

# 혐오 범죄를 겪고 있거나 목격한 분들을 위한 안전 조언

## 혐오 범죄를 겪는 경우 고려해야 할 5가지 사항



### 1 | 안전이 최우선입니다

본능에 따라 주변을 살피세요. 안전하지 않다고 느껴진다면 가능한 경우 현장을 벗어나세요.



### 2 | 침착함을 유지하세요

숨을 깊이 들이쉬고 눈을 마주치지 말고 중립적인 몸짓을 유지하세요.



### 3 | 소리 내 보세요

(안전하게 할 방법이 있는 경우) 침착하고도 확고한 목소리로 신체적인 경계를 정하고 그들이 하는 행동과 말이 잘못되었음을 알려주세요.



### 4 | 즉시 도움을 청하세요

주변에 있는 사람들에게 도움이나 개입을 요청하세요.



### 5 | 감정적인 지원을 청하세요

안전한 상태라고 느껴지면 있었던 일에 대해 누군가에게 말할 시간을 내어 보세요. 명심하세요. 당신의 잘못이 아닙니다. 그리고 당신은 혼자가 아닙니다.

## 혐오 범죄를 목격하고 있는 경우 도울 수 있는 5가지 방법

### 1 | 행동을 취하세요

표적이 되는 사람에게 다가가서 자신을 소개하고 도움을 베푸세요.

### 2 | 잘 들어주세요

행동을 하기 전에는 항상 먼저 물어보고 표적이 되는 사람이 원하는 바를 존중하세요. 필요하다면 상황을 지켜보세요.

### 3 | 공격자를 차단시키세요

분별력을 발휘하고, 목소리나 몸짓 또는 시선을 분산시켜 상황을 진정시켜 보세요.

### 4 | 함께하세요

상황이 심각해질 경우 표적이 되는 사람에게 함께 현장을 벗어나자고 해 보세요.

### 5 | 감정적인 지원을 베푸세요

감정적인 지원을 베푸세요 표적이 된 사람에게 지금 기분이 어떤지 물어 보고 도움을 베푸십시오. 다음에 무얼 하기 원하는지 파악하여 지원을 베푸십시오.

더 많은 리소스를 보기 원하거나 증오사건을 신고하려면 [STOPAAPIHATE.ORG](http://STOPAAPIHATE.ORG)를 방문하세요.

STOP  
AAPI  
HATE