

當你的孩子是同志

撰文：提拉米蘇老師



斷背山、藍色大門、刻在你心底的名字...等同志電影，以及同志大遊行，或是 2019 年 5 月 24 日施行的同性婚姻專法《司法院釋字第 748 號解釋施行法》，這些活動、法規議題，好像都與我們無關？但是，如果有一天，你／妳發現自己的孩子喜歡同性或不同性別裝扮時，你／妳可能會驚恐？擔心？自責？有諸多複雜的情緒一湧而上？身為家長可以如何面對呢？

過去社會以同性戀一詞稱呼同志，現今台灣社會都使用同志一詞，同志是 LGBT 族群的泛稱，為女同性戀者（Lesbian）、男同性戀者（Gay）、雙性戀者（Bisexual）與跨性別者（Transgender）四類族群，可以說，同志是性別的少數族群，在性傾向與性別認同上與社會上多數的異性戀（喜歡不同性別者）及順性別（認同自己的出生生理性別者）不同。

真相衝擊下的情緒反應過程

Savin-Williams 與 Dubé（1998）認為父母面對孩子出櫃，產生的悲傷反應有震驚、否認與感到孤立、憤怒、協商、沮喪，以及接受等六階段性反應。也

就是說，當父母在沒有準備的情況之下，發現自己的孩子是同志時，令人感到震驚與錯愕；另外也可能否認，想要找出同志的原因，找醫生、尋求方法，認為同志可以治療，孩子不可能是同志，一定是哪裡搞錯了；接著開始生氣，懷疑自己做錯什麼？為什麼沒有早一點發現，怪天、怪地、怪自己，對孩子產生矛盾的情緒和罪惡感；當知道性傾向不能夠矯正時，便出現沮喪、失落的心情，消極面對孩子、減少社交，覺得人生沒有意義價值；經歷一段低落的情緒之後，有的父母會逐漸接受孩子是同志的事實，開始調整生活。

因人而異的情緒反應與可能原因

記者莊安華曾整理出二位同志母親不同的情緒反應，第一位母親的反應是震驚與自責，認為自己失職，讓兒子獨自承受「隱藏同志身分」的壓力；第二位母親則表現出否認的情緒，不接受兒子是同志的事實、不敢告訴配偶，沮喪哭泣足足有半年之久。而筆者曾在櫃父母系列影片之中，看到一位張爸爸分享發現女兒是同志的心路歷程，曾經希望女兒變回異性戀，致使關係降到冰點，張爸爸當時出現心痛、生氣的情緒，直到向外求助，才轉而接納孩子。由此可見，情緒反應因人而異，卻也反映出父母投注希望在孩子身上，而孩子不符合期待的失落感；以及孩子的同志傾向，可能挑戰父母的傳統社會價值觀，例如，普遍存在的異性戀社會價值、對於性別角色的刻板印象、傳宗接代的觀念，以及華人的面子文化等。

同志與父母皆承受污名與偏見的情緒壓力

除了傳統觀念難以改變之外，社會污名化同志，將之與變態、淫亂和愛滋病連結，不僅使同志者本身飽受異樣眼光，連帶同志父母也可能承擔污名的情緒壓力。雖然美國精神病醫學會於 1973 年將同志從精神病中除名，認定同志和異性戀各自都是正常的性傾向；現今社會提倡多元文化、尊重個別差異，但仍有些人對同志的認識，停留在男／女性別二分的刻板印象，對同志始終抱持偏見和負面態度，使得父母知道自己的孩子是同志時，承受多重的壓力。

情緒調適與知識學習

這些壓力的情緒反應，大約需要一至三年的時間調適，才能逐漸由負向變

為正向。除了依賴時間調適，也要搭配知識學習。根據 2017 蓋洛普調查，顯示美國同志人口破千萬，2018 年日本廣告公司「電通」調查發現 LGBT 族群的人口比例約有 8.9%，略升於 2015 年 7.6%，可見全球同志人口的上升趨勢。那麼要如何幫助這些同志者的父母，渡過痛苦的情緒呢？學者認為需要學習和處理同志議題的知識與經驗，才能促進父母與同志孩子的相互瞭解與接納。整理歸納幾點建議如下，提供同志者的父母參考：

（一）調適自己的情緒：得知孩子是同志時的負面情緒，都是正常的，可做幾次深呼吸，幫助身體放鬆，可以靜坐冥想或書寫，把心情寫下來，有助於調適情緒。

（二）增進自我察覺：面對事實，檢視自己對同志議題的態度、探討其意義，重新認識自己，才能逐漸擁有平靜的心靈。

（三）勇敢求助：找信任的親友談談，或是尋求專業助人者、同志者父母諮詢專線的協助。

（四）傾聽孩子、增進親子互動：傳遞友善的態度，聽聽孩子的聲音、了解孩子的需求、認識孩子的伴侶，相信孩子可以好好過生活。

（五）破除迷思、拒絕歧視與性別平等教育的學習：破除同志是不正常、性傾向可以改變的迷思；勇於拒絕歧視、挺身維護同志者的公平權。學習相關知識，了解同志與異性戀都是自然、健康的情感形式；以及接受同志伴侶與異性戀伴侶的家庭撫養長大的孩子，在身心、人際、性傾向等並無差異的事實。

（六）關懷類似經驗的父母：加入同志者父母的支持性團體，幫助其他同志者父母，除了協助他人，也是表達對孩子的認同。

用愛與尊重的態度，接納我們的孩子

接納孩子是同志的過程，並不容易；然而，不妨試著問自己：難道孩子是同志，人生就失去色彩嗎？看看公開現身的同志，如《超級星光大道 2》出道的戴安娜；吳季剛和蔡康永的父母等人，他們經過了解與接納的過程，透過愛與尊重，理解愛孩子，是愛他／她這個人，不因為性傾向，而影響對孩子的愛，我們可以說：當愛不再徘徊，彩虹將在不遠處。

參考資料

- 留佩萱 (2017)。小孩是同志，我該怎麼辦？*人本教育札記*，201701，331 期
(頁 30-34)。取自 <https://www.pubu.com.tw/online-reader/86471?isBookbuffet=true>
- 張國珍 (2004)。男同志父母壓力來源、調適歷程與社會支持之研究。樹德科技大學人類性學研究所碩士論文，高雄市。取自
<https://hdl.handle.net/11296/yz85tt>
- 莊安華 (2018)。我的孩子是同志，怎麼辦？*康健雜誌*，234 期。取自
<https://www.commonhealth.com.tw/article/77207>
- 莊瑞君 (2009)。徘徊得與失之間：女同志向家人現身的歷程。國立屏東教育大學心理輔導教育研究所碩士論文，屏東縣。取自
<https://hdl.handle.net/11296/5ydb6>
- 詹如玉 (2019)。近 8 成日本民眾贊成同婚合法化，同婚憲法訴訟最快 2 月登場。*風傳媒*。取自 <https://today.line.me/tw/v2/article/Njg1LG>
- 趙淑珠、郭麗安、劉安真 (2008)。認識同志教育資源手冊。臺北市：教育部。
社團法人台灣同志諮詢熱線協會 (常見的同志友善資源網頁查詢)
<http://hotline.org.tw/services/89>
- Sid Weng (2017)。蓋洛普調查：美同性戀人口首破千萬，千禧世代達 7.3%。*The New Lens* 關鍵評論。取自 <https://www.thenewslens.com/article/59376>
- Savin-Williams, R., & Dube, E. M. (1998) . Parental reactions to their child's disclosure of a gay/ lesbian identity. (cover story) . *Family Relations*, 47 (1) , 7-13.