

「是非男女」第二册：跨性别家长手册



跨性别家长手册

A Handbook for Parents of Trans People

是非男女  
Gossip Boys and Girls

# 目录

自序.....	3
序.....	4
引言.....	5
导读.....	6
跨性别资源中心简介.....	7
性别的基本概念[3].....	8
性别是什么?.....	8
跨性别是什么?.....	8
性别认同又是什么?.....	8
性倾向的概念.....	9
间性人 (INTERSEX).....	10
性别重置手术.....	11
家长关心的问题 (Q&A).....	12
听听孩子们的心声.....	20
结语.....	21
作者简介.....	22
注:.....	22

# 自序

距今刚刚三个年头的 2011 年，跨性别资源中心刚开始做社群内的服务工作不久，组织经验少，群体需求大，在没资源没经费的情况下，却做出了不少成果。在那些年里，大部分组织经费都是自己掏出来，反正钱不是很多，但精神心血及时间却付出巨大，根本没时间照顾自己的生活及收入来源。到最后发现银行账户里没钱，要把所持的股票卖掉时，才知道已经撑不下去了！

那时候的茫然与无助，到现在仍然历历在目。后经友人的指导，及借鉴其他组织的管理经验，我们开始向相关的基金会寻求支持的可能性。香港政制及内地事务局辖下的「平等机会(性倾向)资助计划」，是我们申请到的首个获资助项目，只是计划的限制大，钱少工作多，又不可以申报工资的支出，连稿酬也没有，基本上比白做更惨！不过完成计划后所吸收到的经验却是宝贵的。虽然承受着很大的压力，但我们却完成了一本在跨性别社群里难得一见的，写给普通大众阅读的中文小册子，也为大中华地区提供了一个有宝贵参考价值的文献。

这一年，我又带着天真烂漫的任性，为跨性别孩子的家长们写下了这二万字！字里行间，我看见了不止自己以前经历过的身影，曾踏遍的野地深谷，灯火阑珊处的孤寂，又再蓦然刺痛了尘封的记忆。走上这条路真的不易，或许……如果可以选择的话，又会有多少人甘愿赴难呢？感恩的是，靠着上帝我走到了今天，越过了重重难关，克服了种种困境，明白只要有盼望，凭着信念总能够看见明天！

2014 年的最后一日，新闻上发报了一名在美国俄亥俄州的 17 岁跨性别孩子，于 12 月 28 日清晨被一辆货柜车在公路上撞倒身亡，而她预设在网上发报的遗书中，道出了她在基督教家庭的压力下，承受不了而选择轻生，她希望自己的离去能够唤醒社会对跨性别的关注，让其他跨性别人士免受这样的痛苦……

我流着泪看完了整篇报道，带着沉重的心情写完了这本小册子，愿上帝的爱与恩宠，降临到这些已经离开了我们的跨性别朋友，愿 [1]TA 们在天上的灵，仍然能够看见 TA 们的心愿有天能够达成，祝福我们那些可爱孩子所心爱的父母！诚心所愿！

梁咏恩 Joanne Leung

跨性别资源中心创办人兼主席

# 序

最近有学生问我，身边有同志朋友，但不知道应该怎样和 TA 相处，怕说错了甚么会让 TA 不开心。我也曾经有过同样的问题。

Joanne 是我第一个认识的跨性别朋友。在认识她之前，因为兴趣和工作，我读了不少有关跨性别的书。但不管读了多少书，遇到真正的跨性别朋友的时候，我和我的学生一样的无措。在最初认识 Joanne 的时候，我和她相处都会特别「小心」，会担心自己的无心之失会让她感到不受尊重。除了一般朋友相处需要的礼貌，我会特别留心自己的用词和举动。对自己最起码的要求，是性别代名词不要搞错，必须尊重跨性别朋友选择的性别称呼（其实对每一个人，我们都应该养成这种尊重个人性别认同或不认同的基本礼貌，以对方的选择为依据）。其他的日常相处，作为朋友比较简单，就是最基本的尊重和理解。十年相处下来，我和 Joanne 已经变成好朋友，也是性 / 别运动的好战友。

将心比心，如果我是跨性别，我会希望别人怎样对待我。我是本着这种原则，慢慢学习和跨性别朋友相处。

和我们每个人一样，尽管是自己的孩子，父母也会不知道应该怎样和跨性别子女相处。其实事情并不复杂，跨性别的朋友只是想做一个诚实的人。如果父母能够理解 TA 们，相信双方都能够获得更大的力量来面对世界。

金晔路 (Lucetta Kam)

性别研究学者

# 引言

跨性别及同性恋，在华人社会里好一段时间都是禁忌。社会教导我们这些事连提都不应该提，甚至在很多人的心目中，会认为TA们根本不应该存在世上……TA们或许根本没有真的存在过……

在现今的社会中，我们没有去认知、理解、看见这一群人，但却活生生地将TA们的人性和生命埋葬在所谓的大社会道德底下。恐惧，令我们把TA们深深地埋藏在黑暗之中，使TA们游走在坟茔死地，不能活见天日。

我们相信中国人的传统，但可笑的是，这些传统很多时并不真正是我们中国的古圣先贤所遗留下来的文化瑰宝，而是在革命洗礼下、权力斗争与排斥中，被利用为排除异己的手段。我们需知道，传统之所以成为传统，必须经历过革新与洗练，才成为今天的模样，在这个革新与洗练的过程中，必然也经历过无数的争议与发展。传统之价值在于承袭先贤之智慧及追思前人为我们所作的耕耘，以让我们能够效法其德行，给后人裨益，而并不是叫我们故守自封，更否定别人之改革。时移世易，我们若只懂守着传统，不想着更新变化，人类必然沦落，更枉了前人的一片心血。记录的科技与操控权，也掌控了我们阅读及明白历史的蓝本框架。古代世界的历史，没有整全的被人类记录下来，但遗留下的蛛丝马迹，却可让我们重塑窥视历史里的时空。我们在阅读古诗与文献时，不难发现跨性别与同性恋并不是什么新事物，也并不是什么可耻之事。在世界各地带给很多人生存盼望的圣经，被公认为教导爱与恕、接纳与包容的基石，记载了多样性的人伦关系，有大卫与约拿单的挚爱恋慕，堪比中国的梁祝之恋，也有耶稣的家庭论，但却被那些解释圣经的权威篡改，被利用成为攻击跨性别与同性恋者的武器。历史遗留下来的纪录，只是事实的片段及表像，我们并不能单看表面的文字，而忘却了圣经的教导本意和精粹。

人类的智慧，在于爱、关系、沟通、传递、思考、论辩等。逻辑与哲学思维，帮助我们彰显及承传人类的文明，此为道德伦理的基奠，植根于我们的良心之上。愿家长父母，与其跨性别/同性恋的孩子，能在爱的关系中，以智慧帮助孩子从困惑中找到出路！

# 导读

作为父母家长，知道自己的孩子有别于人，且是性别上的疑问，心里的感受的确难以言喻，既着急又心痛，百般滋味在心头是自然而然的事。父母既疼爱子女，生怕 TA 会误入歧途，害了一生，又可能会责怪自己教导无方，犯了什么错事。但很多时候，子女却好像完全不能理解父母的心情，还会责怪父母不能理解及不接纳，甚至可能反目成仇，以怨相对。当然，我们希望以上的情况，都不会发生在你的家人关系之中。

但父母与子女身处于不同的关注点上，面对着不尽相同的问题，有着不一样的理解，期待着不一样的结局，能够互相体谅也是蛮不容易的事。父母可能会以为这是子女自己的问题，TA 应该弄清楚了解后才告诉家人。谁知 TA 可能费尽心思，还是一知半解，摸不着头脑，但又压抑不住，尝尽了苦头，也找不到出路，才会战战兢兢地告知 TA 最信任的父母，希望得到谅解与协助，并与 TA 一路同行。

子女所关心的，是 TA 自己的出路，怎样获得资源和途径去实践自己的愿望，让自己脱离所有人都不能理解，但却苦不堪言的处境，有时候甚至想过了结自己的生命，却害怕令父母痛心。而父母所关心的，是子女的将来，TA 的下一代，TA 的健康状况，TA 会否被歧视等等……还有自己作为父母，怎样去跟其他家人、亲戚朋友交代，如何面对指责与尴尬的场面等等。

这本手册希望从父母的角度，去探讨和解答一些作为跨性别家长通常会遇到的疑问，让父母与子女重新建立互信的关系，从而一起走过难关，向着新的生命与挑战进发。期望父母持开放客观的态度，耐心看完这本手册，及本系列的 [2] 第一册《是非男女：本土跨性别阅读手册》。如需进一步协助，可在网站上查阅其他服务及资料，或联络本机构性别咨询热线查询。

# 跨性别资源中心简介

跨性别资源中心 (Transgender Resource Center) 简称 TGR, 成立于 2008 年 7 月 1 日, 致力于推动香港及中国内地的跨性别运动, 以教育为基础出发, 为社会人士及跨性别社群提供资讯及资源, 帮助社会了解及加深认识跨性别议题, 及让跨性别人士得到应有的协助及权益。

TGR 一直积极参与香港及内地各大专院校的教学分享, 至今已举办和参与过二百多场的讲座及工作坊。又在电台、电视台、杂志、报纸等媒体接受访问, 将积极正面的跨性别身份呈现于公众面前。组织也一直与行政机关、医疗部门、法律机构、辅导团队、基督教组织及其他服务机构等保持密切联系及合作。

组织主要工作分为社群服务、公众教育及倡导工作三部份。社群服务包括举办每月会、朋辈支援小组、家长小组、辅导服务、热线咨询、网上外展、法律项目及 HIV 预防及教育项目。公众教育包括有传媒访问、院校及机构分享、相关议题的研讨会、出版工作、工作所平等机会项目、跨性别图书馆及跨性别电台节目。倡导工作主要涉及健康与医疗服务、政策和法律、社会接纳和反歧视等等。

本会每月举办的聚会, 让跨性别人士有适当空间, 发挥关怀互助的精神, 又让社会上对跨性别友善的人士, 能够有接触及支援群体的渠道。

其他详细资料请参阅组织网站

[网页链接](#)

# 性别的基本概念[3]

## 性别是什么？

一般人会理所当然地认为性别只有男和女两种，这个想法原则上似乎没有问题，但我们可有想过在这个理所当然的背后，隐含着什么问题？而我们日常的生活，又与性别有多少关连？到底性别是一种好处，还是麻烦？

「性别」这个名词其实代表了不同层面的意义，这个名词在英语，最基本可以翻译成 Sex 和 Gender。Sex 即生理性别，而 Gender 是指除生理层面外，一个人于社会、生活和人际关系中，于性别区分的种种不同表达、呈现及感受等。而这些的区分很大程度上是经文化和传统等演化及建构出来的，而非与生俱来的性别特质。我们日常生活中看见的性别，诸如外观或衣着等，都不是生理性别。所以有学者认为性别是一种[4] 表演 / 操演，大部份都是从模仿中学习而成。

Gender 亦可大致分为心理性别、社会性别及性别表达等。社会性别和心理性别，并不能单以男、女去界定，大部份情况下，是以其功能性及特性去界定属于男或者女，但却存在着比比皆是的例外情况，若是以中国传统「阴阳」的概念去理解其关系，可能更会易于让人明白。

事实上生理性别 (Sex) 亦不能够绝对地二分，在生物学里，既存在着雄性和雌性，也有无性与雌雄同体的种类，主要看其繁殖所需要的因素及环境而决定。当然繁殖是物种得以保存的一个重大条件，但我们要明白世界上的物种都是多样性的，繁衍只是该物种的其中一个功能而已，并非每个生命个体都必须经历其繁衍过程。

## 跨性别是什么？

跨性别 (Transgender) 英文简称为 TG。最基本的定义，是任何不接纳或不认同自己的原生性别 (出生时的性别)，或社会赋予 TA 的性别规范，就可以算是跨性别者。其状况可以呈现或表达于其对自身性的心理认同、对身体的期望、社会性别身份、家庭角色、性行为模式、性别气质表达、衣着等等……但并不是每一个符合以上定义的人，都会认同自己是跨性别者，我们需尊重个人对自己的身份认同，不可随意将标签贴在别人身上。一般估计每 300-500 个人中就有一个是跨性别人士。

## 性别认同又是什么？

性别认同 (Gender Identity) 指一个人心理上觉得或认同自己是什么性别，一般人的性别认同跟其原生性别吻合，但跨性别人士却出现不协调或冲突的情况。性别认同可以是「男」或者「女」，但也有不能认同这种二元分割的概念，形成一种性别模糊或[5] 流动的状态。事实上，一般人或多或少都可能会在某些特质上，不能完全符合社会或是传统赋予的[6] 性别规范，只是我们从小就被教导或被禁止逾越这些界线，而将这些特性全都隐藏起来。



# 性倾向的概念

性倾向指一个人会被什么性别的人所吸引，一般人会在恋爱或性行为上，被异性所吸引，对于同性之间的关系，都只限于友谊。性倾向比较多人认识的是「异性恋」、「同性恋」和「双性恋」。双性恋是指某些人既会爱上异性，也可以爱上同性。但较前进的讲法是其吸引对象中没有性别的限制，所以理论上能够吸引 TA 的条件，就是一个人这样简单，而这一类的性倾向称为「泛性恋」。除了会被任何人吸引的泛性恋，当然也会有不被任何性别的人所吸引的「无性恋」。

一般粗略估计，人口中有 10%是同性恋，但我们从来没有办法证实这个数字，除非社会包容到一个地步，能够令大部份的非异性恋人士都愿意表白自己的身份，我们才会知道社会上到底有多少不一样的人群。

# 间性人 (Intersex)

除了性别认同及性倾向外，世界上有一些人于出生的时候，身体就处于一个性别模糊的状态。医学上生理性别的区分，是基于第一性征去判别，包括外生殖器、内生殖器及染色体。正常男性应拥有阴茎、龟头、前列腺、阴囊、睾丸及染色体为 XY。而女性则要有阴道、阴蒂、阴唇、输卵管、卵巢、子宫及染色体为 XX。如果一个人出生时并非单单是其中的一种完整状况，或同时拥有部分男性及女性的性器官，TA 就是一位间性人，或称为双性人、中性人、雌雄同体等等，间性人的英文简写为 IS。但到底怎样才算是完整的生殖器官？例如多长的阴茎才算是正常，医学上还未有一个定论。

一般估计在 500-5000 人当中便有一个是间性人，平均约 2000 位出生婴孩便可能有一位。以往有很多新生的间性婴儿，在父母的同意下被医生施行了矫正手术，令他们在童年便承受了不少身心伤害，部分长大后更可能因无法适应或认同自己被赋予的性别而出现性别焦虑，在父母坦言后，或在详细检查下才被发现。

近代在间性人权益组织的推动下，有部份国家已容许父母让婴儿保留不明确的性别，到长大后才让 TA 自己决定怎样处理，而有部份间性人会选择保留模糊的性别继续生活下去，有部份则会选择以外科手术矫正，以重新决定自己的性别。

间性人与跨性别者之间，有很多很类似的处境和困难，双方也同样是在性别上处于模糊的状态，而产生许多困惑与焦虑。但其原因却是基于两个完全不一样的概念，间性人在于身体结构与染色体上的模糊不一致状态，而跨性别却是身体结构及染色体完整，但与大脑接受性别的认同，呈现了模糊或不协调状态。事实上有部份认同为跨性别的人士，经检验后被发现本身为间性人。而有部份的间性人，亦需要面对其性别的认同问题，甚至需要以手术重置或逆转性别。

## 性别重置手术(旧称变性手术)

比较正式的写法是[7] 「性别重置手术」或「性别重建手术」，英文为 Sex (Gender) Reassignment Surgery，一般简称为 SRS。指的是一项以外科手术将性器官重建为另一个性别，使当事人在外观及功能上尽量接近其期望（相反）的性别。在香港暂时只有公立医院可以施行该项手术，进行手术前需获得精神科医生及心理科专家的评估报告确定适合接受手术，评估过程一般需要历时最少 2 至 4 年，经由多个不同专科的医生进行诊断及治疗，以确保其心理、生理状况均适宜及有必要进行变性手术。关于约见评估程序的详细资料，请参阅本机构网站。

# 家长关心的问题 (Q&A)

## 1) 如果怀疑子女是跨性别或同性恋，该怎样做？

其实跨性别或是同性恋，很多时候也没法从外表或行为辨认出来，男孩子比较女性化或女孩子比较男性化，也不一定是跨性别或是同性恋，也不一定会在性别认同或性倾向出现与一般人不一样的状况。

建议以较开放的态度，多跟子女谈论性与性别的议题，很多时候学校的教导并不足够，也让 TA 难于启齿发问。孩子们内心对很多性方面的议题都可能存有疑问，希望得到解答及尝试探索。正确及正面的讨论会帮忙 TA 发展出合适的性别取态，尽量避免将社会刻板的性别意识硬套于子女身上，这样更会容易令 TA 承受不必要的压迫以至身心受创。

一般孩童在成长期，都会经历不同阶段的性别认知及探索历程，陪伴 TA 以开放的态度安全地探索，总比禁止 TA 去做某些事更为有效，很多时越被禁止就会越挑起 TA 去尝试的心态。如果真的确定 TA 是跨性别或同性恋，在现今的社会里也并非没有出路，事实上有很多成功人士也是同志，问题在于能否正面去对待 TA 的性别认同或性倾向，让 TA 健康成长，获得最快乐的人生。(请继续耐心阅读其余的解答)

## 2) 如果子女跟我说 TA 是跨性别或同性恋，该怎样做？

责骂并不是解决的方法，但也不需要勉强自己立刻接纳，正确的做法是尝试耐心引导 TA 说出更多的心底话，以了解其处境及状况，再陪伴 TA 寻求合适的协助及出路。这段时间是建立互信最重要过程，有了互信，才能够有良好的沟通；有了沟通，才能够陪伴及帮助 TA 处理背后 TA 可能正在承受的更多问题。要明白 TA 因为对你的关和及信任，才愿意向你分享 TA 隐藏已久的秘密，而绝对不是因为任性与无知。如果 TA 真的是任性无知，就更不可能向父母坦白了。

在初步沟通过后，可以尝试跟 TA 一起搜寻及了解这方面的资讯，但不要太过主动提出意见或强迫 TA 尽快改变，免得 TA 承受不了压力而放弃跟你的沟通。近代不同的研究也发现，性别认同与及性倾向基本上是很难，甚至没有办法改变。不少一直反对跨性别及同性恋的团体，近数年也不再声称可以改变这方面的倾向，转移要 TA 们禁止这方面的欲望，但却带来种种负面的影响，小则令 TA 们活得不快乐，有些会选择离开家庭，部分严重者更会出现精神压力问题，甚至了结了自己的生命。

我们对父母的忠告是：「你宁愿失去一位心爱的孩子，要 TA 一生也活在不快乐中，还是接纳 TA，陪伴 TA 去寻找自己的快乐？」

## 3) 如何分辨 TA 到底是跨性别还是同性恋？

跨性别是关乎 TA 自己的性别认同，TA 自己是什么性别。同性恋指的是 TA 倾慕的对象为同性，是性倾向的问题。这两个基本上是不同的概念，没有必然的关系。跨性别可以是同性恋也可以是异性恋，同性恋一般不会想改变性别。当然两者所面对的处境与问题会有所不同，处理的方法也有所差异，我们应尊重 TA 对自己身份的理解，不应以第三者的角度去企图辨别。

#### 4) 这和我教养或遗传有关吗？

没证据显示性别认同及性倾向与环境因素或遗传有关，当然我们并不能完全排除有这方面的可能性，但众多研究报告指出，这样的倾向是难以改变的。我们不想纠缠于是否天生这个问题上，因为天生与否，也要正面地去面对这个问题，重点是为 TA 找寻出路，让 TA 活得更好，免受社会不必要的歧视。

当中也有极少部份有性别焦虑的孩子，其实是间性人 (Intersex)，也称为双性人，即天生的生理性别上不完全是男或女。但由于出生时性别的错乱并不明显，以致未被发现。这些孩子在长大后，有可能会出现性别的不协调，于性别焦虑上的状况与跨性别者有相类似的地方。如身体上并没有出现严重不正常情况，并不需要过份担心，因为此种状况，大约在 500-5000 人口当中，才会出现一个。如有疑问，可自行安排到医院作详尽的身体检查。

#### 5) TA 是被别人教坏的吗？是因为受过伤害或童年阴影所至吗？

世界各地近几十年的研究与试图改变，都似乎证实性别认同及性倾向是难以扭转的，所以基本上是有没办法去教导成为一个跨性别或同性恋。虽然有部份比较保守的心理学家，会认为性别的差异，很多都是由童年伤害所造成，而有部份同志的确曾在童年遇上过一些负面的遭遇。但有理由相信这些遭遇，极其量只会引发起当事人去发现，或提早发现自己的认同与性向，而并不会因此而将其改变。

#### 6) 为何 TA 对很多事情都过分敏感？很容易发脾气？

我们需要明白 TA 以往可能承受过很大的压力，从小成长面对过无数的性别挣扎，只是父母没有察觉而已，而 TA 自己也害怕和不懂得表达。渐渐地，TA 会为自己建立了一个防御机制，为了保护自己，TA 会将自己隐藏起来，开始不相信身边的任何人，觉得没有人能够明白及理解 TA，很容易会被别人伤害。

所以有部份跨性别或同性恋的孩子，会比较孤僻、不爱说话、不爱与人沟通。有部份则会像过度活跃般不停说话，意图掩饰自己的性别倾向。TA 很容易会对某些词语或评论有过度反应，例如「女人型」、「同性恋」、「搞基」、「男人婆」等等……

#### 7) 跨性别是精神病吗？

自 1966 年起首个对变性欲者进行有系统研究及定义的医生 [8] Harry Benjamin，发表了名为“The Transsexual Phenomenon” (变性欲现象) 一书，所有渴望改变性别，或欲通过外科手术改变性别的人士都被归类为「性别认同障碍」的精神疾病。但事实上，接近半个世纪的研究与临床诊治，都没办法以任何精神或心理疾病的医治方法，去改善 TA 们的痛苦状况。只有以整形外科手术，矫正其身体结构，达到当事人期望得到之状况和更改性别，其焦虑及可能有的其他症状便得以大幅度甚至完全改善。

这一群人长久以来被精神科医生主宰着 TA 们的身份认同过程，与更改性别的权利。直到近代，跨性别社群内越来越多人站出来为自己发声，试图要夺回为自己决定命运及定义的权利，这个社群的状况及需要，才真正被较多人看见及了解。自此，世界各地的医学权威，纷纷对「性别不协调」的状况作出重新定义，企图将「性别认同障碍」从精神病学中剔除，而将所有因为社会的不接纳而导至的精神焦虑状况定义为「性别焦虑」，并将其纳入在心理及精神病学里面。由于部份跨性别及渴望进行变性手术的人士，需要不同程度的医疗介入或服务，所以国际上仍较偏向将「性别不协调」保留在病理学名册当中，但至于属于哪一类病学仍有待专家仔细讨论。

## 8) 该怎样与跨性别孩子沟通？

要帮助跨性别孩子，先要获得 TA 的信任，可能要暂时容忍一些可能出现的过度反应、突然而来的情绪或性格上的转变。如需寻求合适的协助，可联络本会，我们会提供相关资料、辅导、支援及转介。切忌随便听别人意见寻找或咨询不适合的精神或心理科专家，强迫 TA 去接受诊断及改变。暂时不能够接受不等于要责骂，耐心聆听也不等于你会助长了 TA 的行为。沟通是需要耐心及爱心的，TA 自己可能仍未完全弄清楚自己的状况，也可能会担心父母不能接受而感到难以启齿。鼓励 TA 表达内心的感受，勇于接纳自己的状况，积极寻找出路是最有效的沟通途径。

## 9) 应该要 TA 找学校社工，或其他社工帮忙吗？

如果有合适的社工跟进，当然会较容易帮助 TA，及改善与你的关系。但首要条件，是那位社工能否用没有歧视的眼光对待 TA 的特殊状况，及以专业的态度进行整个辅导过程。学校社工由于与学生保持一个密切的关系，好的方面就是能够更了解及切合 TA 的需要。但危险的地方，是一旦该社工在辅导过程中表现出不专业的操守或歧视行为，甚至将 TA 的身份泄露了给学校里的其他人或同学知道，那将会是一个很严重的灾难。所以在尝试求助于学校社工前，请先与子女商量，得到 TA 的同意，并了解该社工的可信程度才作决定。不然，可以找外间一些跨性别及同志友善的社工或辅导员寻求协助，本手册内提供了一些可靠的机构及联络方式，也可直接选用本组织的辅导服务。但若然 TA 对社工的协助有所保留，也不要太过勉强，可鼓励 TA 参与一些跨性别及同志友善机构或青年服务中心的活动，这些机构一般也有专业的社工能够协助 TA 建立自信，从而了解及面对自己的前路。我们也建议父母参与本组织或其他中心的家长小组，与其他有相同情况的家长多作交流，及认识其他跨性别朋友，从 TA 们的口中，了解更多自己孩子不敢向你诉说的秘密。

## 10) 以后该怎样称呼 TA？

TA 可能会表达希望得到一个新的称呼，但父母有自己的考虑和难处，不会很容易就能够接受 TA 的新性别。我们建议可与孩子商讨这方面的问题，希望 TA 能够明白大家都需要时间去适应，寻找一个双方都觉得合适的办法，例如以一个比较中性的中文或英文名字称呼 TA，减少以「女儿」、「儿子」等带有强烈性别色彩的字眼，以避免大家都觉得尴尬的情况发生。

## 11) 在亲戚朋友面前怎样面对 TA 的转变？

若你未能完全理解或接纳 TA 的转变而觉得尴尬，这是完全没有问题的。当亲戚朋友问及 TA 的性别或感情状况时，你大可回答正在与 TA 一同面对及处理性别上的疑惑。如大家继续追问，你可表达你们都在承受一定的压力，礼貌的告诉大家不需过分担心，如有合适的资讯亦欢迎提供给你。

若果你能欣然地接受 TA 的改变，及准备与 TA 同行，你可简单正面地回答亲戚朋友的查询，说 TA 正考虑作出人生重大改变，然后简单地略述 TA 现在的情况，相信亲戚朋友不会太难接受。若有难堪的情况出现，就礼貌地请 TA 们尊重你们所作的决定，让你们有多一点的空间及时间去处理及寻找出路，有机会的话，可提供一些相关的资料给 TA 们阅读，让 TA 们明白你们的处境。



## 12) 该怎样向亲友中的小孩解释？

其实很多时候小孩在接受及适应能力远比成年人还高，只是成年人觉得尴尬，难以启齿，而小孩反而没有太多这方面的包袱。在大多数的情况下，只要简单地说明 TA 的改变，例如：「从现在开始不要叫表哥，要叫表姐了」、「表姐迟下见医生，将来要变为你表哥了」，如果小孩再继续追问，也可直接说明 TA 将会做变性手术。

## 13) TA 好像没有考虑我们的感受及难处

TA 在面对自己的性别疑惑过程中，挣扎了好一段时间，已经筋疲力竭。再要想怎样面对父母这个难关，可能一下子没法周详地考虑到父母的感受及需要。只要你先聆听了解 TA 的完整故事，让 TA 放下心头大石，然后再说出作为父母的担忧及顾虑，相信在互相谅解的沟通中，一定能够找到出路。无论如何 TA 也是你们的孩子，你们也是 TA 的父母，多一点的耐心是必需的。

## 14) 沟通过之后关系变了，怎么办？

那可能因为 TA 觉得你未能够完全了解 TA 的情况，或是你的反应让 TA 觉得担心，以至未能够完全信任你，或担心伤害了你，所以宁愿暂时停止或减少沟通。建议你不妨向 TA 解释，纵然你未能够完全理解和接受，但仍然愿意与 TA 同行，陪伴 TA 去找寻出路，希望 TA 给你多一点的时间与耐心。

## 15) TA 什么意见都不愿意听

有时候并不是 TA 什么意见也不愿意听，而是 TA 的防卫机制还未解除，某一类的意见会令 TA 显得非常焦虑，背后可能存在着一些 TA 以前的经历或一些假设，这种情况在第三者看来是难以理解的，但对 TA 来说可能是很冒险的方法。我们需要有意识地去让 TA 安心，在选择任何帮助途径时，也应特别照顾 TA 的需要。

建议要循序渐进，先从知识层面着手，最好不要一开始就强迫 TA 去看医生或吃药。虽然合适的信仰开导，有机会帮助 TA 更正面去面对困难，但也不要强迫，一旦处理不当，情况就会不堪设想。加强父母自己在这方面的知识是非常重要的，最初是很难分别什么是好与不好的资讯，所以不妨多看一点不同渠道而来的资料，然后再与 TA 一同讨论寻求合适的帮助，也不要以为 TA 不会懂事，而不去细心聆听 TA 想表达的意见。

## 16) TA 好像经常在变，是说谎吗？

在性别与性倾向的探索过程中，免不了会有新发现和转变。TA 可能从未想像过能够有机会决定自己的性别，在这个过程中，TA 会不断发现自己的不同取向与可能性，有时候会为发现到一种与 TA 很相似的状况而兴奋不已，但之类后，又可能会因为看见很多不吻合的地方而会感到十分沮丧。TA 在发现自己和告诉别人的过程中，会大起大落。会因为一个人的接纳，觉得人生充满意义，也可能会因为一个人的误解或歧视，觉得没有人会接纳 TA。我们应体谅 TA 的反覆与转变，鼓励 TA 继续勇敢去发现自己更多的需要。

## 17) 不能接受自己的性别，就必需需要做变性手术吗？

跨性别者并不一定不接纳自己的性别，TA 可能会对所有，或者部份性别二分的规范，有不同程度的反感、焦虑、冲突或拒绝。这些矛盾可能来自不同的社会性别区分，例如气质、表达、穿着、身份、称谓、工作等等，又或者来自 TA 本身的生理反应及身体状况，如青春期、经期、性反应、身高、体毛等等。TA 有可能对其中一项或多项出现不同程度的反应，轻则会偶尔不安，严重者可以导致极度焦躁或有轻生念头。对于身体构造出现极度不安的跨性别者，

变性手术很可能是 TA 们的其中一个出路，而对于其他不同状况的跨性别孩子，则需从不同的途径去帮助 TA 面对性别上的矛盾。

事实上，有不少的跨性别者并不一定或并不需要以手术去改变身体的状况。每个人的需要也不一样，有些人不能接受自己的身体性征，有些人[9] 只希望以另一个性别去生活，而有些人可能只是不希望被在男女二分的性别定型下生活。

### 18) 男孩子喜欢女装打扮，女孩子男孩头，都是同性恋吗？

不同的性别表达，与 TA 会爱上什么性别的人，是没有直接关系的。跨性别者当中有异性恋、同性恋，也有双性恋，而单纯的同性恋者一般不会讨厌及想改变自己的性别。在性别表达上比较女性化或男性化，也不一定是跨性别或同性恋，事实上，有很多的所谓「正常人」，也不一定很 Man 或者温柔娴淑。人们经常讲的所谓正常，其实是大家约定俗成地认为应该是这样吧了。

### 19) 变性手术危险吗？

变性手术是一项复杂的大型外科手术，需要进行一次至数次全身或局部麻醉，但一般而言危险性不高。在香港要进行变性手术，必须要通过一个严谨的评估过程，需时最少 2 至 4 年。医生在评估过程中，会衡量当事人是否有必要及合适进行变性手术，也会衡量风险问题，暂时在香港及其他地区未有听闻过因接受变性手术而死亡的个案，部份人士于手术后会出现轻微的后遗症需要再入院跟进，严重的情况并不多见。

### 20) 变性手术会带来身体的伤害吗？

每一项外科手术，都会存在一定风险及对身体的侵入性。考虑进行任何手术的原则是，该手术是否能够令当事人获得更优质的生活，以及 TA 所承受的风险程度。若手术前的评估过程做得妥当，一般变性手术都会为当事人带来非常正面的效果。当然除了手术外，也必需配合手术前后的其他情绪、心理及新生活适应等方面的辅导，让其尽快融入及面对因新身份而出现的挑战。

### 21) 香港在那里有变性手术做？要花很多钱吗？

在香港有部分公立分区医院设有手术前的评估，之后会安排到外科手术部门进行变性手术，详情请向本会查询。一般香港永久性居民，在完成整个评估并获得精神科及心理科的证明信件后，在香港公立医院进行变性手术，只需付住院费、杂费、及其他额外费用，手术费用会由政府补贴，总金额大概是千多至数千元港币。

有部分人会选择到其他国家进行手术，主要原因是信心或期望得到的效果之考虑。香港在变性手术上相对于东南亚国家并非先进，但尚算完善。国外进行手术的费用大概需要港币 8 万至 30 万不等，视不同的医院及项目而定。香港医院一般只会为变性者进行有限度的轮廓及喉结改善手术，以让 TA 能够易于融入新的生活，但若对样貌外观有特别要求的，会选择到国外接受手术。但国外医院一般不会有详尽的评估过程，建议应在香港先完成评估及荷尔蒙治疗，再选择前往其他国家施行手术。

### 22) 如需接受变性手术，应从何开始？

变性手术前的心理评估，本地暂时仍由精神科负责，当事人需要先取得普通科医生的介绍信，再交给该区辖下医院精神科排期，一般需要约半年至一年或以上时间。由于程序经常有变，请参阅本会网站，如需协助可直接联络本会



或其他相关机构。在决定约见医生之前，我们亦建议当事人及其家人，先与本会或相关机构联络，以便了解更多，也可在过程中有同路人和其他专业人员的协助。

### **23) 如果 TA 已结婚，甚至有小孩，怎么办？**

相信 TA 选择这个时候去面对，一定有 TA 的难处。这并不代表 TA 不爱 TA 的伴侣及孩子，只是 TA 承受的压力，可能已经到达了一个临界点，自己一个人已没法去面对及找寻出路。若是能够让 TA 与其家人一起去面对这个问题，TA 会更容易及有信心度过这个难关。

如果 TA 只希望在家中穿着异性服装，来表达自己期望的性别认同，只要家人愿意接纳，基本上不会影响整个家庭的日常生活状况，更可能因家人的沟通与接纳，而令大家的关系因此而变得更加密切及关爱。若是 TA 期望改变自己的性别，而 TA 的伴侣及子女也愿意接纳，跟据香港现行法律，TA 可选择保持夫妻的关系，而 TA 自己的性别也可以更改，子女的关系也没有改变。一家人只要互相支持，去面对将来生活带来的改变，结果并不一定会是负面！群体中事实上有不少很正面的类似情况，家人关系于其中一位成员改变性别之后反而变得更加融洽。

### **24) 可以跟 TA 断绝子女关系吗？**

如果这是你的意愿，当然没有人能够阻止。但关系可以断绝，血缘及亲情却不会因此而改变。我们期望能够帮助父母与子女建立良好沟通，互相体谅及理解，从而找到出路。我们相信，因为爱，总会有明天！

### **25) 我想 TA 暂时离开不和我们同住可以吗？**

如果父母暂时未能够接受孩子的状况，感到难受与沮丧，这也是其中一个能够让大家各自冷静，有空间重新思考及处理面前问题的一个处理方案。最重要的是在大家都冷静的情况下，说清楚大家的意愿，从而商讨怎样去作出安排。分开生活以后，应由其中部分家庭成员作为沟通的桥梁，或邀请 TA 回家吃饭，让双方在安全的范围下，仍然能够保持关系，再等待机会克服困难。

### **26) TA 将来的人生会怎样？**

如果 TA 不需要改变性别，或变性后选择公开自己的变性身份，TA 所需要面对的问题相对会较一般人要多。但随着社会的进步及改变，跨性别及同性恋者所需要面对的困难已比从前要小，甚至会获得更多的支持与帮助，朋友数目亦不会因此而相对地减少。只要 TA 有正面的思想及积极的人生，活得快乐，健康成长，将来的成就可以比一般人更大。而因为 TA 所面对自己的性别疑惑，获得的接纳与包容，TA 可能更会容易与人相处，更有爱心，从而更有利于将来人生的发展。朋友们的支持也是非常重要，有同路人在身边，能够让 TA 感到被认同及有倾诉的途径。（如需认识其他跨性别朋友，可联络本会或其他相关机构）

对变性人来说，若通过适当的评估程序，与及组织的协助，有足够的心理素质与预备，应付性别转变的过程应该没有太大的问题。而在评估过程中的荷尔蒙治疗及真实生活体验，会让 TA 较易融入至另一个性别。女跨男的变性人在使用荷尔蒙一段时间之后，声线及外观都会变得非常男性化，一般融入是没有问题的。而男跨女则需在适当指导下锻炼仪态与声线，基本上也足够应付日常的生活，也有部份人士会选择进行面部轮廓整型与声带手术，让自己有足够信心投入新的环境。性别转换后在工作及生活上，大致上与一般人无异。

成年人于青春期过后骨架身高与声线都已经发展成熟，有部分人可能会因外观比较高大或矮小而在性别转变时遇到困难，所以理论上是越年轻开始进行转换效果越好。但未成年的跨性别孩子能否有自主决定权及成熟程度去改变性

别，是很难有一致的定论。欧美国家对这方面的讨论及经验比香港先进，已有案例尝试延缓跨性别孩子的青春期发展，以让 TA 成年后有更优越的生理条件进行性别转换。也有父母与专家及孩子一同进行深度的追踪与探索，去肯定 TA 能够适应将来的转变。

### 27) TA 会不会找不到工作？

在香港有很多国际企业、大型机构、以及政府部门，均有同志及跨性别友善的员工政策，更有鼓励员工表达这方面的性倾向，以增强 TA 们的投入感与工作表现。所以积极向上、有能力的人，是不愁找不到工作及晋升机会的，前途亦不可限量。现在越来越多大企业的高层，也纷纷公开自己作为同志的身份，并得到公司与同事的支持。

而学校、个别雇主、公共服务，以至社会大众的接纳事实上更为重要，香港二十多年来有不同的人士及团体，以及平等机会委员会一直致力推动将性倾向及性别认同 ([10] SOGI) 纳入现行的「反歧视法」中，可惜社会上有部份极为保守的人士，一直以各种手段反对。要推动一个公平接纳、没有歧视的社会，家人的支持是极其重要的。

### 28) 跨别人士会不会很短命？

没有证据显示跨性别人的寿命会比一般人短，这些传闻指的应该是泰国俗称「人妖」的跨性别或变性人。据说 TA 们因表演或特殊工作需要，长期服用大剂量荷尔蒙，以保持女性化的体态及美貌，却又使用其它药物，令 TA 们的男性性器官保持功能正常，以至 TA 们的身体状况出现冲突及超出负荷，而引致寿命比较短的说法。一般跨性别使用荷尔蒙的剂量并不高，如在医生指引下服用，及定期检查身体，并不容易引发严重的健康问题。值得注意的是「人妖」这个名词带有贬义，应避免引用在跨性别或变性人身上。

### 29) 如果 TA 本来是男生，穿女装出外会有问题吗？

香港并没有法例禁止穿着异性服装，女生穿着男装当然没有问题，男生穿着女装亦没有违法，就算遇上警察查身份证，只要说明自己的跨性别状况，一般也不会遇上太大问题。

最麻烦的问题，可能是要选择去那一个洗手间及更衣室，或路人的异样目光。近年香港市民对于性别意识比较开放，遇上穿着异性服装的人士，一般只会多看一两眼就继续走路，如果不是有特别的古怪行径、奇装异服、影响或骚扰他人的行为，遇上麻烦的机会应该不大。当然，TA 自己也要提高警觉，懂得保护，不应单独前往幽静或危险的地方，又或者参与一些不安全的活动。

### 30) TA 应该去那一个洗手间？

正式来说，TA 应该根据自己身份证上的性别，去合适的洗手间。若是已经进入评估过程，得到医生的允许进行「真实生活体验」，即当事人需要全天候二十四小时以另一性别生活，以让 TA 能够容易适应将来的生活。在此期间，医生会发给 TA 一封证明书，让 TA 按照期望的性别，进入合适的洗手间及更衣室。但证明书并没有实质法律作用，只是当有问题出现时，可以比较容易解释，以免麻烦，所以 TA 本身仍须小心自己的行为有没有影响别人。

如果还未得到医生证明的人士，要 TA 根据原生性别进入洗手间，问题可能更加严重，其中一个比较折中的方法，就是选择使用「残疾人士专用洗手间」，或无分性别的设施。

### 31) 如果 TA 要去与原生性别相反的洗手间会犯法吗？

进入异性洗手间被警方检控的情况，一般会引用刑事罪行条例 200 章 160 条的游荡罪控告当事人。其重点为在公众地方出现，而导致其他人合理的担心本身的安全或利益，即属犯罪，一经定罪，可被判处监禁 2 年。所以，基本上如果没有令其他人感到担心，或影响别人的情况下，应不属违法。

关于进入更衣室的情况，香港法律之《公共卫生及市政条例》(第 132 章)第 7 条标题「成年人不得进入分配给异性使用的更衣室」，注明：超过 8 岁或身高超过 1.35 米的人不得进入保留给异性使用的更衣室或其他隔室内。所以无论意图是怎样，也属违法。

以上的情况若被发现，又在没有医生或其他充份证明下，就算本身没有意图犯法，也会遇上不必要的麻烦，小则需要到警局落案，大则会被检控，甚或留有案底。跨性别者如真的有需要使用相反性别之洗手间，又没有医生证明，应要有其他性别与欲使用之洗手间相符的朋友陪伴下使用，会较为安全。

### 32) 手术前出入境会有问题吗？

根据现时的香港法例，变性人需要完成政府订定的完整变性手术后，才可以更改身份证上的性别，而所有由香港入境处及中旅社签发的旅游证件，均需以香港身份证上的性别作为依据。所以于手术前出入境，旅游证件上显示的性别，可能会与 TA 表达的性别不一致，或许会因过关检查时，官员在确认证件持有人为同一人时出现问题或尴尬情况。若香港居民持智能身份证过电子通道，则可避免问题发生，往中国内地部分口岸也可以相同方法处理。

如在香港或一般欧美国家出入境，只要稍花时间解释清楚，证明旅游证件的持有人是自己，因未进行变性手术以至性别一栏未能够更改，一般也不会出现太大问题。有部份跨性别人士为了避免麻烦，会在出入境时作特别打扮，以符合证件上的性别而避免尴尬的情况出现。

另一个办法是更换新的旅游证件，并提供一张较接近现在性别的照片，但避免过份浓妆涂抹或做作，以免申请时被拒。

如有其他国家[11] 护照，而该国家法例容许未进行变性手术人士更换证件上之性别，也可考虑先行申请更改，以方便出外旅游或公干。

# 听听孩子们的心声

孩子永远是父母的宠儿……母亲怀胎十月，父亲看着宝宝呱呱落地，子女一步一步成长，父母所有的心血都送给了TA们的小王子小公主了！看着宝宝长大的那些片段，是永远没法磨灭的，孩子在父母的脑海里就好像长不大一样，永远都是TA们的心肝宝贝要受呵护。

相反地，孩子对童年的记忆只是依稀隐约，在TA印象中，可能根本没有与父母一同经历那段奇妙旅程的痕迹，在TA认知里，或许知道曾经发生过这样的事，但就完全没法跟父母心目中的体验相结连。当孩子开始有独立思想后，一般都不能理解为何父母会样样都管，却又很难花耐心去听听自己的心声……

家长们……你们的孩子正在呼唤……TA的难过，TA的呐喊，你们都听到了吗？

「我很想跟我最爱的妈妈分享我的难过，但我真的怕会伤害她……」

「我真的尽了力，我也很想改变啊！被人歧视的感觉好痛苦，我真的好想自己是个正常人！」

「您不知道！您根本不知道我每次洗澡的时候、换衣服的时候，看到镜子都要躲起来！走进厕所也要低着头，好像我做错了什么一样！」

「我花了二十几年去改变自己！您说我没有尽力？人都快崩溃了！还想我可以怎样？」

「您宁愿您的女儿变成了儿子，还是永远没了女儿啊？」

「我并不怕死，我只是怕你伤心！怕我再没办法照顾你，所以我才撑下去！妈……但我真的怕我再撑不了多久……」

「我真的希望我没有出生过！对不起，我辜负了你们！」

「爸妈，我真的很害怕！我不是一定要这样，只是我一个人真的不知道可以怎样面对！你们可以陪我一起去找出路吗，给我点拥抱吗？」

「您是我这个世界上最信任、最爱的人，想不到您还没听完我的话，就……」

「妈，需然我不知道我将来长大后怎样，但我知道，你的爱让我有力量去克服一切的困难！多谢你，妈咪！」

「我知道你们都受了很多苦，但你们还是这样无私的去接受我！我会加油的！不会白白浪费你们的爱！」

「性别？如果世上没有性别多好……」

# 结语

天地博大，万物有序；周而复始，生生不息。天地从其律而行其中，万物以其类聚而繁衍。律深且奥妙，不为人知；类广而繁复，非为人辨。世人遂将此奥繁之道简而约之，让民得以知之；分而别之，则吾辈可以辨之。奈何日久，后人愚以奉之天地真理，妄自残害别己异士，乃歧视也。

身为中华儿女，我们深受著中国传统文化的价值熏陶，面对着自己与别不同的孩子，很容易就会不知所措，害怕 TA 们会在这个物竞天择的社会里活不来！但适者生存之道，并不是叫我们依循所谓的传统而一成不变。相反，传统告诉我们在物竞天择之下，更要不断求变求出路。

很多人以为真理就是唯一，所以便将唯一以外的种种可能性都定胜为「错」。事实上，永恒一直在变幻中发展，真理不断在驱动着人类迈前。那些坚持真理唯一的人，实在是没胆量求变求真，没勇气走出自己的安全网，遂以恐吓手段，让其他人以为离开原地就是离经背道，天理不容，实际是己所不欲，乃施于人。

性别中之男女二分，很多人也以为是上天赐下之物种繁衍定律。但首先我们要明白物种之得以繁衍，并不需要所有个体都予以实践。事实上自然界里充满着不一样的繁衍及生存模式，才得以成为整全的生态大环境。但当社会里的激进道德批判者在指责跨性别及同性恋时，好多时候都会说 TA 们是违反自然，而当论到自然界里也有此类情况，TA 们就会说人类不是野兽，不可以相提并论。试问如此的无理辩驳，又如何可以去辩思中国人的传统道德伦理？

中国古贤智慧中的太极观，道出了宇宙构成之奥秘。《易传》有曰：「易有太极，是生两仪。两仪生四象，四象生八卦。」太极图中分为黑白二色，代表阴阳两方，天地两部。白中黑点代表阳中有阴，黑中白点代表阴中有阳，外边的正圆代表宇宙无限大之意。太极讲求阴阳互配，无边无界，变幻无穷，才是宇宙生成之道，万物也基于此理。再者《易经·系辞上传》第五章：「一阴一阳之谓道，继之者善也，成之者性也。」，其语义为：一阴一阳的运行变化称之为道，人从天道变化中得到了善，人性使天道赋予人的这种善得到完成和显现。成之，是说人秉受天道之善是通过人性来实现的。

我们能否在男和女之间，找到让不同需要的人活得更好的方法？我们能否去学习聆听和接纳一些我们未知未明的事物，就全靠人世间的大爱。

仅将此书献给天地间之父母！

Joanne Leung 梁咏恩

跨性别资源中心主席

**性别是上天赋予人类的一份恩赐，一份自由活跃的真我表达。我们应该为那勇敢探索是性别的人而高兴，为到了 TA 们的重新发现而雀跃！**



# 作者简介

Joanne 出生于香港，原生性别为男，经历了四十多年的身份挣扎，终于在 2009 年于香港进行了性别转换手术，正式将所有身份证明文件更改为女性，但仍坚持接纳自己的跨性别身份及爱女性的情欲，努力为跨性别群体内做支持工作，也经常与政府及医疗机关商讨及处理有关跨性别人士的支持方案。现为跨性别资源中心主席、粉红同盟副主席、香港政制及内地事务局消除歧视性小众咨询小组成员，及香港爱滋病顾问局核下之爱滋病社区论坛成员。

2006 年起一直积极参与香港各大学院之性别课堂分享及媒体访问，将积极正面之跨性别及同志基督徒身份呈现于公众面前。2008 年成立跨性别资源中心并任主席至今，活跃于中、港、台两岸三地同志权益运动。

Joanne 于 2012 年被香港 Baccarat 时尚生活杂志评选为「四十五位四十五岁以下令香港带来改变的人士」，2014 年获 HER Fund 颁授首届「她。敢于改变」奖奖项，同年于联合国日内瓦 CEDAW 会议发言，反映香港跨性别及同性恋之歧视状况，为首位华人以跨性别身份发言。

作者：Joanne Leung 梁咏恩

校对：Lucetta Kam, Eleanor Cheung, Day Wong

翻译：凌雪

本活动计划由平等机会（性取向）资助计划资助

本刊物内容只代表本机构的意见

并不代表香港特别行政区政府立场

## 注：

[1]以下内容我们会以“TA”这个词语代替「他」或「她」，TA 的读音跟「他」或「她」一样，但不带有性别之分，让我们能够避免不断重复使用「他」与「她」，也希望提醒大家，在语言文字的运用，也能够尊重各人的性别表达及取态。

[2]电子版本可于本机构网站下载 [www.tgr.org.hk](http://www.tgr.org.hk)

[3]此处只列出与本手册有关的基本概念，其他数据请参阅本书系列第一册《是非男女：本土跨性别阅读手册》。

[4]美国著名性别学者朱迪斯·巴特勒（Judith butler）于 1990 年出版《性别麻烦》一书，被推崇为当代酷儿理论的经典文本。书中提出「性别操演」理论，及性别如何为人带来种种麻烦等，对当今社会性别迷思提出了强烈批判。

[5]性别流动指的是非生理上的一种状态，会有可能随着不同的环境、心情、需要等等而改变，改变可以是有意地或不自觉地，信道没有明确的规律性，所以以流动来形容。

[6]中国人的社会一般会认为男性应该阳刚，女性应该温柔，又或者经常说男儿流血不流泪，这些都是性别规范。

[7]更详细的数据请参阅本书系列第一册《是非男女：本土跨性别阅读手册》。

[8] Harry Benjamin 于 1979 年成立「本杰明国际性别焦虑协会」（Harry Benjamin International Gender Dysphoria Association），一直在国际上主导及推广对变性人士的医疗护理，2007 年更名为「世界跨性别健康专业协会」（World Professional Association for Transgender Health, WPATH）

[9]跨性别群体中有一大部份会全时间或部份时间穿着异性服装，TA 们会被界定为「易装人士」，通常指的是男跨女，因为女性穿着男装不被视为易服。有人会用「易装癖」来形容 TA 们，但事实上绝大部份的易服人士之所以易装并非因为癖好，而是 TA 们于性别表达或性别认同上的需要。

[10] SOGI 的全写是 Sexual Orientation and Gender Identity，也有在后面加上“E”字，即加上 Expression 以扩阔其保障范畴适用于性别表达方面。

[11]英国国民（海外）护照亦即 BNO，容许香港居民透过邮件提供申请表格及证明数据，将护照上的性别更改，并不需要完成性别重置手术。【仅适用于 HK】