

لسان پیشنهادی برای گفتگو با کسی که حادثه ناشی از تبعیض را با شما شریک میسازد

عکس العمل شما در مقابل افشای حادثه ناشی از تبعیض یا جرم ناشی از تبعیض تاثیر بسیار مهمی بالای احساسات قربانی در لحظات بعد از وقوع رفتار تبعیض آمیز و در دوره های کوتاه مدت و بلندمدت پس از آن دارد. زبان بدن، لسان کلامی، و لحن صدا، همه پیام برای قربانی است و ممکن است منتقل کننده نگرانی، آرامش و ایمنی باشد. لسان همچنین میتواند حس بی تفاوتی و -در حقیقت- وحشت را انتقال بدهد.

لسان پیشنهادی:

بخاطر این اتفاق معذرت میخوام.	این رفتار صحیح نیست.
هیچ کس سزاوار این رفتار نیست.	همین حالا چی کمکی میتوانم به شما بکنم؟
آیا یک شخص پشتیبان دارید؟	من میخوام حس آرامش در شما ایجاد کنم.
آیا میخواهید این موضوع را به _____ راپور بدهید؟	آیا موافق هستید که این موضوع را با _____ شریک بسازم؟
بوجود آمدن این احساس در شما طبیعی است.	میتوانید به من اطمینان کنید و خوشحالم که این موضوع را با من شریک ساختید.
احساسات شما طبیعی است.	میدانم که این رفتار ممکن است بسیار _____ (برای شخص بخوانید: ترسناک، منزوی کننده، تحقیر آمیز، نگران کننده، ناامید کننده و...) باشد.
من فرصت شنیدن حرفهای شما را دارم، البته اگر علاقه مند باشید.	این اشتباه شما نیست.
از این که این موضوع را با من شریک ساختید، از شما تشکر مینمایم.	باور من با آن رفتار/لسان فرق دارد.
شما واقعاً فوق العاده هستید.	یک مرکز در محله ما وجود دارد که میتواند به شما کمک کند.
یک خط تلفونی راهنما وجود دارد که میتواند شما را راهنمایی کند و به شما کمک کند تا درباره مراحل بعدی تعقیب تصمیم گیری کند.	

لسانی که باید از آن پرهیز کنید:

شما بیشتر از حد حساس هستید.	به نظر من، آن شخص چنین منظوری نداشت.
با دید مثبت به قضیه نگاه کنید...	آیا مطمئن هستید که حرفهای او را صحیح شنیدید؟
کاملاً درک میکنم.	چرا زودتر چیزی نگفتید؟
شما باید این را به _____ راپور بدهید.	من حتماً این را به _____ راپور میدهم.
من میدانم که اگر این اتفاق برای من می افتاد، چه عکس العملی نشان میدادم.	میدانم که دقیقاً چی باید کنم.
به همه کسانی که میشناسم خواهم گفت که او چی چیزهایی به شما گفته است.	شما باید _____.