

成年男性性少數於轉換階段的困境 -非結構團體歷程研究

方敏琪、任祈蔚
清華大學教育與心理諮商學系碩士班

壹、研究背景和目標

- 男性早期的情感社會化歷程中往往被要求限制表達情感，顯示弱點或情感被認為是缺乏男子氣概(Mahalik et al., 1998)。男同性戀者在異性戀父權社會中二元性別典範底下，被視為是「不完全的男人」「去男性氣概的」(駱俊宏 et al., 2005)。雖然台灣已於2019年通過同婚法案，但現今成年性少數男性仍在早期家庭經驗與青春期間受到文化中傳統男性角色期待的壓迫。性少數壓力模型(Meyer, 2003)指出了受污名相關壓力源與不良心理健康兩者間的關聯，不僅遭逢實際被排斥、貶低的經驗，不確定的「預期性污名」也預測了他們較高的焦慮苦惱與較差的生理健康。外在社會負向恐同的態度讓性少數內化形成負向自我觀感，隱藏自己的性別認同、感到糟糕或懷疑自己不值得建立關係，擔憂遭受排斥、試圖掩飾、隱藏秘密導致有害的羞恥感、疏離與薄弱的社會連結(Rutan, 2000)。
- 本研究採用非結構性團體，邀集性傾向少數男性敘說心理困境，對團體歷程轉換期中成員的抗拒現象進行觀察與反思，嘗試從上述性少數之社會心理發展的視框來理解與其在團體中的個人抗拒現象。

貳、研究設計

本研究採個案研究法，招募桃竹苗區九位性傾向少數之生理男性，進行十次 90 分鐘非結構團體諮商，由一名具有醫院團體治療經驗之合格心理師與一名全職實習心理師帶領。成員平均年齡31.8歲(SD=5.1)，具碩士學歷者5人，學士4人，其中1人自我性別認同為生理性別男性順性別雙性戀，其餘8人為生理性別男性順性別同性戀。研究工具為參與者之團體前個人訪談資料、團體逐字稿。

參、研究發現

一、帶領者藉由引導、示範、鼓勵正向參與行為、持續橋接彼此身為性少數有的相似經驗感受，增進成員普同感與凝聚力，開始期的談話主題包括霸凌、出櫃壓力、過往感情史，成員彼此互動的主動性與相互支持度高，部分成員能揭露過往脆弱經驗或開始對自身議題有所意識，彼此嘗試實質連結，社會性的抗拒逐漸減少，彼此引動揭露較深層的脆弱與期待。

二、轉換階段中，隨著部分成員揭露議題的深度增加，某些成員呈現了不同的個人抗拒形式，間歇錯落發生，例如：聆聽他人深度分享後更顯坐立難安、眼神迴避、幽默打岔、談自己時乾笑、理智化提供建議、講超然大道理....等。

三、即使某位成員有意願想談悲傷經驗時，數度發生其他成員嘗試切斷/阻絕該成員情緒的現象。

[第六次團體 成員G表示想說一件很在意過往分手的事，開了頭.並問大家:要講嗎?...]

成員T: 其實我是覺得是可以選擇，如果真的對你來說這個東西如果不想講的話，應該是可以不用講了，就是可以用另外一種方式告訴大家.....

成員 G: (無視，自顧自地說) 悲傷的感覺!就是那些黏糊糊的東西，我覺得那感覺就是種燃料...現在想起來都很生氣、每次想起來這些東西都很生氣!

成員P:(雙手交握，坐在成員G旁邊但是目光並未直視G)...你..好像有很多情緒耶，這對我來說是蠻新鮮的感覺，你知道吧?(停頓思索三秒) 我不知道，因為我一直以來都是好像就沒有那麼情緒起伏...對，也沒有其他意思，覺得有的時候(我)是比較理性的在看待周遭的事物，所以那種很有情緒的東西，是我比較沒有的東西，就這樣。

肆、討論

男性在體驗他認為女性化自我的層面時，會產生極大的衝突與焦慮(Mahalik, Cournoyer et al. 1998)。團體中展現出理智化、超然，是一種否認痛苦與困擾情緒的防衛機轉；自以為是、以大道理自居來彰顯他人是錯的，主要的原因來自內在的羞恥感(吳秀碧, 2023; 夏林清, 2023)。比對從成員初談中所蒐集到的個人成長脈絡、過往心理衝擊歷程與壓力經驗，可以看見與許多成員的個人議題與抗拒行為的相關性，情感侷限性的現象間歇地發生在團體中。基於本研究結果，對於性傾向少數之男性族群所面臨之長期結構性的壓力、人際模式與心理困擾與在團體治療中的挑戰，提供學術與實務工作者參考。

參考文獻

- Mahalik, J. R., Cournoyer, R. J., DeFranc, W., Cherry, M., & Napolitano, J. M. (1998). Men's Gender Role Conflict and Use of Psychological Defenses. *Journal of counseling psychology*, 45(3), 247-255. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.3.247>
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological bulletin*, 129(5), 674.
- Rutan, J. S. (2000). Growth through shame and humiliation. *International Journal of Group Psychotherapy*, 50(4), 511-516.
- 吳秀碧. (2023). 團體諮商與治療：一個嶄新的人際-心理動力模式 = Group counseling and therapy : a new interpersonal and psychodynamic model (四版 ed.). 五南圖書出版股份有限公司.
- 夏林清. (2023). 大團體動力：理念、結構與現象 (三版 ed.). 五南圖書出版股份有限公司.
- 駱俊宏, 林燕卿, 王素女, & 林蕙瑛. (2005). 從異性戀霸權、父權體制觀看同性戀者之處境與污名