



# 在子女“表白”後…

給同性戀、雙性戀  
和變性者父母的指南

## After Your Children Come Out...

A Guide for Parents of Gay, Lesbian,  
Bisexual and Transgender Children

### 當發現子女是同性戀者或雙性戀者時怎麼辦？

大多數父母的第一反應都是：“我該如何處理？”當孩子對父母表白時，絕大多數父母都是沒有思想準備的。

我們可以肯定地說，很多父母都有這樣的感覺。根據統計，在美國和全世界，幾乎每十個人中就有一名是同性戀者，因此可以大至推算出每四個家庭裏就有一個有同/雙性戀家庭成員，而幾乎每一個家庭在親戚範圍內都至少有一名同/雙性戀者。

這就意味着你可以和很多人交流。根據我們的經驗，這種交流是非常有益的。一些書籍和求助電話可以提供相關資訊，你還可以和其他人交談、分享經驗。我們還可以告訴你，如果你願意，你不但可以從茫然中走出來，而且可以和你的孩子建立起比原來更強而有力和更親密的關係。這是我們共同的經驗，但要做到這一點并不容易。

有些父母可以大步向前邁進，但許多人都經歷了一個伴隨着震驚、否認、憤怒、愧疚和失落的痛苦歷程。以當今社會對同性戀的態度來看，上述種種感受都是可以理解的，但你不要去責怪自己的感受，而是要更加愛你的孩子，要理解、接受和支持他們。

當孩子表白自己的同/雙性戀身份時，你可能會覺得好象失去了他/她，但事實并非如此。因為你的孩子無論是在昨天還是在今天其實都是同一個人。實際上，你所失去的僅僅是孩子原來在你心目中的印象以及你自以為對孩子的了解。這種失落感很令人難受，但你可以心情愉快地以一個新的、更真實的印象和了解取而代之。

對於年輕的同/雙性戀者來說，父母的理解尤為重要。受到父母排斥的同/雙性戀者更有可能走向吸毒、酗酒或者自殺；一些青少年為了保護自己，則盡量和父母保持疏遠的距離。

如果你的孩子自願向你表白身份，你可能在理解孩子方面已經做得非常出色。同/雙性者現在仍然受到多數人的排斥。如果孩子向你坦誠公開自己，這本身就顯示了他們對你懷有深切的愛與信任，現在該是你趕上孩子的勇氣、愛、信任和承諾的時候了。

---

如果孩子向你坦誠公開自己的性傾向，這本身就顯示了他們對你懷有深切的愛與信任。現在應該是你趕上孩子的勇氣、愛、信任和承諾的時候了。

---

## 我的孩子是否不同於以前了？

我們一般以為看着孩子出生、成長，就能够了解他們的所思所想。但當孩子公開自己是同性戀或者雙性戀的時候，我們竟然毫不知情。或者我們早就知道却極力否認，而震驚和茫然是我們一般的反應。

關於孩子將會怎樣、應該怎樣和能夠怎樣，你有一個夢想或期待。這個夢想脫胎於你的經歷、你自己成長時的理想，還有你周圍的文化氛圍。儘管同性戀者在人口中占有相當的比例，社會却祇為我們的孩子準備了異性戀式的夢想與期待。

你所感受的震驚和茫然是痛苦歷程的一部份，你失去了對孩子的夢想，你還發現自己無法揣測和了解孩子的心思。

當然，我們略加思考就會發現，不管是同性戀還是異性戀孩子，都會讓我們經歷這樣的感受。孩子們總是讓我們吃驚，例如他們的結婚對象可能不合我們的心意，他們的工作可能不合我們的期望，他們也不居住在我們希望他們居住的地方。儘管我們處理此類問題比面對孩子的“非傳統”性傾向更有準備，但孩子們仍然處處讓我們感到震驚。

父母需要不斷提醒自己，我的孩子并未改變，他/她還是同一個人。如果你要真正了解和理解你的同/雙性戀孩子，你就需要改變一些你對他的夢想和期待。

## 孩子為什麼告訴我們這些？

一些父母會覺得，如果他們不知道孩子的性傾向會更好受一些，他們回頭想起孩子表白前的日子好象沒有什麼問題，但這樣想忽略了其實自己正與孩子在疏遠。

有時我們會試圖否認正在發生的事情。我們反對我們聽到的（“這祇是一個詞而已，你會克服它的”）；或者我們不想聽（“如果你選擇這種生活方式，我沒有興趣聽”），或者我們避重就輕（“好了！親愛的，今晚你想吃什麼？”），這些都是正常的反應。然而，如果你不知道孩子的真實性傾向，你就不可能真正了解你的孩子，孩子生活中的很大一部分內容就會與你無緣，你永遠不可能真正地完全地了解他們。

接受和了解孩子的性傾向是非常重要的，因為同性戀不僅僅是一個詞。決定向父母表白時，孩子并非祇是想到同性戀這個詞而已。一般來講，他們往往對自己的性傾向已經有了一段漫長而艱苦的思索，所以如果你想問“你肯定嗎？”之類的問題時，答案幾乎總是肯定的。向父母表白需要克服很多負面例子的陰影影響，還要承擔極大的風險，任何人都不會草率行事。

事實上，孩子對你表白顯示了他們對你的愛以及他們需要你的支持和理解。表白需要很大的勇氣，它意味着孩子想與你建立一種開放和誠實關係的強烈願望。在這種關係裏面，你愛你的孩子是因為他們是他們自己，而不是因為他們會成為你所向往他們可能成為的人。

## 為什麼孩子以前不告訴我們？

當你意識到孩子很可能已經考慮了幾個月或幾年才告訴了你這些，你很容易把這誤解為缺乏愛和信任。你發現你對孩子的實際了解并不如你想象的那麼多，你也被排除在他們的一部分生活以外，這是一種痛苦的感受。

不管孩子是同性戀還是異性戀，在一定程度上，所有的父母在與子女的關係中都要面臨類似這樣的問題。在孩子漸趨成年的時候，父母與子女的關係會有一種必要的分離。你的孩子可能已經意識到某些事情，而你還沒有；他們去做某件事，事先却不和你商量。但在表白問題上，情況尤為棘手。因為孩子對自己的性傾向下的結論是非常重要的，却又如此之出乎你的預料，你可能有很長時間不了解孩子的心思了。

---

事實上，孩子對你表白顯示了他們對你的愛以及他們需要你的支持和理解…意味着孩子想與你建立一種開放和誠實關係的強烈願望。

---

同/雙性戀者往往花很長時間才最終承認自己的身份，這可能是他們盡量對父母保密的原因。同/雙性戀青年通常在年紀較小的時候就感到自己與眾不同，但要多年後，他們才會用“同性戀”或“雙性戀”來定義這種感覺。因為我們仍然生活在對同性戀抱有誤解和恐懼的社會裏，同性戀者需要花很長時間來確認自己的性傾向。他們通常對自己的性傾向感到不安或自我敵視。一個同/雙性戀者可能需要花很長時間，在仔細思考後才能鼓足勇氣向父母表白。即便你覺得孩子應該明白他們可以和你談任何事情，而却没有，你也不應抱怨，因為你知道我們社會對同性戀的態度是“不問不說”。

綜上所述，即使你可能因未能幫助孩子度過困難時期而感到遺憾。即使你相信如果你較早卷入會有另一番結果，請一定理解你的孩子不大可能更早向你表白。更重要的是，孩子現在向你表白就是希望與你建立更加誠實與開放的關係。

---

也許我們仍然好奇，但要支持和愛你的孩子，他們為什麼是同性戀者或雙性戀者其實並非那麼重要。

---

### 為什麼我的孩子是同性戀或雙性戀？

父母經常問這個問題的原因有很多，其中包括：可能為失去孩子在自己心中的形象而難過；覺得自己做錯了什麼；以為有什麼人“誤導”孩子“變成”了同性戀；或者想知道同/雙性戀是否有生物學原因。

一些父母在得知孩子是同性戀後會有震驚、抵觸和憤怒的反應，其中一種表達就是“他/她怎能對我做出這種事情”，這當然不是理智的反應，但却是人對痛苦的一種反應。

我們把這種反應看作一種痛苦的經歷：你為失去孩子在你自己心中的形象而難過。但當你仔細思索自己的種種感受時，你可能會發現孩子祇是作了一件對你表示信任的事情。而你在知道真相後，你與孩子的關係其實能夠進一步發展。

你可能認為孩子是被別人引導而變成同性戀者或雙性戀者的。但以為同/雙性戀是“學來的”是廣為流傳的錯誤概念。事實上，沒有人能把你的孩子“變成”同性戀。你的孩子極有可能很早知道自己的“不同之處”了，沒有哪個人或哪群人能夠“改變”你的孩子。

有些父母相信自己才是孩子成為同性戀者或雙性戀者的原因。多年來，心理學和精神病學界流傳着一些關於同性戀成因的似是而非的理論，比如父母的個性類型——强悍的母親和脆弱的父親；或是確乏同性表率等等。這些理論已經被今天的心理學界和精神病學界所拋棄，而“**同助會**”（同志家人朋友互助會）的一部分工作就是從我們的大眾文化中清除這些荒謬理論和錯誤概念。

同/雙性戀者可以出自各種各樣的家庭，在一些家庭中母親可能居支配地位，而在另外一些家庭中父親可能更有發言權；同性戀者可能是最小的孩子，也可能是最大或中間的孩子；一些家庭的兄弟姐妹中有多個同性戀者，有些則祇有一個；許多同性戀者的家庭可以被視作社會模範。

許多父母想知道同性戀是否有基因或生物學基礎。雖然現在有一些關於同性戀和基因的研究，但還沒有最終結論。在這方面缺乏資料的情況下，我們鼓勵你自詰——同性戀的成因對你真的很重要嗎？

支持和愛你的孩子是否取決於你能否找到一個成因？我們是否要求同性戀者以同樣的方式審視自己的性傾向？請記住，同性戀者存在於各種職業、宗教、國籍和種族的人群中。因此象同性戀者一樣，同性戀者各有不同，他們以不同的方式確立了自己的性身份。也許我們仍然好奇，但要支持和愛你的孩子，他們為什麼是同性戀者或雙性戀者其實並非那麼重要。



## 我為什麼對孩子的性傾向感到不安？

父母的憂慮是文化與傳統的產物。在我們的社會裏，同性戀恐懼 (homophobia) 是如此之廣泛地存在着，以至我們不能輕易將它從意識中抹去。祇要同性戀恐懼依然存在，同性戀者及其父母就會有一些非常確實、合理的擔心和害怕。

許多父母可能會有另一種負疚感。他們自詡為自由派，深信自己早已將性偏見拋諸腦後。他們中的一些甚至有同性戀朋友，但當他們發現自己的孩子是同/雙性戀者時，往往會吃驚地意識到自己的不安。這些父母不單要與內心深處的同性戀恐懼作鬥爭，還要加重一層負擔，因為他們覺得自己不應該對同/雙性戀懷有恐懼。

把精力集中到真正的關注點——你的孩子現在最需要從你這裏得到什麼？這將會更有所幫助。試着避開負疚感，因為它沒什麼根據，而且對你和你的孩子也毫無幫助。

---

企圖通過治療來改變孩子的性傾向是沒有意義的。同性戀和雙性戀並不是一種需要被“治療”的疾病，它是自然存在的。

---

## 我們是否應該去見精神病學家和心理學家？

企圖通過治療來改變孩子的性傾向是沒有意義的，同/雙性戀並不是一種需要被“治療”的疾病，它是自然存在的。

因為同/雙性戀不是“選擇”的結果，所以不可能“轉變孩子的想法”。美國心理學會和美國醫療學會的正式看法認為：企圖改變同/雙性戀者的性傾向是不符合職業道德的，也是徒然無益的。在 1998 年和 1999 年，美國心理學會和美國精神病學會再次公開聲明，反對所謂的“變向治療” (Conversion Therapy)。

在某些情況下，諮詢一些在家庭問題和性傾向方面有經驗的人是有好處的。你可以和他們談你的感受以及你怎樣克服它們；你可能覺得你和孩子需要在這段時間裏得到一些幫助，以便清楚地溝通交流；或者你發現孩子情緒低落，在性傾向的自我認可方面需要得到幫助。同性戀者在自我認可方面經常會有麻煩，在這種狀況下，自我排斥的情緒是危險的。

在所有這些情況下，有許多方法和資源供你選擇。凡是同性戀者親友組織的成員，不管是個人還是小組，都能提供資訊、空間和資源幫助你與同/雙性戀孩子建立更強有力的關係。

在剛開始，你可能覺得需要保密和在一定程度上匿名，這是可以做到的。**同助會**的成員還可以向你推薦曾經幫助過自己家庭的人。

有許多資源能夠提供資訊、建議和幫助，我們鼓勵你嘗試多種選擇，然後使用那些對你和你的家庭最合適的資源。

## 我的孩子是否會被排斥？就業是否會有麻煩？或者是否會遭到人身攻擊？

發生這些情況的可能性是存在的，這取決於你孩子的居住地和他們的職業。但是社會對同性戀的態度已經開始變化，變化速度正在加快。在許多地方，你的孩子能夠相對而言不受歧視地工作和生活。

不幸的是，在很多地方，社會轉變通常是緩慢的。祇需要看看婦女在美國這個國家花了多長時間才取得選舉權就能明白這一點。進步還會經常伴隨着一些倒退反復。除非更多的個人和組織支持同性戀權利，除非從我們的社會中根除掉同性戀恐懼，你的孩子的確面臨着嚴峻的挑戰。

## 我怎樣把這些和我的宗教信仰調和起來？

對一些父母來講，這可能是最難面對的問題；對另一些而言，這根本不成問題。

的確有一些宗教還在譴責同性戀，但即使在這些宗教裏也有一些受尊敬的領袖認為自己教會的立場是不明智的。你仍將會聽到有人引用《聖經》來辯護自己對同性戀的偏見，但是很多《聖經》學者對此有不同看法。

1997年，美國天主教會的主教們發出職責聲明，提醒父母關愛和支持他們的同性戀孩子。1994年，美國的主教會的主教們在給家長們的信中寫道：“就象異性戀者一樣，同性戀者所體會到的不可動搖的愛心就是一種神迹。”

許多美國的主流宗教已經正式站在了同性戀權利的一邊。一些甚至走得更遠，比如衛理公會就建立了一套方法來協調會眾歡迎同/雙性戀者。自1991年，基督聯合教會就有一項政策，申明性傾向不應成為是否向某人授予神職的障礙。主教會的立法機構宣布同性戀者在教會中和其他人享有完全相同的權利。

## 愛滋病是怎麼一回事？

愛滋病起初在同性戀者和吸毒者中快速傳播，今天它正威脅所有的人和社區。因此每個父母都應當關注愛滋病，不管孩子是同性戀者還是異性戀者。你應當確保你的孩子了解愛滋病的傳播途徑以及怎樣自我保護。當青少年在性方面日益活躍，而愛滋病又在肆虐時，沒有哪個父母能夠莽自認為自己的孩子是絕對安全或承受因為無知而帶來的風險。

假如你的孩子已經是愛滋病患者或病毒攜帶者，他們現在就比任何時候都更需要你的支持。你應當知道你并不孤單，有相當多地方和全國性的機構能夠提供醫療和心理及生理護理。同性戀者親友組織能夠向你提及其他與你處境相似的父母和家庭，並提供你需要的相關資源，請撥打我們的電話與我們聯絡。在這種情況下，你和孩子的關係能夠變得更密切，但是由於孩子健康狀況的改變，你的家庭必須學會去調整適應這種生理和心理狀況。



## 是否有關於同性戀的法律規定？

一些州有關於性行爲的法律規定，其中的一些條款可以追溯到上個世紀。根據這些法律，一些或者全部同性性行爲和許多異性性行爲都被視爲非法。

許多州已經推翻了類似法律，另一些州則還沒有。針對個人而執行這些法律的例子是非常罕見的。但這些反同性戀的法律在有關監護權爭執和關於性傾向歧視的案子中，往往都對同性戀者造成不利。

然而希望是存在的，許多州、城市和城鎮已經使同性戀合法化，并把同/雙性戀視作自然行爲。這些司法措施保證了對同/雙性戀者不受歧視。

## 我們已經接受了同/雙性戀者，但他們為何一定要炫耀？

當同性戀者表白時，當他們公開表達對同性伴侶的戀情時，當他們穿戴着有同/雙性戀標識的體恤衫和飾物時，或者他們參加同/雙性戀自豪遊行時，他們經常被指責爲“炫耀”自己的性傾向。

在一個假定所有人都是異性戀的世界裏，“表白”是同性戀者公開自己性傾向的唯一途徑。“表白”也被認爲是避免因被社會忽略而導致自我敵視和缺乏自信的積極方法。

當你的孩子公開表達對同性伴侶的戀情時，你可能感到不舒服。但請記住：所有戀人，不管是同性戀者還是異性戀者，都經常公開表達他們的戀情，因爲他們時刻感受到對伴侶的欣賞和愛戀。請想想，當異性伴侶這樣做時，你是否感到同樣的不安？

在上述兩種情況下，“炫耀”可能只是在公眾場合下的一種放鬆和自然的行為。在其它情形裏，如穿上同性戀體恤衫或參加公益活動等等，則可能是為了政治目的而有意表白自己的性傾向。在忽略和輕蔑同性戀的文化和社會環境裏，公開強調自己的性傾向是一種非常重要的自我肯定行為。

也許你擔心孩子公開的同性戀行為會帶來潛在的負面反應。出于同樣的擔心，一些同性戀者當然也會審視自己的行為，但應該由你的孩子來決定要如何做。



## 我的孩子將會有自己的家庭嗎？

長久以來，同性戀伴侶就把他們的關係看作和異性戀夫妻的關係一樣，有相同的承諾和家庭。許多同性戀伴侶還和朋友家人一道正式慶祝他們的結合。

一定數量的州和地方政府現在承認同性伴侶。而越來越多的公司，包括 IBM 和美國運通等，也向雇員提供同性伴侶的健康保險和其他福利。

越來越多的同性戀伴侶自己也成為了家長。一些女同性戀者通過人工受精懷孕，和伴侶共同撫養孩子。

一些曾經有過異性關係的男女同性戀者則和同性伴侶一起撫養原來的孩子。當然，越來越多的同性戀伴侶也都共同領養孩子。

## 我們應該怎樣告訴家人和朋友？

就象表白對同性戀者很困難一樣，這種對其他親友“表白”的過程對很多家長而言也是很困難的。許多父母從一開始知道孩子是同/雙性戀者時就密而不喧。當他們反復思索接受孩子的性傾向時，他們常常擔心被人發現。對於他們來講，回答諸如“他有女朋友嗎？”或“那她什麼時候結婚？”之類的問題就成了真正的挑戰。

我們中的許多人發現，事實遠不如我們想象的可怕。當我們幾年以後把真相告訴我們的父母，也就是孩子的祖父母時，他們的反應僅僅是“我們早就猜到了。”

我們給你和同性戀者的建議是相同的，那就是更多地了解醫療、心理學、宗教和職業界以及政界對同性戀日益改變的看法。你可以引用相當多的“權威”（如美國心理學會、美國精神病學會、美國精神分析學會、美國醫學會、美國兒科學會等）來和你一起捍衛同/雙性戀者的平等權利。

同性戀者也為人類社會做出了不朽貢獻，考慮到許多同性戀者隱瞞自己的性傾向，我們所提供的只包括一部分你可以引用的名字，但這也意味着你已經知道許多同性戀者了。

練習你將要說的話，就象你要準備一次公開講話、一次工作面試，或是要鼓勵自己的信心，或是面對一件讓你害怕和緊張的新鮮事。

一個家長說：“我過去在浴室裏，關上門，對着鏡子練習面帶自豪地說‘我的女兒是同性戀。’真的有效。練習真的很有必要。”

與理解你憂慮的人談話。同性戀者親友組織的成員和你談談他們自己的經驗也許對你有用，請聯系我們總部或當地分部，進一步了解我們在國內外幾百個分部的廣泛工作系統。

你可能會從親戚、朋友和同事得到一些負面或無關痛癢的反應，但你很可能發現這些反應比你擔心的要少很多。

請記住，你的孩子在表白方面已有經驗，他們對你也許還能有幫助。還請記住，表白的對象應是你和孩子討論後共同認可的。

## 鄰居們會怎麼說？

這是一個非常現實的擔憂，尤其是對於那些和周圍社區關係緊密的家庭，或者是那些居住在原教旨主義勢力強大的地區的家庭。

但是同性戀者出自于世界各地的家庭，這些家庭有不同的文化、宗教、種族和職業背景。

一個家長說：“我曾經以為在俄克拉荷馬州的塔爾薩市裏祇有我的女兒是同性戀者，但當我公開談論這個問題時，其他家長也站出來說話了。現在每當有人告訴我‘我需要和你談。’時，我就知道是什麼事兒了。”

---

現在的行為應當是你作為家長對孩子無私支持的一種自然延伸：你們需要一起傾談、聆聽和學習。

---

## 我該如何支持孩子？

作為一名家長，你必須關心自己和你的孩子，**同助會**希望根據你的需要提供幫助，使你成為更好的家長。

閱讀這些資料就是支持你的孩子的第一步——你已經顯示了對新資訊的開放心態，而且已經有所收穫。現在的行動應當是你作為家長對孩子無私支持的一種自然延伸：你們需要一起傾談、聆聽和學習。

不同孩子的需要各不相同，學習應該如何和孩子交流關於性的問題和需要取決於你。一些父母發現，更好地理解和支持孩子的方法是明確各自生活經歷中的相同和不同之處；另一些則認為，談論你對付傷害性事件的經驗會有幫助。不論在哪種情形下，你都必須意識到，建立在性傾向基礎上的歧視有特殊的傷害性。

總之，你可以通過盡量學習關於同/雙性戀的相關知識來幫助孩子，你還可以幫助同/雙性戀者從隱藏走向公開，正是這種隱藏使偏見和歧視得以存在。

## 我是否能學會處理這些新知識？

一個心理學家這樣回答：“絕大多數人一旦適應了孩子的真實性傾向，就會感到在眼前出現了一個全新的世界。首先，他們熟悉了孩子生活的另一面，而這是他們曾經被蒙在鼓裏的，他們現在進入了孩子的生活。通常來講，他們與孩子的關係更加密切了。其次，他們開始認識同性戀社區的人，然後了解到這些人和其它社區的人并無不同。”

DISCLAIMER: This publication is largely based on the materials available from the website of Chinese Society for Study of Sexual Minorities ([www.csssm.org](http://www.csssm.org)). CSSSM retains the copyright of the materials and PFLAG Northern California Chinese Chapter does not claim the copyright of the text. CSSSM has given permission to PFLAG Northern California Chinese Chapter to duplicate and distribute these materials.

聲明：此出版物主要是來源于北美華人性別與性傾向研究會(CSSSM)網站上的的資料([www.csssm.org](http://www.csssm.org))。CSSSM 擁有其版權，同助會(PFLAG)北加州分部不聲稱擁有其版權。CSSSM 同意同助會(PFLAG)北加州分部復印和派發此資料。

# 一些父母的心聲

“我當時感到傷心，想着如果別人問‘高瑞現在怎樣了？’我該任何回答？就在此時，答案出現了：高瑞很好，情況不妙的是我。一旦想到了這一點，事情就容易多了。當我們接觸到高瑞的朋友時，發現他們都挺不錯，並且意識到高瑞其實屬於一個特別棒的群體。所以問題在哪裏？這是社會的問題。我們就這樣克服了困難。”

—— 一位有同性戀兒子的母親

“我覺得閱讀和學習關於性傾向的知識對我幫助最大……拋棄那些荒謬的東西……學得越多，我越是生氣，我越想去改變社會觀念，而不是改變我的孩子。”

—— 一位有同性戀兒子的母親

“當我讀得越來越多，尤其是讀到絕大多數接受自己性傾向的孩子說他們感到更平靜、更快樂和更自信時，我想通了。我當然希望我的孩子就是如此，我肯定不想成為孩子的絆腳石。”

—— 一位有同性戀兒子的父親

“我有差不多三個月的時間經常流淚，但我們關係一直很好，也從未改變。我們從未質疑對他的愛。當他表白時，我們倆都立刻向他保證我們對他的愛。從那以後，我們和兒子的關係進一步加強了，因為我們知道他在挑戰這個社會，而我們是站一起的。”

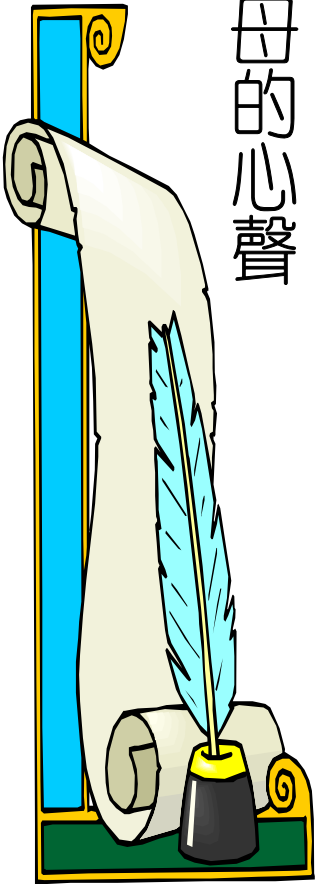
—— 一位有同性戀兒子的母親

“交流真的很重要。你知道自己并不孤單，其他人有相關的經驗，他們用積極的方法來處理這件事。這件事的好處是你和孩子的關係更密切了。一般來講，父母總是關心孩子的。他們不願意游離于孩子生活之外。”

—— 一位有同性戀女兒的母親

“是我的兒子對我說‘爸，我和從前一樣。’六個月過去了，我意識到他生活的方方面面真的沒有變化……想想她托付在你手中的信任，還有她的勇氣。”

—— 一位有同性戀女兒的父親



## 同助會

紐約市同志家人朋友互助會

郵政地址 Mailing Address:

PFLAG New York City  
130 E. 25th St., Ste. M1  
New York, NY 10010

網站 Website: [www.pflagnyc.org](http://www.pflagnyc.org)  
電話 Phone: 646-397-4032  
電郵 Email: [api@pflagnyc.org](mailto:api@pflagnyc.org)

### Regular meeting:

Main meeting on the second Sunday of each month at 3 p.m. The API Project for Asian-Pacific Islander families and individuals has a dedicated meeting in odd-numbered months. Please visit our website for meeting locations and details.

### 例會

每月第二個星期日下午三點。請去我們的網站查查閱具體的開會地點和詳情。