

# 问：如果我在偏见事件中成为被攻击的目标，我该怎么办？

- **安全第一**：相信你的直觉，评估你周围的环境。如果你感到不安全，可以的话，请离开这个地方。
- **保持冷静**：深呼吸，不进行眼神交流，保持中立的肢体语言。
- **勇敢说出来**（如果你这样做安全的话）：以平静而坚定的声音，确立身体界限，谴责他们的行为和言论。
- **立即寻求支持**：向旁观者寻求支持或干预。
- **寻求情感支持**：一旦你感到更安全，就花点时间恢复精力，并向某人倾诉事情的经过。记住，这不是你的错，你并不孤单。

资料来源：A3PCON #StopAAPIHate campaign

想知道民权部门的职责吗？请在社交媒体上关注我们！ 