

LGBTQ+ユースどうしてる？

メニューに戻る

メンタルヘルスの状況 ※(K6尺度)

▶ 年代別LGBTQのメンタルヘルス



メンタルヘルスを測るK6尺度で、10代のLGBTQは、気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者（10点以上）が56.1%、厚生労働省の全国調査と比較し、7.2倍高い状況です。LGBTQユースは、精神障害におけるハイリスク層であると考えられます。

「LGBTQの子ども・若年調査2022」一部抜粋
※回答数2670人、SNS等インターネットで募集
調査実施主体：認定NPO法人ReBit

※K6(ケーシックス) うつ病や不安障害などの精神疾患の可能性のある人を見つけるための調査方法。

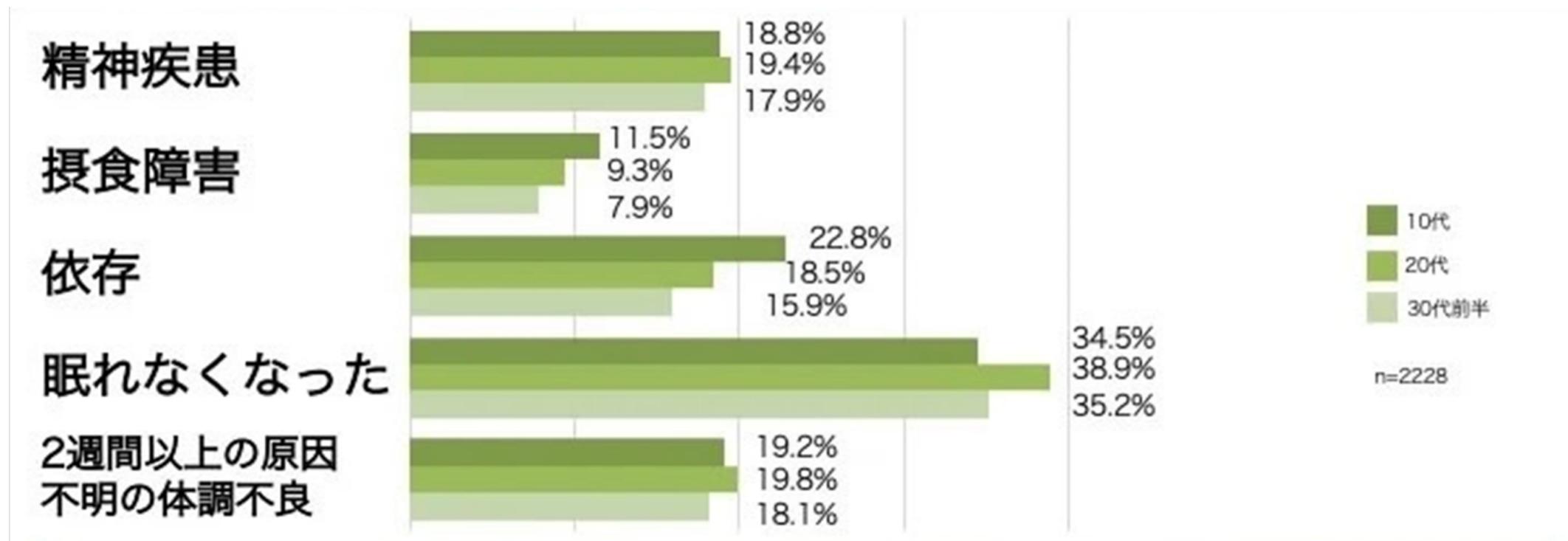
前へ

次へ

LGBTQ+ユースはどうしてる？

メニューに戻る

この1年に経験したこと（心身不調・精神疾患）



10代のLGBTQの52.3%が、この1年で心身不調や精神疾患を経験しています。

「LGBTQの子ども・若年調査2022」一部抜粋
※回答数2670人、SNS等インターネットで募集
調査実施主体：認定NPO法人ReBit

前へ

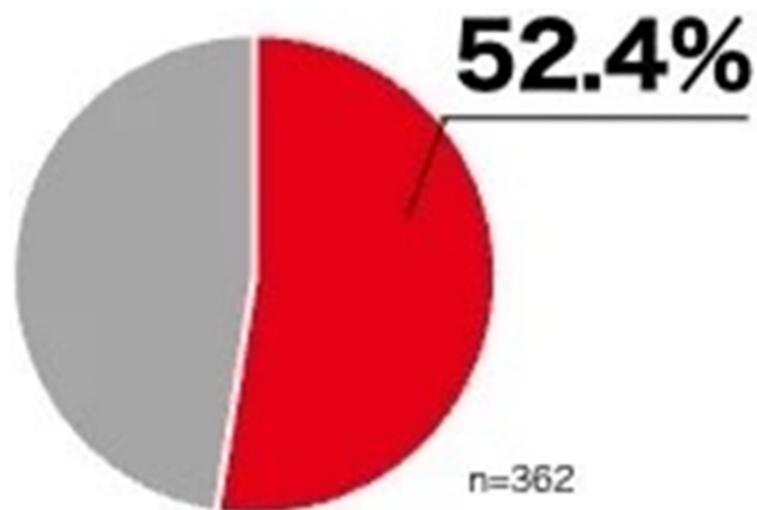
次へ

LGBTQ+ユースはどうしてる？

メニューに戻る

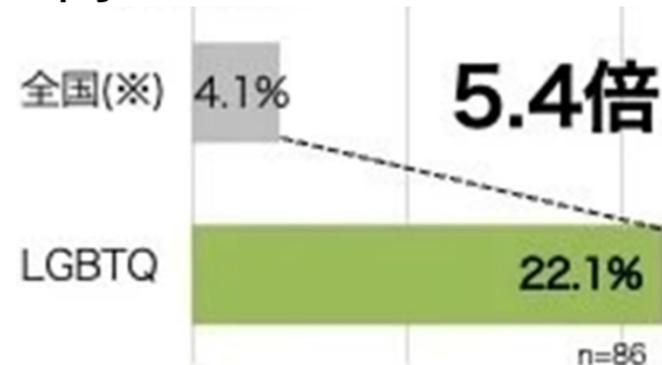
この1年の不登校経験（中高生）

▶ 学校に行きたくないと感じた

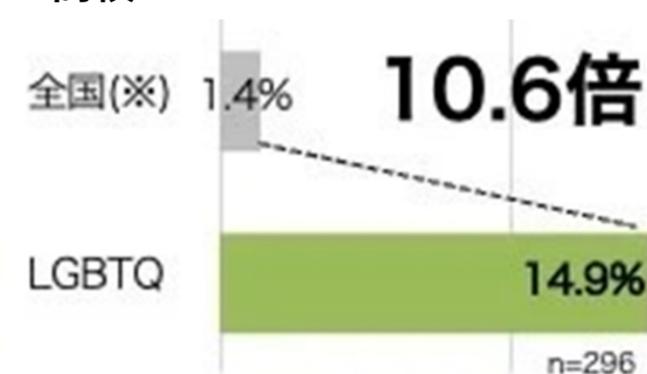


▶ 不登校経験

<中学>



<高校>



※文部科学省(2020)「児童生徒の問題行動・不登校等生徒指導上の諸課題に関する調査」より

この1年で10代のLGBTQの52.4%が「学校に行きたくない」と感じ、LGBTQユースの不登校生徒は全国平均と比べ、中学生で5.4倍、高校生が10.6倍高い状況です。制服や、教科で男女別に分けられることなどにより苦痛感を感じてしまう子どもたちも多いようです。

「LGBTQの子ども・若年調査2022」一部抜粋
※回答数2670人、SNS等インターネットで募集
調査実施主体：認定NPO法人ReBit

前へ

次へ

ゲイ・レズビアンのアイデンティティ形成のモデル

[メニューに戻る](#)

- Stage1 アイデンティティの混乱
- Stage2 アイデンティティの比較検討
- Stage3 アイデンティティの許容
- Stage4 アイデンティティの受容
- Stage5 アイデンティティの自信
- Stage6 アイデンティティの統合



[前へ](#)

[次へ](#)

ゲイ・レズビアンのアイデンティティ形成のモデル

[メニューに戻る](#)

Stage1 アイデンティティの混乱

自分の行動・感情・考えが同性愛と呼ばれるものかもしれないと認識しはじめ、それまでの自己概念がこわれ、混乱する。

Stage2 アイデンティティの比較検討

同性愛かもしれないという可能性を受け入れ始める。周囲との違いが明白になり、疎外感に苛まれる。どこにも所属していない感じ。孤立。

Stage3 アイデンティティの許容

同性愛者としての自己像を許容し始める（が、受け入れるわけではない）他の同性愛者との接触を試みる。公には異性愛者として生活を続け、自己像が2つに分断されているように感じる。

Stage4 アイデンティティの受容

同性愛者との交流が増え、交遊関係の幅も広がり同性愛を肯定的に捉え始める。限られた身近な異性愛者にはカミングアウトをし始めるがそれ以外は異性愛者として過ごす。問題なければプロセス終了。

[前へ](#)

[次へ](#)

ゲイ・レズビアンのアイデンティティ形成のモデル

メニューに戻る

Stage5 アイデンティティの自信

同性愛者としてのアイデンティティに自信（思い入れ）を抱くようになる。社会が同性愛者を抑圧していると憤慨し、異性愛者の同性愛者に対する無理解や偏見に怒りを感じ、異性愛者を敵対者のように捉える。

Stage6 アイデンティティの統合

異性愛者との肯定的接触が増え「よい異性愛者・悪い異性愛者」に2分割して捉える思考のバイアスに気づき、同性愛者であるという要素は人間全体を形作る多様性のひとつにすぎないと気づく。同性愛者であることをことさら宣伝することも隠すこともないと感じる。

アイデンティティは行きつ戻りつゆっくりと作られていく

- ・ 本人の模索を否定しない
- ・ 迷ってもいいことを保障する
- ・ 訴えを矮小化しない
- ・ 方向付けすぎない



周りから見ると「定まっていな
い」「気の迷いではないか」とい
ろんな風に見られることもありま
すが、迷うことも大切なステップ
です

前へ

次へ

マイノリティストレス (Meyer,2003)

メニューに戻る

マイノリティストレスとは

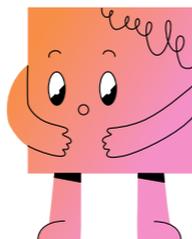
「スティグマ化された社会集団」に属する個人がそのマイノリティと社会的位置づけゆえにさらされる固有で慢性的な過剰なストレス

LGBTQ+の場合

- ・ 偏見や差別の経験
- ・ カミングアウトが拒絶される不安
- ・ 家庭内などコミュニティの中での孤立
- ・ 異性愛者役割葛藤
- ・ 内面化された同性愛/トランス嫌悪

×

ソーシャルサポートの回避・乏しさ



周りに合わせることはできるが、本当の自分がわからなくなる

抑うつ↑

不安↑

自殺リスク↑

周りが「合わせなくていいよ」「いろんな人がいるんだよ」と
言ってあげることが大切です。

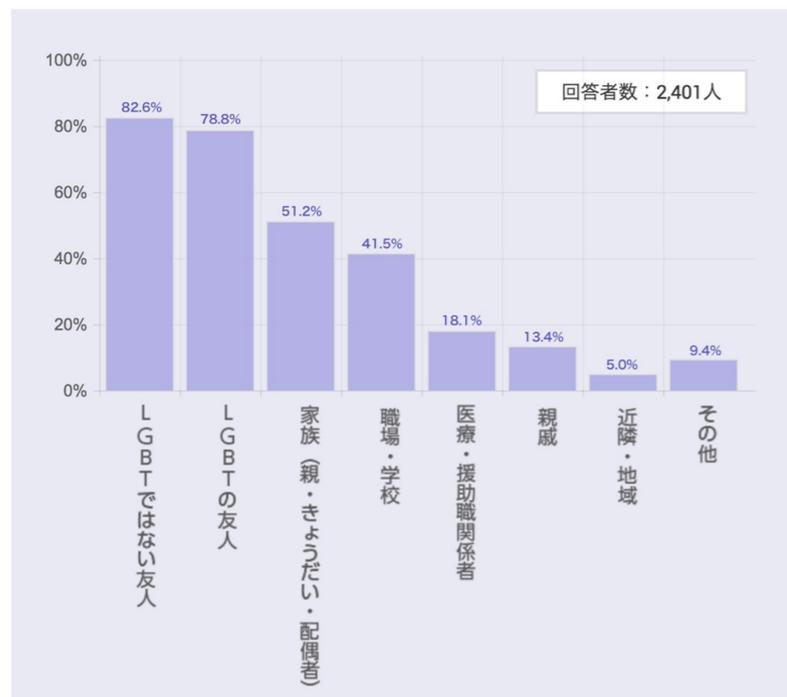
前へ

次へ

マイノリティストレス (Meyer,2003)

メニューに戻る

▶ LGBTであることを誰にカムアウトしている？



残念ながら援助職や社会への
安心感がない？

友人だけではリソースとして
は弱い(特に若年層)

「LGBT当事者アンケート調査2015」一部抜粋
ウェブ等での調査、調査実施主体：NHK

友人に相談できても学校の先生や、親には相談できないということもたちも多いです。しんどくなったときやケアが必要になったときにこどもたちの力だけでは難しいので、周りの大人が支えてあげる存在になることは大切です。そのためにも大人の中にある偏見や抵抗感に対して向き合っていく必要があります。

アライ(ally)になろう！

アライとは

当事者ではないが、LGBTに協力的な人、
理解者、支援する人のこと。



前へ

次へ