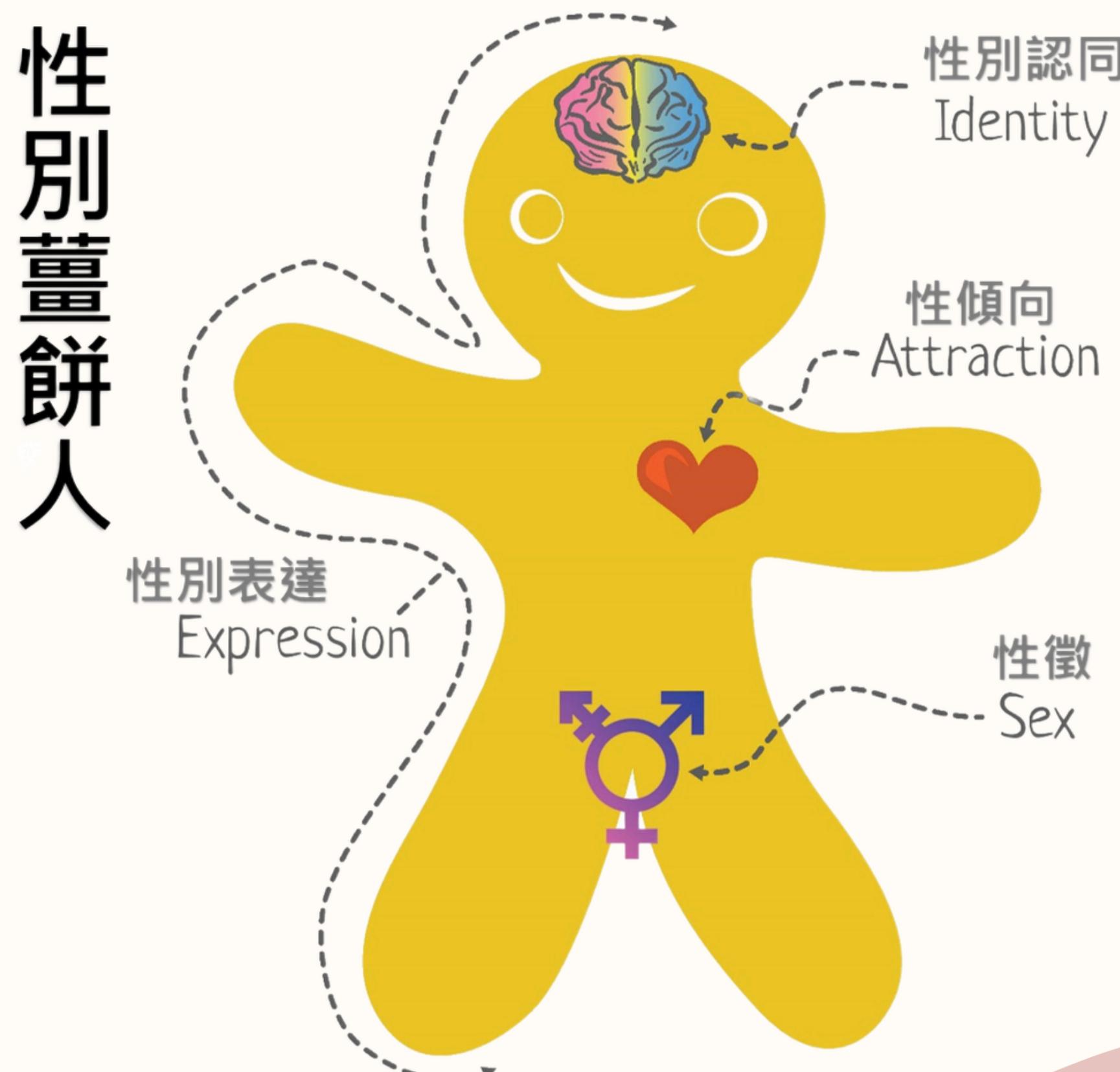


# 認識多元性別： 性別的多元不是議題，只是日常 打開理解與包容，讓我們看見、聽見、站在一起！

## 壹、多元性別可能是...



- 性別認同 (我覺得我是...)
- 性別表達 (我看起來像是...)
- 生理性別 (我生下來是...)
- 性取向 (我喜歡的是...)

「如果你無法  
被分為男或  
女，那你会怎  
麼定義自  
己？」



參考資料: <https://genderempowerment.org/>

參考資料: <https://www.bbc.com/zhongwen/trad/sports-69263841>

## 貳、在真實世界中生活：多元性別者可能的處境

「我媽媽哭著說，她寧願  
我死掉也不要當同性戀。」

「我不敢出櫃，因為老闆曾  
經說過‘變性人太可怕了’。」

「我只是在捷運上穿裙子，就  
被偷拍上網寫‘變態現形’。」

### 1. 原生家庭的壓力與不接納

### 2. 校園生活的困境

### 3. 職場與醫療挑戰

### 4. 社群媒體的雙刃劍角色

### 5. 公共空間的不友善

### 6. 內在掙扎與自我懷疑

「同學偷拍我進廁所的  
樣子，上傳到班級群組。」

「我在IG寫我是泛性戀，  
馬上收到私訊罵我變態。」

「我不是想當『特別』，  
我只是想好好活著。」

「如果是你，  
你希望社會怎麼對你？」



# 參、迷思與真相--社會視角下的性別爭議

## 「XY染色體就是男的吧？」

背景：2021年，奧運拳擊選手林郁婷因外媒資料顯示其染色體為XY，而遭網友質疑其「是否為女性」。

常見迷思：「有XY染色體就是男性」

事實釐清：染色體只是生理性別的其中一項因素，還包括性腺、激素、外生殖器等。性別認同與社會角色更是無法由基因片段決定。

反思：「為什麼我們總是想用身體細節來定義一個人的性別？」

參考資料：<https://www.bbc.com/zhongwen/trad/sports-69263841>

## 「跨性別用女廁不就很危險？」

背景：美國與台灣推動性別友善廁所時，常被攻擊「會讓性侵更容易」。

常見迷思：把跨性別女性等同於潛在加害者。

事實釐清：沒證據顯示跨女使用女廁與性侵風險有關，反而跨性別者更常在公廁被暴力對待。

反思：我們真的在保護誰的安全？還是只是害怕「不一樣的人」？

## 「娘娘腔就是同志吧？」

背景：許多氣質陰柔的男孩在學校遭霸凌，只因「看起來不像男生」。

常見迷思：混淆性別氣質與性傾向。

事實釐清：陰柔或陽剛只是氣質，不等於性傾向或性別認同。

反思：我們到底在期待男孩「像什麼」？這樣的期待傷了誰？

## 「跨性別運動員作弊、身體不公平」

背景：許多跨性別選手在運動賽場受到排擠，被指控「不公平競爭」。

常見迷思：認為跨女擁有生理優勢，等同「男生來搶女生的獎」。

事實釐清：實際上，跨性別選手須通過嚴格的激素監控與身體條件審查。參賽者之間本來就存在天生差異，這是競技的一部分。

反思：為什麼我們只質疑少數人「是否合格」，卻不檢視制度是否公平？

## 「現在小孩會被性別教育教成同志？」

背景：每當性平教育課綱修訂或學校推動同志友善教材時，出現「教同志會把孩子教成同志」的質疑。

常見迷思：

介紹性別光譜或同志議題，會混淆孩子對性別與性傾向的理解

事實釐清：

性平教育不是「誘導」孩子變成同志，而是幫助孩子認識並尊重差異、避免歧視。就像學習原住民文化，不會讓人「變成」原住民一樣。世界衛生組織強調：「沒有任何實證可以證明，人類能有效改變另一人的性傾向。」

反思：

孩子不是因為教育變成同志，而是在安全的環境下，認識、理解並接納真實的自己。讓孩子認識多元性別，不是灌輸是守護。

參考資料：<https://plainlaw.me/posts/gender-equity-education-act>

## 「多元性別只是流行風潮」

背景：有人認為「非二元性別」、「泛性戀」這些詞只是年輕人想紅、搞怪。

迷思來源：將認同視為一時興起或注意力行為。

釐清：這些身份名稱，反映的是對自身深刻的探索與歸屬的渴望，不是為了標新立異。

想一想：當一個人願意用勇氣說出「我是誰」，我們有什麼資格說「這不是真的」？

破解迷思：

泛性戀（Pansexuality）並不等於雙性戀（Bisexuality）！

泛性戀者可能會愛上任何性別認同的人，包括非二元性別者。而雙性戀則強調「對兩個或以上性別的吸引」

參考資料：<https://bsccpsy.com/pansexuality-asexuality-fetosexuality/>

# 肆、支持與行動：我們可以怎麼做？

## 日常練習：性別友善的用語與態度

- 詢問並尊重他人代稱
- 不預設性別身份或性傾向
- 拒絕性別刻板語言
- 尊重個人選擇
- 傾聽、不急於評斷

## 給他們四種「社會性支持」

- 情誼性支持：Companionship
- 自尊性支持：Self-Esteem
- 資訊性支持：Informational
- 實質性支持：Tangible



參考資料：[https://mental-health.gov.taipei/News\\_Content.aspx?n=160B9C4672BF2849&sms=D9970CDAAA49C91&s=9E43440CCB03332D](https://mental-health.gov.taipei/News_Content.aspx?n=160B9C4672BF2849&sms=D9970CDAAA49C91&s=9E43440CCB03332D)