

Онлайн ресурси

- Aromantic.wikia.org
- Arocalypse.com
- Aromantic.lgbt
- Aromanticism.org

Інші памфлети про аромантичне союзництво та аромантичні ідентичності є доступні на нашому сайті нижче.



Гайд для початківців, як бути прибічником аромантиків



Аромантично-спектральне об'єднання
для визнання, освіти та підтримки

Aromanticism.org

Чому прибічники є необхідними?

Бути аромантиком - значить бути частиною маргіналізованої спільноти, тому, як і для будь-якої іншої подібної групи, наявність тих, хто знає про нас та готовий заступитися, допомагає нам відчутти себе у безпеці та включеними в соціум.

Так як прибічники можуть мати більше привілеїв, ніж аромантики, яких вони підтримують, їхні голоси є важливим інструментом, що дозволяє аромантикам бути почутими.

Що варто робити:

Якщо людина розповіла вам, що вона є аромантиком, повірте їй та подякуйте за те, що поділилася. Спитайте, чи їй потрібні якісь компроміси, та постарайтеся дізнатися про них більше. Проведіть власне дослідження. Інформуйте себе про аромантичні ідентичності та досвід. Виправляйте інших, коли вони роблять помилки чи неправильні припущення, навіть якщо поряд немає аромантиків.

Чого краще уникати:

Не думайте, що всі аромантики відчувають те саме. Не принижуйте аромантиків словами, що інші "страждають більше", ніж вони. Не сподівайтесь на похвалу, бути прибічником аромантиків - це не спосіб задовольнити власне его. Не очікуйте, що аромантики завжди відстоюватимуть свої інтереси. Іноді це може бути виснажливо або навіть небезпечно.

Поширені помилки

- ✗ Аромантик - це сексуальна орієнтація.
- ✓ Аромантик - це романтична орієнтація, відмінна від асексуальності, що є сексуальною орієнтацією.
- ✗ Аромантичні сюди "все одно можуть закохатися".
- ✓ Хоча деякі аромантики насправді відчувають романтичний потяг чи бажають бути в романтичних стосунках, ця фраза викликає почуття відчуження. Поширеною є думка, що романтична любов - єдиний значимий тип любові, хоча насправді існує набагато більше типів, які люди можуть відчувати. Також припускається, що всі аромантики прагнуть серйозних стосунків, що не є правдою.
- ✗ Квірплатонічні стосунки (англ. скор. QPRs) - це форма дружби або "легкий роман".
- ✓ Квірплатонічні стосунки - це важливий тип стосунків, поняття якого виходять за межі дружби та роману.

Як поводитися, якщо ви припустилися помилки

Ми всі люди, і люди припускаються помилок. Це нормально. Проте, що ж робити, коли ви зрозуміли, як повелися? Кожна ситуація є унікальною, тому будь-яка кількість із цих стратегій можуть стати в нагоді або ж ні. Здоровий глузд й особиста обережність мають завжди враховуватися в першу чергу, проте нижче ми навели декілька загальних порад.

- Вибачтеся, навіть якщо ви не хотіли припуститися помилки. Скажіть: "Мені дуже шкода."
- Сфокусуйтеся на тому, кого образили. Спитайте: "Ти в порядку?"
- Прислухайтесь до аромантиків, які вас виправляють. Спитайте: "Як, на твою думку, було би краще вчинити/сказати?"
- Виправте себе зараз і виправляйтеся в подальшому. Скажіть: "Що я насправді мав(ла) сказати, це..."

Іноколи факт сварки може навіювати неприємні відчуття. І хоча розсердитися на чийсь тон та почати сперечатися часто буває легше, краще відкласти емоції убік, глибоко вдихнути та відреагувати спокійно.