

尊重由对话开始

重新思考性别与角色

2023年5月

**RESPECT
VICTORIA**



尊重由对话开始。我们来聊一聊吧。

为什么我们得重新思考有关性别已过时的思维模式？

首先，什么叫**有关性别已过时的思维模式**？这种思维方式例如，一个人根据其生理特性是男性或女性时，那么在行为上、工作时、玩耍时、沟通时应该是某种特定方式，而不是根据该人自身情况独立看待其行为方式。

我们在生活中、工作场所，见朋友时或在媒体中都会出现这样的思维与见解。当人们带有这种对性别过时的固定思维模式和态度时，会让我们无法进步，而且可能对男性和女性都带来伤害和限制。

日常生活中，有哪些有关性别的思维定式？

社会上

- 认为男性不应从事护理或儿童早教等行业。
- 将立场坚定或有领导特性的女性称为“蛮横”。
- 相同的工作，性别不同，工资不同。
- 由于认为女性应该是孩子的主要照顾者，因此在工作单位中对于男女的育儿假有不平等的规定。

家中和朋友之间

- 认为男性应该工作赚钱养家，女性应该在家带孩子。
- 用“坚强点”、“男儿有泪不轻弹”、“别像个女的一样”等话语来给男性或男孩子施压，迫使他们隐藏自己的情感，不让他们表达自我。轻视女生和女性。
- 女性因着装而被批判。

为了改变这些思维定式，您可以采取的行动

- 在群体面前致辞时，使用包容性语言。例如，“大家好”，而不是“女士们”、“先生们”。
- 支持并弘扬各种性别身份。
- 提倡男性职工的照顾者假期，创建兼职领导职位。
- 共同分担育儿和家务事。
- 支持自己的朋友，如果他们需要发出自己的声音，可陪伴支持他们。

益处

- 让人与人之间的联系更有意义
- 加深尊重和平等关系
- 改善个人精神健康和综合健康
- 创造安全，更加包容的社会环境
- 降低暴力、欺凌、性骚扰事件的次数和严重性
- 为人人创造更加机会平等的环境

- 提高大家的生活质量。

如何寻求帮助

如果您认为某人处于遭受暴力迫在眉睫的风险下，请报警，拨打“000”。

- **Safe Steps (安全步骤)** 是维多利亚州的家庭暴力支持服务，为英文非母语人士提供翻译服务。7天24小时提供支持。请致电 **1800 015 188** 或 浏览“Safe Steps”网站
- **“InTouch”反家暴多元文化中心** 是专门的家暴支持服务，为多元文化背景的女性、其家人和社区提供支持。请致电 **1800 755 988** 或 浏览“InTouch”网站。
- **No to Violence (对暴力说不)** —— 男士转介服务是专为面临家暴风险的男士提供的保密支持服务，并且为非英文母语背景人士提供口译服务。如果您对自己的行为感到担心，请致电 **1300 766 491**（每周7天，请浏览网站查询每日营业时间）或 浏览“No to Violence”网站。