

# 基于身份发展视域下性少数群体困境研究与社会工作方法介入分析

韩哲 胡春凌 周凌欧 张敏 何勇

苏州科技大学，江苏苏州，215000；

**摘要：**随着中国社会包容性的提升与信息媒介的普及，性少数群体（LGBTQ+）逐渐进入公众视野，近年来公众关于该群体认知图式与行为机制呈现积极转变，但污名化、社会偏见及制度性歧视仍导致该群体面临身份认同困境、心理健康风险与行为适应挑战。基于身份发展理论，本研究通过深度访谈与文献研究，揭示性少数群体在自我认同建构、社会关系调适及越轨污名应对中的多维矛盾。研究发现，结构性排斥通过家庭伦理冲突、日常隐性歧视与公共服务缺位加剧群体脆弱性。社会工作可通过创伤知情干预、社群赋权小组、家庭对话和政策倡导等策略，构建个体—社区—社会的全系统支持网络。本文从角色成长与环节剖析介入路径，旨在推动性少数群体主体性发展与社会认知范式转型。

**关键词：**性少数群体（LGBTQ+）；身份认同；污名化；创伤知情实践；结构性排斥

**DOI：**10.69979/3041-0673.25.09.045

## 1 理论分析

身份发展理论是理解性少数群体自我认同过程的核心框架。Cass (1979) 提出的身份发展模型 (Identity Development Model) 将性少数群体的身份认同分为六个阶段：困惑、比较、容忍、接受、自豪与整合。模型强调，性少数群体的身份认同是一个动态的、非线性的过程，个体在这一过程中需要不断应对外部压力与内部冲突。Rust (2000) 进一步指出，文化背景和社会环境对身份发展具有重要影响，在强调家庭伦理的集体主义文化中，性少数群体常采用“策略性隐藏”作为文化缓冲机制，这种文化情境中的身份协商凸显了社会结构与个体能动性的辩证关系。

在中国语境下，张北川通过对中国男同性恋者的研究指出，中国性少数群体易受到“孝道文化”的深刻影响，许多个体在身份认同过程中会经历“家庭优先”与“自我实现”之间的激烈冲突，大多数同性恋者为维系家庭和谐选择异性婚姻，这种“家庭本位”策略虽暂时缓解冲突，却易导致抑郁与焦虑。李银河的研究表明，性少数群体面临的压力不仅来自社会污名化，还来自制度性歧视。例如，缺乏法律保护使得性少数群体在就业、医疗等领域遭受系统性排斥。

在信息时代，社交媒体与虚拟社群的出现为性少数群体身份发展提供了新场域。Frost & Meyer (2012) 发现，线上社群能突破地理限制，为个体提供匿名支持空间，加速身份接纳进程。目前在我国，一方面，Blue

d 等平台成为其信息获取与情感联结的重要渠道；另一方面，大数据的标签过滤（如抖音对“同性恋”内容的限流）迫使个体采用隐喻化表达，难以获得集体力量。同时，西方范式无法解释中国集体主义文化中“家国同构”，需要不断推进其本土化，构建新的内容，搭建“人在情境中”的实践框架。

## 2 研究方法

### 2.1 个案访谈法

本研究访谈了六位背景各异的性少数群体成员，包括小辰（21岁男大学生）、小语（25岁女网络作家）、小Q（23岁男律师）、小T（27岁女自由职业者）、小杰（22岁男大学生）和小C（29岁社工）。访谈内容涵盖自我认知、家庭关系、社会互动及心理健康等方面，通过开放式和引导式问题深入挖掘其内心世界与困境，同时保护访谈对象隐私与安全，确保其自由表达感受与经历。

### 2.2 文献分析法

项目搜集了关于性少数群体身份认同、社会支持、心理健康的文献，明确了性少数群体面临的主要困境和挑战，为后续的社会工作方法介入提供了理论依据和实践指导。

## 3 身份问题分析——基于质性访谈

### 3.1 自我认知模糊

根据《中国性少数群体生存状况调查报告》研究，只有5%个体选择公开自我性别相关内容，其中76%的个体在初期将其视为“疾病”，生物性别与社会性别的张力，以及性取向预设的规范性，让性少数群体自我认同面临一定问题。

“小学时我就本能地抗拒穿校裙，但又觉得自己是女生，喜欢男生才正常。初二时候，我在网络查询中第一次看到‘拉拉’这个词时，心跳得快要冲出胸口。”——小T

小T表示，“有时候我也想知道自己在想什么，但是我始终不知道什么是合适的，我是不是对的。”一定程度上，性少数群体可能在探索自己的性取向时感到困惑和挣扎，一方面，他们可能受到社会主流观念的影响，认为同性恋或双性恋是不正常或不被接受的；另一方面，他们内心的真实感受又告诉他们这是无法改变的事实。自我认知的模糊，使他们在自我认同与社会期待之间徘徊，难以找到真正的自我，严重影响了身份认同的构建。同时，他们过度关注外界的负面声音，不断陷入自我否定。

### 3.2 父职缺失

访谈结果显示，性少数群体在部分情况下面临父职缺失问题，不仅指生理父亲的缺位，更指向家庭中权威角色或情感支持的匮乏。

“在那次吵架后，我最后的心理防线也崩塌了，我和父亲的关系直接处于冰点，基本上全依靠母亲调和。后面在父亲生日时，我为父亲准备生日礼物时，发现礼品被原封不动退回并附纸条，上面写着让我去治病”。——小辰

“我的爸爸一直在国外，可能每年只有春节回来，我对他没什么印象，他也没参与到我的生活里。”——小杰

“我感觉我的父亲还不如我的同学和网友，他们都会耐心听我说，也不会那么暴躁。”——小Q

性少数群体若缺乏家庭支持，可能过度依赖外部或网络社群，但其虚拟性难以完全弥补现实中的情感需求。长时间依靠网络，这种治疗效力也大幅度降低。在传统家庭观念中，父亲被视为权威与支持的象征，对于许多性少数群体个体而言，大部分情况下，父亲由于排斥，不仅削弱了他们的家庭情感支持，同时进一步加剧了身份认同的危机。

### 3.3 心理敏感

“我总是担心别人会发现我的秘密，这种担心让我在社交场合中感到极度不自在，我有时候看到别人的眼神，会下意识地害怕。”——小语

部分性少数群体认为，日常生活中频繁遭遇来自他人异样的眼光、负面的评价，担心被他人察觉进而遭受偏见。这种社会偏见可能导致性少数群体将负面评价内化为自我攻击，常在“隐藏身份”与“公开表达”间挣扎。

“你知道吗，我看到短视频里那些出柜的人活得很精彩，我也希望这样，但是想到父母对我寄予希望，我害怕他们难过，这样我又冷静下来了。”——小T

这种矛盾使其在社交中持续处于应激状态，呈现三重维度：对语境的过度解析、关系预期的灾难化预设、躯体化的情绪表达，在他人的互动不符合预期时，自身一定程度上会出现生理不适与心理障碍，会深入误解对方的“话中话”。

### 3.4 具有自我攻击性与反抗

攻击性指自我物理伤害、漠视心理问题和对抗社会行为，可以理解为越轨行为。一方面，他们可能采取回避和逃避的方式来保护自己免受伤害；另一方面，他们也可能采取攻击和反抗的方式来维护自己的尊严和权益。

“我那时候不知道该怎么面对自己，只能通过一些极端的方式来逃避现实，有时候甚至会故意划伤自己，想引起别人的注意。”——小杰

“我记得上初中的时候，大家会在手臂上划出痕迹，宣泄自己的叛逆，我也效仿过，那个时候我感觉大家看我的眼神都不一样了。”——小语

从内部分析，此类倾向反映出认知架构的崩塌，当生物性别、心理性别与社会性别三者无法构建稳定三角时，部分个体转向物理痛觉刺激以确证存在，通过身体的实在性对抗认知的虚妄。

“我在前年的案主是面对父母的催婚会以激进方式表达诉求，例如破坏家具、抓伤自己，这种行为虽能短暂宣泄情绪，却可能加剧对立。”——社工小C

为适应环境，部分个体会采取“多重生活”策略，在不同的圈层扮演不同的角色，社工小C另外阐述，有些同性恋担心被发现，会不经意在其面前对该群体进行谩骂和“划清界限”，但是转而内心更加懊恼，长期的角色扮演压力带来的是崩溃的情绪和更隐秘的叙事。

### 4 社会工作方法介入分析

#### 4.1 个案层面：创伤干预

社会工作者需基于创伤普遍性认知，通过创设物理与心理的双重安全环境，逐步建立信任关系。例如案例中的社工小C通过提供安全住所、渐进式信任建立策略，帮助性少数群体缓解自我否定和闭锁心理，结合认知行为疗法（CBT）中的认知重构技术，挑战“病理性”自我标签，淡化创伤记忆的负面影响。该方法需长期跟进，且对社工的创伤处理能力要求较高，同时社工要强化案主中心原则，向其请教该方面的知识，避免共情疲劳弱化干预效果。

针对家庭内部冲突，社工可分三步介入：首先经过个案辅导，协助性少数者梳理自我认同历程；其次，加强医学共识，引用《中国性科学发展蓝皮书》等权威研究破除“病理化”误解；最后，安排排斥方与已接纳子女的家长交流，以真实经历推动态度转变。

#### 4.2 小组介入：社群赋能

通过线上支持小组，提供即时情感支持；线下组织创伤主题小组、交流会等活动，促进成员间的共情共鸣，社群成员通过焦点小组讨论形成集体诉求，增强互助效能。

在破除性取向嫌恶方面，邀请已完成身份整合的社群成员担任导师，通过角色扮演模拟，强化新成员的自我效能感，为了进一步提升社群凝聚力，可以引入通证经济等激励机制。通过量化成员在社群中的贡献，如参与讨论、组织活动、分享资源等，给予相应的奖励或积分。

#### 4.3 社区发展：政策倡导与公众教育

社会工作需通过政策倡导、实证研究支持、多方利益相关者对话和公众倡导运动等策略，消除制度性歧视。例如，在荷兰，部分社工机构联合法律学者，针对公立医院拒绝为跨性别者提供激素治疗的问题，发起政策倡导行动，最终推动政策优化。社工在实践中，要聚焦两个模块，第一，系统性政策倡导与社区赋权结合，社会工作者可运用政策分析方法识别现行制度中的歧视性条款，系统性收集性少数群体的权益受损案例，形成证据链提交立法机构，如中国台湾地区2019年婚姻平权立法。第二，跨领域协同干预与公众教育并行，构建“临床服务—政策研究—公众倡导”模型：在微观层面通过个案管理记录制度性歧视导致的心理健康问题；中观层面与高校合作开展全国性政策影响评估研究；宏观层面运用新媒体开展反歧视叙事重构，以故事化传播解构

“性别扭转治疗”等污名化话语。

#### 5 未来展望

首先，深化跨文化比较与身份认同阶段细化研究。虽然我们已对中国性少数群体的身份发展进行了本土化分析，但未来研究可以进一步拓展至其他文化背景。同时，现有身份发展理论的具体阶段和特征描述仍有待细化，未来研究应聚焦于特定阶段，揭示这些阶段中更具体的心理和社会过程。

另一方面，未来研究应加强与社会学、公共卫生等领域跨学科合作，共同推动相关法律政策的完善和实施。通过政策倡导和制度变革，为性少数群体提供更加全面、平等的法律保护和社会支持，从根本上改善其生存环境和心理健康状况，促进社会对性少数群体的理解和接纳，推动社会认知范式的转型。

#### 参考文献

- [1] M. K G , Kathryn M B . Cass's Homosexual Identity Formation: A Critical Analysis[J]. Journal of Multicultural Counseling and Development, 2021, 49 (4) : 239-253.
- [2] 王雁, 辛颖, 魏贝贝, 等. 非支持性环境、性取向自我认同、秘密隐藏对性少数大学生心理健康的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2020, 28 (10) : 1572-1576.
- [3] 陆海娜. 从“刻板印象”到“关系型歧视”美国性少数群体就业歧视诉讼的发展历程及启示[J]. 中外法学, 2019, 31 (06) : 1660-1676.
- [4] 郭凌风, 刘文利. 性少数群体校园暴力与欺凌的危险和保护因子[J]. 中国学校卫生, 2019, 40 (01) : 156-160.
- [5] 李银河, 郑宏霞. 公众对同性恋的态度及影响因素[J]. 华南师范大学学报(社会科学版), 2013, (06) : 31-36.
- [6] 储全胜, 张北川. 同性间的性与健康[J]. 公共卫生与预防医学, 2008, (02) : 1-4.
- [7] 李银河. 酷儿理论面面观[J]. 国外社会科学, 2002, (02) : 23-29.
- [8] Rust C P . Two Many and Not Enough[J]. Journal of Bisexuality, 2000, 1 (1) : 31-68.

作者简介：韩哲（2003.5-），男，汉族，安徽滁州人，本科在读，研究方向：社会管理 社会政策。