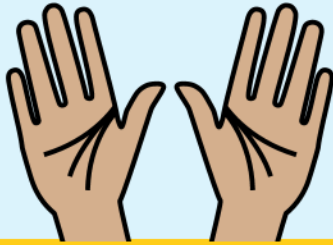


采取行动的五个“D's”

看到有人被骚扰怎么办

直接回应正在造成伤害的人



要自信、
坚定、
冷静。

直接

从他人那里获得帮助。

向第三方寻求帮助、
资源或帮助。



委托

“打扰一下，

你知道下一站
是什么吗？”

分散注 意力

将注意力从正在伤害他人的人、
被伤害的人或情境本身
转移开。

延迟

问候事件发生后
受到伤害的人。



并教育我们自己和我们的社
区为什么会发生这种情况。

记录

如果有人已经在帮助处于危机中的人，



请使用照片或视频记录 *

*未经受害者同意,切勿发布或分
享视频



Asian American Federation

5“D”改编自Hollaback!



CENTER FOR
ANTI-VIOLENCE
EDUCATION