

# 「在荊棘中邁向真實自我」：跨性別女性向父母現身之歷程研究\*

宋宥賢

國立政治大學  
教育學院

陳思帆

長榮大學  
健康心理學系

鑑於現今輔導諮商人員對跨性別族群的瞭解有限，甚至在與其工作的歷程中深感困難。為了能提供跨性別族群所須協助，首先得對其有充足的理解，尤其是向父母現身之議題。對此，本研究以質性訪談深入理解 16 位跨性別女性（年齡範圍為 23 至 45 歲；平均 28.94 歲）向父母現身之經驗，如現身意義、可能困境、及相關因應等，以建構其向父母現身之歷程模式。透過紮根理論分析，結果顯示，此現身歷程分為五階段：猶豫期、自我展現與反覆試探期、現身期、關係震盪過渡期、接納期。現身意義與促進順利現身要素催化著跨性別女性現身歷程的推進，並支撐著其因應現身伴隨的相關挑戰。本研究結果有助深化對跨性別女性現身經驗之理解，並可供輔導諮商人員相關參酌。

**關鍵詞：**因應策略、現身困境、性別認同、現身歷程、跨性別女性

---

\* 1. 通訊作者：宋宥賢，[sung6306@gmail.com](mailto:sung6306@gmail.com)。

2. 本研究感謝所有研究參與者提供的寶貴機會，以讓研究者能進一步理解其生命經驗；同時也感謝審查委員與主編群在文章修改歷程中給予的指教及建議，以讓本文更臻完善。

「跨性別」泛指那些性別呈現是不同於社會對其原生性別如男性或女性之傳統、理想規範的個體，通常包含女跨男（跨性別男性；transmen or FtM）、男跨女（跨性別女性；transwomen or MtF）、雙性者、變裝者；換句話說，跨性別者是已經或正經歷賀爾蒙治療或手術以重新建構其身體成另一性別者，或是非長久跨越傳統性別界線者（Hines, 2006）。多數跨性別者掙扎於自我性別認同、性傾向，加上其不服膺社會對性別的框架，常遭受來自他人的歧視與不諒解（Galupo et al., 2014; McCann & Brown, 2017）。如一項美國調查發現，於 6,456 位跨性別參與者中，高達 63% 跨性別者曾經歷過因嚴重歧視行為而導致的失業、生理暴力、非法監禁、無家可歸、拒絕提供醫療服務、校園或職場霸凌、或關係破裂等問題（Grant et al., 2011）。而這在華人世界也有相似發現（Winter et al., 2008）。林芸萱（2015）便指出，因傳統榮辱觀的影響，人們有愛面子、重視觀感等通俗表現，故可能避開那些表現不符社會期待的個體，像是跨性別者。甚至人們可能將這類個體視為讓個人與家族蒙羞的來源（Yang et al., 2007）。而跨性別等多元性別族群生活在如此歧視、偏見、忽略等少數族群壓力中（minority stress）（Meyer, 2015; Meyer & Frost, 2013），容易導致較多負向身心問題，如較高自殺意念與行動、低生活滿意度、焦慮與憂鬱狀況、低自尊、藥物濫用等（James et al., 2016; Tabaac et al., 2018）；甚至，這也對其行為造成影響，像是一項針對男同性戀進行的研究便發現，從傳統父權社會中複製的性別刻板，為影響其做出性侵害行為的重要因素之一（黃軍義、許得洋，2020）。就此，助人工作者如何協助跨性別者發展性別認同、促進社會適應、構築友善環境與網絡等便為重要須關注的議題（O'Hara et al., 2013）。

相較於異性戀者，跨性別等多元性別族群更早覺察到自身性傾向與性別認同，更期望尋求他人的支持與認同（Jones & Hillier, 2013）。尤其，「現身」，即向他人告知、揭露、展現自我身分、性傾向、性別認同、乃至身體改造的歷程（Lev, 2004），亦被跨性別者視為是生命歷程中接受自身認同、促進自我整合、甚至是與社會締結連結、以及重塑發展軌跡之里程碑（Brumbaugh-Johnson & Hull, 2019）。現身一詞，相較出櫃，更貼近跨性別狀況（謝秋芳，2014；Lev, 2004），因跨性別者揭露身分的內涵與其他多元性別族群並不相同，如同性戀族群可決定是否出櫃揭示性傾向，但跨性別族群的現身卻常是顯而易見，且牽涉層面更廣，如裝扮與行為表徵改變、性別認同揭露等，較難隱身於「衣櫃」中。現身為一持續、可能須終生頑強對抗且不斷協商的複雜歷程（Han, 2001）。跨性別者期望透過「現身」來尋求親友、乃至社會的接納與支持，以活得更為真實；反之，刻意隱藏自我性別認同、甚至被他人不以所期望的性別方式對待時，可能引發焦慮、心理壓力、憂鬱等（McLemore, 2015）。由此可見，現身對於跨性別者，如跨性別女性的身心發展應具重要性。

在這些幫助跨性別者建構認同與適應之社會支持中，家庭支持尤為重要（Carastathis et al., 2017）。根據生態系統論觀點（Bronfenbrenner, 1994），家庭為影響個體發展的重要微系統，在家庭中個體學習如何與他人及世界連結，並發展情感關係。其中，父母尤為個體之重要依附對象，彼此關係互動深深影響個體之自我認同與社會網絡發展（Olson et al., 2016），甚至是情緒狀態（王櫻芬，2020）。特別對於多元性別的年輕人，父母的親密感以及支持，像是支持其性別認同與展現、幫助其尋求醫療與社會服務、甚至向外提倡多元性別概念等（Birnkrant & Przeworski, 2017; Weinhardt et al., 2019），皆是其身心發展與復原力建構之關鍵（Carastathis et al., 2017）。這有助緩衝憂鬱與壓力狀況、以及如藥物濫用等風險行為（Ryan et al., 2010; Seibel et al., 2018; Weinhardt et al., 2019）。反之，父母對其現身的拒絕與否認卻可能對多元性別族群之身心福祉產生負向影響（Ryan et al., 2010），導致更多負向自我認同（Schmitz & Tyler, 2018）。值得關注的是，往往多元性別族群向父母的「現身」，可能對彼此關係造成影響，甚至改變家庭動力（Bethea & McCollum, 2013）。父母多會掙扎於跨性別者的性別認同與性別過渡（Lev, 2004），甚至經驗到模糊性失落感（Coolhar et al., 2018）；而對跨性別者而言，其也對如何向父母現身感到困難、擔憂（Bethea & McCollum, 2013; Lev, 2004）。就此，相關輔導諮商專業人員如何陪伴跨性別者如跨性別女性向父母現身，對於促進其身心福祉與社會支持甚為重要。

可議的是，一項臺灣的調查以 414 位男女同性戀者為研究對象，發現僅有 35% 參與者曾經尋求心理諮商的資源協助，而未尋求協助的主要因素為「不認為心理師真的能幫助我的問題」、「心理師不見得理解」等（陳彤昫，2014）。同志狀況尚且如此，更遑論對多元性別族群中更小眾且議題更為複雜的跨性別群體有更完整的理解。誠如研究顯示，輔導諮商人員普遍對跨性別族群的瞭解有限，甚至在與其工作的歷程中常感困難（Bornstein et al., 2006; Owen-Pugh & Baines, 2014）。對此，

有鑑於輔導諮商人員須具備與多元性別族群工作的能力已相繼被許多專業學會與學者提倡、鼓勵（如姜兆眉，2017；American Psychological Association, 2015）；相關研究也指出，助人工作者具備與多元性別族群相關的知識、對其相關社會議題有所覺察、能同理與開放地討論相關經驗，這三項是影響諮商成效的關鍵因素（高智龍、賴念華，2016）。就此，為能提供跨性別族群如跨性別女性所須協助，首先得對其有充足理解，尤其是可能被視為之重要議題，即向父母現身，比方如何現身、整體歷程樣貌、可能碰上的困境與挑戰、如何因應、促進順利現身的可能關鍵等。

然現今研究多在探究跨性別族群的身心狀況、醫療服務、或是生活經驗，相關研究指出，反觀在幫助相關專業人員、個體以及家庭去理解與因應跨性別的揭露、現身與性別過渡歷程上，則較少實徵研究聚焦（Bethea & McCollum, 2013; Coolhart et al., 2018）。再者，跨性別者的認同經驗較具獨特性，可能不宜過度地用其他多元性別族群的經驗詮釋或類推至其狀況（Bethea & McCollum, 2013; Dargie et al., 2014）。如跨性別女性的認同所牽涉的不僅是性傾向，也包含生心理性別、外表裝扮、行為表徵等，而這整體性改變可能帶來更多挑戰，誠如研究顯示，社會對其之態度較負向且接受度較低（吳家儀等人，2021；Fisher et al., 2017; Wang-Jones et al., 2018）；換言之，其可能遭受更多且更程度的性別少數族群壓力源。甚至，其也可能面臨一些與生理性別相關問題如兵役、無法生育、外貌壓力等，抑或掙扎於自身需求與傳統社會對生理男性的期待中，像是男子氣概展現、傳宗接代、照顧家庭等。就此，鑒於上述，加上參與本研究之對象皆為跨性別女性等原因，本研究便透過質性研究取徑，深入探究跨性別女性向父母現身之具體經驗與歷程。

## 文獻探討

### （一）跨性別的認同與現身經驗

跨性別族群在其發展歷程中，主要面臨兩項困難任務：個人性地探索與承認自我性別認同、公眾地承認與揭露自身性別認同（Bethea & McCollum, 2013）。這從自我探索、認同發展，進而走向現身及自我整合是一涉及生心理轉變之長時間歷程（Lev, 2004），歷程中常牽涉醫療、外觀改變、挑戰社會常規等問題，並衍生許多挑戰（Levitt & Ippolito, 2014），如 Meyer 提出的少數群體壓力模式（minority stress model）便指出，社會中與性別相關的壓力源如性別歧視、偏見、刻板印象、拒絕、跨性別恐懼等（transphobia），皆會負向地影響跨性別者的整體健康與身心福祉（Meyer, 2015; Meyer et al., 2013）。進而，也影響了其健康服務的獲取與使用（McCann & Brown, 2017）。相較於公眾場合，家庭更可能係跨性別者易暴露身分的空間，也是最感到侷限的地方（何春蕤，2002），而當身分曝光時，上述壓力源便可能顯現在家庭中，像是家庭對跨性別者的偏見（family-based stigma）（Parker et al., 2018），產生家庭拒絕、歧視等狀況，這同樣對其身心或甚至是自我探索造成影響（何春蕤，2002；Ryan et al., 2010）。

然相較起其他多元性別族群，目前僅為數不多的研究將焦點放在跨性別族群的認同發展及現身經驗上（Bethea & McCollum, 2013）。像是 Norwood（2012）的研究指出，跨性別者在其生命歷程中，會努力達成其生理性別與性別生活經驗（gender lived experience）上的一致性。Dickey 等人（2012）認為這包含兩種層次，一為社會過渡、二為醫療過渡。前者是姓名、代稱、性別認同文件、衣著選擇、面容、髮型、使用姿勢與聲音等改變，這常見於兒童與青少年中；後者則是透過醫療手術、賀爾蒙治療等方式來改變性別。這些過渡改變會促成一認同上的發展、轉變，並影響其與他人的關係（Norwood, 2012）。Devor（2004）的研究則藉由訪談上百名已進行變性手術的跨性別者，包含跨性別男性與女性者，建構出跨性別者，尤其是變性慾者（transsexuality）的認同形成理論，共分十四個階段：1. 持續的焦慮；2. 對生理性別的認同混淆；3. 與生理性別進行認同比較；4. 發現及探索變性／跨性別；5. 對變性慾／跨性別的認同感到混淆；6. 與變性慾／跨性別的認同進行比較；7. 容忍變性慾／跨性別的認同；8. 接納自己為變性慾者／跨性別者前產生認同延宕；9. 對自己為變性慾者／跨性別者之認同接納；10. 轉變前的延宕；11. 轉變；12. 接納轉變後的性別與認同；13. 自我整合；14. 自豪。Devor 指出此模式不一定符合所有跨性別者的認同經驗，每個個體所經歷的階段與快慢速度皆不一。至於 Lev（2004）則透過與跨性別者工作的實務經驗以及文獻檢閱，發展出跨性別者現身模式，這包含六階段：1. 覺察—覺察自我內在差異及與他人間的差異，這可能引發負向身

心影響或對性別認同混淆；2. 蒐集資訊一開始尋找與跨性別者有關訊息，深化自我覺察；3. 向重要他人揭露—嘗試揭露自我真實身分，但同時對此擔憂，害怕被拒絕或忽略，而當他人回應反覆不定時，亦可能陷入負向情緒；4. 探索：認同與自我標籤—開始探索與確認自我認同以及未來可能的轉變，進而自我接納；5. 探索：轉變議題／身體改造—開始增加性別表現及決定變性，然並非所有跨性別者都會選擇性別重置手術；6. 整合—將自我整合至新的身分認同。Lev (2004) 也指出跨性別者可能在上述階段中反覆來回，而相關因素如種族、文化差異、信仰、居住環境、社會價值等可能會對其現身歷程造成影響。對此，Bethea 與 McCollum (2013) 亦有相似發現，即跨性別者的現身為奠基在其與周遭環境關係上持續進行的一系列決定。在國內，謝秋芳 (2014) 的研究則具體探究三位跨性別者向家人現身的互動歷程，在跨性別女性方面，這歷程從覺察自我跨性別認同與需求開始推進，然因歷程中缺乏友善的資訊，使其在性別探索過程中經歷到混淆、痛苦與疑惑，後經不斷的探索與確認，進而嘗試現身，但現身後仍是一段性別認同確認、自我接納的歷程，歷程中可能反覆現身來展現自我並確認認同，最終以達自我整合。該作者亦指出，跨性別者可能在這現身歷程中來回游移，並需他人認同與支持來建構自我認同；至於家人方面，其理解跨性別者方式則是漸進的，其可能反覆對跨性別者的現身否認、迴避，並經歷到內外在此的掙扎與衝突、甚至感到混淆，而彼此互動也可能因未竟事務隨時改變。然隨著更多覺察與調適，最終其仍走向深入理解，就此，家人的整體應對亦從僵化趨向彈性。

此外，也有少數研究聚焦跨性別者現身的廣泛經驗，如 Maguen 等人 (2007) 調查 157 位跨性別者的主要現身對象，發現配偶或朋友為其最先自我揭露的對象，其次才是家人如手足與母親，主要因後者為重要認同來源、照顧者或共同生活者，其更擔心揭露後的關係動盪，故須有所準備。再者，Bethea 與 McCollum (2013) 則探究跨性別現身牽涉的相關議題，其發現跨性別現身主要是因其得誠實面對真實自我、尋求自由感、一種身分正名的寬慰感等。

綜此，雖有少數研究聚焦跨性別族群的現身議題，但仍存相關限制。如 Lev (2004) 發展的模式，多是奠基於過往實務工作經驗，而非實徵研究，且是較簡要、廣泛性、綜括性地陳述跨性別者向他人現身的經驗，較少聚焦特定跨性別者如跨性別女性的現身狀況做討論，甚至在跨性別者向父母現身歷程之具體脈絡與訊息釐清上，如現身動力與意義、可能困境、父母的回應、以及如何因應等也較少著墨；至於謝秋芳 (2014) 的研究則以兩位跨性別男性及其母親為訪談對象，這可能存有資料豐厚度不足、在提供廣泛性解釋上有限等問題；此外，該研究也將跨性別者的性別認同發展納入討論，這可能壓縮對向父母現身相關經驗的瞭解。就此，鑑於特定跨性別者的主觀經驗仍需被細緻探究及理解 (Hendricks & Testa, 2012; Olson et al., 2016)，本研究便奠基在更多研究對象的實徵資料，深入釐清跨性別女性向父母現身的相關經驗與脈絡。

## (二) 跨性別者與父母之互動經驗

現今較多研究已關注到家庭如何面對跨性別者現身。多半家庭成員較難接受跨性別者的現身，尤其對於父母而言，更可能經驗到模糊性失落 (ambiguous loss)，即未明確失去某個家庭成員，但仍感到憂傷，這可能係跨性別者外表、溝通行為、彼此關係、家庭角色等轉變、對其期待的落空等因導致 (Norwood, 2012)。然 Coolhart 等人 (2018) 也發現，父母仍可能發展出相關策略因應這模糊性失落，如挑戰自我對性別的界線、將孩子視為首要等。但值得關注的是，Norwood (2012) 指出，跨性別者的父母不一定能給予無條件的支持與愛，因其會掙扎於是否遵從社會刻板印象、信仰、以及個人信念下的家庭關係、角色、責任義務等，而這是與跨性別者的性別過渡相衝突。相關研究也進一步發現父母面對跨性別孩子現身存有反應上的差異，即父親傾向情緒截斷如沉默與情緒隔離、母親則會偏向涉入更多情感，並過度擔憂與哀傷孩子的處境 (謝秋芳, 2014; Wren, 2002)。

現今較少研究單純聚焦在父母面對跨性別現身的相關歷程，而是廣泛地探討家庭成員的經驗。如 Lev (2004) 奠基在實務工作經驗，發展了跨性別家庭現身模式 (family emergence model)，揭示家庭系統在面對跨性別者現身時可能經歷的身心反應與互動，包含四階段，即 1. 跨性別者的揭露／家人的發現—跨性別者的現身感到震驚、被背叛、困惑等情緒；2. 關係動盪—跨性別現身引起衝突與壓力，導致關係轉變，其可能迴避或易受波動，甚至掙扎與擔憂雙方的未來，此時，家人也可能選邊站，形成對立；3. 彼此協商—當認清此議題的不可逆，家庭開始討論可能面臨的挑戰，並

決定如何面對其轉變，甚至嘗試接受性別多元的真實，並軟化個人規範與信念；4. 尋找平衡—彼此的秘密逐漸減少，家庭也不再陷入動盪、混亂、或有協商差異的需求，其較能平等地對待跨性別者，並恢復正常生活。謝秋芳（2014）則透過三對跨性別者（兩位跨性別女性、一位跨性別男性）與其家人（如母親與手足）之對偶研究，探索家人在面對跨性別者現身時的互動與調適歷程，其發現跨性別現身後，家人可能經歷混亂、衝突、迴避，這背後存有複雜情緒及恐懼感，致使彼此關係持續對立。後續則進入自我調整階段，即當家人願意正視跨性別者的需要、看見其成長與改變、投注更多關心、甚至表達對其安危的擔憂，跨性別者也會因此而改變互動模式、緩解對立關係，最終家人趨向接納。值得關注的是，這整體歷程具變動性，會受跨性別者的決定、家人自身與社會脈絡因素所影響，家人也可能因價值衝擊、掙扎、擔憂，而在接納與抗拒的歷程中反覆游移（謝秋芳，2014）。此外，在調適歷程中，彼此的策略因應也在調適結果上扮演重要角色，如面對現身，跨性別者透過提供資訊、抗爭、心理戰、先斬後奏、討論、價值辯證等方式與家人溝通，以期自身需求被理解、身分被認同，甚至獲取相關社會支持（如友伴、多元性別相關組織或團體、專業心理與醫療資源等）以緩衝現身衍生的壓力，而家人則可能透過勸導、迴避、同理等策略因應，以表達對其之擔憂（謝秋芳，2014；謝秋芳等人，2013；謝秋芳、趙淑珠，2016）。對此，這與少數壓力模式相呼應，即個體之因應策略以及相關復原力因素如社群連結、社會支持等，有助跨性別者降低性別相關壓力源帶來的負向影響（Meyer, 2015）。相關研究同樣顯示，這可促進跨性別者與父母、家人間的溝通（Bonifacio & Rosenthal, 2015），甚至鞏固其在困境中認同的持續發展（Riggle et al., 2011）。

可議的是，雖上述歷程模式呈現了家人面對跨性別者現身之相關經驗，但仍存些限制，如家人涵蓋層面較廣，像是手足、父母、祖父母等，其對跨性別者的意義、彼此間的關係與互動型態、甚至其脈絡背景可能存有差異；再者，這些模式多奠基在少量跨性別者觀點或工作經驗反思而成；此外，對於現身相關脈絡像是如何順利現身、現身意義與動力等部分釐清有限；甚至，這些模式也較偏向綜括性討論跨性別者的狀況，然能否提供更細緻觀點以理解「父母」面對「跨性別女性」現身之相關回應，仍待進一步釐清。

### （三）研究問題與目的

鑒於上述研究缺口，以及研究對象招募狀況，本研究便聚焦跨性別女性，透過質性研究取徑，深入釐清其向父母現身之相關經驗，藉以建構出一歷程模式，並具體呈現各階段可能樣貌，進而帶來學理與實務應用之貢獻。對此，本研究探究以下三個問題：

1. 跨性別女性向父母現身的歷程與經驗為何？
2. 跨性別女性如何因應向父母現身所帶來的影響？
3. 促進跨性別女性順利向父母現身之可能因素？

## 方法

### （一）研究參與者

本研究透過立意取樣與滾雪球取樣招募研究參與者。招募條件為：1. 自我性別認同為跨性別者，正經歷或已完成前述 Dickey 等人（2012）所定義的社會過渡或醫療過渡者；2. 曾向父母現身，即向其正式告知、討論，並展現自身性別認同者。本研究招募方法如下：1. 於一些跨性別的網路社群（如臉書、line 群組、論壇）發布研究資訊（如研究目的、程序、受試者權益、招募條件、聯繫方式等）以招募潛在參與者；2. 透過電子郵件、電話與社群媒體與認識的潛在參與者聯繫，以確認其參與意願；3. 懇請參與者協助邀請更多潛在參與者加入研究。總計共 16 位跨性別女性參與訪談（年齡範圍為 23 至 45 歲；平均 28.94 歲；6 位居住在臺灣北部地區；6 位在中部地區；4 位在南部地區）；此外，訪談當下，其都已進入社會過渡歷程，甚至醫療過渡階段，如於身心會談評估歷程、賀爾蒙治療等；再者，受訪者皆有向父母現身的經驗，現身時間從就讀大學至工作階段皆有。總計，共 24 份訪談稿被收集，因一些參與者接受兩輪訪談以更清楚瞭解其現身歷程。參與者背景資訊詳見表 1。

**表 1**  
受訪者背景一覽

受訪者代碼	暱稱	年齡	居住地區	接受訪談次數
A	小雨	25	臺灣北部	2 次
B	廣姐	45	臺灣北部	2 次
C	娜娜	27	臺灣中部	1 次
D	小魚	30	臺灣北部	2 次
E	裸姐	25	臺灣南部	1 次
F	香香	26	臺灣南部	2 次
G	桂花糕	31	臺灣中部	1 次
H	阿怎	23	臺灣北部	2 次
I	MOMO	28	臺灣北部	1 次
J	Shero	33	臺灣中部	1 次
K	小恬	27	臺灣中部	1 次
L	海浪	26	臺灣北部	2 次
M	甜心	30	臺灣中部	1 次
N	阿玄	27	臺灣中部	1 次
O	小逸	28	臺灣南部	2 次
P	Fiona	32	臺灣南部	2 次

## (二) 研究工具

本研究採用半結構式訪談收集資料，共發展兩份訪談大綱。第一份是基於相關研究如跨性別生活困境與適應（如 Galupo et al., 2014; McCann & Brown, 2017）、與家人互動及現身經驗（如謝秋芳、趙淑珠，2016；Devor, 2004; Lev, 2004; Norwood, 2012）所建構。後續，初訪一位參與者來精進訪談大綱，並為後續正式訪談預備。相關修改包含：從性別認同發展談起，能更進入參與者脈絡；聚焦探究現身意義，這可能支持現身歷程推進。修改後的訪談大綱用於第一輪資料收集，如下：

1. 您是如何看待自身性別認同？自身性別認同發展歷程、相關經驗為何？
2. 您如何思考向父母現身這件事？現身對您的意義？
3. 請您分享向父母現身的歷程。當初現身的情境？想法與感受？
4. 現身後，您的生活有什麼改變？父母如何看待您的現身？
5. 您如何因應現身後的影響？歷程中考量或展現了什麼，使現身更順利？
6. 此時此刻您如何看待這段現身歷程？

經初步資料分析後發現，仍有些資料不清楚待釐清，對此，本研究發展了第二份訪談大綱進行第二輪資料收集，以精進研究結果。內容包含：

1. 什麼動力支持您在現身歷程中碰到困境仍持續前進？
2. 這些您採用的因應策略有何意義與影響？
3. 您如何看待友伴與手足在現身歷程中扮演的角色？

## (三) 研究程序

本研究程序包含下述兩步驟：

### 1. 初訪與正式訪談

在完成研究參與者招募後，初訪了一位參與者，以精進訪談大綱，這資料未納入後續分析。於

每次正式訪談前，研究者皆告知參與者知情同意相關資訊（如研究目的、程序、資料收集與保密、受訪者權益、後續資料處理等），同時提醒訪談會透過錄音筆與手札紀錄，以利語言與非語言訊息被如實描述。值得關注的是，在知情同意部分，尤重研究倫理以保障受訪者權益，除強調資料的保存方法與期限外，相關資訊亦如實傳達，如訪談資料會採匿名方式處理，不透露一切有關個人資訊；資料僅作為研究使用，非有他途；受訪者在參與研究歷程中若有任何理由皆有權停止參與研究並銷毀資料；若受訪者因本研究而有任何引起身心不適或創傷等情形，研究者可提供相關心理專業單位資訊或協助轉介，以獲進一步幫助等。受訪者可決定訪談地點，多是隱密的咖啡廳包廂、或受訪者／研究者工作地點的隱密空間、諮商室等。訪談時間介於 120 至 180 分鐘，共兩輪資料收集被實施。訪談歷程中，研究者亦保持尊重、同理的態度，並根據受訪者脈絡提供適切回應，同時也留意受訪者狀態與情緒，以保障其權益。關於資料收集，在第一輪收集後期，參與者的描述已逐漸重複，似乎資料已飽和，故經研究者間討論後，決定在訪談完第 16 位參與者後停止訪談。在完成初次資料分析後，雖已辨識大致現身歷程架構，但尚有不明確的議題待釐清，如現身動力與意義、友伴與手足在現身歷程中的角色、因應策略採取的考量等。因此，實施理論抽樣（即第二輪訪談）以澄清上述內涵。對此，經聯繫第一輪參與者後，共八位參與者願意接受再訪。而在訪談六位後，發現資料大致已被澄清、少有新觀點顯現，即資料趨於飽和，故在訪談完八位參與者後便停止資料收集。綜此，共收集 24 份訪談稿。

## 2. 資料處理與分析

研究者將這些錄音檔轉騰為逐字稿，後進行資料編碼及分析。關於編碼，第一組數碼為英文字，即受訪者編號，從 A 至 P（請見表 1）；第二組數碼為數字，即出自該受訪者逐字稿中的第幾段描述。關於資料分析，由本研究主要研究者（即第一作者）與一位偕同分析者一同負責。研究者獲有教育心理博士學位，大學與碩士階段亦就讀國內輔導諮商系所；偕同分析者同樣畢業於國內輔導諮商系所（大學與碩士層級）。兩位分析者皆修習過諮商、質性研究、多元文化與性別諮商等專業課程，並具備質性研究執行、分析與發表等經驗。兩位分析者在資料收集與分析過程皆進行自我反思（self-reflection）（Cope, 2014），以檢視主觀意識對研究結果產生的可能影響，進而促進研究結果更趨受訪者真實。

研究者因過往專業訓練曾聚焦跨性別者族群進行深究，加上與跨性別女性友人的互動，故對其相關脈絡，像是處境、性別認同發展歷程、以及成長背景中傳統社會價值可能的壓迫、甚至需求與調適等議題有一定程度理解。關於向父母「現身」與否，就研究者觀點，這對多元性別族群來說，有許多因素得考量，如父母接受度、彼此關係基礎、互動型態、自身條件（像是準備度、需求、認同發展）等；甚至對跨性別族群而言，可能須更縝密的思慮，因外表裝扮、性別與身分的轉變，對父母都可能帶來更大衝擊，並經歷到模糊性失落的議題。就此，並非所有跨性別族群決定向父母現身。然就文獻梳理以及與友人的互動發現，向父母揭示自身狀況以獲得其理解與認同，對跨性別者的身心發展、適應、甚至彼此關係互動而言，似具有意義，故這雖如一道坎，若有機會，其仍可能嘗試跨越。綜此，研究者並未抱持著現身為必經歷程的想法，而是以開放、好奇的角度，探究為何一些跨性別女性有意願向父母現身，這考量、歷程經驗、意義，甚至可能的因應為何等；換言之，研究者仍抱持著社會真實乃多元主觀建構觀點，故對其現身歷程未有既定想像，而是期望透過深入理解受訪者的觀點與真實建構，以刻劃出對其現身意義與歷程的理解。

其他反思如下：資料收集主由研究者負責，因具有諮商、性別教育背景，較能進入受訪者脈絡並建構關係，以讓受訪者更自在分享；甚至，透過探問技巧，也更細緻理解受訪者經驗。然也因諮商訓練緣故，較易涉入受訪者情感，並偏重其弱勢層面，而對其現身歷程中的因應能力與能动性較少聚焦。就此，透過這些反思，以在研究歷程中時時提醒自我，避免主觀意識過度涉入；另外，也嘗試於第二輪訪談更聚焦上述面向探究，以對跨性別現身歷程有更完整理解。再者，研究者與偕同分析者雖對跨性別女性有基礎理解，然因未有相似的性別認同，故較難設身處地理解其狀況，對其議題掌握度仍需提升；對此，兩位分析者也透過加入跨性別者網路社群、與跨性別友人有更多互動、甚至定期閱讀相關文獻等來瞭解其脈絡，以在分析歷程中更貼近受訪者經驗，豐厚分析內涵。

關於偕同分析，最初，兩位分析者先針對 20% 資料獨立編碼（即 5 份逐字稿）。Kappa's alpha

被計算以確認分析的評分者一致性信度 (Silverman, 2015)，這 20% 資料的評分者一致性信度介於 .63 至 .85，即好的一致性信度 (Fleiss, 1981)，故歸結出的編碼表可用於後續編碼工作。接續，分析者各自獨立完成編碼工作，並定期討論編碼狀況，以促進編碼一致 (Silverman, 2015)。最終，全部資料的評分者一致性信度介於 .67 至 .88，即好的一致性信度 (Fleiss, 1981)。

本研究採紮根理論 (grounded theory) (Strauss & Corbin, 2007) 進行資料分析 (請見表 2)，因其具有具體且系統性的分析步驟，有助資料間比較、歸納、精煉，進而能細緻釐清跨性別女性向父母現身經驗；此外，紮根理論可提供歷程性分析，透過紮根於資料，並重視資料中呈現一段時間內結構條件與行動／互動間的對應狀況、關聯性、彼此互動狀況，像是行動／互動如何演進以回應情境脈絡的改變等，經由這些相互組合，以助捕捉生活中某歷程及現象的複雜性，進而建構用以詮釋此歷程現象之理論模式 (Strauss & Corbin, 2007)，如現身歷程。然這建構的理論模式並非為最終點、最完善之詮釋、甚至並非普遍的真理，其需被視為一個瞭解某歷程與現象的觀點，其仍可能因情境脈絡改變、新的資料收集，而被不斷微調及修正 (Glaser, 1998)。故本研究在結果呈現上，雖嘗試梳理出跨性別女性向父母現身之整體經驗與樣貌，但仍保留可能的個別差異與多元，如被迫現身的可能，甚至在結果詮釋上也盡可能保持彈性，以提供未來與此對話、調整的空間。

此外，本研究分別在質性研究的可信度 (credibility)、可轉移性 (transferability)、可靠性 (dependability)、與可驗證性 (confirmability)，採取以下策略以強化研究結果的值得信賴度 (trustworthiness) (Merriam, 2002)。

(1) 可信度 (credibility)：於資料收集與分析歷程，研究者定期邀請同僚進行討論 (peer debriefing)，並針對分析結果的豐厚程度、嚴謹度、與受訪者脈絡符合性等提供回饋 (Cooper et al., 1997)；(2) 可轉移性 (transferability)：盡可能地清楚呈現研究結果，並適切引用受訪者的相關描述，以利研究結果具可轉移性；(3) 可靠性 (dependability)：清楚描述研究方法、程序、資料收集與分析等資訊，以透明化研究資料與結果取得歷程；(4) 可驗證性 (confirmability)：採用自我反思 (Cope, 2014) 及參與者檢核 (member check) (Birt et al., 2016) 以達可驗證性。參與者檢核讓受訪者檢閱研究詮釋結果，並邀請其提供回饋，以利研究結果更符應受訪者的脈絡與意涵 (Birt et al., 2016)。如多數受訪者雖認同初步分析結果，但仍有一些表示部分研究結果須進一步闡明，例如須將現身動力與意義內涵描述更為細緻、補充跨性別女性及其父母可能遭受的社會壓力等，這些回饋也與研究者初步分析部分結果相符，因此，研究者決定進行第二輪訪談。分析結果再次寄予受訪者群，並收到多數受訪者回覆表示認同對初步分析的結果補充、以及同意最終分析結果貼近所認知的跨性別女性現身脈絡及經驗。

表 2  
本研究紮根理論分析步驟與舉例說明

分析技術／步驟	內涵	舉例說明
沉浸閱讀 immersive reading	反覆聆聽錄音檔並閱讀所有文本，以對整體內容有基本理解及印象。	初步閱讀所有文本，以形塑對文本的基本印象與重點，如現身經驗、現身歷程、現身意涵、父母回應、因應與調適等。
開放性編碼 open coding	對文本中有意義的單元 (詞語、句子或整個段落) 進行初始編碼，並透過概念間的不斷比較與融合，以整合出更高階段的類別與次類別。	如受訪者提及「……又想到說可能對方接納度不高，或是對我的態度會有轉變……」，這背後具有不受接納的概念，而反覆在文本中發現相似內容並做標示，形成重要的碼「擔心現身後不受接納」，這又與其他概念相近的碼如「擔心關係破裂」、「不知如何適切應對」等整合成更高階類別——「猶豫期」，這顯示猶豫期的樣態多有對現身的擔憂而影響行動。

(續下頁)



**表 1**  
名詞學習範例說明（續）

分析技術／步驟	內涵	舉例說明
主軸編碼 axial coding	建構類別間的連結，並整合以提出一暫時性的理論架構。	如上述類別與其他類別「自我展現與反覆試探期」、「現身」、「關係震盪過渡期」、「接納」等具共通性，即皆關於「現身歷程與經驗」。每一階段亦呈現跨性別女性在歷程中的脈絡、行動與結果。而「促發現身動力」及「順遂現身因素」以及「面對挑戰的因應策略」亦可能與現身歷程及經驗相關聯，即細緻化了跨性別女性現身之內外在動力以及因應調適。就此，透過整合，一跨性別女性現身之暫時性理論架構被提出。
選擇性編碼 selective coding	辨識出核心類目，並驗證這理論架構與資料間的關係，以精進此架構。	透過資料來回比較、對照、以及討論檢核，核心類目「跨性別現身歷程」被辨識出，此連結著現身前狀態、現身歷程與經驗、現身困境與因應、以及順遂現身要素等；現身前可能存有顧慮，然現身動力促發跨性別者規劃現身，雖現身歷程可能存有阻礙，但現身動力仍支持跨性別者在動盪中前進，並發展出相關策略回應，而順遂要素亦促進跨性別現身。此為紮根於本研究資料之跨性別女性現身歷程樣貌。
理論抽樣 theoretical sampling	理論抽樣可釐清分析結果中模糊、不清楚概念之多元面向，進而深化理論架構的具體性。	如初步資料分析發現現身動力與現身歷程及困境應對間的關係仍模糊，故透過理論抽樣（即第二輪訪談）來確認其中關係，以完整現身歷程模式。

## 結果

以下將分兩個面向陳述：一、跨性別現身歷程，此包含現身前狀態、現身經驗與歷程，其中亦呈現各現身歷程樣態與對可能現身困境的因應；以及二、順利現身的催化要素。就此，以構築對跨性別女性向父母現身歷程的理解。

### （一）跨性別現身前狀態

#### 1. 性別認同發展與釐清

本研究跨性別受訪者主要為已在工作的跨性別女性，並在經濟與生活上獨立。其回憶起當初向父母現身前，也是經過一段長時間的性別認同釐清歷程。幾乎全數受訪者皆表示性別認同發展並非一帆風順，反而是一佈滿荊棘的歷程。幼稚園、小學時，經自身與和他人的觀察比較，發現內在性別、氣質、外在行為表徵等傾向女性，然隨著成長，性別角色的社會規範開始對其限制、束縛，這顯現於家人、同儕、教師對其行為表現之糾正、排斥、與性別認同的漠視，使得其產生認同的混淆、困惑，甚至嘗試表現得更符應社會對其性別角色的期待，這段期間約在小學開始至高中時期。但因對女性的性別認同原屬本質，雖行為上有壓抑，內心卻受本質驅動，並隨個體愈趨成熟、自主意識發展、外在資源等影響，逐漸整合與釐清自我性別認同，即認同自己應為生心理女性，這約發展在大學階段。隨性別認同發展愈加明確與穩定，個體亦可能在外在裝扮、行為表徵有所轉變，甚至思考向家人現身的可能性、性別轉換等。

#### 2. 現身意義與動力

向父母現身、坦承自我性別認同、甚至是以自己悅納的樣貌展現，是一重大決定。跨性別女性願意面對現身可能伴隨的挑戰，背後多有動力支持，包含：

（1）正視問題並展現真實自我。受訪者認為現身是遲早的事，雖暫不現身可避免許多困擾，但終得正視性別認同的議題，以降低長久以來性別認同衝突、壓抑所帶來的內外在不適，藉以更真實地

展現自我，尤其是在重要他人即父母面前。

如小雨表示：「(現身)是一個真實想要成為的樣子，……你會不斷想說，你要朝什麼樣子發展。因為我自己就是女生……我不想再隱藏，想要很自在地做自己，擺脫掉那些壓力跟別人的看法。」(A-012)。

小恬則認為性別即人生，需在有生之年做有意義的事：「我以一個男孩子的方式出來時，我不管怎麼拍照，或別人怎麼稱讚，我都不開心也不滿意。直到後來用屬於我本來的型態出來後，稱讚才覺得是…心靈上面的平靜。…我希望在有限生命做一點有意義的事，就無憾了。」(K-024)。

(2) 自我挑戰以適應他者目光。現身是一種自我挑戰，挑戰自我能否以真實樣貌再次融入家庭生活、乃至社會，並適應其之眼光與回應。如阿怎指出：「……想要挑戰自己，希望自己不要再退縮，可以自在的面對很多不一樣的眼光。……我好像十幾年都在過爸媽期望的樣子，……當我確定我要這個(轉換性別)，但卻沒有努力，這不是很辜負自己。」(H-030)；Fiona 則認為：「和爸媽現身，就因為他們很重要，所以得考量很多，尤其台灣社會，對男生的期待更大我認為……當然會怕關係破裂啊……但我是把這當作一個……就是一個挑戰。說實話，畢竟在這社會上還有無數個挑戰，最終我們也得調適自己，適應別人怎麼看待你，若連爸媽這塊都過了，我都可以面對了，……，那其他人的評價似乎也都還好了。」(P-023)。

(3) 獲父母認同以臻圓滿。因對父母的重視及擔憂，父母往往為受訪者選擇較晚現身的對象。其選擇向父母現身亦是希望父母能瞭解、同理自身狀況、肯認真實的自我、並支持自身性別轉換的相關決定。此認同有別於友伴、手足、甚至伴侶的認同，其更趨向突破最後一道瓶頸、人生圓滿之感。

如海浪與 MOMO 表示：「要走這段路(性別轉換)，一定得得到家人支持。我覺得兩個(家人與朋友)都很重要，只是家人的支持是，你逃不開的，你最後還是要回家什麼的。……我覺得能夠跟家人講，算是一個里程碑吧。」(L-008)；「其實也是希望重要的人可以理解，像家人，……對我好像滿重要的事情，其實我每天都須要面對這些事情，雖然現身對我而言是有壓力的跟赤裸的，但是，讓重要的人看見自己，我覺得是重要的。……對我來講，家人是很重要的認同來源，然後我不想永遠逃避。」(I-040)。

## (二) 現身歷程與經驗

現身是一段歷程。就受訪者經驗，這可分作五階段：「猶豫期」、「自我展現與反覆試探期」、「現身」、「關係震盪過渡期」、「接納」。

### 1. 猶豫期：在做自己與暫不現身的舒適中擺盪

對於向父母現身，需考量的事太多，現身固然能帶來些什麼，但也可能伴隨困境與挑戰，而不現身雖帶給自己維持現狀的舒適，但似乎這無法讓自己更真實、更坦然做自己。這些皆讓所有受訪者感到猶豫，猶豫便是此階段最佳寫照。

具體而言，現身意義誠為一動力，促使跨性別女性開始思索如何妥適地向父母坦承自我性別認同，並以嶄新身分過生活。但現身是一個重大決定，一方面其有現身的需求，另一方面，仍對現身後的未知生活感到憂心，故讓其猶豫是否該走上現身這段旅程。值得關注的是，現身擔憂並不僅限於父母的回應，如擔憂愧對父母、擔憂父母反應，受訪者亦擔心現身後太過引人側目，不確定社會與周遭他人會如何回應、未來生活是否會碰到挑戰。

如娜娜具體形容對現身的擔憂：「……我必須講出來內心的渴望，但要跨出去那一步，又會往後再退，可能鼓起勇氣想講，又想到說可能對方接納度不高，或是對我的態度會有轉變，或是不想再面對關係上的破裂……就是很猶豫。」(C-040)。

小魚認為這種猶豫來自跨性別的現身影響更全面：「一個 gay 他從小就是扭扭捏捏這樣子的氣質，大家都習以為常了，可是 Transgender 卻不只是他的內在東西要出現，甚至他可能連外在都有改變，完全顛覆大家對他的印象。」(D-087)。

此外，跨性別者現身前的猶豫與焦慮亦會與自我狀態有關，如是否準備好因應他人回應、暫不現身所帶來的舒適、對自我的懷疑等。如小雨提及：「面對現身這重大的決定，我反而會懷疑自己，不知道是否能既顧到對方，又能講出我的需求，甚至不知道要用什麼方式面對對方，所以就卡在那了。」(A-062)。

這些擔憂與受訪者的現身需求相互拉扯，使其陷入兩難，然此時相關資源的支持，如親友、專業資源等，以及自身背後現身意義為一驅動力，驅使受訪者思索各種現身的可能，故其仍在這煩惱中嘗試下一步，即自我展現與反覆試探。

## 2. 自我展現與反覆試探期：彼此間的攻防

現身並非一蹴可及，因現身意味著用真實樣貌展開新的生活，這對跨性別女性、甚至是父母、家人都可能帶來衝擊，故需有所調適。為利現身順利，本研究所有受訪者皆認為在向父母正式現身前，需步步試探以瞭解其對現身的態度、同時也讓其習慣可能的轉變。這是逐漸做自我、展現性別認同的歷程。然過程中父母的反應也會影響跨性別女性的行動展現及後續回應，這猶如彼此間在跨性別議題上展開了一陣攻防。

具體而言，跨性別女性可能會擔憂父母反應，而盡可能在其面前表現得符合原生性別形象，即便有些跨性別者因賀爾蒙治療而在外觀上逐漸有轉變，也是如此。但開始逐步試探後，通常跨性別會嘗試在父母、家人面前逐漸改變外在裝扮與容貌成中性、女性向，或是幽微地讓其知道自己傾向的裝扮，或不這麼刻意隱瞞自身外觀轉變。如阿怎分享其透過轉變外在裝扮，以試探父母可能反應：「他們覺得我的穿著怎麼愈來愈女生，我爸媽就說，你怎麼那麼像女生，然後我就笑笑，他們也沒有多問什麼……我就先用 CD (變裝者) 的方式跟媽媽講：媽，我喜歡穿女生、中性的衣服，這比較舒服。……他們覺得我不要穿的太誇張就好。」(H-051)。

裸姐也有類似經驗：「我認為一定得一步步改變妝容，這樣比較讓他們習慣，從化妝、把頭髮放下來、除毛，然後開始穿一些中性的裝扮，到後來……才會穿胸罩這東西。像有一次胸罩穿回家，我就把它脫掉放在一個地方，…沒想到被她(媽媽)發現，她竟然跟我講說，你那個內衣要洗啊，很髒……，我覺得循序漸進有點奏效，不過過程中她也還是會叫我不要打扮太過頭！」(E-040)

跨性別女性亦可能透過其他方法來試探父母的態度，如開啟討論多元性別、性傾向的對話空間，給予一些多元性別觀念引導等。如甜心說：「我一直都有鋪陳，丟一些同志訊息給他們(父母)，小幅度、小幅度的鬆動。」(M-068)。

值得關注的是，跨性別女性可能會反覆經歷這歷程。若父母展現不友善、疑惑、拒絕，其可能又會退回猶豫狀況，懷疑往後生活是否為自己所期望的？思考著是否真的該現身？同時，也可能想著可以用如何怎樣方式來展現自我，試探並鬆動父母態度。即父母反應可能影響著跨性別者對自我的看法、以及相關認同之發展。如小雨所述：「當我一開始頭髮變得比較長，我爸媽就有反應了。那時候我的判斷是，沒有接納的態度，所以就覺得，應該是要一步一步來，用一個比喻，像是緩慢的割，不是一次就流血的割，反而接納性比較高。」(A-071)。

隨著逐步試探、現身意義的驅動，跨性別女性也愈趨現身。對此，對父母狀況的掌握度、以及自我現身的準備度，則是影響其是否現身之關鍵，即現身計畫是否細緻(如何時、何地、向誰現身、如何現身等)、是否能預期對方可能反應、能否適切因應與照顧對方情緒等。

## 3. 現身：將議題浮上檯面

現身，意味著跨性別認同這潛在議題浮上檯面、正式被討論與言明並不再隱藏。所有受訪之跨性別女性皆有此經驗。其多會挑選母親作為首要現身對象，因相較於父親，其認為與母親關係較佳、身為女性的母親可能對性別接納程度較高、情感與同理心較豐沛，較能理解與溝通等。除手足外，跨性別女性也期望母親成為一支持資源，作為與父親或其他家庭成員間溝通的橋樑。

現身的形式多元，受訪者多傾向情感導向的現身，用情感作為訴求，讓父母理解其生命故事、性別認同與期待等，以緩衝現身當下的情緒衝擊。此外，有些受訪者會期望現身時有支持的親友在旁陪同，以舒緩當下高壓氛圍、並催化父母接納。亦有受訪者選擇透過專業資源如精神科醫師、心理師來協助現身。不論方法為何，現身時堅定自我真實、讓父母清楚理解自身狀況，是跨性別女性

所重視的。

桂花糕與小魚分享當時現身狀況：「我用偏向情感的跟他們（父母）說我覺得我是女生，我從小就有這樣的認同，我也知道他們在擔心什麼，我留這樣的頭髮、這樣的個性、這樣的衣著出去外面，會找不到工作什麼的，但是你不要擔心，……同事跟上司們也都很接納我。」（G-092）

「我把我的伴侶、我的照片、還有我的生活讓她（媽媽）知道。我就跟她說，……其實我的生活非常精彩，……我有辦法從一個不敢出門、到敢出門、到留頭髮、到出去外面用女生的方式、身分去工作，那甚至連這樣子我都找到伴侶，我自己的人生已經完整了，不再是拼拼湊湊。我把我的歷程告訴她，也希望她知道，可以接納。」（D-069）。

阿怎則在專業資源協助下現身：「剛開始護士跟醫生都認為我是女生。我就跟醫師說我想做女生的想法。那時，我跟我媽媽都在裡面，後來我們兩個都有哭，精神科醫師就跟我媽媽說，我這樣是正常。對，她很震驚。」（H-072）。

就受訪者經驗，現身時父母多半也略知其性別認同，這可能來自對其成長歷程、日常生活的觀察。如海浪所言：「媽媽從小到大都看在眼裡，她會去提醒你你不應該這樣子，你應該要怎麼樣。」（L-081）。然現身不見得都能完全依照規劃進行，有時是非預期現身而措手不及。如有受訪者表示因性別認同障礙而有兵役提前退役需求，退役的評估需有三方會談即軍方、院方與家長等，歷程中便會讓父母知道孩子狀況，進而被迫現身；另也有受訪者因接受賀爾蒙治療，漸漸在身體外觀、容貌上有些微轉變，而父母也略知，故主動找其討論，進而被迫現身。

#### 4. 關係震盪過渡期：跨越後的來回震盪與調適，以向接納邁進

現身可能帶來衝擊並引發與父母間的關係震盪，這便引動跨性別女性的相關因應及調適，並嘗試在這反覆動盪中帶著父母往接納方向邁進。如此亦是現身後至接納間的一個過渡。共有約八成受訪者（13位）經歷此階段。

（1）關係的震盪。受訪者認為，現身後的挑戰往往在於父母與社會對跨性別女性的態度，即其性別認同與性別轉換是和父母自身價值、信念或信仰有所衝突，這背後可能乘載著社會對性別的束縛、以及對跨性別女性的混淆與汙名。

如娜娜指出，多數人會將跨性別與同志族群、愛滋畫上等號，這始於對跨性別女性的混淆與汙名：「他們（父母）會把跨性別跟性傾向連結在一起，然後，這社會對同志的想像，還有很多負面的部分。比方說愛滋病等等。」（C-049）。

MOMO提及社會對性別的束縛，也導致父親的不諒解：「在我爸的世界裡，只有男生跟女生的差別，我想多數人也這樣覺得，他們沒辦法想像我身體裡住著一個女生。」（I-073）。

此外，父母也會擔憂他人如何看待自己的孩子、甚至如何看待自己，即觀感問題。如香香分享自身經驗：「我媽她怕的是回去後怎麼面對我爸，怎麼面對我奶奶，怎麼面對整個村莊的人。」（F-123）；小逸也指出類似狀況：「比如說姑姑啊、阿姨來的時候，媽媽就會說你就還是做回原本的性別吧，人家看了比較不會不舒服，不會奇怪。比方扶輪社，我爸也不讓我參加了，他也不會帶我去他學校了，好像怕丟臉。」（O-060）。

再者，受訪者指出，對跨性別孩子未來生活的擔憂，亦為可能影響父母對其性別認同接納的因素。如其可能會面臨許多社會挑戰、擔憂其未來生活不符自我想像而有期待上的落空、甚至擔憂賀爾蒙治療、變性手術等對其身心健康造成之影響。如海浪分享其經驗：「他（爸爸）就問：你有沒有想過別人怎麼看待你？之後找工作順利嗎？如果你要考研究所，面試會不會遇到一些阻礙？我覺得他很難想像我未來的生活，因為他是被異性戀教育長大，這樣子成長、結婚、生小孩，所以他期待我也是這樣。但現在卻變了。」（L-106）。此外，受訪者提及，期待落空也包含傳宗接代這件事，其帶來的壓力尤其在跨性別女性身上更為明顯。MOMO與桂花糕說道：「畢竟是男生啊！尤其對那種家裡只有一個兒子的，更怕香火沒了，我們基地有一些就是碰到這壓力，和父母有拉扯，他們（父母）覺得就是一種期待落空，然後那壓力還會來自於更上一代，爺爺奶奶之類的，他們覺得也難交代，怕他們失望。」（I-133）；「我覺得台灣人難免還是會在意男生要香火延續、扛起照顧家庭責任這類事！當你跟他們（父母）說（現身）後，就好像他們這方面就沒辦法期待了，會讓你懷

疑自己是不是做錯了這件事（現身）……可能對那種大家庭觀念還是很重的，或是家裡只有一個男生的更是吧！就難處理親戚這方面的……詢問。」（G-095）。

這些顧慮與擔憂挑戰著父母與社會的既有價值信念，激發父母的不友善回應，以致破壞原有的關係平衡、使關係趨於動盪。如父母一時間難以接受，而否認、漠視其現身，甚至有所衝突。這也可能勾起跨性別女性的負向情緒如內疚與自我懷疑。像是小雨指出現身後的關係震盪：「當下講出來並沒有鬆一口氣，……壓力反而更大，因為對方的態度不是很好，所以我會想要修復這關係，試著想要導正對方對我的概念是回到比較好一點的方向，……但我家人（父母）有點不太理我，經過房間不敢進來。」（A-099）。

阿怎則分享現身後，母親尋求民間信仰支持，背後隱含著對其跨性別狀況的否認：「我媽某天突然跟我說要帶我去一間廟。我一剛開始進去，我就知道我媽的用意，因為那間廟有在幫人家驅邪收驚，在蘆洲吧，……我當下確實想知道神明的想法，如果弄一弄，我還是原本的樣子，那我就是跨性別。對，後來輪到我，然後乩童跟我說，神明說我安太歲沒有安好，補個儀式就OK了，我就更加確定我是跨性別。」（H-093）。

Shero則分享現身後，經歷一段母親對其狀況否認、漠視、刻意避談，而彼此互動僅止於寒暄的時期：「她（媽媽）一直覺得我們基督徒家庭，靠著她的禱告，我可能哪一天會變回去，對，但其實她一直也知道沒有辦法（變回男性的樣子），所以每次打電話給她，或是她打給我，她不會主動談這個，頂多是每天的寒暄，過得好不好，有沒有吃飯。」（J-080）。

（2）對震盪的因應。就此，如何面對與因應這些現身後的影響，對於跨性別女性自身與父母的身心狀況調適來說皆屬重要。在因應策略上，受訪者多運用以下策略，如策略一：細心釐清與溝通。現身後，父母對受訪者的疑問、擔憂、不諒解也可能隨之產生，如跨性別為何？為何要以此樣貌生活？性別轉換程序是什麼？危險性？以後生活怎麼辦？你的性向是什麼？怎麼面對親戚等？甚至有時父母亦對受訪者感到內疚、蒙羞、傷心、或氣憤等。這些狀況排山倒海而來，但受訪者多認為能做的仍是細心釐清與溝通，澄清其疑惑，並適時教育，同時伴隨時間讓其消化。如海浪提及：「她（媽媽）會覺得明明別人同性戀也是這樣，為甚麼你卻是這樣，所以我後來就跟她講，我發現自己的狀態不是同性戀，是跨性別，那我期待怎樣啊，其實我小時候就覺得自己是女生啊，然後什麼什麼……發生了哪些事情，我就會丟出來跟她講。」（L-112）。

小魚也提及自身經驗：「他們（父母）會思考自己在孩子成長過程中到底做錯什麼讓我的孩子變成這樣，甚至還會有一些擔心是，你這樣子會不會對你的生活等等造成影響，而我就是陪著她去疏通、澄清這些。」（D-083）。

策略二為隔離冷靜、轉移焦點以減緩尷尬與爭執，並預備因應。現身是一段長期歷程，除了溝通外，有時也須給予彼此時間沉澱反思，故受訪者多表示，面對此狀況，其傾向隔離冷靜，或轉移焦點，一方面減緩尷尬與爭執、緩和彼此情緒，一方面也進行觀察、並依此預備後續應對。如小雨回憶現身後彼此尷尬那段時期：「（現身後）我隔幾天有打電話，關心他們（父母）的狀態。困惑有，逃避也滿多的。但我當下沒有馬上回家，……因為回家對彼此都還滿尷尬。我們都還沒想到比較好的說法，或是比較好的方式來面對被排斥的那種壓力，所以需要點時間看有比較好的方式圓場。」（A-105）。

尋求資源應援亦是常採用的因應策略，如手足、親友、醫療與心理專業資源、性別少數團體等。透過這些資源的介入，如一同集思廣益、協助觀念與價值疏通、釐清擔憂、迷思澄清、情緒支持與陪伴等，有助跨性別女性應對現身後的影響與家人的回應。

小魚回憶起一次家庭聚會上，親友伸出援手並緩和氣氛：「我阿姨從國外回來，在那之前有跟她出去吃飯然後講我的事情，那因為他們在美國生活，他們覺得你這樣子（現身）是正確的，因為你做你想要的。然後那時候（聚會）我爸看到我，他說你是誰啊，用一種很奇怪的眼神打量我，我阿姨就把我拉到旁邊，就說「來，坐坐坐」，然後就跟我爸講說，你少用奇怪的眼光看人家，她這樣很漂亮啊，後來我阿姨也有私底下找我爸爸，就是導正他的觀念。」（D-099）

另外，Shero提及：「持續參加熱線會去看很多不同跨性別的狀態，……我們在熱線裡也是會討論，有生命分享啊什麼的，討論現在的狀態，那可以去看，其他人是如何去跟家人溝通等等。」（J-100）。

(3) 在反覆動盪與調適中前進。受訪者發現，父母對跨性別孩子的認同可能隨著其相關因應與澄清稍有鬆動，但父母仍需與自身議題對話如擔心憂慮、價值觀、社會觀感、信仰等，故其可能在歷程中來回震盪、討價還價、調適，這也引動跨性別女性的情緒與回應。但這歷程中的跌宕與次次回應也更強化跨性別者自我概念，加深對自我性別之認同。小雨提及這歷程的反覆：「我跟我媽剛現身就是，我講一次哭一次、她講一次哭一次這樣反覆…所以當她狀況糟的時候，我就不會多說什麼……，如果用名詞來定義，就是在動盪與接納的過程中，有時會進步，有時又會退步，你會覺得，……之前不是接納了，怎麼又會開這個話題？比如說，她對我交男朋友好像沒意見，但過沒多久她又跟我說你不要有親密行為。」(A-131)。

裸姐也有相似經歷，面對母親的不認同，其得不斷溝通：「我媽媽會覺得為什麼我要這樣裝扮，我就得跟她解釋，我就會開玩笑跟她講說，你要我抽菸、喝酒、賭博、嫖妓、殺人、放火，還是我裝扮回我原本的樣子，你選一個，她就無話說了……當下她好像懂了，但過沒幾天還是會說，她覺得我男裝比較好看啊，就在這反覆中。」(E-092)。

然隨著反覆對話釐清、行動證明，以及相關資源的應援等，在時間的洗禮與關係牽絆的基礎下，彼此互動可能會逐漸找到平衡。受訪者發現，父母亦會趨向鬆動自身價值觀、顧慮與擔憂，並在這否認與接納的反覆歷程中，逐漸有意願討論跨性別的議題、開啟更多對跨性別理解的空間，以往較為接受的歷程邁進。換句話說，現身後通往接納的過程，也是一段自我反覆現身、陪伴父母與家人並疏通其困惑的歷程。如甜心所述：「這是一個逐漸的歷程，他們也得跟自己對話，……我認為也不要放棄對話，終究你得步步試探、步步推進，讓他們更瞭解跨性別，我覺得終究情感還是在。」(M-122)。

## 5. 接納：接納並不等於支持

風雨過後，父母最終可能對跨性別孩子的認同有所理解，然這並非代表其就能全然支持孩子以這樣的身分生活，甚至為其倡議，故「接納並不等於支持」亦為這現身歷程「接納」階段之寫照。共有近八成受訪者(12位)進入至此階段。

具體而言，走過動盪，在看見跨性別女性本質展現、堅持，甚至是擴展對跨性別族群的理解下，父母也逐漸釐清，並對跨性別者展現更多接納。這顯現在其態度與行為的正向轉變上，即父母逐漸肯認自己的跨性別孩子、以跨性別孩子所期望的性別與方式對待之、適應跨性別孩子新的身分、更開放地面對他人眼光等。如小雨說：「我媽開始會買我喜歡的女裝給我，這是她釋出友善、認同我的方式。甚至到後來，她有在參加一些慈善團體，當有比較保守的人來說「你兒子這樣會不會不太好？」，她會回說「她是我女兒，輪得到你來說嘴嗎？」」(A-151)

海浪則提及父母重新架構與詮釋信仰對跨性別者的態度：「一開始他(父親)會跟我說，你不要違背上帝的旨意之類的。但是到後面，他開始跟我說，上帝應該是愛世人，他也沒辦法接受放棄他人，就是遇到同性婚姻什麼就覺得這不對，他也覺得我的小孩沒有跟別人不一樣，他只是性傾向或是性別認同不一樣。」(L-166)。

父母的接納對跨性別女性的自我認同發展有所助益，這讓其更有信心做自己、更有資源處理因現身與性別轉換所產生的相關挑戰。然有受訪者(6位)也指出，雖父母有所接納，但不見得會完全支持，即他們可以理解與包容你的狀況，這可能出於他們看見我們對自身性別認同的努力，以及看見社會對我們並非全然排斥，但並不代表他們真的支持你以這樣的身分繼續生活，這背後反映的仍可能是一種擔憂、一種與自身價值觀的拉扯、內在失落感。

就此，仍需要些時間來證明、釐清擔憂與疏通，以往更支持的方向邁進。如小魚所述：「要讓他們接受我甚至支持我，那需要很長的時間，也需要再努力。一開始我會覺得，為什麼我爸爸不能馬上接受，可是後來，我覺得是，我自己都花了三十年來接受自己，憑什麼讓他花三十天就接受呢？」(D-164)。

### (三) 順利現身的催化要素

現身意義促進與支撐跨性別女性的現身。歷程中難免會碰上挑戰，雖相關因應策略有助其緩解

與父母的衝突，然受訪者回首這段現身歷程，仍認為相關因素須納入考量，以助減緩現身伴隨的影響，並促進父母、甚至是家人的接納。

### 1. 堅定且自信地展現真實自我

堅信自己的決定、適切讓父母明瞭真實自我、並有自信地展現自我真實樣貌，如此態度展現亦是促進順利現身，並讓父母、家人與他人信服的關鍵之一。如廣姐表示：「當我很有自信出去的時候，人家看到的我，不是我好不好看，有沒有化妝，而是我有沒有自在。你要很肯定、很自信的告訴自己，我是跨性別，請珍惜你自己。相信人家看到我們就是最真實的那一面，他們也會跟著尊重你、肯定你。」(B-182)。

### 2. 展現照顧自己的能力、決心與行動

受訪者發現，父母會擔心這社會能否接納自己的跨性別孩子或手足，其是否有能力以真實樣貌在社會立足、甚至能否因應這社會的偏見與不友善？對此，跨性別女性能否展現照顧自己的能力與決心，亦是一個讓父母放心的關鍵，進而增進對其性別認同的接納。如桂花糕指出，在規劃現身時，得思考經濟獨立，以利負擔性別轉換所需並規劃自我人生：「很常看到（跨性別者）把這個錯誤歸咎在爸媽身上，要爸媽拿出錢給他們動（變性手術），這是錯誤的。因為這不是爸爸媽媽可以控制的，如果你要平順地獲得這些認同，最好的方式是，這個錢你自己賺。……對，你要讓他們看到，他們才會放心，畢竟人生是你自己決定的。」(G-066)。

小雨則認為證明能以新面貌找到工作，亦是促進父母接納的原因：「我的老闆跟我的同事對我的態度沒像他們說的這麼負向的時候，他們（父母）就開始疑惑了。不是每個人都對我這麼疑惑，可能就真的把我當女生看……慢慢地，他們（父母）自己也習慣了，也沒那麼擔心。」(A-093)。

### 3. 建構現身計畫並循序實踐

受訪者認為，能否預先思考一系列的現身計畫，並且循序漸進進行，如何時現身、如何現身、如何因應父母的反應等，亦是一順利現身須納入的考量。此外，現身不宜操之過急，得配合父母的反應步步揭露、循序地改變外在表徵，並給予父母時間適應，如此較有助父母接納。

如阿怎對現身的體悟：「你要有進度，不能說今天進度到這邊就沒有，這樣的話，家人會覺得說，你是可以妥協的。」(H-053)。

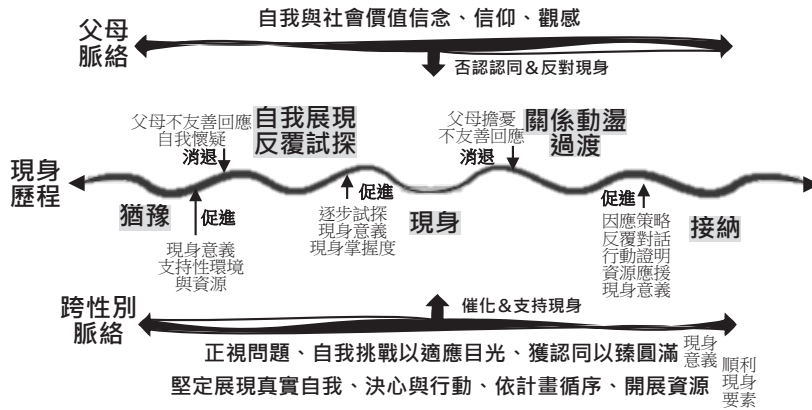
回想現身歷程，小魚有感觸地表示：「跨性別者每前進一步，要面對的挑戰都是未知的。你有沒有看過「丹麥女孩」？很多的跨性別者都是這樣子，有一個過程。他必須先捨棄原本那一塊，然後慢慢的……，從開始穿內衣、開始畫一點妝、然後穿衣服……其實這樣也是慢慢做自己的歷程，確實有點辛苦，因為我們在跟社會做抗爭。」(D-026)。

### 4. 尋求與開展支持性的環境與資源

現身往往伴隨相關挑戰，這可能與受訪者自身議題相交織，如對性別轉換的擔憂等，使其處於一相對弱勢，進而影響身心發展。就此，誠如前述，受訪者認為在現身歷程中，能有支持性的環境與資源以協助面對挑戰，這不僅是跨性別女性常運用的因應策略，更是一關鍵要素以助現身更為順利。如香香指出，親友支持給予其莫大幫助：「其實男朋友也是支持你，……另外我會跟○○（一位跨性別友人）交換意見，她也會打字、打電話過來哭著跟我講，說她怎樣怎麼樣。朋友支持是滿重要的。還有……因為我弟也像我這樣，可是沒這麼over，我跟我弟就很有話聊，就是會去討論這些……或是問他：媽媽有沒有再傳話給你？或者是說什麼？」(F-123)。

小魚亦有同感，其表示 LGBTQ 資源在其現身歷程中扮演支持性角色：「去同志諮詢熱線、TG 蝶園、跨性別諮詢小組，這些地方就像一個安全區域，就像新手村一樣。可以很安心的在這地方成長到一個夠強壯的階段，才能去面對更難的挑戰，真的不行就退回來。」(D-055)。

圖 1  
跨性別女性向父母現身經驗歷程圖



奠基在受訪者的經驗，本研究結果可彙整成圖 1，即跨性別女性向父母現身經驗歷程。圖上緣是父母的脈絡，受訪者認為父母在現身歷程中的回應與態度，更背後可能來自社會價值體系與相關信仰影響，如社會對性別角色的束縛、對跨性別女性的混淆與汙名、甚至有限的理解等，進而可能出現否認、反對跨性別子女的認同與現身等情形；圖下緣則是跨性別女性的脈絡，即在面對可能存在的現身壓力與困境中，現身意義與順利現身要素為一動力及支持，催化跨性別女性展現自我韌性以因應挑戰，進而推進現身。在歷程之始，現身意義驅動跨性別女性思考向父母現身可能性，然對現身後父母反應與未知生活有所擔憂，使其陷入是否現身的猶豫與兩難。有鑑於現身並非一蹴可及，為減少現身對彼此帶來的衝擊，這時，在現身意義持續促進與相關資源的支持下，跨性別女性逐步展現自我並反覆試探，如逐漸改變裝扮與容貌、幽微地透露傾向、不刻意隱藏、開啟討論多元性別與性傾向的對話空間等，藉此以確認父母對自身性別認同的可能回應。然跨性別女性也可能因父母的不友善反應（如不友善、疑惑或拒絕等）來回游移在猶豫與自我展現中。隨著逐步試探、現身意義的驅動、以及對現身的掌握度提升，像是現身計畫可行性、對父母反應的可能預期、以及有能力因應現身所帶來的挑戰等，這些皆使跨性別女性愈趨現身。然誠如前述脈絡，就跨性別女性的觀察，現身挑戰著父母的價值信念，甚至引發擔憂，這背後反映的可能是社會價值體系對跨性別者的刻板、不理解、以及與信仰理念的衝突等。現身可能帶來關係的動盪、衝突，而這也促發跨性別女性對此採取策略因應。這關係動盪非能一夕修復，而為長期歷程，父母的擔憂與不友善回應，可能牽動著跨性別女性的情緒與反應，讓其懷疑現身的決定；父母也可能因跨性別女性的因應稍有鬆動，但仍和自身拉扯，故在歷程中來回震盪、討價還價、調適。然隨反覆對話釐清、行動證明，以及相關資源應援，在時間的洗禮與關係羈絆下，跨性別女性認為，父母會逐漸開放對跨性別者的理解，並往接納的方向邁進，這具體呈現在父母行為與態度的正向轉變，如逐漸肯認及以自己跨性別子女所期待的方式對待之、適應其新身分、捍衛其權益、更開放面對他人評價等。父母的接納有助跨性別女性之認同發展、身心調適。然這接納是一理解與包容的概念，並非所有父母皆能全然支持自己的跨性別子女以這樣身分繼續生活，甚至為其倡議等，這背後仍潛藏其對跨性別子女的擔憂、失落、以及價值拉扯。故，這仍是一待續歷程。整體而言，現身並非線性之平順歷程，而是更趨向在荊棘中邁向真實自我的波動歷程，這歷程牽涉跨性別女性與其父母的雙向互動，彼此都會隨自我、對方反應、甚至社會脈絡影響而在歷程中有所波動、震盪，甚至倒退，這便誠如圖 1 中曲線與雙向箭頭所示。



## 討論與建議

本研究奠基在跨性別受訪者經驗，建構了跨性別女性向父母之現身歷程，並且進一步釐清現身意義與促進順利現身之相關要素。這有助彌補現今研究缺口，並促進助人工作者、個體以及家庭理解與因應跨性別者的現身與性別過渡歷程。

### （一）現身歷程與經驗

本研究結果顯示，跨性別女性向父母現身可能經歷五個階段：即猶豫、自我展現與反覆試探、現身、關係動盪過渡、接納。整體而言，相較過往的跨性別現身模式（如謝秋芳，2014；謝秋芳、趙淑珠，2016；Lev, 2004），本研究結果更細緻化了跨性別女性現身前後狀態及經驗的描述，尤其是向父母現身的歷程；此外，本研究結果亦與這些模式相呼應，特別可與現身歷程中父母、家人回應部分相互補充，以促進對這歷程更完整的理解，以下將具體說明。

首先，本研究發現，面對現身這重大決定，跨性別女性會對此感到猶豫。過往研究指出，這可能來自擔憂現身後父母與家人的反應及關係的動盪（Bethea & McCollum, 2013），然本研究更擴增對這猶豫的釐清，即還源自對社會與自我之擔憂、懷疑，彼此相互交織，如擔憂現身後社會的反應、未來生活的挑戰等，這也伴隨著對自我效能的懷疑，懷疑能否有效應對這些挑戰、能否以真實樣貌生活。更深層地，相關研究認為這可能反映出社會普遍仍對跨性別存有刻板印象、偏見與不理解（Grant et al., 2011; McCann & Brown, 2017; Levitt & Ippolito, 2014），這也引動及加深了跨性別者的擔憂。

再者，相較於相關研究所提出之現身模式（如謝秋芳，2014；Lev, 2004），本研究特別發現，現身意義與相關資源支持，會驅使跨性別女性在猶豫中仍持續前進，並透過逐步自我展現與反覆試探來瞭解父母對現身的態度。而這亦被視為一策略，透過漸進方式鬆動與調整父母對跨性別的刻板與想像，以為後續現身鋪路。這可能源於，本研究更聚焦探究向父母現身之經驗，而父母多半是個體之重要他人，尤其在華人社會脈絡下的跨性別女性，可能有更多傳統性別角色與期待等議題得思考（吳家儀等人，2021），在不瞭解父母態度的狀況下急促現身，可能更造成關係動盪、拒絕與不諒解等，故逐步展現跨性別認同以試探父母反應，對本研究受訪者而言有其必要性，而這也與謝秋芳（2014）的發現相呼應，即父母、家人對跨性別的理解也是漸進的。然 Wren（2002）指出，父母對跨性別者如何反應，亦可能影響其對自身之看法，對此，本研究結果提供更細緻的釐清，即當父母對跨性別女性的試探表現出不友善、拒絕時，其可能又會退回猶豫狀況，產生對自我、他人、與未來生活的懷疑，思索著現身的必要性與可能性，並在這猶豫與反覆試探的歷程中來回過渡。然如 Valentine 等人（2003）對性別少數族群「現身」經驗之觀察，即鑒於對父母、家人的重視，其傾向細心規劃現身時間地點、可能情境、以及詞彙使用與方式等。而如此自我現身的準備度、甚至是對父母狀況的掌握度，經本研究發現，便為跨性別女性現身與否的重要考量因素。

現身對跨性別者而言，是一內在心理歷程且緊密地涉及了家庭、朋友、以及社會關係（Bethea & McCollum, 2013）。Lev（2004）與謝秋芳（2014）皆指出跨性別者現身後，家人可能會進入混亂與協商的歷程。對此，基於跨性別女性的觀點，本研究更細緻化了其與父母在此歷程的樣貌。這現身後關係動盪的原因，就受訪者而言，可能來自於跨性別的性別認同及性別轉換與父母自身價值、信念、或信仰有所衝突。誠如謝秋芳與趙淑珠（2014）的觀點，跨性別認同挑戰了傳統性別二元、父權體制、異性戀霸權等意識形態，進而其被形塑成「不正常」、「需噤聲」的狀況，而當其公開自我，便得直接面對道德規範、倫理、主流文化價值等的議題的衝擊。除此之外，本研究發現，觀感問題、對跨性別者未來生活與健康的擔憂、甚至期待落空等也是引起關係動盪的可能原因。如觀感問題反映出華人文化的獨特性，林芸萱（2015）指出，華人世界受到儒家思想影響，特別重視禮義廉恥的道德規範，這也形成傳統的榮譽觀，其通俗表現為愛面子、重視觀感，為了顧及面子，人們會選擇避開那些表現不符合社會期許的人，如精神病患、跨性別等。甚至視其為讓個人與家族蒙羞的來源（Yang et al., 2007）。而期待落空產生的關係動盪，就 Norwood（2012）的觀點，可能模糊性失落議題為原因之一，即因著跨性別現身，其外表、溝通行為、原先關係與家庭角色等也隨之改變，這亦引發父母模糊性的失落感，質疑過去的努力枉費、生活的點滴消散，對孩子未來的期待

亦落空，如此衝擊便可能震盪著彼此關係、負向改變了彼此互動。更值得注意的是，期待落空的意涵可能也具有文化脈絡，誠如吳家儀等人（2021）指出，在華人社會文化脈絡下，可能會究責跨性別女性無法達成傳統上「繼承家業」、「傳宗接代」之重責大任，而相較起跨性別者在生命歷程中的掙扎、焦慮、恐懼，華人社會往往更關注在當事人選擇改變性別而間接影響到生育問題、扛起養家活口責任的議題上。然這些詮釋仍值得相關研究進一步深究。

面對這關係動盪，本研究受訪者會嘗試運用一些策略因應。這提供了少數壓力理論（minority stress model）實徵支持，即長期暴露於壓力來源，像是歧視、偏見時，便可能激發跨性別者因應策略與社會支持網絡之發展，以回應這社會壓力（Meyer, 2015）。這也凸顯了跨性別者即便在如此壓力下仍具能动性，助人工作者在與其工作歷程中也應看見、重視並關注，以促進其對這壓力的調適、對這困境的因應與突破。值得注意的是，除自身策略外，鑒於跨性別者通常較缺乏社會與家庭支持，本研究則發現，支持網絡如親友、性別少數團體、專業心理與醫療資源等，便在這動盪歷程中扮演重要且多元角色。這與過往研究相呼應，即這些支持網絡可提供跨性別女性知識與情感支持以面對可能挑戰（Galupo et al., 2014; Grant et al., 2011）；可成為其與父母、家人溝通的橋樑（Bonifacio & Rosenthal, 2015）。這皆有助其在困境中仍持續發展與鞏固性別認同（Riggle et al., 2011）等。然可議的是，是否這些資源已準備好仍是個問題，誠如研究指出，跨性別者易在醫療服務歷程中受到較差的對待與歧視、甚至較低的服務品質（Grant et al., 2011），因一些醫療人員對跨性別者狀況不理解，甚至受社會刻板影響而無法公平對待之。謝秋芳等人（2013）也指出，這些人員即使具備專業知識，也未必帶著專業倫理與多元文化的素養來看待前來求助的跨性別者。這可能使得跨性別者遭受二度傷害。就此，助人工作者的自身反思與相關知能預備仍是需持續關注的議題。此外，本研究特別發現，在關係動盪階段中，運用這些因應策略對於困境的次次回應，似有助跨性別女性更加釐清自我概念，更加深化自我性別認同。這除了體現現身後仍是一段性別認同確認與自我接納的歷程，背後也反映出一重要議題，即認同發展、自我整合與悅納可能是持續的過程，並非在現身前就發展底定。因此，相關研究也提醒，助人工作者也需留意跨性別者現身後對於這些議題探索及處理的需求（謝秋芳，2014；Lev, 2004）。

走過關係動盪，最終父母也可能逐漸對跨性別女性釋出善意、接納，進而關係修復。對此，本研究結果支持了相關研究的初步發現，即家人對跨性別者的接納來自於看見跨性別的成長、改變與堅持、正視跨性別者的需要、願意深入理解等，這亦帶動彼此互動模式與關係之正向轉變（謝秋芳，2014；謝秋芳、趙淑珠，2016）。然本研究更進一步發現，父母雖接納但不一定能完全提供支持，這需時間與更多釐清與行動證明來紓解。這也凸顯了接納與支持仍有別，接納對父母而言，是給予照顧與關注、願意與跨性別孩子討論其性別認同，回應其情感需求等（Birnkranz & Przeworski, 2017）；而支持行動則超越接納，如支持其性別認同與展現、支持其後續性別轉換、以及幫助其尋求醫療與社會服務、甚至向外倡導多元性別概念等（Birnkranz & Przeworski, 2017; Weinhardt et al., 2019）。如此支持正是跨性別者正向身心發展、生活適應的關鍵（Seibel et al., 2018; Weinhardt et al., 2019），如何跟隨父母脈絡，陪伴其走向悅納、支持仍是一助人工作者須關注的議題。

## （二）現身意義與順利現身催化因素之角色

本研究特別發現，現身意義會驅動跨性別女性的現身，甚至支撐其在現身伴隨而來的挑戰中持續前進。Betha 與 McCollum（2013）便指出，正處於性別過渡歷程的跨性別者，多會認為有責任、動力向重要他人揭露自身性別認同，因這是其真實本質，藉此，使其自身外表與內在更趨於一致，也更感到自由、解脫。這亦是一對自我身體自主權之宣告與展現（Norwood, 2012）。此外，誠如 Maguen 等人（2007）發現家人因對個體而言是重要認同來源、照顧者或共同生活者，跨性別者更會擔心自身身分揭露後的關係動盪，因此，往往其是跨性別者最晚揭露身分的對象。尤其，在華人社會脈絡下的跨性別女性，可能更面臨做自己與順服父母及盡孝道間的兩難（吳家儀等人，2021），因此，其對於向父母現身可能會猶豫不決，需有更多考量及準備。這也體現本研究結果，即向父母現身以獲認同，對跨性別女性而言，這象徵著突破最後一道瓶頸、人生圓滿之感。如此認同，亦有助跨性別者身心健康發展（Carastathis et al., 2017; Ryan et al., 2010），甚至促進其更有效因應性別轉換歷程中的相關挑戰（Hendricks & Testa, 2012）。

此外，本研究特別發現，跨性別女性認為歷程中，關注相關要素係有助現身順遂。這呼應著社會現實，即跨性別者因偏離社會常規期許，易受他人歧視與不理解，而較難在社會立足（Galupo et al., 2014; McCann & Brown, 2017），加上跨性別者性別轉換可能牽涉著醫療過渡，如荷爾蒙治療和變性手術等（Dickey et al., 2012），這些皆為父母、家人擔憂之處（謝秋芳，2014；謝秋芳、趙淑珠，2016；Wren, 2002）；此外，因跨性別之相關議題挑戰著父母、家人既有的價值信念，故其對跨性別者的理解也是循序漸進地，較難一蹴可幾（謝秋芳，2014）。就此，本研究結果，對於跨性別族群，甚至是助人工作者或可提供些有用觀點，即跨性別者能否持續堅持、與父母溝通自我性別認同、能否適應與克服性別轉換伴隨之可能挑戰，並展現自我照顧的能力、決心與行動，這些對轉化父母態度，促進其成為支持資源具重要性。

再者，本研究發現，建構支持性環境與資源，並且有計畫地循序漸進現身，過程中配合父母態度與反應一步步調整，亦有助現身歷程之推進。誠如謝秋芳（2014）指出，跨性別認同可能會對父母的價值觀產生衝擊，需要一段歷程循序漸進理解、調適；甚至其在這歷程中可能反覆游移，故跨性別會傾向審慎規畫現身並循序漸進調整。而這也顯示出，現身歷程是一雙向互動，誠如 Bethea 與 McCollum（2013）的觀點，即現身是一奠基在其這周遭環境關係上持續進行的一系列決定，會隨他人反應而有所調整，而非絕對線性歷程。就此，保持如此彈性，跟隨父母脈絡與步調調整回應，並給予父母時間適應，較有助跨性別者之現身。

### （三）研究限制與建議

#### 1. 研究限制與未來展望

本研究仍存以下限制，故藉由提出建議，以求未來研究上精進：

（1）觀點詮釋限制。本研究聚焦跨性別女性的主觀經驗。但因缺乏其父母觀點收集，故研究結果僅能從受訪者的視野與觀察進行詮釋，這可能無法全面釐清現身歷程中其與父母間的互動，以及父母對其現身之實際經驗等。就此，本研究建議未來可納入多元觀點，如跨性別者父母的觀點，甚至更清楚探究背景因素對現身的可能影響，如父母價值觀、信念、信仰、甚至背後的社會文化等。就此，透過與跨性別者資料相對照，可能更有助具體瞭解跨性別者的現身經驗。

（2）樣本條件限制。本研究受訪者對現身的經驗詮釋具有個體獨特性，不一定能完全應用至不同過渡階段的跨性別者，如仍在探索性別認同的跨性別者、兒童與青少年期的跨性別者等。此外，本研究參與者皆為跨性別女性，這可能係因滾雪球抽樣及族群獨特性等關係，即起初在找到兩位符合條件的受訪者（皆為跨性別女性）後，便透過介紹而有更多跨性別女性參與，而特定跨性別族群可能因具有共通經驗、身分認同的關係，會組成網絡群組分享經驗、支持陪伴等，然與其他跨性別族群則互動有限，甚至彼此可能存有正當性的競爭關係，如跨性別女性和變裝者間。故訪談對象皆為跨性別女性，而且係已進入社會與醫療過渡階段者。然跨性別族群實為一多元群體，尚包含跨性別男性、變裝者、雙性者等，且跨性別群體間的經驗可能存有差異（Galupo et al., 2014），故本研究結果在其他跨性別群體的適用性上存有限制。對此，建議未來可擴展對上述這些群體現身經驗之探究，並與本研究結果對照，以深化對跨性別者現身經驗的理解。

（3）研究方法限制。本研究奠基於質性取徑探究跨性別女性的現身經驗，其重視研究者與參與者共同詮釋真實，然可能在研究結果的類推性與代表性上存有限制。就此，建議未來能擴增訪談人數，或可嘗試大量問卷調查，以強化研究結果的代表性，並進一步驗證本研究結果的可信度。

#### 2. 對輔導諮商教育訓練建議

深化多元性別教育與諮商專業培育，並重視諮商人員專業角色的影響性，這有助深化其與跨性別者工作之效益。本研究發現，跨性別女性視專業資源如輔導諮商人員為重要支持，並期望獲得現身相關協助，而輔導諮商人員的角色與專業性亦被認作是與父母、家人溝通的橋樑。然值得關注的是，輔導諮商人員普遍在協助多元性別個案上仍存限制（如陳彤昀，2014；Owen-Pugh & Baines,

2014），且國內大專院校在相關師資培育上多缺乏多元性別教育培訓（姜兆眉，2017；劉安真、趙淑珠，2006）。因此，基於本研究結果，建議相關培育單位仍須重視多元性別教育、多元文化諮商等課程規劃，以精進輔導諮商人員與跨性別個案工作的能力。再者，輔導諮商人員得適時建構對跨性別者的先備知識、瞭解其現身需求、向父母與家人現身的歷程及經驗，並發揮自身專業角色的功能與影響性，以陪伴跨性別者順利現身。

### 3. 對輔導諮商實務建議

（1）正視自我角色及專業力量。有能力區辨跨性別者現身相關議題之專業人員，較能有效協助正面臨此困境之個案（Bethea & McCollum, 2013）。誠如前述，專業資源如輔導諮商人員被跨性別女性視為是協助其認同發展與現身之重要支持，輔導諮商人員對跨性別女性的先備知識、如何看待與理解其經驗等，皆可能對跨性別女性及彼此工作的歷程產生影響。這也如相關研究提醒，即跨性別者經驗具獨特性，不宜過度地用其他多元性別族群的經驗詮釋或以偏概全（Bethea & McCollum, 2013; Dargie et al., 2014）。對此，輔導諮商人員除了得建構對跨性別者的適切理解外，亦得重視自身角色對跨性別者之重要性，即反思對跨性別族群的迷思與可能偏見、敏覺自身在諮商歷程及諮商關係中的位置與展現，因這背後可能存有受到社會主流文化影響進而產生權力壓迫的議題，故如何避免跨性別者在諮商過程中受到再次壓迫，並且適時賦權、看見與強化其能動性（mobility）誠屬重要之事。再者，誠如本研究發現，跨性別女性的認同發展與現身，亦可能產生與父母的關係動盪與衝突，這些困境與挑戰背後更隱含著跨性別身分與一些社會傳統價值（如傳統性別二分、對男性角色的期待與要求）間的衝突，進而影響了跨性別女性之身心適應與對未來生活的擔憂。對此，輔導諮商人員作為一心理專業從業人員，具備專業角色與形象，除了提供跨性別者必要身心協助外，更應體現多元文化諮商的精神，走出諮商室，進展到社會正義諮商，透過相關行動倡議與實踐以協助社會改善對跨性別者的迷思與偏見、開展對跨性別者相關權益關注，進而建構友善尊重的環境以包容接納跨性別等多元性別族群。

（2）重視順利現身的催化。本研究發現，現身意義與相關促進因素在跨性別女性順利現身上扮演重要角色。對此，建議輔導諮商人員在處理跨性別女性現身議題時，可先陪伴其釐清現身對於自身的意涵、現身的需求、以及可行性等。而本研究建構的現身歷程模式亦為有用的參考架構，以協助其探究現身可能存有的困境與挑戰、以及現身前所需準備，並配合個案需要，跟隨其脈絡，一同規劃向父母現身的明確計畫。值得關注的是，在歷程中，輔導諮商人員亦須注意，現身階段的推進也得視個案狀況而定，這並非是一蹴可幾之事。鑒於父母為重要他人及重要認同來源，且現身為一重大挑戰，其可能帶來許多影響，故更需陪伴跨性別個案強化對父母狀況與態度的理解及掌握、透過循序漸進方式做自我展現與試探，同時也需評估個案狀況並與其討論及調整計畫，進而能做出更適切的現身應對。此外，這歷程中諮商態度與技巧的使用亦屬重要，藉由提供個案同理、陪伴、支持、澄清，如此較有助個案釐清自我與現狀，進而推進現身歷程。再者，本研究也發現，現身應為一長期歷程，亦是一更加釐清自我概念與深化自我性別認同的歷程。而隨著現身推進，個案也可能會面臨其他生活與性別認同議題如找工作、社會不友善回應、性別轉換等，故如何陪伴其度過此歷程，協助其找尋自我、釐清可能現實、發展自我照顧及安身立命之能力與行動等，皆是須重視的面向。

（3）開展跨性別者之支持性環境與資源。基於本研究結果，建議輔導諮商人員在與跨性別個案工作時，須關注其支持系統的建構與相關資源的連結，以助其與父母、甚至家人能獲得適切資源助益。如謝秋芳與趙淑珠（2016）建議，輔導諮商人員可與跨性別者相關機構社群、跨性別者家人互助團體合作，促進這些資源轉化為跨性別者與父母、家人的友善諮詢管道，以利彼此支持系統建構。甚至，陪伴跨性別者的父母、家人度過這現身的動盪歷程，亦是轉化其成為支持系統的重要工作。本研究也建議輔導諮商人員在與其工作時，盡可能地跟隨其脈絡與步調做回應、適時提供情感支持、協助處理可能的模糊性失落議題並重新架構，必要時也思考成為其與跨性別者間溝通橋樑的可能性，促進彼此觀點交換、取替，進而開啟彼此澄清、溝通的機會；此外，陪伴其探索自身價值體系影響來源，釐清與修通可能的擔憂以及對跨性別族群的迷思、甚至促進支持資源連結，可能也有助其對跨性別現身的調適。

(4) 建構父母對跨性別者的知能。研究者認為跨性別女性選擇向父母「現身」，不僅表現出對於重要他人情緒支持的渴望，更是完整自我接納的最後一塊拼圖。跨性別者的生活是以任何言語都難以敘述的，他們往往只能自一次又一次的絕望中重生、從零開始學習平衡自我認同與外在標籤。在如此漫長過程中，跨性別者瀕臨情緒崩潰或是造就心理健康疑慮的情況層出不窮，持續地溝通無非是期望父母明白即使自己身為跨性別者（transgender），仍舊是父母獨一無二的孩子。家庭是人在建立自我價值感時最初的來源，遭到家族拒絕的跨性別族群，亦可能產生歸屬感挫折（thwarted belongingness）（Makani & Sholevar, 2018）。可見，家庭、尤其是父母等重要他人對於跨性別者的支持與肯納具重要性。然可議的是，本研究亦發現，受到相關社會文化脈絡與自身影響，跨性別者父母多對於跨性別者等多元性別族群存有刻板印象或誤解，這也造成跨性別者現身後的關係動盪。甚至，這背後亦可能牽扯華人社會脈絡下對傳統性別角色的期待、需盡孝、面子等議題，使得父母更難接納跨性別者。就此，輔導諮商人員亦被期望能發揮自身專業，並視情況將家庭一同納入諮商歷程（Lev, 2004），協助疏通父母對跨性別者的想像，以及澄清背後可能的社會價值影響，如增進對跨性別者身心狀況與需求、性別轉換程序的理解、適時化解汙名、甚至協助整理其內在情緒與親子溝通模式、學習如何陪伴跨性別孩子等，就此，以促進跨性別者身心發展以及與父母的關係重建。

### 參考文獻

- 王櫻芬（2020）：〈依附、憂鬱和積極因應對青少年學校生活困擾之影響性研究〉。《教育心理學報》，52，191–217。[Wang, Y.-F. (2020). Impacts of attachment, depression, and active coping on adolescent school life disturbance. *Bulletin of Educational Psychology*, 52, 191–217.] [https://doi.org/10.6251/BEP.202009\\_52\(1\).0008](https://doi.org/10.6251/BEP.202009_52(1).0008)
- 何春蕤（2002）：〈認同的「體」現：打造跨性別〉。《台灣社會研究季刊》，46，1–43。[Ho, J. (2002). The em(bodi)ment of identity: Constructing Transgender. *Taiwan: A Radical Quarterly in Social Studies*, 46, 1–43.] <https://doi.org/10.29816/TARQSS.200206.0001>
- 吳家儀、李明濱、王雅青、徐志雲、詹佳達、陳俊鶯（2021）：〈多元性別族群之精神健康與自殺防治〉。《台灣醫學》，25，522–530。[Wu, C.-Y., Lee, M.-B., Wang, Y.-C., Hsu, C.-Y., Chan, C.-T., & Chen, C.-Y. (2021). Mental health and suicide prevention of LGBT. *Formosan Journal of Medicine*, 25, 522–530.] [https://doi.org/10.6320/FJM.202107\\_25\(4\).0012](https://doi.org/10.6320/FJM.202107_25(4).0012)
- 林沅萱（2015）：〈由華人的面子問題探討精神病患的污名〉。《耕莘學報》，13，5–12。[Lin, Y.-H. (2015). The stigma of psychiatric patients: A Chinese face approach. *Journal of Cardinal Tien College of Nursing*, 13, 5–12.]
- 姜兆眉（2017）：〈涵納差異與攜手前行：同志友善與性別敏感諮商教育之反思與在地實踐〉。《輔導與諮商學報》，39（1），1–18。[Chiang, C.-M. (2017). Include differences and forge ahead: Reflections and local practices in gender-sensitive and LGBT-friendly counseling education and training in Taiwan. *The Archive of Guidance & Counseling*, 39(1), 1–18.]
- 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。[Kao, C.-L., & Lai, N.-H. (2016). Counseling practice with gay or bisexual men: A multicultural counseling perspective. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 46, 31–62.]
- 陳彤均（2014）：《同性戀壓力源、壓力因應策略與心理健康狀態之調查研究—以身分認同程度高低者為例》（未出版碩士論文），中國文化大學。[Chen, T.-Y. (2014). *The research of lesbian and gay male stressor, stress coping strategy and mental health status survey-case in the high and*

- low degree of homosexual identity* (Unpublished master's thesis). Chinese Culture University.]
- 黃軍義、許得洋（2020）：〈遭遇性侵害經驗、強暴迷思、與性別偏見對男同志做出性侵害行為的影響〉。《教育心理學報》，52，337–364。[Huang, J.-Y. & Hsu, T.-Y. (2020). Effects of experiences of sexual assault, rape myths, and gender biases on sexual assault perpetrated by homosexual men in Taiwan. *Bulletin of Educational Psychology*, 52, 337–364.] [https://doi.org/10.6251/BEP.202012\\_52\(2\).0005](https://doi.org/10.6251/BEP.202012_52(2).0005)
- 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調查〉。《中華輔導與諮商學報》，20，201–228。[Liu, A.-C., & Chao, S.-C. (2006). Counseling LGBT youth: A survey research of attitudes towards LGBT and training issues for school counselors. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 20, 201–228.] <https://doi.org/10.7082/CARGC.200609.0201>
- 謝秋芳（2014）：《跨性別者現身前後與家人互動之變化歷程》（未出版碩士論文），國立彰化師範大學。[Chia, C.-F. (2014). *The dyadic study of interaction between transgender and families before and after their coming out period* (Unpublished master's thesis). National Changhua University of Education.]
- 謝秋芳、林致柔、吳璧如（2013）：〈跨越彩虹——跨性別者性別認同歷程之敘事研究〉。《性學研究》，4（1），41–69。[Chia, C.-F., Lin, C.-J., & Wu, P.-J. (2013). Crossing the rainbow—A narrative inquiry of a transgender's gender identity. *Studies in Sexuality*, 4(1), 41–69.] <https://doi.org/10.6206/SIS.2013.0401.03>
- 謝秋芳、趙淑珠（2014）：〈跨性別者的現身與家庭互動議題之探討〉。《輔導季刊》，50（3），61–71。[Chia, C.-F., & Chao, S.-C. (2014). An inquiry into transgender's coming out and their interaction with families. *Guidance Quarterly*, 50(3), 61–71.]
- 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。[Chia, C.-F., & Chao, S.-C. (2016). A dyadic study on the interaction between a transgender and his family members before and after his coming out. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 45, 1–32.]
- American Psychological Association (2015). Guidelines for psychological practice with transgender and gender nonconforming people. *American Psychologist*, 70(9), 832–864.
- Bethea, M. S., & McCollum, E. E. (2013). The disclosure experience of male-to-female transgender individuals: A systems theory perspective. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 12(2), 89–112. <https://doi.org/10.1080/15332691.2013.779094>
- Birnkrant, J. M., & Przeworski, A. (2017). Communication, advocacy, and acceptance among support-seeking parents of transgender youth. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 21(2), 132–153. <https://doi.org/10.1080/19359705.2016.1277173>
- Birt, L., Scott, S., Cavers, D., Campbell, C., & Walter, F. (2016). Member checking: A tool to enhance trustworthiness or merely a nod to validation? *Qualitative Health Research*, 26(13), 1802–1811. <https://doi.org/10.1177/1049732316654870>
- Bonifacio, H. J., & Rosenthal, S. M. (2015). Gender variance and dysphoria in children and adolescents.

- Paediatric Clinics of North America*, 62(4), 1001–1016. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2015.04.013>
- Bornstein, D. R., Fawcett, J., Sullivan, M., Senturia, K. D., & Shiu-Thornton, S. (2006). Understanding the experiences of lesbian, bisexual and trans survivors of domestic violence. *Journal of Homosexuality*, 51(1), 159–181, [https://doi.org/10.1300/J082v51n01\\_08](https://doi.org/10.1300/J082v51n01_08)
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In T. Husen & T. N. Postlethwaite (Eds.), *International encyclopedia of education* (2nd ed., Vol. 3, pp. 1643–1647). Elsevier Science.
- Brumbaugh-Johnson, S. M., & Hull, K. E. (2019). Coming out as transgender: Navigating the social implications of a transgender identity. *Journal of Homosexuality*, 66(8), 1148–1177. <https://doi.org/10.1080/00918369.2018.1493253>
- Carastathis, G. S., Cohen, L., Kaczmarek, E., & Chang, P. (2017). Rejected by family for being gay or lesbian: Portrayals, perceptions, and resilience. *Journal of Homosexuality*, 64(3), 289–300. <https://doi.org/10.1080/00918369.2016.1179035>
- Coolhart, D., Ritenour, K., & Grodzinski, A. (2018). Experiences of ambiguous loss for parents of transgender male youth: A phenomenological exploration. *Contemporary Family Therapy*, 40(1), 28–41. <https://doi.org/10.1007/s10591-017-9426-x>
- Cooper, J., Brandon, P., & Lindberg, M. (1997, March 24–28). *Using peer debriefing in the final Stage of evaluation with implications for qualitative research: Three impressionist tales* [Paper presentation]. Annual Meeting of the American Educational Research Association, Chicago, IL, United States. <https://eric.ed.gov/?id=ED410287>
- Cope, D. G. (2014). Methods and meanings: Credibility and trustworthiness of qualitative research. *Oncology Nursing Forum*, 41(1), 89–91. <https://doi.org/10.1188/14.ONF.89-91>
- Dargie, E., Blair, K. L., Pukall, C. F., & Coyle, S. M. (2014). Somewhere under the rainbow: Exploring the identities and experiences of trans persons. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 23(2), 60–74. <https://doi.org/10.3138/cjhs.2378>
- Devor, A. H. (2004). Witnessing and mirroring: A fourteen stage model of transsexual identity formation. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 8(1-2), 41–67.
- Dickey, L. M., Burnes, T. R., & Singh, A. A. (2012). Sexual identity development of female-to-male transsexuals: A grounded theory inquiry. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 6(2), 118–138. <https://doi.org/10.1080/15538605.2012.678184>
- Fisher, A. D., Castellini, G., Ristori, J., Casale, H., Giovanardi, G., Carone, N., & Ricca, V. (2017). Who has the worst attitudes toward sexual minorities? Comparison of transphobia and homophobia levels in gender dysphoric individuals, the general population and health care providers. *Journal of Endocrinological Investigation*, 40(3), 263–273. <https://doi.org/10.1007/s40618-016-0552-3>
- Fleiss, J. L. (1981). *Statistical Methods for Rates and Proportions* (2nd ed.). John Wiley & Sons.
- Galupo, M. P., Henise, S. B., & Davis, K. S. (2014). Transgender microaggressions in the context of friendship: Patterns of experience across friends' sexual orientation and gender identity. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 1(1), 461–470.
- Glaser, B. G. (1998). *Doing grounded theory: Issues and discussions*. Sociology Press.

- Grant, J. M., Mottet, L. A., Tanis, J., Harrison, J., Herman, J. L., & Keisling, M. (2011). *Injustice at every turn: The report of the national transgender discrimination survey*. National Center for Transgender Equality and National Gay and Lesbian Task Force. [https://transequality.org/sites/default/files/docs/resources/NTDS\\_Report.pdf](https://transequality.org/sites/default/files/docs/resources/NTDS_Report.pdf)
- Han, S. (2001). *Gay identity disclosure to parents by Asian American gay men*. [Unpublished doctoral dissertation]. New York University.
- Hendricks, M. L., & Testa, R. J. (2012). A conceptual framework for clinical work with transgender and gender nonconforming clients: An adaptation of the minority stress model. *Professional Psychology: Research and Practice*, 43(5), 460–467. <https://doi.org/10.1037/a0029597>
- Hines, S. (2006). What's the difference? Bringing particularity to queer studies of transgender. *Journal of Gender Studies*, 15(1), 49–66.
- James, S. E., Herman, J. L., Rankin, S., Keisling, M., Mottet, L., & Anaf, M. (2016). *The report of the 2015 U.S. transgender survey*. National Center for Transgender Equality. <https://transequality.org/sites/default/files/docs/usts/USTS-Full-Report-Dec17.pdf>
- Jones, T., & Hillier, L. (2013). Comparing trans-spectrum and same-sex-attracted youth in Australia: Increased risks, increased activism. *Journal of LGBT Youth*, 10(4), 287–307. <https://doi.org/10.1080/19361653.2013.825197>
- Lev, A. (2004). *Transgender emergence: Therapeutic guidelines for working with gender variant people and their families*. Hawthorn Press.
- Levitt, H. M., & Ippolito, M. R. (2014). Being transgender: Navigating minority stressors and developing authentic self-presentation. *Psychology of Women Quarterly*, 38(1), 46–64. <https://doi.org/10.1177/0361684313501644>
- Maguen, S., Shipherd, J. C., Harris, H. N., & Welch, L. P. (2007). Prevalence and predictors of disclosure of transgender identity. *International Journal of Sexual Health*, 19, 3–13. [http://doi.org/10.1300/J514v19n01\\_02](http://doi.org/10.1300/J514v19n01_02)
- Makani, R. D., & Sholevar, E. H. (2018). The interpersonal theory of suicide and transgender teen suicidality: Clinical reports and systematic review. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 57(10), 221–222. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2018.09.280>
- McCann, E., & Brown, M. (2017). Discrimination and resilience and the needs of people who identify as Transgender: A narrative review of quantitative research studies. *Journal of Clinical Nursing*, 26(23-24), 4080–4093. <https://doi.org/10.1111/jocn.13913>
- McLemore, K. A. (2015). Experiences with misgendering: Identity misclassification of transgender spectrum individuals. *Self and Identity*, 14(1), 51–74. <https://doi.org/10.1080/15298868.2014.950691>
- Merriam, S. A. (2002). *Qualitative research in practice. Examples for discussion and practice*. Jossey-Bass.
- Meyer, I. H. (2015). Resilience in the study of minority stress and health of sexual and gender minorities. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Minorities*, 2(3), 209–213. <http://doi.org/10.1037/sgd0000132>



- Meyer, I. H., & Frost, D. M. (2013). Minority stress and the health of sexual minorities. In C. J. Patterson & A. R. D'Augelli (Eds.), *Handbook of psychology and sexual orientation* (pp. 252–266). Oxford University Press.
- Norwood, K. (2012). Transitioning meanings? Family members' communicative struggles surrounding transgender identity. *Journal of Family Communication, 12*(1), 75–92. <https://doi.org/10.1080/15267431.2010.509283>
- O'Hara, C., Dispenza, F., Brack, G., & Blood, R. C. (2013). The preparedness of counselors in training to work with transgender clients: A mixed methods investigation. *Journal of LGBT Issues in Counseling, 7*(3), 236–256. <https://doi.org/10.1080/15538605.2013.812929>
- Olson, K. R., Durwood, L., DeMeules, M., & McLaughlin, K. A. (2016). Mental health of transgender children: Who are supported in their identities. *Paediatrics, 137*(3), 1–8. <https://doi.org/10.1542/peds.2015-3223>
- Owen-Pugh, V., & Baines, L. (2014). Exploring the clinical experiences of novice counsellors working with LGBT clients: Implications for training. *Counselling and Psychotherapy Research, 14*(1), 19–28. <https://doi.org/10.1080/14733145.2013.782055>
- Parker, C. M., Hirsch, J. S., Philbin, M. M., & Parker, R. G. (2018). The urgent need for research and interventions to address family-based stigma and discrimination against lesbian, gay, bisexual, transgender, and queer youth. *Journal of Adolescent Health, 63*(4), 383–393. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.05.018>
- Riggle, E. D., Rostosky, S. S., McCants, L. E., & Pascale-Hague, D. (2011). The positive aspects of a transgender self-identification. *Psychology and Sexuality, 2*(2), 147–158. <https://doi.org/10.1080/19419899.2010.534490>
- Ryan, C., Russell, S. T., Huebner, D., Diaz, R., & Sanchez, J. (2010). Family acceptance in adolescence and the health of LGBT young adults. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing, 23*(4), 205–213. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6171.2010.00246.x>
- Schmitz, R. M., & Tyler, K. A. (2018). The complexity of family reactions to identity among homeless and college lesbian, gay, bisexual, transgender, and queer young adults. *Archives of Sexual Behavior, 47*(4), 1195–1207. <https://doi.org/10.1007/s10508-017-1014-5>
- Seibel, B. L., de Brito Silva, B., Fontanari, A. M. V., Catelan, R. F., Bercht, A. M., Stucky, J. L., DeSousa, D. A., Cerqueira-Santos, E., Nardi, H. C., Koller, S. H., & Costa, A. B. (2018). The impact of the parental support on risk factors in the process of gender affirmation of transgender and gender diverse people. *Frontiers in Psychology, 9*, 399. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00399>
- Silverman, D. (2015). *Interpreting qualitative data* (5th ed.). SAGE Publications.
- Strauss, A., & Corbin, J. (2008). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory* (3rd ed.). SAGE Publications. <https://dx.doi.org/10.4135/9781452230153>
- Tabaac, A., Perrin, P. B., & Benotsch, E. G. (2018). Discrimination, mental health, and body image among transgender and gender-non-binary individuals: Constructing a multiple mediational path model. *Journal of Gay & Lesbian Social Service, 30*(1), 1–16. <https://doi.org/10.1080/10538720.2017.1408>

514

- Valentine, G., Skelton, T., & Butler, R. (2003). Coming out and outcomes: Negotiating lesbian and gay identities with, and in, the family. *Environment and Planning D: Society and Space*, 21(4), 479–499. <http://dx.doi.org/10.1068/d277t>
- Wang-Jones, T. T. S., Hauson, A. O., Ferdman, B. M., Hatrup, K., & Lowman, R. L. (2018). Comparing implicit and explicit attitudes of gay, straight, and non-monosexual groups toward transmen and transwomen. *International Journal of Transgenderism*, 19(1), 95–106. <https://doi.org/10.1080/15532739.2018.1428138>
- Weinhardt, L. S., Xie, H., Wesp, L. M., Murray, J. R., Apchemengich, I., Kioko, D., Weinhardt, C. B., & Cook-Daniels, L. (2019). The role of family, friend, and significant other support in well-being among transgender and non-binary youth. *Journal of GLBT Family Studies*, 15(4), 311–325. <https://doi.org/10.1080/1550428X.2018.1522606>
- Winter, S., Webster, B., & Cheung, P. K. E. (2008). Measuring Hong Kong undergraduate students' attitudes towards transpeople. *Sex Roles*, 59(9), 670–683. <http://doi.org/10.1007/s11199-008-9462-y>
- Wren, B. (2002). 'I can accept my child is transsexual but if I ever see him in a dress I'll hit him': Dilemmas in parenting a transgendered adolescent. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 7(3), 377–397. <https://doi.org/10.1177/1359104502007003006>
- Yang, L. H., Kleinman, A., Link, B. G., Phelan, J. C., Lee, S., & Good, B. (2007). Culture and stigma: Adding moral experience to stigma theory. *Social Science & Medicine*, 64(7), 1524–1535. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2006.11.013>

收稿日期：2021 年 07 月 29 日

一稿修訂日期：2021 年 08 月 02 日

二稿修訂日期：2021 年 11 月 28 日

三稿修訂日期：2022 年 01 月 17 日

四稿修訂日期：2022 年 02 月 14 日

五稿修訂日期：2022 年 02 月 16 日

接受刊登日期：2022 年 02 月 25 日

Bulletin of Educational Psychology, 2022, 54(2), 357–384  
National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R. O. C.

## Transwomen's Experiences of Coming Out to Their Parents

Yu-Hsien Sung

College of Education,  
National Chengchi University

Szu-Fan Chen

Department of Health Psychology,  
Chang Jung Christian University

The word transgender is an umbrella term typically used to describe individuals who possess a gender identity different from their gender assigned at birth or who experience their gender outside the limits of the gender binary. Transgender individuals include transmen, transwomen, intersex people, and crossdressers. The term transgender is also used to refer to those individuals who are taking or have taken hormonal therapy or sex reassignment surgery. Individuals who undergo such interventions do so with the goal of transforming themselves to the opposite gender. Transgender people struggle to gain support and recognition from others. Receiving the support of friends, mental health professionals, and especially family members is often extremely important to transgender people. According to the ecological systems theory developed by Bronfenbrenner in 1994, family is an important microsystem in terms of an individual's development. The relationship and interaction between an individual and their parents have a profound impact on the development of an individual's self-identity and social network. Disclosing one's gender identity and coming out to one's parents is typically a milestone for transgender people in terms of shaping their self-identity and developing their connection with society. Transgender people view parental recognition as a rich asset and support that can help them cope with challenges and setbacks during their sexual transformation process. However, parents usually struggle with the identity and sexual transformation of offspring. Transgender people also feel worried and stressed about coming out to their parents. Notably, family rejection can harm a transgender person's well-being. Thus, this study describes the experiences transgender women have when coming out to their parents. The assistance provided by professionals to transgender people in developing their gender identity and thereby facilitating their adaptation to society is an important issue warranting more attention. Professionals in Taiwan, such as counselors and school counselors, generally have a limited understanding of transgender people and may encounter difficulties in counseling them. Therefore, the results of this study will be useful as a reference for professionals who deal with transwomen to increase their knowledge and help them overcome challenges when working with transwomen.

The present study recruited participants by using both the purposive and snowball sampling methods. A total of 16 transwomen were invited to participate in individual interviews. The mean age of participants was 28.94 years, ranging from 23 to 45 years; six participants were from northern Taiwan, six were from central Taiwan, and four were from southern Taiwan. The participants were at varying stages of gender transition, and some had already come out to their parents. Each interview lasted 120–150 minutes. Interview topics covered the process and experience of transwomen coming out to their parents, possible challenges and coping strategies adopted in this process, and factors promoting coming out. The grounded theory was adopted for data analysis. The analysis technique included immersive reading, open coding, axial coding, selective coding, and theoretical sampling.

The results revealed that the meanings of coming out included facing the problem and thereby revealing their real self, challenging themselves and adapting to society, and obtaining family recognition for self-fulfillment, which was a motivating factor in coming out to parents. Moreover, the details of transwomen's coming out processes were clarified. The process

consists of five stages: hesitation, trial and error, disclosure, relationship turmoil, and acceptance. The features of each stage are described below. In the first stage (hesitation), although they need and are motivated to come out to their parents, transwomen worry about their uncertain future and unpredictable parental responses to their disclosure; therefore, they hesitate to come out. At the same time, the significance of coming out and support from relatives, friends, and professional resources can act as a driving force that encourages transwomen to overcome their hesitation. In the second stage (trial and error), external support and the reasonings for coming out are motives pushing transwomen to progressively express their identities to their parents through behavioral changes such as outfit changes and makeup, so as to observe parental attitudes and possible responses to their gender identity and self-exhibition. In the third stage (disclosure), along with positive responses to self-exhibition, the emergence of reasons for coming out, and detailed plans about coming out, transwomen try to formally disclose their gender identity to their parents. Most transwomen come out to their parents via emotional appeals or with external support (e.g., relatives, siblings, and medical or mental health professionals). They argue that presenting a firm belief in their gender identity is important in terms of disclosure to parents. However, coming out is sometimes unpredictable; for instance, parents might know or suspect their transgender child's gender identity before it is formally disclosed, thereby forcing the transwoman to come out. In the fourth stage (relationship turmoil), the disclosure of gender identity challenges parental values, beliefs, and social norms regarding gender. They may transfer their worries onto their transgender child, creating turmoil and conflict. For example, parents may worry about the unknown challenges their transgender child may encounter in the future; they may have a sense of loss with respect to their child's career; or they may worry about the potential side effects of treatments such as sex reassignment surgery and hormone therapy. Furthermore, parental misunderstanding and stigma toward the transgender community may affect their attitude toward their transgender child.

Some strategies that were adopted by the transwomen to cope with turmoil and conflict included communicating with their parents, calmly preparing themselves, and seeking external help. Conflicts between transwomen and their parents may be reduced by these coping strategies; however, parents can still struggle with a transwoman's identity if it contradicts their values, beliefs, or religion. As a result, parents may move back and forth during the process between denial and acceptance, which is the fifth stage of the process. Despite this, continuously communicating and clarifying, expressing determination through action, and receiving support from relevant resources can still help transwomen reach a balance with their parents in their interactions, thereby encouraging acceptance from their parents.

To summarize, the results of the present study are useful in terms of deepening the understanding of transwomen's experiences disclosing their gender identity to their parents; moreover, the results can be useful references for mental health professionals to refine their services and provide more effective assistance for transgender clients. In this regard, the present study also suggests that to effectively assist transgender clients, the in-service institutes for professional helpers should offer more professional education and training on gender diversity. Moreover, mental health professionals should strengthen their knowledge and abilities related to working with transgender people and even place more importance on their professional roles in helping transgender people who are in the process of coming out to their parents. In addition, mental health professional could assist transgender clients by clarifying the meaning of coming out, identifying the factors that influence coming out successfully, and creating supportive environments and resource connections. In doing so, transgender clients could be more capable of addressing challenges involved with coming out to their parents. Lastly, the present research also recommends that future studies investigate other issues faced by transgender people, thereby clarifying possible misunderstandings toward them and reducing the stigmas and discrimination that exist in society. This may engender greater respect and tolerance toward transgender people and other sexual minorities in Taiwanese society.

*Keywords:* coping strategies, difficulties in coming out, gender identity, process of coming out, transwomen