

同志在臺灣社會的次等公民處境與心理健康

文 | 劉安真 | 弘光科技大學通識教育中心助理教授

圖 | 作者提供

2013 年 5 月 14 日聯合國人權辦公室（The United Nations Human Rights Office）發表了名為「謎語」（The Riddle）的短片，短片的内容摘譯如下：

「請猜以下的謎語。什麼存在於世上的每個角落，但在某些國家可被接納與讚許，在其他 76 個國家卻是犯罪？什麼會讓人因為害怕被公眾羞辱、被監禁或施以酷刑而需要刻意隱瞞？在七個國家甚至會因此而被判處死刑？什麼會撕裂與家人間的關係？什麼會讓人每天處於被暴力攻擊的風險中？是什麼簡單的特性，讓人走到哪裡都被視為是次等公民？什麼會讓孩子被趕出家門，讓學生在學校遭受霸凌？甚至被學校開除？什麼會讓人在無預警的情況下被解聘，失去工作？什麼早就存在於世界上每個國家的歷史中，但至今卻仍被某些人視為不正常？答案是什麼呢？僅僅是因為，他們是女同志、男同志、雙性戀或是跨性別者（LGBT）。」

這部同志人權的宣導短片，道盡了同志在社會中次等公民的處境。身為心理健康工作者，我關心的是，同志在社會中次等公民的處境如何影響了他們的生活與心理健康？因此，本文想要從心理健康的角度，來討論同志處境與他們心理健康之間的關係。

每位公民應受到平等的對待，有免於恐懼與不受傷害的權力，但由於同志身份被某些人視為是不好的、無法接受的，甚至是有罪的，以至於同志族群需要花費大量的心神處理他們的身份所帶來的社會壓力，這些都是異性戀者不需要面對的議題。而且這些壓力是每天都要面對的，根據心理學對壓力的研究，每天都發生的壓力對心理健康的影響甚至大過單一的重大創傷事件。因此，可以想見，同志在日常生活中必須處理因同志身份而來的諸多生活事件，這樣的生存脈絡對同志的心理健康是很大的威



Youtube 網站上的「謎語」短片：LGBT 的權利是人權。（網址出處：<https://www.youtube.com/watch?v=sYFNfW1-sM8>）。

脅，這也是同志族群比起異性戀者有更高比例的心理困擾與精神疾病的原因，因為大多數的心理困擾與精神疾病和壓力高度相關。如果我們的社會，將同志在社會中的不利處境視為理所當然，將同志因為承受較大社會壓力而產生的心理困擾視為是同志個人的議題，這對同志族群來說是極不公平的。



Youtube 網站上的「謎語」短片：你並不孤單。（網址出處：<https://www.youtube.com/watch?v=sYFNfW1-sM8>）。

為了更闡明同志族群的社會壓力，以下分幾個部份加以敘述。

一、要不要隱藏同志身份——出櫃的議題：

出櫃是專屬於同志的議題，當異性戀者不需要出櫃，而同志卻需要在每天的人際互動中考慮是否出櫃時，就表示社會對

同志不夠友善，而且同志身份在此社會中是需要被隱藏的。許多同志對於向他人出櫃感到擔心，有些同志害怕自己的身份被發現，因此常處於恐懼中。憲法保障所有公民有免於恐懼的自由，如果某一族群需要在每天的生活中，因為他的身份而感到恐懼，這對此族群來說就是不公義的。

許多人低估了出櫃的影響層面，認為



只要同志能認同自己的身份，不要害怕，這個社會就無法傷害你，而且持此看法的人會舉出很多正面的例子，告訴你出櫃不可怕，會害怕是個人調適不良所造成。這樣的說法低估了社會中性戀恐懼的力量。出櫃議題的影響層面極廣，同志幾乎所有的生活層面都需要面對出櫃議題，而且出櫃並不是一個單一的動作，出櫃前要考量要不要出櫃，之後又要處理此決定帶來的後續影響。

以家庭為例，要不要跟家人出櫃是令許多同志困擾的議題，許多同志甚至花費幾年的時間醞釀或思考是否跟家人出櫃。不出櫃將使同志身份成為秘密，隨時要保持警覺，不讓家人發現同志身份，守住秘密本身就會帶來心理壓力。而不出櫃也造成與家人間的距離與隔閡，無法真正與家人親密，讓許多同志在家中感受到疏離與不被理解。若是向家人出櫃呢？雖然有許多家人對同志是支持的，但不可否認，同志出櫃可能冒著失去家人支持的風險，有些家人會要求同志改變性取向，有些父母或手足會指責同志不孝，甚至有父母會將同志青少年趕出家門或以言語羞辱，甚至毆打。這些都是同志向家人出櫃所需要承擔的風險。同儕關係也是如此，不出櫃造成朋友間的疏離，也讓同志時時處於擔心身份曝光的恐懼中。但出櫃卻可能帶來負面的後果，例如：不接納、排擠、成為他人八卦與流言的對象，許多青少年更因為出櫃而成為被霸凌的對象。在工作場域中，要不要跟同事出櫃？出櫃之後會不會影響升遷？會不會莫名其妙地失去工作？

若是不出櫃，要如何跟同事分享私生活？當同事探問私生活時，該說什麼才不會被懷疑？在休閒生活的場域，走在路上要不要跟另一半手牽手？去旅館訂房時，要不要主動跟櫃臺要求一張大床的雙人房（因為旅館多數會為同性別者安排兩張小床），跟旅行社報名旅遊時，要不要跟旅行社表明自己與另一半是伴侶關係，請全程安排一大床的雙人房？如果與另一半都喜歡唱歌，要不要一起參加合唱團？若一起參加合唱團，同團的人問起兩人的關係時，要出櫃嗎？還是要說謊？

由上述的例子可以發現，出櫃是每天都要面對的議題。有些同志朋友為了避開出櫃議題，越來越把生活圈侷限在同志社群中，因為只有在同志社群中不需要面對出櫃議題，才能真實而自在地做自己。這對同志族群來說公平嗎？因為同志的污名處境，讓同志失去家人支持與同儕支持，這對他們的心理健康是極為不利的。許多人將出櫃議題視為同志的個人議題，認為同志需要學習調適，需要學會在各種場合出櫃的「策略」或「技巧」，卻忽略了，當出櫃成為同志獨有的議題時，這就成為人權議題了。應該改變的是這個不公平的社會，是社會要讓同志不會感到恐懼，不需要在每個人際互動中考量要不要出櫃，而不是同志該學習「出櫃技巧」。

二、缺乏法律認可的伴侶關係：

多元成家的三套民法修正草案於2013年10月送進臺灣立法院，其中涉及

了同性婚姻合法化的議題。有人問：「同志想在一起就在一起，何必一定要爭取婚姻合法化？連異性戀都不想結婚了，同志為何爭婚姻權？」殊不知，想要共同生活的伴侶，如果缺乏法律認可，將會面臨許多問題，承受許多心理壓力。臺灣同志諮詢熱線曾拍攝一部描述老年同志處境的短片《其它人》，片中老同年志被迫在伴侶的告別式上以其它人的身份出席。事實上，這不僅是老年同志的議題，是所有同志伴侶都會面臨的處境。因為同志無法合法結婚，在臺灣的戶政系統上，同志和最親密的伴侶是沒有任何關係的，這將衍生出種種問題。試想以下的情況：當你的伴侶出門時，若是路上發生了意外，警察或醫院都不會通知你，你無從得知你的伴侶

出事了。若是伴侶的家人也不知道你們的關係，或是不認可你們的關係，你可能沒有管道可以得知伴侶的狀況，雖然你是他最親密的伴侶，但他出了什麼事，你可能無從得知。因此，有同志朋友在皮夾裡放一張字條，寫著：「若我發生意外，請通知某某某。」異性戀夫妻需要花費心神思考這些問題嗎？這是同志伴侶獨有的處境。

若是同志伴侶希望共同置產，他們需要有更多的安排，才不會在另一半過世時，除了經歷失去伴侶的傷痛之外，還要面對對方家人爭產的難堪場面。除了遺產繼承的問題，還有保險受益、醫療探視以及重症急病開刀同意書簽署等，都是同志伴侶需要額外面對與處理的議題，這些都可能是壓力來源。有些人主張，要解決上述的問題，不需要透過同性婚姻合法化，因為只要事先預擬遺囑或是做好安排即可，包括保險受益、醫療探視或重症急病開刀同意書簽署等，若預先做好安排都是可以處理的。這樣的說法，跟同志需要學習出櫃技巧是一樣的邏輯，同志伴侶需要自己學會處理因為同志身份而來的種種不利處境，而異性戀夫妻卻不需要。異性戀夫妻理所當然享有法律所帶來的保障與權益，同志伴侶卻需要自己想辦法保障自己的權益，這對同志伴侶是極不公平的。出櫃議題，讓許多同志朋友很難「回家」，同性不能結婚，又讓同志無法成家，這樣的社會處境才是同志心理健康最大的威脅。



三、有敵意的環境：歧視與攻擊

如果社會允許針對特定族群發表歧視與攻擊的言論，讓此族群長期處於敵意與不友善的環境中，將嚴重影響此族群的心理健康。同志就是在這樣的社會脈絡下長大的，而且終其一生都需與不友善的環境對抗。在臺灣長大的人，應該都聽過身旁的人，包括家人、老師、同學、朋友、公眾人物（例如：某立委曾說同志不能下蛋），甚至是路人甲，用貶抑與歧視性的語言來談論同志，這樣的成長脈絡造成了某些同志內化的同性戀恐懼（害怕與討厭自己是同志），也讓許多異性戀者把歧視與攻擊同志視為是正當的。許多青少年同志都曾在求學階段被同學霸凌，也聽過老師在課堂上任意發表歧視同志的言論。這樣的成長脈絡，對同志青少年的心理健康造成威脅，也讓同志青少年比異性戀同儕有更高比例的憂鬱與自殺。

如果同志不出櫃，就可以免去這些歧視與攻擊了嗎？並非如此，因為恐同的言論無所不在，與出不出櫃無關。我們的社

會寬容歧視同志的言論，並認為同志需要學會與敵意的環境共處，這是不公義的。社會漠視特定族群一直生活在敵意的環境中，卻不思考如何改變有敵意的環境，不設法制止或是減少針對特定族群的歧視與攻擊，這就是漠視特定族群的人權。一直到現在，我們還是很容易在網路上、在媒體上看到「同性戀是一種罪」、「同性戀很噁心」等言論，甚至有大學教師邀請走出埃及（主張同性戀是一種罪，需要透過宗教來治療同性戀的組織）進入課堂分享「被成功治療」的生命經驗。同志置身於此有敵意的環境中，心理健康將遭到傷害，自尊也受到影響。

現在的網路新聞下方都有留言的功能，只要有同志相關的新聞，很容易看到網友針對同志表達歧視，甚至是仇恨的言論。以 2013 年 7 月 15 日的新聞為例，當天聯合報有一則報導：「一個家兩個爹、同學好羨慕」，內容是兩位男同志成家並扶養小孩的故事。有位同志朋友說，當天看到這個新聞好開心，但一看到新聞下方的網友留言，忍不住難過地掉下淚來，因





2012 年 10 月 27 日第十屆臺灣同志遊行。

為下面的留言有大量歧視同志的言論。這是同志真實的處境，就算不出櫃，依然無法避免看到或是聽到針對同志的攻擊，而需要學著去調適自我，或是去反擊。同志必須在這個社會中學會處理對同志的歧視與敵意，而異性戀者卻不用，這又充分顯示了同志次等公民的處境。

除了直接針對同志的歧視與攻擊之外，心理學者也注意到「隱微的攻擊」（microaggressions）同樣傷害同志族群的心理健康。何謂隱微的攻擊？一些看似非攻擊性的行為，但卻隱含了對同志的排斥與貶抑。例如：知道你的同志身份之後，刻意與你保持距離。除了人際行為上的隱微攻擊之外，政策上將同志族群邊緣化，也是一種隱微的攻擊。例如：反對中小學實施同志教育的人常宣稱：「我們不歧視同志，我們尊重同志，我們只是反對孩子們過早接觸同志議題，這樣會混淆孩子的性別認同。」反對同性婚姻法的人會說：「我們不歧視同志，我們尊重同志，但我們捍衛一夫一妻的家庭價值，孩子需要一個爸爸和一個媽媽。」這些言論都隱微地傳遞

了「同志是不正常的」的訊息，這些言論都會傷害同志族群的自尊與心理健康。

同志在社會中次等公民的處境，讓同志每天都需要額外花費心神處理因為同志身份而來的種種問題，這些問題也讓同志需要承受異性戀者所不需承受的心理壓力，進而威脅了同志的心理健康。社會不應漠視同志的權益長期受到剝削，我們的社會需要對同志更友善，才能真正增進同志的心理健康。社會正義是諮商心理學近年來最受到重視的議題，因為唯有改善弱勢族群的社會處境，才能保障他們的心理健康。臺灣社會對於同志權益的保障，還有非常大的改進空間。例如：同志教育應該從更低年級做起（目前是小學五年級），讓大多數的人可以從小學會尊重多元性別與性取向，如此，出櫃才有可能不再是個議題。同性婚姻應該合法化，不應讓同志伴侶因為他們的性取向而受到差別待遇。反歧視法應盡快制訂，才能減少社會中對同志的歧視與攻擊。唯有在友善同志與平權的社會中，同志的心理健康才能得到應有的保障。