

ฉันสามารถช่วย อะไรได้บ้าง



Social Cohesion Guide

การเป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน

เราทุกคนมีบทบาทในการสร้าง Social cohesion ซึ่งรวมถึงการช่วยให้ผู้คนรู้สึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่ง ไม่ถูกแบ่งแยก สามารถเป็นตัวของตัวเอง และมีส่วนร่วมในสังคมได้ พวกเราส่วนใหญ่กำลังทำอะไรโดยไม่รู้ตัว ไม่ว่าจะเป็นการพูดคุยกับเพื่อนบ้าน อาสาสมัคร หรือเข้าร่วมงานกิจกรรมของชุมชน ล้วนช่วยสร้างความรู้สึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งและการมีส่วนร่วม แม้แต่ในที่ทำงานของเรา เรายังมีแนวโน้มที่จะทำในสิ่งที่ช่วยสร้าง Social cohesion ผ่านการกระทำที่เรียบง่าย เช่น การดื่มกาแฟหรือรับประทานอาหารกลางวันกับเพื่อนร่วมงานคนใหม่

เราอาจเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว โรงเรียน ที่ทำงาน ทีมกีฬา หรือโบสถ์ หรือบางทีเราอาจจะกำลังเรียนภาษาใหม่หรือมีงานอดิเรกร่วมกับผู้อื่น ไม่ว่าเราจะอยู่ในชุมชนใด การที่ได้เป็นส่วนหนึ่ง ไม่ถูกแบ่งแยก สามารถเป็นตัวของตัวเอง และเป็นส่วนหนึ่งของบางสิ่งทำให้รู้สึกดี

เราทุกคนแตกต่างกัน แต่เราต้องการอยู่ร่วมกันให้ได้ สามารถมองความหลากหลายและเคารพผู้อื่นเมื่อมีความเห็นขัดแย้งกัน ประเด็นนี้เป็นสิ่งสำคัญ เพราะไม่ใช่ทุกคนที่จะรู้สึกได้ว่าเป็นตัวของตัวเองหรือเชื่อมั่นว่าจะมีใครฟังเสียงของตน

เราเป็นประเทศที่มีความหลากหลายมากขึ้นด้วยชุมชนที่แตกต่างกัน และเราต้องหาวิธีที่จะรับฟังและฟังเสียงของกันและกัน เรามุ่งมั่นที่จะเข้าใจถึงความแตกต่างและมีร่วมมือกันทำในสิ่งที่รวมเราให้เป็นหนึ่งและสิ่งที่ทำให้เราใกล้ชิดกันมากขึ้น

การเป็นส่วนหนึ่ง – มีลักษณะอย่างไร

ในสังคมที่ผู้คนเข้ากันได้ดี เราจะรู้จักกัน รู้จักเพื่อนบ้าน ไม่รู้สึกว่าถูกแบ่งแยกในสถานที่ทำงาน ลูกหลานของเรา รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน และเราทราบว่าต้องไปที่ไหนเมื่อต้องการความช่วยเหลือ เราารู้สึกว่าจะสามารถพูดคุยกับคนที่ปกติแล้วเราอาจไม่ได้คุยด้วย กล้าคัดค้านเมื่อเราได้ยินคนพูดในลักษณะที่เลือกปฏิบัติ และไม่ต้องเกรงใจที่จะบอกให้คนอื่นทราบว่าเราเป็นใคร มาจากไหน และทำสิ่งต่าง ๆ อยางไร ในภาวะวิกฤตเราไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง - ทุกคนโอบรับกันและกัน

สร้างความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งให้มากขึ้น

– คุณทำอะไรได้บ้าง

ดังนั้นเราจะทำอะไรได้บ้างเพื่อช่วยให้คุณรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งมากขึ้น โอบรับความแตกต่างหลากหลาย รู้สึกเชื่อมโยงกัน มีส่วนร่วม ไขว่คว้าใจผู้อื่นและรู้สึกว่าเคารพกันและกัน

การเป็นส่วนหนึ่งของกันและกัน

- ระบุและแจ้งให้ทราบถึงเมื่อพบพฤติกรรม นโยบาย และการปฏิบัติที่เลือกปฏิบัติ
- ช่วยให้ผู้คนและองค์กรดีขึ้น
 - สนทนาอย่างกล้าหาญกับบุคคลที่แสดงพฤติกรรมเลือกปฏิบัติต่อผู้อื่น แลส่งข้อมูลในเว็บไซต์ของคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนอาจเป็นประโยชน์ เช่น [การโต้ตอบต่อการเหยียดเชื้อชาติ](#)
- ช่วยให้ผู้คนและองค์กรดีขึ้น
 - หากการฝึกอบรมในองค์กรของคุณ สภาท้องถิ่น หรือผ่านองค์กรพัฒนาเอกชน ในการจัดการกับการเลือกปฏิบัติ และแบ่งปันสิ่งที่เรียนรู้กับเพื่อน ครอบครัว และเพื่อนร่วมงาน
- พิจารณาว่าจำเป็นต้องมีการเปลี่ยนแปลงทางกฎหมาย ทางกฎระเบียบ หรือทางนโยบายหรือไม่ เพื่อสนับสนุนการต่อต้านการเลือกปฏิบัติ
 - ยื่นนโยบายและกฎหมายในระหว่างการรับฟังความคิดเห็นสาธารณะ

โอบรับความแตกต่างหลากหลาย รู้สึกว่าผู้คนเคารพสิทธิ

- พิจารณาว่าในที่ทำงานหรือองค์กรของคุณ คุณสามารถใช้ เสนอ หรือสมัครขอรับเงินทุนเพื่อออกแบบโครงการหรือบริการเพื่อแก้ไขปัญหาเรื่องการเลือกปฏิบัติได้หรือไม่

รู้สึกเชื่อมโยงต่อกัน

- ให้ความเป็นผู้นำและร่วมพัฒนา รวมทั้งส่งเสริมบรรทัดฐานทางสังคมที่ไม่แบ่งแยก
 - คุณไม่จำเป็นต้องเป็นผู้จัดการทีมเพื่อเป็นผู้นำ คุณสามารถแสดงความเป็นผู้นำในเชิงบวกได้โดยให้คุณค่าต่อการมีส่วนร่วมของเพื่อนร่วมงาน เพื่อน และคนรู้จักของคุณอย่างเปิดเผย ด้วยการรับรู้ถึงบุคคลนั้นด้วยวาจา ให้โอกาสและเวลาในการพูด และรับฟังสิ่งที่พวกเขาต้องการบอกเล่า
- สร้างโอกาสให้มีการพูดคุยสนทนากับชุมชนที่หลากหลายต่อไป
 - ติดต่อกับเพื่อนบ้านรายใหม่และทำความรู้จักกับบุคคลจากชุมชนที่แตกต่างหลากหลาย คุณอาจพบคนเหล่านั้นในงานท้องถิ่นหรือเวิร์กช็อปออนไลน์และ hui

- ร่วมออกแบบนโยบายโดยเสนอความคิดที่ตอบโจทย์ มชนที่แตกต่างกันหลากหลาย
 - หากคุณเป็นผู้กำหนดนโยบาย ให้พิจารณาใช้ทรัพยากรบนเว็บไซต์ของ โครงการนโยบาย DPMC เพื่อพัฒนาแผนการมีส่วนร่วมที่มีประสิทธิภาพ
- ส่งเสริมความเข้าใจในวัฒนธรรมและอัตลักษณ์อื่น ๆ
 - จัดงานวันเพื่อนบ้าน (Neighbour's day) ในพื้นที่ท้องถิ่นของคุณ เช่น รับประทานอาหารกลางวันร่วมกันหรือจับชಾಯามบ่าย

การมีส่วนร่วม

- มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่หลากหลายของชุมชน และสร้างความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้น มีความน่าเชื่อถือสูง และต่อเนื่อง-
- เข้าร่วมงานและการเฉลิมฉลองสาธารณะของชุมชน และค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับงานกิจกรรมและการเฉลิมฉลอง คุณสามารถค้นหากิจกรรมสำหรับชุมชนในพื้นที่ของคุณได้ ผ่าน Neighbourly, EventFinda หรือหนังสือพิมพ์ท้องถิ่นของคุณ
- ใฝ่หาความรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์ของนิวซีแลนด์และสนธิสัญญา Waitangi และมีส่วนร่วมมากขึ้นกับ Te Reo me ngā tikanga Māori
- เรียนภาษา Te Reo โดยใช้แอปออนไลน์ฟรี เช่น Kōrerorero, Kupu และ Ako Tahī หรือลงทะเบียนเรียนหลักสูตรผ่าน Te Wānanga o Aotearoa เยี่ยมชมนิทรรศการประวัติศาสตร์ที่พิพิธภัณฑ์ท้องถิ่นของคุณ หรือยืมหนังสือเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ของนิวซีแลนด์จากห้องสมุดท้องถิ่นของคุณ

