Oregon Department of Justice's
CIVIL RIGHTS UNIT

सुझाई गई भाषा अगर कोई व्यक्ति आपके सामने पक्षपातपूर्ण घटना या अपराध प्रकट करता है

जिस तरह से आप पूर्वाग्रह/पक्षपात की घटना या पूर्वाग्रह अपराध के प्रकटीकरण का जवाब देते हैं, उसका एक महत्वपूर्ण प्रभाव यह हो सकता है कि पूर्वाग्रह का अनुभव करने के बाद पीड़ित तत्काल, छोटी और लंबी अवधि में कैसा महसूस करता है। शारीरिक भाषा, मौखिक भाषा, और स्वर सभी पीड़ितों को संदेश भेजते हैं और चिंता, आराम और सुरक्षा व्यक्त कर सकते हैं, या वैकल्पिक रूप से अरुचि और वास्तव में जोखिम को व्यक्त कर सकते हैं।

सुझाई गई भाषा:

मुझे बहुत खेद है कि जो भी हुआ।	यह ठीक नहीं है।
कोई इसका हकदार नहीं है।	मैं अभी आपका समर्थन करने के लिए क्या कर सकता/सकती हूं?
क्या आपके पास एक सहायक व्यक्ति है?	मैं आपको सुरक्षित महसूस करने में मदद करना चाहता/चाहती हूं।
क्या आप इसे ______ को रिपोर्ट करना चाहते हैं?	अगर मैं इसे _____ के साथ साझा करूँ तो क्या आप सहज महसूस करते हैं?
आप जैसा भी महसूस कर रहे हैं वो ठीक है।	आप मेरे पास बिलकुल सुरक्षित हैं, और मैं सम्मानित महसूस कर रहा हूं कि आपने अपनी बात साझा करने के लिए मुझ पर भरोसा किया।
आपकी भावनाएं मान्य हैं।	मुझे लगता है कि यह बहुत ____ हो सकता है (व्यक्ति को पढ़ें: डरावना, अलग-थलग, अपमानजनक, निराशाजनक, आदि)।
अगर आप मुझे और कुछ बताना चाहते हैं तो मेरे पास सुनने का समय है।	यह आपकी गलती नहीं है।
इसे साझा करने के लिए आपका धन्यवाद।	वह आचरण/भाषा वह नहीं दिखा रही जो मैं यकीन करता/करती हूँ।
आप जैसे हैं वैसे ही कमाल हैं।	हमारे समुदाय में एक संसाधन है जो आपकी मदद कर सकता है।
एक हॉटलाइन है जो आपकी मदद कर सकती है, और आगे क्या करना है इसके बारे में कुछ फैसला लेने में आपकी मदद कर सकती है।	

जो भाषा नहीं चाहिए:

मुझे नहीं लगता कि उसका मतलब ऐसा था।	आप बहुत नाजुक/भावुक हो रहे हैं।
क्या आपको पूरा यकीन हैं कि आपने उसे सही ढंग से सुना है?	बुरी स्थिति में अच्छी चीज़ों के बारे में सोचें...
आपने जल्द ही कुछ क्यों नहीं कहा?	मैं पूरी तरह समझ गया।
मैं निश्चित रूप से ____ को इसकी रिपोर्ट कर रहा हूं।	आपको इसकी सूचना ____ को देनी होगी।
मुझे ठीक-ठीक पता है कि मुझे क्या करना है।	मुझे पता है कि अगर मेरे साथ ऐसा होता तो मैं क्या करता।
तुम्हे _____ करना चाहिए।	मैं उन सभी को बताने जा रहा हूं जिन्हें हम जानते हैं कि उन्होंने आपसे ऐसा कहा था।