發佈：2026-06-26, 週五 10:24
點擊數：2425



前言

在校園中，我們常提到的『跨性別』的學生，是指那些性別認同與出生時生理性別不盡相同的孩子。根據定義，「跨性別」一詞像是一把保護傘，這不僅包括大家較熟悉的變性者，也包含性別

Phoca PDF

非二元、性別酷兒或性別擴展者（Coleman et al., 2022）。這些孩子在校園中，往往必須面對生理特徵與內心認同的拉扯，從服裝、名字到代名詞的選擇，每一項微小的改變，都是他們在尋找自我的重要歷程。

而面對傳統社會存有的性別框架與刻板，可知這些跨性別者在一路性別認同上的發展，也非一帆風順，就宋宥賢與李佩珊（2023）以臺灣數十位跨性別女性（即指定生理性別男性，心理認同為女性）者進行的研究，可發現其認同發展是一個動態且非線性的歷程，包含了（一）性別自在期：童年早期尚未感受到性別規範的壓迫；（二）性別壓迫期：進入學齡期以及後續青春期後，生理特徵的發育、相互比較、以及社會對「男/女」的期待促使劇烈衝突產生，個體也開始感受到強大的社會壓力；（三）性別朦朧期：開始透過網路或社群探索多元性別議題，並可能在符應環境期待下隱藏自己，但同時也試圖探索與定義自己的身分；（四）性別蛻變期：遠離原有的壓迫環境（如進入大學或職場），擴展更多內在探索並開始嘗試服飾改變與角色整合；（五）性別行動期：明確展現認同，並可能進行社會過渡或醫療過渡（如賀爾蒙治療、性別肯認手術等）。如同前述，這些階段並非線性前進，個體可能出現反覆或有個別差異（宋宥賢、李佩珊，2023）。在校園環境中，若缺乏友善制度支持，學生的發展歷程常在「性別壓迫期」停滯，導致嚴重的身心耗損。

對此，其更需相關法律規範與資源介入並提供保護，然值得關注的是，即便現今已有在校實施多年的《性別平等教育法》作為制度建構框架；甚至教育部也持續注入些資源與提倡，如將性別平等教育列為

十二

年國民基

Phoca PDF

本教育課程綱要總

綱內19項融入議題之一，以及推動一

系列計畫，像是國教署於110學年度開始試辦之

「高級中等學校性別平等教育課程推動特

色學校計畫」

等，但從相關調查報告，如行政院2023年進行之《我國多元性別者生活狀況調查》、以及台灣伴侶權益推動聯盟（TAPCPR）等公民社會組織2023年進行的《跨性別公共論壇：跨性別與教育、社福、醫療、心理諮商的專業對話》補助成果報告，皆可看出在對於跨性別學生之相關人權維護與基本權益保障等，仍有一段路要走。

以下，本文亦從現今國內外呈現跨性別學生在校狀況與議題、以及現今校園在保障跨性別等多元性別學生之困境、以及促進跨性別學生身心福祉之重要資源，即輔導教師／專業輔導人員團隊等又可藉由其專業協助校園做哪些調整倡議，最終則談到未來展望，由此更細緻梳理此議題，藉以也提供讀者對此議題有更深入理解。

跨性別學生成長路上之隱形高牆

在多元性別意識抬頭的今天，跨性別孩子在校園與社會中的處境，依然像是走在一條佈滿隱形障礙的長跑道上。這些挑戰並非只來自個人內心的掙扎，更多是源於整體社會制度與環境的未竟之功。以下則綜整了作者的實務觀察，以及相關國內外文獻與研究綜整，期望能更具體呈現出現今跨性別學生在校園與社會中面臨到的相關困難與挑戰：

Phoca PDF

發佈：2026-06-26, 週五 10:24
點擊數：2425

(一)在二元夾縫中尋找自我：心理健康的沉重負擔

當社會依然習慣將性別簡化為「男」或「女」的二元框架時，跨性別孩子往往成為意識形態衝擊下的第一線承受者。這種難以被看見的生存壓力，常轉化為內心的自我污名與低自尊，甚至引發憂鬱、焦慮等身心困境。對於正處於發展關鍵期的青少年來說，認同的形塑並非一蹴而就，反而這會是一場與環境不斷對話、協商的動態歷程（宋宥賢、李佩珊，2023）。如果缺乏一個安全、肯認的支持環境，孩子為了符合主流期待，便須壓抑真實的行為，這種長期的現身風險與壓迫，也是造成其學業調適困難與心理創傷的重要主因（Kosciw et al., 2018）。

(二)校園生活的層層關卡：從制服、廁所到點名冊的考驗

校園本應是學習的樂土，但對於跨性別學生來說，卻處處存在制度性的邊緣化。儘管臺灣早已於2004年通過並在校園中實踐《性別平等教育法》，但在執行細節與行政指引上仍顯不足：比方說，雖然各校推動性別友善廁所，但普及率仍不如預期。目前高中職以下的設置率在部分縣市甚至僅有二至五成；且高達八成以上的友善廁所只是將原有的「無障礙廁所」加掛牌子，缺乏真正符合標準的集中型設計（即一處空間內具備多元便器與隱私隔間）。此外，相關研究也顯示跨性別學生在校也遭受制度面的限制，比方臺灣伴侶權益推動聯盟（2020）便發現跨性別學生在校仍可能面臨一些議題，像是規定須穿著性別特定制服，並且在體育課分組、廁所與宿舍配置上可能缺乏彈性空間，如缺乏性別友善廁

所或體育課依男女分組或選課等，

這些都迫使學生必須不斷向行政端提出專案爭取。這種將需求視為例外的做法，無形中也可能提醒孩子自己是不正常的。進一步，由於歧視與缺乏對多元性別的適切認識，跨性別者頻繁遭遇錯

Phoca PDF

誤稱呼（misgendering）、嘲諷或帶有偏見的提問，這些累積性的微歧視也可能造成長期的心理創傷與自我懷疑（Nadal et al., 2012）。甚至於職場中，臺灣同志諮詢熱線於2023進行的調查報告，也指出跨性別者常面臨招聘與升遷的不平等待遇，特別是跨性別女性更易遭遇明顯的壓迫；而跨性別男性則常因恐懼曝光而隱藏身分，進而限制了其職業發展空間。

(三)家門後的拉扯：從家庭失落到社會支持的缺口

家庭本該是避風港，但在華人文化強調「面子」與「家庭和諧」的背景下，孩子的跨性別身分往往被視為對家族期待的威脅。許多父母在得知真相後，會經歷類似喪親的「哀傷歷程」，自責與焦慮接踵而至：像是社會期許；如何面對親戚好友，尤其是在華人這樣強調和諧與集體等概念下；對孩子的期望落空；甚至擔憂其未來該如何適應這環境等（宋宥賢、陳思帆，2022）。然而，支持的力量同樣來自關係。如果校園與家庭中能出現具備性別意識的師長或支持社團，就能顯著提升孩子的復原力。當父母能從恐懼轉向接納，讓孩子展現真實自我，這種關係的修復將是促進孩子身心健康之重要一環。

(四)醫療與專業支援的接力賽：制度性的結構障礙

隨著跨性別者之認同發展，對於自身生理轉變亦可能成為一期望邁進的方向；甚至也可能因遭受社會壓抑與歧視，並引發相關認同發展受阻或身心不安狀況，此時醫療系統便扮演重要角色，但多數研究指出，如臺灣同志諮詢熱線2023的調查報告顯示，跨性別者在就醫過程中常感到不安，特別是跨性別男性常因恐懼歧視而逃避醫療。目前的醫療體系仍存在不小的門檻，包括繁瑣的心理評估程序與高昂的費用（徐志雲，2023）。甚至，如前所述，若醫療人員缺乏性別多樣性的知

Phoca PDF

能，便可能導致資源可及性與公平性成為考驗。甚至，青春期對跨性別者而言具有高度身體焦慮，若缺乏即時資訊與支持，可能影響後續醫療決策（徐志雲，2023）。然而，臺灣現行制度仍有診斷要求、手術條件與法律變更門檻，甚至是否在進入青春期前便可因跨性別者的需求狀況提供對應治療，如青春阻斷劑之使用，這些仍是現行或未來值得關注的議題，如《報導者》於2025年發表一篇文章指出，臺灣目前對於未成年跨性別者用藥議題，雖未如歐美有許多討論與爭議，但這更背後的議題可能在於這些兒少能進入診間接受性別肯認醫療的人數甚少。再者，更令人擔憂的是，伴侶盟與台灣民主基金會於近年的相關調查也指出，目前臺灣校園中輔導、諮商與社福體系，在針對跨性別者提供適切介入上，似乎也存在些議題，如缺乏跨單位協作與行政支持，以及缺乏系統性之適切培訓，這便可能導致跨性別學生在輔導諮商歷程中遭受二次傷害。

綜上，可知跨性別者面臨的挑戰是跨領域且結構性的。研究一致指出，若要改善跨性別者的生存境遇，不能僅依賴個案的心理調適，更必須透過制度調整、教育倡議、建立支持性互動與資源連結，建構一個安全且具備「性別肯認」精神的環境，如此較能有效促進其發展與適應。

學校輔導系統可如何提供協助

性別平等在校的推動與提倡，除了政策引領外，確實也需仰賴相關人員的共同營造，根據現行的學校輔導WISER模式，亦可看出，提供學生相關心理支持協助並非只是單純輔導相關人員的工作，而是全校性與系統性的概念（王麗斐等人，2013）；但當然，也不可否認的是，學校輔導人員，如輔導教師／心理師等，也會是協助學生並促進其身心福祉發展之主力之一（王麗斐等人，2013）。就如研究指出，跨性別學生普遍將校園中的輔導人員視為重要支持資源，並期待能獲得相關理解與幫助，然值得關注的是，多數助人工作者對於如何協助跨性別學生也存在準備不足、缺

Phoca PDF

乏信心的問題（Shi & Doud, 2017）；甚至，無論國內外研究，皆指出許多助人工作者對於跨性別相關專業訓練具有高度需求（姜兆眉，2017；Doyle, 2023）。而現今雖國際上有愈來愈多專業指引提供助人工作者一些參考，以利其能有效與跨性別學生合作並提供相應之輔導與支持；但回顧臺灣校園脈絡則較少有此方面討論，對此，筆者結合實務觀察與本土校園脈絡的探究，整理出協助跨性別學生的三條實踐路徑（Sung, 2025）。這套做法不侷限於諮商室內的對話，更可延伸至家庭關係、人際關係與校園制度的調整。這三條實踐路徑相輔相成，輔導人員可視學生的個別需求與校園環境彈性應用：

(一)路徑一：在諮商室或輔導關係中播下「性別肯認」的種子

跨性別學生在校園中可能常面臨需要被「導正」或「質疑」的集體壓力。輔導人員的首要任務，是營造一個無需防衛的空間。

1.從「陪伴探索」取代「急於定論」：

我們應避免要求學生立即給自己一個標籤，而是營造溫暖的氛圍，讓學生能自在地談論對性別的各種感受，無論是身體帶來的不安感（Gender Dysphoria），或是認同被看見時的欣快感（Gender Euphoria）。

2.實踐賦能對話：

尊重學生的自我決定權，從最微小的改變開始。例如：詢問學生「希望我怎麼稱呼你？」並依照學生的步調，陪伴他們練習如何在校園中進行「社會過渡」（如嘗試不同穿著或代名詞）。同時，也要敏銳察覺環境中的微歧視現象，協助學生建立應對外界異樣眼光的心理韌性。

Phoca PDF

(二)路徑二：擔任家庭關係的「轉譯者」與「修復者」

個體是鑲嵌於文化環境脈絡中，而如相關研究指出，隨著跨性別者的性別認同更加明確與展現，這也會與所處之傳統環境文化脈絡產生些衝突，進而影響關係建構（宋宥賢、李佩珊，2023）。這部分也是對於輔導人員來說為一挑戰，即如何協助與處理跨性別學生之家庭與相關系統關係。輔導人員在此時可扮演重要的溝通橋樑：

1.陪伴家長走過「模糊性失落」：

多數父母在得知孩子跨性別後會經歷類似喪親的哀傷階段，甚至經驗到模糊性失落議題，並且開始會有許多自責怪罪，抑或有許多憂慮擔心，如對跨性別者的生理轉變、未來生涯規劃、以及該如何面對環境系統等。對此，輔導人員的角色便是辨識父母的焦慮與自責，引導家長理解跨性別認同對孩子生命存續的意義（宋宥賢、陳思帆，2022）。協助家長將注意力從對生理改變的恐懼，轉移到對孩子心理健康的關懷，延續家庭的連結。甚至有時輔導人員亦須成為兩邊的橋樑，促進彼此溝通互動，以及對彼此阻礙進行澄清。

2.降低資訊不對稱與非理性恐懼：

輔導人員可充實跨性別相關醫學資訊（如：賀爾蒙治療、青春期抑制劑），並視狀況與需要來向家長說明一些醫療介入的程序與安全性，消除因資訊匱乏產生的誤解。甚至，也需視狀況提供相應校內外資源協助（比方同志諮詢熱線資源、伴侶盟資源等）。

(三)路徑三：推動校園環境的制度倡議與整合

Phoca PDF

對於跨性別學生來說，所處校園環境亦存有相關困境，這往往也來自於制度安排，而非個人適應不良。如何建構校園性別友善環境，改善既有限制並促進性別多元學生能在此有好的適應，這也會須輔導人員，乃至整體需具備社會正義意識，主動介入環境，像是：

1.行政流程與空間的友善化：

輔導人員（甚至校園領導者）可整體性地檢視目前校園存有的性別不友善政策與狀況（如硬體設備與軟體等），並主動嘗試與校內行政端（總務處、教導處）對話，例如：協商更具彈性的服儀標準、爭取設置性別友善廁所或獨立更衣空間、推動在點名系統加註學生的「慣用名」以避免被動出櫃。這些倡議有將校園從制度性的壓迫轉化為制度性的支持。

2.校內外資源的整合導航：

輔導人員可扮演資源整合者，整合醫療肯認、法律更名諮詢與民間團體資源。透過跨專業的銜接，為學生建構一橫跨校園、家庭與社會的生態支持網。

未來展望

綜觀目前校園中跨性別等多元性別學生之可能處境，以及目前在相關法令政策端的實踐狀況，筆者也基於此提出以下可能建議：

(一)在政策端

Phoca PDF

發佈：2026-06-26, 週五 10:24
點擊數：2425

雖目前性別平等教育法提供一大方向，但各校整體執行狀況則不一，且多數情境是要遇到可能個案狀況產生，才促使校園硬體與軟體改善，甚至才興起對此議題之關注重視，故在此除建議性別平等教育宣導與融入得持續進行，並培育師生適切之性別平等觀念；再者，基於相關研究發現，多數歧視與偏見來自不理解，也建議校園也可思索推廣「真人圖書館」的可能性，透過實際接觸多元性別族群來化解一些可能誤解與衝突，並深化友善態度；再者，除校園外，有關單位如教育部也應適時針對學校推展性別平等之成果進行實際檢核，甚至編製具體、可操作之「多元性別學生校園生活支持指引」，詳列一些需檢核並改善的項目，像是校務系統更名、體育課分組、住宿安排及廁所改裝之標準流程，讓行政端有法可循，甚至也可思考列為，校務評鑑指標，如此有助減少輔導人員在倡議過程中的行政阻力，避免讓學生的基本權益成為各校行政裁量權下的「例外恩給」。

(二)在培訓端

鑒於現今校園輔導人員對於如何有效提供性別多元學生支持輔導信心仍較不足，且在實務端也發現欲有效推動，也牽涉一些倡議知能、溝通知能得具備，故也建議相關培訓單位，可更加思考未來培訓重視「文化敏感度」與「社會正義意識」，並融入更多校園實務狀況與困境之探討與解決模擬練習。像是，透過模擬練習「高度防衛的家長」或「保守的行政主管」情境，讓輔導人員在安全的虛擬環境中練習「文化轉譯」與「制度倡議」策略。如此透過系統性專業知能建構，或可更加有助這些專業人員增能，並且能更適切因應校園性別友善推動之可能挑戰困境。

(三)在系統工作端

Phoca PDF

家庭、校園接納是跨性別青少年心理健康之重要保護因子。而性別友善工作不能只止步於諮商室內的互動，更需擴及相關系統。除了靠輔導人員的協助外，其實更應該重視的是校園領導階層的適切觀念建構，以利其能引領校園性別友善氛圍營造；當然，相關親師生的培育增能也屬重要；再者，為強化輔導體系作為「生態系統連結者」的功能，學校輔導室亦可積極整合校外專業資源（如：性別友善醫療門診、法律權益團體、家長支持團體），以針對學生或系統等相關需求而予以連結介入。

就此，性別友善校園的實踐歷程實需更多關注與參與，筆者也期待藉由適切校園氛圍建構與相應支持實踐，能為跨性別學生鋪設一條從「走出自我」到「展現自我」的平坦道路，讓每位學生都能在校園中安全、自在地成長。

參考文獻

王麗斐、杜淑芬、羅明華、楊國如、卓瑛、謝曜任（2013）。生態合作取向的學校三級輔導體制：WISER 模式介紹。輔導季刊，49(2)，1-8。

宋宥賢、李佩珊（2023）。出走自我？走出自我！ - 跨性別女性的性別認同發展歷程與經驗。中華輔導與諮商學報，67，5-44。

宋宥賢

Phoca PDF

、陳思帆

（2022）。「在荊

棘中邁向真實自我」：跨性別女性向父母現身之歷程研究。教育心理學報，54（2），357-384。

姜兆眉（

2017）。涵納

差異與攜手前行：同志友善

與性別敏感諮商教育之反思與在地實踐。輔導與諮商學報，39（1），1–18。

徐志雲（2023）。跨性別及性別不安 - 從臨床照護到心理壓力觀點。護理雜誌，70（1），17-22。

Coleman, E., Radix, A. E., Bouman, W. P., Brown, G. R., de Vries, A. L. C., Deutsch, M. B., ... Arcelus, J. (2022). Standards of care for the health of transgender and gender diverse people, Version 8. International Journal of Transgender Health, 23(sup1), S1–S259. https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2100644

Doyle, M. (2023). Understanding school belonging through a queer lens: Toward affirming school practices for LGBTQ+ youth. Educational Psychology Research and Practice, 9(1), 1–14. https://doi.org/10.15123/uel.8wqxy

Kosciw, J. G., Greytak, E. A., Zongrone, A. D., Clark, C. M., & Truong, N. L. (2018). The 2017 NationalSchool Climate Survey:The experiences of lesbian, gay, bisexual, transgender, and

Phoca PDF

queer youth in ournation's schools. GLSEN. https://glsen.org/nscs

Nadal, K. L., Skolnik, A., & Wong, Y. (2012). Interpersonal and systemic microaggressions toward transgender people: Implications for counseling. Journal of LGBT Issues in Counseling, 6, 55–82. https://doi.org/10.1080/15538605.2012.648583

Shi, Q., & Doud, S. (2017). An examination of school counselors' competency working with lesbian, gay and bisexual and transgender (LGBT) students. Journal of LGBT Issues in Counseling, 11(1), 2–17. https://doi.org/10.1080/15538605.2017.1273165

Sung (2025, November). Walking alongside: Exploring the counseling experiences of school-based professionals supporting transgender students in Taiwan. Paper presented in the 2025 APERA-TERA International Conference. Taiwan.

作者　宋呈澔　為比利時根特大學教育研究學系博士

Phoca PDF