

自去年以来，美国社会对于亚裔的仇视和暴力与日俱增。在此，Capital EAP 全体人员认为这是非常严重及具有可怕性的事件。因此，在这令人不安的时刻和情况下，我们想要利用这个平台来给予各位所需的资源与关怀。这不单单是一件对于亚裔美国人的问题，这也是美国人民的责任。根据 BBC 的报导，联合国统计出了在 2020 年的三月至十二月期间，对于亚裔美国人群施暴的次数已上升至百分之一百五十。这些案列在大城市的频率是更高的，例如在纽约市、洛杉矶、和波士顿。

“Model minority” 是美国社会对亚裔设定的一个迷思，称作“模范少数族裔”，字面上的意思显示了亚裔美国人是非白人的“模范生”。但是，这个标签不代表是完全正确及正面的。研究显示了这标签给亚裔美国人带来的不仅仅是在社会上的压力，也成为了反面教材。与此同时，美国的社会媒体和网络平台往往把美国亚裔人塑造成“最聪明的”、“书呆子”、“学霸”等人物。因此，这也间接性地提倡了“模范少数族裔”的标签，使更多人美国亚裔人在社会上备受压力。

更多关于此主题内容，可以参考这篇文章：[“模范少数族裔”对亚裔美国人意味着什么](#)  
[\(一\)](#)

由于针对亚裔美国人的种族歧视案件有增无已，因而造成了美国亚裔人的心理创伤。不仅如此，美国亚裔人被贴上的种种标签和舆论也渐渐形成了更巨大的压力。因此，我们在这艰难的时刻应该相互鼓励、尊重、和安慰。我们不但需要懂得保护自己，也必须注重于自己的身心健康。

资源：

举报仇恨犯罪和了解更多有关咨询

- [STOP AAPI HATE](#)
- [根除种族仇恨：如何报告仇恨犯罪及保护社区安全](#)  
**纽约市**

#### 拯救唐人街倡议

- [Send Chinatown Love](#)
- [Think!Chinatown](#)
- [Chinatown Partnership](#)
- [Chinese-American Planning Council](#)
- [Chinatown Arts Brigade](#)

#### 纽约市组织

- [Minkwon Center for Community Action](#)
- [CAAAY NYC](#)
- [Asian American Legal and Education Defense Fund](#)

更多位于纽约市的社会组织可以在页面里找到

- [为亚太裔社区提供支持](#)