

# 장애가족을 위한 다문화 정보

## 타인종에 대해 이해하기

### 타인종에 대한 이해 (Racial Literacy) 이란 무엇입니까?

인종에 기반한 문해력은 인종과 인종 차별에 대해 신중하게 이야기하는 데 필요한 지식, 기술 및 인식입니다.

인종에 기반한 문해력에는 아래 내용이 포함될 수 있습니다.

- 인종차별이 발생했을 때 식별할 수 있는 능력
- 인종차별에 대응하거나 대처하기 위한 전략을 보유할 수 있는 능력
- 인종차별이 사회에 끼치는 영향 및 역할을 이해할 수 있는 능력

### 인종이란?

인종은 신체적 차이에 따라 인간을 여러 그룹으로 분류합니다. 인종은 피부색, 머리색, 얼굴 특성 등과 같이 인식된 신체적 차이에 부여된 사회적 의미와 이러한 인식을 강화하는 정치적, 경제적 힘 때문에 중요합니다.

### 인종차별이란 무엇입니까?

인종차별은 인종에 기반한 이점의 시스템입니다. 인종 차별에는 인종 불평등을 재현하기 위해 시행되는 법률, 제도, 문화적 메시지 및 정책이 포함될 수 있습니다. 인종 차별을 정의하는 간단한 방법은 편견에 권력을 더한 것입니다. 개인, 조직, 제도 및 내면화를 포함한 다양한 유형의 인종 차별이 있습니다.

# 인종을 이해하는 데 도움이 되는 인종 문해력 접근법:

## 피부색에 대해 이야기하십시오

인간의 피부는 가장 어두운 갈색부터 가장 밝은 색조까지 다양합니다. 우리 몸에는 모두 멜라닌이라는 물질이 있습니다. 멜라닌이 많은 사람은 멜라닌이 적은 사람보다 피부가 더 검습니다.

## 불공정한 행동과 잘못된 행동을 인정합니다

누군가가 비열하고 무례하게 행동하면 상처를 받을 수 있습니다. 사람들이 피부색 때문에 타인을 부당하게 대우하는 것을 인종차별이라고 합니다.

## 모두에게 더 나은 사회를 원하며 선을 행하는 사람들을 칭찬하고 격려합니다

모든 사람은 안팎으로 자신이 누구인지에 대해 자랑스러워해야 합니다. 타인이 우리를 대하는 방식에 따라 우리의 정체성은 바뀔 수 없습니다.

## 질문하기

귀하가 인종적인 부분에 대해 타인과 생각을 공유할 때, “왜 그렇게 생각하세요?” 라고 질문하십시오. 이렇게 질문하는 행위는 다른 사람들의 관점을 공유하고 새로운 것을 배울 수 있는 기회를 제공합니다.

## 방법: 호흡, 느낌, 그리고 공유

이 방법은 스트레스가 많은 상황이나 갈등의 순간에 가장 잘 사용됩니다.

### 호흡법

천천히 세 번 심호흡을 합니다. 이렇게 하면 머리 속의 걱정에서 벗어나 마음을 진정시킬 수 있습니다.

### 느낌

당신이 어떻게 느끼는지 주목하고 상대방에 대답할 수 있는 답변에 대해 생각해보십시오. (예: “나는 그게 싫어.”, “그건 틀렸어.” 또는 “난 기분이 상했어.”).

### 공유

당신이 겪은 일을 다른 누군가에게 말하십시오.