

性少數現身之文獻回顧與反思諮商實務工作

A Literature Review on Sexual Minorities Disclosure Issues and Reflect on Practice of Counseling

李亭萱¹
Ting-Hsuan Lee¹

摘要

關於現身態度、立場與實際狀況多元複雜，不論是社會運動者、助人工作者、性少數主體，皆有其獨特的思維與具體行動，意見雖不至於劇烈分歧，但有進一步反思與對話之必要性，尤其是學術與實務須相互結合與應用，才能發揮最大效益。本文針對性少數「現身／出櫃／能見度」之國內外相關研究做一系統性回顧、整理與分析，分別論述：1.以「關係」作為研究焦點：包含家人、同儕和職場主管與同事；2.細化性少數現身處境：不再視LGBTQIA為一整體，而是看見不同性傾向之特殊性；3.順應異性戀霸權之現身結果：探究「異性戀婚姻當中出櫃」的各種狀況；4.關注多重交織身分之現身處境，包含種族、族裔、文化、身心障礙、性別等。最後，提出諮商實務反思：1.正視社會污名影響性少數之現身處境，提供肯認諮商的重要性；2.強化心理師認識多重交織身分性少數與提升其專業知能；3.反思不同性傾向之現身處境，提升跨性別者與無性戀的認識；4.同性婚姻合法化之後，同志伴侶向原生家庭現身之實務挑戰。

關鍵詞：出櫃、同志、性少數、現身、諮商

¹國立彰化師範大學輔導與諮商學系 博士候選人
通訊作者：李亭萱，(500)彰化市進德路一號 國立彰化師範大學輔導與諮商學系，E-mail：
lee_ting_hsuan@yahoo.com.tw



壹、前言

綜觀國內外關於揭示性身分之文獻，常以「現身（disclosure）／出櫃（come out）／能見度（visibility）」等關鍵字作為命名，本文以「現身」取代出櫃與能見度作為主題，一方面是認同過去研究提出「出櫃」一詞傾向以儀式性宣稱性身分，較簡單明白，清楚易懂，但忽略了現身常是逐漸浮現的過程，以關係互動為主要向度（胡郁盈，2017），另一方面是「現身」二字無論是中英文定義較多元解釋，涵蓋社會、文化、關係等多個軸向，對於揭示性身分所要思考的面向更具全面性，而非停留在出櫃和入櫃二元化的概念，因此，本文後續皆以「現身」描述性少數表露性身分，但也尊重各式文獻使用「出櫃」的論述，引用相關文獻時會優先以原作者的詞彙與意志撰寫。

一、關於現身立場不同派別雖有差異，但皆以提升性少數福祉為優先

LGBTQIA性少數族群，包含女同志（lesbian）、男同志（gay）、雙性戀者（bisexual）、跨性別者（transgender）、酷兒（queer）、雙性人（intersex）和無性戀（asexual）等，對於揭示性身分遭受的風險甚多，諸如不被理解與接受、被視為異常、遭受歧視、仇視、或失去關係等，性少數現身處境艱困。

根據研究指出，同志肯認身分，開放身分有助於其降低憂鬱，提升幸福感（Forenza, 2017; Riggle et al., 2017）。多數社會運動者主張LGBTQIA必須現身，以達同志肯認，創造社會公平正義。各

地同志大遊行不僅以「集體現身」的方式倡議，更是開啟別具意義現身日，例如，每年4月26日是「女同志現身日（Lesbian Day of Visibility）」鼓勵女同志出櫃，爭取女同志權益，對抗厭女和恐同的雙重歧視；以及每年3月31日是「國際跨性別現身日（International Transgender Day of Visibility）」，一方面提升全球對跨性別者的認識，另一方面則是哀悼因仇恨失去生命的跨性別者。

朱偉誠（1998）指出臺灣同志運動現身立場分為「主張必須現身」與「反對無條件現身」兩派，前者認為現身有助於性少數全體避免被無視或遭受歧視，後者認為同志生活當中有許多現身的難處，必須視個人狀況進行討論。兩派思考建立於益處與難處之間，但皆以性少數的福祉為優先，且有意識地往「現身」而非「隱身」的方向前進。該篇研究文末試圖解構性少數須現身的思維，認為以曖昧模糊的態度回應現身，未嘗不是一種政治，闡述人的情慾是流動變異的何須要「現身」？但這樣理想的境界必須得奠基於沒有歧視，尊重多元的社會，才有進一步思考的空間。

根據研究指出性少數的社會處境與同性戀恐懼（homophobia）、性傾向歧視（heterosexism）與異性戀常規化（heteronormativity）有關（李秉華等人，2017；劉安真，2017）。當社會上僅以一套固定性別規範的意識形態生活，針對同性戀產生排斥、反感、鄙視仇恨與偏見，推崇異性戀生活方式，並認為異性戀是唯一正常的性傾向，無形當中必然壓迫性少數的存在。舉例來說，跨性別者被嘲笑「不男不女」；男同志難以回答「你有沒有女朋友？」女同志出櫃之後，被對方告知「妳一定是沒有遇到對的人。」這顯示社會文化讓性少數



在社會處境上面臨恐同與歧視的困境，而近年更有研究提出「微歧視（microaggression）」的概念，意旨針對受到壓迫族群隱微、自動化、潛意識的貶抑態度與訊息，包含微騷擾、微侮辱、微排除等，而這對於性少數的身心健康帶來了負面的影響。例如：男同志在反抗他人詢問是否女朋友之際，對方回應「我有同志朋友，我也覺得同志是正常的，是你太激動了，這樣會很難讓人對同志的印象好轉。」將錯誤歸咎於受到壓迫者本身。

二、現身並非「全有」或「全無」的概念，須細緻地理解性少數現身處境

事實上，多數同志現身會依據不同對象、不同情境、不同關係、不同目的而選擇現身與否，並非全有或全無二元化分的概念，個別差異甚鉅，必須跳脫單一且僵化的思考途徑。例如，現身就文化層次進行思考，雖然臺灣首位公開現身的男同志祈家威認為「同志有義務出櫃」，但也同時提醒同志朋友，華人家庭關係裡的「孝道」觀點在面對是否向父母出櫃的考量上須審慎思考（廖綉玉，2019）。近期研究發現以「要」和「不要」二元化思考現身是相當危險的，McKay與Watson（2020）將現身改以「現身程度（degree of disclosure）」作為測量標準，針對家人、LGBQ社群朋友，與提供醫療照護者，探討其現身程度、憂鬱指數、自尊的關係，研究發現：現身程度與憂鬱指數並非以等距方式增加，而是以倒U字形呈現，當青少年現身程度在「一些（some）」的狀態下，憂鬱指數相對較高，甚至比不現身（none）和很少（a few）還要高，但當

青少年能夠告知大部分（most）或所有（all）人時，憂鬱指數才會明顯下降，自尊狀態也有相同的現象。雖然該篇文獻無法給予一個合理的解釋此現象，但值得警惕的是，助人工作者必須關注性少數開始告訴身邊的人，卻又沒有完全公開身分的階段。

關於現身態度、立場與實際經驗多元複雜，不論是社會運動者、助人工作者、性少數主體，皆有其獨特的思維與具體行動，意見雖不至於劇烈分歧，但有進一步反思與對話之必要性，而現身議題又與當代社會脈絡息息相關。美國精神醫學會自1973年將同性戀刪除於診斷標準之後，同志現身議題不斷地被重新論述，除了視現身為一種經驗、策略與行動之外，也提出社會污名等重要概念。臺灣醫學在同性戀去病化之後，各式期刊出現「同性戀不是病，但要幫助同性戀脫離苦海」、「同性戀需要關愛與了解，且預防重於治療」等，仍存在醫療化和「矯正」的思維，直到1980年衛福部確定禁止迴轉治療（陳美華等人，2019），諮商實務開始走向肯認諮商（affirmative counseling），從去污名的角度來理解性少數被歧視、被拒絕、隱身與內化恐同影響其心理健康與壓力的處境。

經過半個世紀之後的今日，臺灣於2019年通過同性婚姻，是亞洲第一個落實婚姻平權的國家，現身的論述是否有不同？性少數現身處境是否不同？實務上協助性少數現身的觀點是否有不同？本文奠基於「學術研究」與「實務現場」必須時時回顧與審視，才能站在巨人肩上更進一步。因此，針對國內外「現身」相關文獻作一系統性的整理、分析與反思，並根據分析結果提供諮商實務工作必須關注的焦點。



貳、以「關係」作為焦點探討現身處境

不論國內外文獻，性少數現身常與文化如何影響環境與個體、場域或環境是否友善、現身對象是否接納自己為主要討論的焦點，進而延伸討論性少數的現身的策略與結果，此段落以「關係作為焦點探討現身處境」作為命名，是以欲現身對象為分類，但以「關係」作為一整體系統觀點論述。

一、向「家人」現身

家庭對同志身心健康扮演著重要角色。根據研究發現，向家庭現身的同志，通常在公領域也會公開身分，身心較為健康，但不被家庭所接受的同志容易走向自殺（Henderson, 1998），其中以依附關係作為討論的焦點的研究發現：逃避依附型和焦慮依附型的同志自我接納最為困難，逃避依附型同志現身意願最低（Mohr & Fassinger, 2003），具有凝聚力、適應力強，和權威性（authoritative）的家庭，在同志青少年現身之後，父母的負向反應較少，相反地，那些疏離、僵化和專制的家庭，父母的負向反應較強烈（Willoughby et al., 2006）。

根據調查：多數LGB青少年至少會告訴家庭當中的其中一人，對象通常是母親。主要是因為青少年想與母親分享生活，或是母親主動詢問等，大部分的青少年認為自己與父親並不親近，不會選擇出櫃，比起青少男，青少女更擔心父母有負向反應；相反地，不被母親接受的青少年，通常會遭受家人語言和身體的暴力，容易知覺自身有高度自殺企圖，女性遭受身體虐待的機率比男性更

高，而攻擊他們的對象通常也是母親（D'Augelli et al., 1998; Savin-Williams & Ream, 2003）。

國內的研究也有相似的發現，母親在性少數現身之後扮演著關鍵的角色，母親的態度是助力，也可能是威脅（洪雅鳳、王鎧倫，2020），多篇文獻共同指出手足在家庭成員現身之後，是一大助力，不僅能夠擔任協調者的角色，亦可以提供家長性別知識與資源（李佩雯，2018；黃玲蘭，2005；謝秋芳、趙淑珠，2016），一篇以香港華人「手足是同志」的研究當中，發現當自己的兄弟姊妹在家庭內現身之後，其家庭關係與人際互動上亦有所變化，有些人會在傳統與當代價值之間拉扯，有些則會在政治上表現得更加積極（Huang & Ponterotto, 2016），但不論國內或國外的文獻，一致認為父親是性少數族群最難靠近的一位家人，也是最沒有意願現身的對象。

國內探討現身議題主要連結華人文化的觀點，提出家庭內關係糾結牽絆，重視和諧的基本態度。陳秉華等人（2017）指出華人文化將性視為私領域，同志直接連結無法生育，有違華人「不孝有三，無後為大」的思維。研究指出，男同志向家人現身的最大困境是背負傳宗接代的責任（洪雅鳳、王鎧倫，2020；梁天麗等人，2016；畢恆達，2003）。最早一篇探討向家人現身的實證研究，發現男同志出櫃考量分為「自利導向」和「利他導向」兩種類型，前者擔心父母傷心失望而選擇隱身，後者擔心父母干涉自己的生活而有所隱瞞，男同志通常在「適婚年齡」必須抉擇是否現身，不管是現身考量、時機、策略皆圍繞著傳宗接代的責任（畢恆達，2003）。而女同志向家人現身之前，會



隨著身分認同逐漸穩定之後先向朋友們現身，似乎較少被傳統文化綁架，藉由培養經濟獨立爭取更多的自由，而女同志常以曖曖內含光的方式協商親職關係，某種程度以不說破、默認與心照不宣維持華人家庭和諧之目的（李佩雯，2018；胡郁盈，2017；黃玲蘭，2005）。

近期洪雅鳳與王鎧倫（2020）發現男同志向父親出櫃之後，必須背負著「孽子」的罪名，「子職的修復歷程」與「父親的失落歷程」相互呼應；陳凱軍（2008）的研究結果發現「櫃父母」的心理狀態不宜過度以單一「悲傷調適歷程」解釋，關鍵在於父母如何理解子女的同志身分，以及如何認知做為父母的角色，並強調原本的親子關係不必然隨著現身而變得惡劣，更進一步指出，當父母對主流社會習以為常的異性戀霸權所有反思之後，會有意識地為子女打造友善空間，盡力為兒女尋求資源。

二、向「同儕」現身

性少數在覺察自己身分認同之後，便可能思考是否向身邊的朋友們現身，隱身雖然比較安全，但是必須處理污名，耗費大量心思管理生活細節，避免身邊的人懷疑自己，這樣戴面具的生活無法自在的做自己，因此為了增進人際關係、促進自身心理健康，部分性少數會開始思考如何現身（陳秉華等人，2017）。通常，性少數會選擇與信任、親近的朋友現身，很多時候是同為性少數的友人。

不論是男同志或女同志都與自身認同狀態有關，隨著認同逐漸成熟穩定，越能夠自我調適。女同志會用測試和探究的方法，旁敲側擊別人對於性傾向的

接受程度，並且開始接觸同志團體（黃玲蘭，2005），而男同志現身的社會處境較為不佳，通常奠基於同儕之間的互動是否友善，現身策略有直接表明、藉故向好友出櫃，以及採取不承認和不否認的態度應對（周佑儒，2014）。研究發現在強調男子氣概的環境，男同志現身處境相當艱難，例如，體育校院鮮少對同志議題進行教育宣導，圖書館關於性別藏書更是寥寥無幾，獲取資源十分不容易，除此之外，同儕們的「玩笑話」，諸如「死gay」或是「贈予情趣按摩棒」等方式嘲諷同志，同志學生通常為了生存多以忽略或隔離的方式因應（林宜潔，2011）。

三、向「職場主管同事」現身

同志在職場現身的方式，會依據「內在」因素，包含認同度與過去出櫃經驗，以及「外在」因素，主管同事是否有恐同，影響彼此的關係，而這些因素是交織而成的，而在職場現身常與過去出櫃經驗有關，包含是否與家人、同儕出櫃，以及出櫃的經驗是否良好，有些同志在出櫃之後，立即被拒絕，或是被攻擊，這都讓同志族群在現身前作許多測試與評估（梁家祥，2010）。

根據研究指出，職場權力階明顯的軍警單位，崇尚陽剛與性別二元分化，同志警察必須「先做好人，才可以做同志」，但在同婚期間，因職場同事大量散播惡意訊息而選擇隱身（莊琇婷，2020）；女同志軍人現身最困擾的是異性戀追求和服裝儀容規範，一位受訪者表示「長頭髮的女生比較容易晉升」也顯示了父權制度與異性戀常規化的環境，性少數於工作場域向主管與同事現身的困難（黃惠蓮，2020）；而女同志教



師也會因為擔心專業被質疑或是工作受影響，在職場選擇完全隱身，對於生活上有諸多不便，也連帶著伴侶權益也受到影響（鍾寧，2019）。根據研究指出，性少數現身時的恐懼可以預測工作態度、心理壓力、工作環境和職業產出，但現身時的擔憂，會因為同志主觀認定是被支持的而使其現身程度較高（Ragins et al., 2007），「同事對同志的態度」可以有效預測現身和工作滿意度，在組織內同志現身若是能被接納的，可以有更高的工作滿意度（Griffith & Hebl, 2002）。雖然上述文獻多描述向朋友和同儕現身時的困境，但仍有性少數對現身採較開放的態度，包含有意願出櫃的同志教授，奠基於教育理念，希望學生們了解和尊重自己與他人文化，並藉由現身增進師生互動關係，幫助學生在「安全」的環境中塑造自己（駱芳美，2017），以及亦發現同志諮商心理師奠基於對個案有幫助的動機之下，向個案出櫃，尤其是共同面對社會對同志的污名的部分（王韋婷，2018）。

參、細化性少數現身處境

上述研究以關係作為現身處境的探討，常把性少數LGBTQIA視為一整體，認為其處境的優勢與劣勢相似，但其實每個性傾向大大不同，而目前文獻的發表量依循著LGBTQIA的縮減順序，除了男女同志之外，雙性戀的討論為多，跨性別次之，酷兒、雙性人與無性戀十分匱乏，需要學界共同努力。

近年來的研究開始細化性少數的現身處境，認為每一種性傾向和性別都會有其獨特的狀況，而這其中社會文化對於「生理性別」的影響甚多，由於現身處境與一般民眾對於性別的刻板印象有

關，例如，男性深受父權文化、陽剛特質的影響，社會認為表現陰柔特質就不像個男人，這對男同志現身處境較為艱難；而女性在發展階段容易跟同性友人運用碰觸肢體等方式靠近，一般人也因此不一定會正視女同志的情感，認為僅是姊妹淘遊戲，這影響女同志難以解釋自己的狀態。

本文統整雙性戀現身狀況，發現「性別」也是雙性戀現身的分水嶺：雙性戀男性傾向隱藏身分，雙性戀女性傾向開誠布公。根據研究指出，有女伴的雙性戀男性隱身與高收入有關，雙性戀男性傾向全面性的隱身，絲毫不願透漏給任何親朋好友，容易內化恐雙，心理健康水平較低（Schrimshaw et al., 2013），已婚雙性戀男性傾向在婚姻裡完成社會期待的任務，如：做好老公、好父親等，即使習慣使用網路社交平臺尋求同性別支持，也沒有想要離開婚姻，其中，又以同性情慾生理需求大於心理需要（侯政男，2019），而未婚雙性戀男性僅向同性別伴侶出櫃（林怡君，2013；陳淑婷，2014），原因與「男子氣概有關」，雙性戀男性通常假設有同性情慾者容易被視為「不是真正的男人」，也有另一種說法是男性對現身態度原本就比較消極，為了避免伴侶關係衝突緊張，容易採取忽略或迴避的方式因應（林怡君，2013）。

雙性戀女性在關係當中探索自己時，便有可能對伴侶現身，通常期待獲得另一半的支持，以增進伴侶關係，女雙有一套自我評估機制（張雅惠等人，2017），時常擺盪於「尊重自己的情慾」和「尊重伴侶的感受」之間，雖然雙性戀者傾向對同性別伴侶現身，但比起雙性戀男性，雙性戀女性又更具備彈性（林怡君，2013），另外，在異性戀婚



姻下的女雙除了擔心雙性戀污名之外，也擔心伴侶有異性戀恐懼（heterophobia），意旨「反對異性戀行為」。舉例來說，當異性戀配偶知道伴侶是雙性戀時，異性戀配偶會以非異性戀的方式對待伴侶，諸如言語上以「我要用女同志的方式對待你」、「很可惜，我不是女同志，我是一個男人，跟你們討厭的沙豬是一樣的」等方式表達，或是在性行為上用口交或指交的方式對待伴侶。然而，這某種程度也顯示了社會固著於單一性傾向的僵化反映，而非開放性地認為多元組合才是社會常態，陷入刻板印象容易造成雙方的隔閡（紗娃·吉娃司，2009）。又，不論是男性或女性雙性戀，對於同性婚姻合法化是相當支持的，認為同性婚姻某種程度能夠保障自己的權利，即便雙性戀在父母催婚時，還是以不婚或是打迷糊仗等方式因應（陳詩婷，2014）。

最後，國內跨性別者與無性戀現身研究各有一篇。謝秋芳與趙淑珠（2016）以對偶資料分析一對姊弟，面對女跨男的身分關係轉化歷程，發現現身是一持續不斷歷程性的變化，每一次的自我認同會有一次的現身，從混亂到明朗的過程，家人也會在否認迴避、混亂衝突，調整之後支持接納；李亭萱（2021）提出臺灣無性戀於華人文化現身處境，必須同時關注「生理性別」與「浪漫愛」之性腳本，以及「無性戀」為獨立於異性戀、同性戀、雙性戀的第四種性傾向，不被人知增加了現身的難度。

肆、順應異性戀霸權的現身結果

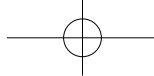
性少數深受異性戀霸權的影響，將異性戀常規成為「理所當然」，有時也會「自動自發」地接受不合理的對待，

部分的性少數族群內化恐同思維，往往想著如何表現得符合主流而不被排擠。但，表現得主流是否更加幸福？

一篇以男性為主體的研究提到性少數對於「男子氣概」的表現有著矛盾的心理狀態，Yeung等人（2016）邀請683位香港男性進行研究，探討異性戀自我表現（heterosexual self-presentation）和「幸福感（well-being）」之間的作用力，以「男子氣概一致性量表（Conformity to Masculine Norms Inventory, CMNI）」作為測量工具，分數越高表示受試者越想呈現出「異性戀表現」，題目如：「我盡量避免讓自己被視為同性戀」等，研究發現性少數的男子氣概表現越高，幸福感越低，男子氣概表現越低，幸福感越高，而異性戀者並無差異。這一方面說明了性少數為了符合社會期待可能會「表現得像異性戀」，但心理狀態是矛盾的，另一方面說明了異性戀根本不在乎。

國內討論順應異性戀霸權結果，常以「進入異性戀婚姻」作為切截點，了解同志進入異性戀婚姻裡，家庭成員的心理狀態為何。盧睿亭（2018）指出男同志向所組的家庭出櫃，其動機是「完成丈夫和親職任務」或「意外事件」，歷程常是擺盪於承受社會污名與想要做自我的兩極；陳麒文（2012）訪談三位異性戀妻子面對丈夫出櫃，除了傷痛之外，需要同時處理的事件相當多，包括夫妻之間過去的性關係，是否離婚，或是面對丈夫的因外遇而持續說謊，或發生欺騙及暴力事件的處理方式，以及思考如何告訴子女，擔心子女認同議題，也因為社會污名，使其不願求助，傾向獨自面對或寄託宗教，影響個體甚深。

除了夫妻次系統的影響之外，親子次系統也會有極大的影響。Breshears與



Lubbe-De Beer (2014) 招募了20位父母其中一方是同志身分的子女，試圖了解子女對於同志父母向子女現身的建議為何 (Advice for Parents Coming Out to Their Children)，子女們接受訪談的年紀在22-40歲之間，但多數在20歲左右就知道父母其中一方是同志，年紀最小的是5歲，子女們的建議是，期待父母可以盡早告知孩子，並考量孩子的成熟度，教育接受差異，以及保留自己不想說的部份，接受孩子的任何反應；並且為孩子找到好的社群，積極維持生活穩定。

社會污名影響同志現身的艱難，順應異性戀霸權的壓迫結果，雖可「暫時」度過社會負向觀感，但是可能「長久」且劇烈的造成多方傷害，況且異性戀霸權的壓迫不該停滯在個體解決問題的層次，助人工作者更迫切需要的是盡力翻轉、衝撞壓迫系統，持續進行社會對話。

伍、多重交織身分性少數的現身處境

越來越多研究開始關注多重身分交織性少數的現身處境，目前國外研究集中討論「種族」與性身分交織的現身處境。有研究指出，性少數選擇現身與其正向種族態度 (positive racial attitudes) 和種族同理心 (racial empathy) 有關 (Kleiman et al., 2015)，比起白人 (White) 女同志，非裔美國人 (African American) 與拉丁裔 (Latina) 女同志較少向他人現身，尤其是拉丁裔女同志，鮮少向父母現身，但研究也發現向父母現身的女同志，也有較少的憂鬱 (Aranda et al., 2015)。Eaton 與 Rios (2017) 訪問了22位拉丁裔酷兒，發現有68%的人描述在現身之後對方有負向反應

，包括失去了人際關係 (loss of relationships)、攻擊 (aggression)、病理化 (pathologizing) 和自私反應 (self-serving responses)，而有55%的受訪者會自動地重新解釋 (spontaneously reinterpreted) 或在認知上重新框架這些負向經驗 (cognitively reframed their negative experiences)，包括假裝沒有發生過、最小化 (minimizing) 他人的惡意，或是使用譴責受害者 (victim blame) 的方式因應。該篇文獻說明了性少數現身的困境，同時揭示社會結構中「種族」、「族裔」、「文化」潛在的影響力，不僅導致性少數不敢對抗壓迫，自我矮化，限制自己的思想，而形成現身的阻力，甚至否認性身分。

除了以「種族」為主要討論的焦點之外，多重身分交織亦需要關注「生理性別」的影響。研究發現：為了渴求正確的醫療服務，性少數男性現身意願較高。Miller等人 (2019) 探討失聰性少數在口譯員陪同的狀況下，是否會向醫事人員提供自己的性身分，發現男同志和跨性別男性不論在是否有口譯員的陪同下，現身的機率較高，而雙性戀和酷兒女性通常選擇不現身，原因在於女性時常需要考量在醫療服務當中是否可能遭受性騷擾的風險；Goldberg等人 (2017) 的研究發現，大部分有男性伴侶且正在孕程中的性少數女性 (male-partnered sexual minority women)，在產檢時並不會向醫事人員現身，一方面是擔心醫療人員恐雙 (biphobia)，另一方面是因為認為醫療照護和性身分無關；Barefoot等人 (2017) 有相似的發現，女同志通常無意向健康照護提供者 (health-care providers) 現身，因為擔心被歧視的問題，這種狀況在農村 (rural) 更是嚴重，農村女同志面臨多種風險，造成其對身分



的肯認與信念較低，該篇研究者建議以獨特脆弱性（*unique vulnerabilities*）思考身分地位背後更大的障礙。

多重邊緣身分交織的性少數，會選擇一有利的位置顯示身分，但「單一身分」公開說明自己的狀況，往往難以讓他人更加認識自己（Galupo et al., 2015）。一篇研究同時具備LGBTQ和身心障礙者身分的學生，闡述現身像是雙面刃（*double-edged sword*），一方面可以讓對方更了解自己的狀況而獲得特權（*passing for privileged identities*），但另一方面則同時被標籤，通常這些受訪者會在欲現身對象先行表達自己的友善，或與自己有相似經驗的狀況下現身（Miller et al., 2019）。Foster等人（2019）探討種族、無性戀、女性交織性身分的性少數，發現無性戀在現身較為「靈活」，可以視不同現象場的需要，選擇對自己最友善且具備優勢的身分，部分受訪者認為不須現身，因為不影響日常生活，而另一部分受訪者認為現身是重要的，目的是要讓無性戀更廣為人知，避免未來被視為是疾病與受到壓迫。

陸、反思諮商實務工作

本文奠基於前述以「關係」作為焦點探討現身處境、細化性少數現身處境、順應異性戀霸權的現身結果、多重交織身分性少數的現身處境等整理與分析，提出四點建議，促進實務工作者未來具體實踐的方向：

一、正視社會污名影響性少數之現身處境，提供肯認諮商的重要性

奠基於上述以「關係」作為焦點，

現身議題不再停滯於思考協助性少數本身，而是看見系統當中關係對性少數的作用力，正視社會污名對性少數的影響力。然而，個別諮商實務無法撼動系統外的個人，但肯認諮商某個程度改變了性少數治療地圖，心理師對於多元文化的覺察、態度與能力相當重要，將焦點放在理解性少數的污名上，諮商任務是與案主共同面對異性戀常規化的壓迫，對抗被排擠、邊緣化的困境，並催化案主針對社會壓迫發展因應策略，整體來說，持肯定立場的心理師支持性少數的自我認同，且能理解性少數獨特的挑戰，並能與案主一起對抗社會歧視（陳秉華等人，2017）。除此之外，性少數的現身，可能有其擔心害怕恐懼的部分，心理師除了給予情緒支持之外，可提供「親子關係不必然隨著現身而變得惡劣」的相關資訊，以支持性少數有新的思維，有意識地思考如何與家庭成員同盟，尤其是母親和手足，而心理師的工作也不再僅限於治療室內，可更進一步提供案家諮詢服務，或是給予LGBTQIA相關資源，提升案家對主流文化與異性戀霸權之批判性思考，賦能案家為性少數子女打造友善空間。

二、強化心理師認識多重邊緣交織身分性少數與提升其專業知能

奠基於上述多重邊緣交織身分的文獻回顧，多重壓迫的觀點是女性主義帶來的重要突破，黑人女性主義在討論交織性身分時，會探究不同壓迫之間如何交互作用，形成更大的壓迫。例如，黑人女性在種族壓迫的脈絡下，同時承受內部的種族壓迫與外部的性別壓迫，兩者的交互作用形成了黑人女性所經驗到的多重壓迫（顧燕翎等人，2019）。在



臺灣，性少數可能同時兼具不同身分，譬如勞工階級原住民身心障礙女同志、偏鄉地區新住民跨性別者，這與中產階級男同志家庭的處境截然不同，心理師必須提升自身多元文化能力，審視自身的知能、態度與技術，對於各種邊緣身分交織相互作用的影響有所覺察，也有敏感於自身的身分，如：中產階級異性戀女性諮商心理師等，本文無法一一細數注意的事項，但具備性別與多元文化敏感度是最基礎的，若同時具備社會正義的觀點，掌握交織分析的精神，了解性少數案主所處的脈絡，權力關係的運作，須有更高的層次看見整體社會當中的各個次系統，是每個諮商心理工作者可以前進的目標。

三、反思不同性傾向之現身處境，提升跨性別者與無性戀的認識

實務工作當中，不該再將LGBTQIA視為一整體，必須看見不同性傾向之特殊性，尤其是雙性戀、跨性別者與無性戀。助人工作者可關注雙性戀者之「性別」在其身上產生的作用力，內化恐雙在雙性戀男性身上特別常見，心理師不僅須解構雙性戀污名，還須肯認雙性戀情慾，特別是同性別情慾。紗娃·吉娃司（2009）表示雙性戀現身狀態，從初始階段處於迫切需要向他者強調自己的身分，到真心悅納自己後，不再渴求從他人身上獲得證明自己的身分，現身議題便不再是其困擾。這樣「見山是山，見山不是山，見山又是山」的特性，相當需要心理師的肯認，以提升其幸福感。另外，目前對於跨性別者與無性戀者的認識較少，呼籲學術界可積極投入之外，實務界可以思考跨性別者處於「外顯表現」突出，容易在現身處境遭受歧

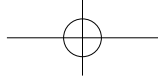
視，但無性戀者處於難以彰顯其「無性」身分，在現身處境上容易不被當一回事，這些都需要心理師有足夠的先備知識，才足以更貼近案主。

四、同性婚姻合法化之後，同志伴侶現身議題在實務工作的挑戰

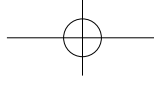
上述文獻回顧雖沒有以同婚作為切截點的現身討論，但這是實務工作當中必須預想與準備的，也鼓勵學術界能夠持續關注與耕耘同志伴侶現身的研究。廖翊庭（2018）發現同志伴侶若想結婚，雙方原生家庭的接納度至關重要，向原生家庭出櫃是邁向結婚的基石，影響同志伴侶考量是否要遠離家人，增加自我分化，還是面對現身壓力，盡力說服家人等。華人文化對於家人是否祝福此段婚姻相當看重，未來實務工作在性少數現身議題上，不僅要有個別諮商、伴侶諮商的概念，必須兼備家族系統、社會文化、多元文化諮商，以及肯認諮商等知能，心理師必須做一系統性的整理，時時刻刻充實自己、準備自己，大量閱讀相關研究，與進行實務反思，諮商工作不限定於在諮商室內，更要積極朝向社會正義，協助性少數倡議，創造更為友善的環境。

參考文獻

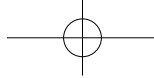
- 陳美華、王秀雲、黃于玲（2019）。慾望性公民：同性親密公民權讀本。巨流圖書。
- 王韋婷（2018）。同志諮商輔導人員在諮商工作中出櫃經驗之探究〔未出版之碩士論文〕。國立彰化師範大學輔導與諮商學系。
- 朱偉誠（1998）。臺灣同志運動的後殖民思考：論「現身」問題。臺灣社



- 會研究季刊，**30**，35-62。
- 周佑儒（2014）。大學男同志學生出櫃經驗之敘事分析〔未出版之碩士論文〕。國立暨南大學輔導與諮商學系。
- 林宜潔（2014）。體育校院男同志學生的認同歷程、校園處境及出櫃考量因素之研究〔未出版之碩士論文〕。國立體育大學體育研究所。
- 林怡君（2013）。出櫃雙性戀者伴侶關係之探究〔未出版之碩士論文〕。國立高雄師範大學性別教育研究所。
- 陳秉華、郭崇信、陳金燕、黃光國、曹惟純、葉光輝、余安邦、李佩怡、趙文滔、許維素（2017）。多元文化諮商在臺灣。心理。
- 李亭萱（2021）。臺灣無性戀於華人文化現身處境之探討。輔導與諮商學報，**46**（1），1-20。
- 李佩雯（2018）。當「他們」也是「我們」：以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。
- 侯政男（2019）。彩虹雲端世界的使用與滿足：臺灣已婚雙性戀男性之行動社交網路運用及尋求社會支持之關聯性研究。性學研究，**10**（1），1-27。
- 胡郁盈（2017）。從「現身」到「關係」：臺灣性別社會變遷與女同志親子協商。女學學誌：婦女與性別研究，**40**，108-151。
- 紗娃·吉娃司（2009）。走過婚姻來時路～已婚女雙性戀伴侶關係之探究〔未出版之碩士論文〕。國立高雄師範大學輔導與諮商學系。
- 洪雅鳳、王鎧倫（2020）。男同志向父親出櫃後關係衝突修復歷程的子職轉化。中華輔導與諮商學報，**59**，35-67。
- 莊琇婷（2020）。同志警察職場出櫃經驗探究〔未出版之碩士論文〕。國立彰化師範大學輔導與諮商學系。
- 崔樂（2017）。「被出櫃」：中國同志學生遭受的身分焦慮與校園霸凌。性學研究，**8**（1），89-118。
- 張雅惠、陳宇平、劉安真（2017）。女雙性戀對伴侶出櫃與否之經驗探究。性學研究，**7**（2），1-34。
- 梁家祥（2010）。男同志在工作場所中的出櫃策略研究〔未出版之碩士論文〕。臺北市立教育大學社會科教育學系。
- 梁天麗、李采君、李毓君、柯燕婷、許芳菁、許雅雯、程筠、林冠品（2016）。男同志向父母現身支心理歷程。弘光學報，**77**，61-79。
- 陳詩婷（2014）。在愛裡悠遊雙性戀者伴侶互動經驗與婚姻態度之敘說〔未出版之碩士論文〕。嘉義大學輔導與諮商學系。
- 陳凱軍（2008）。從「櫃父母」到「同運」行動者：同志父母的出櫃歷程〔未出版之碩士論文〕。國立高雄師範大學性別教育研究所。
- 陳麒文（2012）。丈夫出櫃：異性戀妻子的婚姻經驗與因應策略〔未出版之碩士論文〕。高雄醫學大學性別研究所。
- 黃玲蘭（2005）。從「同性戀認同歷程」談女同志的現身壓力與因應策略。元培學報，**12**，33-51。
- 黃惠蓮（2020）。女同志軍人出櫃經驗之探究〔未出版之碩士論文〕。國防大學政治作戰學院心理及社會工作學系。
- 畢恆達（2003）。男同性戀與父母：現身的考量、策略、時機與後果。女學學誌：婦女與性別研究，**15**，37-78。
- 劉安真（2017）。同志伴侶關係與諮商



- 。輔導與諮商學報，39（1），19-38。
- 駱芳美（2017）。勇敢當自己！？—大
學教師課堂「出櫃」的探討。輔導
與諮商學報，39（1），39-66。
- 廖綉玉（2019）。「同性戀者有義務出
櫃！」臺灣彩虹老將祁家威：同志
要先自我認同，方能被社會接納。
風傳媒。https://www.storm.mg/
article/1274134
- 廖翊庭（2018）。臺灣同性婚姻釋憲案
過後同志伴侶家庭圖像轉變之研究
〔未出版之碩士論文〕。銘傳大學
諮商與工商心理學系。
- 盧睿亭（2018）。異性婚男同志向其所
組家庭出櫃歷程之敘事研究〔未出
版之碩士論文〕。國立臺灣師範大
學教育心理與輔導學系。
- 鍾寧（2019）。教育圈看不見的彩虹—
國小女同志教師在職場不出櫃的歷
程敘事探究〔未出版之碩士論文〕
。嘉義大學教育學系。
- 謝秋芳、趙淑珠（2016）。跨性別者現
身前後與家人互動之變化歷程。中
華輔導與諮商學報，45，1-32。
- 顧燕翎、王瑞香、林津如、范情、張小
虹、黃淑玲、莊子秀、鄭至慧、鄭
美里、劉毓秀（2019）。女性主義
理論與流變（完整修訂版）。貓頭
鷹。
- Foster, A. B., Eklund, A., Brewster, M. E.,
Walker, A. D., & Candon, E. (2019).
Personal agency disavowed: Identity
construction in asexual women of color.
*Psychology of Sexual Orientation and
Gender Diversity, 6*(2), 127-137.
https://doi.org/10.1037/sgd0000310
- Aranda, F., Matthews, A. K., Hughes, T. L.,
Muramatsu, N., Wilsnack, S. C.,
Johnson, T. P., & Riley, B. B. (2015).
Coming out in color: Racial/ethnic
differences in the relationship between
level of sexual identity disclosure and
depression among lesbians. *Cultural
Diversity and Ethnic Minority
Psychology, 21*(2), 247-257. https://doi.
org/10.1037/a0037644
- Barefoot, K. N., Smalley, K. B., & Warren, J.
C. (2017). A quantitative comparison of
the health-care disclosure experiences
of rural and nonrural lesbians. *Stigma
and Health, 2*(3), 195-207. https://doi.
org/10.1037/sah0000052
- Breshears, D., & Lubbe-De Beer, C. (2014).
A qualitative analysis of adult children's
advice for parents coming out to their
children. *Professional Psychology:
Research and Practice, 45*(4), 231-238.
https://doi.org/10.1037/a0035520
- Consedine, N. S., Sabag-Cohen, S., &
Krivoshkevova, Y. S. (2007). Ethnic,
gender, and socioeconomic differences
in young adults' self-disclosure: Who
discloses what and to whom? *Cultural
Diversity and Ethnic Minority
Psychology, 13*(3), 254-263. https://doi.
org/10.1037/1099-9809.13.3.254
- D'Augelli, A. R., Hershberger, S. L., &
Pilkington, N. W. (1998). Lesbian, gay,
and bisexual youth and their families:
Disclosure of sexual orientation and its
consequences. *American Journal of
Orthopsychiatry, 68*(3), 361-371.
https://doi.org/10.1037/h0080345
- Eaton, A. A., & Rios, D. (2017). Social
challenges faced by queer Latino
college men: Navigating negative
responses to coming out in a double
minority sample of emerging adults.
*Cultural Diversity and Ethnic Minority
Psychology, 23*(4), 457-467. https://doi.
org/10.1037/cdp0000134



- Forenza, B. (2017). Exploring the affirmative role of gay icons in coming out. *Psychology of Popular Media Culture, 6*(4), 338-347. <https://doi.org/10.1037/ppm0000117>
- Galupo, M. P., Mitchell, R. C., & Davis, K. S. (2015). Sexual minority self-identification: Multiple identities and complexity. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 2*(4), 355-364. <https://doi.org/10.1037/sgd0000131>
- Griffith, K. H., & Hebl, M. R. (2002). The disclosure dilemma for gay men and lesbians: "Coming out" at work. *Journal of Applied Psychology, 87*(6), 1191-1199. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.87.6.1191>
- Goldberg, A. E., Ross, L. E., Manley, M. H., & Mohr, J. J. (2017). Male-partnered sexual minority women: Sexual identity disclosure to health care providers during the perinatal period. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 4*(1), 105-114. <https://doi.org/10.1037/sgd0000215>
- Henderson, M. G. (1998). Disclosure of sexual orientation: Comments from a parental perspective. *American Journal of Orthopsychiatry, 68*(3), 372-375. <https://doi.org/10.1037/h0080346>
- Huang, J., Chen, E. C., & Ponterotto, J. G. (2016). Heterosexual Chinese Americans' experiences of their lesbian and gay sibling's coming out. *Asian American Journal of Psychology, 7*(3), 147-158. <https://doi.org/10.1037/aap0000051>
- Kleiman, S., Spanierman, L. B., & Smith, N. G. (2015). Translating oppression: Understanding how sexual minority status is associated with White men's racial attitudes. *Psychology of Men & Masculinity, 16*(4), 404-415. <https://doi.org/10.1037/a0038797>
- McKay, T. R., & Watson, R. J. (2020). Gender expansive youth disclosure and mental health: Clinical implications of gender identity disclosure. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 7*(1), 66-75. <https://doi.org/10.1037/sgd0000354>
- Miller, C. A., Biskupiak, A., & Kushalnagar, P. (2019). Deaf LGBTQ patients' disclosure of sexual orientation and gender identity to health care providers. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 6*(2), 194-203. <https://doi.org/10.1037/sgd0000319>
- Miller, R. A., Wynn, R. D., & Webb, K. W. (2019). "This really interesting juggling act" : How university students manage disability/queer identity disclosure and visibility. *Journal of Diversity in Higher Education, 12*(4), 307-318. <https://doi.org/10.1037/dhe0000083>
- Mohr, J. J., & Fassinger, R. E. (2003). Self-acceptance and self-disclosure of sexual orientation in lesbian, gay, and bisexual adults: An attachment perspective. *Journal of Counseling Psychology, 50*(4), 482-495. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.50.4.482>
- Ragins, B. R., Singh, R., & Cornwell, J. M. (2007). Making the invisible visible: Fear and disclosure of sexual orientation at work. *Journal of Applied Psychology, 92*(4), 1103-1118. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.4.1103>
- Riggle, E. D. B., Rostosky, S. S., Black, W. W., & Rosenkrantz, D. E. (2017).



- Outness, concealment, and authenticity: Associations with LGB individuals' psychological distress and well-being. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 4(1), 54-62. <https://doi.org/10.1037/sgd0000202>
- Savin-Williams, R. C., & Ream, G. L. (2003). Sex variations in the disclosure to parents of same-sex attractions. *Journal of Family Psychology*, 17(3), 429-438. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.17.3.429>
- Schrimshaw, E. W., Siegel, K., Downing, M. J., Jr., & Parsons, J. T. (2013). Disclosure and concealment of sexual orientation and the mental health of non-gay-identified, behaviorally bisexual men. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 81(1), 141-153. <https://doi.org/10.1037/a0031272>
- Willoughby, B. L. B., Malik, N. M., & Lindahl, K. M. (2006). Parental reactions to their sons' sexual orientation disclosures: The roles of family cohesion, adaptability, and parenting style. *Psychology of Men & Masculinity*, 7(1), 14-26. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.7.1.14>
- Yeung, N. C. Y., Mak, W. W. S., & Cheung, L. K. L. (2016). Sexual identity and its disclosure as moderators between norms of heterosexual self-presentation and well-being among Hong Kong Chinese men. *Psychology of Men & Masculinity*, 17(2), 165-176. <https://doi.org/10.1037/men0000011>