



## ▶▶ Taking a Stand Against Hate and Racism In the Classroom, School, and Community

### Creating an Anti-Racist Space *What Does It Mean to Be Anti-Racist?*

To be antiracist is to work consistently towards equality for all racial groups, this includes unlearning former ways of thinking, relearning, and working towards dismantling structural racism in schools, communities, and at systemic and higher institutional levels.

Schools and classrooms should provide a safe space for students of all racial, ethnic, and diverse backgrounds to feel valued and supported. Students can also benefit tremendously from spaces to discuss social/community issues and events that affect them on a daily basis. This requires active steps and measures being taken by principals, teachers, counselors, school staff, students, and families.

Anti-racist work can be difficult and/or uncomfortable for individual persons, groups, and institutions. It can also bring up various feelings. In acknowledging this, we want to encourage the importance of supportive and meaningful discussions and collaboration.



**Anti-racist work in all schools is essential. It is the exercise of hope, the practice of undoing and dismantling systems of oppression, the practice of freedom and truth-telling. Anti-racist work is the practice of healing and restoring; it is a practice of love.**

– Jamilah Pitts



# Anti-racism Resources

## [Addressing Race and Trauma in the Classroom](#)

A guide that is intended to help educators understand how they might address the connection between race and trauma and its effects on students in the classroom.

## [LACDMH Anti-Racism](#)

Provides a collection of resources on topics of anti-racism, racial equity and mental health.

## [Educate to Liberate \(Edutopia\)](#)

Includes information and classroom practices that teachers can utilize to help validate and empower students from diverse backgrounds. Edutopia provides a variety of resources to help schools implement transformational strategies.

## [Family Equality](#)

An organization with the mission to advance legal and lived equality for LGBTQ+ families. Included in their resources is a Black history and antiracist toolkit.

## [LA vs Hate](#)

A campaign created by L.A. County to help create unity, provide resources, and encourage members of the community to stand up against hate and report it.

## [Learning 4 Justice](#)

An organization dedicated to helping schools incorporate social justice issues into their curriculum. Resources include articles and PDFs that can be downloaded and shared.

## [UCSF Multicultural Resource Center](#)

Provides programming, services, and resources rooted in social justice and cross-cultural frameworks. Included in the resource collection is the focus on racial equity and anti-Black racism, and healing for BIPOC (Black, Indigenous, and People of Color).

## [Wellbeing4LA](#)

Online learning platform with resources, self-guided courses, and videos designed to provide psychoeducation on student's mental health and wellbeing, implicit bias, racial equity and social justice, trauma and resilience informed care, and professional development.



**Racism is a mental health issue because racism causes trauma. And trauma paints a direct line to mental illnesses, which need to be taken seriously.**

– Mental Health America, "[Racism and Mental Health](#)"



## **Practicing and Teaching Empathy**

- Reflect on your own thoughts, feelings, and emotions.
- Assess your own level of empathy, e.g., [Toronto Empathy Questionnaire, understood.org](#).
- Incorporate a daily warm-up near the beginning of class to help students build empathy.
- Utilize diverse books, educational materials, and learning opportunities.
- Create real-life empathy opportunities and activities, e.g., have students interview or get to know someone they don't know, incorporate restorative circles in the classroom.
- [Empathy in Your Classroom](#) – A guide meant to help teachers build empathy and community in their classroom.
- [Restorative Practices](#) – Contains step-by-step instructions for teachers and school staff to teach restorative practices and skills in the classroom.





## Tomar una posición contra el odio y el racismo En el salón de clase, la escuela, y la comunidad

### Creando un espacio antirracista

#### ¿Qué significa ser antirracista?

Ser antirracista es trabajar de manera consistente hacia la igualdad para todos los grupos raciales, esto incluye desaprender formas anteriores de pensar, reaprender y trabajar para dismantlar el racismo estructural en las escuelas, las comunidades y a nivel sistémico e institucional superior.

Las escuelas y los salones de clase deben proporcionar un espacio seguro para que los estudiantes de todas las razas, etnias y orígenes diversos se sientan valorados y apoyados. Los estudiantes también pueden beneficiarse enormemente de los espacios para discutir temas y eventos sociales / comunitarios que los afectan a diario. Esto requiere que los directores, maestros, consejeros, personal escolar, estudiantes y familias tomen medidas activas.

El trabajo antirracista puede ser difícil y/o incómodo para personas, grupos e instituciones. También puede despertar varios sentimientos. Al reconocer esto, queremos animar la importancia de las discusiones y la colaboración significativas y de apoyo.

Febrero 2024



**El trabajo antirracista en todas las escuelas es esencial. Es el ejercicio de la esperanza, la práctica de deshacer y dismantlar los sistemas de opresión, la práctica de la libertad y de decir la verdad. El trabajo antirracista es la práctica de sanar y restaurar; Es una práctica de amor.**

– Jamilah Pitts



LOS ANGELES COUNTY  
**DEPARTMENT OF  
MENTAL HEALTH**  
hope. recovery. wellbeing.

## Recursos contra el racismo

### Abordar la raza y el trauma en el salón de clase

Una guía que tiene como objetivo ayudar a los educadores a comprender cómo podrían abordar la conexión entre la raza y el trauma y sus efectos en los estudiantes en los salones.

### Educar para Liberar (Edutopía)

Incluye información y prácticas en los salones que los maestros pueden utilizar para ayudar a validar y empoderar a los estudiantes de diversos orígenes. Edutopia proporciona una variedad de recursos para ayudar a las escuelas a implementar estrategias de transformación.

### Igualdad familiar

Una organización con la misión de promover la igualdad legal y de vida para las familias LGBTQ+. En sus recursos se incluye un kit de herramientas antirracistas y de historia negra.

### LACDMH Antirracismo

Proporciona una colección de recursos sobre temas de antirracismo, equidad racial y salud mental.

### Los Ángeles contra el odio

Una campaña creada por el condado de Los Ángeles para ayudar a crear unidad, proporcionar recursos y alentar a los miembros de la comunidad a enfrentarse al odio y denunciarlo.

### Aprendiendo 4 Justicia

Una organización dedicada a ayudar a las escuelas a incorporar temas de justicia social en su plan de estudios. Los recursos incluyen artículos y archivos PDF que se pueden descargar y compartir.

### Centro de Recursos Multiculturales de UCSF

Proporciona programas, servicios y recursos arraigados en la justicia social y los marcos interculturales. En la colección de recursos se incluye el enfoque en la equidad racial y el racismo contra los negros, y la sanación para las personas BIPOC (negras, indígenas y de color).

### La Red Nacional de Estrés Traumático Infantil

Una guía para que el personal escolar navegue conversaciones difíciles sobre delitos de odio con niños y adolescentes en edad escolar, incluido el impacto de la exposición a los medios de comunicación, las reacciones comunes y la creación de espacios seguros para el diálogo.

### Wellbeing4LA

Plataforma de aprendizaje en línea con recursos, cursos autoguiados y videos diseñados para brindar psicoeducación sobre la salud mental y el bienestar de los estudiantes, los prejuicios implícitos, la equidad racial y la justicia social, la atención informada sobre el trauma y la resiliencia.



**El racismo es un problema de salud mental porque el racismo causa traumas. Y el trauma pinta una línea directa con las enfermedades mentales, que deben tomarse en serio.**

Mental Health America,  
"Racismo y salud mental"



### Practicar y enseñar empatía

- Reflexiona sobre tus propios pensamientos, sentimientos y emociones.
- Evalúe su propio nivel de empatía, [Cuestionario de empatía de Toronto](https://www.understood.org/es/questionario-de-empatia-de-toronto) [understood.org](https://www.understood.org)
- Incorpore un calentamiento diario para ayudar a los estudiantes a desarrollar empatía.
- Utilice diversos libros, materiales educativos y oportunidades de aprendizaje.
- Crear oportunidades y actividades de empatía en la vida real (por ejemplo, hacer que los estudiantes entrevisten o conozcan a alguien que no conocen, incorporar círculos restaurativos en el salón de clase).
- Empatía en el salón de clase: una guía para ayudar a los maestros a desarrollar empatía y comunidad en su salón de clase.

### Prácticas restaurativas

Contiene instrucciones paso a paso para que los maestros y el personal de la escuela enseñen prácticas restaurativas en el salón de clase.

