

親と家族のリソース-アトランタでの最近の出来事について子供たちと話す方法(2021年3月)

このドキュメントは、先週のアトランタでのイベントについて話す方法で子供たちをサポートするために、Travellの親と家族のためのTravellDEI委員会によって作成されました。ごまし、委員会に問い合わせください [不明な点がございましたらTravellDEI @ gmail.comのTravellDEIお](mailto:不明な点がございましたらTravellDEI@gmail.com)。

ここを見つけることができます。では、次のカテゴリに分類されたリソース

- [人種差別人種差別に関するについて子供と話す](#)
- [反に関する子供向けの本](#)
- [メンタルヘルスのリソースとサポートグループ](#)
- [詳細を知りたいですか？アジア系アメリカ人の経験について聞いて学ぶ](#)
- [もっとやりたいですか？行動と同盟の機会と](#)

人種差別について子供たち話す子供たちの

反人種差別:憎しみと戦うための年齢別ガイド

分裂に満ちた時代では、バイアス事件は私たちのニュースフィードを暗くし、私たちの不安をエスカレートさせます。私たちは一流の専門家に、親がどのようにして子供たちを憎しみに屈しているように見える世界から保護し、子供たちを羊飼いにすることができるかを尋ねました。

[Viral TikTokビデオモデル反アジアの暴力に関する親子の議論](#) このABCNewsビデオは、韓国系アメリカ人の母親がアトランタでの最近の殺人について子供たちと話しているところを特集しています。この記事では、子供たちと同じ会話をするためのヒントを提案しています。

[ダンシングパンダのブログ:アトランタの暴力について幼い子供たちと話し合うのに役立つスクリプト](#) ダンシングパンダの創設者兼CEOであり、Travellのお母さんであるDeb Leeが、アトランタでの出来事について幼い子供たちにどのように話したかを語ります。

[NPR:反アジア人種差別について子供たちと話す方法](#) NPRのアンカーであるオーディーコーニッシュ、著者で会話の音声(8:12)とトランスクリプトスレートのアドバイスコラムニストであるニコールチョン、神経科学者で子育ての本の著者であるクリスティンコウの間で、反アジアの人種差別と非難について子供たちと話合っ。

[反アジア人種差別について議論するアジア/アジア系アメリカ人青年の親のためのガイド](#) 多文化およびグローバルメンタルヘルスのためのウィリアムジェームスカレッジセンター(CMGMH)アジアメンタルヘルスプログラム、マサチューセッツ総合病院(MGH)異文化学生感情センターとの協力ウェルネスは、年長の子供を効果的にサポートするための知識とスキルを親に提供するためのガイドを作成しました。ガイドは提供され [複数の言語でています](#)。

[COVID-19\(コロナウイルス\)のスティグマと人種差別に対抗する:親と保護者のためのヒント\(nasponline.org\)](#) 全米学校心理学者協会は、子供たちのコミュニティでCovid関連のスティグマやその他の反アジア人種差別と闘うためのヒントを共有しています。

[ニュースについてお子さんと話す方法\(保護者向け\)-Nemours KidsHealth](#) 子供たちは現在の出来事を心配し、何が起きているのかを理解するのに大人を必要とするかもしれません。次の手順を実行して、子供がニュースを理解し、より安心できるようにします

反人種差別に関する子供向けの本

。[Joyce Y. LeeとEmily Ku Young, Proud, Sung-jee](#)による 反アジア人種差別について大人と幼児の間で有意義な議論を生み出すのに役立つ絵本。この本は現在無料でダウンロードできます。

[すべての色 ケイティ・キッシンジャーの](#) 私たちの肌の色が私たちの祖先、太陽、メラニンによってどのように決定されるかについて、子供たちに簡単で科学的に正確な説明を提供します。また、さまざまな肌の色合いを捉えたカラフルな写真も満載です。子供たちが私たちの豊かで多様な世界を受け入れ、理解し、評価するとき、ポジティブなアイデンティティを構築するのに役立ちます。子供たちとの会話を広げるのに役立つユニークなアクティビティのアイデアが含まれています。

メンタルヘルスリソースとサポートグループ

[13アジア系アメリカ人コミュニティ向け:](#) のメンタルヘルスとウェルネスリソースメンタルヘルスに関するスティグマを打ち砕き、人々が必要なサポートを受けるのを支援することを目的とした、AAPIコミュニティ向けのメンタルヘルスとウェルネスリソースのリスト。

[Asian Mental Health Collective:](#) アジアのコミュニティ内のメンタルヘルスを正常化し、非スティグマ化することは、Asian Mental Health Collectiveの使命です。Asian Mental Health Collectiveは、世界中のアジアのコミュニティがメンタルヘルスを簡単に利用でき、親しみやすく、アクセスしやすいものにすることを目指しています。

[アジアのメンタルヘルスプロジェクト:](#) 多くのアジア系アメリカ人のコミュニティ、そしてより多くのアメリカ人の人口では、メンタルヘルスと精神疾患についての知識が一般的に不足しています。苦しみの症状の多くは「目に見えない」ため、精神疾患を認識するのは難しいことがよくあります。メンタルヘルスとの闘いは選択または弱さの兆候であるという誤解があります。アジアのメンタルヘルスプロジェクトは、この信念を払拭し、すべての人が利用できるリソースを提供することを目的としています。

[SouthAsianTherapists.org:](#) インド、パキスタン、バングラデシュ、スリランカ、アフガニスタン、ネパールの遺産のセラピストを含む、南アジアのセラピストの最大のグローバルコミュニティの本拠地。ここでは、あなたが探しているサポートを受けるのを助けるために、文化的に有能な南アジアのメンタルヘルスの専門家を見つけることができます。

詳細を知りたいですか？アジア系アメリカ人の経験について聞いて学ぶ

反アジアバイアス、その歴史的背景、および現在の兆候に関する親のためのリソース

読む:

[「反アジア人種差別は家族が彼らの安全を恐れている」](#) 両親 全国の家族が日常生活で人種差別や外国人排斥をどのように経験しているか、さらにアジアの憎悪を食い止めるために私たち全員がどのように取り組むことができるかについての誌の記事。

[反アジア人種差別とCOVID-19 |コロラドアーツアンドサイエンスマガジン|コロラド大学ボルダー校](#)
UCBoulderの民族学教授であり、アジア系アメリカ人研究協会の会長であるジェニファー・ホー博士は、米国における反アジア人種差別の歴史を簡潔に概説し、APIAが経験した最近の一連の嫌がらせと結び付けています。コビッドのパンデミックをきっかけにコミュニティ。

[モデルマイノリティの神話とは何ですか？](#) :この記事では、モデルマイノリティの神話と、それがアジア人とBIPOCグループの間のくさびをどのように推進するかについて説明します。

[アジア系アメリカ人のメイキング エリカ・リーによる](#) この主題に関する米国の著名な学者の一人による、アジア系アメリカ人の「包括的...魅力的な」(ニューヨークタイムズブックレビュー) 歴史とアメリカ人の生活における彼らの役割。

見る:

[ダニエル・デイ・キムが議会の前に証言する](#)

ダニエル・デイ・キムの証言(5:33)は、アジア系アメリカ人のさまざまな経験、モデルマイノリティの神話、アメリカの歴史からのアジアの物語の消去に触れ、反憎悪への支持を与えています。犯罪法は現在議会を通過している。(最初に親のプレビューをお勧めします。)

[「人種に関するアジア系アメリカ人との会話」- ニューヨークタイムズ \(nytimes.com\)](#)

アジア系アメリカ人が人種差別に関する個人的な経験と展望について話し合う短編映画(7:19)一部としてのステレオタイプ [YorkTimesの「AConversationonRace」シリーズの New](#)。

[PBSのアジア系アメリカ人ドキュメンタリーシリーズ](#)

PBSはアジア系アメリカ人の歴史に関するドキュメンタリーのコレクション全体、米国のを無料でストリーミングできるようにしました(親と一緒に視聴する年長の子供に推奨)。

聞く:

[十分なアジア人](#) ロサンゼルスタイムズの「AsianEnough」は、アジア系アメリカ人であることについてのポッドキャストです。喜び、複雑さ、そしてその間のすべてのものです。

[もっとやりたいですか？行動と同盟の機会](#)

[USA TODAYの:「\[アジアの\]コミュニティの同盟国になる方法は次のとおりです。」](#) この USAトゥデーの記事は、アジア系およびアジア系アメリカ人のコミュニティメンバーを組織し、擁護し、支援する方法について、アジア以外の家族にアドバイスを提供します。

:

- [寄付NAPAWF ATL](#) は、アトランタのアジアの女性を地上で支援するために何年にもわたって取り組んできました。寄付を地元に残しておきたい場合は、全国に支部があります。

- [アトランタ正義を推進するアジア系アメリカ人](#) では、犠牲者の家族のために資金を集めています。

アドボケイト:

- あなたが所属する組織は、インクルージョンを促進し、反アジア性を排除するために取り組んでいますか？彼らがそれを優先していることを確認しましょう。
- あなたはそれを見たときに人種差別的/ミソジニー的行動を呼び起こす準備ができていると感じますか？そうでない場合、いくつかの組織は、ハラスメントを目撃したときに介入するための安全で効果的な方法に関するヒントを提供しています。(参照してください [Hollaback!](#) と [バイスタンダートレーニング](#)に関する現在のサービスを。)
- 地元のアジアのコミュニティが何を必要としているかを学び、市議会の会議に出席してそれについて話し合い

サポート:

- まず。地元のアジアのレストランや企業から購入します。特にアジアが所有するスパの商品券を購入します。、アトランタの悲劇の性質を考えると。
- ニュージャージー州リッジウッドのヴァンネススクエアメモリアルパークで2021年4月10日土曜日の午後半ばに暫定的に計画されている#StopAsianHateラリーに参加してください。

#StopAAPIHate: 5 Things To Consider When Experiencing Hate

- 1 SAFETY FIRST:** Trust your instincts and assess your surroundings. If you feel unsafe and you are able to, leave the area.
- 2 STAY CALM:** Take a deep breath, limit eye-contact, and maintain neutral body language.
- 3 SPEAK OUT (if you can do so safely):** In a calm and firm voice establish physical boundaries, and denounce their behavior and comments.
- 4 SEEK IMMEDIATE SUPPORT:** Ask bystanders for support or intervention.
- 5 SEEK EMOTIONAL SUPPORT:** Once you feel safer, take time to recover and reach out to someone to talk about what happened. Remember this is not your fault, and you are not alone.

CAA A3PCON
Report incidents at stopaapihate.org

#StopAAPIHate: 5 Ways To Help If You Are Witnessing Hate

- 1 TAKE ACTION:** Approach the targeted person, introduce yourself, and offer support.
- 2 ACTIVELY LISTEN:** Ask before taking any actions and respect the targeted person's wishes. Monitor the situation if needed.
- 3 IGNORE ATTACKER:** Using your discretion, attempt to calm the situation by using your voice, body language, or distractions.
- 4 ACCOMPANY:** If the situation escalates, invite the targeted person to join you in leaving.
- 5 OFFER EMOTIONAL SUPPORT:** Help the targeted person by asking how they're feeling. Assist them in figuring out what they want to do next.



Report incidents at stopaapihate.org