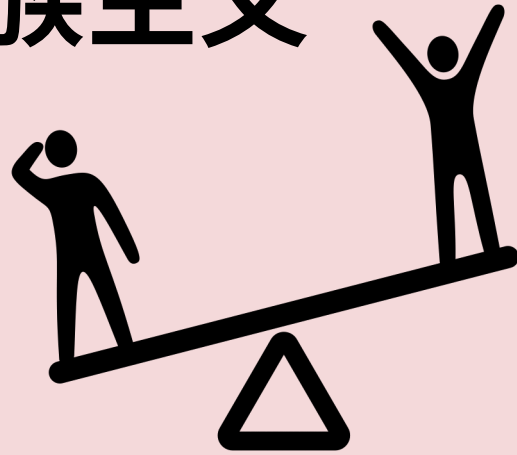


# 内化的种族主义

**亚裔团结对  
抗种族主义  
及仇恨**

## 什么是种族主义？



种族主义被定义为“一种信念或教条，认为不同人种之间先天的差异决定了文化或个人的成就，通常涉及到认为某一个种族更加优越并有权统治他人的观念。”<sup>1</sup>



## 什么是内化的种族主义？



内化的种族主义是一种特定的种族主义，涵盖了将由白人主导的社会对某一种族群体持续存在的种族主义刻板印象、价值观、形象和意识形态内化的过程。

1. Race & Social Justice Initiative, n.d.
2. Race & Social Justice Initiative, n.d.

# 内化的种族主义与 系统性压迫

值得注意的是，内化的种族主义是一种系统性压迫的形式，它维护了白人至上主义，并削弱了有色人种的权力。

将内化的种族主义视为系统性压迫的一种形式，使我们能把它与人们都可能会遭受的自恨或自卑等创伤区分开来。



正如 Donna Bivens 指出的，**内化的种族主义并不是：**

- 低自尊
- 肤色偏见 / 肤色歧视
- 刻板印象
- 自我厌恶

**亚裔团结对  
抗种族主义  
及仇恨**



Chinese Canadian National Council  
Toronto Chapter

**Ontario** 

压迫者和被压迫者都有可能存在内化的种族主义。

## 亚裔团结对抗种族主义及仇恨

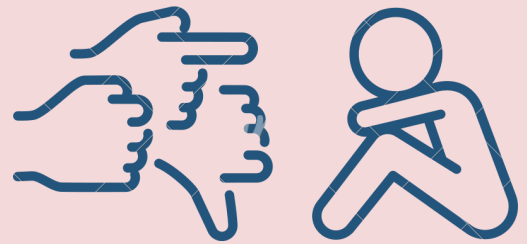
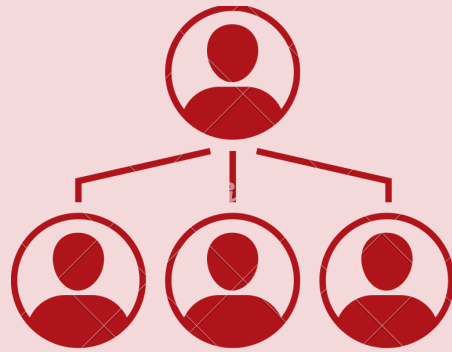


Chinese Canadian National Council  
Toronto Chapter



# 内化的种族劣根性

有色人种社群中的个体可能会通过维护或参与一系列的观念、行为、社会架构和意识形态来支持主导群体的优越性和统治地位。<sup>5</sup>

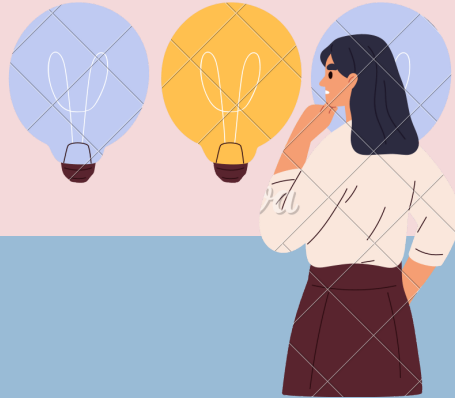


在有色人种遭受种族主义的迫害时，有些人会把种族主义内化。也就是说，他们形成了支持或共谋种族主义的思想、信念、行动和行为。<sup>6</sup>

个人、机构和有色人种社群往往会无意识地、习惯性地因支持白人特权和权力而获得奖励，而在不这样做时则会受到惩罚和排斥。<sup>7</sup>

# 内化的种族劣根性

内化的种族主义在有色人种的生活和社群中有其自身的系统性现实和负面影响。**有色人种社群内化的种族劣根性**体现在以下四个方面：



## 1. 决策

结构性种族主义使得有色人种没有最终的决策权。这可能导致这些社群认为只有白人才了解他们需要什么。在结构上来讲，这个系统奖励那些支持白人至上主义的有色人种，并惩罚那些不这样做的人。<sup>8</sup>

## 2. 资源

资金、时间、人脉、信息等资源都由白人控制和掌握。因此，有色人种社群可能不知道要如何获取这些资源，也不认为他们有权控制这些资源。<sup>9</sup>



**亚裔团结对  
抗种族主义  
及仇恨**



# 内化的种族劣根性

有色人种社群内化的种族劣根性体现在以下四个方面：



## 3. 标准

欧洲中心主义或北美流行消费文化被视为正常和正确的，这些都是白人的标准。而有色人种社群则可能很难去确定、传达和践行我们最深层次的标准和价值观。<sup>10</sup>



Chinese Canadian National Council  
Toronto Chapter



## 4. 指出问题

现行的体系将种族主义归咎于有色人种。内化的种族主义可能会使这些社群内化并相信这一点，并支持白人掌权者建立的种族主义体系。<sup>11</sup>



# 内化的种族优越

接受和表现出个体种族的自我优越来自历史对于各族裔的定位。

经过多代人的传承，这种赋权和获取权力的过程表现为：

- 不劳而获的特权
- 权力机构的青睐
- 无形的优势
- 我形象的膨胀



**亚裔团结对  
抗种族主义  
及仇恨**



**Ontario** 

内化的种族优越可以有很多种不同的表现，它包括一系列错误的种族主义观念，这些观念可能会在白人和掌权者的日常生活中被无意识地应用。<sup>12</sup>

# 内化的种族优越

以下是内化的种族优越和内化的白人优越的四个示例：



## 1. 家长式作风

“我和其他白人 / 组织知道什么对他人是最好的；有色人种需要我们的帮助。”

这源于将白人持续置于掌权地位的权力体系。这种权力已经内化为一种对有色人种的家长式作风。<sup>13</sup>

## 2. 沉默

“在我确定我该说什么之前，我会保持沉默。”

“当种族主义出现时保持沉默是中立的，不会造成任何伤害”

沉默是一种特权，在种族主义事件中保持沉默是白人特权的一种形式。重要的是要认识到，保持沉默并非中立，尤其是在拥有特权的人身上。<sup>14</sup>

**亚裔团结对  
抗种族主义  
及仇恨**



Chinese Canadian National Council  
Toronto Chapter





# 内化的种族优越

以下是内化的种族优越和内化的白人优越的四个示例：

## 3. 撇清关系 / 例外论

“种族主义只是一些坏人的问题（例如，少数腐败的警察、少数精神不稳定的恐怖分子、少数自称是白人至上主义者的人）”

对结构性种族主义的否认是内化的种族主义的体现。<sup>15</sup>

## 4. 精英主义

“我的成就只与我自己有关，与我的白人身份无关；我认为，我所有的成就都来自于我的个人奋斗。”

“我有很多的选择，且本应如此；其他人也跟我一样有同样多的选择。”

内化的种族优越让人不考虑到你的种族和/或肤色赋予你的特权。<sup>16</sup>

**亚裔团结对  
抗种族主义  
及仇恨**



Chinese Canadian National Council  
Toronto Chapter





# 参考资料

Bivens, D. (1995). Internalized Racism: a definition. Women's Theological Centre. Retrieved from: [https://drive.google.com/file/d/1qJA73qwdrxQ6THTkYY5q8raqwlooVS\\_5/view](https://drive.google.com/file/d/1qJA73qwdrxQ6THTkYY5q8raqwlooVS_5/view)

Bivens, D., Leiderman, S., Major, B., and Potapchuk, M. (2005). Flipping the Script: White Privilege and Community Building. Centre for Assessment and Policy Development. Retrieved from: <https://drive.google.com/file/d/19E7pj9rZCaiUJhNTGYTzE7tFNLYdUh1U/view>

Race and Social Justice Initiative. (n.d.). 4 Types of Racism. Retrieved from <https://www.seattle.gov/documents/Departments/RSJI/Resources/RSJI-4-Types-of-Racism-August-2021-City-of-Seattle-Office-for-Civil-Rights.pdf>

## 亚裔团结对 抗种族主义 及仇恨

