

T: Ano ang maaari kong gawin kung ako ang nagsagawa ng hindi patas na pagtingin?

Iwasan ang pagiging dependsibo: Manahimik. Oras na para making. Iba ang layunin sa epekto.

Kilalanin ito: Huwag manipulahin, huwag pansinin, o burahin. Tawagin ito.

Humingi ng paumanhin: 'Paumanhin. [Ang aking layunin ay _____, pero kinikilala ko na ang epekto ay _____.] Hindi ko intensyon ang makasakit, pero nakikita ko na ginawa ko ito, at nasa akin iyon. Patawad.'

Kamalayan (mag-aral): Hindi responsibilidad ng iyong biktima o sinumang kaibigan o tao na BIPOC, LGBTQIA2S+, may kapansanan, minorya na relihiyon, imigrante, o refugee para turuan o patawarin/basbasan o kahit na makipag-ugnayan sa iyo. Lahat ng pagkakataon ay nasa paligid mo.

Aksyon: Gamitin ang iyong pribilehiyo. Magbigay ng boses. Magbigay ng pera. Magbigay ng oras. Turuan and iyong pamilya/mga kapitbahay. Magbigay ng upuan. Magmungkahi o simulan ang pagsasalansan.