

这份海报是反种族歧视教材系列的一部分,旨在帮助学生了解在加国的种族歧视以及如何对付社区中的歧视问题!此教材系列有6份海报和6个视频。如果可以的话,请尝试从头开始按顺序阅读!此海报是该系列的第五份。

对抗种族歧视: 让我们来练习一下!

如果你听到种族歧视的评论或看到某些种族歧视的事件,这里有5样事情(或5 D)你可以做:



转移 (Distract)

做一些能让人聆听或转移注意其他事物的事情。



委托 (Delegate)

寻求他人的帮助。



记录 (Document)

写下所发生的事情,例如时间、日期和人名。



推延 (Delay)

在种族歧视发生后,问那个人是否还安好。



直接 (Direct)

当种族歧视发生时,出声反对它。

根据所发生的情况,你可以使用5个以上的D。如果你不确定,至少尝试一种方法。重要的是你正在为此做些事情。

如果种族歧视发生在你身上,你仍然可以尝试一个或多个5D,但不是所有的都有效。如果附近有你信任的人,向他们寻求5D的帮助。





让我们来练习5个D! 对于每个例子,请细读发生的情况。然后看每一个D,并决定你想做哪一个。




例子1: 课堂休息时

你在和两个朋友玩。其中一个人对另一个人的口音做出了有趣的评论。你可以看得出这个人感觉受到伤害。

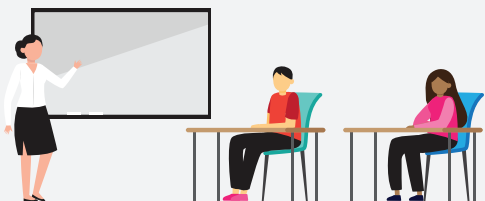
 **转移:**
谈谈你的爱好或周末计画。

 **推延+委托:**
带你的朋友到操场的另一边或远离他人的地方。问问他们是否还好,是否需要大人的说明。

 **直接:**
说出来:告诉你的朋友,“这个评论是带有种族歧视的。”


感受其中:“这个评论让我们不舒服。这就是为什么。”


询问:“为什么有口音很好笑?”





例子2: 在教室里


你正在自己桌子上吃午饭。你听到一个学生取笑另一个学生,说他们有“中国病毒”。

 **转移:**
移动你的座位。坐在被取笑的学生旁边,和他们谈论放学后的计画。

 **委托:**
把评论告诉老师、午餐监督员或其他成年人。

 **记录+委托:**
在纸上写下评论和学生的名字。把这张纸条交给老师、午餐监督员或其他成年人。

 **推延:**
午餐后,找到被取笑的学生,问他们还好吗?

 **直接:**
说出来:告诉你的朋友,“这个评论一点都不酷,因为疫情COVID-19并非来自某一群体。”

感受其中:“这个评论不太好。请不要打扰他们。”

询问:“你说‘中国病毒’是什么意思?”



例子3: 网上聊天

当你向一群朋友发送网上资讯时,你也分享了发生在你身上的种族歧视经历。一位朋友回复说:“我厌倦了人们谈论种族。我们需要停止看到颜色,因为我们都是人。”

转移:
发送一个关于不同主题的有趣表情包。

委托:
在网上聊天时,给另一个朋友发送私人资讯,问他们是否可以谈谈这件事。

记录:
对评论进行截图。与成年人分享,并询问他们如何与你的朋友交谈。

推延:
离开网上聊天以便查看自己的感觉。当你觉得可以再和朋友们聊天时重新加入。

直接:
说出来:告诉你的朋友,“看不到颜色意味着没有种族歧视,但实际上在世界上很多地方都有种族歧视,包括加拿大。”

感受其中:“这个评论让我觉得。让我来解释一下原因。”

询问:“这是我对种族的了解。你觉得怎么样?”



例子4: 在走廊上

当你和你的朋友一起走的时候,你经过一群黑人学生。然后,你的朋友开了一个关于黑人的种族歧视的玩笑。

转移:
问问你的朋友午餐吃什么。听了他们的笑话后不要笑。

推延:
告诉你的朋友你要去洗手间。然后,找个成年人问问你该如何和你的朋友交谈。

直接:
说出来:告诉你的朋友,“这个笑话是对黑人的种族歧视。这不好笑。”

感受其中:“我不喜欢种族歧视的笑话。”

询问:“你为什么觉得这个笑话好笑?”



例子5: 在图书馆

你看到两个学生笑着翻阅一本关于原住民的书。他们把你叫过去并且指著书上的图片嘲笑穿着传统服装的原住民。

转移:
给学生看你正在阅读的书籍。不要和他们一起笑。

委托:
让图书管理员或老师知道这两个学生如何使用这本书。

记录+委托:
在纸上写下书名和学生的名。然后把这张纸条交给图书管理员或老师。

直接:
说出来:告诉学生,“这是对原住民的种族歧视。”

感受其中:你不尊重他们让我很不舒服。他们的传统服装很漂亮,加拿大的原住民是世界上重要的一部分。

询问:“他们的传统服装有什么可笑的?”

这个学习系列是由老师得到原住民,黑人和华人社区的学生,家长,组织和成员的支援下制作的。

想了解更多学生资源,请浏览ccncsj.ca/further-learning。

有关引文,请浏览ccncsj.ca/infographics。

想了解更多资讯,请浏览ccncsj.ca。