなく、他者の存在や他者との関係性の発達も重要な役割を果たしていることを指摘している。同性愛者のアイデンティティ発達においても他の当事者とのポジティブな関わりをもっていくことは重要視されているが（Cass, 1979；Troiden, 1979）、他の当事者との関係を築いていくことにはある程度当事者自身の能動的な動きが求められる。石丸（2002）によれば、人種などの民族的マイノリティと異なる特徴として、人種などのマイノリティでは家族が同じマイノリティの属性を有しているのに対し、性的マイノリティでは家族が同じ属性を有してはいないことがほとんどである。そのため、身近に同じ性的マイノリティの当事者が存在しないことが多く、ロールモデルの獲得や孤独感解消、性的な関心などから他の当事者との出会いを求めやすい。

近年ではSNSやマッチングアプリ、掲示板といったネットを介したもの、ゲイバーやクラブ、サークル、ハッテン場（性的接触を目的とした商業施設）など当事者の集まる場所への参加など出会いの手段は増加・多様化している。三宮（2014）は女性同（両）性愛者を対象とした質問紙調査から友人グループを形成することが日常満足感を高め、精神的健康や自尊心の向上に繋がることを示し、当事者間の関係性を形成することのポジティブな影響を明らかにしている。しかし、その一方で面接調査では同性愛アイデンティティがある程度確立されていないと同性愛コミュニティに参加しにくいこと、個人の性格特性や精神状態、自尊心、外向性によっては同性愛コミュニティに対する満足感や関係構築に繋がりにくい可能性についても示唆している。また、宮腰（2013）、高藤・岡本（2019）では同性愛コミュニティの性的な側面が強調されることなどに馴染めなさを感じる当事者の語りも見られ、いざ他の当事者と関係を築こうとしても、コミュニティ参加や関係形成には困難が生じやすいことも指摘されている。

また、有馬・園田（2010）は性的活動に注目することが重要な意味を持つと述べている。性的活動についてはセンシティブな内容であることもあり、取り扱っている研究はほとんど見られないが、高藤（2020）において、性交渉によってアイデンティティ感覚の高まりを感じる当事者の語りが見られ、アイデンティティ形成に影響を及ぼしていることが示唆されている。しかし、その一方で当事者との出会いの中で被害的な性的体験をしている当事者も少なくない。また、自らのセクシュアリティに気づいた後、他の当事者と簡単な手段で出会いを求めることができるようになったことによって、渡辺（2005）でも見られるように当事者は未成年の段階からもインターネットを通じて学校外で当事者との関係を求めることが増えていると考えられる。林（2024）はインターネットやスマートフォンの普及によって思春期の子どもたちが孤独の中で誰かと繋がりたいという、止むに止まれぬ衝動から、他者と性的な接触を持つことも容易になっており、性被害や性暴力のリスクがあることを述べている。未成熟な時期に被害的体験をする危険性と、被害にあっても援助を希求するためには自らのセクシュア

リティの開示をしなければならないというハードルから、被害後に周囲に相談が困難であることの懸念についても留意しなければならない。

5. 今後の課題と展望

本稿では同性愛者のアイデンティティ発達とその支援に着目してきた。アイデンティティ発達モデルを心理臨床に援用する上では、セクシュアリティに対して肯定的な態度をカウンセラーが有する必要があること、そして当事者のアイデンティティ形成の段階に応じた対応が必要である。しかし、発達モデルには段階的・直線的な理解だけではなく、社会的変化に合わせた多様な発達のパターンがあることの理解が必要であり、当事者の置かれた社会的環境も併せて検討していく必要がある。

近年では性的マイノリティに関する情報がメディアに取り上げられる機会が増え、当事者が得られる情報や他の当事者のモデルも多様化してきていると考えられる。それによってロールモデルの不在や内在化された同性愛嫌悪、孤独感といった問題が緩和されつつあり、アイデンティティ発達もより多様化していくことが予想される。しかし、情報へのアクセスや当事者間での出会いが容易になる中で、当事者のアイデンティティ発達の模索が前倒しになる可能性もある。場合によってはアイデンティティを模索する中で身体的・精神的に未成熟な年齢の段階で性被害、性暴力の被害にあうリスクも考えられる。当事者が他の当事者と出会い、関係を持つ中でどのような体験をしているのかを明らかにし、当事者に関わる支援者はリスクの少ない手段によって当事者がアイデンティティ形成に必要な経験を積めることを支援していく必要があると考えられる。そのため当事者間の関係性についてや、直面するライフイベントの変化を考慮した現代の当事者の実態にあったモデルの作成、事例の蓄積が今後も求められると考えられる。

引用文献

- 有馬将太・園田直子（2010）. 同性愛者のセクシャリティ —研究の視点と展望— 久留米大学心理学研究, 9, 89-97.
- Cass, V.C. (1979). Homosexual identity formation: a theoretical model. *Journal of Homosexuality*, 4 (3), 219-235.
- Erikson, E. H. (1959). Identity and the life cycle. New York : W. W. Norton (エリクソン, E.H. 西平直・中島由恵 (訳) (2011). アイデンティティとライフサイクル 誠信書房)
- 林直樹 (2024) セクシュアル・マイノリティとセックス 中村伸一・平田俊明 (編) セクシュアル・マイノリティ (LGBT) への理解と支援 (pp.103-112) 金剛出版
- Hidaka Y, Operario D, Takenaka M, Omori A, Ichikawa S, Shirasaka S (2008) Attempted suicide and associated risk factors among youth in urban Japan, *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43 (9), 752-757.
- 日高庸晴 (2024). LGBTQ + の健康レポート —誰にとっても心地よい医療を実装するために— 医学書院

- 堀田香織（1998）. 男子大学生の同性愛アイデンティティ形成 学生相談研究, 19, 13-21.
- 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, 283-290.
- 石丸径一郎（2003）. レズビアン, ゲイ, バイセクシュアルについて 心身医学, 44（8）, 590-594.
- 葛西真記子（2011）. 同性愛・両性愛肯定的カウンセリング自己効力感尺度日本語版（LGB-CSIJ）作成の試み
鳴門教育大学研究紀要, 26, 76-87.
- 葛西真記子（2014）. 児童期・思春期のセクシュアル・マイノリティを支えるスクールカウンセリング 張間
克己・平田俊明（編）セクシュアル・マイノリティへの心理的支援 同性愛, 性同一性障害を理解する（pp.
123-139）岩崎学術出版社
- 石丸径一郎・此下千晶・宮山未来乃・森田真梨子（2024） 認知行動療法とジェンダー・セクシュアリティ
認知行動療法研究, 50（3）, 137-145
- 眞野豊（2014）. 同性愛嫌悪の内面化とクローゼットの不在との間 —地方に生きるゲイのライフストーリー
の考察から— 地球社会総合科学研究創刊号, 71-80.
- 宮腰辰男（2012）. セクシュアルマイノリティを生きるということ —同性愛者がセクシュアリティを受け入
れるプロセス— 大正大学カウンセリング研究所紀要, 35, 63-77.
- 宮腰辰男（2013）. セクシュアルマイノリティを生きるということ —カミングアウトとコミュニティをめぐ
る危機と回復について— 大正大学カウンセリング研究所紀要, 36, 39-52.
- 梨谷美帆・樋口亜瑞佐（2022）『LGBTs への臨床心理学的支援 vol.2』—青年期における性指向のテーマにつ
いて— 愛知教育大学教育臨床総合センター紀要, 12, 11-20
- 岡本祐子（1997）. 中年からのアイデンティティ発達の心理学 —成人期・老年期の心の発達と共に生きるこ
との意味— ナカニシヤ出版
- 三宮愛（2014）. 女性同（両）性愛者のコミュニティ参加は精神的健康・自尊心にどのような影響を及ぼすか
—面接法と質問紙調査法による検討— 女性学評論, 28, 133-161.
- 品川由佳（2006）. 男性同性愛者に対するカウンセラーの臨床的・バイアスとジェンダー関連要因との関
係—実験法によるカウンセラー反応の検討 広島大学大学院教育学研究科紀要 第三部 教育人間科学関連領
域, 55, 297-306.
- 杉山貴士（2006）. 性的異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, 67-79.
- 鈴木彩音・石丸径一郎（2019）. セクシュアル・マイノリティのアイデンティティは嫌悪感と揺らぎを経て形
成されるのか：当事者の語りの質的分析 お茶の水女子大学心理臨床相談センター紀要, 21, 45-56
- 高藤真作・岡本祐子（2019）. 青年期・成人初期の男性同性愛者の同性愛嫌悪の内在化とその変容の検討 心
理臨床学研究, 37（5）, 468-480.
- 高藤真作（2020）. 男性同性愛者のアイデンティティ発達に関する研究：カミングアウトと内在化された同性
愛嫌悪に着目して 広島大学 博士（心理学）甲第8142号
- 田中将司（2018）. 日本におけるレズビアン, ゲイ, バイセクシュアル当事者のセクシュアルアイデンティティ
に関する心理学研究の課題：海外研究との比較による検討 九州大学総合臨床心理研究, 9, 205-216.
- Troiden, R. R. (1979). Becoming homosexual: A model of gay identity acquisition. *Psychiatry: Journal for the
Study of Interpersonal Processes*, 42, 362-373.
- 柘植道子（2014）. セクシュアル・マイノリティ大学生を支える学生相談 張間克己・平田俊明（編）セクシュ
アル・マイノリティへの心理的支援 同性愛, 性同一性障害を理解する（pp.123-139）岩崎学術出版社
- 渡辺大輔（2005）. 若年ゲイ男性の学校内外での関係づくり：学校空間が持つ排除と分断の政治の検討にむけ
て 教育學研究, 72（2）, 210-219.