

# 同志伴侶關係與諮商

劉安真

## 摘 要

本論文欲探討諮商中同志伴侶關係常見的議題，雖然親密關係有其共通性，但同志伴侶因為性傾向與性別會有其獨特的處境與諮商議題，其中，性傾向歧視造成同志伴侶的弱勢處境，並因之而衍生出種種伴侶關係的議題；性別方面則是性別角色社會化的影響，由於同志伴侶是兩個男性與兩個女性的關係，因此在伴侶關係上會有因性別而來的獨特議題。本文將從文獻回顧整理同志伴侶在諮商中常見的議題，如：異性戀常規化與性傾向歧視、少數族群壓力模式、認同與出櫃、社會支持、原生家庭、缺乏法律認可與保護、性別角色社會化以及男同志與女同志的獨特議題等。並依照上述議題提出諮商的建議，也對諮商師訓練提出建議。

**關鍵詞：**同志伴侶、性傾向歧視、男同志、女同志

---

劉安真 弘光科技大學護理學系 (通訊作者：annliu@hk.edu.tw)

## 壹、前言

談到同志伴侶關係，常聽到的說法是：「同志伴侶和異性戀伴侶沒有不同，愛情與親密關係的本質是一樣的。」也曾聽諮商心理師這麼說：「接同志伴侶和接異性戀伴侶沒有不同，只是他們是同性。」真實情況是如何呢？到底同志伴侶和異性戀伴侶關係有何異同？在諮商上，同志伴侶關係會出現哪些特殊議題？諮商師要如何有效協助他們？諮商師訓練又應增加哪些內容，以提升學生面對同志伴侶的諮商能力？本文將先由文獻回顧探討同志伴侶與異性戀伴侶的相似性，再從同志伴侶的邊緣處境以及性別角色的影響來討論同志伴侶的特殊議題，並從同志伴侶關係的特殊性來討論諮商的重要任務，並給諮商師訓練提出建議。因為男同志女同志與跨性別和雙性戀在伴侶關係上大不相同，本文所指的同志伴侶僅限男同志與女同志。

## 貳、同志伴侶與異性戀伴侶的相似性

在同志伴侶關係研究中，最常被引用的是 Kurdek 針對男同志、女同志與異性戀伴侶一系列的縱貫性研究(Kurdek, 1998, 2004)，其研究結果發現，同志伴侶與異性戀伴侶在親密關係許多向度都是相似的。除了 Kurdek 的研究，越來越多同志伴侶關係的研究支持上述的結果。Garnets 與 Kimmel(2003)整理眾多同志伴侶與異性戀伴侶親密關係的比較研究後指出幾個重點：第一，同志伴侶與異性戀伴侶關係有許多相似之處，顯示親密關係有其共通性。第二，性別角色對親密關係的影響似乎比性傾向來的大，男同志在關係中的期待、價值觀與興趣和異性戀男性相似，女同志和異性戀女性相似。第三，以性別為基準的家務分工對伴侶關係並非必要，因為多數同志伴侶在家務分工上傾向同儕式的分工，而不是「夫和妻」的分工。第四，和異性戀伴侶相比，同志伴侶的社會支持

多來自朋友與伴侶，來自原生家庭的支持較少。除此之外，Diamond(2015)統整相同主題的研究結果也發現，同志伴侶和異性戀伴侶關係在許多層面是相似的，但仍有所不同，差異主要來自兩方面：第一，性取向的污名與被邊緣化。第二，同志伴侶是相同性別，僅僅是相同性別的組合就會產生不同的關係動力。

同志伴侶和異性戀伴侶哪些部分是相似的？Fingerhut 與 Peplau(2013)曾針對同志伴侶關係進行完整的文獻回顧，從實徵研究結果來看，同志伴侶與異性戀伴侶在關係的許多層面是相似的，相異處較少。Fingerhut 與 Peplau 從幾個向度來討論同志伴侶關係：關係的開始、關係的品質、性慾特質、家務分工、關係穩定度等。以下分別敘述之。

### 一、關係的開始

根據相關研究結果顯示，男同志、女同志和異性戀者一樣，在擇偶時強調：感情、可靠、相似的興趣與價值觀。但也有些差異，男同志和異性戀男性一樣，較重視外表的吸引力，女同志和異性戀女性更重視另一半的性格。因此，在擇偶的部分，性傾向的差異並不大，反而是性別的差異較明顯。

### 二、關係的品質

刻板印象中，同志伴侶的關係是不穩定也不幸福的。但回顧眾多同志伴侶關係品質的研究後發現，同志伴侶和異性戀伴侶在關係品質上是相似的，例如：在愛情、信任和關係滿意度上是沒有差異的。Kurdek(1998, 2008)著名的長達十年的伴侶關係縱貫性研究也發現，在控制年齡、教育程度、收入與同居年數後，男同志、女同志和異性戀伴侶在關係滿意度上並沒有差異，且同志伴侶對關係的滿意度，並沒有隨交往時間而下降，反而是異性戀夫妻出現滿意度隨交往時間下降的情形，其中以已婚並育有子女的異性戀夫妻滿意度下降最為明顯，Fingerhut 與 Peplau(2013)推論，親職和關係滿意度的降低有關。Kurdek 的研究還發現，無論

是同志或是異性戀伴侶，與關係品質有關的因素有：伴侶較不神經質、互動模式較平權、有效處理衝突、有較多的社會支持等。除了相關研究之外，Fingerhut 與 Peplau 也回顧伴侶關係的觀察研究，發現男同志、女同志與異性戀伴侶，在實驗室中呈現出相似的互動模式與行為。Gottman 等人(2003)針對男同志與女同志伴侶長達 12 年的觀察研究也發現，同志伴侶的關係品質與穩定度和異性戀伴侶沒有差異。

### 三、性慾特質(sexuality)

同志伴侶間性行為頻率有相當大的差異，且會隨交往時間而逐漸下降。從滿意度來看，研究一致發現，同志伴侶的性滿意度高於異性戀伴侶，與性滿意度有關的因素是性行為頻率。研究顯示，無論是同志伴侶或異性戀伴侶，性滿意度皆與性行為頻率有關，性滿意度又與整體關係滿意度有關。在單一性關係(monogamy)上，男同志對單一性關係的重視或支持比例較女同志與異性戀低。整體來說，同志與異性戀伴侶在性的經驗上沒有太大差異，唯有男同志在單一性關係上數據有差異。

### 四、家務分工

從實徵研究發現，同志伴侶在家務分工上不受性別角色刻板化影響，並不會採取夫妻角色的分工，且工作分配較異性戀夫妻更平權。

### 五、關係穩定度

一般認為同志伴侶在分手上阻力較小，因為他們通常沒有小孩也沒有婚姻的牽絆，社會的不友善以及缺乏社會支持更會讓同志伴侶關係較不穩定。但從實徵研究結果發現，許多同志伴侶維持長期關係，和異性戀夫妻相較，同志伴侶分手的機率和沒有小孩的異性戀夫妻相似，有小孩的夫妻分手機率最小，與分手有關的因素似乎是親職而非性傾向。在美國部分地區給予同志伴侶法律承認地位之後，這些地區辦理法律承認的同志伴侶分開的機率甚至低於異性戀夫妻。

除了上述整理的美國研究發現之外，臺灣的現況為何呢？謝文宜、蕭英玲與曾秀雲(2009)比較同志伴侶與已婚夫妻的關係，發現不同性取向的伴侶在關係中所看重的因素並沒有差異，同志伴侶關係品質較已婚夫妻來得高。在幸福與關係滿意度上，同志伴侶與已婚夫妻極為相似，但同志伴侶關係不穩定的程度明顯高於已婚夫妻。但由於本研究未納入未婚的異性戀伴侶，無法得知同志伴侶的關係穩定性與未婚的異性戀伴侶有無差異。而謝文宜與曾秀雲(2007)的研究在納入未婚的異性戀伴侶之後，發現關係滿意度的向度上，同志伴侶和異性戀伴侶並沒有太多差異，顯示同志伴侶和異性戀伴侶關係的維持上，大部分以相同的模式在運作。

## 參、同志伴侶的特殊議題

在同志伴侶的特殊議題上，可分為兩大層面：同志族群在社會的邊緣處境以及性別角色的社會化所帶來的特殊議題，以下分別敘述之。

### 一、同志伴侶的社會處境：被邊緣化

#### (一)同性戀恐懼(Homophobia)、性傾向歧視(Heterosexism)與異性戀常規化(Heteronormativity)

在討論同志伴侶關係與同志伴侶諮商時，應先理解同志伴侶在社會中的處境，因此，本段將介紹幾個重要名詞：同性戀恐懼、性傾向歧視與異性戀常規化。

#### 1. 同性戀恐懼(恐同)

同性戀恐懼一詞最早由心理學家 Weinberg 於 1972 年在其著作 *Society and the Healthy Homosexual* 所提出，意指對同性戀者非理性的恐懼與敵意，後來被引伸為對同性戀與其生活方式的反感與基於此反感而來的行為(Herek, 2004)。自從同性戀恐懼這個名詞出現後，被廣泛運用於專業研究與日常生活中，用來形容排斥同性戀的言行舉止與心態。但也有學者認為

同性戀恐懼的說法把社會對同性戀的敵意縮小為個人層次，忽略恐同的態度其實是社會文化層次上的壓迫，他們認為性傾向歧視一詞更能貼近同性戀受壓迫的本質(Adam, 1998)。

## 2. 性傾向歧視

性傾向歧視與種族歧視(Racism)、性別歧視(Sexism)等名詞常出現在多元文化諮商的文獻中，因為「壓迫」(oppression)是多元文化諮商的重要內涵，社會中的弱勢族群，無論種族、性別或是性傾向，都在生命中經驗到社會體制的壓迫，這些壓迫正是威脅他們心理健康的最大因素(Sue & Sue, 2016)。因此，具多元文化諮商能力的心理師，應致力理解社會中的權力、特權與壓迫如何影響擁有特權者與被邊緣化者的生命經驗(Ratts, Singh, Nassar-McMillan, Butler, & McCullough, 2016)。Adam(1998)認為討論性傾向歧視時，指向的是制度、社會結構與意識型態的層面。Herek 則如此定義性傾向歧視：「一套推崇異性戀的世界觀與價值系統，認為異性戀是愛情與性唯一被認可的表現方式，貶抑同性戀以及所有非異性戀。」(Herek, 1986)。Herek(2004)指出，性傾向歧視是一套讓「討厭同性戀」可以在社會運作的系統，此系統包含了性別與道德的信念，在此系統下，同性戀是異常、有罪、會對社會造成威脅的，因此加諸同性戀者的歧視、敵意與暴力都可以被合理化。

## 3. 異性戀常規化

異性戀常規化意指一套鞏固性別規範、異性戀以及傳統家庭價值，並認為此價值體系是人類唯一正確生活方式的意識型態。Oswald、Blune 與 Marks(2005)認為，異性戀常規化的運作包含三個向度：第一，性別二分：性別只有男與女，男生要像男生，女生要像女生，從小到大，男性追求陽剛氣質的展現，女性則要學習溫柔體貼的女性特質。第二，獨尊異性戀：認為異性戀是唯一正常的性傾向，病理化非異性戀，推崇異性戀，貶抑其他非異性戀。反對兒童接受同志教育以及反對同性婚姻合法化都是崇尚異性戀的展現。第三，獨尊「正常」家

庭：推崇有血緣關係的一父一母家庭，將其他家庭型態貶抑為「不正常」或「偏差」的。Livingstone(2010)認為，社會對於性、性別與性傾向的僵化分類與政策使不符常規者持續感受到自己是有缺陷、不正常，甚至是具威脅性與危險的。異性戀常規化的社會不僅將性、性別、性傾向階層化(hierarchy)，將性少數病理化，更將之做為社會控制的手段，試圖規範所有與性、性別、性傾向的行為。Fassinger(2017)指出，異性戀常規化的假設是一套與性、性別、性傾向有關的社會建構，Paul(2017)更表示，異性戀常規化具有壓迫的本質，如果不打破如此強大的社會系統，心理師可能在諮商室中提供肯定式同志諮商嗎(affirmative counseling)? 因此，當心理師面對同志伴侶時，必須覺察與理解異性戀常規化如何運作以及如何影響伴侶關係以及他們的生存脈絡，且諮商師應該要倡議打破異性戀常規化的體制，如此才能真正肯認同志身份與同志伴侶關係。

除了理解恐同、性傾向歧視與異性戀常規化的運作及其影響之外，McGeorge 與 Carlson(2011)從伴侶治療的角度指出，治療師本身需要覺察個人的異性戀常規化假設、性傾向歧視以及異性戀者的特權，因為這些意識型態讓異性戀者持續擁有特權，並壓迫社會中的性少數。當治療師受到異性戀常規化假設的影響時，他會忽略同志當事人與同志伴侶的需要與真實處境。McGeorge 與 Carlson 建議異性戀的伴侶治療師可以與其他同儕討論以下的問題，有助於省思自己的異性戀常規化假設(McGeorge & Carlson, 2011)：

- (1)你的原生家庭如何跟你談論性傾向、同性戀、同志伴侶關係？他們傳達了怎樣的價值觀與信念？如果他們從未談過，這現象說明了什麼？
- (2)你們家庭是否有同志？大家如何談論他？他被如何對待？
- (3)如果我有宗教信仰，我所屬的信仰團體如何談論同性戀？我讀的宗教經典如何談論同性戀？

- (4)在我的想法裡，一個人如何「成爲」同性戀或是雙性戀的？
- (5)我如何理解，爲何我沒有「成爲」同性戀或雙性戀？
- (6)對於同性戀者共同扶養小孩，我第一個想法或念頭是什麼？
- (7)如果我聽到我孩子的老師是同性戀，我第一個念頭或想法是什麼？
- (8)我是否曾聽過「死 gay」這些字眼？你的感覺？
- (9)當我剛認識一個人時，是不是如果沒有特別的線索，我就會假設此人爲異性戀？
- (10)如果有同志伴侶在我面前用肢體表達他們的情感，我的感覺會是？同樣的動作，如果是異性戀伴侶呢？
- (11)如果我的孩子向我出櫃，我的感覺和反應可能會是？

除了省思異性戀常規化假設之外，McGeorge 與 Carlson(2011)也建議家庭與伴侶治療師省思異性戀者的特權，同樣可以找其他異性戀者討論以下的問題：

- (1)當你進入一段異性戀關係時，你會如何得到朋友、家人與社會的支持與鼓勵？
- (2)當你小時候，如何被教導與鼓勵實踐異性戀的生活方式與常規？
- (3)你是否需要懷疑自己的異性戀身份？有沒有家人、朋友或同事會質疑你的異性戀身份？
- (4)你是否需要爲自己的異性戀身份辯解，以便獲取其他人的接納？
- (5)你是否曾擔心因爲自己是異性戀而失去朋友或家人的支持？或是失去工作？
- (6)你是否曾問過此問題：爲什麼上天讓我成爲異性戀？
- (7)有沒有任何人曾經要求你改變你的異性戀傾向？
- (8)你會不會擔心，因爲你是異性戀而被教會、宗教團體或任何社會團體拒絕？
- (9)你會不會擔心因爲你是異性戀而讓你的心理師不願意繼續跟你諮商？

- (10)你會不會擔心，因爲你是異性戀而遇到一位對異性戀不友善的心理師？
- (11)你會不會擔心，有人不小心就洩漏了你異性戀的身份？
- (12)你會不會擔心因爲你是異性戀而影響你工作上的升遷或是影響你找工作？
- (13)你會不會擔心因爲你是異性戀而遭到攻擊或是排斥？
- (14)有沒有人會因爲你是異性戀，而認爲你不適合擔任某些工作？或是扶養小孩？

透過上述問題的討論，心理師或治療師可以覺察社會中潛藏的異性戀常規化假設以及異性戀者因爲性傾向而享有的諸多特權，這些都能協助心理師體會同志伴侶的真實處境。

## (二) 因為邊緣化而來的特殊議題

男同志、女同志在伴侶關係中的共同議題是性少數在社會中的污名與邊緣化處境。此處境如何影響他們的伴侶關係？以下整理學者與實務工作者的現象描述(Bepko & Johnson, 2000; Connolly, 2004; Green & Mitchell, 2015; Mitchell, 2016; Pachankis & Goldfried, 2004)，歸納出以下議題：少數族群的壓力(minority stress)、內化恐同(internalized homophobia)、出櫃、社會支持與原生家庭、關係的不確定(relational ambiguity)與缺乏性別角色指引、缺乏法律認可與保障等，以下分別描述。

### 1. 少數族群的壓力

少數族群壓力模式是由 Meyer(2003)所提出，用性少數在社會中的污名處境來解釋何以性少數在身心健康上受到較大的威脅。由於社會對女同志、男同志與雙性戀的污名、偏見與歧視，使他們在生活中經歷更多的壓力，這些壓力導致他們在身心健康上受到傷害。Green 與 Mitchell(2008)認爲，同志伴侶與異性戀伴侶關係最大的差異在於所有的同志伴侶都承受相似的來自於人際或體制上的偏見、歧視與被邊緣化。Mitchell(2016)指出，同志(LGBT)當事人會因爲少數族群壓力而來尋求心理治療，他們可能因爲承受社會的壓力而感到痛苦、害怕與

掙扎，與少數族群有關的外在壓力包括了：經驗到偏見、拒絕、被邊緣化、歧視、仇恨犯罪，以及因為要隱藏性少數身份而來的壓力。內在的壓力來源有：害怕、擔心被拒絕、對污名的感受、內化恐同恐雙或恐跨(internalized homophobia/biphobia/transphobia)。此內外來的壓力構成了同志的少數族群壓力，而這些壓力可能又與其他弱勢身份交織（例如：族群、性別、階級、年齡與障礙等），能獲取資源的多寡也影響到個人如何因應這些壓力。

少數族群的壓力如何影響同志伴侶關係？Green 與 Mitchell(2008)認為性傾向對伴侶關係的影響是全面的，包括：家庭、工作、學校、醫療照顧、保險、宗教、政府等。Rostosky 與 Riggle(2017)認為討論少數族群壓力對同志的影響時，不應侷限於個人層面，而要衡量此壓力來自伴侶、人際、機構（工作場域、學校、教會...）、文化（法律、政策、異性戀常規...）等不同層面。少數族群的壓力包含五個因素：經驗到歧視與偏見、預期會被拒絕、揭露或隱藏身份的決策、內化對同志身份或同志伴侶的污名以及需要因應這些壓力等。而伴侶在經驗與因應少數族群壓力時可能會帶來雙倍的效應，因為伴侶一方會受的壓力必然會影響他的伴侶以及彼此的關係。Rostosky、Riggle、Gray 與 Hatton(2007)的研究發現，同志伴侶在與家人、同事和社區互動時經歷到少數族群的壓力，此時會有以下幾個因應策略：重新建構負向經驗的意義、隱藏伴侶關係、創造社會支持、肯認自己的身份與伴侶關係。對同志伴侶來說，幾乎所有因為性傾向而來的特殊處境皆可放在少數族群壓力的架構下來理解。

## 2. 內化恐同

內化恐同是同志伴侶常見的議題，許多實徵研究也發現內化恐同會影響伴侶關係(Frost & Meyer, 2009; Greene & Britton, 2015; Mohr & Fassinger, 2006; Pepper & Sand, 2015; Rostosky et al., 2007)。Mitchell(2016)指出，只要伴侶其中一人或是雙方尚未克服內化恐同，就會直接或間接傷害伴侶關係。諸如：莫名其妙的爭吵

（對關係的罪惡感與自我厭惡轉成對伴侶的批評）、性慾低落（因為罪惡感或壓抑）、憂鬱或情感上的退縮（導因於自我價值感低落等）。除了影響伴侶的關係品質外，在台灣的諮商實務現場，常看到因內化恐同而進入異性戀婚姻的男同志或女同志，他們已婚，但卻仍與同性維持伴侶關係，可見內化恐同是同志伴侶關係的特殊挑戰。然而，當諮商師以內化恐同詮釋上述現象時，卻也可能過度強調個人內在因素，忽略外在真實存在的敵意與不友善。例如：當同志伴侶一方不願意在公開場合牽手，另一方覺得伴侶以同志身份為恥，並因此生氣。此時若以內化恐同來解釋兩人的爭吵，並不公允。因為同志伴侶在公開場合牽手，可能會招來異樣眼光，甚至是言語羞辱或嘲諷，若真的因此遭遇敵意攻擊，也會影響伴侶關係。因此，在討論內化恐同時，應考量目前社會對性少數的不友善。

## 3. 出櫃

對同志伴侶來說，出櫃不是個人的事情，而是伴侶關係的議題，且每天生活都需要面對。研究發現，同志出櫃程度越高，關係滿意度越高，若雙方出櫃程度不一致，則關係滿意度降低(Caron & Ulin, 1997; Jordan & Deluty, 2000; Todosijevic, Rothblum, & Solomon, 2005)。出櫃如何影響伴侶關係？當兩人皆未向其他人出櫃時，會陷入兩人世界，這是臺灣同志族群常見的現象。當關係出現問題時，可能出現求助無門的窘境。為何同志伴侶選擇不出櫃而陷入兩人世界？可能是對異性戀社會或對同志身份感到害怕，還沒準備好以同志身份面對外在世界，但兩人世界也增加關係中的張力，因此，同志伴侶要面對「不出櫃的壓力」與「出櫃的風險」之間的兩難抉擇(Connolly, 2004)。

若伴侶雙方出櫃程度不一致，在生活的各個層面都可能因此發生爭執，例如：是否參與伴侶的社交活動？如何向對方朋友與家人介紹彼此的關係？甚至居住地點的選擇也與出櫃程度有關(例如：不出櫃的人希望住在遠離同事與親友的地區，但可能增加生活中的不便)。在

台灣常見到的情況是，伴侶未向朋友和家人出櫃，總是對外宣稱伴侶是「室友」或「朋友」，如此將使出櫃程度高的另一半感到委屈，可能影響關係滿意度。因此，Rothblum(2009)指出，伴侶雙方出櫃程度相似對伴侶關係的重要性更甚於背景的相似。

其中，對家人出櫃是影響伴侶關係的關鍵因素。LaSala(2000)指出，雖然過去量化研究的資料顯示，當同志伴侶無法獲得家人支持時，若能適度切割與家人的界線，對伴侶關係並不會造成負面影響。但根據他對男同志伴侶進行的質性研究顯示，絕大多數的男同志認為向雙方父母出櫃對關係有正面影響。向家人出櫃如何影響伴侶關係？有些同志不向家人出櫃的理由是擔心被拒絕或是擔心家人承受社會污名(Mitchell, 2012)，因為家人對同志的想法與態度也受到異性戀常規化的影響，不是每位同志的家人都能支持他們的身份與伴侶，貿然向家人出櫃可能導致家庭關係破裂。但不向家人出櫃，同志伴侶無法得到原生家庭的支持與祝福，伴侶變成地下情人，可能讓伴侶覺得關係缺少承諾，也會擔心另一半會在家人壓力下被迫進入異性戀婚姻。因此，是否向家人出櫃成為同志伴侶的兩難處境。

#### 4. 社會支持與原生家庭

出櫃程度影響同志伴侶的社會支持，而社會支持又與伴侶關係與心理適應有密切關係(Elizur & Mintzer, 2003; Kurdek, 1988; Smith & Brown, 1997)。Giammatte 與 Green(2012)指出，缺乏社會支持是同志伴侶最困難的議題之一，因為伴侶關係在人生過程中會遇到許多挑戰，缺乏社會支持將使伴侶在經歷這些挑戰時感到更困難，甚至因此而導致關係結束。Diamond(2015)指出，從實徵研究結果來看，社會支持是同志承受少數族群壓力的重要中介變項，其中家人的支持扮演重要角色，如果家人能接納並認同同志身份與伴侶關係，就能減少社會歧視所帶來的心理傷害。但遺憾的是，研究發現，和異性戀夫妻相比，同志伴侶得到原生家庭的支持較少(Kurdek, 2005)，同志伴侶的

社會支持依序來自：朋友、伴侶、家人與同事(Kurdek, 1988)。如果同志伴侶因為出櫃程度低或接觸同志資源較少，社會支持就會相對薄弱。

如前所述，同志伴侶得到來自原生家庭的支持較少，有些同志伴侶不僅得不到原生家庭的支持，還因為同志身份被家庭拒絕甚至斷絕關係。Greenan 與 Tunnell(2003/2005)指出，小時候，同志因為他的身份不被家人接納，長大後，同志因為他的伴侶而被排除於原生家庭之外，這是同志身份所帶來的艱困處境。Mitchell(2016)提到，許多家庭可以接納同志孩子保持單身，但他們並不歡迎孩子的伴侶，也不會邀請孩子的另一半參與家庭聚會，更不可能把孩子的伴侶介紹給其他親朋好友，孩子是同志這件事，成為家族裡不可說的秘密。Giammatte 與 Green(2012)指出，就算同志伴侶得到原生家庭的支持，他們的地位與得到的認可也和異性戀家人不同，同志伴侶很少得到完全的認可與支持。除此之外，許多弱勢族群，他們和家人有著同樣的弱勢身份，家人之間能提供情感支持與協助，例如：少數族裔的孩子與他們的父母，他們共享同樣的少數身份。但男同志與女同志他們的父母與家人大多是異性戀，對同志可能會遇到的問題不熟悉，較難理解同志伴侶的困境並提供適當的協助，這是同志伴侶的特殊處境。

缺乏原生家庭的支持對伴侶關係會產生什麼影響？由於家人是社會支持的重要來源，也是歸屬感的來源，缺乏原生家庭的支持讓同志與伴侶感到孤立與疏離，因此，Green 與 Mitchell(2008)特別強調「選擇性家庭」(family of choice)的重要性，意指同志伴侶轉向同志友人與社群，尋求他們的支持與肯定，並從同志社群獲取歸屬感。研究也發現，當同志伴侶能得到同志朋友與社群的支持時，缺乏原生家庭支持對關係的影響較小(Elizur & Mintzer, 2003)。

#### 5. 關係的不確定與缺乏性別角色指引

Green 與 Mitchell(2008)指出，因循傳統社

會規範與性別角色，異性戀伴侶中男女雙方的角色與界線是清楚的，雖然僵化的角色與界線對關係不見得有幫助，甚至有害，但完全沒有角色規範可參考，卻是同志伴侶的特殊議題。異性戀好像有一套共通的交往模式與進度，例如：帶給朋友認識、帶回家、訂婚、結婚、生小孩等，兩人的互動也受到性別角色的影響，有一套分工制度，例如：家務分工、誰主導性行為、如何安排社交生活、如何協商孩子的照顧等。同志伴侶常不知道其他同志如何生活與交往，特別是台灣幾乎看不到五十歲以上的同志伴侶，以致於年輕同志伴侶對於關係的未來缺乏想像。有些人認為這是同志伴侶的優勢，因為他們不受性別角色刻板化的影響，也不受愛情腳本與家庭規則的影響，在關係裡更自由與更有彈性。但關係的不確定可能讓許多同志伴侶無所依循而產生衝突，他們不知道彼此的責任與義務為何？例如：要陪伴侶回原生家庭嗎？過年要去誰家？要和伴侶的家人保持什麼樣的關係？這對已婚夫妻來說，好像很理所當然，甚至都有妯娌與連襟的名詞來界定彼此的關係。但同志伴侶和對方家人是什麼關係？伴侶的家人生病要不要去探望？伴侶的家人需要金錢周轉，要不要幫他？如何稱呼伴侶的父母親？如果伴侶的家人要來同住，該拒絕嗎？要不要參加伴侶同事或朋友的聚會？要不要共同置產？如果共同置產，財務該如何處理？如果伴侶雙方意見差異很大時，該怎麼辦？許多同志伴侶不想複製異性戀關係，他們想創造屬於同志伴侶的相處模式，但那是什麼？不確定帶來壓力，沒有規則可循對許多人來說是壓力，也成為關係衝突的來源。以共同置產來說，異性戀夫妻要處理的是「用誰的名字」，但同志伴侶需擔心更多事情，因為雙方是法律上的陌生人，用其中一方的名字買房，如果雙方共同負擔房屋貸款，另一方將完全沒有保障。除了置產，生育的規則也是不確定的，同志有可能成為家長嗎？若同志伴侶希望透過人工生殖來孕育下一代，要用誰的卵、誰的精子？孩子如何稱呼雙親？要不要向孩子出櫃？這一切都沒有

規則可循，需要仰賴伴侶之間的協商。異性戀除了有許多現有的規範可依循之外，也有許多親朋好友的經驗可供參考，但同志伴侶卻常是兩人世界，不知道其他同志伴侶如何處理上述的問題。

Green 與 Mitchell(2008)和 Mitchell(2016)根據臨床經驗指出，角色與關係的不確定是同志伴侶關係的特殊議題，對同志伴侶而言，雙方的界線、對彼此的期待、承諾、關係互動模式都缺乏公開的典範可供參考，特別對許多缺乏資源的同志青少年，他們看不到同志伴侶關係的未來，甚至是成年同志伴侶，如果身旁缺乏同志社群或朋友，他們也常不知道其他同志伴侶如何互動與生活，這些會增加生活中的不確定感。由於同志伴侶是同性別，他們的互動較不受傳統性別角色的影響，許多研究都發現，同志伴侶的家務分工、情緒勞動、決策歷程都比異性戀夫妻更為平權與具彈性 (Kurdek, 2004; 曾秀雲、謝文宜、蕭英玲, 2008)。上述的研究結果顯示同志伴侶的優勢與彈性，但在諮商實務現場，會看到同志伴侶對於彼此在伴侶關係中的權力義務以及關係的界線是較不明確的(Green & Mitchell, 2008)。這些都是屬於同志伴侶的特殊處境，也是同志伴侶諮商常出現的議題。

#### 6. 缺乏法律認可與保障

Tunnell(2012)認為同志伴侶治療的核心主題是社會如何邊緣化同志伴侶以及社會如何讓同志伴侶覺得自己低人一等，同志伴侶無法結婚就是社會邊緣化同志的具體展現，因此 Tunnell 認為成功的治療必須包含治療師對同性婚姻合法化的肯認。被國家法律排除在外，除了帶來低人一等的污名感受外，實質上也對同志伴侶關係造成負面影響(Herek, 2006)。Riggle、Rostosky 與 Prather(2006)指出，缺乏法律的認可將使同志伴侶在面臨危機與緊急事件時手足無措，可能因此陷入困境。Kertzner(2012)則從心理健康的角度檢視婚姻權對同志族群的影響，第一，實徵研究發現將同志排除於婚姻制度之外所帶來的歧視對同志

族群的心理健康有害。第二，婚姻制度對心理健康有益，排除同志將使他們無法享有這些益處。第三，從心理健康的研究上找不出異性戀者和同性戀者應該在法律上受到差別待遇的理由。Lau 與 Strohm(2011)則從法律與社會科學的角度來討論婚姻權對同志伴侶關係的影響，社會科學長期對婚姻的研究發現，婚姻對個人與整體社會都是有益的，已婚者比起未婚者身心都更為健康，因為法律對伴侶關係有以下的益處：第一，法律上的權利與責任能增進伴侶間的互相照顧，並因此促進雙方的福祉與健康。例如：婚姻中的配偶生病時可請家庭照顧假。第二，婚姻的社會意義是強化伴侶對長期關係的承諾與彼此的互相倚靠，並進而增進雙方的互相照顧。第三，婚姻透過第三方見證下將雙方關係法制化，因此家人、朋友對已婚伴侶所提供的社會支持將高於沒有結婚的伴侶，而社會支持會強化伴侶的健康與福祉。

台灣的同志伴侶處境為何？根據法務部公布之《公民與政治權利國際公約及經濟社會文化權利國際公約第二次國家報告》第 330 點有關同志伴侶權益的說明指出（法務部，2016）：「政府召開檢討現行法令架構下得否放寬將同志伴侶納入法規適用研商會議，2015 年完成檢視現行涉及配偶及夫妻權利義務相關法規共計 573 項。」因為同志伴侶在法律上並非配偶與夫妻，缺乏這 573 項的權利義務的保障，在此處境之下，同志伴侶必然承受更多的心理壓力（劉安真，2013）。國家把生老病死等生活相關事項跟婚姻綁在一起，如：醫療的探視權與同意權、財產繼承、保險，以及孩子的監護權等，但同志卻排除於婚姻制度之外，日常生活因此遭遇許多困難。例如，許多同志伴侶沒有出櫃，一旦其中一方發生意外，警政系統並不會通知他的伴侶，為了避免伴侶「人間蒸發」，許多同志會在皮夾的身份證旁留張小紙條，上面寫著：「如果我發生意外，請通知某某人。」這是同志伴侶的日常，也是他們因應被法律排除的方式。如果伴侶生病住院，異性戀夫妻可以請家庭照顧假，但同志不行。如果同志伴侶擁有孩

子，因為同性婚姻尚未合法化，在名義上同志家庭等於單親家庭，甚至去郵局幫小孩辦存摺都會遇到困難。

因為上述的種種有形與無形的影響，越來越多的心理健康研究顯示，同性婚姻合法化可以提高同志族群的心理健康，因為同性婚姻合法化可以解決同志伴侶在生活中實質遭遇的困難，也可以降低他們對老年生活的擔心，並增加他們對社會的歸屬感。Gonzales(2014)指出，同性婚姻合法化不僅是權益的議題，也是健康的議題，因為根據心理健康的相關研究顯示，同性婚姻合法化可以增進同志族群的心理健康。歧視的公共政策在制度面形塑對同志不友善的體制，加深對同志的污名，讓他們感受到被拒絕、羞恥與低自尊，這些都影響同志的心理健康，而同性婚姻合法化的象徵意涵以及實質的權利對同志心理健康有助益。婚姻對同志伴侶關係的益處得到實徵研究的支持，研究發現，同志伴侶若能得到法律的保障（公民結合或是同性婚姻），關係滿意度較高，關係也較持久(Porche & Purvin, 2008; Todosijeovic et al., 2005)。以加州地區同志伴侶為對象的研究顯示，獲得法律認可與生活滿意度和伴侶關係滿意度有關，且法律認可能降低同志伴侶因內化恐同與社會壓力所帶來的心理傷害(Fingerhut & Maisel, 2010)。一份以全美國同志伴侶為對象的研究顯示，獲得法律認可的同志伴侶有較少的內化恐同、憂鬱症狀較少、壓力程度較小而且覺得生命更有意義(Riggle, Rostosky, & Horne, 2010)。由於同志伴侶缺乏法律保障將對他們的關係與生活帶來實質上的傷害，因此，心理師應表達對婚姻平權的支持，也可投身此議題的倡議，才能真正改善同志伴侶的處境。

## 二、性別角色所造成的伴侶關係議題

一般對同志伴侶最大的迷思與誤解是其中一人扮演男性角色，另一人扮演女性，或是男同志在關係裡像個女人，女同志在關係裡像個男人。但 Diamond(2015)指出，同志伴侶最大的特點就是由同性組成伴侶，雙方是相同性別

且在成長過程中學習到性別角色的種種規範與行為，因此，性別角色社會化在同志伴侶關係中扮演重要角色。從許多實徵研究結果發現，男同志在親密關係中的樣貌接近異性戀男性，女同志在關係中的樣貌接近異性戀女性，Kurdek(1987)的研究也發現，親密關係的樣貌受性別的影響比性傾向大。相同性別對同志伴侶有正向影響，例如：可以更有效的溝通與彼此支持，且彼此的相似性高也有助於伴侶關係的發展。但相同性別也造成同志伴侶的獨特關係議題。Scrivner 與 Eldridge 認為，性別角色社會化對同志伴侶關係的影響有三個層面：情感親密、性慾特質、權力(引自 Connolly, 2004)。除了上述三個層面，也有學者提到男性伴侶關係受到追求陽剛意識型態的影響(Wade & Donis, 2007)，男同志伴侶許多議題與追求陽剛有關。綜合以上各點，以下分別介紹男同志與女同志伴侶的特殊議題並討論因相同性別而來的優勢。

#### (一) 男性角色對男同志伴侶關係的影響

以男同志而言，與性別角色社會化有關的議題有：競爭、逃避親密、追求陽剛與開放式關係等議題。由於男性在成長過程中，被期待能展現成功，因此，在男同志伴侶關係中，事業、收入與其他方面的競爭是伴侶關係中較容易出現的議題。逃避親密的部分，男性在成長過程中，被鼓勵要自主與獨立，不可表達脆弱無助，這些會阻礙男性建立親密關係與表達情感，甚至出現疏離(disengagement)的現象(Diamond, 2015)。男性因為被期待獨立與堅強，因此與別人分享深層情感不太自在，尤其是在另一位男性面前表達脆弱無助更會損及男性尊嚴，過度強調情感上的獨立與不可依賴就會對伴侶關係造成影響(Tunnell, 2012)。

追求陽剛的部分，因為男性從小被期待展現陽剛特質，這如何影響男同志的伴侶關係？在台灣的男同志交友文化中，可觀察到「恐 C」、「懼 C」或「拒 C」的現象，意指陰柔(CC)的男性在擇偶市場上是不受歡迎的。追求陽剛也

可以解釋男同志的健身文化，由於陽剛特質在擇偶上較為吃香，男同志因此熱衷鍛鍊健美體型。性慾也是陽剛氣質的一環，男性在性別角色社會化的過程中被強化性慾的表達，因此，當伴侶雙方都是男性時，就呈現了性行為頻率高於異性戀與女同志的現象。除此之外，非單一(nonmonogamous)或開放的性關係(sexually open relationships)也較常出現在男同志伴侶關係中。無論是異性戀男性或是男同志，社會對於男性在關係外的性有較多的允許，研究也顯示，較高比例的男性有關係外的性，在一起越久，關係外的性比例越高，這呈現的是男性的現象，而非同性戀，因為女同志關係外的性比例最低。雖然如此，多數男同志仍處在單一件伴侶關係中，只是發生關係外的性比例高於女同志(Peplau, Fingerhut & Beals, 2004)。對男同志而言，開放式關係和封閉式關係在關係滿意度與穩定性上沒有差異，且知情同意的非一對一關係(consensual non-monogamy)在心理福祉與關係品質上和一對一關係沒有差異(Rubel & Bogaert, 2015)。可見開放式對關係不一定會帶來傷害，因此，越來越多的同志伴侶諮商學者主張應協助男同志伴侶協商如何面對關係外的性，甚至是協助伴侶雙方協商開放式關係(Greenan & Tunnell, 2003/2005; LaSala, 2004)。但諮商師要留意，不是每對男同志伴侶都適合或想要有開放式關係，只是男同志開放式關係的比例高於異性戀與女同志(Diamond, 2015)。

#### (二) 女性角色對女同志伴侶關係的影響

女同志的部分，與性別角色有關的部分是界線與性的議題。以女性來說，成長歷程中，女性被鼓勵與人親密連結，與男性相比，女性對於人際互動較敏感、較具同理心、情感的覺察與表達較多(Diamond, 2015)。由於女性被鼓勵發展與人親密的能力也被期待有照顧的特質，因此心理治療領域認為女同志關係似乎太黏膩(fusion)或過度融合(merge或enmeshment)，意指女同志伴侶常會有太過親密以致失去自我界線的狀況。但許多學者提出

反思：多親近是「太」親近？親密是女性的優勢還是問題(Connolly, 2012; Green, Bettinger, & Zacks, 1996; Mencher, 1997; Ossana, 2000; Pardie & Herb, 1997)？女性較男性容易彼此坦露心事與情感，願意一起參與許多活動，因此關係較為密切，相較於男性的獨立，女性較習慣一起行動。展現在女同志伴侶關係中，許多人常覺得女同志伴侶總是一起行動，幾乎分享所有的事情，兩人似乎是一體的，好像「沒有界線」。但研究顯示，許多關係「黏膩」的女同志伴侶有高度的關係滿意度(Slater & Mencher, 1991)。黏膩會造成問題是在極高與極低的程度時，非常黏對方可能造成關係的停滯，也可能有礙雙方個人成長與關係的進展。黏膩程度極低，例如：其中一方對親近感到抗拒，女性對於伴侶的拒絕親近較為敏感，而可能造成分手。對心理師來說，重要的是分辨健康的親密與可能造成問題的互動模式(Ossana, 2000)。

與女性性別角色有關的另一個問題是性行為頻率低，Peplau、Fingerhut 與 Beals(2004)整理相關研究結果，指出幾個現象，第一，無論異性戀與同志伴侶，性行為的頻率都會隨交往時間而下降。第二，在關係的初期，男同志性行為的頻率最高，異性戀次之，女同志最低。第三，女同志性行為的頻率低於男同志與異性戀。Diamond(2015)分析近幾年的研究發現，和異性戀與男同志相比，女同志性行為頻率隨交往時間拉長而有快速減少的趨勢，許多處於長期關係的女同志甚至沒有性接觸，因此 1990 年代起「女同志死床」(lesbian bed death)這個名詞在同志社群流行起來(Nichols, 2004)，用以描述女同志性行為頻率低，且隨交往時間而快速減少的現象。Peplau(2003)從男女差異來解釋此一現象，大量研究數據顯示，女性性慾低於男性，女性對關係的興趣比對性來得高，和男性相比，女性在性行為上較不積極主動(aggression)，較困難主導性行為和表達性需求。因此，女性性行為頻率低受性別角色的影響較大，而非性傾向。但也有些學者提出不同的看法，他們認為女同志性行為頻率低，是因為性

行為頻率的調查是男性中心的，通常指插入式性交。許多女性對性行為的界定比較寬廣，她們可能更享受過程而不是有無發生「性行為」(Peplau & Garnets, 2000)。除此之外，整個父權社會為女性設下許多身體與性的框架(呂欣潔, 2015)，可能影響女性對性較難啓齒，也困難表達自己的性慾，造成女性性慾較低，女同志伴侶性行為比例偏低的現象。

### (三) 性別角色帶來的優勢：較平權的伴侶關係

同志伴侶由於性別相同，不受傳統男尊女卑的影響，在關係上較為平等。在 Blumstein 和 Schwartz 針對美國伴侶的大規模調查發現，伴侶間的權力與收入有關，收入高者權力較大，而男性的收入常多於女性，因此男性在異性戀關係中掌握較多的權力，男同志伴侶關係的權力大小也與收入多寡有關，但女同志伴侶則否，女同志伴侶關係權力較平等(引自 Rothblum, 2009)。在 Kurderk 的研究中，同志伴侶相較於異性戀伴侶在家務分工上較平等(Kurderk, 2005)。Peplau 與 Fingerhut(2007)指出，傳統異性戀夫妻的權力分配與家務分工受到兩個主要因素影響：性別角色與男尊女卑。但同志伴侶因為生理性別相同，因此較不受此影響，而能夠以更平等的方式分享權力。在家務分工的部分，Kurdek(1993, 2006)的研究發現，異性戀夫妻常由太太負責大部分的家務，但同志伴侶的分工較平等，其中男同志傾向各自選擇喜歡的家務，女同志則傾向於一起做。Kurdek 指出，並不是最完美，但與異性戀伴侶相比，他們更願意協商找出對伴侶雙方更平等的分工方式。

## 肆、同志伴侶關係的諮商策略

以下針對上述同志伴侶關係的特殊議題綜合學者與實務工作者的看法(Connolly, 2012; Green, 2004; Green & Mitchell, 2008; Mitchell, 2016; Tunnell, 2012)，提出以下諮商策略與方向，此諮商策略不限於伴侶諮商，也可運用在個人諮商中。

## 一、與當事人一起面對社會的性傾向歧視

當事人可能帶來的議題是：內化恐同、對出櫃的恐懼而影響伴侶關係、甚至是厭惡自己的同志身份與伴侶關係，此時諮商的策略可協助當事人將問題外化，讓當事人覺察社會的異性戀常規化所造成的壓迫，性傾向和同志伴侶關係並不是問題，有問題的是社會的性傾向歧視，也協助當事人體會伴侶雙方甚至是雙方的家人都是異性戀常規化的受害者，如此可降低伴侶雙方互相指責或是怪罪對方的家人。除此之外，增加當事人正向的楷模是重要的策略，諮商師若能適當提供相關同志資源給當事人，讓當事人有機會接觸正向的同志，知道其他人如何因應社會的性傾向歧視將會有所助益。除此之外，諮商師本身對同志伴侶關係的肯認也是很重要的關鍵，不只是接納，更能表現肯定 (affirmative) 的立場。

## 二、協助當事人因應缺乏法律保障下的伴侶關係

由於同志伴侶關係缺乏法律的保障，一旦發生事故，將陷入緊急危機或是求助無門的窘境。Riggle 等人(2006)建議同志伴侶，特別是中老年的同志伴侶可以預先安排相關事宜，例如：預立遺囑、妥善安排財產與保險問題、醫療代理人等等。諮商師也可以提醒同志當事人預先安排相關事宜，並提供國內同志社群的諮詢管道，以免一旦發生意外會措手不及。除了消極提醒同志當事人預先規劃相關事宜之外，由於同志的困境是來自於被婚姻制度排除在外，真正解決之道還是需要讓同志伴侶可以獲得法律的認可，因此，心理師應為婚姻平權倡議，為同志當事人發聲，積極維護同志當事人的權益。正如美國多個專業助人學會（美國心理學會、美國小兒科醫學會、美國醫學會、美國精神醫學會.....等七大學會）曾共同撰寫法庭之友意見書給美國最高法院表達支持同性婚姻的立場，這篇法庭之友意見書詳細說明助人專業在同志、同志伴侶與同志家庭的相關研究結果，

認為同性婚姻合法化並不會傷害兒童福祉，且對同志族群有幫助，最後並以此為總結：「拒絕在法律上承認同志伴侶的婚姻是在污名化他們」(American Psychological Association et al., 2013)。

## 三、與當事人討論關係的不確定

由於同志伴侶缺乏角色楷模與常規，因此諮商師可以協助當事人討論彼此的界線、對關係的期待、角色的權利義務、日常生活與長期關係的規劃，諮商師提供空間讓他們可以探索與關係有關的種種議題。需留意的是，同志伴侶不需要模仿異性戀夫妻的傳統規範，諮商師可以鼓勵他們討論並建立自己的關係準則，例如：和彼此家人保持何種關係？是否要參與對方的社交生活、財務的分配、家務分工，甚至是要不要當家長等等。若諮商師能提供相關同志活動給當事人也很有幫助，臺灣的同志社群有時會舉辦類似主題的座談會，聽聽其他同志伴侶如何經營關係也可以降低關係的不確定。

## 四、協助當事人建立選擇性的家庭與擴展社會支持

自從 1991 年 Weston 出版《Family we choose》一書(Weston, 1991)後，這個概念常被運用在同志諮商中。因為同志被原生家庭拒絕，感到孤立並缺乏歸屬感，此時同志們應參與同志社群，在同志社群找到自己的家人與歸屬感。諮商師應仔細評估同志當事人的社會支持系統，原生家庭有無家人可以支持他們？他們認識多少同志朋友？對同志社群的參與程度為何？當同志當事人缺乏情感支持與實質功能的社會支持時，可以鼓勵當事人更積極的建立支持系統。針對台灣常見處於兩人世界的同志伴侶，諮商師可以跟他們討論如何能認識更多的同志朋友，並降低伴侶對另一半認識同志友人的不安全感。諮商師也可以提供同志社群與同志相關活動的訊息給當事人，並鼓勵他們參與同志社群，認識更多同志朋友，以建立屬於同志的家庭。

## 五、解構傳統性別角色與親密關係

男同志與女同志因為性別角色社會化的差異而呈現相當不同的伴侶關係樣貌。當諮商師遇到女同志因關係過度緊密而造成關係緊張時，諮商師可鼓勵女同志伴侶討論界線的問題，協商彼此都覺得自在的相處方式。若女同志遇到「死床」議題時，諮商師可以與伴侶雙方澄清這是議題嗎？健康或好的關係一定要有性嗎(Nichols, 2004)？若這是困擾雙方的議題，可鼓勵女同志解構傳統女性對性的壓抑，並鼓勵雙方進行性溝通。男同志若有困難表達情感以致於困難與對方親近，諮商師可以解構男性的傳統角色，鼓勵當事人嘗試表達脆弱無助。若同志伴侶遇到關係外的性所帶來的困擾，諮商師可以協助雙方討論此議題，重點放在協商雙方的差異以及此議題可能帶來的衝突或是痛苦。若諮商師本身對於開放式關係可能是一種關係的選項感到困擾，可以尋求督導或諮詢，因為有些男同志伴侶可以透過經營開放式關係而解決關係中長期的衝突，基於重視當事人的福祉，諮商師不應排除此一選項。需留意，開放式關係建立在伴侶知情同意上，協助同志伴侶協商開放式關係，對台灣許多諮商師來說可能相當陌生，建議可參加相關主題的講座與研習，或是自行閱讀相關書籍，增加對開放式關係運作模式的理解。

## 伍、對諮商師訓練的建議

以下從三個層面對諮商師訓練在同志伴侶關係與諮商的部分提出建議：

### 一、協助準諮商師覺察並省思異性戀常規化假設

如前所述，諮商師只有接納當事人性少數的身份是不夠的，還必須能從社會體制的壓迫來理解同志與同志伴侶的處境，所以美國心理學會制訂之女同志男同志與雙性戀心理治療準則（以下簡稱 LGB 心理治療準則）第一條就指

出，心理學家應致力於理解污名的效應以及污名如何影響同志的生存脈絡(American Psychological Association, 2012)。以台灣當前的諮商師訓練來看，多數科系並未在必修課程中納入同志議題，如果有，通常僅止於認識同志。但所有人都成長於異性戀常規化的社會，一定會學習到異性戀中心的偏誤，並且會帶入自己的諮商工作中(Bieschke, Perez, & DeBord, 2007)。諮商師的訓練應協助每位學生覺察並省思異性戀的特權以及異性戀常規化的假設，因此增加此部分的訓練是極重要的。

### 二、增加對同志伴侶運作模式的知識

同志伴侶由於社會的性傾向歧視以及性別角色社會化的影響，有其特殊的議題，諮商師訓練中應增加同志伴侶與同志家庭的相關知識。美國心理學會 LGB 心理治療準則第七條指出：「心理學家應致力於增進對男同志、女同志與雙性戀親密關係的知識並尊敬其重要性。」在目前諮商師的訓練中，很少納入同志伴侶的內容，在伴侶諮商的課程中，多數也看不到同志伴侶的特殊議題。建議台灣的諮商師訓練應納入同志伴侶關係，協助未來的諮商師更理解同志伴侶的特殊處境。

### 三、倡議能力的培養

社會中的弱勢族群其處境往往與被體制壓迫有關，正如一位背著千斤重石頭的人前來像你求助，你卻只教他調整姿勢來適應背上的大石頭，不想辦法把這千斤重的石頭從此人背上移除，真的能幫助到這個人嗎(Paul, 2017)？看見並設法移除體制的壓迫是社會正義的核心概念，美國多元文化諮商發展學會 (Association for Multicultural Counseling and Development) 制訂的多元文化與社會正義諮商能力將倡議納入諮商能力中(Ratts et al., 2016)，倡議可以是個人、人際、機構、社區、公共政策，甚至是全球化的層面，諮商師訓練如何增進倡議的能力也成為台灣重要的訓練議題。以同志伴侶關係來說，許多同志伴侶受苦於缺乏法律的認可

與保障，如何訓練未來的諮商師在此議題上倡議？諮商師如何影響公共政策？可參與的途徑為何？都是諮商師訓練可增加的內容。

收稿日期：106.3.30

通過刊登日期：106.5.12

## 參考文獻

### 中文部分

- 丁凡譯（2005）。**同志伴侶諮商**。台北：心靈工坊。Greenan, D. E., & Tunnell, G. (2003). *Couple Therapy with Gay Men*.
- 法務部（2016）。公民與政治權利國際公約及經濟社會文化權利國際公約第二次國家報告-中文版。取自  
<http://www.humanrights.moj.gov.tw/ct.asp?xItem=431258&ctNode=43060&mp=200>
- 呂欣潔（2015）。**好好時光：給女同志身體、性愛與親密關係的指導**。台北：好人出版。
- 曾秀雲、謝文宜、蕭英玲（2008）。從同志伴侶關係經營的衝突處理談權力關係。**東吳社會學報**, 23, 71-106。
- 劉安真（2013）。同志在臺灣社會的次等公民處境與心理健康。**婦研縱橫**, 99, 6-11。
- 謝文宜、曾秀雲（2007）。探討伴侶關係滿意度及其相關因素：比較已婚夫妻，未婚情侶與同志伴侶的差異。**臺灣性學學刊**, 13(1), 71-86。
- 謝文宜、蕭英玲、曾秀雲（2009）。台灣同志伴侶與夫妻關係品質之比較研究。**輔導與諮商學報**, 31(2), 1-21。

### 英文部分

- Adam, B. D. (1998). Theorizing homophobia. *Sexualities*, 1(4), 387-404.

- American Psychological Association. (2012). Guidelines for psychological practice with lesbian, gay, and bisexual clients. *American Psychologist*, 67(1), 10-42.
- American Psychological Association et al. (2013, March 1). [Amicus curiae brief filed in the U.S. Supreme Court in United States of America v. Windsor, 570 U.S. (2013)]. Retrieved March 30, 2017 from <https://www.apa.org/about/offices/ogc/amicus/windsor-us.pdf>
- Bieschke, K. J., Perez, R. M., & DeBord, K. A. (2007). Introduction: The challenge of providing affirmative psychotherapy while honoring diverse contexts. In K. J. Bieschke, R. M. Perez, & K.A. DeBord (Eds.), *Handbook of counseling and psychotherapy with lesbian, gay, bisexual, and transgender clients* (2<sup>nd</sup> ed., pp. 3-11). Washington, DC: American Psychological Association.
- Bepko, C., & Johnson, T. (2000). Gay and lesbian couples in therapy: Perspectives for the contemporary family therapist. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26(4), 409-419.
- Caron, S., & Ulin, M. (1997). Closeting and the quality of lesbian relationships. *Families in Society: The Journal of Contemporary Social Services*, 78(4), 413-419.
- Connolly, C. M. (2004). Clinical issues with same-sex couples: A review of the literature. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 3(2-3), 3-12.
- Connolly, C. (2012). Lesbian Couple Therapy. In J. J. Bigner & J. L. Wetchler (Eds). *Handbook of LGBT-Affirmative Couple and Family* (pp. 65-78). New York: Routledge.

- Diamond, L.M. (2015). Sexuality and same-sex sexuality in relationships. In J. Simpson & J. Davidio (Eds.), *Handbook of personality and social psychology* (Vol. 3, pp. 523-553). Washington, DC: American Psychological Association.
- Elizur, Y. & Mintzer, A. (2003). Gay males' intimate relationship quality: The roles of attachment security, gay identity, social support, and income. *Personal Relationships, 10*(3), 411-435.
- Fassinger, R. E. (2017). Considering constructions: A new model of affirmative therapy. In K. A. DeBord, A.R Fischer, K.J. Bieschke, R. M. Perez (Eds.), *Handbook of sexual orientation and gender diversity in counseling and psychotherapy*, (pp. 19-50). Washington, DC: American Psychological Association.
- Fingerhut, A. W., & Maisel, N. C. (2010). Relationship formalization and individual and relationship well-being among same-sex couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 27*(7), 956-969.
- Fingerhut, A. W., & Peplau, L. A. (2013). Same-sex romantic relationships. In C. Patterson & R. D'Augelli (Eds.), *Handbook of psychology and sexual orientation* (pp.165-178.). New York, NY: Oxford University Press.
- Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2009). Internalized homophobia and relationship quality among lesbians, gay men, and bisexuals. *Journal of counseling psychology, 56*, 97-109.
- Garnets, L. D. & Kimmel, D.C. (2003). Relationships and families. In L. D. Garnets & D. C. Kimmel (Eds.), *Psychological perspectives on lesbian, gay, and bisexual experiences* (pp.441-448). New York, NY: Columbia University Press.
- Giammattei, S. V., & Green, R.J. (2012). LGBTQ couple and family therapy: History & future directions. In J. Bigner & J. Wetchler (Eds.), *Handbook of LGBT-affirmative couple and family therapy* (pp. 1-22). New York, NY: Taylor & Francis.
- Gonzales, G. (2014). Same-sex marriage—a prescription for better health. *The New England Journal of Medicine, 370*, 1373-1376.
- Gottman, J. M., Levenson, R. W., Gross, J., Frederickson, B. L., McCoy, K., Rosenthal, L., Ruef, A., & Yoshimoto, D. (2003). Correlates of gay and lesbian couples' relationship satisfaction and relationship dissolution. *Journal of homosexuality, 45*(1), 23-43
- Greene, D. C., & Britton, P. J. (2015). Predicting relationship commitment in gay men: Contributions of vicarious shame and internalized homophobia to the investment model. *Psychology of Men & Masculinity, 16*(1), 78-87.
- Green, R. J. (2004). Foreword. In J. J. Bigner, & J. L. Wetchler (Eds.), *Relationship therapy with same-sex couples* ( pp.xiii-xvi). Binghamton, NY: Haworth Press.
- Green, R. J., Bettinger, M., & Zacks, E. (1996). Are lesbian couples fused and gay male couples disengaged? Questioning gender straightjackets. In J. Laird & R. J. Green (Eds.), *Lesbians and gays in couples and families: A handbook for therapists* (pp. 185-230). New York, NY: Jossey-Bass.

- Green, R. J., & Mitchell, V. (2008). Gay and lesbian couples in therapy: Minority stress, relational ambiguity, and families of choice. In A. S. Gurman, J. L. Lebow, & D. K. Snyder (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (4<sup>th</sup> ed., pp.662-680). New York, NY: Guilford Press.
- Herek, G. M. (1986). The social psychology of homophobia: Toward a practical theory. *NYU Review of Law & Social Change*, 14, 923-934.
- Herek, G. M. (2004). Beyond "homophobia": Thinking about sexual stigma and prejudice in the twenty-first century. *Sexuality Research & Social Policy*, 1, 6-24
- Herek, G. M. (2006). Legal recognition of same-sex relationships in the United States: a social science perspective. *American Psychologist*, 61(6), 607-621.
- Jordan, K. M., & Deluty, R. H. (2000). Social support, coming out, and relationship satisfaction in lesbian couples. *Journal of Lesbian Studies*, 4(1), 145-164.
- Kertzner, R. M. (2012). A mental health research perspective on marital rights and civil marriage for lesbians and gay men. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 16(2), 136-145.
- Kurdek, L. A. (1987). Sex role self schema and psychological adjustment in coupled homosexual and heterosexual men and women. *Sex Roles*, 17(9), 549-562.
- Kurdek, L. A. (1988). Perceived social support in gays and lesbians in cohabitating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 504-509.
- Kurdek, L. A. (1993). The allocation of household labor in gay, lesbian, and heterosexual married couples. *Journal of Social Issues*, 49(3), 127-139.
- Kurdek, L. A. (1998). Relationship outcomes and their predictors: Longitudinal evidence from heterosexual married, gay cohabiting, and lesbian cohabiting couples. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 553-568.
- Kurdek, L. A. (2004). Are gay and lesbian cohabiting couples really different from heterosexual married couples? *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 880-900.
- Kurdek, L. A. (2005). What do we know about gay and lesbian couples? *Current Directions in Psychological Science*, 14(5), 251-254.
- Kurdek, L. A. (2006). Differences between partners from heterosexual, gay, and lesbian cohabiting couples. *Journal of Marriage and Family*, 68(2), 509-528.
- Kurdek, L. A. (2008). Change in relationship quality for partners from lesbian, gay male, and heterosexual couples. *Journal of Family Psychology*, 22(5), 701-711.
- LaSala, M. C. (2000). Lesbians, gay men, and their parents: Family therapy for the coming-out crisis. *Family process*, 39(1), 67-81.
- LaSala, M. C. (2004). Monogamy of the heart: Extradyadic sex and gay male couples. *Journal of Gay & Lesbian Social Services*, 17(3), 1-24.
- Lau, H., & Strohm, C. Q. (2011). The effects of legally recognizing same-sex unions on health and well-being. *Law & Ineq.*, 29, 107.
- Livingstone, T. (2010). Anti-sectarian queer, client-centredness: A re-iteration of respect in therapy. In L. Moon (Ed.), *Counseling ideologies: queer challenges to heteronormativity* ( pp. 7-30). Burlington, VT: Ashgate Publishing Company.

- McGeorge, C., & Carlson, T. S. (2011). Deconstructing heterosexism: Becoming an LGB affirmative heterosexual couple and family therapist. *Journal of Marital and Family Therapy, 37*, 14-26.
- Mencher, J. (1997). Intimacy in lesbian relationships: A critical reexamination of fusion. In J. V. Jordan, (Ed.). *Women's growth in diversity: More writings from the Stone Center* (pp. 311-330). New York, NY: Guilford Press.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin, 129*, 674-697.
- Mitchell, V. (2012). Coming out to family: Adrift in a sea of potential meanings. In J. J. Bigner & J. L. Wetchler (Eds.), *Handbook of LGBT-affirmative couple and family therapy*(pp.131-148). New Your, NY: Taylor & Francis.
- Mitchell, V. (2016). Couple Therapy with Same-Sex and Gender-Variant (LGBT) Couples: Sociocultural problems and intrapsychic and relational consequences. In K. T. Sullivan & E. Lawrence(Eds.), *The Oxford Handbook of Relationship Science and Couple Interventions* (pp.241-258). New York, NY: Oxford University Press.
- Mohr, J. J., & Fassinger, R. E. (2006). Sexual orientation identity and romantic relationship quality in same-sex couples. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*(8), 1085-1099.
- Nichols, M. (2004). Lesbian sexuality/female sexuality: Rethinking 'lesbian bed death'. *Sexual and Relationship Therapy, 19*(4), 363-371.
- Ossana, S. M. (2000). Relationship and couples counseling. In R. M. Perez, K. A. DeBord & K. J. Bieschke (Eds). *Handbook of Counseling and Psychotherapy with Lesbian, Gay, and Bisexual Clients*(pp.275-302). American Psychological Association, Washington.
- Oswald, R., Blume, L. B., & Marks, S. (2005). Decentering heteronormativity: A model for family studies. In V. L. Bengtson, A. C. Acock, K. R. Allen, P. Dilworth-Anderson, & D. M. Klein (Eds.), *Sourcebook of family theory & research* (pp. 143-165). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Pachankis, J. E., & Goldfried, M. R. (2004). Clinical issues in working with lesbian, gay, and bisexual clients. *Psychotherapy: Theory, research, practice, training, 41*(3), 227-246.
- Pardie, L., & Herb, C. R. (1997). Merger and fusion in lesbian relationships: A problem of diagnosing what's wrong in terms of what's right. *Women & Therapy, 20*(3), 51-61.
- Paul, P. L. (2017). Affirmative counseling with sexual minority clients. In K. A. DeBord, A.R Fischer, K.J. Bieschke, R. M. Perez (Eds.), *Handbook of sexual orientation and gender diversity in counseling and psychotherapy* (pp. 131-156). Washington, DC: American Psychological Association.
- Peplau, L. A. (2003). Human sexuality: how do men and women differ? *Current Directions In Psychological Science, 12*(2), 37-40.
- Peplau, L. A., & Fingerhut, A. W. (2007). The close relationships of lesbians and gay men. *Annual Review of Psychology, 58*, 405-424.

- Peplau, L.A, Fingerhut, A. W, & Beals, K.P. (2004). Sexuality in the relationships of lesbians and gay men. In J. Harvey, A. Wenzel, S. Sprecher(Eds.), *Handbook of Sexuality in Close Relationships* (pp. 350-369). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Peplau, L. A., & Garnets, L. D. (2000). A new paradigm for understanding women's sexuality and sexual orientation. *Journal of Social Issues, 56*(2), 330-350.
- Peplau, L. A., & Ghavami, N. (2009). Gay, Lesbian, and Bisexual Relationships. In H. Reis & S. Sprecher (Eds.), *The encyclopedia of human relationships*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications. Retrieved from [http://www.sage-ereference.com/humanrelationships/Article\\_n238.html](http://www.sage-ereference.com/humanrelationships/Article_n238.html).
- Pepper, B. I., & Sand, S. (2015). Internalized Homophobia and Intimate Partner Violence in Young Adult Women's Same-Sex Relationships. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 24*(6), 656-673.
- Porche, M. V., & Purvin, D. M. (2008). "Never in Our Lifetime": Legal marriage for same-sex couples in long - term relationships. *Family Relations, 57*(2), 144-159.
- Ratts, M. J., Singh, A. A., Nassar-McMillan, S., Butler, S. K., & McCullough, J. R. (2016). Multicultural and social justice counseling competencies: Guidelines for the counseling profession. *Journal of Multicultural Counseling and Development, 44*(1), 28-48.
- Riggle, E. D., Rostosky, S. S., & Horne, S. G. (2010). Psychological distress, well-being, and legal recognition in same-sex couple relationships. *Journal of Family Psychology, 24*(1), 82-86.
- Riggle, E. D., Rostosky, S. S., & Prather, R. A. (2006). Advance planning by same-sex couples. *Journal of Family Issues, 27*(6), 758-776.
- Rostosky, S. S., & Riggle, E. D. (2017). Same-sex relationships and minority stress. *Current Opinion in Psychology, 13*, 29-38.
- Rostosky, S. S., Riggle, E. D., Gray, B. E., & Hatton, R. L. (2007). Minority stress experiences in committed same-sex couple relationships. *Professional Psychology: Research and Practice, 38*(4), 392-400.
- Rothblum, E. D. (2009). An overview of same-sex couples in relationships: A research area still at sea. In D.A. Hope (Ed.), *Contemporary perspectives on lesbian, gay, and bisexual identities* (pp. 113-139). New York, NY: Springer Science.
- Slater, S., & Mencher, J.(1991). The lesbian family life cycle. *Journal of American Orthopsychiatry, 61*(3), 372-382.
- Smith, R. B., & Brown, R. A. (1997). The impact of social support on gay male couples. *Journal of Homosexuality, 33*(2), 39-61.
- Sue, D. W., & Sue, D. (2016). *Counseling the culturally diverse: Theory and practice* (7th ed.). New York, NY: Wiley.
- Todosijevic, J., Rothblum, E. D., & Solomon, S. E. (2005). Relationship satisfaction, affectivity, and gayspecific stressors in same-sex couples joined in civil unions. *Psychology of Women Quarterly, 29*(2), 158-166.

- Tunnell, G. (2012). Gay male couple therapy: An attachment-based model. In J. J. Bigner & J. L. Wetchler (Eds.), *Handbook of LGBT-affirmative couple and family therapy* (2nd ed., pp. 25–88). New York, NY: Routledge.
- Weston, K. (1991). *Families we choose: Lesbians, gays, kinship*. New York, NY: Columbia University Press.
- Wade, J. C., & Donis, E. (2007). Masculinity ideology, male identity, and romantic relationship quality among heterosexual and gay men. *Sex Roles, 57*(9-10), 775-786.

# Counseling Issues about Same-sex Couples Relationship

Liu, An-Chen

## Abstract

This study explores some of the important clinical issues for counselors to consider when they work with lesbian and gay couples. Although many similarities are found between same-sex and heterosexual couples, there are many particular circumstances along with counseling difficulties that same-sex couples face as a result of client's sexual orientation and their gender. One of them is that gay and lesbian couples are vulnerable to societal oppression and marginalization, which spawns multifarious issues regarding couple relationships. Additionally, in terms of gender role, there are certain exclusive issues relating to same-sex couple relationship due to the consequences of socialization in gender role. After reviewing the current literature in the field, some counseling issues concerning same-sex couple relationship emerged as follows: heterosexism and heteronormativity, minority stress, identity development and coming out, social support, family of origin, role and relational ambiguity, a lack of legal recognition and protection, and last but not least, the effects of socialization in gender role on same-sex couples. Implications for clinical practice coupled with suggestions for counselor education are presented in the study.

**Keywords:** same-sex couples, heterosexism, gay, lesbian

---

Liu, An-Chen Department of Nursing, Hungkung University(annliu@hk.edu.tw)