

杏靈月刊

發行人：石慶得
主 編：徐元佑
編 輯：劉秋蘭
期 數：1012-2
發行日期：102 年 6 月

本次主題：

雌雄莫辨－談「性別認同與跨性別」

杏靈月刊是大華科技大學-學務處諮商輔導中心專為校內教職員所創立的心靈刊物，內容主要關於青少年的教育議題，供您參閱，亦歡迎教職員踴躍投稿。若有任何疑問或意見，歡迎師長們與我們聯繫，以作為未來改進的方向。

活動報報：

期末導師會議暨輔導知能研習

題目：校園霸凌及因應

講師：楊淑貞 諮商心理師(寬心自在心理所 執行長)

時間：7月2日(二)13:00~17:00

地點：圖資中心2樓-會議廳

投稿信箱：mingchin@tust.edu.tw

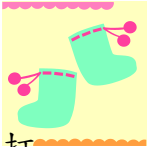
電話：03-5927700 分機2331

地點：大華科技大學學務處諮商輔導中心綜二館一樓

基因及性染色體讓我們有了「男人」與「女人」的分別，但就是人類世界的全貌嗎？你想過，還有另一種人存在於「灰色地帶」的嗎？

購物專家利菁--在 20 歲那年，向父親坦承有性別認同困擾，經過雙方溝通後，父親同意她進行變性手術，由出生時生理男性，變成真正的女人。

她說自己就像一雙腳套在不對的鞋子裡面，一套就是 20 年，這是一件非常痛苦的事。利菁說出自己選擇當「女性」是她無怨無悔的決定，經過這個人生轉捩點，對於未來充滿著希望。



南韓藝人河莉秀--雖然生為男兒身，但他從小就認為自己是女孩，喜歡打扮成女孩的樣子，而且特別喜歡唱歌跳舞！終於在他 19 歲那年，先後在日本和韓國完成了變性手術，如願以償地「亞當變夏娃」。之後短短幾年間，更成為廣告、樂壇及電影界的新寵兒。

「變身」確實為河莉秀帶來重大的改變，堪稱人生的轉折點。並於 2007 年於首爾與鄭英鎮舉行了盛大的婚禮。證婚人為 1995 年為河莉秀進行變性手術的東亞大學醫學院教授金碩權。

伊林名模劉薰愛--170 公分、身材高瘦、笑容甜美，外表看來是個漂亮女生。但高中時期的「他」開始不顧同學眼光穿女生的百褶裙上學；為了躲避教官檢查，他每天翻牆進學校，就因為他把自己當女生，也跟著女同學一起上女廁。直到 18 歲決定進行變性手術，成為一個真正的女人。劉薰愛坦言，現在過得比以前更開心！

這三位藝人你一定不陌生；對於他們從「他」變成「她」的故事，你一定也略知一二。但他們的故事拼貼出人生圖像的另一種可能，除了「男」與「女」，世界上還有一種跨性別的族群。儘管性染色體給了他們生理性別，然而他們卻覺得自己被裝錯身體，不計千辛萬苦想要變回心理所認同的性別。

究竟他（她）們怎麼了??

什麼是「性別認同」、「性別認同障礙 (Gender Identity Disorder)」?

什麼又是「跨性別族群 (transgender)」?

性別認同

性別認同通常是指一個人對於自己性別的認知、或性別角色的認同，這認同並不完全建立在生理性別上。

兒童約兩歲就會有性別認同的概念，依據外在特徵來判定男性或女性，6-7歲時會進入性別恆定階段，由接納生理性別、扮演社會性別角色，到心理和生理性別一致。進入青春期後，隨著第二性徵發育與性別差異的意識浮現，雖然會出現短暫的迷惑、困擾或是企圖隱藏性徵等（例如：刻意讓發育的胸部不明顯），但多半仍可在適應期中順利度過，並完成性別認同的階段性任務。

性別認同障礙（Gender Identity Disorder，亦可簡稱GID）

性別認同障礙是心理學家及精神科醫生採用的病理學詞彙，是指心理上強烈地無法認同與接受天生具有的性別，堅信自己應該屬於另一個性別。如：身體是男生，但性別認同是女生；或是身體是女的，但性別認同卻是男的。「裝錯身體的靈魂」是他們最常用的自我形容。

性別認同障礙者也有程度上的不同，輕者可能只是偶爾感到不快樂，並不想改變什麼。但，他們有的強烈的不認同與生俱來的性別，造成心理上的困擾，他們經常做相對性別的打扮，如男生喜歡穿著女生的衣服、及打扮；女生喜歡穿著男生衣服。他們對於自己生理上的第二性徵都感到厭惡，甚至希望從身上消失。

「跨性別族群」(transgender)

性別認同障礙者有些人在成年之後可能持續將自己視為另一性別，甚至施打荷爾蒙或期待藉由醫學上性別重建手術，來改變自己的生理性別，就如同文章一開始所介紹的三位藝人。

而跨越性別的兩個方向：

從女性跨越成為男性的人，Female-to-Male（簡稱 FtM）；

從男性跨越成為女性的人，Male-to-Female（簡稱 MtF）

Q：他們是同性戀嗎？

同性戀沒有「性別認同」上的困擾，他們認同自己的生理性別，只是在成長的過程中發現自己受同性所吸引，愛戀或慾望投注對象的「性取向」是以相同性別的人為主。

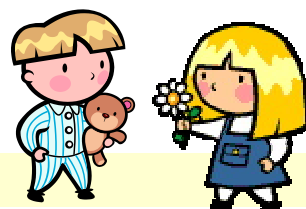
Q：他們是變裝癖嗎？

變裝癖者（cross dressing 簡稱 CD）他們只是想體驗、探索體內異性特質的感覺，在穿上異性服裝後有快感及放鬆的感覺。他們認同自己與生俱來的性別，大多數變裝癖者都是異性戀者，而且很多都已婚。

「跨性別」的成因

目前醫界對於性別認同的成因，提出多種理論，有：「個人心理」、「生理因素（遺傳基因、性荷爾蒙、內分泌等）」、「社會文化因素（家庭教養、早年經驗等）」都有可能。

但，截至目前為止，並沒有充足的證據可以針對「跨性別者」，做出一致性且確定的解釋。但目前普遍的共同的看法是，「跨性別者」都是在懂事之前就有此困擾，他們自己也不知道為何會有這個困擾。



跨性別者有哪些社會適應問題？

試著想像一下，如果你一覺醒來，發現自己的身體的性別改變了，原是男的變成了女，原是女的變成了男，你會有甚麼感受？

「驚訝、恐懼、不知所措，甚至會感到厭惡、噁心。」

「這種不合常理的恐怖事件，怎麼會發生在自己身上！！」

跨性別者他們可能在青少年階段就經歷這樣的痛苦，就因性別認同不一致而有性別混淆與性別不安。

「恐慌自己明明是男生，但是為什麼老是羨慕女生能穿裙子？！」

「為什麼明明是女生，卻對自己第二性徵的發育感到無比厭惡...」

在這樣的慌恐與不安下，因而籠罩在絕望感中。無法接納自己、孤立、壓抑、負向看待自己。有的會過度自我保護，在人際的社交上處於低調、保守、距離與退縮，影響學業和在學生活無法和平常人一樣，如避免體育課、團體分組報告、社團或需要過夜的團體活動。

他們有較高比例陷入憂鬱症並有自殺企圖；而在求學階段，也常成為被霸凌的對象。若沒有家人與朋友的接納與支持，許多悲劇也因此釀成。

近年來相關的社會新聞

2002 年美國加州少年艾洛喬在一場派對中，著女裝、化名出現，在場卻遭男性懷疑性別並被帶進廁所驗明正身，後來被發現被棄屍在山腳。艾洛喬自 14 歲時向家人表明自己的性別認同障礙，從此都以女性裝扮生活。家族中幾乎沒有人想要接受這樣的「她」。最後在艾洛喬入殮當天，家人為他上女裝，並在墓碑上刻上他為自己取的女名 Gwen。

2000 年 4 月 20 日葉永誌在下課前五分鐘提前離開教室去上廁所，後來被發現倒臥血泊中，送醫後仍不治過世。

根據葉永誌的母親陳君汝描述，葉永誌自小「太女性化」，「很喜歡玩扮家家酒的遊戲，玩煮菜的玩具」。國中時也因為他的性別氣質而遭同學欺負，例如曾被幾位同學強行脫下褲子「驗明正身」。儘管他曾向學校反應，但是情況並未改善，以至於葉永誌被迫以四種方式如廁：提早幾分鐘下課、找要好的男同學陪同、上課鐘響後使用女生廁所，以及使用教職員廁所等。

2008 年 8 月，宇皓自殺（FTM）。〈皓日專線啟動 傾聽跨性別心事〉「20 歲出頭的宇皓自殺身亡，遺願只有穿男裝下葬、牌位寫自取的名字『宇皓』，家人卻堅持讓他穿女裝、用女性化本名。連宇皓的遺照，家人也選用一張看來較女性化、還鋪上粉紅底色的照片。」

以上這幾則讓人怵目驚心社會案件，都訴說著跨性別者生理與心理日夜且長期的煎熬。以及面對父母的不認同、不諒解，在學校或者工作環境中也會因為談吐、穿著（因與生理性別不符）而受到同儕排擠。

面對性別認同困擾者～我們可以怎麼做？

☺「性別認同摸索階段」的青少年：

1. 首先，切勿過度驚慌或亂貼標籤（如：染上愛滋病等），批評與責難只會給他們更大壓力，再加上青春期的叛逆，會讓性別認同更艱難。
2. 試著讓自己採取開放的態度、同理接納與不預設立場，協助他們一起面對，而這樣的過程通常是需要同理陪伴與等候。
3. 尋求專業的協助及諮詢，如：心理諮商、跨性別團體，以獲得正確訊息及專業的陪伴。

☺「性別認同或性取向已較為明確」的青少年時：

1. 需要協助並陪伴青少年渡過秘密被揭開的擔憂與適應難關。
2. 協助化解家庭中連帶引發的危機感或緊張衝突，以持續維持家庭結構運作。
3. 可藉由專業人員意見，提供家人訊息及管道（如：同志成長團體等），並考慮安排家庭治療來協助雙向溝通。



☺面對家長：

1. 提醒父母親無須自責或懊惱。絕不是父母親在孩子童年時做錯什麼？不夠關心…等等才害他變這樣。
2. 澄清不合理的期待，如期待醫療「可以把他變回？」。目前學界已瞭解到性別認同與性取向很難改變。
3. 鼓勵父母親採取開放、接納的態度面對這些青少年，因為他們在外容易飽受社會輿論壓力與折磨，有較高的機會面臨同儕不友善的言語，甚至會有被霸凌的情形。這時候若有家人的關心與陪伴，將有助於他們渡過這身心交瘁的時期。
4. 提醒父母，有性別認同困擾者有較高比例陷入憂鬱症並有自殺企圖。家人的諒解與陪伴是他們往前的動力。
5. 尋求醫療及心理諮商，但治療主要在於協助他（她）以自己所認同的性別或性取向適應生活，調適其心理與社會壓力所引發的情緒反應，而不是改變他們的同性戀性向或是企圖更換「腦袋」來迎合生理性別。

（以上摘自亞東紀念醫院-亞東院訊蔡佳姮心理師）

若你有性別認同上的困擾～可以怎麼做？

- ☺尋求可信賴的同儕或師長的陪伴，不要一個人孤單面對與承受。
- ☺尋求專業且正確的資訊，如：跨性別諮詢專線，以獲得正確訊息及專業的陪伴。避免似是而非的觀念，及不合理的擔心與焦慮。
- ☺心理諮詢：幫助青少年自我接納，「性別認同」及「性取向」都是『我』這個人的一部份，若能接受自己的各面，正向看待自己是一完整、複雜又獨特的個體，也較容易以健康且積極的方式認同自己，並達到較為適應良好的狀況。

我們也可以爭取：

- ☺性別平等之友善環境：鼓勵設置「性別友善廁所」，近年來在美國、瑞典、泰國甚至國內的世新大學於 2011 年 9 月設立的「性別友善廁所」，入口處張貼男女並存的圖示，廁所內有小便斗、蹲式與坐式馬桶並存。期望讓各種性別、跨性別的師生都能輕鬆自在的使用。



接納多元性別，讓生命更有力量！！！！

「跨性別者」在社會上的能見度已慢慢提升，從報章雜誌、傳播媒體中，可看見其努力活出自我、融入社會的故事。但這些過程中，承載了多少的辛酸與屈辱是一般大眾難以理解的。

期待藉由以上的介紹，讓我們瞭解「性別」的多元的面貌，以包容、尊重的態度來跨越性別的刻板印象，營造一個尊重多元的性別無障礙的生活環境。

資源分享

一、跨性別諮詢專線（Transgender Hotline）

皓日專線 02-2264-0478

服務時間：每週三 19:00 至 22:00

二、台灣 TG 蝶園，是台灣第一個跨性別民間組織，定期出版社論，也多次舉辦演講，為的是讓台灣大眾了解到底什麼是跨性別者。

網址：<http://www.facebook.com/tg.taiwan/info> .

三、相關影音、書籍

◆片名：美麗拳王

◆劇情介紹：

本片根據泰拳冠軍龍唐的真實事蹟改編而成。龍唐為了生計加入泰拳的行列，沒想到他越打越順手，場場的勝利讓他逐漸成為知名的泰國拳擊手。

不過在龍唐內心渴望變成女人的慾望卻越來越強烈；偶然的機會中，龍唐化妝被教練發現，教練不但沒斥責他，甚至鼓勵他化妝上場。龍唐因為累積的勝場以及化妝上擂台而成為全泰國最有名的拳擊手。

真實人物龍唐已經變性成功成為女人。他說：我經歷了許多悲傷和痛苦，直到今天我才對我的性別感到特別開心。

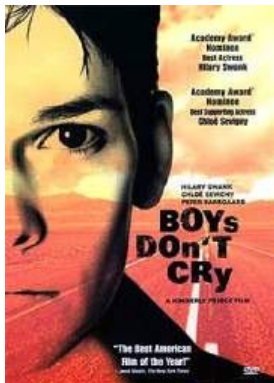


◆片名：男孩別哭 boys don't cry

◆劇情介紹：

本片根據真人真事改編，敘述一個女生 Teena Brandon 從小無法認同自己的性別，她很早就知道自己是困在女性身軀的男生，所以她期待真正變成男生的那一天。長大後遠赴他鄉工作，以男孩子、新的身份（自稱為 Brandon Teena）生活，開始存錢準備性別重製手術的費用。

在打敗競爭者贏得女友芳香後，卻因身份被發現，而被男性友人施以身體暴力並性侵害，引發一連串的悲劇。

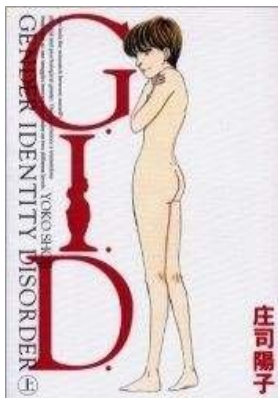


◆書名：G.I.D 跨越性別之路

◆作者：庄司陽子

◆冊數：2 冊

故事人物天堂贊子(贊)從小就覺得自己是男生，對於自己是女生感到非常的厭惡，當自己的生理期來的時候，給自己的打擊甚大，感覺自己的身體背叛了自己的心。贊子(贊)決定找回真正的自己，接受治療。





◆書名：她是我哥哥

◆作者：茱莉·安·彼得絲 (Julie Anne Peters)

◆出版社：貓巴士

在這個故事中，哥哥立連擁有女性的靈魂，卻困於男性的軀殼之中，為了父親（同時也是一般社會價值觀）的期待，大部分的時候，他只能壓抑自己，扮演眾人眼中的「立連」，偶爾才能偷偷當那個真正的女性自我一如月。然而，「她」開始一步一步褪去偽裝，揭露自我...

使立連（如月）勇於追求這一切的最大動力，就是妹妹莉安，她理解、陪伴、並幫助他（她），很單純地只為一「她是我哥哥」

◆書名：我是男校畢業的女生

◆作者：椿姬彩菜 (Ayana Tsubaki)

◆出版社：三采



她，是一位優秀的女大學生，也是日本流行雜誌的人氣模特兒。但沒有人能夠相信，「她」來到這世界時的身分，竟然是個「男生」！

一個男生的身體裡，住著一個女生的靈魂.....。以這樣矛盾的身心一日一日生活著的她，承受著常人難以想像的嚴酷考驗：家人的決裂、戀情的苦惱、社會的偏見、關乎性命的手術...

「他」不畏艱難地努力，選擇勇敢地面對，以「她」的女性樣貌，重新啟動自己的人生！