

Key to NYC – ব্যবসা ও কর্মীদের জন্য দ্বন্দ্ব সমাধানের পরামর্শ

S.P.E.D. মনে রাখুন

1. স্থির হয়ে যাওয়া: আপনার শরীরের প্রতিক্রিয়া নিজে পরীক্ষা করুন

- আপনার নিজের রক্তিম গাল, হৃদস্পন্দন বেড়ে যাওয়া, মুষ্টি বা চেম্বাল চেপে ধরা বা মাথাব্যথা লক্ষ্য করুন
- গভীর শ্বাস নিন, শুয়ে পড়ুন, আত্ম-সহানুভূতি অনুশীলন করুন, পানি পান করুন, সহায়তা নিন
- মনে রাখবেন যে স্থির হয়ে যাওয়া, আপনাকে প্রতিক্রিয়ার পরিবর্তে সাড়া দিতে সহায়তা করবে

2. তীব্রতা বোধ করুন

- একটি বন্ধুত্বপূর্ণ এবং সম্মানজনক স্বর সেট করুন
- সম্পর্ক স্থাপন করুন
- আপনার পরিবেশ সম্পর্কে সচেতন থাকুন

3. নিমুক্ত: মুহূর্তের সরঞ্জামগুলিতে

- বোঝার জন্য শুনুন
- অনুভূতি ও চাহিদা চিহ্নিত করুন
- সমবেদনা জানান
- প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করুন/বিকল্পগুলি অফার করুন

4. সংযোগ বিচ্ছিন্ন করা: ভালোভাবে শেষ করুন

- মানসিক ভারসাম্য বজায় রাখুন
- একটি সম্মানজনক উপায়ে নীতি সম্পর্কে স্বচ্ছ থাকুন
- থামুন এবং সহায়তা পান যখন আপনি অভিভূত হন বা পরিস্থিতি তীব্র হয়ে যায়। যদি আপনি মনে করেন যে আপনি বিপদে আছেন তাহলে 911 নম্বরে কল করুন



আমি কী বলতে পারি?

শুনতে পারা ও বুঝতে পারা প্রদর্শন করুন

“আজ সন্ধ্যায় আমি শুনেছি এটি আপনার জন্য একটি সত্যিকারের অসুবিধা। আপনি একজন নিয়মিত ও মূল্যবান গ্রাহক এবং আপনি এখানে স্বাগত বোধ করছেন তা নিশ্চিত করার জন্য আমরা যা করতে পারি তা করব।”

সমবেদনা জানান

“এটি নতুন ও হটাৎ পরিবর্তন যা আমরা অনেকেই অনুমান করতে পারিনি। আমি আপনার হতাশা বুঝতে পারছি। আমি দুঃখিত যে এটি হতাশাজনক।”

নিজের অবস্থানে স্বচ্ছ থাকুন

“আমাদের NYC নীতি অনুযায়ী এই নীতি প্রয়োগ করতে হবে। টিকাদানের প্রমাণ ছাড়া আমি আপনাকে প্রবেশ করতে দিতে পারি না। পরের বার আপনি যদি আমাদের সাথে ইনডোরে দেখা করতে চান তাহলে আপনার টিকাদানের কার্ড নিয়ে আসবেন।”

বিকল্পগুলি অফার করুন

“আপাতত, আমি কি আপনাকে আউটডোর ডাইনিংয়ের জন্য কিছু ভালো আসন দেখাতে পারি বা আপনাকে টেকআউট মেনু দিতে পারি? অথবা যদি আপনি বাড়িতে গিয়ে টিকাদানের প্রমাণ পান, আমি আনন্দের সাথে আপনার জন্য একটি টেবিল রাখব।”

সংযোগ বিচ্ছিন্ন করা

“অপেক্ষা করার জন্য আপনাকে ধন্যবাদ। আমরা শীঘ্রই আপনাকে দেখার অপেক্ষায় আছি।”

আরো তথ্য, পরামর্শ এবং দ্বন্দ্ব সমাধানের
[প্রশিক্ষণ ভিডিও](https://nyc.gov/KeyToNYC) পেতে nyc.gov/KeyToNYC
এ যান।

একটি চলমান সমস্যা বা কোনো প্রতিবেশী
বাসিন্দা ও কোনো ব্যবসায়ের মধ্যে দ্বন্দ্বের
জন্য মধ্যস্থতা সম্পর্কে তথ্যের জন্য, যান
nyc.gov/MENDNYC



OFFICE OF ADMINISTRATIVE
TRIALS AND HEARINGS