

يو بل سره پيوستون

مور ټول د ټولنيز يووالي (Social cohesion) په جوړولو کې يو رول لوبوو. پدې کې کيدای شي له خلکو سره مرسته کول شامل وي داسې لکه دوی چې يو له بل سره تړاو لري. پدې مرسته کې کيدای شي پخپله گډون وکړئ ترڅو د ټولنې په رغښت کې مو برخه اخيستې وي. دا له مور څخه ډېری پرته پر دې د پوهيدو ترسره کوي. له گاونډيانو سره خبرې کول، رضاکارانه کار کول، يا د ټولنې په پېښو کې گډون کول ټول هغه شيان دي چې د پيوستون او گډون احساس رامنځته کوي. حتی زموږ په کاري ځايونو کې، مور احتمالاً هغه شيان ترسره کوو چې د ساده عملونو له لارې ټولنيز يووالي (Social cohesion) رامينځته کوي لکه د نوي همکار سره کافي يا د غرمې ډوډۍ.

مور ښايي د يوې کورنۍ، ښوونځي، د ادارې، د سپورتي ټيم يا کليسا برخه واوسو يا ښايي مور نوې ژبه زده يا د نورو سره خوښي شريکوو. په هره ټولنه کې چې يو، دا ښه بريښي چې په ټولنيزو کړنو کې پخپله شامل يا هم د يوې ډلې برخه واوسو او د پيوستون او مسووليت احساس ولرو.

مور ټول يو له بل سره توپير لرو، مگر مور غواړو يو ځای شو، خپل اختلاف او ناورته والی ولمانځواو د مخالفت په وخت کې يو بل ته دراناوی وکړو. دا مهمه ده ځکه چې دا احساس هر کس نه کوي چې هغه څوک چې دې هماسې دې واوسې يا دې باور پرې وشي چې د دوی غږ به واوريدلی شي.

مور مخ پر زياتيدو متنوع او د ډېرو بيلا بيلو ټولنو درلودونکی هيواد يو او مور اړتيا لرو چې يو بل ته د اوريدو او غوږ نيولو لارې چارې پيدا کړو. مور غواړو د خپلو توپيرونو او قوتونو درک کولو ته ژمن شو، په هغه څه کار وکړو چې مور سره متحد او يو بل ته مو نږدې کوي.

پيوستون

- هغه څه ډول ښکاري

په يوه ټولنه کې چې مور ټول په ښه توگه سره يوځای کېږو، نو مور يو بل او خپل گاونډيان پيژنو، د کار ځای کې د ښکيلتيا احساس کوو، ماشومان مو ځانونه د ټولنې برخه احساسوي او مور پوهيږو چې د اړتيا په وخت کې د مرستې لپاره چيرته لار شو. مور احساس کوو چې مور د هغو خلکو سره د خبرو کولو توان لرو چې مور ښايي په نورمال ډول ورسره خبرې کړي نه وي، کله چې مور د خلکو تبعیضي خبرې اورو، نو پر وړاندې يې غږ پورته کړو، او په ادامه يې ور يادوو چې مور څوک يو، د کوم ځای يو او کارونه څنگه تر سره کوو. په بحران کې مور هيڅوک شاته نه پرېږدو، هر څوک پکې شامل دي.

د نورو پيوستونو جوړول

- تاسو څه کولی شئ

نو، موږ څه کولی شو چې د ډيرو خلکو سره مرسته وکړو چې له موږ سره يو ځای شي، تنوع ته غاړه کېږدو، د پيوستون احساس وکړي، برخه واخلي، په نورو باور وکړي او د درناوي احساس وکړي؟

يو بل سره پيوستون

- تبعیضي چلند، پالیسي او کړنې څرګندې او په ګوته کړئ.
- د خلکو او سازمانونو سره په غوره کیدو کې مرسته وکړئ.
- د هغه چا سره په زړورتیا خبرې وکړئ چې تبعیضي چلند څرګندوي. د بشري حقونو د کمیسیون د ویب پاڼه سرچینې ګټورې کیدای شي، لکه د [Responding to Racism](#).
- د خلکو او سازمانونو سره په غوره کیدو کې مرسته وکړئ.
- د تبعیض سره د مبارزې په اړه په خپل سازمان، محلي شورا یا د نادولتي موسسو (NGO) له لارې د روزنې په لټه کې شئ او خپلې زده کړې د ملګرو، کورنۍ او کاري همکارانو سره شریکې کړئ.
- د هغه ځایونه په اړه فکر وکړئ چېرې چې د تبعیض ضد ملاتړ لپاره مقننه یې، مقرراتي، پالیسي بدلونونو ته اړتیا وي.
- د عامه مشورې په جریان کې د پالیسيو او قانون جوړونې لپاره اسناد وړاندې کړئ.
- د تنوع منل او د درناوي احساسول
- خپل کاري ځای یا اداره په پام کې ونیسئ تاسو کولای شئ چې د تبعیض په ګوته کولو لپاره یو پروګرام یا خدمت وړاندې، ډیزاین یا په لاره واچوئ.

د پيوستون احساس

- د مشرې چمتو کول او د ټول شموله ټولنیزو معیارونو (نورمونونو) ته ګډه وده او پرمختګ کول.
- تاسو اړتیا لرئ د مشر کیدو لپاره د ټیم مدیر واوسئ. تاسو کولی شئ د خپلو همکارانو، ملګرو او اشنايانو د مختلفو مرستو ته په ښکاره توګه د ارزښت ورکولو له لارې مثبت مشري ښکاره کړئ. دا کیدی شي په شفاهي ډول د شخص د منلو، دوی ته د خبرو کولو لپاره ځای او وخت ورکولو او هغه څه ته غوږ نیولو له لارې وي، چې دوی یې وایي.
- د مختلفو ټولنو سره د خبرو اترو فرصتونو جوړولو ته دوام ورکړئ.
- نویو ګاونډیانو ته رسیدنه او د مختلفو ټولنو له کسانو سره نوي کسان اشنا کړئ. تاسو کولی شئ له دوی سره په سیمه ایزو پېښو یا آنلاین ورکشاپونو او hui کې لیدنه وکړئ.
- د ټولنې د تنوعي ارزښتونو او معلوماتو سره ګډه ډیزاین شوي پالیسي.
- که تاسو پالیسي جوړونکي یاست، نو د
- [DPMC Policy Project](#) ویب پاڼه کې د سرچینو کارولو په اړه فکر وکړئ ترڅو د قوي ښکېلتیا پلان رامینځته کړئ.
- د نورو کلتورونو او هویتونو درک ته وده ورکړئ.
- په خپله سیمه کې د ګاونډیانو د ورځې په تړاو یوه پېښه تنظیم کړئ لکه د غرمې ډوډۍ یا د ماسپینین چای.

برخه اخیستل

- د ټولني په مختلفو فعالیتونو کې برخه واخلي او قوي، لوړ باوري او روانې اړیکې رامینځته کړئ.
- د عامه ټولني په پېښو او جشنونو کې گډون وکړئ او د پېښو او جشنونو په اړه معلومات ترلاسه کړئ. تاسو کولی شئ په خپله سیمه کې د Neighbourly, EventFinda یا خپل سیمه یزې ورځپاڼې په کارولو سره د ټولني فعالیتونه پیدا کولی شئ.
- د NZ تاریخ او د Waitangi تړون په اړه پوه شئ او د Te Reo me ngā tikanga Māori سره ډیر بوخت شئ.
- د وړیا آنلاین اپلیکېشنو (apps) لکه Kōrerorero, Kupu او Ako Tahi په کارولو سره Te Reo زده کړئ او یا د Te Wānanga o Aotearoa له لارې کورس ته نوم لیکنه وکړئ، په خپل محلي موزیم کې د تاریخ نندارتونونو څخه لیدنه وکړئ، یا د خپل محلي کتابتون څخه د NZ تاریخ کتابونه په پور واخلي.

