

# 校園中青少年同志諮商的 困境與因應策略

## The Dilemma and Coping Strategies in the School Counseling for LGBT Students

彭兆謙<sup>1</sup>、張永霖<sup>2</sup>、黃國彰<sup>3</sup>

Chao-Chien Peng<sup>1</sup>、Yong-Lin Chang<sup>2</sup>、Kuo-Chang Huang<sup>3</sup>

### 摘要

本文旨在探討青少年同志在校園中面臨的諮商困境與因應策略。在2019年5月17日，立法院院會三讀通過《司法院釋字第748號解釋施行法》，賦予同志伴侶得以結婚的法律依據，在當時台灣成為亞洲第一個同婚合法國家，我們的確寫下了歷史，也證實台灣在多元文化下，已經是相當開放且友善。不過在自我探索的青少年中，同儕之間是他們重要的互動關係，對於青少年同志可能面臨無法得到支持的情況，這段路會走得很坎坷。從青少年同志認同歷程中，了解到同儕和學校這兩個角色扮演極大位置，是青少年同志得到認同與歸屬感的來源，但青少年同志仍然面臨挑戰這不友善的校園氛圍，異性戀主流的限制依舊讓青少年同志存有汙名及刻板印象的問題，加上諮商輔導人員對於同志諮商訓練的缺乏，呈現心有餘而力不足的困境。此外，本研究採用校園輔導工作三級預防架構因應策略，提供給諮商輔導人員及學校參考，希望能給予青少年同志更友善的校園環境。

**關鍵詞：**青少年同志、多元文化、同志諮商、同志認同歷程、三級預防

<sup>1</sup>佛光大學 心理學系 碩士生

<sup>2</sup>佛光大學 心理學系 大學生

<sup>3</sup>佛光大學 心理學系 助理教授

通訊作者：彭兆謙，(262) 宜蘭縣礁溪鄉林美村林尾路160號 佛光大學 心理學系，

E-mail: karta1168668@yahoo.com.tw



## 壹、前言

現今台灣同性婚姻釋憲案已通過，社會已越來越多元化，但同志議題始終都是大家不願意提起和討論的話題，即使已經合法，但還是難以跨出那重要的一步。而正在成長學習的國高中青少年，大多數在這階段對異性產生好奇心，透過各種方法來吸引異性的注意力，以獲得自尊感或認同感。那在這階段的同學發現到，自己對於同性的好感比異性還要多，大家都在討論異性的話題時，卻擔心被旁人用異樣眼光來看，只好被動吸收相關話題，來獲取同儕的認同和有共同話題而不會被另眼相看。對青少年在性別探索階段，處於壓抑與否定自己是否為同志的認知，影響到自我形象的評價，貶低自身價值，嚴重影響到青少年的身心發展（林逸儒，2018）。此外，鄭群達（2016）提到諮商輔導人員在專業訓練的過程中，由於沒有足夠同志諮商相關課程的培訓與學習，使得諮商輔導人員在面對同志當事人時也可能無法給予有效的協助。從近期的文獻卻發現到，諮商輔導人員在多元性別或是同志諮商等相關知識還是相當缺乏，依舊不足給予青少年同志或是同志族群完善的協助，青少年同志仍然難以踏出那重要的第一步。

根據顏正芳（2018）從2015年到2017年，總共訪問500位性取向為同志或雙性戀的20至25歲男性學生，研究顯示有56.4%受訪者曾經因為性取向為少數族群而遭受傳統形式、網路、肢體語言等霸凌。另外也發現到，遭受霸凌的青少年男同志學生，有高達31%的自殺意念，進而衍生出嚴重焦慮、憂鬱的心理狀態，此表示出目前校園中對於同志青少年的歧視與同志教育缺乏等問題。因此

筆者認為，學校諮商輔導的資源就顯得非常重要。然而，莊瑞君（2018）則提到諮商輔導人員在研究所中，性別相關論述的課程缺乏，雖然透過後續研習與工作坊的進修，性別基礎知識似乎是具備了，但真正落實於實務工作卻是不容易，常常摸不著頭緒，不知道下一步該如何執行。顯示同志諮商輔導在現今也缺少足夠知識與實務經驗來協助青少年同志。期望透過本篇探討，理解同志諮商在校園中的困境，以及諮商輔導如何介入給予協助，並提出具體建議。

## 貳、青少年同志族群特質

### 一、發展理論

從Erikson的心理發展理論，青少年時期的發展任務與危機分別為「自我認同與角色混淆」（identity vs. role confusion），青少年最重要的發展任務是自我肯定，此時期的青少年需要同儕接納和互動。但是對於青少年同志而言，則更為困難，因為他們缺少楷模可供學習，並且掩飾自己的性傾向，經常覺得罪惡、羞恥，造成認同衝突（寶金城，2014；王佳玲，2020）。對青少年同志來說，提供一個接納與友善的環境是十分重要的，其同儕與社會的支持能夠帶來個體對自我信心與認同的增長（林逸儒，2018）。因此，如果沒有正當管道與資源幫助，就容易影響健康的人格發展，形成認同危機（寶金城，2014）。

### 二、生涯認同探索

早在1979年，國外學者Cass提出了同志認同模式，分別提出了6階段的模



式：1. 認同覺察期（identity awareness）、2. 認同比較期（identity comparison）、3. 認同寬容期（identity tolerance）、4. 認同接受期（identity acceptance）、5. 認同自傲期（identity pride）、6. 認同綜合期（synthesis）。Lee（1999）認為這是最廣泛被使用的理論，卻也受到不少質疑與批評，而邱珍琬（2002）參考了Cass認同歷程而分類為以下三點：1. 覺察與懷疑、2. 探索與對照、3. 肯定與認同。然而，劉安真、程小蘋與劉淑慧（2002）說明認同過程中有很大的個別差異，需考量個體生長環境以及成長經驗等因素，在青少年同志中，這時期的校園環境、同儕關係、家庭角色裡，就需要給予他們支持與正向環境。陳麗如（2000）的研究中表示，在台灣升學主義掛帥的求學環境中，對於女同志學生在國中、高中時的內心疑慮很容易被升學氣氛所壓過，使得她們來不及也沒有心思去多做探索。

### 三、心理適應

在校園中面對偏見及歧視的影響，造成青少年同志受到同儕的騷擾與暴力行為，因此產生青少年同志的輟學、情緒沮喪、自殺等問題的心理壓力之來源（Horn & Nucci, 2003）。國內校園同志霸凌研究，陳安筠（2015）指出在校園中，因為不符合社會傳統性別氣質，以及對同志的歧視與污名，造成青少年同志在情緒上產生慌張、難過、自責、害怕等心理表徵。因此，青少年同志的心理適應，必須得到認同感與支持，就是不可或缺的元素（郭豐慶，2010）。

## 四、同儕關係

劉安真（2013）表示青少年同志在校園中，受到師長對同志的歧視言論外，也遭受到同儕學生的霸凌情形，也發現對方是同志身份時，刻意和對方保持距離。顯示青少年同志害怕受到異樣眼光、怕受到身體上的傷害，於是使他們偽裝自己的真正身分。因此郭豐慶（2010）提到在同儕中得到認同，可以幫助青少年同志對自我價值的認同感，獲得支持力量，也能更進一步協助青少年同志的正向自我認同。

### 參、青少年同志面臨的困境

此部分將分別從「大眾對青少年同志的疑慮」以及「相關資訊的缺乏與偏誤」二個面向探討，分別說明如下：

#### 一、大眾對青少年同志的疑慮

台灣同志諮詢熱線協會，不斷提倡同志同儕輔導、人權教育等議題，並給予相當多資源在青少年同志及同志族群。因此台灣同志諮詢熱線協會在2013年創立「芭樂小雞塊：青少年同志雙聚會」，致力於提供12至20歲青少年同志一個安全的空間，並舉辦許多相關講座與設計服務方案，幫助青少年同志能夠自我認同、探索的機會，進而給予他們自信心與能力。台灣同志諮詢熱線協會（2017）網站首頁中，發出聲明，提到有民眾到處惡意檢舉，對於青少年同志聚會所討論的內容疑涉有影響青少年心理健康之虞，是否涉嫌違法，造成活動無法舉辦等問題，而影響青少年同志無法獲得對性的正確認識與理解。



另外詹婉如（2018）提到了幾位青少年同志到中央廣播電台受訪，針對台灣應否在國中及國小學生施行同志教育課程的議題中，從同志的貼標籤化到青少年同志期待被看見與認識，也發現到受到性別平等教育下的青少年學生，校園中的多元性別議題是越來越包容與尊重，但是外界家長的擔憂、社會上眾多的同志議題爭論不休，依舊受到許多污名，總是在糾結與掙扎中不斷拉扯。

因此，青少年同志仍難以跳脫世俗的社會與家庭期望，這也是我們需要努力的地方。

## 二、相關資訊的缺乏與偏誤

由於求助的禁忌，故青少年同志在規劃未來生涯時，其依據的資訊管道多是口耳相傳或電視雜誌等訊息；然而，這些管道往往傳遞不正確的訊息，例如：同性戀者的生活、求愛方式，以及其不可能形成固定的情感交往等。這些毫無依據的訊息不但左右了社會大眾的觀感，更強化了同性戀青少年縱慾等問題（王璟雲、蘇益志，2014）。檢視十二年國民基本教育課程綱要（教育部，2020）中，根據國家教育研究院109年10月的議題融入說明手冊裡，顯示國小階段主要任務為認識生理性別、性別特質、性傾向、性別認同的差異。而國中階段為強調接納自我與他人的性別多樣性，並釐清身體意象的性別迷思。雖然在國小及國中階段的教材中，皆有提及同志教育相關概念，然則對於如何與同志朋友互動、同志學生的感情世界以及人際關係的差異等卻鮮少提及，甚至為了避免引起較為保守家長們的批判與質疑，導致授課老師也只是點到為止，鮮少進行充分、尊重而多元的討論。

此外，在青少年同志的人際關係中，對於同儕的接納是相形重要，如果遭受到負向的對待，甚至會影響到他們的身心成長發展、打擊自尊心等問題，自我成長呈現負面的影響，導致校園霸凌現象，進而促成校園中的同志學生心理健康產生危機。對於異性戀的人際關係中，張德勝、游家盛與呂宗晉（2014）研究花蓮地區498位高中職生，對於校園中異性戀高職生對異性戀、男同志、女同志的人際與態度之間的關係，發現男女生對異性戀友情接受度最高，接著為女同志，最後是男同志，顯示出校園中異性戀學生為主流，相較於同志學生則是弱勢的角色。

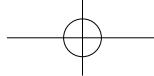
上述的總總因素，研究者認為可以利用學校中輔導活動課程，公開討論多元性別特質等議題，搭配影片教學，引導學生進行思考與分享，或是邀請性別領域專家，規劃設計同志議題團體工作坊等。林家新（2015）也提到可以邀請台灣性別平等教育協會，或是同志諮詢熱線協會，到學校宣傳多元性別，或是入班進行同志講座，給予更豐富的資源。希望透過相關活動，讓學生們體會多元的本質與可貴，更能達到相互理解與自我增強。

## 肆、青少年同志在校園中的諮商輔導困境

將分別從「異性戀主流限制」、「諮商輔導人員專業訓練的缺乏」以及「保守的學校態度」三個面向探討，分別說明如下：

### 一、異性戀主流限制

在2000年以前的社會氣氛及學術研



究領域皆對於同志議題較為特異，劉安真與趙淑珠（2006）表示諮商輔導人員持續進修同志議題管道中，73%透過諮商輔導期刊，可見期刊論文論述相當程度地影響諮商輔導處遇。而莊瑞君（2018）說明學生諮商輔導刊物之性別教育論述呈現異性戀中心預設，兩性交往被認為是正常，同性交往被認為是「病態」。延續此論述思維，產生「假性同性戀」、「情境同性戀」名詞，視同性戀為偏差行為，殊不知同性戀不是問題而是解答，是差異而非變態。

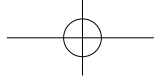
雖然國內性別平等教育從2004年6月通過以來，張德勝等人（2014）則發現人際關係變項中，高中職生對於同志的愛情認同度低於量表的中間分數，代表在校園中恐同仍然存在。陳曼君（2010）則調查了苗栗縣268位高中職生對同志之態度，發現學生對於同志正向態度只有中度階段，顯示出高中職學生對於同志議題尚不了解，要做相關知識增強。在校園中的教材方面，翁繹佳（2019）提到現在的教材中，在異性戀為主的文化脈絡下，課程設計容易偏向異性戀角度，造成多元性別族群資源不足的困難，必須給予健康、正確、友善的性別觀念提供給學生才行。證實現在的校園中，同志學生還受困於異性戀主流，愛情關係始終建立在二元性別上，不幸地，同志繼續面臨被歧視的困境。

郭豐慶（2010）也提到，雖然現今的社會風氣已經漸漸開放，但是以異性戀文化為主的社會中，非同志族群在一開始接觸同志時，往往會帶著保留的態度，口中說著接受，但實質上卻是排斥著這些「非我族類」的同志們。莊瑞君（2018）認為當諮商輔導人員以異性戀的姿態出現在同志學生面前時，包括異性戀或未出櫃同志之諮商輔導人員，可能帶給同志學生一個既定的印象。產生

不信任、自我保護的意識出現，而無法和青少年同志建立信任關係。顯示出同志議題相關訓練的缺乏，以及諮商輔導人員在進修相關知識中沒有豐富資源可以使用。顯見，在異性戀為主的社會中，雖然國內近期多元平等的風氣盛行，但性別偏見和刻板印象的問題還需更加努力改變。

## 二、諮商輔導人員專業訓練的缺乏

莊瑞君（2018）發現從研究所課程、實習到就業後的訓練，許多諮商輔導人員都認為訓練是不足的。劉安真與趙淑珠（2006）也發現接觸過同志議題後，才知道自身對於同志議題的貧瘠，需要持續進修。諮商輔導人員會擔心自身，一來沒有接受過多元性別教育相關的培訓課程，因此對於同志議題確實了解不深；二來擔心貿然在課堂上實施會傳遞錯誤的觀念，甚至引起反效果。陳靜玉（2018）認為此現象造成青少年同志在學校不知從哪裡獲取相關資源，或是受到諮商輔導人員的介入，而產生諸多的質疑與不滿，導致青少年同志有更多負向意念，影響個人發展。張可妮與陳佩君（2014）提到諮商輔導相關助人工作者培訓過程中，同志議題未納入課程之中，顯現出助人工作者對於同志議題是相對陌生的。另外李淑菁（2019）表示依舊有許多在校園中存在教師歧視多元性別的案例，在無意或有意的狀況下出言傷害多元性別族群，忽視多元性別族群的存在，顯示校園教師多元性別意識的不足。



### 三、保守的學校態度

林逸儒（2018）認為學校教育對性別觀念的狹隘、兩極化常常也是造成青少年同志感受到壓力。Bochenek（2001）則發現同志學生因為性傾向而受到騷擾或歧視時，很少老師會挺身而出，甚至當他們向學校主管陳情時，學校主管的態度常常是：「你既然選擇同志身份，就要學會面對隨之而來的困難。」劉安真與趙淑珠（2006）也提出老師多認同應主動介入同志學生被欺負的事件，但是在實務工作中，多數的輔導教師並未採取行動。涂峻清（2017）也表示校園中破壞友善氣氛，難以落實平等、尊重的互動，是因為校園中的壓迫式教學，以及權力不對等問題，必須要落實校園內都需與學生保持平等，才能給予青少年同志安全的校園。因此筆者認為，是因為缺少相關同志議題訓練，加上社會的偏見與歧視，擔心無法給予青少年同志正確的協助，另一方面是社會的風氣所造成，社會的體制壓迫，即使知道要採取行動，卻行有餘而力不足，而選擇繼續維持現狀。

### 伍、校園輔導工作三級預防架構的因應策略

#### 一、第一級預防架構

第一級預防架構策略以「落實同志教育」、「肯定式的學校氛圍」、「鼓勵創立同志社團」以及「舉辦多元性別平等活動」四個面向探討，分別說明如下：

##### （一）落實同志教育

同志教育對高中學生的同志態度有著正向的影響，因為學習過同志教育，

了解多元性別、性別氣質及性取向，所以減少許多偏見和誤解。然而，目前同志教育相關課程的時數相當少，希望各個教育單位每學年都有機會學習同志教育相關課程之機會，深化友善同志的態度及校園環境（林怡君、林安邦，2017）。李偉銓（2011）也提到，將多元性別平等概念帶入到課堂上，有利於改善校園性別友善程度。要能夠尊重跨性別主體、同性戀以及雙性戀主體，才有機會不再因為自己不同的身心性別身分或性實踐、性慾望而被既有性別體制排除在外，校園性別平等的概念也得以落實。校園的角色在青少年同志中是相當重要的位置，給予他們友善的環境是我們必須要落實的。

在充滿友善氣息的校園中，有利於同志學生產生自我認同感，也為自己是同志而感到自豪，使他們越來越傾向於向別人出櫃或是現身。對於其他異性戀的學生，也能給予他人的認同與支持。而潘昱萱、蕭秋萍與楊凱程（2016）提到異性戀學生使用正向與包容的語言，將這些語言散播出去，能夠讓師生在過程中提供安全的校園，讓同志學生感受到被接納的校園環境。但在這個道路上，我們要繼續努力才行。

##### （二）肯定式的學校氛圍

Byrd（2012）提出了諮商輔導人員促進肯定式學校氛圍（affirmative school climate）的方法，如下：

##### 1. 被看見

身為學校輔導人員，我們了解讓這些學生被看見是重要的事情，被看見（Be visible）可以促進學校對性取向弱勢學生的正向氛圍，展示對他們的支持，如：粉紅色三角形與彩虹旗標誌欲表達的觀念與身份的認同、展示或介紹代表性著名人物、訊息與歷史等。



## 2.正向與包容的語言

語言是有渲染力的，我們必須瞭解語言的重要（Understand the importance of language），將正向包容的文字傳播出去，每個人都可以開始做促進學校正向氣氛的事情，傳播訊息讓師生瞭解，並在校內提供同志學生安全、友善、被接納的環境。

## 3.不要輕忽歧視的言論或行為

青少年同志常成為暴力行為與性騷擾的被害人，當傷害或騷擾事件發生時，老師與行政人員要學習如何對同志有偏見者做反應是一種挑戰，若採取忽視與視而不見的作為，則將傳遞「可以歧視與霸凌」的訊息，而讓人感到校園是不安全的。因此，老師與行政人員需預演如何反應，若當校園內出現反同志或對性取向弱勢者的偏見與行為出現時，則可以很自然的予以指正。

### （三）鼓勵創立同志社團

希望學校能鼓勵從社團角度做切入，創立LGBT社團，效仿各大學開放且自由平等的精神，舉辦多元性別平等講座活動，邀請性別平等專家在社團內舉辦各種性別探討等讀書會，增進多元性別的推廣，青少年同志也能在社團中互相支持，利用社團的資源認識自己，獲得歸屬感。最終目的則期許對外宣傳友善、包容的理念，讓更多人了解青少年同志，讓社會中充滿平等、自由的氣息。

### （四）舉辦多元性別平等活動

建議學校在每學期其中一週設定成多元性別宣傳週，可以邀請知名講師或是大學性別專長教授來舉辦講座，或是舉辦多元性別微電影拍攝比賽等，將教室移到校園各個地方，讓校園充滿友善氛圍。

## 二、第二級預防架構

第二級預防架構策略以「主動接觸同志相關社群或機構」、「強化諮商輔導人員的角色」、「培養倡導能力」、「自我檢視價值觀」四個面向探討，分別說明如下：

### （一）主動接觸同志相關社群或機構

除了學術或諮商實務的接觸外，對於同志社群知識與社群內多元面貌的了解是十分重要的，可以透過主動接觸同志社群或機構等方式獲得相關資源，如：實際參與同志社群活動（同志大遊行等）或第二手資訊，如：參加同志機構舉辦的座談會或研習等。透過長期接觸同志社群，得以提供更加多元的諮商服務（高智龍、賴念華，2016）。近年來因推動婚姻平權而陸續有社群媒體或個人粉絲頁發表相關論述和資料，如：婚姻平權大平台、我是兩個孩子的媽、沃草等，皆是能夠更加深入了解同志議題以及學習討論的網路資源，透過更多的接觸和對話，將能夠深化認識與理解（徐佳好、陳綵薇、高婉菁、吳芝儀，2018）。

### （二）強化諮商輔導人員的角色

發揮自身所長，透過舉辦多元化的活動，一方面可以教育學生尊重不同性別的人，以建立共融的學習環境；另一方面，則可以藉此建立與青少年同志的互信關係，以使他們勇於向諮商輔導人員現身，使他們在遇到困難的時候，願意主動尋求幫助（吳善揮，2014）。

### （三）培養倡導能力

徐佳好等人（2018）提到，目前諮商專業多數著重於調節個人情緒，若能參與提倡社會正義的行動，幫助同志族群減少從社會體制中受到的壓力，對於



來到諮商室裡的同志學生將會是很大的支持。如：臉書社團「我念諮商，我挺同志」，便是諮商助人工作者對於同志尊重與支持的一種表達形式。

#### （四）自我檢視價值觀

Bidell（2005）設計了性傾向諮商量表（The Sexual Orientation Counselor Competency Scale, SOCCS）讓諮商輔導人員透過自我評定，衡量自身接觸青少年同志族群的態度、技術和知識能力。此量表包含三個部份的自我評定，分別是1.態度：心理健康人士對同志族群的態度與偏見、2.技術：直接的臨床經驗、3.知識：心理健康問題的理解。量表內容舉例如下：我相信所有同性戀的個案都必須謹慎小心他們的性取向（態度）；我有與女同性戀或同性戀伴侶進行諮商的經驗（技術）；我知道一些研究指出，LGBT個案比異性戀個案更可能被診斷患有精神疾病（知識）。希望透過此量表來認識自己對於青少年同志的友善性，是否有足夠的專業能力來協助他們，以免讓他們受到二次傷害。

### 三、第三級預防架構

第三級預防架構策略以「青少年同志自殺議題狀況」以及「青少年同志自殺預防因應策略」兩個面向探討，分別說明如下：

#### （一）青少年同志自殺議題狀況

謝孟穎（2017）表示「婚姻平權大平台」同性婚姻運動組織，在2017年9月舉辦「許我們一個未來—愛情故事館」特展資料中顯示，有30%的青少年同志有自殺念頭，而18%為試圖自殺但是沒有成功。另外國中階段有59%青少年同志有自殘行為，高中階段則有53%的數據。國外研究也表示，美國同志維權團體「The

Trevor Project」發表了「亞裔青少年同志精神健康研究報告」提到，在受訪的亞裔青少年同志785位中，33%表示在過去一年裡認真考慮過自殺，15%則嘗試過自殺（The Trevor Project, 2020）。對於國內外青少年同志族群，因為心理壓力、情緒低落等因素，造成自殺傾向，則急需關注來預防。

#### （二）青少年同志自殺預防因應策略

##### 1. 多元文化諮商

「多元文化」，指「文化的多樣性」，重視的是理念價值的澄清和社會規範形成的共識，因此，多元文化關注在平等、瞭解、尊重之中，建立起自我文化和他者文化之間的交流平台，讓文化在同中求異、異中求同，避免造成社會不平等的現象，實現真正具有文化相對主義的平等社會（林育陞，2018）。此外，林逸儒（2018）也提出多元文化諮商是一種重視文化背景對人類行為影響的諮商取向，強調諮商師本身所具備的多元文化能力與文化同理心，從文化脈絡下去理解個體的特殊處境，如：不同種族、性傾向、年齡、性別、社會階級……等，並強調社會正義的彰顯。期望透過多元諮商的方式，讓青少年同志認識多元性別，從中提升自我認同感、建立自信心。

##### 2. 給予正向支持與資源

意旨增加青少年同志正向的楷模，提供適當同志相關資源，有機會接觸正向的同志，知道其他人如何因應社會的性傾向歧視。劉安真（2017）、Besner（1995）及Fontaine（1996）也提到讓青少年同志知道自己是很好的，告訴他們其實有許多人也曾對同志的問題感到掙扎，並且讓他們瞭解處理性別傾向的問題是不容易的。寶金城（2014）認為應以關懷、接納、無歧視、無偏見的態度



面對青少年同志學生，並能真心誠意的協助他們解決困難。張可妮與陳佩君（2014）則覺得可以請青少年同志分享他們的故事以及生活，讓人們了解到他們與大家是相同的，僅是性取向不同，從中讓青少年同志有更多自我探索的可能性。

### 3. 培養優勢的能力

青少年同志常遭負面的觀點看待，未看到他們的正向層面。事實上，他們在生活中經歷了許多事件，諮商輔導人員需從他們的經驗中學習，幫助他們找到屬於自己的優勢，進而利用這些正向優勢的觀點，幫助青少年同志發展出快樂與健康的生活（Smith, 2002）。我們必須要嘗試建立青少年同志一個安全的環境、不要假設同志學生的性取向，面對異性戀主流的社會情境底下，性別刻板印象或是負面認知等問題，都會讓我們在同志學生身上產生標籤化，所以幫助青少年同志生度過出櫃過程、決定如何出櫃及誰是支持的團體、輔導同志學生面對性取向議題以外的挑戰、檢視其在少年階段生活脈絡中的挑戰、與家庭成員一起工作以接納並支持同志學生的認同、承認對同志學生的消極情緒並努力克服這些情緒與偏見（Jones, 2009）。

### 4. 多理解青少年同志的特殊處境

讓青少年同志知道自己並不孤單，同志的情感並不是沒有未來的。可以花點時間討論同志身分，鼓勵接受同志身分。嘗試去了解對於同志身分與伴侶關係的想法為何？從過程中去理解青少年同志的生命經驗與處境，學習漸漸從中接納自己、接受自己（劉安真，2011）。

### 5. 焦點解決短期心理諮商

諮商輔導人員與當事人在合作關係中，採取正向及整體的觀點，相信當事人是自己問題解決的專家，引導出問題

解決的方案，讓當事人向著期待的未來邁進（白秀玲、柯淑敏，2006）。此外，建立關係是重點，需與當事人建構解決的對話架構，瞭解當事人狀況並同時建立良好的關係，釐清晤談的目標（游碩庭，2018）。再者，聚焦在正向改變與經驗的精神，正好可以幫助青少年同志，停止將注意力繼續放在那些阻礙與限制上，幫助他們多去觀察那些接納與友善的事情（李佩雯，2018）。

### 6. 肯定諮商

對同志身份與關係抱持正向觀點的治療取向，而了解同性戀恐懼和異性戀主義才會對同志的生活造成負面影響。Rock（2010）也提出用以肯定同志身分的實務架構，企圖改善過去對同志病理化與歧視性的治療，因而是一種倫理肯定治療（ethically affirmative therapy），也就是與同志個案工作時真正合乎倫理的治療觀點（Langdrige, 2007）。

## 陸、結論與建議

### 一、青少年同志認同困境之建議

對於同志青少年的生活脈絡、經驗及自我詮釋，必須要諮商輔導人員以真誠的態度提供真實的包容，同理他們在性別認同過程中，給予他們一個堅定的臂膀、一個溫暖的擁抱。對於諮商輔導人員而言，面對同志議題是一項必須的功課。諮商輔導人員的專業是在諮商過程中幫助一個「人」長出可以承擔、解決個人問題的勇氣，無論面對異性戀或非異性戀當事人，都應該有能力成為這樣的角色（徐佳好等人，2018）。應以關懷、接納、無歧視、無偏見的態度面對青少年同志，並能真心誠意的協助他們解決困難（寶金城，2014）。了解青



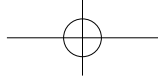
少年同志的認同多元性和變動性，如此才能為青少年同志提供更適切的諮商資源，陪伴他們走過同志認同歷程的幽谷。

## 二、校園輔導工作的三級預防之建議

同志教育不等於同志養成教育，是性別平等教育中不可缺少的部分。在校園中，對於同志教育，劉安真（2018）則提到，同志教育不能僅限於認識同志或是尊重多元的性取向，同志在情感教育與性教育上都有獨特的處境與需求，需要被認真看待並納入課程中。在性別平等教育議題能力指標中，目前只有讓學生認識多元性取向，可見同志議題的性教育還無法普及在校園的課程中，這是我們要去努力的地方。希望未來能了解青少年同志的需求，同志教育的提出，是為了讓學生能夠接納自己與他人的性傾向，消除性別歧視。我們要打破的，其實正是根深蒂固的傳統性別觀念，讓社會各階層都能達到性別友善的狀態，讓青少年同志都能舒服做自己，適性發展出屬於自己的健全人生（林家新，2015）。心理健康的部分，林逸祥（2019）提到，改善政策制度、教育理念、社會態度，才是協助同志族群身心健康的重要方向。我們的孩子不會「變成」同志，只會「發現」自己是同志。同志的孩子可能會在不同的成長階段發現自己的不一樣，察覺之初往往會緊張、恐慌、孤立無援，產生罪惡感而自責。因此，筆者期許未來成為助人專業工作者時，能夠接觸到完整的同志相關課程及訓練，在校園中可以貢獻自己的一份心力，在多元性別的這條路上努力邁進。

## 參考文獻

- 王佳玲（民109年7月29日）。彩色的青春—談青少年性別發展與認同。取自：[https://health.gov.taipei/News\\_Content.aspx?n=89BF4E2D1B5678FB&sms=321559EF66F69C06&s=780E8725485BD5B5](https://health.gov.taipei/News_Content.aspx?n=89BF4E2D1B5678FB&sms=321559EF66F69C06&s=780E8725485BD5B5)
- 王璟雲、蘇益志（2014）。「當我的個案是同性戀時？」—助人工作者對同性戀世界的重新省思。諮商與輔導，340，9-15。
- 台灣同志諮詢熱線協會（民106年5月8日）。停止惡意扭曲與檢舉，停止對青少年同志的迫害。台灣同志諮詢熱線協會。取自：<https://hotline.org.tw/news/1160>
- 白秀玲、柯淑敏（2006）。兩性關係與性別教育—理論與實務。臺北市：心理。
- 吳善揮（2014）。淺論影響同志學生在校園處境的因素。家庭教育雙月刊，48，18-29。
- 李佩雯（2018）。當「他們」也是「我們」：已出櫃同志與原生家庭之跨群體溝通關係維繫研究。傳播研究與實踐，8（1），65-101。
- 李偉銓（2011）。站在兩性教育之後：同志教育。性別平等教育季刊，53，63-64。doi:10.6486/geeq.201105.0063
- 李淑菁（民108年6月21日）。如果連性平委員都沒有性別素養，校園怎麼性別友善得起來？。取自：<https://opinion.cw.com.tw/blog/profile/354/article/8186>
- 林育陞（2018）。學校工作者諮商與多元文化議題探討—以同志議題為例。諮商與輔導，393，8-11。
- 林怡君、林安邦（2017）。高中學生對同志及實施同志教育態度之研究。性別平等教育季刊，79，118-125。
- 林家新（2015）。青春無敵—淺談青少



- 年同志的性別經驗與認同。愛之關懷季刊，**93**，15-19。
- 林逸祥（2019）。同志族群自殺風險的文獻回顧與分析。自殺防治網通訊，**14**（1），5-7。
- 林逸儒（2018）。以多元文化諮商觀點帶領同志青少年性別探索成長團體。諮商與輔導，**390**，11-14。
- 邱珍琬（2002）。青少年男同志認同過程與實際。彰化師大輔導學報，**23**，77-107。doi:10.7040/gj.200206.0077
- 涂峻清（2017）。消弭資訊權力不對等的鴻溝—談資訊公開對校園民主的重要性。人本教育札記，**341**，68-70。
- 徐佳妤、陳綵薇、高婉菁、吳芝儀（2018）。同婚釋憲後的諮商倫理課題與專業培育再思。輔導季刊，**54**（3），11-20。
- 翁繹佳（2019）。LGBTQIA族群的生命經驗構築多元性別友善校園（未出版之碩士論文）。國立臺中教育大學，台中。
- 高智龍、賴念華（2016）。從多元文化諮商觀點探討男同志諮商實務。中華輔導與諮商學報，**46**，31-62。
- 張可妮、陳佩君（2014）。青少年同志認同與現身壓力之輔導因應策略。諮商與輔導，**345**，23-26。
- 張德勝、游家盛、呂宗晉（2014）。異性戀高中職生對異性戀、男同志和女同志人際關係態度之研究。中華輔導與諮商學報，**39**，91-116。
- 教育部（2020）。十二年國民基本教育課程綱要，議題融入說明手冊。國家教育研究院。取自：<https://www.naer.edu.tw/ezfiles/0/1000/img/67/148159392.pdf>
- 莊瑞君（2018）。學校同志諮商輔導的實況與困境探究。輔導與諮商學報，**40**（1），45-68。
- 郭豐慶（2010）。何不迎向陽光？—以同志現身經驗探討青少年同志性取向認同。諮商與輔導，**295**，29-34。doi:10.29837/cg.201007.0008
- 陳安筠（2015）。同志遭受霸凌之經驗探討（未出版之碩士論文）。國立暨南國際大學，南投。
- 陳曼君（2010）。高中職學生同性戀態度之研究（未出版之碩士論文）。國立彰化師範大學，彰化。
- 陳靜玉（2018）。「不一樣，又怎樣？」校園同志教育實觀。諮商與輔導，**390**，15-18。
- 陳麗如（2000）。她們的故事—七個女同志的認同過程（未出版之碩士論文）。國立屏東大學，屏東。
- 游碩庭（2018）。以焦點解決短期心理諮商陪伴男同志走出衣櫃。諮商與輔導，**394**，37-40。
- 詹婉如（民107年8月31日）。性平教育「教出」同志？走進青少年同志的心。取自：<https://www.rti.org.tw/news/view/id/423067>
- 劉安真（2011）。從同志分手經驗談校園中的同志情感教育。性別平等教育季刊，**55**，46-51。doi:10.6486/geeq.201107.0038
- 劉安真（2013）。同志在台灣社會的次等公民處境與心理健康。婦研縱橫，**99**，6-11。
- 劉安真（2017）。同志伴侶關係與諮商。輔導與諮商學報，**39**（1），19-38。
- 劉安真（2018）。同志學生需要什麼樣的情感教育。性別平等教育季刊，**82**，55-59。
- 劉安真、程小蘋、劉淑慧（2002）。「我是雙性戀，但選擇做女同志！」—兩位非異性戀女性的性認同形成歷程。中華輔導學報，**12**，153-183。
- 劉安真、趙淑珠（2006）。看見！？校園同志輔導工作推展之現況與輔導教師對同志諮商之訓練需求查。中



- 華輔導學報，**20**，201-228。  
doi:10.7082/cargc.200609.0201
- 潘昱萱、蕭秋萍、楊凱程（2016）。以多元文化的觀點來看校園同志學生之輔導。《諮商與輔導》，**362**，53-56。
- 鄭群達（2016）。專業助人者同志諮商的困境與對同志求助議題應有的認識。《諮商與輔導》，**367**，22-25。
- 謝孟穎（民106年9月3日）。23年前北一女學生相偕燒炭自殺震撼社會，同運團體展出遺書重現當年絕望。《風傳媒》。取自：<https://www.storm.mg/article/325509?page=1>
- 顏正芳（民107年5月17日）。國際不再恐同日：台灣近六成同志學生曾遭性霸凌，有自殺危險者高達**31%**。取自：<https://www.thenewslens.com/article/95182>
- 竇金城（2014）。同性戀學生之輔導策略。《諮商與輔導》，**340**，19-23。
- Besner, H. F., & Spungin, C. I. (1995). *Gay & lesbian students: Understanding their needs*. Washington, DC: Taylor & Francis.
- Bidell, M. P. (2005). The sexual orientation counselor competency scale: Assessing attitudes, skills, and knowledge of counselors working with lesbian, gay, and bisexual clients. *Counselor Education and Supervision, 44*(4), 267-279.
- Bochenek, M., Brown, A. W. (2001). *Hatred in the hallways: Violence and discrimination against lesbian, gay, bisexual, and transgender students in U.S. schools*. NY: Human Rights Watch.
- Byrd, R. J., & Hays, D. G. (2012). School counselor competency and lesbian, gay, bisexual, transgender, and questioning (LGBTQ) youth. *Journal of School Counseling, 10*(3), 1-28.
- Fontaine, J. H., & Hammond, N. L. (1996). Counseling issues with gay and lesbian adolescents. *Adolescence, 31*(124), 817-830.
- Horn, S. S., & Nucci, L. (2003). The multidimensionality of adolescents' beliefs about and attitudes toward gay and lesbian peers in school. *Equity & Excellence in Education, 36*(2), 136-147.
- Jones, E. M. (2009). The challenges and approaches to working with lesbian, gay, bisexual, and transgendered youth. *Journal of Academic Writing, 27*-33.
- Langdridge, D. (2007). Gay affirmative therapy: A theoretical framework and defence. *Journal of Gay and Lesbian Psychotherapy, 11*, 27-43.
- Lee, A. B. (1999). Identity development of homosexual youth and parental and familial influences on the coming out process. *Adolescence, 34*(135), 597-600.
- Rock, M., Carlson, T. S., & McGeorge, C. R. (2010). Does affirmative training matter? Assessing CFT students' beliefs about sexual orientation and their level of affirmative training. *Journal of Marital and Family Therapy, 36*(2), 171-184.
- Smith, D. (2002). Young, gay and of color. *Monitor on Psychology, 22*(22), 48.
- The Trevor Project. (2020). *Research brief: Asian/pacific islander LGBTQ youth mental health*. Available at <https://www.thetrevorproject.org/2020/05/13/research-brief-asian-pacific-islander-lgbtq-youth-mental-health/>. Accessed on May 13, 2020.