

「遇上同性戀室友，怎麼辦？」

心理師，您好！

我和現在的室友已經同住兩年，由於興趣相投，所以還滿談得來的，成為相當好的朋友，也一直未發現他有何異樣。直到最近他因為感情上的困擾來找我商量，才透露出他是同性戀！

這件事令我感到非常震驚，沒想到自己竟會與一個同性戀共處一個屋簷下兩年多！聽他講他喜歡同性的事，讓我覺得渾身不對勁，覺得他好變態、不正常，而且我所信仰的宗教又認為同性戀是不對的，甚至標明這是一種罪，

令我頓時不知該如何與他相處。待在宿舍裡都會害怕他會不會對我做些什麼奇怪的舉動，連洗澡、換衣服都很怕他偷看，也不太敢再與他互動，深怕別人以為我也是同性戀，偏偏我又沒錢去外頭租房子自己住！

為什麼世上會有同性戀？我又該如何與他相處？還是說，有什麼辦法可以讓他不要再當同性戀嗎？

By 害怕與同性戀相處的小 Y



親愛的小 Y，您好！

從您的來信當中，可以感受到您現在相當焦慮，很高興您主動前來詢問，讓我們有機會討論這個問題。

同性戀是如何形成的呢？其實各方說法不一，有人說是基因，也有人說是教養方式、情感經驗所造成的。依現在的科學研究結果，則是較為傾向「先天」成因決定性傾向，後天的影響則尚未有明顯的證據。

至於您會出現所描述的那些擔憂是很正常的，畢竟對許多人來說，同性戀是未知的範疇，由於過去社會加諸的污名化，讓大家將這樣的情狀視為一種病態；但其實在 1973 年時，美國精神醫學會就已將同性戀自精神科疾病診斷手冊上除名，因為同性戀並不害人害己，也不會造成能力上的缺損，撇開社會壓力不談，同性戀者通常也能過得很好，自然不被列為疾病，亦稱不上病態，更與罪扯不上關係。

其實您不妨回過頭來看看您的室友，過去兩年來的相處，他是不是就和您的其他同學、朋友一樣，像個普通人？吃飯、睡覺、上學、念書、運動、聊天……等等，倘若他未曾主動提起自己的性傾向，或許您永遠都不會覺得他與平常人有什麼不同。其實同性戀者說穿了，只是萌生感情的對象與異性戀者不同，其他方面與尋常人等幾乎無異，他們也是很努力地在經營自己的生活，為何得因所愛的對象是同性而遭受不平等的眼光與待遇呢？

而且對同性戀者來說，要向親朋好友坦承自己的性傾向是一件很困難的事，因為一旦說

出來，可能就得面對接踵而來的異樣眼光與壓力，所以往往得經過許多評估、心理準備，再加上極大的勇氣才敢說出來。您的室友之所以會向您透露性傾向的事，相信除了真的在感情方面遇上困擾之外，一定也對您有相當高的信任感，才願意找您商談，若在這樣的情況下遭到拒絕，應該也會很難過吧！

至於有沒有辦法可以讓他不要再當同性戀呢？答案是沒有，雖然過去也有不少人發表將同性戀矯正回異性戀的案例，但可信度仍有待討論，且其中有許多號稱被改變的同性戀者最後仍承認自己並沒有真的改變。再者，因為有不少接受治療者在精神上產生極大的困擾又毫無成效，故美國精神醫學會於 2000 年也禁止提供任何對性傾向的修正療法。事實上，要同性戀者愛上異性，就與要異性戀者愛上同性一樣的困難，是很難去做任何改變的。

雖然您現在因為室友的性傾向而對他感到害怕，但仍要鼓勵您再提起勇氣與他互動，或嘗試與他談談您心裡所擔憂的那些事，交換一下彼此的想法；或許您依然覺得無法理解或認同同性之愛，但希望您仍能抱持尊重與包容的心來與室友相處，因為若從一開始就拒他於千里之外，會讓您失去很多瞭解他、瞭解同性戀的機會。再說若撇開性傾向不談，相信他應該還是個很不錯的人，才會在過去的兩年裡與您成為很好的朋友，不是嗎？

加油，希望您未來能不再為此憂慮煩心。

學生輔導組 心理師筆