

作為跨性別家長，您可能會感到徬徨無助，也因為孩子的反應受挫，我們鼓勵您多閱讀吸收正確的訊息，相信您一定可以成為孩子的靠山💪



預約伴盟家長諮詢服務
和了解其他服務

想認識其他跨性別家長
跨性別家長Line社群



國內外跨性別最新訊息
跨性別平權站

我有問題想問——
跨性別問代誌



小叮嚀

若您不確定資訊的正確性，可至伴盟Line@平台「跨性別問代誌」詢問，我們將為您查證與提供相關資訊。

無論孩子的
性別認同如何發展，
他始終是您最珍愛的孩子。

家庭的理解與接納，
是他成長的力量來源。

有了您的陪伴，
他將更勇敢、更喜歡自己，
也能自在地活出屬於他的人生。

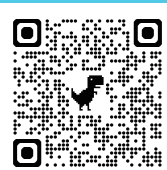


合作印製 |



臺南市政府性別平等辦公室

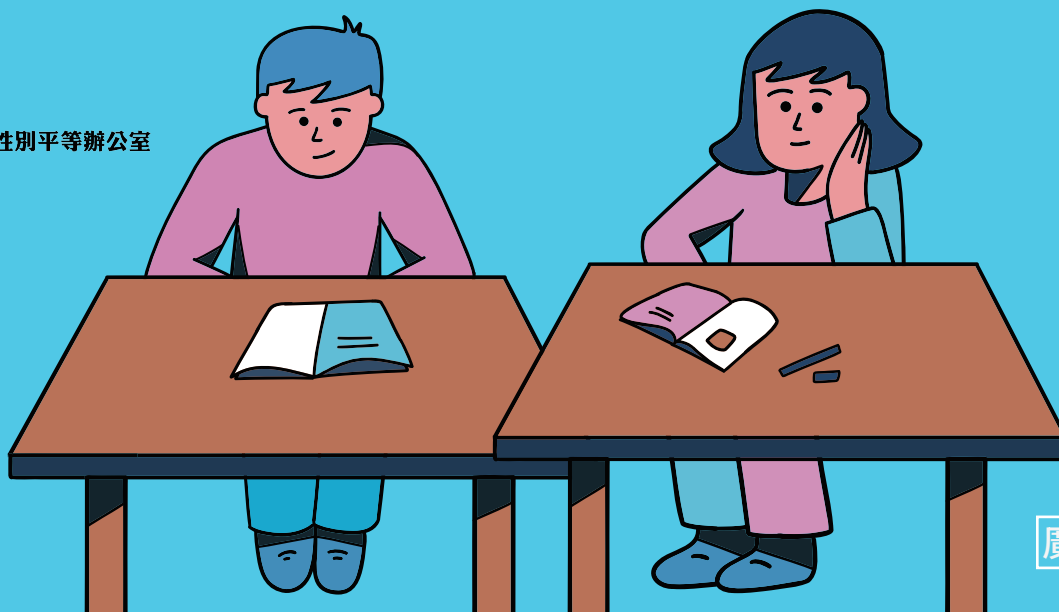
伴盟官網 |



我的孩子是

跨性別

給家長的教戰手冊



當孩子告訴我，他覺得自己是跨性別者，許多父母第一時間可能會感到困惑：

什麼是跨性別？這是真的嗎？

我該怎麼辦？

正確了解跨性別

世界上多數人的性別認同與出生時被指定的性別一致；但也有一些人，性別認同發展與指定性別不同，這樣的人被稱為跨性別者。

「出生時被指定的性別」是醫療人員肉眼判斷外生殖器後，登記於戶籍的性別，這個登載沒有考慮到性發展有差異的孩子（俗稱雙性人，現稱DSD, Differences of sexual development），也沒有考慮到性別認同和性徵不一致的孩子。

現今醫學早有共識：跨性別不是疾病也不是異常，而是人類多樣性的一部分。每個人都有對自身性別的感受與理解。

廣告

接住和別人不一樣，但一樣寶貝的孩子



理解孩子

性別認同的探索，是孩子自我意識發展的一部分。這不僅與性有關，更與人如何理解自我、建立自尊與歸屬感有關。當孩子開始思考「我是誰」並表達與眾不同的性別感受時，這是孩子成長歷程的重要階段。

或許您的孩子仍在探索的路程，或許他/她已篤定知道自己是跨性別者，最重要的是：孩子願意向您坦承內心想法，代表孩子信任您、希望您理解。理解孩子的勇氣與信任，是家長能給的第一份支持。

陪伴孩子

正在探索性別認同的孩子，可能會展現出與其他人不同的外表或喜好，隨著性別探索的不同歷程，他/她有可能會嘗試不同的服裝、髮型或打扮方式。

家長可以接納並陪伴孩子在這個過程中找到最自在的自己，您可以陪伴他/她購置衣服、提供建議，但請記得務必尊重孩子表現自我的方式，如果孩子能感受到被您理解與支持，他/她也會有更多安全感與自信心。

接納孩子

當孩子意識到自己與他人不同，可能會感到困惑或害怕。您的接納，是他最重要的保護。

研究指出，當家長態度友善、願意傾聽，跨性別孩子更能穩定面對自我探索，也更有力量適應學校與社會環境。

請記得，身為家長的您可以成為孩子最安全的港灣。



孩子需要的幫助與資源

友善校園

孩子在校園中可能會遇到性別二分的規範，包括制服、廁所或座位安排等。建議家長可以主動與老師討論如何讓孩子在學習環境中被接納，例如：

- 是否有性別友善廁所或更衣空間
- 是否在課程中涵蓋多元性別教育

對於已經進行外貌改變的孩子（例如：學籍性別是男性，但已是女性外貌），通常會更擔心被出櫃，建議家長和學校討論保護措施，避免孩子被無預警的出櫃，例如：

- 是否已取消所有外顯的性別記號（例如：學生證、點名單）
- 是否針對教師進行認識跨性別的基礎訓練

性別肯認醫療照護

年紀即將邁入青春期或已經進入青春期的跨性別孩子，有可能會對自己的第二性徵發育感到強烈不安，建議家長可以偕同孩子向專業的精神科或內分泌科醫師諮詢，共同討論如何幫助孩子面對身體特徵的變化，緩解孩子的性別不安。

當孩子遭遇霸凌

即使家庭支持，孩子仍可能在學校遭受排擠或歧視。

家長可依據《性別平等教育法》，要求學校處理並防止性別歧視或霸凌，並推動師生認識跨性別議題。

校方有責任讓不分性別/性別認同的學生，都能安心自在的做自己。