

臺南市

同志家庭

家長手冊

TAINAN



目錄

手冊目的	01
來自臺南市政府的祝福	02
第一章 打造家的安全地基	05
同志家庭的組成與法律基礎	06
同志配偶收養流程	07
第二章 新手親職練功房	10
育兒的心理準備	14
伴侶關係與親職合作	16
家庭溝通	19
其他同志家庭常見挑戰	22
第三章 在愛中長大	23
育兒挑戰與調適	24
幫助孩子理解家庭	25
用孩子懂的語言，說出獨一無二的家	26
上學前的親師溝通	30
步入小學的「三項超能力」準備	31
自製身世故事書	34
帶孩子認識同志	36
第四章 我的熱血應援團	39
成家路上，臺南在地非營利組織與你同行！	40
成家育兒不再是難題！臺南市政府挺同志家庭	41
家有新生兒！同志家庭福利請領注意事項大整理	44

手冊目的



愛是家的核心，每個人都有組成家庭、擁抱新生命的權利。

不論你是同性伴侶共結連理，計畫組成兩個媽媽或兩個爸爸的家庭；或是身為跨性別者，煩惱著如何成家；或是單身或與多位照顧者基於友誼或共同規劃等不同目的，思索著一起組織家庭的可能性，歡迎翻開這本手冊！

這本手冊是專為考慮生養小孩的你設計的「行動工具書」，不僅釐清法律保障，更涵蓋伴侶、親屬與親子關係的指南，並教你大方應對社會。

就像黑面琵鷺每年跨越國境、尋找最溫暖安穩的濕地棲息，你也正為了給孩子一個『家』，在法律、醫療與社會眼光中，進行一場漫長的遷徙。當你準備好了，我們就一起透過實用的自助練習與資源清單，做出最適合自己的決定！



來自臺南市政府的祝福

每一個家庭，都有屬於自己的故事，也都有共同的心願——希望孩子能在愛與陪伴中健康、快樂地成長。

近年來，隨著社會對多元家庭的理解逐漸增加，越來越多同志伴侶選擇攜手成家，迎接新生命，展開屬於自己的育兒旅程，從決定成家、建立法律關係，到迎接孩子、陪伴成長，每一個階段都有期待，也可能遇到疑問與挑戰。

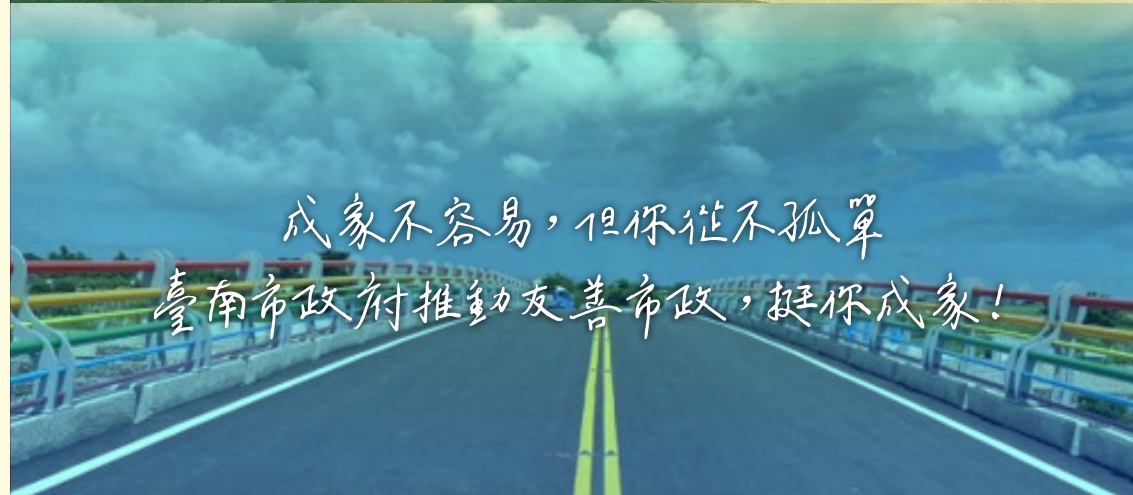
為協助同志家庭獲得更完整且實用的資訊，臺南市政府民政局委託台灣同志家庭權益促進會編製《臺南市同志家庭家長手冊》，希望透過淺顯易懂的文字、真實的經驗分享及實用的資源整理，陪伴家長一步一步走過成家與育兒的每個階段。

這本手冊整理了同志家庭常見的法律制度、親職準備、家庭溝通、育兒歷程及臺南在地資源，也收錄同志家長、律師及心理專業人員的分享，希望讓正在規劃成家、已經迎接孩子，或陪伴孩子成長的家庭，都能從中找到適合自己的方向與支持。

家庭的樣貌或許不同，但對孩子的愛與陪伴始終相同，期盼這本手冊成為同志家庭育兒路上的一份陪伴，也讓更多人認識多元家庭的日常，共同營造尊重、友善、包容的生活環境，讓每一位孩子都能在愛與理解中安心成長。

臺南市政府民政局長

李蔚文



1 第一章

打造家的安全地基

法律與親權入門

盤點同志家庭可能面臨的法律挑戰與情境，準備好了嗎？
讓我在這一章為你築起法律的安全地基！



同志家庭的組成與法律基礎

同志成家的方法：條條大路通羅馬，但地圖要看清！

同志有小孩的方式有很多種，不管是透過醫療協助（海外人工生殖）、循社福制度（媒合收養）或是共同扶養前一段伴侶關係的小孩，最重要的都是提供給孩子溫暖且安全的養育環境！在進入到各種生養方式的細節前，務必留意，「我們的家是否足夠安全？」「我們的家有完整的保障嗎？」法律在此扮演了關鍵角色！

同性婚姻沒有「婚生推定」法律適用，換言之，在台灣同性婚姻中所生的子女，並不會因為兩位家長結婚，自動有兩位家長雙親，而只會與生產或血緣一方有親子關係。

	異性戀婚姻	同性婚姻
法律依據	民法	748 施行法
婚生推定	適用。婚姻中所生的小孩，自動享有雙親保障。	不適用。需要收養婚姻中所生的小孩，完成收養前小孩是單親。
共同收養	經由機構媒合，法院裁定後，雙親均為家長。	經由機構媒合，法院裁定後，雙親均為家長。

附註：若是跨性別異性戀伴侶，締結異性戀婚姻前，即進行海外人工生殖，則戶政推算受胎日期不在婚姻關係中，無法視為婚生子女。

同志配偶收養流程

解決方案：同志配偶收養（繼親收養）

小孩在台灣出生後，非生產或非血緣的一方，可透過「同志配偶收養」流程建立法律上的親子關係。

流程時間：平均約需 6 個月到一年。

專業門檻：過程雖稍嫌繁瑣，但一般情況下無需律師協助亦可完成。

成功率：若無涉及第三方家長的親權爭議，裁定機率非常高。

這是目前保障家庭權益最直接、也最有效的方式。



跨國伴侶與海外生養的法律攻略

跨國伴侶的收養挑戰

因收養流程涉及他國法律的適用，程序相對複雜，強烈建議委由專業律師處理。

國籍取得：台灣國籍採「屬人主義」，小孩無法自動取得台灣國籍。若生產或血緣一方來自大陸地區，設立戶籍另有人數與年齡的額外限制。

海外出生子女：是否有「免收養」的可能？

若小孩出生地之國家，其法律承認「出生即享有同性雙親制度」，則有機會豁免冗長的收養流程。

經主管機關移民署審查通過後，可憑載有同性雙親定居證至戶政事務所辦理初設戶籍。

除了收養，還有「委託監護」作為即時保障

由於收養流程平均需要半年至一年，在裁定下來之前，非生產 / 血緣方家長可利用「委託監護」先行建立部分職權，包含辦理護照、申請及領取社會補助等。

備妥委託書，至任一戶政事務所即可辦理。

收養完成前，「委託監護」是最好的銜接方案，但絕對無法取代收養！

練習

【檢視清單】家庭法律基石是否穩固？（勾選）

- ☐ 我與伴侶已完成同性婚姻登記。
- ☐ 我與伴侶都具備小孩的親權。
- ☐ 我已完成（或正準備進行）同志配偶收養程序。
- ☐ 我已完成（或正準備進行）委託監護程序。
- ☐ 如果是單身，直系尊親屬是否有撫養意願，& 遺囑？

律師真心話

沒有完成收養時，未經法律認可的那一位媽媽或爸爸，在醫院、學校、戶政、郵局等金融機構、入出境管理單位眼中，都是法律上的陌生人。不僅無法參與子女相關生活事務的決策，甚至也不會被通知到。再者，有時孩子會叛逆，說：「我又不是你生的，你為何管我？」，您應該會希望可以告訴他：「可是戶口名簿上，我是你媽 / 爸耶」。

——忱耘法律事務所張喬婷律師



新手親職練功房

同志想有小孩有哪些途徑？

同志當家長，和其他人差別在哪裡？

計畫有小孩前，一起在親職練功房做足準備！



多元生養的三個共通心法

法律防護罩：透過法律程序，給予家庭最實質的保護。

坦誠的溝通：別讓同志身份成為家中的秘密，誠實是靠近彼此的最佳路徑。

找尋你的村莊：養育小孩需要整個村莊的力量，找到你的支持村莊！

四大成家路徑與注意事項



人工生殖（科技助孕）

跨越國境追求新生命的旅程，既神聖也充滿挑戰。

法規限制：現階段台灣尚不允許已婚同志或單身者使用人工生殖技術。

海外風險：海外療程需確認機構評價與合法性，嚴防詐騙或回國入籍受阻。

身心負荷：藥物與針劑對身心刺激大，且療程並非百分之百成功，需做好心理建設。

註記：在現行法制下，跨性別家庭是否能使用自身的生殖細胞或在台灣使用人工生殖技術，仍有許多挑戰，建議生育規劃前先行諮詢了解



滴精（非性交人工授精）

透過器具將精子注入體內的生育方式，雖成本較低，但潛藏風險。

親權不明：捐精者在法律上仍可能認領孩子成為生父，這對家庭穩定性與人際信任是一大考驗。

健康與成功率：缺乏醫療監控，健康風險較高且成功率低於科技助孕。



收養

2023 年起，不分已婚同志伴侶或單身者均能收養，透過政府合法許可的收養機構，成為孩子的法定雙親。

為了確保收養人是堅定且慎重看待收養的承諾，須經一年以上評估流程。



重組家庭（愛的接力）

帶領孩子進入一段新的關係，需要更巧妙的平衡。

關係平衡：讓孩子明白，大人關係的改變（如新的家長加入）並不等於親子關係的斷裂。

適齡溝通：用孩子聽得懂的語言，確認他們在所有大人心中，依然是那個被珍愛的寶貝。

練習

聽完這四種方式，哪一種最符合你目前的期待？你最擔心的又是什麼？



同志家長經驗談

我和伴侶知道人工生殖成功機率不高，約定了只做兩次的停損點，我們認為這樣才不會造成過大的心理負擔。在藥物及針劑的影響部分，彼此都先了解了藥物會造成憂鬱或暴躁易怒的副作用，所以在執行前就約定好另一方要盡量配合包容，但藥物針劑的影響加上想要成功的壓力仍然超過預期。

——同志家長小愛

我從第一胎嘗試 D I Y 自我滴精開始，歷經口服排卵藥刺激排卵，但效果不佳改用針劑，金錢的花費不貲是一回事，身體對藥物的反應不佳，也同時令人產生自我懷疑，我的身體怎麼了？為什麼遲遲不能懷孕？後來歷經輸卵管攝影才了解輸卵管阻塞導致無法 D I Y 懷孕，才走上國外試管嬰兒之路，金錢花費壓力也更大了。

——同志家長蛋捲媽



育兒的心理準備

從「我」到「家長」的變身



晉升為「家長」是巨大的身份轉變。對同志家庭來說，這不只是體力的挑戰，還包含了一項獨門功課：以同志家長的身份現身。進入學校、醫院或社區時，你的同志身份將從私密轉向公開。面對好奇或質疑，記得你就是孩子最棒的依靠，科學研究已證實，同志家庭的孩子與異性戀家庭的孩子在成長發展上並無差異。

練習

自我調適，在親職壓力與身份壓力選項，分別圈選出 3 個你認為最大的壓力來源，試著計畫你的應對之道

親職壓力： 經濟負擔、睡眠不足、工作生活平衡、育兒分工失衡、
親密關係下降

身份壓力： 身為少數、出櫃壓力、擔心被不公平對待、親友不接納、
同溫層難尋、我目前沒有感受

我的應對方式： _____



同志家長經驗談

在懷孕之前，先考慮未來的育兒與家務分工，出櫃與否。伴侶雙方都有共識之後才懷孕生子，讓我們的爭吵機率不高。在交往結婚之時，我們就很公開和伴侶之間的關係，家人也都一直知情並支持，所以秉持『只要我不尷尬，尷尬的就是別人』這種想法，沒有什麼是不好對社會說明的。

——同志家長蛋捲媽

伴侶關係與親職合作

打造神隊友組合

在孩子到來前，雙方需要建立共識，包含：育兒分工、教養風格、關係經營，還應該聊聊以下重要話題：

練功清單：孩子到來前的深度對話

- ☐ 我 ☐ 伴侶 我們對同志身份感到自在嗎？
- ☐ 我 ☐ 伴侶 是否準備好在職場、家庭公開家庭狀態？
- ☐ 我 ☐ 伴侶 準備好在職場、家族公開家庭狀態？
- ☐ 我 ☐ 伴侶 有信心向居家托育人員、醫療人員、老師或路人介紹家庭組成？
- ☐ 我 ☐ 伴侶 有信心向孩子說明家庭組成？
- ☐ 我 ☐ 伴侶 有信心協助小孩建立身為同志家庭成員的信心與韌性？
- ☐ 我 ☐ 伴侶 當伴侶關係面臨變化，能妥善協調親子照顧事宜？

關係變動時的承諾：合作親職 (Co-parenting)

每一段關係都可能面臨考驗。若伴侶關係面臨結束，請記住：「伴侶身份會變，但家長身份是永遠的。」

核心原則：維護孩子的最佳利益。

-  避免在孩子面前爭吵，或將孩子當作情緒索求的工具。
-  透過明確的權利義務劃分（如探視時間、開支分擔），給孩子穩定的安全感。

練習

溝通不踩雷——「我訊息」

溝通時使用「我訊息」（I-message），能減少指責感，增加被聽見的機會。公式如下：「當我看到／聽到（客觀事實），我感覺（內心感受），我希望（具體需求）。」

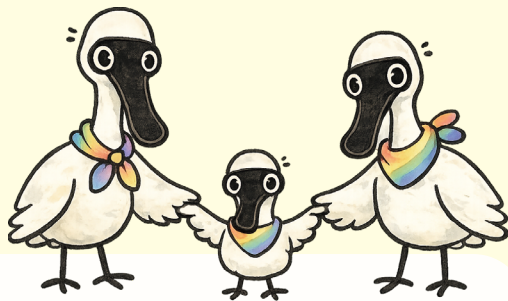
情境示範： 當伴侶明確表示不想要小孩，而自己非常渴望生育。

「我們對孩子沒有共識，我感覺很焦慮且遺憾，因為有小孩對我而言是很重要的期待，我希望能找個時間談談。」

情境示範： 感覺育兒分工不均，所有的瑣事都落在自己身上，感覺快要崩潰時。

「我看到家務跟孩子的事都堆在一起時，我感覺壓力大到快崩潰了，我希望我們今晚能重新分配一下這週的分工。」

從前一頁你認為需要與伴侶討論的重要話題中，練習寫下你的「我訊息」：



同志家長經驗談

在撫育兩個孩子的過程，育兒分工失衡可能是我面臨的最大困難，即便是兩個媽媽的組成，沒有經歷懷孕生產過程的伴侶，在開始時並沒有意識到身份轉換及責任的變化。直到我察覺到自己的疲憊及不堪負荷，兩人好好訴說彼此的失落，認真檢視了育兒分工的模式，才讓彼此在擁有自己的時間和育兒上達成還不錯的平衡。

——同志家長小愛

當伴侶缺乏共識，諮商師專業建議

談到差異大的話題時會爭執摩擦，長期下來也可能變成關係的惡性循環，有人會越吵越兇，有人則是會開始避開那些話題，讓關係停滯不前。伴侶諮商可以為伴侶創造安全的溝通環境，讓原本可能會帶來衝突的對話，有機會深化，停下惡性循環，去理解不同想法底下真實的感受、想法，而不會太快被情緒淹沒。

——好家在心理諮商所所長 | 陳巧翊

家庭溝通

與原生家庭及親友的出櫃旅程



向長輩開口說「我想有小孩」需要勇氣。這是一場跨世代的理解長跑，我們建議：

轉化語言，拉近距離

用長輩聽得懂的日常取代生硬術語。分享「我們如何存錢成家」、「收養要經過哪些社工訪談」，讓長輩看見家庭生活的實質努力。

先有開始，才有進展

別期待一次對話就完全接納。從分享兩人出遊照、轉傳同志家庭報導開始，慢慢撒下理解的種子。

建立健康界線

若遭遇歧視或攻擊，請記住：保護小家庭與孩子的心理安全是首要任務。必要時適度縮減接觸，守護核心家庭的穩定。



同志家長經驗談



在與家人溝通的過程中，我們選擇對最親近的父母與手足坦誠相待，因為我們相信同志家庭並非不正常，而是另一種自然的家庭樣貌。對於較疏遠的親友，我們則依情況調整回應，若對方是真心關心，會據實分享；但若只是出於好奇或八卦，則會適度帶過，不過度解釋。建立界線並不代表疏離，而是保護自己與家庭的一種方式，也讓彼此關係更自在。

——同志家長殿和

我們一直都認為溝通要即時，從不相信孩子出生以後，長輩就會因為孫輩很可愛，而無條件接納一切。所以在兩人剛在一起時，就很常和家族長輩聊到女同志可以透過人工生殖有孩子，所以當確定懷孕後，所有家族長輩都很興奮又期待。加上與其他家族同輩的關係不錯，也常聊到兒童教養的理念和方式，所以當長輩有些不妥的言論時，即便我們不在現場，家族的同輩也會馬上出聲修正長輩的觀念。

——同志家長小愛

練習

情境描述：你們帶著孩子參加家族聚會。當長輩向遠房親戚介紹你的伴侶時，避開了「媳婦／女婿／兒媳」等稱謂，而是介紹她是你的「同學」或「好朋友」。

你的第一時間感受是？（請勾選最符合的一項）

- ☐ **憤怒與不公**：覺得長輩不尊重我們的關係和家庭。
- ☐ **受傷與失望**：感到不被接納，難過長輩仍無法坦然。
- ☐ **理解與無奈**：知道長輩有壓力，雖然遺憾但選擇包容。
- ☐ **平靜**：已經預期會有這種情況，不影響我的心情。
- ☐ **其他**：_____

情緒調適與自我對話：當下或回家後，你如何調整自己的心情？

我對自己說的話會是：_____

我採取的調適方法是（例如：與伴侶互相安慰、找朋友傾訴）：

回應與界線：針對長輩這種「避免」的行為，你事後會與長輩或伴侶如何溝通？

我會採取的行動是（勾選一個或多個）：

- ☐ **私下溫和溝通**：找長輩單獨聊，表達希望能被更坦然地介紹。
- ☐ **主動出擊**：在長輩介紹後，自己主動向親戚補充「我們是孩子的另一個爸爸／媽媽」。
- ☐ **暫不回應**：為了家族和睦，選擇隱忍，但與伴侶確認下次是否出席。
- ☐ **其他**：_____

其他同志家庭常見挑戰

孩子跟誰姓？

小孩在台灣出生後，與生產或血緣一方姓，待親子關係建立後（收養後）可更改從非血緣一方姓，重點在於雙方共識。

如何稱呼家長？

綜合母語和慣用語，常見如「爸爸／爸比／Daddy／阿爸」、「媽咪／媽媽／阿母／媽比」，讓孩子自然稱呼，感受愛最重要。

孩子會變同性戀嗎？

性傾向非由家長決定。研究指出，同志家庭成長的孩子在性傾向分佈上與異性戀家庭無異，但通常因為出生於多元家庭，觀念上更具包容力。

路人詢問是否為外國人？

這是對混血兒的常見誤解。建議禮貌微笑回應「他是我們親生的寶貝」或「我們是台灣家庭」，視實際狀況決定分享深度。

同志家長經驗談

我一直相信家長對外界的應對方式，孩子都看在眼裏，家長的理直氣和是供應孩子在成長過程中面對外界的勇氣及養分。

——同志家長小愛

3 第三章

在愛中長大

陪伴孩子認識身世與建立認同

本章節我們將與孩子攜手，在愛中並肩成長。在踏入校園與社會時，能自信且堅定地向世界宣告：
「這就是我，這就是我的家。」



育兒挑戰與調適

恭喜！開啟親職的新日常

孩子終於來到身邊，幸福感滿滿的同時，現實考驗也接踵而至。你會發現，從醫療、公園到校園，生活變成一場「密集出櫃」的旅程，且不同年齡階段有不同的出櫃挑戰！

同志家長不需要完美！我們常背負著「必須表現得更完美」的壓力，但育兒的本質就是混亂！請允許彼此有情緒出口。真實的韌性，是在不完美的練習中建立的。

孩子年齡階段	家長的挑戰與調適
0-2 歲	挑戰： 第一次向居家托育人員、親子館、醫療人員介紹家庭組成與需求。 調適： 雖然起初緊張，但透過反覆練習，你會發現自己越說越順暢！
3-5 歲	挑戰： 孩子逐漸發現故事書或同儕家庭與自己不同，開始發出提問。 調適： 差點被問倒也沒關係，趕快拿出繪本和照片，仔細地向孩子說明身世故事。
6-12 歲	挑戰： 孩子進入小學，需要學習獨立面對他人對其家庭或背景的好奇與詢問。 調適： 在家與孩子模擬演練，過去家長的坦然示範，就是孩子最好的身教與應答參考。
13 歲以上	挑戰： 孩子邁向青春期的，在意同儕看法，且對身世和同志話題開始有自己的主張。 調適： 試著理解孩子的社交壓力，保持溝通與連結，作孩子最堅強的靠山！

幫助孩子理解家庭

沒有人缺席的家

傳統觀念常認為「沒爸爸＝沒靠山」、「沒媽媽＝沒溫暖」。但我們要告訴孩子：家長與孩子的關係，遠比「性別角色」更重要！在我們家，沒有人缺席，因為愛與照顧是流動且完整的。

幾歲說最合適？

越小越好！在孩子還不懂之前，家長可以先對著孩子練習大聲說出他們的身世。當你說得越自在，孩子感受到的態度就越自然。

該怎麼說？

使用適齡的詞彙（如：精子、卵子、收養），正向地介紹參與其中的人（如：捐贈者、社工、原生家庭）。

當孩子問「為什麼我沒有爸爸 / 媽媽？」

先別急著焦慮。孩子可能只是好奇，或想體驗叫看看那個稱謂。試著反問：「你是在哪裡聽到這個詞的呀？」讓對話成為分享愛的機會！



用孩子懂的語言， 說出獨一無二的家



不同於市面上普遍以「性行為」作為生命起源的繪本，同志家庭的故事通常充滿了「計畫、等待與眾人的協助」。這是一段關於「我們多麼努力希望你來到這個家」的動人旅程。

比起「怎麼生、怎麼收養」，孩子更想確認「你愛我嗎？」

家長常擔心自己說得不夠專業或精準，但對孩子來說，核心問題只有兩個：

「你愛我嗎？」

「如果我們沒有血緣關係，你還會一直愛我嗎？」

小提醒！

情緒回應大於內容回應。如果第一次說得不清楚也沒關係，孩子會反覆求證，這代表他們很信任你。每一次的提問，都是孩子在觀察：「家長準備好跟我聊這件事了嗎？」

同志家長經驗談

在孩子的身世告知上，我們從一開始就選擇不隱瞞，而是隨著孩子的理解能力，用適齡且自然的方式說明。我們透過繪本與日常對話，慢慢介紹受孕的過程，讓孩子知道自己是如何被期待與迎接而來，也理解參與其中的人。我們相信，當家庭對外是坦然的，對孩子也能更一致與安心。這樣的成長過程，有助於孩子建立穩定的自我認同與安全感。——同志家長殿和

跨性別家庭的身世告知， 是一場獨特的生命教育

愛超越性別，真實勝過一切規則

對於跨性別家長而言，身世告知不只是說明「我從哪裡來」，更是家長與孩子共同面對「我是誰」的過程。我們建議：

誠實分享生命的轉變

當涉及冷凍精子 / 卵子或身體特徵的變化（如手術或藥物）時，誠實地告訴孩子，「我的身體曾經是這樣，後來我更希望作真正的自己，所以經歷了轉變。」「以前我是叫○○，後來我發現我更喜歡當○○（現在的稱謂），但我一直都很愛你。」讓孩子知道，無論外貌、性別認同、姓名或稱謂如何改變，那個陪伴照顧他的人始終是同一位。

自在定義家庭，示範稱謂的自信

對外界互動時主動告知「我是○○小朋友的爸爸（或媽媽）」，在孩子面前示範如何自在地介紹家庭組成。當外界驚訝於「看不出來你們是同志家庭」「怎麼不是兩個爸爸或兩個媽媽」時，可以說「同志家庭的樣貌本來就很多元！我們也是同志家庭！」

預演應對外界的眼光

社會對跨性別者充滿好奇和不解，可以說「有些人因為不了解跨性別，所以會感到好奇或擔憂，這是正常的，但我們家跟其他人一樣都是很棒的家庭」家長可以與孩子演練，當同學提出對爸爸 / 媽媽的疑問時該如何回應。教導孩子外界的評論是基於社會的不了解，而非家庭的問題。

家庭故事腳本圖書館（請選擇適合你的版本）

我們為各種成家路徑準備了「適齡腳本」，你可以根據家裡的狀況進行調整：

- ☐ **人工生殖：**生小孩需要精子和卵子。我們搭飛機到國外，向銀行拿到了精子，請醫生幫忙放進媽媽肚子裡，十個月後，你就出生囉！
- ☐ **媒合收養：**有社工老師的幫忙，幫你找到了我，也幫我找到了你。謝謝你來當我的寶貝，讓我有機會成為你的媽媽！
- ☐ **異性重組：**我一直都知道自己愛女人。當年遇到你爸爸生下了你，現在我和阿姨一起生活，她對你的愛，一點都不比爸爸媽媽少喔。
- ☐ **同性重組：**本來你有兩個媽媽，現在媽媽和媽咪分開生活了，所以你有三個媽媽囉！媽媽家和媽咪家都是你的家，你永遠是我們的寶貝。
- ☐ **代孕家庭：**我們很想要小孩，所以找了一位阿姨捐卵，另一位阿姨幫忙懷孕。妳在她的身體裡住了十個月，有她們的幫忙，我們才成為一家人。



練習

我們的家庭故事

關於孩子的身世，除了我們，還有哪些重要角色？他們也是孩子生命故事的一部分，為他們取個名字或暱稱，融入介紹中，讓孩子完整認識自己的身世！

- ☐ 精卵捐贈者，稱呼為：_____
- ☐ 代孕者，稱呼為：_____
- ☐ 原生家庭，稱呼為：_____
- ☐ 社工，稱呼為：_____
- ☐ 醫生，稱呼為：_____
- ☐ 其他：_____，稱呼為：_____

你的孩子長大後，一定會好奇：「我是怎麼來到這個家的？」現在，試著用一句話，簡述你們家最動人、最真實的「家庭組成故事」。

我們的家庭故事是這樣開始的：

上學前的親師溝通

你的「主動現身」很重要！

孩子要上學了！和老師在第一次見面溝通前，該說些什麼才能讓孩子未來適應無虞，是很多同志家長的擔憂，雖然我們的育兒理念與大家無異，但主動向老師說明家庭身份，有三大好處：

一．創造友善環境

協助老師提前準備多元家庭的教材，或是修正各式表單的一父一母欄位，規劃更多元的父母親節慶活動等，促使校方教職員生理解原來同志家庭就在自己身邊！

二．建立信任關係

有助於老師正確稱呼、理解家庭成員關係，避免誤會（例如，孩子沒有爸爸，是因為離婚嗎？或是因為有兩個媽媽？）預防潛在的歧視，並在問題發生時即時尋求協助。

三．作孩子的示範

讓孩子看見家長如何自信、自然地介紹自己的家，有利於培養孩子的自信與自尊！

實際執行建議

1. 預約面對面溝通：家長可以透過適切的方式與老師溝通，例如在時間充裕且雙方安心的空間與方式，參考對話：「老師您好，我想跟您聊聊關於我們家的一些事情，請問什麼時候方便呢？」
2. 使用文字信件：透過文字簡訊方式，簡單扼要說明家庭情況和訴求。
3. 尋求同儕支持：與其他同志家長交流親師溝通經驗、一同預作準備。

家長演練區

先釐清身為家長的我們，最在意哪些校園議題：

- ☐ 學校對同志家庭的看法與認識
- ☐ 學校是否了解同志家庭的需求（例如：學生資料表單的稱謂欄）
- ☐ 學校對於針對同志的不當言詞會如何處理
- ☐ 學校是否有充足資源幫助老師與同學認識同志家庭
- ☐ 學校對於同志家庭有無相關支持資源
- ☐ 其他：_____

參考同志家長的版本，寫下三句你最想對老師說的話：

參考對話：「老師您好，我想跟您聊聊關於我們家的一些事情，我們家是一個同志家庭，我們是透過（生養方式）有了小孩，孩子稱呼我們為（稱謂）。老師們或班上同學若對於同志家庭不了解，有什麼我們能提供協助的地方，我們都很樂意幫忙。」

步入小學的「三項超能力」準備

同志家長經驗談

當孩子即將進入一個新班級，或換了一個新老師，則在第一時間和老師聯絡，先告知我們是同志家庭，利用什麼方式擁有小孩，孩子對家庭的認知為何，對家長的稱呼……建議是電話聯絡或見面相談為佳，書面文字有時無法完全反映老師真實的想法。

——同志家長蛋捲媽

在與保母與學校的互動中，我們從一開始就主動說明，讓照顧者與老師能及早理解孩子的家庭背景。無論是保母或幼兒園老師，多半都以開放與支持的態度回應，孩子也能自在地在不同場域成長。

——同志家長殿和



孩子進入小學，邁向成長里程碑，需要學習獨立面對他人對其家庭或背景的好奇與詢問。同志家庭可以陪孩子練習這三種超能力：

1. 家庭理解力

讓孩子清楚知道：「我們家是什麼樣的家」。

例如：

「我們家有兩個媽媽，我們是同志家庭。」

「我是爸爸和爹地收養的小孩，大肚子媽媽很愛我但沒有辦法照顧我」

2. 基本說明力

協助孩子練習如何向好奇的同學介紹自己和家人。

例如：

「我的爸比跟爸爸是一起照顧我的家人。」

「我是混血兒，但我是台灣人，我在台灣長大」

3. 面對質疑時，建立心理韌性與回應方式。

例如：

「每個家庭都不一樣，我們家就是這樣呀！」

「女生可以跟女生結婚，男生可以跟男生結婚，現在已經可以了喔！」

「每個人的家都有很特別的地方」

提醒孩子

如果遇到不舒服的對話，隨時可以回來跟家長討論。我們永遠是你的後盾！



自製身世故事書



家長透過自製身世故事書，可逐步讓孩子理解收養、人工生殖等概念，更能讓孩子理解自己是在歡迎與期待中來到這個家！這會是孩子最愛的睡前故事。

動手為孩子製作一本專屬的生命導覽之書

步驟

1. 蒐集素材：下定決心養育小孩的那刻、第一次見到小孩的感受、出生記錄、親子合照等
2. 確認成員：參與其中成員（包涵醫生、社工、原生家庭、精卵捐贈者、代孕者等）的稱呼和資料
3. 設定主調：這是為孩子導覽生命故事的工具書，我希望孩子感受到_____的感覺
4. 著手製作！

使用方式

1. 透過從小親子共讀，讓孩子熟悉自己的故事內容
2. 將書放在家中醒目且可及之處，歡迎孩子自行拿取閱讀
3. 把握共讀時向孩子示愛：「我好喜歡和你一起讀這本書！我愛你！」



一家三口 And Tango Makes Three

作者：Justin Richardson, Peter Parnell

繪者：Henry Cole

譯者：陳培瑜

出版社：小魯文化

紐約中央公園的動物園裡，住著許多動物家庭。其中企鵝園裡的羅伊跟史力歐與其他的企鵝伴侶有一點不同，但是牠們也如其他企鵝一般，渴望互相為伴、渴望擁有自己的家庭、渴望孵養自己的寶寶。

為什麼你有兩個媽媽？

作者：Francesca Pardi

譯者：左馥瑜

繪者：Annalisa Sanmartino, Giulia Torelli

出版社：狗狗

四個小孩、三隻毛孩、再加兩個愛他們的媽媽，每天的早餐時光，你一言我一語加上喵喵叫，熱鬧非常！不管是玩樂、上學還是生活，都有媽媽們滿滿的愛。

為什麼你有兩個爸爸？

作者：Francesca Pardi

譯者：左馥瑜

繪者：Annalisa Sanmartino, Giulia Torelli

出版社：狗狗

莉亞和安德魯有兩個愛他們的爸爸，玩樂、上學、教育、生活中都有兩個爸爸滿滿的愛，他們的生活和我們都一樣。

各種各樣的家：家庭大書

作者：Mary Hoffman

繪者：Ros Asquith

譯者：黃筱茵

出版社：維京

你的家裡有哪些人？你的家庭是什麼樣的家庭呢？有些人有很多兄弟姐妹，有些人有很多的親戚，家庭有大有小、每個家庭都不一樣。



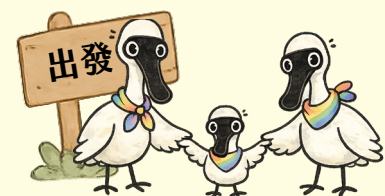
更多關於同志家庭的
繪本參考書單

帶孩子認識同志

彩虹成長路徑

認識「同志」並非背誦生硬的定義，而是讓孩子在日常中「活在多元中」，自然地建立對自己與他人的尊重。我們將這段旅程設計成「彩虹成長路徑」，讓家長能根據孩子的年齡與心理狀態，輕鬆找到對應的練習方式！

我們不需要一次就給孩子標準答案，而是透過以下九個等級的行動，讓理解自然發生：



1 一起讀
性別共融繪本
(如《國王與國王》)
共讀時光



2 挑選彩虹元素的
貼紙、徽章或吊飾
日常小物



3 翻看照片
描述家中每個成員的組成
家庭故事



同志家長經驗談

有次參加了同志家庭親子夏令營，小孩非常興奮的分享有些小朋友是兩個媽媽、有些小朋友是兩個爸爸、有些是一個媽媽、有些是媽媽可是是叫爸爸。我從她的眼神中看到了更多的自信以及安全感，原來一次看到超級多的同志家庭，一起玩一起聊天，對孩子的幫助這麼大。

——同志家長小愛

在小孩小時候就常和其他同志家庭見面，當面臨『同學質疑同志家庭很奇怪』時，孩子之間的經驗談可以提供相當大的安慰。

——同志家長蛋捲媽

諮商心理師這樣說

當家庭可以用開放、正向的態度告知身世，孩子就能學習到我們的家庭是社會多元型態之一，能減少因社會還不夠了解、友善而內化的恐懼。參與社群也能讓孩子建立歸屬感與自己的同盟，與其他同志家庭、同志友善資源有更多連結，就能更有力量面對外界的壓力！

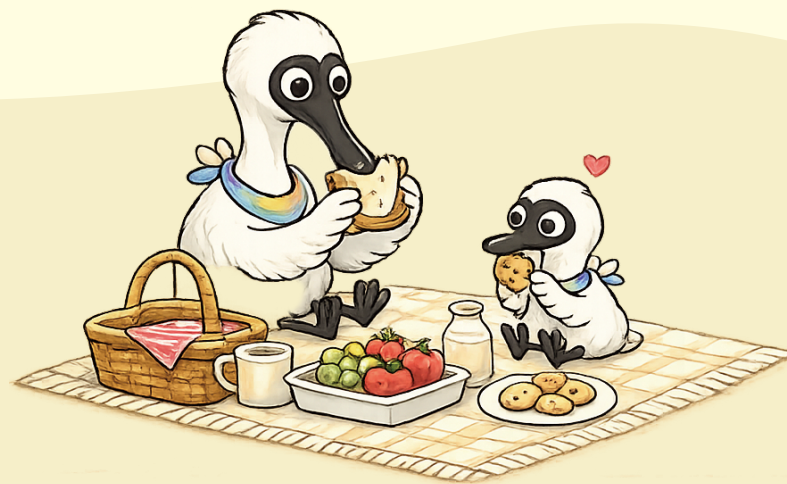
——好家在心理諮商所所長 | 陳巧翊

4 第四章

我的熱血應援團

資源導航與使用指南

在臺南，有一群人正陪著你一起築巢！無論面臨什麼成家挑戰，從在地的非營利組織到臺南市政府，都是你最強大的熱血應援團！



成家路上， 臺南在地非營利組織與你同行！

在臺南，無論是想找一群感同身受的同志家長聊聊育兒經、參與專業的多元親職講座，或是尋求友善的心理諮商資源，這裡始終是你最堅實的後盾。



同志家庭權益促進會 南部辦公室

為成家作準備，連結在地同志家庭



南方彩虹街 6 號

提供同志身心健康諮詢服務及交流活動



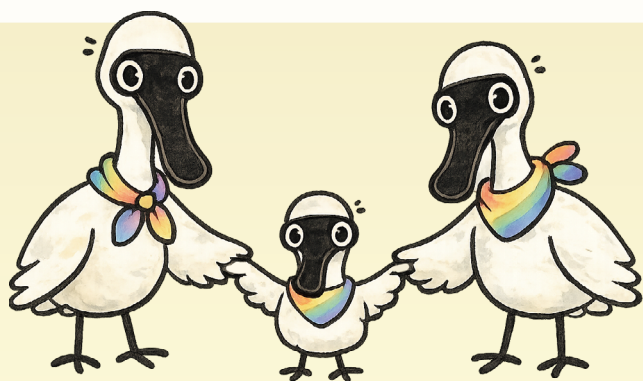
同志父母不孤單服務網絡（由同志諮詢熱線協會提供）

提供同志的父母相關資源與情緒支持



同志諮商專業人員網（由台灣青少年性別文教會設立）

尋找各地的同志友善助人工作者（含諮商資源）



成家育兒不再是難題！ 臺南市政府挺同志家庭

婚前的法律細節、同志家庭的育兒補助申請，或是難以對外人道的教養與溝通課題，您是否也曾擔心政府窗口無法理解？請放心，臺南市政府已經準備好了！

臺南市政府免費法律諮詢服務

地 址：永華市政中心一樓聯合服務中心（永華路二段 6 號）

電 話：06-2991111#7811、06-2991111#1049

服務時間：週一至週五：0900-1100



預約方式及更多服務地點查詢

生育獎勵金（臺南市政府民政局）

新生兒出生後 180 日內，持國民身分證及印章，向申辦新生兒出生或初設戶籍登記之戶政所提出生育獎勵金之申請。同志家庭也可申請！



了解詳細申辦規定

幼兒園與育兒津貼諮詢（臺南市政府教育局）

2 歲 - 5 歲幼兒園就讀與各項育兒津貼及就學補助等

電 話：(06)2991111#8112(育兒津貼) 或 7847(就學補助)

家庭教育諮詢專線（臺南市家庭教育中心）

由家庭教育專線志工提供

1. 親子溝通 2. 子女教養 3. 婚前交往 4. 婚姻關係經營 5. 家庭資源
6. 生活適應 7. 人際關係等諮詢服務

電 話：412-8185，手機撥打：(02)412-8185

服務時間：週一至週五 0900-1200、1400-1700、1800-2100
週六 0900-1200、1400-1700



更多親職教育講座與活動

臺南市免付費心理諮商服務（臺南市政府衛生局）

心情低落時，除了親友的關懷陪伴，亦可撥打諮商預約電話，提供本市市民每年每人兩次免費心理諮商服務。

電 話：(06)3352982

服務時間：週一至週五 0800-1200、1330-1730



更多心理衛生講座與活動

育兒資源（臺南市政府社會局）

育兒津貼、托育補助、托育服務、親子悠遊館及兒童福利服務中心、
早療服務、育兒指導服務

電 話：06-2985085、06-2959122

服務時間：週一至週五 0830-1200，1330-1700



臺南市育兒資源網



育兒安心 LINE 照顧

哺乳諮詢專線（臺南市政府衛生局）

電 話：(06)633-5870

服務時間：週一至週五 0800-1200、1330-1730
(例假日除外)

社區心理衛生中心諮詢服務（臺南市政府衛生局）

心情不佳時，若想找個人聊聊、瞭解更多心理健康資源，可撥打各區心衛中心專線，相關社區心衛中心資訊請掃 QR CODE。



家有新生兒！ 同志家庭福利請領注意事項大整理！

各式各樣的津貼補助，同志家庭到底能不能領？一起留意相關規定，為自己的權益把關！

Q1. 同志家庭可以領取臺南市政府的生育獎勵金嗎？

可以！家有新生兒，同志家庭在完成同志配偶收養後，同一名新生兒於未重複領取本市生育獎勵金，並符合本市作業要點相關要件時，可申請生育獎勵金。因為法院裁定認可需要較長時限，可視為有正當理由不受出生後 180 日內限制規定。

若是媒合收養的同志家庭，通常因為孩子在新生兒階段已經領取，基於無法重複領取的規定，故無法請領生育獎勵金。

Q2. 若符合領取生育獎勵金規定，但一方家長設籍臺南市，另一方家長設籍其他縣市，可以擇優領取嗎？

可以！

生育獎勵金（臺南市政府民政局）

新生兒出生後 180 日內，持國民身分證及印章，向本市申辦新生兒出生或初設戶籍登記之戶政所提出生育獎勵金之申請。依司法院釋字第七四八號解釋施行法辦理結婚登記，收養新生兒並經法院裁定認可收養確定者，於同一名新生兒於未重複領取本市生育獎勵金時，得依作業要點申請生育獎勵金。



了解詳細申辦規定

Q3. 同志家庭可以領取勞工保險（勞保）的生育給付嗎？

同志家庭若懷孕生產一方是參加勞保的女性，符合規定即可領取。這是一筆只有女性被保險人因為生產事實得請領生育給付，男性被保險人不得請領（異性戀夫妻的丈夫亦不得請領），換言之，透過代孕或收養的同志家庭，均無法請領，兩個媽媽中的非懷孕生產方也無法請領，同志家庭務必留意！

Q4. 同志家庭可以領取公教保險（公保）的生育給付嗎？

同志家庭中，實際懷孕生產者如參加公保並符合規定，得請領公保生育給付。若懷孕生產者已依其他社會保險規定請領生育給付及相關補助（按 115 年起生育給付與生育補助合計 10 萬元），而其配偶為公教人員，且該公教人員生育補助較高時，得檢附相關證明文件申請補領差額。

透過代孕或收養的同志家庭，均無法請領。



Q5. 同志家庭可以申請育嬰留職及相關補助嗎？

可以！正在養育未滿 3 歲子女的同志家庭，不論是新生兒或是收養，均可提供家事聲請狀、試養契約等證明文件，即可向職場提出申請育嬰留職及相關津貼補助。

Q6. 同志家庭可以請婚假，那也可以請陪產檢及陪產假嗎？

可以！性別平等工作法第 15 條第 5 項規定「受僱者陪伴其配偶妊娠產檢或其配偶分娩時，雇主應給予陪產檢及陪產假七日」，同志家庭若其中一方家長分娩時，配偶也可以請產檢及陪產假。

但若分娩者不是配偶，例如：代孕者懷孕分娩，則無法依性別平等工作法請假陪同囉！



感謝你翻閱這本手冊， 與黑面琵鷺一起完成一趟**成家**的自助練習！

同志成家需要法律、資源、環境與支持作為靠山，
這條路上你並不孤單，臺南市有一整個村莊的力量為你加油打氣，
若有任何疑問，歡迎諮詢：



臺南市民服務平台



市內話或手機直接撥打 **1999**



@tainancity1999
服務時間：週一至週五 8:30-17:30)



OPEN 台南 1999 APP：
請至 Apple Store 及 Play 商店
搜尋 **OPEN 台南 1999** 下載





臺南市同志家庭家長手冊

發行單位：臺南市政府民政局

發行人：李芳林

地址：臺南市安平區永華路二段 6 號

電話：06-2991111

執行單位：社團法人台灣同志家庭權益促進會

平面設計：曾子健

出版年月：2026 年 6 月



臺 TAINAN 南
CITY



台灣同志家庭權益促進會
Taiwan LGBT Family Rights Advocacy

