

# 做自己好自在

聽見「同性戀」三個字，你腦海中最先浮起的念頭是什麼？是一堆問號？還是因為不了解，而隱隱覺得恐懼？或者覺得，那不關我的事？

## 活動 1 讓我們再靠近一點



你患了同性戀恐懼症嗎？爲了幫助同學瞭解自己對同志的態度，以下設計十個問題，測試你的恐同指數，請依序作答，並將符合的答案圈選出來！



### 一、當公主遇上公主，王子愛上王子……

從小，在童話故事或情愛詩篇中詠頌的都是公主和王子的浪漫邂逅，假設有一天故事的情節換成了公主與公主的華爾滋或王子與王子的迴旋曲。請問妳的感覺會是如何？

- A. 沉浸在故事的浪漫情節當中。
- B. 不覺得有什麼特別的。
- C. 覺得好噁心，跳過不看。
- D. 只要沒有做愛的情節就可以接受。

### 二、大街上，他親了他……

有一天，你踏出了捷運站，正在享受午後的陽光街景時，突然發現左手邊和平常有點不一樣，轉頭仔細一看，原來是兩個男生正在親吻。請問你會有什麼樣的反應？

- A. 裝作沒看見，繼續往前走。
- B. 覺得真是不像話，故意大聲咳嗽，要他們注意旁邊有人。
- C. 不覺得有什麼特別的。
- D. 很開心，真心祝福他們兩個人。

### 三、嗯……有件事，我不知道該怎麼說……

妳無所不談的同性好友半夜約你喝咖啡，說有重要的事要跟妳說。妳以爲她有感情的困擾要找妳傾訴，沒想到，她欲語還休了好幾次，最後終於鼓起勇氣說，她喜歡的其實是妳。請問妳會有什麼樣的反應？

- A. 很生氣的說，我只是把妳當好朋友，沒想到妳居然說喜歡我。
- B. 當場沒做出反應，但日後疏遠這個朋友。
- C. 開始回想過去自己和對方相處的感覺，如果感覺不錯可以考慮交往。
- D. 謝謝對方的欣賞，但表示自己心中並沒有這樣的感覺。

#### 四、爸媽，其實我是.....

你的女兒正值荳蔻年華，每天和班上一個女同學打電話聊天，而且還常常到她家過夜。有一天你無意間在抽屜裏發現幾封情書和一張親密的大頭貼照片，問她的結果，她大方地說，那個女同學是我的女朋友。請問你會怎麼做呢？

- A. 稱讚女兒交往的對象滿可愛的，希望女兒帶回家讓爸媽認識認識。
- B. 不相信女兒真的是同性戀，認為只是一時好奇，開始想一些方法來讓女兒改變。
- C. 不覺得有什麼特別的。
- D. 怒斥女兒在學校亂搞，要她交出對方的電話，打給對方家長共商對策。

#### 五、那個老師怎麼還沒結婚.....

開家長會時妳孩子班上的導師給人的感覺不錯，但是家長私下開始八卦了起來，「聽說他還沒結婚哩。」「奇怪，條件又不差。」「該不會是那個什麼同志吧？」……。假如根據可靠消息，妳的孩子的導師真的是同志，請問妳會有什麼樣的反應？

- A. 那是老師個人的事，並不覺得有什麼特別要注意的。
- B. 覺得這是個很好的經驗，認為小孩可以從中學習尊重和別人不一樣的人。
- C. 不管如何，希望孩子轉班，以免受到不良影響。
- D. 問孩子那個老師有沒有什麼異樣行為，並且叫孩子小心點。

#### 六、同志進軍立法院.....

M 小姐是一個表現優秀的議員，這次更全力投入立委的選戰。但選前有對手在某八卦雜誌上揭發她是一名同志，而且有交往多年的伴侶，她非但沒有否認，而且還承認其同志身份。請問這件事對於你是否投給她有什麼樣的影響？

- A. 不一定會投給她，只是擔心萬一她當選，搞不好會助長這種風氣。
- B. 一定不會投給她，因為不能認同同志。
- C. 這件事對投票決定完全沒有影響。
- D. 覺得這樣的立委很少，也許可以幫同志族群說話，所以幫她拉票。

#### 七、我知道妳很想要這份工作，但妳是「那個」.....嗎？

妳是一家公司的老闆，恰好公司目前有一份職缺，A 女來面談時表現出良好的能力背景，讓妳留下深刻的印象，妳無意間問她結婚了沒有，她竟然直接地回答說她是同志。請問妳是否願意雇用她作為妳的員工？

- A. 願意，可是總覺得有點怪怪的。
- B. 不可能，我的公司怎麼可以有同志。
- C. 不願意，我雖然不歧視同志，可是辦公室裡有同志會影響其他人工作。
- D. 願意，因為她是不是同志跟工作能力沒有關係。

#### 八、女生愛女生，我們要結婚.....

假設最近有一群同志團體聯合起來提出訴求，成功推動立委連署，而在立法院提出了「同志婚姻合法化」的法案，這項法案如果通過的話，將使得台灣成為全世界第一個承認同志婚姻的國家。請問你是否贊成這項法案？

- A. 反對到底，兩個女生（男生）怎麼可以結婚呢？
- B. 舉雙手贊成，祝有情人終成眷屬。
- C. 不贊成，但是可以賦予同志伴侶法律上的權益（例如繼承、減稅等）。
- D. 沒有意見，那是她（他）們的事，跟我沒有關係。

#### 九、小甜甜有兩個爸爸.....

假設有一天妳在大街上走著，突然發現前面很熱鬧，原來是同志團體爲了爭取和異性戀夫妻一樣有領養小孩的權利而上街遊行，如果這個法令通過的話，將來孤兒院的小朋友可能被一對女（男）同志所領養。請問妳是否贊成同性伴侶領養小孩？

- A. 不贊成，擔心小孩長大以後也會變成同志。
- B. 不贊成，總覺得小孩應該有一個爸爸一個媽媽才正常。
- C. 贊成，因爲她（他）們會想領養小孩的話應該很有愛心，至於領養的條件或規範比照現行法令辦理。
- D. 贊成，但是應該建立一套完整的測驗(例如面談或狀況模擬等)，才能決定同志伴侶能不能領養小孩。

#### 十、搞不好他是愛滋病帶原者.....

你的一個朋友告訴你說他是同志，你並不清楚他在同志圈裡的交友狀況，可能也不太清楚同志是怎麼一回事。請問你是否會因此而懷疑他是愛滋病帶原者，並擔心他將愛滋病毒傳染給你？

- A. 不會懷疑，會不會得愛滋病和同志又沒有關係。
- B. 不知道，因爲不確定同志是否比較容易得愛滋病。
- C. 雖然有點懷疑，但是又不會跟他做什麼，所以並不擔心。
- D. 擔心的要命，一看到他來就躲得遠遠的。



算算看，你得了幾分？(計算方式：將各題答案對應下表，圈出數字即得分)

題 號	選 項				得 分
	A	B	C	D	
一	0	1	3	2	
二	2	3	1	0	
三	3	2	0	1	
四	0	2	1	3	
五	1	0	3	2	
六	2	3	1	0	
七	1	3	2	0	
八	3	0	2	1	
九	3	2	0	1	
十	0	1	2	3	
合 計 總 分					



## 恐同指數分析

**0分：**恭喜你，你是一個不折不扣的「直同志」。也就是說，雖然你不是同志，但對同志的看法卻相當客觀友善，不但不會歧視他們，反而能給予充分的欣賞與尊重，甚至願意為同志爭取平等的人權，可以說是同志最好的朋友。

**10分以下：**在大部分的情況下，你對同志與異性戀者一視同仁。也就是說，你認為同志跟一般人沒什麼不同，不會對她（他）們「另眼相看」，但是對於同志平權的事，則可能覺得「事不關己」。

**10~20分：**要注意哦！你是輕微的「恐同症患者」。雖然你並不是非常討厭或害怕同志，但還是會有常常出現：「雖然我不歧視同志，但是……」之類的想法。其實，在這些想法的背後，還是隱藏著對於同志的偏見。

**20~30分：**嚴重的「恐同症」患者。你對於同志非常討厭或害怕，呈現「同性戀恐懼症」的明顯症狀，有時還會很直接地表現生活中，甚至歧視或排斥同志。誠心建議你，放寬心胸，並詳細閱讀「認識同志手冊」，跨出瞭解與接納同志的第一步，這是國際化都會好公民的必備條件哦！

## 活動2 多樣的愛情

其實，同性戀沒什麼大不了的，也並不奇怪，只不過是戀愛的性取向與異性戀不同罷了。但是，因為人們不了解，往往會對同志產生許多疑慮，甚至，原本覺得還可以接受，可是一旦發現周遭有人是同性戀，便開始坐立難安。接下來，先讓我們來觀賞一部影片吧！

片名：新郎向後跑

劇情介紹：

霍華是一個默默無聞的高中英文老師，然而他的生活卻在一夜之間有了重大的改變。原本在三天之後就要結婚的霍華，與他的未婚妻在家觀賞精彩的奧斯卡頒獎典禮日學生正是這次奧斯卡的影帝，不料他卻在成億上萬的



觀眾面前，丟下晴天霹靂的一句話：「我要感謝我的高中老師霍華，而且他是同性戀！」從此霍華的生活有了一百八十度的大轉變，原本平靜的日子也無法再過下去，因為所有的媒體都競相報導這個事件，而鎮上所有的親朋好友及霍華的學生也都開始懷疑他。在這些壓力之下，霍華要如何保住他的婚禮及生活呢？



想一想：

1. 當卡麥倫在奧斯卡頒獎典禮上，宣布霍華是同性戀時，霍華的反應是什麼？
2. 霍華的學生麥克認為老師被認定是同性戀的原因有那些？你的看法是什麼？
3. 你認為校長因霍華是同性戀而炒他魷魚的原因是什麼？為什麼？
4. 對於牧師認為霍華和女友訂婚三年未發生關係，霍華認為是尊重，而牧師認為是同性戀，你有何看法？
5. 霍華為了證明自己不是同性戀，做了那些努力？
6. 當記者麥彼德說自己是同性戀者並吻了霍華時，霍華的反應是什麼？
7. 霍華的家人在霍華的性取向確定前後，態度有何不同呢？為什麼？
8. 你認為身為同性戀者，其所承受的社會壓力有那些呢？



每個人的性取向不同，更何況是霍華也為了自己的性取向做過否認、不願面對的努力，但終究仍是勇敢的接受自己的性取向而認真過生活。因

此，無論是異性戀、雙性戀、同性戀，都是需要被接納和尊重。也唯有認識他、了解他，才能避免因過度排斥所帶來的傷害。

## 活動 3 GQ 小托福

在報章雜誌與電視新聞中，你或許曾見過「T」、「恐同」、「出櫃」、「彩虹」之類的字眼。乍看之下，你可能會搞不清楚那是什麼東西。其實，這些都是同志社群的慣用語彙，同志族群如彩虹般多采多姿的文化脈絡，就在這些慣用語裡展現無遺。接下來，讓我們透過資訊站「同志小辭典」，認識同志族群的常用語彙，完成 GQ 測驗。

---

( )1. 「艾倫是個蕾絲邊，最近才剛剛出櫃。」這句話的意思是：

- a. 艾倫是個編織蕾絲的人，她最近才把以前編好的蕾絲布清出衣櫃。
- b. 艾倫喜歡穿有蕾絲花邊的衣服，最近正好從衣櫃裡找到了一件蕾絲洋裝。
- c. 艾倫是女同志，最近她對親友表明了她的同志身分。
- d. 以上皆非。

---

( )2. 「小紅本來只是個 Straight (直人)，來參加過彩虹園遊會之後，就變成直同志了。」意思是說：

- a. 小紅長得瘦瘦高高的，像根直直的竹竿，後來變成同志了。
- b. 小紅的身材筆直高大，她去參加了一個親子園遊會，結果愛上了一個女人，變成同志。
- c. 小紅說話直爽。有一天她去參加一個彩虹園遊會，結果加入了某個政黨。
- d. 小紅原本是個不瞭解同志的異性戀者。但是她參加過同志的園遊會之後，改變了觀點，成了對同志友善、認同同志的朋友。

---

( )3. 「詠琪是個丰姿綽約的婆，她喜歡斯文的 T。」意思是：

- a. 詠琪是個風韻猶存的老婆婆，她喜歡斯文地喝茶 (Tea)。
  - b. 詠琪已經嫁為人婦，是別人的老婆，可她有個奇怪的習慣——喜歡斯文的踢 (T) 人。
  - c. 詠琪已經是三個小孫子的外婆了，可是她駐顏有術、身子骨硬朗，沒事喜歡邊讀書邊拳打腳「踢」練身體。
  - d. 詠琪是位氣質溫婉的美麗女同志，她喜歡的對象，是斯文體貼、風度翩翩的帥氣女生。
-



( )4.「在紀念『石牆事件』的遊行中，彩虹旗幟漫天飄揚。」這句話中的「石牆」，是指：

- a. 柏林圍牆
- b. 萬里長城
- c. 天安門
- d. 石牆酒吧，同志平權運動的發源地。

( )5.接上題，彩虹旗的顏色共有六色，分別是：

- a. 紅橙黃綠藍紫
- b. 青紅皂白紫黑
- c. 青黃藍綠黑白
- d. 金銀紅藍青白

( )6.「國榮幾乎每晚都在『公司』流連忘返。」意思是：

- a. 國榮晚上有份兼差工作。
- b. 國榮在超商打工值大夜班，因為熱愛工作都不想下班。
- c. 國榮是報社編輯，每天晚上都要上班。
- d. 國榮常到男同志聚集的公園與朋友碰面。

( )7.「我昨天跟小慧聊天，覺得她有滿嚴重的恐同症。」意思是：

- a. 小慧以前住在大同區，很不喜歡那個地方。
- b. 小慧對同性戀者有很嚴重的偏見。
- c. 小慧在學生時代相當害羞，害怕跟同學說話。
- d. 小慧是個特立獨行的人，很害怕跟別人一樣。

( )8.「阿亮向家人現身，父母流著眼淚接受了。」意思是：

- a. 阿亮告訴家人他是男同志，父母流淚接受了。
- b. 阿亮光著身子走出浴室，父母氣哭了，拿他沒辦法。
- c. 阿亮在外躲債，偷偷回家，父母高興得流淚。
- d. 阿亮從暗處突然跳出來，把父母嚇哭了，但也拿他沒辦法。

( )9.小敏有個 Gay 朋友，很想去 T 吧玩。

- a. 小敏有個很快樂的朋友，喜歡去酒吧喝下午茶。
- b. 小敏有個朋友叫 Gay，很想去女同志聚集的酒吧玩。
- c. 小敏有個男同志朋友，很想約她喝下午茶。
- d. 小敏有個男同志朋友，很想去女同志聚集的酒吧玩。



在進入彩虹的國度，與同志作朋友之前，對於同志語彙的認識可是不可少的  
呦！唯有好好研讀，才不至於「說錯話」、「表錯情」。尊重同志，就從這裡開始！

## 活動 4 同言同語

對於同志族群有進一步的認識後，你可否想過當真正接觸同性戀時，要怎麼  
與他們相處呢？讓我們先來看一則故事吧！



咚咚、小魯與建平是鄰居，又剛好同班，所以每天都一起上下學，而且他們都喜歡打籃球，臭味相投，因此成為好朋友。小魯長得高高壯壯的，是打中鋒的好手，咚咚個頭雖然瘦小，卻敏捷刁鑽，專打控球後衛；建平斯文有禮，投籃遠射卻一點也不含糊，是個神射手。由於他們經常形影不離、相約打球，班上同學稱他們是「三劍客」。上了國三之後，課業壓力大，三人便一起溫習功課，偶爾也會分享彼此的心情。最近，建平喜歡上隔壁班的女同學小真，咚咚和小魯就得聽他報告進展。有一天放學後，三人又湊在一塊兒，討論待會兒的行程……

「喂，等一下要不要去打球？我約了一群人比鬥牛欸。」咚咚摩拳擦掌、精力旺盛地問道。

「不太想欸。最近小真都不理我，我好像快要被甩了！」建平則是一副提不起勁的模樣。

小魯忍不住取笑建平：「連手都還沒牽到，怎麼算得上是被甩？哈哈！」

建平卻還是一臉哀怨，說：「你別笑，其實是因為最近小真整天都和她們班上的小唯膩在一起，我根本一點機會也沒有。不過話說回來，她們兩個交情真的很好喔，不但會手牽手一起去上廁所，還會摟摟抱抱的。唉，我的小真就這樣被搶走了。」

「真的耶！我也有看到，她們是不是就是那個……同性戀啊？」咚咚也忍不住發意見。

「哎喲～好噁心，別說了，聽得我全身雞皮疙瘩都起來了。」聽咚咚這麼說，建平一副聽到什麼噁心事的模樣，伸伸舌頭。

小魯卻不以為然，跟建平說：「還好吧，就算她們是同性戀又如何？你就當作小真不喜歡你，再找一個就好了啊！」

咚咚繼續發表「高論」：「你們覺不覺得小唯真的很男人婆？我看她那個樣子，鐵定是個同性戀。可是……小真溫柔可愛，又會彈鋼琴，聽說很多男生都在追她，怎麼偏偏被一個女生給追走了呢？」

小魯轉頭白了咚咚一眼，說道：「你少土了好不好！你以為溫柔可愛的女生就只能喜歡男生？告訴你，很多女同性戀都很溫柔的，男人婆也不見得都是女同性戀。一個人氣質陽剛陰柔和他的性傾向沒關係啦。像我們班上上次話劇表演時，演白雪公主的那個王小明，還不是一天到晚換女朋友，而且我聽說是小真主動追小唯的。」

建平聽小魯說得有道理，不禁點了點頭：「好像也對喔，老師說，同性戀除了喜歡的對象是同性以外，沒有什麼地方和我們不一樣，只是，我還是覺得很好奇，怎麼可以喜歡同性呢？怪怪的。」

小魯答道：「喜歡同性就跟喜歡異性一樣，有什麼好奇怪？嗯，好吧，告訴你們，其實我也是同性戀耶。」

建平聽了，嚇得倒退三步：「哇！你不要嚇我啊！」

咚咚看到建平的樣子，不禁搖了搖頭：「欸，有那麼嚴重嗎？你真是太遜了。小魯還是我們的好朋友啊，而且他又不是現在才是同性戀，只是……欸，小魯，你看起來不像同性戀欸，怎麼認識這麼久了我都没發現？」

小魯笑笑答道：「我沒告訴過你，你怎麼會發現，而且我不喜歡和你們聊女孩子的事呀？因為我對女孩子沒有興趣，就像你們對男生沒興趣一樣，因為我是同性戀，會



很自然想跟男生談戀愛，我信賴你們重視你們，所以才告訴你們這件事，你們應該可以接受吧。」

建平聽了，覺得很感動：「嗯，謝謝你對我們的信任，我們本來就是好哥兒們啊。不過，我對同性戀還是有點不了解，你可以跟我們談談嗎？」

於是，小魯就拿出《2001 認識同志手冊》，翻到經典Q&A單元，一一為咚咚與建平解釋。講解了半天，兩人終於茅塞頓開。建平拍拍小魯的肩膀說：「你肯跟我們解說真好，不然我們以前的觀念真是錯誤阿！」

這時，咚咚突然看了一下手錶說：「沒錯啦，可是，你們到底打不打球啦？已經遲到很久了啦！」

小魯哈哈一笑，說：「好，我們去吧！讓他們見識一下同性戀的厲害！」

建平則猶豫著說：「欸，可是我是異性戀啊！」

咚咚不耐煩地推了推他，罵道：「走啦，還說那麼多！」



### 想一想

1. 為什麼男生應該有男生的樣子？女生應該有女生的樣子？如果一個女孩子天生就比較有男子氣概，硬要他表現的秀氣一點是不是更不自然？你的看法為何？
2. 娘娘腔、男人婆有什麼道理會被人討厭？如果沒有道理，該如何杜絕歧視現象的發生？
3. 如何和同性戀相處？他們和我們有什麼不一樣？如果沒有不一樣，那該擔心些什麼嗎？
4. 如果你在大街上看到一男一女牽手、兩個女生牽手、兩個男生牽手，各會有什麼感覺嗎？
5. 如果你是同性戀，你會怎麼想？你覺得會受到什麼壓力？
6. 你會不會擔心同性同學追求你？為什麼？異性呢？又是為什麼？



性別、性傾向都是個人的一種身份，一個人不該因為性別與性傾向而受到壓迫，身為少數的同性戀在社會大眾的不瞭解與疑慮下，一向承受了許多刻板印象。其實同性戀和異性戀並無太多不同，只有在談

戀愛時的對象不一樣而已，人們對很多事情都有刻板印象，但是刻板印象往往不合實際，經過理性的思考和觀察後，我們可以發現很多偏見沒有確實的事實基礎，對同性戀的態度就是其中一種，瞭解之後，我們知道同性戀其實和我們身邊的人沒有兩樣，所以我們應該認識到同性戀的存在，用健康的心態來看待。

## 資訊站--同志小辭典

整理／James、辛夷

資料來源：《2000年認識同志手冊》



**同志**：本為革命用語，1991年香港人林奕華首先使用，成為同性戀者的代稱。

**Gay**：同性戀者，通常用來指男同性戀者。此外，「gay」這個字也被用來形容所有的同性戀團體，例如：Gay people，就是指「同性戀社群」。

**Lesbian（蕾絲邊）**：女同性戀者。這個詞源自希臘一個名為Lesbo的島嶼。西元前四百年前，希臘女詩人莎芙（Sappho）在這個島上舉行女詩人同歡會，建立她的學園，莎芙的詩多是敘述兩個女人間的愛情。

**石牆事件**：1969年6月27日，紐約市九名警察進入格林威治村一家名為「石牆」的同性戀酒吧進行臨檢，像以往一樣逮捕了幾名未帶身分證明的男女同志，並驅離顧客。但這次同志們忍無可忍，起而反抗，持續對峙幾天，並引起多次示威抗議，因而廣為世人所知。史稱「石牆事件」。一年後，近一萬名男女同志在紐約舉行大規模遊行，紀念石牆事件，並要求同性戀的法律地位與權利。如今，石牆事件被同志們視為同性戀平權運動的發源。

**彩虹旗**：同志平權運動常使用的象徵標誌。上頭有紅、橙、黃、綠、藍、紫六種顏色，分別代表「生命」、「復原」、「太陽」、「自然與寧靜」、「和諧」、「靈魂」，象徵著同性戀社群的多彩多姿。



**Homosexual（同性戀）**：早期性醫學為同性戀所下的「病理性定義」，但1975年4月9日，美國精神病學會正式將「同性戀」自「精神疾病」項目中刪除。

🔍直同志：就是「Straight」（直人，異性戀者）與「同志」的組合，是指認同同志、對同志友善、顛覆性別霸權位置的異性戀者。

🔍Bisexual（雙性戀）：愛戀與慾望的對象，有可能是同性，也有可能是異性。

🔍現身（Come Out）：同志常用「在衣櫃裡」（In the Closet）來比喻指同性戀或雙性戀者向親友、社會隱藏其性傾向。相對的，當同志向他人表明同志身分時，稱為「走出衣櫃」（Come out of the closet），簡稱「出櫃」，又叫「現身」。

🔍Homophobia（同性戀恐懼症）：簡稱「恐同症」。說得白一點，就是指厭惡同性戀的心理。對同性戀抱持偏見——例如同性戀者都是濫交者、是社會風氣敗壞的淵藪——的人，我們稱為「恐同症患者」。

🔍T（Butch）、婆（Femme）、不分：「T」是Tomboy的簡稱，指裝扮、行爲、氣質較陽剛的女同志。「婆」指裝扮、行爲、氣質陰柔的女同志。台灣女同志文化中的T／婆之分，相當於西方的Butch／Femme。「婆」一詞最早是指「T的老婆」，但近年來婆的主體性已經浮現，所以泛指氣質較陰柔者。「不分」從字面上，可以解釋為「不被分類」或「難以被分類」，這是近年來在女同志文化中出現的新名詞，指裝扮、行爲、氣質較難以被界定，呈現跨性別曖昧狀況的女同志。

🔍公司：男同志聚集的公園，例如台北的新公園（228紀念公園）。

🔍T 吧：女同志酒吧。

🔍Gay 吧：男同志酒吧。

🔍Transgender（跨性別）：指以性別二分（男／女）的方式無法界定的人，也就是同時具備或同時不具備男女兩性特徵的人。

