

## 父權社會下自我認同的反饋 - 以「我」個人成長剖析作為服飾創作之告白

潘子君\*

實踐大學設計學院服裝設計學系 碩士研究生

葉立誠

實踐大學設計學院服裝設計學系 助理教授

### 摘要

本研究探討父權體制下，生理男性擁有陰柔氣質時的自我認同與內心掙扎。研究者透過回顧個人成長歷程，剖析社會規範與自我認知的衝突，最終建構出超越原生框架、具流動性的性別期許。

時尚領域中的「無性別」服裝元素，可助探索服裝作為情感轉化與自我反思的媒介功能，運用剪裁、模糊性別邊界的廓形及精緻細節，挑戰傳統陽剛的著裝規範。通過色彩、觸感與解構手法，為不同成長階段的情感具象化，展現從內在衝突到接納特質的完整轉變。

透過服飾創作的告白實踐，了解成長掙扎可轉化為可視化的設計元素。服裝不再僅是外在風格，更是回顧生命的心理載體，將關注點從社會期許轉移至獨特精神經歷，驗證服裝是個體重新賦予自我身份、跳脫傳統審美標準並實現性別流動性的有力工具。

**關鍵字：**父權社會、自我認同、性別、服裝創作

\* 通訊作者。

E-mail 地址：kwanita.kp@gmail.com

## Reflecting on Self-Identity in a Patriarchal Society: A Confession in Clothing Creation Based on My Personal Growth Analysis

POON, TSZ-KWAN\*

Master program, Department of Fashion Design Shih Chien University

YEH, LE -CHANG

Assistant Professor, Department of Fashion Design, Shih Chien University

### Abstract

This study explores the self-identity and internal struggles of cisgender males with feminine traits within a patriarchal system. By reflecting on personal growth, the researcher analyzes the conflict between social norms and self-perception, ultimately constructing a fluid gender expectation that transcends original frameworks.

'Genderless' clothing design in fashion serve as a medium for emotional transformation and self-reflection. By utilizing tailoring, gender-blurring silhouettes, and exquisite details, this work challenges traditional masculine dress codes. Through color, texture, and deconstructive techniques, the emotions of different developmental stages are materialized, showcasing a complete transformation from internal conflict to the acceptance of one's unique traits.

Through the practice of fashion creation, this study demonstrates how the struggles of growth can be converted into visual design elements. Clothing is no longer merely an external style but a psychological vehicle for life reflection. By shifting the focus from societal expectations to unique spiritual experiences, this research validates that clothing is a powerful tool for individuals to redefine their identity, break free from traditional aesthetic standards, and realize gender fluidity.

**Keywords:** Patriarchal Society, Self-identity, Gender, Fashion Creation

\* Corresponding author.

E-mail kwanita.kp@gmail.com

## 第一章 前言

### 1-1 研究背景與動機

父權體制對性別的框架賦予了相應的期待和規範，以貶低氣質不夠陽剛的男性或其他非典型個體，將其特質與受男性操控的女性特質相連結（Johnson，1997/2008）。這種標準和輿論會為被評核者帶來傷害和自我否定，但驅使了自我認同與探索的產生。近年時尚界出現的「無性別（Genderless）」服裝<sup>1</sup>，打破服裝在男女間的性別刻板印象，以削減個體性別特徵的區別，拉近男女裝之間距離和跳出非黑即白的評核準則，以服裝彰顯個性特質。

對於研究者個人身為一位擁有與自身生理性別相對氣質的個體而言，不同成長階段的轉變和自我認同探索，將直接驅動服裝風格的調整與改變。這不僅展現對父權規範的理解與回應，更是個體對自身特質的內心世界掙扎、逐步理解，與最終接納和解讀的成熟反映。

### 1-2 研究問題

本研究透過剖析研究者在父權社會下的成長歷程，探討服裝如何成為個體建構自我認同過程中的重要展現工具。同時聚焦於陰柔氣質的男性形象，以服裝創作呈現研究者在不同時期的自我認同與內心世界。本論文主要研究目標為以下三點：

1. 揭示性別氣質與認同建構：深入探討父權體制下，生理男性擁有與自身性別規範相對的性別氣質時，其自我認同的建構過程與經歷。
2. 探索服裝作為性別氣質與認同建構的展現媒介：探索服裝如何成為研究者在個人不同成長階段中，實踐自我性別氣質展現和認同建構的有效媒介。
3. 期許：分析個體的成長歷程與自我探索如何反映在服裝選擇上，並對未來服裝表達的可能性提出期許。

### 1-3 研究限制範圍

本研究將以陰柔氣質的男性為核心切入點，分析社會文化、個人成長與服裝選擇及展現之間的複雜互動關係與相互影響。本論文將以下列三個問題作為核心探討方向：

1. 規範與認知：在父權社會的性別規範下，研究者個人的成長經歷如何形成對性別角色的認知與期許？
2. 認同與接納：研究者在成長過程中，如何建構自我認同並最終洞察與接納自身的陰柔特質？
3. 轉化與創作：伴隨自我認同的建構與轉變，研究者成長過程的情感變化和內心掙扎如何被轉化為可行的創作元素，並透過服裝設計進行成長過程的回顧？

註 1：引自 Unisex | 服裝從來不在意你是男還是女：<https://read01.com/aAMB3K.html#YWulet1Bzzc>

### 1-4 研究流程

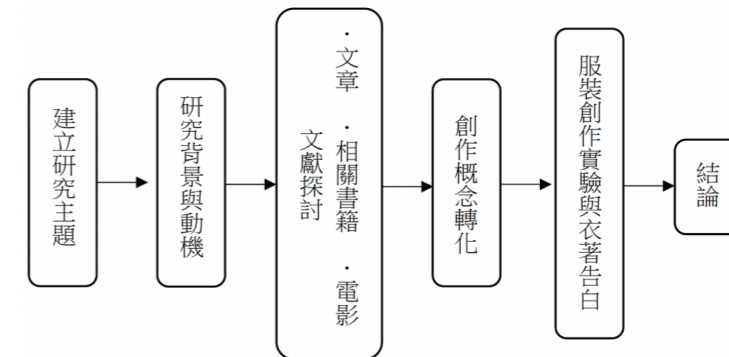
本研究透過服飾設計來體現成長過程中內心世界的轉變掙扎與反思，探討之設計以服裝本體為限，不探討配件類別，例如鞋子、帽類、珠寶首飾等非服裝本體之設計。

### 1-5 研究方法

本研究以文獻資料分析法、文本分析法為基礎，了解父權社會的形態和自我認同的建構過程，並與研究者個人成長與轉變經歷進行對照，統整並歸納出六個關鍵成長階段。而這些階段的內心狀態將被以創作實驗法，系統地轉化為設計可運用的元素，包括服裝樣式、材料與裝飾加工，帶出對自身成長的反思與回顧。

### 1-6 研究流程

圖 1  
研究流程圖  
圖片來源：研究者



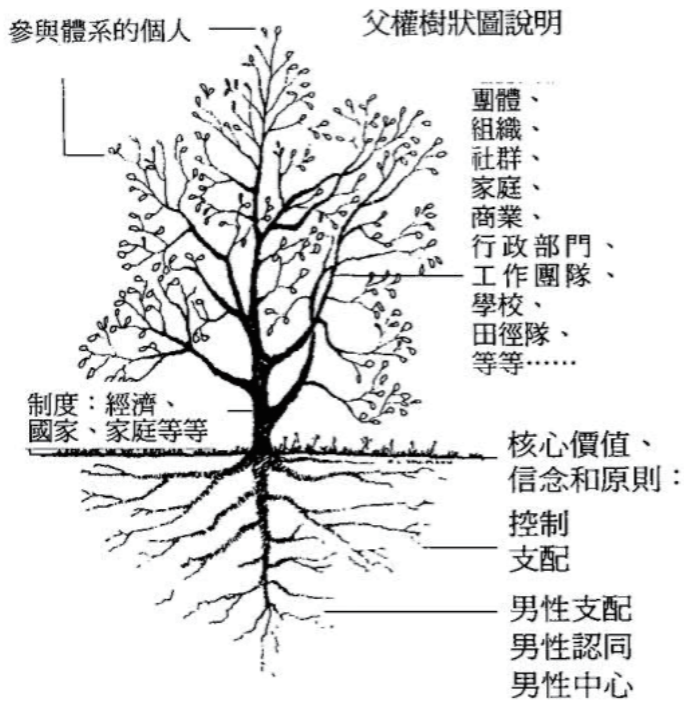
## 第二章 文獻探討

本章節共分為七個部分，從中了解和探討父權社會中性別框架與文化的社會定義，分析性別框架如何影響自我認同的建構，並進一步理解性別觀念與服裝演變之間的關聯。

### 2-1 社會中的父權體制

自古以來，社會以性別二元方式對性別角色的劃分均有著明顯的標準。父權體制是一種以男性為中心的社會結構和實踐體系（Johnson，1997/2008），透過壓迫和剝削女性，或區隔性別角色和氣質特殊的個體，來維持其優勢地位（如圖 2）。但父權社會中的男性之間也存在著激烈的競爭現象，以競爭能力來證明自己的男子氣概和成就。因此，父權體制不僅壓迫女性，也在一定程度上限制了男性的自主性，使他們陷入了相互競爭的困境之中。

圖 2  
宗族父系繼嗣體制樹狀圖  
圖片來源：性別打結 (p.38), Allan G. Johnson, 2008, 群學



### 2-1-1 男子氣概

在男性為中心的社會中，被女性控制的男人會被視為懼內，而男人在控制女人則會是一個種英雄觀念 (Johnson, 1997/2008)。父權社會中，一切皆以男性標準作測量考核和控制，不論是哪個階級和種族的男性時時刻刻都必需遵從男性氣概的規範，把內心的軟弱和一切屬非男性應有的傳統行為和氣質給好好掩蓋。只要被認為不是「真正男子漢」，其地位就會受到質疑，掉入恐懼中。

### 2-1-2 女性主義

在父權體制下，有部份女性對於傳統「男尊女卑」、「男主女副」的思想抱有不同的反抗意見，因而引伸婦女運動形成。<sup>2</sup> 她們主張的並不是通過批判和打壓男性，從而獲的社會上被認同的地位和權力，而是表達性別平等的社會觀念，消除性別定型的刻板印象和壓迫，同時爭取教育，職業工作和政治參與的機會等。

### 2-1-3 母系社會

母系社會，指的是以母方的「血緣」為依據，組成家族和繼承，與「父系社會」有所不同。<sup>3</sup> 母系社會中的女性在家族中具有被尊重認同的重要地位，但同時男性和女性在氏族中的地位仍是平等的。母系文化的核心不在婚姻和其治理模式，而是兩性在同一環境下人人和諧，共同展現剛強柔弱的特性，帶出男女尊卑權力平等的價值觀。

## 2-2 認同中的求同存異

認同，意解是個體於某一個人或某一團體所產生的感情上認定，因而在行為方式、價值標準等方面加以模倣，而使本人與他人或團體趨向一致的心理歷程。認同可以分為三種層次：第一層次，認同是與團體有一定固定的情感；第二層次，認同是將個人內設到自我中；第三層次，認同是將內化的特質分享與他人 (陳月娥, 1986)。社會學家 Cooley 提出「鏡中自我」(looking-glass self) 的概念，指出人與人之間是互相反影的一面鏡子，個體會通過與別人溝通和互動的反應與意見來認識自己，並且從中攝取應有的形象或自我態度。

### 2-2-1 自我認同

自我認同，包含兩個維度：個人認同與社會認同。前者指個體對自身獨特特質的知覺和表現；後者指個體與某一群體之間所共有觀念的歸屬表現。朱敬先 (1992) 指出，個體在與周圍人們的交往和社會認同中，會逐漸把他人的判斷內化為自己的判斷，個體會把判斷和評價作為一個客觀的標準而內化到自己的心理結構中，以此為基礎形成自我形象。

### 2-2-2 社會認同

社會認同，指個體通過自我認同的經歷過程，認識到他屬於的特定社會群體和作為該群體成員會帶給他的情感和價值意義。社會認同理論強調社會背景及時代因素所產生的個人想法，也包含對於族群中的文化看法及認同，進而影響其自我概念 (劉炳輝, 2006)。社會認同可通過圈內 (正向情感) 和圈外 (不具有正向情感) 團體所產生 (戚樹誠、羅新興, 2001)，繼而透過社會分類找出認同自己所屬的團體，形成「求同存異」的過程。

## 2-3 自我認同的心理學探討

在社會上存在著很多從遠時定下來的社會法則，大多數的人都會順著這些既有的法則去生存和適認著，但是也會有部份人按隨著自己的想法來生活和試著改變，無分對錯。

### 2-3-1 「本我、自我與超我」

「本我、自我與超我」是由精神分析學家 - 佛洛伊德 (Sigmund Freud, 1856-1939) 在 1923 年提出相關概念和人格結構理論 (Auchincloss, 2015/2020)，用以解釋個體的意識和潛意識的形成和相互關係。「本我」(Id) 是與生俱來的，以感性的方式讓個體對外界事物所感受和產生出的慾望和滿足，他是完全潛意識和不受主觀

註 2：引自全球婦女運動的發展與歷程 文／王磊《交流雜誌 109 年 8 月號第 172 期 (歷史資料)》：<https://www.sef.org.tw/article-1-129-8743>

註 3：引自母親當家—阿美族、卑南族的母系社會：<https://women.nmth.gov.tw/?p=1883>

意識的控制；「自我」（Ego）是個體自出生後從學習中所獲得的經驗，負責處理現實世界的事情，協調本我和超我間的衝突；「超我」（Super-ego）是個體經歷社會化，所獲得的良知或內在的道德判斷能力，具有管制或壓抑本我衝動的判斷功能（游恒山，2024）。這三個「我」之間透過彼此的互動而產生一種內在的人格動力，形成促使個體成長階段間人格發展的主要因素（張玉筠，2009）。因此透過穿著者的個人背景經歷和穿著體驗，探討衣服如何影響穿著者的心理過程。

### 2-3-2 人格發展

精神分析學家 - 佛洛伊德 (Sigmund Freud, 1856-1939) 提出的人格發展理論中，提到一個人的人格在五歲時就已形成，也是代表著個體在日後的人格發展和其展現會受著兒時經驗而有所影響。個體在各發展階段中，不同身體部位也可引起快感，而性心理發展期 (psychosexual stages) 的理論則是利用這些部位的名稱，來表達個體人格發展的過程說明：口腔期、肛門期、性器期、潛伏期、性徵期。<sup>4</sup>

### 2-4 符號學

符號學是個專門研究符號傳達意義的學問，同時也傳承了文化延續的重任。符號的形式很多樣，可藉由語言、聲音、動作、姿勢、文字、圖像、表情、情緒等形式表達事物，而這些形式就是符號（盧志耕、鍾成鴻，2020）。符號學除了研究符號本身的形式之外，更是了解和研究符號所衍生意義的學問，其廣義上的符號學分為：自然符號（自然而然產生的）、文化符號（人類去創造而成的一個記憶點）。

#### 2-4-1 符號分類

查爾斯·桑德斯·皮爾士 (Charles S. Peirce, 1839-1914) 被譽為美國實用主義的創始人之一。皮爾士將符號學定義為一種廣泛的「準必然性學說」(quasi-necessary doctrine)，旨在研究任何事物的符號本質。他的核心理論圍繞著一個三元符號模型展開：代表項、對象、解釋項。而最著名的貢獻之一是他的符號分類法，他基於符號與其對象的關係將符號劃分為三種類型：圖像、標誌，象徵。

費迪南·德·索緒爾 (Ferdinand De Saussure, 1857-1913) 被普遍認為是現代語言學和歐洲結構主義符號學的奠基人，他的學生根據其講課內容整理出版了《普通語言學教程》(Cours de linguistique générale)，成為了符號學研究的起點。而他提出以二元符號模型為核心，將符號視為能指和所指的不可分割的結合體。

註 4：引自佛洛伊德 (Freud) 的人格發展理論：https://pedia.cloud.edu.tw/Entry/WikiContent?title=佛洛伊德 %28Freud%29 的人格發展理論 &search=佛洛伊德 %28Freud%29 的人格發展理論

在服裝設計中，符號學可將服裝元素視為一種非語言的溝通系統。能指（如材質與剪裁）與所指（如性別意象）的結合，使服裝成為表達自我的「視覺語言」。透過皮爾士的分類，服裝可作為呈現身體輪廓的「圖像」、暗示社會地位的「標誌」，或是承載性別氣質與文化隱喻的「象徵」。這種符號化過程，讓研究者能透過設計手法，將內在情感編碼為外顯的服裝符號，達成認同的傳達。

### 2-5 性別文化

在以男人主導為中心的父權體制中，對於氣質不夠陽剛或個人取向不一樣的男性會被加以標籤。然而隨著兩性教育的普及和不同國際文化的流入，社會大眾較過往的傳統思維觀念開始持有新的想法，並出現或劃分出不同族群文化，以正面和包容接納的角度，給予不同族群一個被尊重的社會地位。

#### 2-5-1 性別平等

性別平等<sup>5</sup>除了是著重「男女兩性平等」外，更廣泛的意思是包含對不同性別、性取向、性別認同、性別氣質以及 LGBTQ 族群在社會中的性別平等提倡。性別平等的提倡有助改變現時對兩性和不同性取向之個體，跳脫性別規限及性別不平等的社會文化和價值觀，擺脫父權體制下傳統兩性觀念定義所帶來的自我制約。

#### 2-5-2 性別流動

性別流動<sup>6</sup>意指個體的性別認同不侷限於男女兩性，同時也可以被視為一種反抗主流架構下性別二元區分的趨勢，使個體在性別光譜上自由流動。性別流動強調的是個體性別認同的流動性，而這流動的改變一般會比較頻繁，而且不會固定在某個性別，故此可以歸類為「性別流動」。

#### 2-5.3 多元族群 - LGBTQ

LGBTQ，是給非異性戀的性取向族群統稱：女同志 (Lesbian)、男同志 (Gay)、雙性戀 (Bisexual)、跨性別者 (Transgender) 和認為自己不屬於傳統性別者 (Queer)<sup>7</sup>。多元的觀念是希望能尊重差異，讓各種不同的聲音、看法與價值觀得以展現，達成和諧共融。

註 5：引自羅東鎮戶政事務所 - 性別平等 :https://ldhro.eland.gov.tw/cp.aspx?n=41F51A6FA2672860

註 6：引自認識性別流動與非二元：我可以不男不女或既男又女嗎 :https://www.queermargins.tw/genderfluid-nonbinary-lorraine-pan

註 7：引自 LGBT 與 LGBTQ 的意思與由來 :https://lgbtq.tw/meaning-lgbtq/#google\_vignette

## 2-6 相關議題影視作品《少年不戴花》

《少年不戴花》（蔡辰書，2007），以有著一頭自然捲的主角為中心，講述在遇見轉學生之後於生活中發生的改變，以及與青梅竹馬之間關係的變化。作品將「自然捲」和父權社會中與傳統男性相異的「性傾向」或性別氣質帶來的困擾結合，並透過自我懷疑以及心裡的糾結與徘徊為過程為刻畫，帶出自我認同所作出的反思為結尾。

## 2-7 服裝發展與轉變

衣服不單單是用作區分性別和遮蓋身體的功能，也是個人風格的展示，在更早遠的時代更是區分社會不同階層的地位象徵。隨著時間的轉移和工藝的進化，服裝的設計出現了更多不同的風格和別出心裁的造型。而男女之間服裝的性別定義也在不同時空背景和社會文化間更迭，不斷的被改變、推翻，並重新定義著。

### 2-7-1 性別化服裝歷史概述

男女兩性的服裝在中世紀以前是以披掛式方式的裙裝款為主，以髮型、頭飾作性別判斷。到 14 世紀中期後和文藝復興時期出現，因工作需求和行動方便等因素影響，男女裝開始出現早期的所屬形式。男裝強調上重下輕的感覺，呈顯整體倒三角形「V」字形的形態；女裝則出現緊身胸衣和裙撐，以上身「V」形和下身「A」形的整體「X」形形態展現。這些改變全因文藝復興時期所強調人生不應消極、提倡個性解放和開始解體封建制度所帶來的創新方向（蔡宜錦，2016）。其後由於工業發展和 19 世紀的縫紉機出現和更普及化，使版型和剪裁出現了更多的花款，而男女裝的各方發展逐漸變大（蔡宜錦，2016）。

### 2-7-2 「無性別」服裝

從 70 年代開始，社會上開始出現一鼓「無性別」的風潮，突出性別中立之意，接受自己既不是男生，也不是女生。當中，無性別服裝意指「無性別化趨向服裝」，服裝不再具有性別判定的符號與定義（楊凱翔，2017），是一種男女裝看似相似或是一模一樣的服裝。這種服裝風格能削減自身性別特徵的區別，以「男女皆可穿」的方式設計衣服（楊凱翔，2017），令男女裝之間的距離逐漸拉近，從服裝中彰顯個性的同時，既能滿足女性在社會中嶄露角頭的競爭力，也能讓男性享受時尚美感的愉悅。「無性別」服裝讓個體在性別光譜上沒有確定位置，使到性別界線越來越模糊，也能彌補男女兩性之間在傳統觀念上的差異。

## 第三章 自我認同成長的剖析與創作概念的轉化

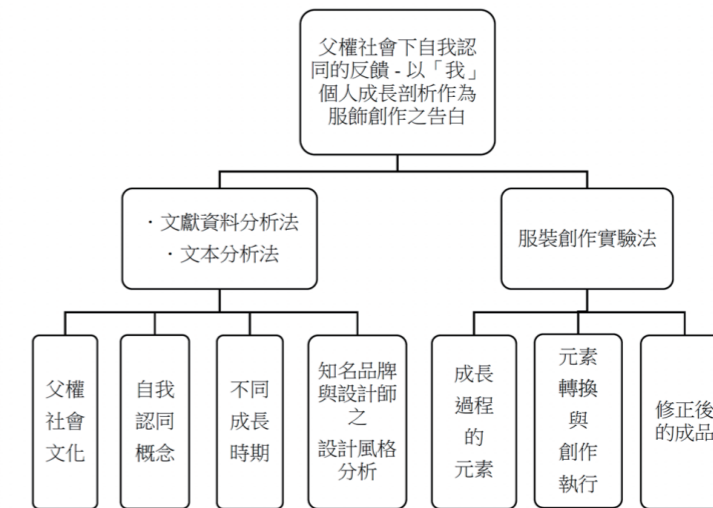
社會對男性服裝的期待往往狹隘且僵化，而自身對服裝的喜好與社會規範產生了衝突，無法找到平衡點呈現和彰顯自我。因此，研究者開始深入思考，社會對性別的規範、服裝與自我認同之間的關係，並試圖透過研究，探索可突破性別刻板印象的平衡點。

### 3-1 研究對象

本研究以研究者在父權社會中身為生理男性卻擁有與自身性別規範相對的性別氣質時，對性別刻板印象的親身感受，繼而洞察和重新定義自我認知的歷程。以研究者的陰柔氣質和成長過程為切入，進行分析和分類出設計元素，進而發想新的 6 套服裝創作和重新演繹不同成長時期的「我」，和呼應父權社會下的「我」在成長中的剖析與服飾研究。

### 3-2 研究架構

圖 3  
研究架構圖  
圖片來源：研究者



### 3-3 「我」的成長剖析

研究者的成長歷程是一場探索自我的旅程，在不同的階段受到周遭環境和人際關係的影響，對個人身份的認知也隨之改變。在父權社會的框架下，研究者逐漸意識到身上所具有的陰柔特質，與傳統男性形象產生了衝突。服裝的穿搭是以外顯方式表達內心感受，並在不斷的穿嘗試中尋找一個更真實的自我。隨著年齡的增長而對性別的行為、氣質等認知不斷演變，服裝穿搭更是能從中協助建構性別認同的發展，看見研究者如何與周遭世界互動，並在過程中逐步找到屬於個人的獨特身份。

### 3-3-1 「我」的自我探索成長

個體從小時候被動地由接收父母長輩灌輸的性別觀念，到後來開始擁有並主動塑造個人想法，並會透過結交朋友和相互影響，逐漸建立個體的心理、社會性發展及身份認同，對了解社會性別意識價值觀和行為至關重要。當研究者意識到自己擁有與傳統男性相對的陰柔氣質時，為了避免被同輩質疑差異和希望融入群體尋求認同與接納，個體會經歷行為、情感和思想的轉變，內心會產生妥協與模仿的迷惘，是青春期的探索中獨特的挑戰性。儘管這種壓力帶來了衝突與不一致的情感，但也是一種正面試探和了解不同性別角色、氣質和形象在社會中位置的機會。

在成長經歷過程中，同輩的影響和互動促進了個體心理與社會的發展，為日後建立清晰的自我認知和肯定奠定了基礎。這種探索和學習，研究者來說是自我認同的成長中得以適應並產生正向的變化。以研究者的成長經歷作歸納可大致分為六個階段：自我身份建立期、自我價值觀建立期、自我角色實驗期、自我確認期、自我展現期以及自我反思期。這6個成長階段的經歷和內心感受塑造了獨一無二的個人特質，並為未來做出調整，而把這六個時期串聯起來，就是一個連續的動態歷程。而這整個過程中的想法和心態轉變，也隨即反映在服裝穿搭選擇之上。

### 3-3.2 不同時期的「我」與服裝

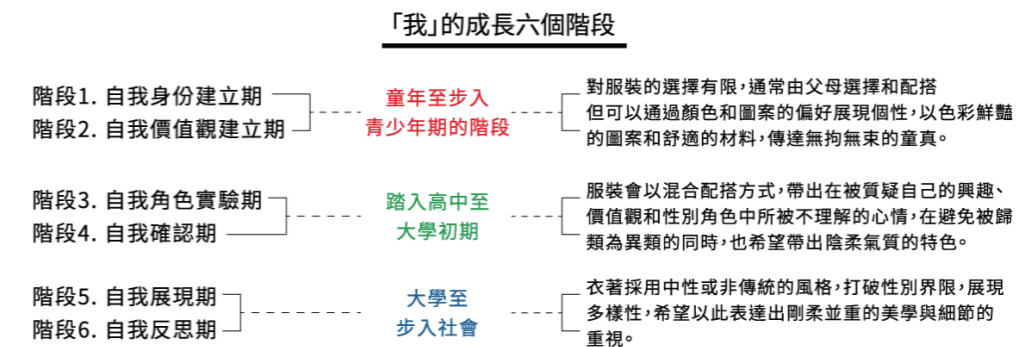
在童年至步入青少年期前是自我身份建立期和自我價值觀建立期的階段，服裝通常由父母選擇配搭，反映家庭和社會對於男性的價值觀和期望，被保護著剛面對新事物所感受到的脆弱與不安感。儘管當時研究者對服裝的選擇有限，但可通過顏色和圖案的偏好展現個性，衣服多以色彩鮮豔的圖案和舒適的材料，傳達無拘無束的童真。

在自我角色實驗期和自我確認期是踏入高中至大學初期的青年，開始探索自我身份，留意社會和時事流行趨勢，也會為同輩間的言語變得敏感與細膩，渴望被接納與找到群體中的歸屬。服裝除了融入當前流行元素，更會以混合配搭方式結合個人的興趣和風格，帶出被質疑差異和被不理解的內心心情，同時表達對性別、文化或社會身份的探索，形成初步的自我認同。

在自我展現期和自我反思期是成熟的內省與沉思，研究者了解到自身擁有的情感豐富和心思細膩，具有創造力，也不受傳統性別限制的為事物作出選擇，突破傳統與自我。反思社會對性別的刻板印象對於個體的情感與個性影響的責任和重視，在衣著上採用中性或非傳統的風格，打破性別界限，展現多樣性，希望以此表達出剛柔並重的特色，帶出對美學與細節的重視，展現成熟的自我認同。

圖 4

「我」的成長六個階段 - 對應圖  
圖片來源：研究者



### 3-4 相關經典設計之借鑒與分析

從 70 年代開始，社會上開始出現一鼓「無性別」的風潮，讓穿著者能在性別光譜上遊走，擺脫「非黑即白」的評核標準，提供性別中立的想法。故次，將會借鑑不同相關的經典服裝品牌進行分析，從中深入了解模糊性別輪廓的設計手法和元素。

#### 3-4-1 經典設計

YSL「吸煙裝」，顧名思義是跟香菸和服裝有關，由法國著名設計師伊夫·聖·羅蘭 (YSL) 在 1966 年，於女權尚未啟蒙的年代大膽開創中性風格，設計了第一件女性吸菸裝。吸菸裝的經典元素有：領結、馬甲、鉛筆褲、粗根高跟鞋、金屬質感配飾、英倫紳士禮帽。吸菸裝是一種結合經典男士禮服細節的設計，和女性高雅溫柔的中性風格，表現出由身份和衣著所帶來的反差，以及呈現服裝與配搭的特色，啟蒙日後的中性服裝設計。

Vivienne Westwood 在 2017 倫敦男裝周發表了不分性別系列的作品，模糊了性別的界線，創造出男生和女生都能穿的無性別服裝。設計以中性作為主軸，顏色採用開心繽紛的配搭，靈活的剪裁設計可使衣服男女互換，希望大眾都能享有同樣的生活機會，一起體驗不分性別的樂趣，並且共穿彼此的衣服，更能表達出真實的自我。

在 Balenciaga 2019 的秋冬系列中，出現了西裝，長衣、襯衫的常見的中性服裝，衣服的版型和剪裁都較多採用寬鬆和沒腰身的設計，呈現自然的服裝輪廓，減少帶有性別框架的剪裁。在衣服顏色上，以黑、紅、藏青等中性單色為主，同時加插鮮豔的湖水藍吸引大眾目光。而簡單的直線或格紋的常見幾何圖紋，讓衣服在沒有過多配件的襯托下，也能顯的不單調，帶出女生的別緻亮麗和男生的低調不造作。

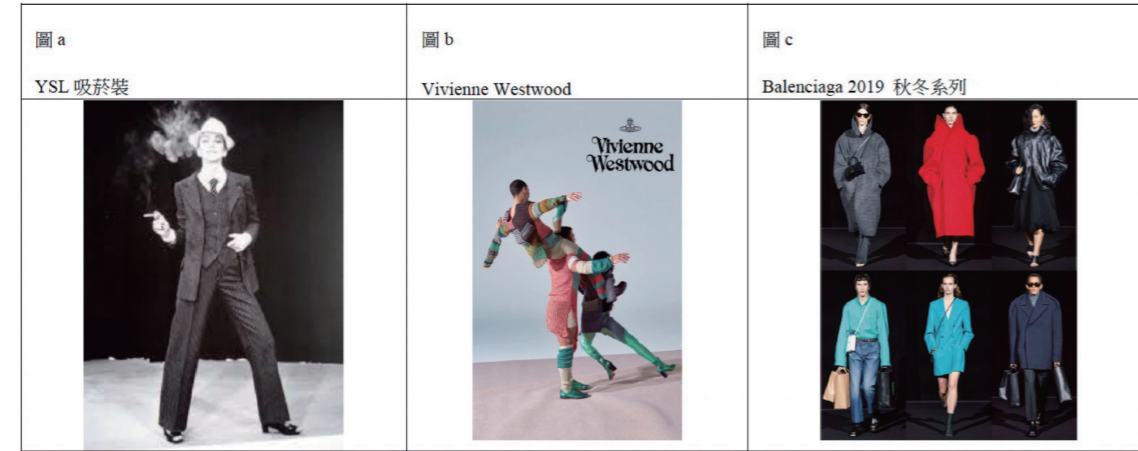
表 1

相關經典設計之參考

圖片來源：EVERY ART 日日美 60、70 年代  
聖羅蘭黑色菸裝 (<https://www.everydayart.com.tw/blogs/news/60-70-le-smoking?srltid=AffmBOoo3ZncyBZgqai25EpWcPeWwDnHuP-NhTHPSSbrREbU5yVvrwJRy>)

圖片來源：JUJSY 捷喜多媒體, 2021  
(<https://www.juksy.com/article/68717>)  
(<https://www.juksy.com/article/68717>)

圖片來源：JOPBEE 線上時尚生活網站, 2019  
(<https://popbee.com/fashion/runway-fashion/balenciaga-2019-fall-demna-gvasalia-paris-fashion-week>)



### 3-4-2 「無性別」服裝的設計元素整合

通過對不同相關意念之服裝品牌作品之借鑑與分析觀察，從中了解到「無性別」服裝的創作手法，可透過剪裁、色彩、布料和圖紋等方向作綜合統整為設計元素：

1. 簡約的服裝線條：寬鬆畢直的元素，自由變化的肩膀線條和流暢剪裁，沒有多餘的裝飾加工，讓設計在中性服裝之中有著優雅感，男女身形更加模糊。
2. 純潔色彩：選色可以簡潔經典的黑白灰、混濁灰彩色色調、大地色等作主軸，再添加少許的鮮艷顏色作點綴。純粹的色彩都能讓服裝面料呈現完美姿態，同時以大自然相關的氛圍呈現出樸實無華感覺。
3. 樸實的面料：在面料的選用上大多都以帶有光澤、柔軟感、講究層次變化，能充滿展示流暢簡潔的線條。
4. 單純洗鍊的圖案：圖案的選擇最常見是屬重複且簡約的格紋、線條和幾何圖樣，同時配合顏色的運用，呈現隨意而又嚴謹的視覺美。

### 3-5 設計元素概念轉化

通過以研究者的成長經歷作歸納出的成長六個階段，並結合模糊性別輪廓方式的服裝設計要點，和各成長階段的內心世界變化，將轉化出合適的設計元素。

表 2

「無性別」服裝創作的元素對比列表

表格來源：研究者自行整理

特徵	服裝創作元素
柔和線條	柔軟、流暢的剪裁與設計
色彩柔和	使用大地色系或柔和色系（如粉色、淺藍、薰衣草紫等）
輕盈面料	輕薄、透氣、流動感強的布料（如絲綢、雪紡等）
裝飾細節	精緻刺繡、荷葉邊、蕾絲等細膩裝飾
不對稱設計	非對稱的裁剪、斜裁設計，打破傳統對稱感
輕鬆休閒感	自由、隨性、舒適的服裝風格（如寬鬆的襯衫、長褲等）
層次感與重複性	服裝的層次搭配與重複元素（如疊穿、重複圖案）
模糊性別界限	結合傳統男性與女性元素，突破性別界限的中性設計

表 3

「與傳統男性形象相對的陰柔氣質」的內心世界與服裝創作元素對比列表

表格來源：研究者自行整理

內心世界特徵	服裝創作元素
敏感與細膩	柔軟、細緻的布料，如絲綢、雪紡，突顯精緻的質感
情感表達與柔和	使用柔和色彩，傳達內心的情感與溫柔優雅的線條和剪裁，注重流動感
內省與沉思	簡約、極簡的設計，強調自我反思與沉靜
脆弱與不安	輕盈、飄逸的設計元素，強調柔弱感 使用不對稱剪裁來表現不穩定感
渴望接納與歸屬	混搭與層次感的多元化設計，展現出多樣性與接納的態度
突破傳統與自我探索	無性別設計、多種媒介融合元素，呈現獨特的自我探索
柔軟性與適應性	柔軟但具有結構感的設計，強調服裝的可變性與調整性，符合自我調整的過程
美學與細節的重視	精緻的刺繡、細緻的布料選擇，強調細節的美學和獨特性

表 4

「與傳統男性形象相對的陰柔氣質」的成長要素轉化為服裝創作元素對比列表

表格來源：研究者自行整理

成長要素	服裝創作元素
對自我認同的探索與不確定性持開放態度	無性別設計、模糊邊界的剪裁，呈現流動感與開放性
情感的波動與變化	色彩過渡與層次感設計，如大地色系、重複元素
內心的柔弱與強韌並存	結合柔軟與結構化面料，如絲綢與硬挺布料的混搭
反叛與突破傳統規範	非對稱設計、不對稱裁剪，打破傳統性別與服裝規範
脆弱與自我保護	層次豐富的服裝設計，如多層穿搭或包裹感設計，強調保護感
尋找歸屬與接納自我	包容性強的服裝設計元素（如寬鬆的長袍、寬褲）
不斷變化的自我與成長過程	服裝結構的變化與可調整性，如可拆卸設計、可變形的服飾
情感的細膩與細節關注	精緻的刺繡、珠片、蕾絲等細節，突出服裝的精緻與情感層次
自我挑戰與內心堅持	強烈對比的元素設計，如剛柔並濟、尖銳的線條與圓潤的細節

表 5  
「我」與服裝創作元素的連結應用對比列表  
表格來源：研究者自行整理

成長六個階段	內心世界特徵	成長要素	元素的連結應用
自我身份建立期	情感表達與柔和	脆弱與自我保護	流暢的剪裁與設計， 配搭柔和色彩
自我價值觀建立期	敏感細膩 與脆弱不安	情感的波動與變化	強調柔弱感的輕盈飄逸設計元素， 配搭層次感和大地自然色彩
自我角色實驗期	突破自我 與探索	自我挑戰 與內心堅持	結合多種媒介， 形造強烈對比感覺
自我確認期	接納與歸屬	尋找歸屬 與接納自我	混搭與層次感，配搭包容性意喻的 設計
自我展現期	突破傳統， 重視美學與細節	反叛與突破 傳統規範	細緻編排的方式和布料選擇，配合 不對稱裁剪
自我反思期	內省與沉思	內心的柔弱 與強韌並存	簡約、極簡的設計，強調自我反思 與沉靜

## 第四章 創作執行與實驗過程

### 4-1 創作背景

研究者個人的成長環境，如同多數傳統亞洲家庭和社會環境，體現了強烈的父權規範。從父母、長輩、校園文化等的學習場域，開始建立對傳統性別規範的基礎。這種傳統性別規範的概念除了滲透至日常生活，甚至會影響學習文化、學科選擇和工作的領域。

#### 4-1-1 研究者的成長背景

成長是一場人格結構不斷衝突、協調與重塑的歷程。對於一位生理男性但擁有陰柔氣質的研究者個人而言，這趟旅程充滿了社會規範與內在天性的拉扯，清晰地勾勒出本我、超我與自我之間如何動態運作，最終達成和解與自我認同。

童年時期，研究者由「本我」主導，展現天生的陰柔氣質，享受色彩與美感，對傳統男性遊戲不感興趣，這些純粹的興趣是快樂原則的體現。然而，同儕的嘲笑（如：娘娘腔、人妖）和社會規範的約束，標誌著「超我」的建立。這種內化的道德判斷讓研究者認為自身氣質是錯誤的，而「自我」迫使個體學習掩飾與壓抑本我，情況在國高中階段衝突最為劇烈。當在升學路上傾向選擇設計藝術學科時，是潛在的非主流宣告，但在成長環境缺乏支持和同儕標籤加劇性別分層意識下，「超我」的壓力到達頂點，要求研究者遵循主流陽剛形象。這段掙扎期間，幸運地獲得好友支持與讚賞，為「自我」提供正向能量，使其敢於挑戰傳統，決意選擇藝術學科。在進入大學平面設計系後，環境接納性別多樣性，同時強調創意、美感和情感展現，為陰柔特質的研究者提供合法性與優勢。因此在設計專業中，研究者經歷自我認同和把細膩心思轉視為資產，學會運用設計表達自我，將「本我」特質與學術訓練結合，從而削弱「超我」的聲音。

最終，研究者達成「本我」、「超我」與「自我」的和諧統一。明白男性擁有陰柔氣質並非缺陷，而是豐富且具洞察力的特質。這段從掙扎到接納的成長歷程，正是「自我」最終戰勝「超我」、實現「本我」價值，並展現在個人作品中的最佳寫照（如表 6）。

表 6  
研究者的成長與「本我、超我與自我」的關連  
表格來源：研究者自行整理

成長六個階段	面對的事物	本我、超我與自我
自我身份建立期	快樂原則體現	本我
自我價值觀建立期	與自身的性別氣質的衝突	超我
自我角色實驗期	自我認同的挑戰 和建立更真實的自我	超我 + 自我
自我確認期	確認自己的身份與價值觀	自我
自我展現期	充滿自信和肯定自己	自我
自我反思期	內省與沉思	自我

### 4-1-2 研究者的工作背景與啟發

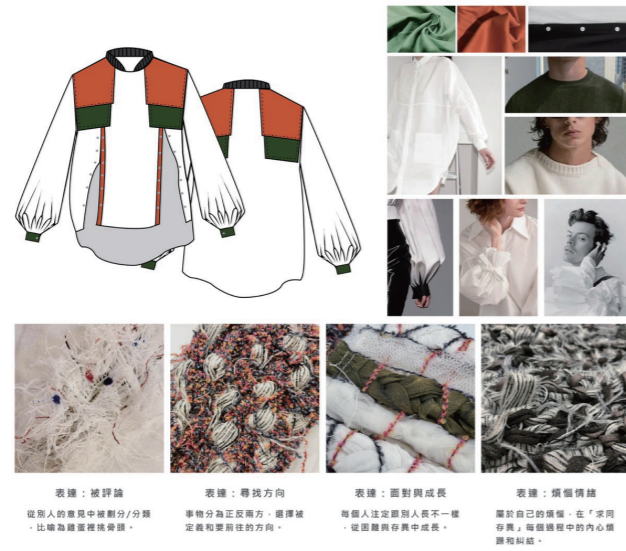
研究者因工作機緣接觸休閒運動服裝領域，學習版型與結構，並觀察到其設計與社會對性別氣質的刻板定義有所區別。傳統上，社會對運動選擇也抱有根深柢固的性別規範，如男生打籃球，女生打排球；男生打排球是「同性戀」、「娘娘腔」，女生打籃球是「男人婆」、「不溫柔」。

但隨著社會文化進步，休閒運動服設計也隨之改變。現今許多服飾改採男女通用寬鬆版型，藉此減少穿著時突顯的性別特徵，同時增加活動靈活性。此外，考量到團體隊伍的兩性需求，服裝視覺設計廣泛運用中性化顏色和圖紋（如深紫色、橘黃、水藍色），營造活潑中帶有閒雅溫文的氛圍。這些設計趨勢有效減少了設計偏重於單一性別的感受，體現了服裝在性別規範上的開明與自由。

### 4-2 創作實驗

研在實驗中，主要會使用顏色和衣服外觀輪廓的方式作呈現，表達個體是具多面情感和虛實融合作，突顯男女共穿的概念和對性別新的反思意識傳達為主（如圖 5）。

圖 5  
創作實驗  
圖片來源：研究者



### 4-3 創作應用

隨著深入了解自我認同和成長變化的解讀，研究者開始有意識地將其陰柔氣質視為一種反抗性身份和個人特色。這種理解意識，推動了穿著風格與配搭的改變，從小時候由父母和學習環境中同儕給予最初的隱藏保守穿著配搭方向，轉向了對剪裁、材質與製作技法的敏感性表達。

#### 4-3-1 衣服形式

社會制度的變革是一個長期的歷史積累過程，個體在期望推動外部體制轉型之前，最根本且有效的行動是優先塑造與內化個人的核心價值觀，並將其融入日常生活，由自己以行動實踐。系列的服裝設計採用日常穿著的成衣形式為主，其普及性與易得性，能成為一種具有策略性的小規模突破，易於被大眾接納的實用性媒介，避免了過度的浮誇與激進，使得個體能夠以一種不至於引發社會強烈排斥的方式，將個人價值觀融入主流視野。

#### 4-3-2 衣服中的刻劃標誌

在此系列服飾創作中，研究者會借用雛菊的圖案作為服裝的核心標誌，以文化符號的運用和借喻的修辭手法，把象徵意義融入服裝設計，使服裝不僅是蔽體的織物，更是情感與哲思的載體。雛菊在符號學中，是代表著快樂、希望與對新開始嚮往的一種文化符號。在台灣文化中，學生畢業時佩戴胸花的習俗，是一種對過去學涯的告別，也是對未來前程似錦的祝福。研究者希望透過這種文化意涵融入作品，透過雛菊的標誌，象徵著對人生中六個不同成長階段的「畢業」與「告別」。希望可把抽象的情感具象化，和把文化習俗轉化為創作元素，建立更深層次的情感連結。

### 4-3.3 衣服設計應用

本系列以成衣為載體，將陰柔氣質轉化為日常實踐的「微觀反抗」。設計捨棄浮誇，透過對剪裁、材質和細節裝飾的精確掌控，將個人核心價值融入主流視野。核心標誌採用雛菊圖騰，借喻台灣畢業胸花的「告別」意涵，象徵六個成長階段的轉化與重生，讓服裝成為承載希望與自我認同的哲思媒介（如圖 6）。

圖 6  
衣服設計最終設計圖 - 全系列  
圖片來源：研究者



### 4-4 創作成品

#### 4-4-1 拍攝與展示規劃

服裝成品拍攝旨在表達個體內在的轉變以及對外部社會的心路歷程告白，並通過敘事效果呈現。拍攝環境將選擇單純、無干擾的白背景，隱喻了父權社會所建立的單一標準、僵硬規範與約束感。而服裝本身的色彩與設計細節，將帶出個體自我認同的告白，與環境形成鮮明的對比。拍攝會配合不同成長時期的內心世界，以動作和表情情緒作表達，體現個體從小時候的「被規範」到經歷成長過後的「自我解放」，所獲得的反饋與成長動態過程（如表 7）。

表 7  
衣服設計 - 拍攝動作的敘事方式  
表格來源：研究者自行整理

時期	拍攝動作	表情／情緒
1. 自我身份建立期	簡單純樸、身體蜷縮	眼神迴避和被規範
2. 自我價值觀建立期	無力感、身體墜落身體	空虛感
3. 自我角色實驗期	試探和尋求的展示	害怕但帶好奇
4. 自我確認期	肢體舒展、自信向前	自信和勇敢
5. 自我展現期	誇張的步代	反叛與追求時尚
6. 自我反思期	告白、解放的感覺	感受世界自然氣息

### 4-4-2 大圖背景設計

除了通過拍攝表達成長動態過程，同時會把 6 個成長時期的內心世界感受和情緒，轉換為簡單的線條和幾何圖案等的平面設計元素並加以後製（如表 8），最終作為每款衣服設計的大圖背景設計，呈現個體的內在與外界規範的內心掙扎和回應。

表 8  
衣服設計 - 圖案設計  
表格來源：研究者自行整理

時期	內心世界	圖案設計
1. 自我身份建立期	情感表達與柔和	
2. 自我價值觀建立期	脆弱不安與情感波動	
3. 自我角色實驗期	突破 / 挑戰自我	
4. 自我確認期	接納與歸屬	
5. 自我展現期	突破傳統 / 反叛	
6. 自我反思期	內容與沉思	

### 4-4.3 成品呈現

除了通過拍攝表達成長動態過程，同時會把 6 個成長時期的內心世界感受和情緒，轉換為簡單的線條和幾何圖案等的平面設計元素並加以後製，最終作為每款衣服設計的大圖背景設計，配合衣服的面料、剪裁、廓形設計和細節裝飾，呈現個體的內在與外界規範的內心掙扎和回應（如表 9）和（如圖 7）。

表 9  
衣服成品 - 6 個成長時期  
圖片來源：研究者

自我身份建立期	自我價值觀建立期	自我角色實驗期	自我確認期	自我展現期	自我反思期

圖 7  
衣服成品 - 全系列大圖設計  
圖片來源：研究者



## 第五章 作品呈現

本研究從父權社會的文化慣性切入，指出社會對男女兩性傳統的常規標準，導致任何不符既有性別規範的個體，皆面臨被歧視、質疑與孤立。面對「與眾不同」是否錯誤，或會否有損自身性別角色身份的疑問，本論文的回應是：個體可以且應該在既有框架中實現自我認同與展現。

### 5-1 結論

本論文透過研究與創作執行借此針對研究者的成長進行剖析，最終回答本研究問題，並呼應研究目的，歸結出以下三點結論：

結論 1. 本研究透過對研究者個人成長經歷的深度剖析，回應了規範與認知的衝突。在父權社會對「陽剛」的僵化要求下，形塑了研究者早年對自身性別角色的認知，從「本我、自我、超我」中更深入了解個人成長與行為的關係。此過程最終建構出一個以自我主體性為核心，超越原生性別框架、更具流動性的性別期許。成功揭示了在父權社會的性別規範下，生理男性擁有陰柔氣質時，其自我認同的建構與內心掙扎過程。

結論 2. 本研究探索並成功確立了服裝作為情感轉化與自我反思的有效媒介功能。在建構自我認同的過程中，研究者有意識地運用服裝語彙作為溝通橋樑：透過布料與剪裁來模擬並承接內在的陰柔情感；藉由模糊性別邊界的廓形設計與細節裝飾，挑戰傳統男性剛硬、結構化的著裝規範。透過此達到自我了解與成長的路徑，研究者最終成功洞察並接納了自身的陰柔特質，證明自我認同的建構是一個可打破社會藩籬、重塑性別期許的強大驅動力。每一階段成長過程的情感，皆被具象化為色彩層次、觸感與解構重建的設計手法，以外顯的服裝形式作為載體，展現從內在衝突到自我認同的完整轉變。

結論 3. 本研究成功以服飾創作之告白的實踐方式，反思了個體的成長歷程與自我探索如何反映在服裝選擇上，並對服裝表達的可能性提出更多期許。本研究實證研究者成長歷程中的內心掙扎與情感轉變，可透過設計元素轉化與應用、材質搭配與版型運用等方式，具體轉化為可視化的創作元素。服裝創作不僅僅是外在的風格展現，更成為一種心理媒介，使穿戴者能夠回顧與反思自身的長過程。此系列的創作將關注點從父權社會中對其生理性別的期許規範，轉移至獨特的精神與經歷融合，為服裝的自我展現作用提供了實證基礎。透過此系列的服裝設計與應用方式，作品成功遊走於模糊性別界限，有效體現了性別流動性與多元性的實現。同時，驗證了服裝是個體在無法控制社會文化背景時，可重新賦予自我身份、跳脫傳統審美標準的有力工具，帶出服裝於自我表達的可能性與期許。

## 5-2 建議

針對本次研究之建議，本研究的服裝創作雖然並不完全迎合主流市場的性別區隔，但希望以研究者個人的一份之力踏出行動的第一步，提供一個充滿情感與反思的實踐模型。建議以下兩點：

建議 1. 在設計過程中，因各衣服的版型不同，對布料的用量控制略有偏差。因此建議可利用電腦設計軟件，以一比一的布料尺碼和衣服馬克作排版比對，預先規劃馬克在布料上的擺放位置，掌握較精準的用布量，從而最大化地利用資源和減少浪費。

建議 2. 因研究者非服裝設計本科系專長，鑑於研究者在布料與材質的應用技法上尚不夠熟練，這是本次創作的一大限制。展望未來，能多加拓展材質研究與運用，學習運用多樣的技巧來營造獨特的觸覺質感。如此不僅能讓作品呈現方式更加豐富，更能細膩地傳達心世界的複雜情緒，提升作品的氛圍感與表達力。

針對未來研究之建議。我們期許，未來服裝的表達可能能夠體現以下兩點：

期許 1. 跨學科合作與應用：期許未來能將性別氣質服裝設計與心理學學科結合，探索將此類服飾創作方法，應用於協助性別探索者或有相同經歷個體。這項跨學科合作可融入藝術治療的專業知識，運用藝術特有的非語言溝通條件，協助個體表達難以言喻的內在感受與潛意識意念。透過選擇布料、顏色、剪裁，或僅是簡單的媒材創作，讓個體可以在安全且有結構性的框架下，將壓抑的情緒轉化為視覺心象，達到情緒釋放與自我覺察的目的。希望在通過這跨領域的合作，能協助有需要的人進行自我治療、自我解釋和自我發現意義，期盼藉由設計的外顯轉化力量與藝術治療的內在療癒機制，幫助更多人在實現自我接納與身心整合的旅程中走得更穩健。

期許 2. 推動產業鏈的「無性別」實踐普及：正如本研究強調，個體無法一蹴而就改變制度，但可以從個人價值觀的實踐出發。成衣是個體在不選擇極端前衛或昂貴訂製的前提下，實現自我展現的平衡點。這將使更多人能夠透過日常的穿著選擇，溫和且持續地挑戰社會規

範，實現微觀的文化改變的推動。本研究驗證了模糊性別輪廓的「無性別」服裝設計潛力和以成衣的角度作出創作，未來期許服裝產業能在版型設計上，鼓勵業界發展更多中性尺碼系統的版型款式，使「無性別」服裝不只停留在概念設計。針對服裝業界提出具體的、可實施的設計與生產變革，期望能夠成為商業上可持續且普及的主流選擇，從而以市場力量逐步解除父權社會的刻板印象。

## 參考文獻

### 中文著作

1. 朱敬先 (1992)。健康心理學 (初版)。五南書局。
2. 蔡宜錦 (2016)。西洋服裝歷史 (2 版)。全華圖書股份有限公司。

### 翻譯著作

1. Johnson, A. G. (2008)。性別打結：拆除父權違建 (成令方、王秀雲、游美惠、邱大昕、吳嘉苓譯；1 版)。群學出版有限公司。(原著出版於 1997)
2. Auchincloss, E. L. (2020)。精神分析的心智模型：從佛洛伊德的時代說起 (陳登義譯；1 版)。心靈工坊文化事業股份有限公司。(原著出版於 2015)

### 學位論文

1. 李宇文 (2020)。從具陰柔特質的男同志之生命故事探討台灣男同志圈的陽剛霸權意識。(碩士論文)。國立政治大學。
2. 林嘉章 (2013)。高職學生對職業類科自我認同及社會認同。(碩士論文)。國立東華大學。
3. 陳月娥 (1986)。城鄉地區居民生活型態、文化參與及文化認同之研究。(碩士論文)。東吳大學。
4. 陳忠虎 (2005)。團隊成員的組織基礎自尊與社會優越傾向對衝突行為的影響—探討社會認同的干擾作用。(碩士論文)。國防管理學院。
5. 張怡祺 (2015)。父權社會影響下兩位選擇中性穿著成年女性之敘說研究。(碩士論文)。國立東華大學。
6. 劉炳輝 (2006)。國小原住民學童適應行為、文化認同、自我調整學習與其學業成就關係之研究。(博士論文)。國立屏東教育大學。
7. 楊凱翔 (2017)。藩籬內的游離界域—以「跨性別」轉化解離於印花服裝創作實驗。(碩士論文)。實踐大學。

### 期刊

1. 蘇文清、嚴貞、李傳房 (2007)。符號學與認知心理學基礎理論於視覺設計之運用研究—以「標誌設計」為例。人文暨社會科學期刊，3 (1)，95-104。
2. 羅新興、戚樹誠 (2002)。團體認同、正義知覺與生涯期望關係之研究 - 以國防大學成員為樣本。國防管理學報，23 (2)，1-15。
3. 張玉筠 (2009)。「本我」、「自我」和「超我」在辛蒂·雪曼的作品風格之表現。造形藝術學刊，2009 (12)，63-78。
4. 楊裕隆 (2012)。符號理論與應用。科學發展，(478)，16-22。
5. 盧志耕、鍾成鴻 (2020)。從社會符號學論海軍陸戰隊形象形塑對於全民國防教育之影響：以潛龍高手在民間系列節目為例。海軍軍官學校季刊，39 (4)，8-23。

## 網路資料

1. 痞客邦 (2017 年 5 月 10 日)。「吸菸裝」服飾風格~~ 女人衣櫥裡必備的男人服裝。文化服裝教育協會。<http://bunkaifc.pixnet.net/blog/post/220958661>
2. Jane Tsao (2021 年 7 月 2 日)。女生可以穿褲子，男人為什麼不穿裙裝？衣著背後的性別史。BeautiMode。<https://www.beautimode.com/article/content/88525/>
3. Miss 邦 (2016 年 6 月 3 日)。在這顆星球上，有一群男人比女人更適合穿女裝。壹讀。<https://read01.com/jDdoAz.html>
4. wowtrend (2018 年 6 月 8 日)。Unisex | 服裝從來不在意你是男還是女。壹讀。<https://read01.com/aAMBB3K.html#.YWulet1Bzzc>
5. 王磊 (2023 年 7 月 13 日)。全球婦女運動的發展與歷程。財團法人海峽交流基金會。<https://www.sef.org.tw/article-1-129-8743>
6. 行政院原住民族委員會文化園區管理局、原住民族委員會。(n.d.) 母親當家—阿美族、卑南族的母系社會。臺灣女人。<https://women.nmth.gov.tw/?p=1883>
7. 佛洛伊德 (Freud) 的人格發展理論。(n.d.)。教育百科。<https://pedia.cloud.edu.tw/Entry/WikiContent?title=佛洛伊德%28Freud%29的人格發展理論&search=佛洛伊德%28Freud%29的人格發展理論>
8. 精神分析筆記：三我系統。(2021 年 10 月 6 日)。VOCUS。<https://vocus.cc/article/615db896fd89780001b253d5>
9. 羅東鎮戶政事務所 (2022 年 9 月 27 日)。性別平等。宜蘭縣羅東鎮戶政事務所。<https://ldhro.e-land.gov.tw/cp.aspx?n=11179>
10. Lorraine Pan (2025 年 7 月 14 日)。認識性別流動與非二元：我可以不男不女或既男又女嗎？。酷兒翻越 QueerMargins。<https://www.queermargins.tw/genderfluid-nonbinary-lorraine-pan>
11. 有靈 (2023 年 5 月 19 日)。什麼是無性別？：認識「沒有性別」的性別認同。酷兒翻越 QueerMargins。<https://www.queermargins.tw/what-is-agender>
12. GEEQ 編輯部 (2021 年 1 月 4 日)。花戴與不戴，都是追尋自我的那個少年：蔡辰書導演專訪。Medium。<https://medium.com/gender-equity-education-quarterly/花戴與不戴-都是追尋自我的那個少年-蔡辰書導演專訪-e965ccbf459>