

「與我”同”在」——多元性別探索與認同

當你看見新聞畫面上，遍地揮舞的彩虹旗幟，或是好友的臉書頭貼紛紛印上彩虹剪影時，你有什麼感覺？你想到了什麼呢？

☺ 同志指的是？：

狹義的解釋是愛的人與自己同性別；廣義的則包括L(女同性戀)、G(男同性戀)、B(雙性戀)、T(跨性別)、Q(酷兒)、I(雙性人)、A(無性別)。

金賽博士在1940年代的調查研究指出，同志族群大約占了總人口的10%。若以這樣的比例加以計算，在一個20人的大家族中，就有2個親戚可能是同志；或是一個40人的班級中，就有4個同學可能是同志(數據僅供參考，比例會依環境脈絡有所不同)。

這個比例並不低，而擁有這樣身份的人，也許就是你身邊在乎的人，或者就是你。

但一如我們所理解的，異性戀的主流文化，打從我們出生開始，就順理成章地被教導，爸爸媽媽的組成(一男一女的家庭組成)、男孩女孩的衣著打扮、童話故事中的公主王子……，也就因為如此，從發現自己是同志，到承認、接納、甚至展開關係，這個自我認同的歷程遠遠超過異性戀者所需的時間，可能從青春早期開始，一直持續到25歲左右，甚至是一生都在探索。

心理學家Cass在1979年提出了「性別認同形成模式」，試圖將複雜的同志認同歷程，概括性的分為六個階段。分別是：

1. 認同混淆(Identity Confusion):「我是誰?」、「我是同志嗎?」
2. 認同比較(Identity Comparison):「為什麼我和別人不一樣?」
3. 認同容忍(Identity Tolerance):「我可能是同志」、「我不和別人說」
4. 認同接納(Identity Acceptance):「我是同志」、「我和親近的人說」
5. 認同驕傲(Identity Pride):「同志是好的，異性戀是不好的」
6. 認同整合(Identity Synthesis):「接納自己、也接納和我不一樣的人」

一、認同混淆(Identity Confusion):「我是誰?」、「我是同志嗎?」

在第一階段中，會隱約感覺到自己的不同，但由於與社會期待不一，因此充滿困惑。

如果在這個階段，對於同志身份的經驗是負向的(未能被支持、沒有認同的對象)，很可能就會停留在第一階段，壓抑身為同志的真實性向。

二、認同比較(Identity Comparison):「為什麼我和別人不一樣?」

透過蒐集資料，開始確認自己的性向，這時會有深刻的疏離感，有時候為了避免這樣的感受，會透過「嘗試與異性交往」來壓抑。

若這個階段的嘗試與自我對話後，能坦然的接受，則會進入第三階段。

三、認同容忍(Identity Tolerance)：「我可能是同志」、「我不和別人說」

默認同志身份，加入同志的社交文化中，會嘗試與同性交往、發生性關係，但對身邊的人不輕易表明，也會偽裝成異性戀者，免除衝突。

四、認同接納(Identity Acceptance)：「我是同志」、「我和親近的人說」

真正接受自己的同志身份，能有和同性建立穩定親密關係的機會。對於可信任的異性戀者，也會適度的自我揭露（出櫃）而不感覺矛盾。

五、認同驕傲(Identity Pride)：「同志是好的，異性戀是不好的」

接納自己的同志身份，卻對社會對同志族群的壓抑感到強烈挫折，透過沉浸於同志團體中，對異性戀主流社會產生排外，來減緩社會疏離感。

這個時候會強化投入社會運動的動機，如果能與異性戀社會重新建構友善的連結，則可進入下一階段。

六、認同整合(Identity Synthesis)：「接納自己、也接納和我不一樣的人」

能與異性戀者、異性戀主流社會發展好的關係，看見彼此相異的價值，且明白性向僅是自我認同的一部分，並非全部。

雖然在理論上看起來，六個階段是分別且直線進行的，但其實每個人的發展歷程，都因為各自的獨特性而更加複雜，且認同過程中也可能出現「假性同性戀」或「假性異性戀」的情境干擾，所以階段之間發生重疊、來來回回、跳躍、或不停循環，都是有可能的。

☺ 假性同性戀、假性異性戀：
因情境因素而混淆性向。譬如佛洛伊德 6-12 歲的同性期、讀女校、在異性戀中受到傷害、文化壓抑等等。

聽到這，是不是覺得要回答「我是同志嗎？」這個問題，其實很不容易呢？

心理學家 Erikson 提到每個人在不同年齡都有其需面對的發展任務，而大學期間正是認同自我、發展關係的重要階段，會是個很好的探索機會，藉由閱讀相關資料、參與活動、聽聽過來人的分享，或是到學輔中心找諮商師聊聊，都能幫助我們更認識自己，相信在每一步的踏尋中，都能有更不一樣的發現與了解！

參考資料與延伸閱讀：

- ✓ 同志伴侶諮商 (2005)。台北市，心理工作坊文化。
- ✓ 中華輔導學報(2002)。「我是雙性戀，但我選擇做女同志！」
<http://ir.ncue.edu.tw/ir/bitstream/987654321/6426/1/172.pdf>
- ✓ 美國心理學學會 (2008)。解答你的問題：深入理解性傾向與同性戀。
<http://www.apa.org/topics/lgbt/chinese-orientation.pdf>
- ✓ 台師大線上影音課程—性教育與輔導：同性戀議題
<http://ocw.lib.ntnu.edu.tw/course/view.php?id=163&topic=6>
- ✓ 台灣同志諮詢熱線協會：<https://hotline.org.tw/>