

# 向家人出櫃： 支援男同志及家人



香港社工培訓手冊



## 目錄

|                            |    |
|----------------------------|----|
| 第一章 引言.....                | 4  |
| 1.1 手冊的目的與範疇.....          | 4  |
| 1.2 了解男同志及其家人的需求.....      | 4  |
| 1.3 如何使用本手冊.....           | 5  |
| 第二章 理解性傾向與性別認同.....        | 6  |
| 2.1 關鍵術語與概念.....           | 6  |
| 2.2 常見疑問.....              | 7  |
| 2.3 同志社群內的「多元及交叉性」.....    | 7  |
| 2.4 討論問題.....              | 8  |
| 第三章 法律與專業操守考量.....         | 9  |
| 3.1 同志權利與法律.....           | 9  |
| 3.2 法定婚姻以外的家庭結構.....       | 9  |
| 3.3 支援男同志及家人的專業操守準則.....   | 10 |
| 3.4 保密性與披露考量.....          | 10 |
| 3.5 討論問題.....              | 11 |
| 第四章 性取向的敏感度.....           | 12 |
| 4.1 理解同志社群內的「多元及交叉性」.....  | 12 |
| 4.2 處理「多元及交叉性」與多重身份.....   | 12 |
| 4.3 理解污名、歧視與「少數壓力」的影響..... | 12 |
| 4.4 孝道、家庭期望與文化規範.....      | 13 |
| 4.5 家庭的反應模式.....           | 13 |
| 4.6 社工的實務策略.....           | 13 |
| 4.7 宗教/信仰與傳統的角色.....       | 14 |
| 4.8 實務建議.....              | 14 |
| 4.9 討論問題.....              | 14 |
| 第五章 營造安全且共融的環境.....        | 15 |
| 5.1 提供安全且友善的空間.....        | 15 |
| 5.2 尊重且具包容性的語言.....        | 15 |
| 5.3 肯定與支持的共融環境.....        | 16 |
| 5.4 討論問題.....              | 16 |
| 第六章 與同志合作.....             | 17 |
| 6.1 建立信任與連結.....           | 17 |
| 6.2 支援情緒與心理健康.....         | 17 |
| 6.3 協助出櫃過程.....            | 17 |
| 6.4 討論問題.....              | 17 |
| 第七章 與同志及家人合作.....          | 18 |

|                             |           |
|-----------------------------|-----------|
| 7.1 理解家庭動力與挑戰.....          | 18        |
| 7.2 支援父母及同志子女.....          | 18        |
| 7.3 協助家庭溝通.....             | 18        |
| 7.4 處理與親屬的憂慮.....           | 19        |
| 7.5 討論問題.....               | 19        |
| <b>第八章 支援服務.....</b>        | <b>20</b> |
| 8.1 同志及家人的轉介與資源網絡.....      | 20        |
| 8.2 與同志社區組織合作.....          | 20        |
| 8.3 關注政策改變與社會平等.....        | 20        |
| 8.4 討論問題.....               | 21        |
| <b>第九章 社工的自我關懷.....</b>     | <b>22</b> |
| 9.1 挑戰帶來的情緒影響.....          | 22        |
| 9.2 自我關懷.....               | 22        |
| 9.3 討論問題.....               | 22        |
| <b>第十章 個案研究.....</b>        | <b>23</b> |
| 10.1 具體實例.....              | 23        |
| 個案一：學生受欺凌.....              | 23        |
| 個案二：沈默的家庭.....              | 24        |
| 個案三：自殺念頭與自殘.....            | 26        |
| 個案四：家人催婚.....               | 28        |
| 個案五：公義或坦白?.....             | 29        |
| 個案六：父親是同志.....              | 31        |
| 10.2 有效介入與支援的實務策略.....      | 33        |
| 10.3 討論問題.....              | 33        |
| <b>第十一章 共創包容與接納的未來.....</b> | <b>34</b> |
| 11.1 要點回顧.....              | 34        |
| 11.2 願景與使命.....             | 34        |
| <b>第十二章 評估與實踐.....</b>      | <b>35</b> |
| 12.1 知識掌握.....              | 35        |
| 12.2 實務技巧.....              | 35        |
| 12.3 反思.....                | 35        |
| <b>第十三章 社區資源.....</b>       | <b>36</b> |
| 13.1 同志組織/服務.....           | 36        |
| 13.2 性健康組織/服務.....          | 37        |
| 13.3 文化活動.....              | 37        |
| 13.4 作者介紹.....              | 38        |

## 第一章 引言

### 1.1 手冊的目的與範疇

本手冊<sup>1</sup>旨在協助社會工作者<sup>2</sup>及其他專業人士，支援香港的男同志<sup>3</sup>及其家人。手冊提供了必要的知識、技巧和策略，以應對男同志及其親友所面臨的獨特挑戰。

男同志經常面臨歧視、污名化和社交排斥，這對他們的心理健康、人際關係及整體福祉都有顯著影響。本手冊旨在為社工提供實用的工具，以提供有效的支援，從而建立一個更具包容性和接納性的社會。

支援男同志的一個關鍵面向，是識別**家庭支援**的重要性。家人的接納對同志的心理健康和生活質素至關重要。社工可以協助家庭成員更深入地理解並支援其同志家人，進而改善家庭關係並減少衝突。

此外，學校對男同志的成長經歷有著深遠影響。本手冊提供了與學校合作的策略，以確保所有學生不論其性傾向，都能在安全且具支持性的環境中成長。

除了關注男同志及其家人的需求外，本手冊亦強調社工全面了解同志議題的重要性。透過提升意識、減少歧視並促進接納，社工能為大眾建立一個更具支持性和包容性的社區。

### 1.2 了解男同志及其家人的需求

社工必須了解男同志及其家人面臨的獨特挑戰，才能提供有效的支援。關鍵領域包括：

- i. **心理健康與情緒福祉**：由於社會污名、歧視和家庭排斥，男同志較容易出現抑鬱、焦慮及自殺念頭等心理健康問題。社工需要提供適切的支援，協助個案建立逆境自強的能力（Resilience）並改善其情緒健康。

---

<sup>1</sup> 本手冊乃基於作者之一——江紹祺教授，他對香港不同世代男同志逾數十載之研究，並結集其近期針對男同志及其家屬之專題研究成果撰寫而成（獲香港研究資助局資助，撥款編號：17606221）。

請注意，本手冊主要關注男同志者的經驗，而非其他性少數群體。因此，我們在此制定的一般服務流程是基於男同志者的經歷；針對特定性/別小眾（例如女同志，跨性別人士等）的專項服務，可在未來的研究中進一步探討。

<sup>2</sup> 社會工作者，簡稱「社工」。

<sup>3</sup> 「同志」是一個本地用語，指女同性戀、男同性戀、雙性戀、跨性別、酷兒及其他性/別小眾（LGBTQ+）。

- ii. **家庭接納與支援**：家庭能大幅提升同志的自尊心和心理健康。然而，部分家庭在接納同志成員時感到困難，可能導致衝突、排斥，甚至造成成員流離失所。社工能協助家庭理解並支持他們的親人，從而改善彼此關係。
- iii. **文化因素及敏感度**：香港、中國內地、甚至西方及亞洲等地的文化、信仰及價值觀可能會影響家庭和社區看待男同志的方式。某些傳統中國價值觀（如孝道）可能加劇社會標籤，使男同志更難被接納。社工必須具備**敏感度**，理解這些挑戰，以提供尊重且有效的支援。

### 1.3 如何使用本手冊

本手冊旨在提高社工及其他專業人士的意識並鼓勵討論。它強調在提供支援服務時，多元、包容性與接納的重要性。

- i. **閱讀手冊**：仔細閱讀手冊，理解支援男同志及家人的核心概念、挑戰及策略。
- ii. **反思關鍵問題**：思考每個章節提供的反思問題。這將有助於你分析不同情境，並思考如何將所學應用於實務工作中。
- iii. **參與討論**：如果你是以小組形式學習，請與同事討論反思問題以獲取不同觀點。若是自學，請花時間整理並記錄你的想法。
- iv. **實踐所學**：思考如何將這些知識應用於現實生活中。無論是在職場、個人生活還是社區，請實踐包容精神，為每個人創造一個更友善、更具肯定性的環境。

### 1.4 討論問題

- i. 男同志及其家人在香港面臨哪些獨特的挑戰？
- ii. 社工如何確保其介入措施具備文化敏感度，並切合男同志及其家人的需求？
- iii. 在你看來，建立一個包容男同志的支援系統，最重要的因素是什麼？
- iv. 你認為社工可以如何最有效地處理香港男同志的心理健康和情緒福祉問題？
- v. 為什麼社工必須掌握香港男同志及其家人所面對的具體挑戰？

## 第二章 理解性傾向與性別認同

### 2.1 關鍵術語與概念

社工需要理解與性傾向及性別認同相關的重要術語，以便更好地支援個案。以下是核心定義：

- i. **性傾向**描述了一個人在情感、浪漫及/或性吸引力上的持久模式。一個人可能是：
  - a. **同性戀/同志**：受同性吸引（例如：男同志 Gay 或女同志 Lesbian）。
  - b. **異性戀**：受異性吸引。
  - c. **雙性戀**：同時受男性和女性吸引。
- ii. **性別認同**：指一個人對自己性別的內在感受。這可能與其出生時被指派的性別相符，也可能不符。一個人可以認同自己為男性、女性或**非二元**（即不完全屬於男性或女性）。
- iii. **跨性別**：他們的性別認同與其出生時被指派的性別不同。例如，一名出生時被指派為女性的人，其認同可能為男性。並非所有跨性別人士都會選擇接受賀爾蒙治療或手術等醫療程序。
- iv. **順性別**：他們的性別認同與其出生時被指派的性別相符。例如，一名出生時被指派為男性且認同自己為男性的人，即為順性別。
- v. **出櫃**：指一個人向他人披露自己的性傾向或性別認同的過程。這可能是一個艱難且個人化的過程，並非每個人都會選擇在生活的所有領域中出櫃。
- vi. **恐同與恐跨**
  - a. **恐同(Homophobia)**：對同志的恐懼、仇恨或歧視。
  - b. **雙性戀恐懼症(Biphobia)**：對雙性戀者的恐懼、仇恨或歧視。
  - c. **恐跨(Transphobia)**：對跨性別人士的恐懼、仇恨或歧視。這些歧視都可能導致騷擾、暴力或社會排斥。
- vii. **異性戀規範(Heteronormativity)**異性戀常規是一種認為異性戀關係才是「正常」或「預期標準」的觀念。這種假設會導致對同志社群的歧視，並限制社會的接納程度。

## 2.2 常見疑問

以下是一些社會大眾對同志的疑問及論點：

| 疑問                   | 論點  |
|----------------------|---|
| 同性戀是先天遺傳還是後天學習的？     | 這個問題本身就帶有偏見。我們極少針對「異性戀」提出同樣的問題。當我們要求為非異性戀的性傾向尋找「成因」時，這種做法往往強化了社會污名，而非追求真正的理解。 |
| 同志可以透過治療改變其性傾向。      | 至今並無科學證據顯示性傾向可以（或應該）被改變。「轉向治療」（Conversion therapy）是有害的，且受到心理健康專業人士的廣泛譴責。      |
| 同志因為其身份而更容易出現心理健康問題。 | 同志面臨較多心理挑戰，是因為受到歧視、排斥和社會污名，而非源於其身份本身。   |

## 2.3 同志社群內的「多元及交叉性」

同志社群高度多元，每個人的經歷都是獨一無二的。同志來自不同的背景（例如**年齡、性別、性傾向、社會經濟地位、文化背景、宗教信仰、種族、殘疾以及家庭背景**等因素）。

這些背景塑造了他們的身份認同、價值觀和生命經歷。而這些因素有其**交叉性（intersectionality）**，即相互影響並因此而塑造其複雜經歷。所以有些人可能面臨多重歧視，例如身為長者（年齡）同時又是同志（性傾向）。社工應識別這些差異並提供個人化的支援。

## 2.4 討論問題

- i. 你會如何向不熟悉這些術語的人解釋「性傾向」與「性別認同」之間的區別？
- ii. 在社會工作環境中，挑戰對同志的迷思與誤解為何至關重要？
- iii. 社工可以如何為不同性傾向及性別認同的個案營造一個包容的環境？
- iv. 理解「異性戀規範」的概念，對於為同志個案服務時有什麼作用？
- v. 你能想到哪些因素對同志的常見誤解而影響社工服務的情境嗎？你會如何處理？
- vi. 請嘗試運用交叉性的觀點，討論一個人的種族、宗教信仰、年齡、或經濟階層，如何影響同志的生命經驗？

## 第三章 法律與專業操守考量

### 3.1 同志權利與法律

在香港，針對同志的法律保障相對有限。雖然同性性行為已合法化，但香港目前尚未正式承認**同性婚姻**或**民事伴侶關係**。法律地位的缺失影響了同志生活的各方面。

#### 關鍵法律議題：

- i. **同性戀去刑事化**：香港對同性性行為的法律監管源於殖民地時期的英國法律，早期最高刑罰可判處終身監禁。1980 年代，一名外籍警司懷疑因擔心其同性性傾向被捕而自殺，引發了法律改革的討論。經過多年辯論，香港立法局最終在 1991 年通過《刑事罪行（修訂）條例》，正式將成年男性在私下進行並雙方同意的同性性行為非刑事化。**同性性行為年齡**：然而，1991 年的改革仍留下了不平等的地方，例如當時男同性性行為的合法同意年齡定為 21 歲，而異性戀則為 16 歲。此後，透過多宗司法覆核案（如 2005 年的「梁威廉案」），法院裁定這種年齡差異構成歧視且違反《基本法》。時至今日，雖然同性性行為已非刑事化，但社會仍持續就反歧視立法及同性伴侶的法律承認提出不同意見。
- ii. **仇恨罪行**：香港並無專門針對同志群體的仇恨罪刑法例。雖然歧視與暴力行為時有發生，但現行法律框架未能直接針對性地處理這些議題。
- iii. 儘管挑戰重重，同志團體與相關司法覆核案已推動了一些進步。社工可透過掌握最新法律資訊、支援個案並轉介適當資源及支援網絡，發揮關鍵作用。
- iv. **婚姻與親密關係**：同性伴侶不享有與異性戀伴侶相同的權利。他們無法在本地合法結婚或締結民事伴侶關係，這使他們在**遺產繼承、稅務優惠及共同領養**等領域面臨困難。
- v. **職場歧視**：目前香港並無專門法律保障同志免受職場歧視。雖然部分企業設有包容政策，但並非法律強制要求。

### 3.2 法定婚姻以外的家庭結構

雖然同性婚姻在香港未獲法律承認，但許多同志伴侶會以其他方式建立家庭。儘管這些關係缺乏法律保障，但對於個案的情緒與社會福祉至關重要。

#### 同志伴侶建立家庭的方式

- i. **共同生活安排**：許多同性伴侶以伴侶身份同居，建立家園並共同承擔日常責任。他們可能共同撫養孩子、照顧年邁父母或彼此支援。

- ii. **經濟夥伴關係**：同居伴侶通常分擔財務責任，如租金、家庭開支及儲蓄。由於缺乏法律保障，他們可能需要制定私人協議，如**遺囑或持久授權書**，以保障日後的經濟。
- iii. **情緒支援**：同志伴侶為彼此提供愛、關懷與陪伴。在缺乏法律承認的情況下，情緒支援在鞏固關係及建立家庭歸屬感方面起著至關重要的作用。
- iv. **多元家庭結構**：是指打破傳統「一父一母及其子女」組成的核心家庭模式，由多種不同成員組合、背景或法律關係所構成的現代家庭型態。隨著社會觀念的開放與法律的演進，家庭的定義不再僅限於血緣或傳統婚姻，而是更強調彼此照顧、情感支持與共同生活的實質功能。

### 3.3 支援男同志及家人的專業操守準則

在支援同志及其家人時，社工應遵循專業操守準則，確保提供尊重且具包容性的支援。

- i. **守護個案身心健康**：社工應該拒絕轉介個案參與如「轉向治療」等有害做法。相反，應肯定並支援個案接納自己的身份。
- ii. **同志文化敏感度**：同志來自交叉性(Intersctionality)的背景。社工應意識到這些差異，並理解文化如何影響個案對身份的接納及心理健康。
- iii. **尊重自決權**：同志有權對自己的生活、身份及關係作出決定。社工應在不強加個人信念的情況下提供支援與導引。

### 3.4 保密性與披露考量

在服務同志個案時，**保密原則**至關重要。由於社會污名與歧視，許多人對於分享自己的身份感到不安，這使得社工處理個人資訊時特別小心。

- i. **隱私**：嚴格保密個案的個人資料。未經同意，不得分享其性傾向或性別認同的細節。
- ii. **知情同意**：在披露任何個人資料前，必須獲得個案明確的**知情同意**。解釋披露的原因及可能帶來的後果。
- iii. **安全空間**：營造安全且具支持性的環境。向個案保證，只有在法律或專業操守要求下（例如涉及安全風險時），其資料才會被分享。

### 3.5 討論問題

- i. 社工可以透過哪些途徑掌握香港同志權利與法律的最新資訊？
- ii. 在一個不承認同性婚姻的社會中，支援男同志及其家人時可能會遇到哪些挑戰？
- iii. 為什麼在服務男同志及其家人時，保密性顯得尤為重要？這與其他服務社群有何不同？
- iv. 在社福實務中，你如何處理有關「披露性傾向或性別認同」的專業操守難題？
- v. 社工可以透過哪些方式關注政策改變，從而對同志產生正面影響？

## 第四章 性取向的敏感度

### 4.1 理解同志社群內的「多元及交叉性」

社工必須理解這些同志社群內的多元及交叉性差異，並尊重同志探索其身份的多元方式。建立一個包容且具支持性的環境，意味著承認這些差異，並確保服務具備文化敏感度，尊重不同的信仰與傳統。

#### 營造同志共融環境

許多同志（包括男同志）在學校、職場和社交場合中，因歧視、欺凌和排斥而面臨挑戰。這些經歷會影響他們的心理健康、自尊心和整體福祉。

社工可以透過以下方式協助建立安全且共融的環境：

- i. 與學校及職場合作，推行反歧視政策。
- ii. 提供有關同志議題的教育與培訓。
- iii. 為面臨歧視的人士提供資源與支援。
- iv. 鼓勵就多元與包容性進行公開討論。

### 4.2 處理「多元及交叉性」與多重身份

社工必須理解一個人身份的不同面向如何相互作用並塑造其經歷。例如，一名同時身為少數族裔的男同志，可能面臨種族與性傾向的雙重歧視。一名患有殘疾的同志，則可能同時面臨性傾向與身體障礙帶來的挑戰。

社工應當：

- i. 識別同志可能面臨的多重歧視壓力。
- ii. 避免僅基於身份的單一面向做出假設。
- iii. 確保服務具備包容性，並考量個案的獨特經歷。

### 4.3 理解污名、歧視與「少數壓力」的影響

同志經常遭受社會污名與歧視，這可能導致壓力、焦慮及其他心理健康挑戰。這被稱為**少數壓力(Minority Stress)**，源於長期遭受排斥、偏見和社交隔離的經歷。

#### 少數壓力的常見來源包括

- i. **家庭排斥**：部分人士可能被家人斷絕關係或遭受不公平對待。
- ii. **職場歧視**：同志僱員在工作中可能面臨待遇不公或騷擾。

- iii. **社會污名**：負面態度與刻板印象使同志在公共空間感到不安。
- iv. **法律不平等**：缺乏法律保障會增加他們的不安全感與脆弱性。

#### 4.4 孝道、家庭期望與文化規範

在華人文化，特別是香港傳統家庭中，**孝道(Filial Piety)**在塑造家庭期望、婚姻及傳宗接代方面扮演核心角色。這些期望往往對男同志造成壓力，迫使他們留在「櫃子」裡，或為了履行家庭責任而進入異性戀婚姻。

- i. **家族血脈與延續**：社會普遍期望兒子結婚並繁衍後代以延續家聲，這在華人家庭尤為明顯。
- ii. **「面子」與社會形象**：出櫃可能被視為「丟架」或令家庭蒙羞，導致家人選擇排斥或以沈默應對。
- iii. **儒家價值觀**：儒家思想將異性戀婚姻視為規範理想，這可能邊緣化非異性戀身份。

#### 4.5 家庭的反應模式

香港家庭的反應從全盤排斥到「沈默包容」，甚至是最終接納，通常遵循特定的文化模式：

- i. **沈默與迴避**：許多家庭避免公開討論此事，採取「不問不說(Don't ask, don't tell)」的態度。
- ii. **有條件的接納**：只要兒子履行其他孝道義務（如經濟支援、供養父母），家人可能「接納」其身份。
- iii. **漸進式的接納**：越來越多的家庭（尤其是受過較多教育或接觸過同志資訊的家庭）開始支持子女，有時甚至會積極為其權益關注。

#### 4.6 社工的實務策略

社工在推動同志肯定性實務時，必須兼顧文化敏感度。可參考以下策略：

- i. **溝通者的角色**：
  - a. 協助家長理解：成為同志並非拒絕家庭，而是兒子身份的一部分。
  - b. 使用強調愛、關懷與和諧（而非僅強調個體自主）的文化隱喻。
- ii. **重構「孝道」**：強調同志兒子依然可以盡孝：照顧父母、維持親密關係、秉持尊重與忠誠的家庭價值。
- iii. **尊重「按其步伐前進」**：
  - a. 家庭從忍耐轉向接納需要時間，切勿操之過急。
  - b. 肯定家長的情緒，同時溫和地挑戰錯誤資訊或污名。

#### iv. 引入同路人支援與榜樣：

- a. 邀請已接納子女的家長分享經驗。
- b. 利用本地媒體素材（如電影《叔·叔》和《從今以後》等）和現實個案，使多元家庭形式「平常化」。

### 4.7 宗教/信仰與傳統的角色

許多家庭持有保守的宗教價值觀（如天主教、基督教等），這影響了他們對同志的看法。

- i. 準備好接觸宗教價值觀，但不要採取對抗姿態，而是抱持好奇與慈悲心。
- ii. 強調大多數信仰中都存在的「愛」、「包容」與「大愛」的詮釋。

### 4.8 實務建議

- i. **使用文化貼近的語言：**避免使用過於「西方中心」的術語，以免令家長感到疏離。
- ii. **彌合代溝：**教導年輕一代與長輩如何進行溝通。
- iii. **情緒表達平常化：**華人家庭大多不擅表達情感。協助他們尋找文化上可接受的方式來展現愛與支持。
- iv. **承認跨代創傷：**理解對社會審判的恐懼，可能源於過往的歷史創傷或社會動盪。

### 4.9 討論問題

- i. 文化、宗教信仰、與價值觀如何影響香港同志的經歷？
- ii. 社工可以使用哪些策略在工作場所或社區中營造共融環境？
- iii. 當面對擁有多重邊緣身份的同志個案時，社工如何處理「交叉性」議題？
- iv. 同志在少數壓力下會面臨哪些挑戰？社工如何支援他們？
- v. 「孝道」如何影響你的個案與家人的關係？
- vi. 你會使用哪些具敏銳度的策略來接觸那些感到抗拒的家庭成員？
- vii. 若遇到採取「沈默接納」的家庭，你會如何支援他們邁向公開的支持？
- viii. 在你的實務工作中，宗教價值觀如何與性身份產生關聯與互動？

## 第五章 營造安全且共融的環境

### 5.1 提供安全且友善的空間

社工在支援同志及其家人方面扮演著關鍵角色。營造一個安全且友善的空間，對於建立信任和鼓勵開放對話至關重要。這可以透過共融的溝通、對隱私的尊重，以及積極挑戰歧視行為來達成。

#### i. 針對社會服務機構中的社工

- a. **綜合家庭服務中心**：為面臨各種挑戰的個人及家庭提供支援。中心的社工應確保同志個案及其家人感到受歡迎與被尊重。
- b. **共融語言與溝通**：與個案及其家人交談時，使用尊重且具包容性的語言。確保所有工作人員都接受過適當的同志術語培訓。始終尊重個案選擇的名字和代名詞。
- c. **保密與隱私**：強調保密對同志個案的重要性。確保個案的個人資料和分享的經歷得到尊重並嚴格保密。

#### ii. 針對學校社工

由於欺凌、歧視和缺乏包容性政策，學校對同志學生而言可能是充滿挑戰的環境。學校社工應努力營造一個更具支持性和安全的學習環境。

- a. **促進共融語言**：與學生互動時，使用性別中立和包容性的語言。避免對學生的性別認同或性傾向做出假設。鼓勵教職員和學生使用個案選擇的名字和代名詞。
- b. **處理欺凌與騷擾**：建立明確的政策和程序，以預防並應對基於性傾向和性別認同的欺凌行為。確保所有欺凌舉報都得到重視並及時處理。
- c. **支援同志學生**：提供安全空間（如同志學生小組或輔導支援），讓學生可以自由表達身份，而不必擔心受到歧視。

### 5.2 尊重且具包容性的語言

語言在建立支持性環境中起著至關重要的作用。使用正確的術語展現了尊重，並有助於同志感到被看見和被重視。

#### i. 尊重姓名與代名詞

- a. 始終使用當事人選擇的名字和代名詞（如：他、她、他們）。如果不確定，請禮貌地詢問並努力正確使用。
- b. 鼓勵同事和學生等其他人員尊重當事人偏好的姓名與代名詞。

#### ii. 避免預設/假設

- a. 不要根據一個人的外表或行為來假設其性傾向或性別認同。

b. 容許個案進行自我認同，並讓他們用自己的語言描述自己的經歷。

### iii. 避免使用過時或冒犯性的稱呼

a. **絕不**使用過時、貶義或帶有歧視性的俚語，例如「死基佬」或「屎忽鬼」（這些詞彙帶有極強的負面標籤）。

b. 留意具特定文化背景的侮辱性言詞或冒犯性短語，這些都會對同志造成傷害。

### iv. 使用性別中立與包容性的語言

a. 儘可能用中性詞彙取代具性別色彩的稱呼。例如，在不確定時使用「伴侶」，而非預設為「丈夫」或「妻子」。

b. 當提及性別不明的人士或非二元性別人士時，使用適當的中性代詞（在中文語境中，可多用「當事人」或直接稱呼名字）。

## 5.3 肯定與支持的共融環境

一個真正共融的空間不僅僅關乎語言和政策，還需要持續的教育和對偏見的挑戰。

- i. **培訓與教育：**社工應定期參與參與性/別議題工作坊，提升他們對多元性傾向及其獨特困境的理解與應對能力。希望有助他們提供的服務更貼近多元個案的真實生命經歷。
- ii. 讓服務更貼近多元個案的真實生命經歷。
- iii. **視覺支援物：**展示具包容性的象徵物，例如同志海報或彩虹旗，以示意這是一個安全空間。
- iv. **社區參與：**與同志組織合作，為個案提供資源和支援。

## 5.4 討論問題

- i. 為同志個案營造安全友善空間的關鍵元素有哪些？
- ii. 學校社工可以如何為同志學生建立一個具支持性且包容的環境？
- iii. 綜合家庭服務中心的社工如何確保其實務工作符合同志共融原則？
- iv. 為什麼在服務男同志及其家人時，使用尊重且具包容性的語言如此重要？
- v. 你能分享一個因為使用包容性語言，而對個案體驗產生重大影響的實例嗎？

## 第六章 與同志合作

### 6.1 建立信任與連結

- i. **營造友善空間：**透過使用包容性語言及展示支持性標誌（如彩虹旗或海報），展現對男同志的尊重與接納。營造一個開放且不帶批判的環境。
- ii. **積極聆聽：**仔細聆聽他們的經歷、感受與擔憂。透過肯定他們的情緒並避免主觀的判斷。
- iii. **文化理解：**學習有關同志的歷史、權利及相關議題，以更深入理解他們的視角。掌握充分資訊有助於你與個案建立連結，並提供更具意義的支援。

### 6.2 支援情緒與心理健康

- i. **提供安全且保密的空間：**確保男同志在分享情緒和擔憂時感到安全。保護其隱私，並向他們保證其資料將得到謹慎處理。
- ii. **提供情緒支援：**協助個案應對個人挑戰，包括身份認同的接納、自尊心問題以及處理歧視。提供「身份肯定取向」的輔導，肯定其經歷並協助他們建立應對策略。
- iii. **應對歧視與污名：**支援個案管理因社會污名或排斥所產生的壓力。鼓勵建立**逆境自強的能力**，並協助他們對自己的身份建立信心。

### 6.3 協助出櫃過程

- i. **尊重個人選擇：**每個人的歷程都是獨特的。讓個案自行決定何時以及如何出櫃。提供支援，但絕不施加壓力。
- ii. **提供實用資源：**分享同志組織、支援小組及求助熱線的資訊，這些資源在出櫃過程中能提供協助，並賦予個案社群支援與歸屬感。
- iii. **提供情緒鼓勵：**出櫃可能是一個艱難且情緒起伏的經歷。作為一名支持同志的聆聽者，請肯定他們的感受，並讓他們知道自己並不孤單。

### 6.4 討論問題

- i. 社工可以如何與男同志建立信任並發展良好的專業關係？
- ii. 社工可以使用哪些策略來支援男同志的心理與情緒健康？
- iii. 當協助個案經歷出櫃過程時，社工應採取什麼樣的處理方式？
- iv. 在男同志面臨危機或個人成長時期，同理心發揮了什麼作用？
- v. 社工自身的偏見可能會如何影響其與同志個案的工作？可以如何減輕或消除這些偏見？

## 第七章 與同志及家人合作

### 7.1 理解家庭動力與挑戰

當家庭成員出櫃時，同志的家人可能會經歷各種不同的情緒與挑戰。有些家庭非常支持，但有些則可能在困惑、恐懼中掙扎，或者受限於文化、宗教信仰和價值觀而難以接納。常見挑戰包括：

- i. 對同志身份缺乏了解。
- ii. 恐懼社會歧視或污名。
- iii. 難以適應新的家庭關係。
- iv. 個人信仰與子女同志身份之間的衝突。

透過理解這些挑戰，社工能為同志及其家人提供更適切的支援。

### 7.2 支援父母及同志子女

當子女出櫃為同志時，父母和照顧者的反應各異，從完全接納到否認、甚至是排斥都有可能。至關重要的是，要支持他們處理自己的情緒，並透過以下方式幫助他們理解孩子的身份：

- i. **提供正確資訊**：教育他們有關同志身份、性傾向的知識，並糾正錯誤觀念。
- ii. **鼓勵開放對話**：為他們營造一個安全的空間，讓他們在不被審判的情況下提問並表達感受。
- iii. **分享正面故事**：向他們介紹同志及支持同志及家人的真實個案，以減輕他們的恐懼與誤解。
- iv. **連結資源**：推薦支援小組、輔導服務或同志組織，協助他們走過這段歷程。

### 7.3 協助家庭溝通

出櫃有時會導致家庭內部的誤解、緊張或衝突。社工可以透過改善溝通和促進相互理解來提供幫助。關鍵策略包括：

- i. **積極聆聽**：鼓勵每位家庭成員在不被打斷的情況下表達想法和感受。
- ii. **教導尊重對話**：指導家庭成員如何在不指責、不評判的情況下進行溝通。
- iii. **促進同理心**：協助父母和照顧者從子女的角度看問題，反之亦然。
- iv. **尋求折衷方案**：尋找能讓同志成員與其家人都感到受尊重且被重視的共同點。
- v. **轉介服務**：如果衝突嚴重，可建議進行專業的家庭輔導，以促進長期的療癒與和解。

## 7.4 處理與親屬的憂慮

部分同志及其父母會擔心親屬（如祖父母、親戚等）的反應。他們可能恐懼排斥、歧視或關係疏離。應對這些憂慮的方法：

- i. **討論不同的處理方式：**有些家庭選擇主動告知親屬，有些則傾向等待時機。尊重每個家庭的決定。
- ii. **應對技巧：**指導家庭成員如何回答常見問題，或如何應對負面反應。
- iii. **調解支援：**若產生緊張關係，社工可推動討論以促進理解。
- iv. **鼓勵建立「選擇的家人」網絡：**若親屬不支持，協助同志透過朋友、社區團體或同志網絡建立強大的支援系統。

## 7.5 討論問題

- i. 同志的父母常見面臨哪些挑戰？社工可以如何支援他們？
- ii. 社工如何協助改善男同志與其家人之間的溝通？
- iii. 當家庭因成員的性傾向或性別認同而產生衝突時，社工該如何協助？
- iv. 社工可以使用哪些策略來處理與「親屬/大家庭」相關的擔憂？
- v. 社工可以如何協助家庭成員對同志成員發展出更具包容性與接納的態度？

## 第八章 支援服務

### 8.1 同志及家人的轉介與資源網絡

支援網絡對男同志及其家人至關重要，能協助他們獲取資訊、情緒支援及專業服務。

社工應熟悉香港現有的資源，以便提供適切的轉介，支援服務類型包括：

- i. **同志支援小組**：提供同路人支援、社交活動及輔導服務的組織。
- ii. **心理健康服務**：為個人及家庭提供的專業輔導與心理治療。
- iii. **法律與關注團體**：針對歧視、房屋及家庭事務提供法律諮詢的服務。
- iv. **愛滋病預防與健康服務**：提供愛滋病病毒（HIV）檢測、暴露前預防性投藥（PrEP）及性健康教育的診所與項目。

請參考第十三章：社區資源。

### 8.2 與同志社區組織合作

社工與同志組織之間的夥伴關係，能強化對同志及其家人的支援體系。合作方式：

- i. **舉辦聯合活動與工作坊**：組織有關同志權利、心理健康及家庭接納的講座。
- ii. **提供轉介服務**：將個案連結至提供專門支援的同志組織。
- iii. **共同關注**：與同志團體合作，提升公眾意識並推動社會變革。
- iv. **資源共享**：交換資訊、培訓經驗與專業知識，以提升服務質素。

建立強大的社區聯繫，能確保社工為個案提供最優質的支援【請參考第十三章：社區資源】。

### 8.3 關注政策改變與社會平等

同志在就業、房屋及醫療等領域仍面臨歧視。社工在爭取平等權利與改善政策方面扮演著關鍵角色。一些切實可行的方法包括：

- i. **提升公眾意識**：向大眾及政策制定者教育有關同志的議題。
- ii. **推動法律保障**：支持反歧視立法，以及保護同志個體權益的相關政策。
- iii. **與團體合作**：共同推動社會共融與友善環境。
- iv. **在專業場合發聲**：鼓勵職場、學校及醫療機構採納包容性政策。

#### 8.4 討論問題

- i. 社工應如何為香港的男同志及其家人識別合適的資源與轉介網絡？
- ii. 社區組織在支援同志及其家人方面發揮了什麼作用？社工可以如何與他們合作？
- iii. 社工可以透過哪些方式為香港同志社群關注更廣泛的社會問題與政策改善？
- iv. 當個案所在區域缺乏可用資源時，你會如何提供支援？
- v. 社工可以如何與同志組織建立夥伴關係，為個案營造更具支持性的網絡？

## 第九章 社工的自我關懷

### 9.1 挑戰帶來的情緒影響

支援同志及其家人雖然能帶來極大的滿足感，但同時也充滿情緒挑戰。社工可能會聽到有關歧視、創傷和排斥的故事，這可能導致壓力與情緒耗竭。常見的情緒挑戰包括：

- i. 對個案的掙扎感到難以承受。
  - ii. 對緩慢的社會進步感到挫敗。
  - iii. 觸發與歧視或創傷相關的個人情緒。
  - iv. 因持續的關注工作而產生情緒疲勞。
- 識別這些挑戰，是邁向自我關懷及維持情緒健康的第一步。

### 9.2 自我關懷

為了給予個案最佳支援，社工必須先照顧好自己的身心健康。自我關懷策略包括：

- i. **建立界線**：避免過度承擔個案的情緒負擔，保持專業距離。
- ii. **尋求同工支援**：與同事傾談，或加入社工支援小組。
- iii. **實踐自我關懷活動**：培養嗜好、運動、冥想或其他放鬆活動。
- iv. **適時休息**：給予自己時間「充電」，從情緒沉重的工作中抽離。
- v. **接受督導或輔導**：透過專業督導支援來處理及消化困難的情緒。

### 9.3 討論問題

- i. 社工在服務同志個案時可能面臨哪些情緒挑戰？可以如何應對？
- ii. 為什麼自我關懷對社工如此重要？特別是在應對支援同志個案的情緒需求時。
- iii. 社工如何識別自己出現職倦的徵兆？可以使用哪些策略來預防？
- iv. 社工應如何平衡「同理心與情緒投入」以及「維持專業界線」的需求？
- v. 在充滿挑戰的工作環境中，你會使用哪些資源或策略來支持自己的情緒健康？

## 第十章 個案研究

### 10.1 具體實例

個案研究提供了同志個人及家庭面臨挑戰的具體實例，展示了社工如何進行有效的介入。

#### 個案一：學生受欺凌

16 歲的男同志學生**俊仔**因其性別認同在學校遭受欺凌。俊仔已向老師報告，但情況持續，令俊仔感到孤立與不安。俊仔尋求社工支援及介入。

#### 個案討論

- i. **處理通報失效的困境**：當俊仔已經向老師報告但情況持續（通報機制失效）時，學校社工應如何重新評估校方現有的反欺凌流程？在介入過程中，如何避免讓俊仔感到被「二次傷害」或被貼上「告密者」的標籤？
- ii. **校方管理層的溝通策略**：若校方領導層（如校長或校董會）出於宗教背景或擔心家長投訴，而對「同志意識培訓」持保留態度，社工應如何運用專業溝通技巧，強調「學生安全」與「校園共融」的法律及專業操守責任？
- iii. **校園權力動力分析**：在處理欺凌者的調解面談時，社工應如何平衡「糾正行為」與「預防報復」？如果欺凌者背後有家長的支持（例如家長認為排斥同志是「正確價值觀」），社工該如何處理這種家庭與學校間的價值衝突？
- iv. **建立「隱形」與「顯性」的安全網**：除了成立正式的支援小組，學校社工可以如何在校園內營造「性別友善」的日常氛圍（如展示彩虹標誌、推廣性別中立語言），讓像俊仔這樣未公開身份的學生也能感到安全？
- v. **區分「外界評價」與「內在價值」**：協助俊仔明白他人的負面行為/批評不代表他個人的優劣。除了情緒支持，有哪些實務的應對機制（如社交媒體保護、尋找校內盟友）可以即時教導給俊仔？
- vi. **社工與教師的跨專業協作**：如何識別並轉化校內對同志議題感到猶豫或偏見的教師，使其成為守護學生的「盟友」（Allies）？社工可以提供哪些具體的資源或指引來支援前線老師處理類似事件？

#### 社工介入

- i. **深入了解事件**：學校社工應與俊仔合作記錄欺凌事件，並與校方管理層介入，確保有效執行學校的反欺凌政策。這可能涉及與涉事學生或其家長的調解面談。

- ii. **營造安全環境：**關注建立更具包容性的校園，例如為教職員和學生舉辦同志意識培訓。成立支援小組或同路人導師計劃，為學生提供安全空間。
- iii. **輔導與情緒支援：**提供個人輔導以處理創傷、建立復原力，並在面對欺凌時發展應對機制。
- iv. **跨專業教師盟友計劃：**為教師提供支援及協助，而非單向培訓。協助老師處理課堂上的排他言論，並提供實務工具（如：如何回應學生受欺凌）。

**給專業提示：**我們無法立刻消除世界上的歧視，但我們可以成為孩子身後，那座最穩定的避風港。

## 個案二：沈默的家庭

19歲的**明仔**是獨子，他已經有一位穩定的男朋友，半年前他向母親出櫃，因為他覺得母親平日較為開明。母親當時雖然震驚，但並未責罵，並答應會找機會轉告父親。然而半年過去了，家中的氣氛變得異常沈默：父母雖然都知道了明仔的性傾向，卻絕口不提這件事，依然不斷詢問明仔何時交女朋友，或安排與親戚女兒聚餐。這種「假裝無事發生」的態度讓明仔感到極大的心理壓力，覺得自己像是一個住在客廳裡的「隱形人」，與家人的連結變得疏離且虛假。明仔尋求社工支援及介入。

## 個案討論

本案的核心問題在於，沈默究竟是一種保護，還是一次傷害。在華人文化背景下，社工需要意識到「沈默」可能蘊含著多重意義。

- i. **作為保護的沈默：**母親可能察覺父親的身心健康不佳（如高血壓、心臟病）或性格剛烈，擔心真相會摧毀父親的健康或家庭完整，故選擇沈默來緩衝衝擊。
- ii. **作為傷害的沈默：**對明仔而言，沈默代表「拒絕承認他的真實存在」，這種疏離感會侵蝕自尊，造成長期的心理創傷。
- iii. **家庭自主權：**在中國文化中，「開誠布公」不一定是唯一解藥。社工應尊重家庭有權決定何時、以何種方式處理此議題，而非強迫「真相大白」。

## 社工介入

### 情境 I：母親具備合作意願，嘗試推動溝通

- i. **個別輔導：**協助明仔理解母親的沈默往往源於「愛與恐懼」的交織；肯定母親作為家庭緩衝墊的辛勞。

- ii. **漸進式出櫃**：社工協助母親在不攤牌的前提下，向父親滲透多元性/別資訊，觀察其接受度。

這種方法可以緩解諸如「你什麼時候找女朋友？」這類尷尬話題帶來的壓力，並將家庭談話的焦點從誰對誰錯轉移到彼此關心上。

## 情境 II：母親選擇維持現狀，不願打破沈默

- i. **損害控管**：接受家庭暫不處理此議題，轉而協助明仔建立「家外支援系統」（如同志社群），緩解孤立感。
- ii. **協商界線**：協助明仔與父母協商「個人空間」的底線，即便不談性向，也要求尊重私人空間。

維持表面和諧以保護家庭功能，明仔學會與「部分接納」共處，降低心理壓力。

## 情境 III：母親抗拒及拒絕溝通

- i. **危機干預**：優先承接母親「怕家破人亡」的焦慮，並連結專業同志家長資源。
- ii. **安全計劃**：針對父親可能產生的強烈反應擬定應變方案，確保明仔的人身安全。

透過低壓力的陪伴，確保家庭與專業體系保持「不斷線」的聯繫。即使現狀無解，也保留了未來轉機，避免因溝通僵局導致二次傷害或家庭決裂。

## 個案討論

- i. **沈默的殺傷力**：當家庭拒絕溝通核心議題時，產生的「虛假和諧」會讓子女感到被徹底否定。社工應如何讓家長明白，「視而不見」也是一種冷暴力？
- ii. **母親的雙重壓力**：母親夾在「護子」與「從夫」之間，常面臨嚴重的道德焦慮。社工如何協助她從「傳聲筒」轉變為「溝通橋樑」，而非「箭靶」？
- iii. **文化敏感度——「面子」的藝術**：在華人社會，有時「知道但不說破」是一種留有餘地的溫柔。社工如何區分這是「保護性的留白」還是「逃避性的壓迫」？
- iv. **自主權的界線**：若明仔堅持要向父親坦白，但母親擔心會影丈夫的健康，社工在「案主自決」與「家庭和諧」之間該如何取捨？

## 社工介入

- i. **識別消極防衛**提醒父母，沈默或許能維持暫時的安寧，但卻正在透支與子女的長期信任。
- ii. **軟性滲透**：建議明仔不要進行「火山爆發式」的對話，而是透過日常小事（如共同觀看影視作品）來進行「多元文化教育」，例如在適當的時候，與家人討論對同志的疑問及論點）。
- iii. **期望管理**：讓案主明白，並非所有出櫃都能得到擁抱；「互不干涉、和平共處」有時也是一種具備文化特色的接納方式。

**給專業提示**：家庭中的沈默有時是一種保護，但有時也可能是一種暴力。社工的角色在於協助將這種窒息的沈默轉化為一個反思的空間，等待愛能再次流動的契機。

## 個案三：自殺念頭與自殘

19 歲的**偉強**向家人出櫃後遭受排斥與敵視。父母認為這是「家門不幸」並拒絕溝通。偉強出現低自尊感及**自殘念頭**。偉強尋求社工支援及介入，及後，父母親亦向社工求助，甚至要求社工「醫治」偉強，將他變回異性戀。

## 個案討論

- i. **危機介入的優先次序**：當個案表現出低自尊並伴隨自殘念頭時，社工在進行「家庭調解」與「個案生命安全評估」之間應如何取捨優先次序？
- ii. **應對家長的敵視態度**：如果父母在調解過程中表現出極度排斥（例如：認為同性戀是「心理病」或「家門不幸」），社工應使用哪些策略，在不激怒家長的前提下，挑戰他們的錯誤認知？
- iii. **重新定義「孝道」與「身份」**：在香港的社會脈絡下，社工可以如何協助偉強的父母看見，兒子的性傾向披露並非對家庭的「背叛」，而是一種基於信任的「誠實」表現？
- iv. **建立「心理安全緩衝區」**：若家庭環境短期內無法改善，社工應如何協助偉強建立「情緒防火牆」，確保他在不搬離家庭的情況下，仍能維持基本的心理健康與自我認同？
- v. **外部資源的互補性**：除了社福機構的專業輔導，轉介偉強參加為同志設立的服務。對他的自尊重建有何獨特的意義？這種「社群連結」如何彌補家庭支持的缺失？

- vi. **專業操守抉擇：**如果偉強的父母要求社工協助「糾正」兒子的性傾向（轉向治療），社工應如何堅定履行專業操守，同時維持與家長的專業關係以繼續進行家庭工作？

## 社工介入

- i. **即時介入：**優先評估偉強的自殘風險程度。與他共同制定「安全契約」，識別情緒觸發點，並提供求助熱線。
- ii. **建立情緒緩衝：**協助偉強在充滿敵意的家中建立「心理避風港」，教導情緒調節技巧，區分「父母的憤怒」與「自身的價值」。

## 家長工作

- i. **情緒疏導：**允許父母表達憤怒與哀傷，將其反應視為一種處理哀傷過程（失去對兒子原有的期望）。
- ii. **價值重構：**運用文化角度介入，協助父母理解偉強出櫃並非「反叛」，而是出於對父母的信任與「誠實」（另一種形式的孝道），因為他不想再對最親的人撒謊。
- iii. **去標籤化：**溫和地提供醫學與心理學實證，解釋性傾向並非心理疾病，亦非教養失敗的結果。

## 專業操守的堅持

- i. **堅定立場：**當父母要求「醫治」兒子時，社工需根據專業操守指引，明確表示性傾向不能、亦不應被強制改變。
- ii. **轉移焦點：**將目標從「協助受助人」轉向「改善家庭關係」。向父母解釋「轉向治療」可能帶來的嚴重心理傷害，強調維持家庭連結比改變身份更重要。

## 自我認同與社群連結：

- i. **身份肯定：**透過輔導協助偉強發展正面的自我認同。
- ii. **轉介資源：**連結偉強至同志青少年支援小組。同路人的經驗分享能有效緩解孤立感，並提供家庭溝通的實務範例。
- iii. **家庭面談：**在雙方情緒平穩的狀況下，提議進行家庭面談。同時，接受家庭接納可能是一個漫長的過程，設定合理的預期目標，尊重進度。

**給專業提示：**家人的崩潰往往源於孤立無援。支持父母親，就是在間接守護孩子；給予他們喘息的空間，他們才有力氣去愛那個『與別不同』的孩子。

## 個案四：家人催婚

30 歲出頭的同性伴侶 **Chris** 與 **Alex**，因長期隱瞞關係及社會壓力而面臨情感危機。

兩人目前均**尚未向父母出櫃**。Chris 感到 Alex 在面對家人催婚時表現軟弱，而 Alex 則因擔心父母健康及反應而深感壓力。然而，兩人均表示與各自的姊姊關係非常親密。他們渴望獲得家庭的認同，並希望能制定一套策略，先向姊姊坦白，再尋求姊姊的協助與參與，共同商討如何向父母出櫃。所以，Chris 與 Alex 最後主動尋求社工支援及介入。

## 個案討論

- i. **手足作為「盟友」的角色**：在香港家庭動力中，為什麼先向兄弟姊妹（如姊姊）出櫃往往比直接向父母出櫃更具策略性優點？社工應如何評估手足是否適合擔任「橋樑」？
- ii. **處理「厚此薄彼」的情緒風險**：如果其中一方的兄弟姊妹非常支持，但另一方的兄弟姊妹反應冷淡或反對，社工應如何協助伴侶應對這種不平衡的家庭支持度？
- iii. **伴侶間的出櫃步調一致性**：當 Chris 急於出櫃而 Alex 仍感恐懼時，社工應如何協助兩人達成共識，避免出櫃過程成為破壞伴侶關係的導火線？
- iv. **向父母出櫃的風險預防**：在邀請兄弟姊妹參與向父母坦白的過程中，社工應如何提醒兄弟姊妹避免過度介入（例如：代弟弟發言），以確保父母能直接感受到兒子的誠意與真實情感？
- v. **文化價值觀的整合**：社工可以如何運用「家庭和諧」或「手足情深」等文化價值觀，來遊說兄弟姊妹支持其同志弟弟，並協助緩解父母可能的憤怒？
- vi. **社工的介入界線**：在伴侶與其兄弟姊妹共同商討出櫃策略時，社工應扮演「主導者」還是「顧問」？如何確保個案（Chris 與 Alex）在過程中擁有自主權？

## 社工介入

- i. **伴侶共識及盟友關係**：
  - a. 進行伴侶輔導，協助 Chris 與 Alex 表達內心的恐懼與期望。在處理出櫃策略前，先修復兩人因壓力產生的裂痕，確保他們在面對家人時是一致的「盟友」。
- ii. **制定出櫃策略**：
  - a. **評估與準備**：討論向兄弟姊妹出櫃的動機與預期反應。社工協助他們思考：「兄弟姊妹在家庭中扮演什麼角色？」以及「他們能提供什麼實質幫助？」

- b. **角色演練**：練習如何向兄弟姊妹坦誠這段關係，並解釋為何需要他們的支持與保密。
- iii. **邀請兄弟姊妹參與**：
  - a. **面談**：若雙方兄弟姊妹反應正面，社工可邀請他們參與伴侶面談。
  - b. **策略諮詢**：利用兄弟姊妹對父母性格與健康狀況的了解，共同商討最合適的出櫃時機（例如：避開重大節日或生病期間）。
  - c. **角色分配**：討論出櫃當天兄弟姊妹的角色——是作為「見證者」、「情緒支持者」還是「緩衝者」？
- iv. **協作向父母出櫃**：
  - a. **準備回應**：社工協助 Chris、Alex 與兄弟姊妹們制定應對方案，準備回答父母可能提出的問題（如：傳宗接代、晚年照顧、社會眼光）。
  - b. **強調「集體力量」**：讓父母感受到這不是兒子一個人的決定，而是得到家中其他成員理解的家庭事件。
- v. **家庭重建工作**：
  - a. 在向父母出櫃後，社工需持續跟進父母的情緒反應，並教導伴侶與兄弟姊妹如何共同給予父母消化資訊的空間。

**給專業提示**：出櫃不一定要孤軍奮戰。先讓兄弟姊妹成為你的『盟友』，讓這份支持成為你的緩衝墊，陪你一起面對父母最直接的情緒衝擊。

### 個案五：公義或坦白？

45 歲的**志偉**在某企業任職逾 15 年。近期，他因性傾向遭受同事及主管的言語欺凌與惡意排擠。由於法律保障的缺失，志偉考慮以「不當解僱」或「違反僱傭合約」進行民事索償。然而，法律程序意味著其同志身份極可能被媒體曝光。志偉尚未向妻子出櫃，他深知若不先坦誠，一旦消息由第三方傳出，婚姻將徹底崩潰。他渴望妻子能成為盟友共同面對訴訟，卻又深恐坦白後的巨大衝擊，遂向社工求助。

### 個案討論

- i. **公義的代價**：在缺乏法律保障的環境下，追求職場公義往往需以「隱私」為籌碼。社工應如何協助個案評估：這場官司的勝算是否值得賭上家庭的穩定？
- ii. **出櫃的動機管理**：妻子若感覺志偉的坦白是為了「找人幫忙打官司」而非出於「對婚姻的真誠」，會產生嚴重的「被利用感」。社工應如何引導志偉表達內心的脆弱，而非僅是法律上的緊迫性？

- iii. **創傷知情介入：**對於妻子而言，這不只是關於性傾向，更是關於「長達十數年的欺瞞」。社工應如何處理妻子的「被背叛感」與對過去婚姻生活真實性的懷疑？
- iv. **安全與隱私：**若法律程序啟動，媒體可能介入。社工如何與法律顧問協作，在爭取公義的同時，為這個家庭建立防範騷擾的隱私屏障？

## 社工介入

### 第一階段：個案準備與心理建設

- i. **動機釐清：**協助志偉分辨：坦白是為了「邀請配偶成為盟友」，還是僅為了減輕自身的罪咎感？
- ii. **風險演練：**透過角色扮演，模擬妻子可能提出的尖銳質問（如：「這多年來你都在演戲嗎？」），練習以真誠而非防衛的態度回應。
- iii. **最終抉擇：**社工協助志偉在「維持現狀（放棄訴訟）」與「承擔風險（向妻出櫃並提告）」之間做出最終決定。

### 第二階段

#### 情境 I：妻子願意會面並理解

- i. **主持聯合面談：**在中立環境下協助志偉完成「出櫃與法律風險告知」，社工擔任情緒緩衝者。
- ii. **識別共同敵人：**將焦點從「丈夫的隱瞞」轉移到「職場的不公義」。讓妻子意識到志偉是歧視下的受害者，激發其保護家人的本能。
- iii. **建立「戰鬥小組」：**協助夫妻制定對外（媒體、親友）的統一口徑。  
夫妻達成共識，以「共同戰友」的身分進入法律程序，強化了彼此的連結與信任。

#### 情境 II：妻子拒絕會面

- i. **尊重邊界：**接受妻子拒絕溝通的權利。社工不應強迫其「體諒」志偉，需承認妻子的憤怒是合理的創傷反應。
- ii. **危機處理：**協助志偉處理「家庭崩解」與「職場歧視」的雙重打擊。評估其自殺風險，並討論法律訴訟是否仍要繼續。
- iii. **沈默的尊重：**若妻子要求志偉不得對外公開兩人的私隱作為訴訟代價，社工需協助志偉在「追求公義」與「保護前配偶」之間尋找平衡。
- iv. **轉介資源：**連結志偉與妻子至具備同志友善經驗的專業婚姻輔導，提供長期心理修復。

志偉在社工與法律團隊的單獨支持下，獨自面對職場訴訟，志偉與妻子最終尋求出一個有共識解決方案。

### 社工的角色

- i. **避免「道德勒索」**：社工切忌對妻子說「他現在很慘，你要支持他」，這會造成二度傷害。
- ii. **肯定妻子的主體性**：承認妻子也是這段隱瞞關係中的受害者，她的感受與志偉對公義的追求同樣重要。
- iii. **權利回歸**：最終是否要「出櫃爭公義」，決定權在志偉；而是否要「留下支持」，決定權在妻子。社工的任務是確保雙方在充分資訊下做出決定。

**給專業提示**：公義的追求是一場長跑，而家人的支持是唯一的補給站。我們不替案主決定勝負，但要確保他在衝向終點前，沒有遺失身後的港灣。

### 個案六：父親是同志

65 歲的退休人士**梁叔**，現與擔任虔誠基督徒的兒子一家同住。回溯其成長背景，梁叔出生於 1950 年代，那是個將同性戀視為「精神疾病」甚至「刑事犯罪」的壓抑年代。為了逃避社會污名並履行「傳宗接代」的家族使命，梁叔壓抑了真實自我，進入傳統婚姻並盡責撫養兒子成人，直至 30 年前與妻子離婚。

多年來，梁叔始終籠罩在「身分曝光」的焦慮中。他敏銳地感覺到，成年後的兒子或許早已察覺他的性傾向秘密，但出於對傳統父權尊嚴的維護，以及不知如何開啟禁忌話題的尷尬，雙方始終維持著一種「禮貌卻疏離」的表面沈默。這種「公開的秘密」讓家中的空氣顯得沉重，也讓梁叔在至親面前仍感到深刻的孤獨。

步入晚年後，梁叔遇見了伴侶**陳伯**，這份失落數十年的真愛讓他開始頻繁外出，渴望在餘生追求真正的幸福。然而，這項改變打破了家庭原有的平衡，兒子察覺異樣後，父子關係迅速降溫並陷入僵化。梁叔被夾在「對家庭的愧疚」與「對個人尊嚴的追求」之間反覆掙扎。在長期心理耗損下，他最終決定向社工求助，希望藉由第三方專業介入，打破這段長達數十年的沈默僵局。

## 個案討論

- i. **時代的受害者**：1940-50 年代出生的男同志，其婚姻往往是「生存策略」而非「欺騙」。社工應如何向兒子解釋，父親當年的隱瞞其實是為了守護家庭而做出的自我犧牲？
- ii. **出櫃的動機——為了「尊嚴」而非「背叛」**：梁叔為何需要在此刻出櫃？
  - a. **釐清猜忌**：消除兒子因不明真相而產生的沈默與疏離。
  - b. **晚年權益**：確保伴侶阿柏在梁叔未來生病時，能擁有合法的探視與照顧地位。
- iii. **宗教與孝道的衝擊**：當基督教教義與父親的性傾向衝突時，社工如何引導兒子了解父親的處境，而非僅止於道德批判？

## 社工介入

### 第一階段：回顧與整合

- i. **走出陰影**：陪伴梁叔面對在廢除罪化前的生存壓力，協助他梳理怪責自己「背叛家庭」的負面思想。
- ii. **肯定其父職貢獻**：強化梁叔身為父親的成就感——他已圓滿履行社會責任，現在擁有追求個人幸福的合法性。

### 第二階段

#### 情境 I：兒子願意溝通

- i. **代際對話**：讓兒子意識到父親這 40 年的沈默，是為了給他一個家庭所付出的巨大代價。
- ii. **去標籤化**：將焦點從「性傾向」轉移到「晚年孤獨與陪伴」。讓兒子理解梁叔是父親晚年的重要心理支柱。
- iii. **重新定義「家」**：協助家庭建立新的相處模式，讓梁叔逐步以「父親好友」身份參與家庭社交。

兒子從「憤怒」轉為「憐惜」，接納父親的真實身份，家庭關係在真實的基礎上重建。

#### 情境 II：兒子拒絕溝通

若兒子堅持宗教立場，認為父親的行為是「罪」，並拒絕任何溝通：

- i. **尊重家庭自主權**：接受家庭暫時無法和解的現狀，不強行打破兒子的信仰防衛。

- ii. **強化外圍支援：**協助梁叔在同志社群中尋找歸屬感，並加強與伴侶阿柏的關係連結，減少對兒子的情感依賴。
- iii. **法律權益保障：**協助梁叔辦理《持久授權書》及《預設醫療指示》，確保其晚年醫療決策權不因兒子的宗教立場而受限。

梁叔與兒子維持「相敬如賓」的表面和諧，但在情感與法律上與伴侶建立獨立的支援體系。

### 給專業提示

- i. **對兒子說：**你父親在那個容不下他的年代，選擇壓抑自我來撫養你，這不是欺騙，而是他所能給出最沈重的愛。
- ii. **對父親說：**你已為這場戲排練了四十年，現在的坦白不再是虧欠，而是你對生命最真誠的交代。

### 10.2 有效介入與支援的實務策略

- i. **具同志文化敏感度的輔導：**理解同志文化與對共融的看法如何影響同志身份認同。
- ii. **創傷知情照顧(Trauma-informed care)：**提供承認過往歧視與創傷經歷的支援。
- iii. **肯定取向：**協助個案建立信心與幫助他們建立正面的身份認同。
- iv. **家庭調解技巧：**促進同志個體與其家人之間的開放對話。
- v. **社區參與：**鼓勵個案連結同志網絡以獲取支援。

### 10.3 討論問題

- i. 在回顧個案研究後，你會如何將所學到的經驗應用於你自己的社工實務中？
- ii. 針對面臨家庭排斥的年輕男同志，你會採取哪些策略來支援他？
- iii. 社工可以如何支援在校遭受欺凌的同志學生？你會採取哪些步驟來營造更安全的環境？
- iv. 同性伴侶的關係輔導與異性戀伴侶有何不同？社工應留意哪些地方？
- v. 若遇到中年男同志面對與妻子出櫃，你會如何處理？
- vi. 在華人文化中，「不說破」往往是為了維持家庭和諧（面子）。當年長同志決定打破沈默時，社工應如何評估這份「誠實」對他晚年生活保障（如居住、醫療、經濟依賴）的實際衝擊？
- vii. 考慮到年長同志，若他們未來面臨失能或認知障礙，社工應如何協助他與家人討論他伴侶的探訪權？

## 第十一章 共創包容與接納的未來

本培訓手冊旨在為香港的社工提供一套系統性的框架，以更專業、更具文化敏銳度的方式支援男同志及其家人。透過理解性傾向與性別認同的多元性，並正視同志社群在法律、社會及家庭層面所面臨的獨特挑戰，社工能夠在個案工作中發揮轉化性的影響力。

### 11.1 要點回顧

- i. **肯定性實務**：有效的支援始於對個案身份的肯定。使用包容性語言、營造安全空間，是建立專業信任關係的基石。
- ii. **家庭導向的介入**：在香港社會背景下，「家庭」是支持系統中最關鍵的一環。社工扮演著「橋樑」的角色，協助家庭成員在傳統孝道價值與子女真實身份之間尋求平衡與和解。
- iii. **交叉性視角**：識別個案面臨的多重壓力（如年齡、階層、職場歧視及心理健康風險），並提供全方位的轉介與支援網絡。
- iv. **專業倫理與自我關懷**：秉持尊重自決與保密的專業操守原則，同時提醒社工在推動社會改變的過程中，需關注自身的心理福祉，預防職倦。

### 11.2 願景與使命

社會工作的核心價值在於追求社會公義與尊重個人的尊嚴。面對依然存在的污名化與歧視，我們期望每一位閱讀本手冊的專業人士，不僅能在個案室內提供溫暖的支援，更能成為社區中的關注者，打破偏見的隔閡。

透過不斷的學習、反思與實踐，我們能夠協助男同志及其家庭從衝突走向理解，從排斥轉向接納。讓我們攜手努力，為香港建立一個讓每個人都能不分性傾向、有尊嚴地生活在愛與尊重中的共融社會。

## 第十二章 評估與實踐

恭喜你完成了《向家人出櫃：支援男同志及家人》香港社工培訓手冊的學習。請花幾分鐘時間進行以下自測，請在[]裡打勾，以確保你已準備好將所學應用於實務中：

### 12.1 知識掌握

- i.  我能清楚區分**性傾向**與**性別認同**。
- ii.  我了解異性戀規範**及**少數壓力對男同志身心健康的影響。
- iii.  我掌握了香港目前關於同性伴侶權利及性別承認的法律現狀。
- iv.  我能識別出華人文化中「孝道」與「面子」如何影響男同志的出櫃決策。

### 12.2 實務技巧

- i.  我準備好在面談中使用**肯定性語言**（如：尊重個案偏好的代名詞、使用「伴侶」而非預設配偶性別）。
- ii.  我學會了如何協助家長處理因子女出櫃而產生的情緒喪慟或焦慮。
- iii.  我知道如何與學校或職場溝通，為面臨歧視的個案進行。
- iv.  我擁有一份香港同志相關資源轉介清單（如：心理輔導、法律諮詢、同路人小組）。

### 12.3 反思

- i.  我已反思過個人可能存在的偏見，並承諾在工作中保持**中立且肯定**的態度。
- ii.  我明白**保密原則**在同志個案工作中的特殊重要性（特別是防止被動出櫃）。
- iii.  我意識到**自我關懷**的重要性，並已制定初步的壓力管理計劃。

**總結：**「家，是我們之間，那份無條件的不離不棄。」

## 第十三章 社區資源

### 13.1 同志組織/服務

- 大同:[https://www.instagram.com/gay\\_harmony\\_hk/?hl=en](https://www.instagram.com/gay_harmony_hk/?hl=en)
- 女角:<http://www.lescorner.org/>
- 平等性教育:<https://sexualityforall.com/>
- 同一線-東華三院:<https://prideline.tungwahcsd.org>
- 同行:<https://walkalongside.org/>
- 同樂運動會 <https://www.gghk2023.com/>
- 自己人:<https://www.facebook.com/zijiren/>
- 性向無限計劃-香港小童群益會:<https://www.newtouch.net/>
- 性別空間:<https://genderempowerment.org/>
- 性神學社 <https://www.queertheo.com>
- 香港多元合唱:<https://www.facebook.com/theharmonicshk/>
- 香港跨性別平權協會:<http://www.tehk.org.hk/index.html>
- 真光社 <https://true-light.asia/>
- 粉紅同盟 <https://www.pinkalliance.hk/>
- 基恩之家 <https://hkbmcc.org/>
- 婚姻平權:<https://hkme.org.hk/>
- 晚同牽:<https://www.greypridehk.com/>
- 愛自由計劃 <https://www.facebook.com/ProjectFreelyLove>
- 跨性別資源中心:<https://www.tgr.org.hk/index.php/zh/>
- 跨青時刻:<https://www.quarkshk.org/>
- G點電視 <https://gdottv.com/main/>
- HEvolution:<https://www.facebook.com/hevolutionhk/>
- HKGALA:[https://www.facebook.com/hkgala/?locale=en\\_GB](https://www.facebook.com/hkgala/?locale=en_GB)
- Hugill & Ip: <https://www.hugillandip.com/the-hip-pride/>
- NextChapter:<https://nextchapter.lgbt/#masthead>
- OUTinHK:[https://www.facebook.com/OutinHK/?\\_rdr](https://www.facebook.com/OutinHK/?_rdr)
- PrideLab:<https://www.pridelab.hk>

### 13.2 性健康組織/服務

- 午夜藍:<http://www.mnbhk.org/>
- 再思社區健康組織:<https://www.choice1069.org/>
- 沙馳四號:[https://www.facebook.com/TWGHsSACHIV/?\\_rdr](https://www.facebook.com/TWGHsSACHIV/?_rdr)
- 青鳥:<https://www.afro.org.hk>
- 青躍:<https://teenskey.org/zh/>
- 香港同志醫學會:<https://www.hklgbtmedicalsociety.org/>
- 香港愛滋病基金會:<https://www.aids.org.hk/>
- 善導會:<https://sidebyside.org.hk>
- 關懷愛滋:<https://aidsconcern.org.hk>
- HERO-MSM 支援服務:<https://www.hkcs.org/tc/services/project-hero>

### 13.3 文化活動

- 一點粉紅:<https://pinkdothk.com/>
- 香港同志遊行：[www.hkpride.net](http://www.hkpride.net)
- 國際不再恐同、恐跨及恐雙日:[www.facebook.com/hk.idaho.plus](http://www.facebook.com/hk.idaho.plus)

## 13.4 作者介紹

**江紹祺教授**為香港大學社會學系教授及「媒體、文化與創意城市」課程總監。教學涵蓋性／別研究、酷兒理論、媒體與文化研究，尤其專研華人男同志、性工作以及HIV/愛滋病的社會影響。江教授的重要著作有《男男正傳：香港年長男同志口述史》（進一步多媒體有限公司，2014）、《華人男同志跨地域研究》（香港中文大學出版社，2018）、以及《Sexuality and the Rise of China: The Post-1990s Gay Generation in Hong Kong, Taiwan, and Mainland China》（Duke University Press, 2023）。

江教授的影響力擴及影視文化產業，屢獲殊榮的電影《叔。叔》（導演楊曜愷，2019年）正是取材自江教授所撰寫關於香港年長男同志的口述歷史《男男正傳》。江教授致力於社會服務，曾任香港愛滋病顧問局董事會成員（2018–2023），其間擔任愛滋病預防項目指標調查（HARiS）2019–2020年的首席研究員。他更是促進香港年長LGBT+社群慈善機構「晚同牽」（2014–）的創始人。為了表揚他對香港LGBT+社群的長期服務和研究貢獻，早於2014年已榮獲香港同志影展「玲瓏大獎」；更在2020年獲得社商賢匯「最具影響力同志共融倡議獎」殊榮。

**李文偉博士**現任「晚同牽」主席。李博士是一位擁有超過20年經驗的註冊社工、註冊輔導員及輔導督導，現職大學校講師及輔導員。他專長於多元文化輔導、腦部神經多樣性支援及心理健康服務。他長期致力於支援愛滋病感染者、同志及新移民等邊緣群體，提供量身定制的臨床輔導以促進其個人成長。

「**晚同牽**」是香港首個也是唯一一個專為年長同志社群提供服務的註冊慈善機構（91/18327），晚同牽致力為60歲或以上的年長同志提供服務並照顧他們的福祉。我們共同建立一個多元和包容的社會，讓不同性取向和性別認同的年長同志能夠在沒有恐懼和偏見的氛圍底下生活。我們的目標：1)培養年長同志正面的身份認同並提升他們的自強能力。2)提升服務提供者對年長同志的認識，從而增強他們的服務質素。3)完善安老政策，令服務更能切合年長同志的需要。4)提升公眾對年長同志所面臨的挑戰和需要的認識。

**本手冊由香港研究資助局(Hong Kong Research Grants Council)資助。研究項目及編號：向家人出櫃：香港男同志出櫃後對其家庭關係的影響（17606221）。**

出版：2026年