

我可以幫助做些什麼？



Social Cohesion Guide

共同歸屬感

我們所有人都可以在建立social cohesion方面發揮作用。這包括幫助人們感到有歸屬感、被包容、可以做自己並參與社會。我們大多數人在沒有意識到的情況下就這樣做了。與鄰居交談、志願服務或參加社區活動都是創造歸屬感和參與感的事情。即使在我們的工作場所，我們也可能會透過簡單的行為來建立social cohesion 比如與新同事一起喝咖啡或共進午餐。

我們可能是家庭、學校、工作場所、運動隊或教會的一員，或者我們正在學習一門新語言或與他人分享興趣愛好。無論我們身處哪個社區，歸屬感、被包容、做自己並參與某件事都是一種好的感覺。

我們都是不同的，但我們希望和平共處，慶祝我們的多樣性，並在我們有不同意見時尊重他人。這很重要，因為不是每個人都覺得他們可以做自己，或者相信他們的聲音會被聽到。

我們是一個有各種不同社群、日漸多元的國家，我們需要找到傾聽彼此、相互對話的方法。我們希望致力於瞭解我們的差異和優勢，並致力於使我們團結、更加彼此靠近的事。

歸屬感

– 它看起來是什麼樣子

在一個人們相處融洽的社會中，我們彼此瞭解、瞭解我們的鄰居、在工作場所中感到被接納、我們的孩子感到自己是社區的一部分，以及我們知道在需要的時候去哪裡尋求協助。我們覺得能夠與我們通常不會與之交談的人交談，當我們聽到人們說歧視性的話時不是默不作聲的，以及隨時分享我們是誰、我們來自哪裡，和我們做事的方法。在危機中，我們不讓任何一個人掉隊 — 每個人都被包括在內。

建立更多的歸屬感

– 您可以做些什麼

那我們又可以做什麼來協助更多人感到歸屬感、擁抱多元性、感到連結、參與、信任他人而且感到受尊重？

共同歸屬感

- 辨別和解決歧視性的行為、政策和做法。
- 幫助人們和組織變得更好。
 - 與表現出歧視行為的人進行勇敢的對話。人權委員會網站上的資源可能會有所幫助，例如「[對種族主義作出反應](#)」
- 幫助人們和組織變得更好。
 - 在您的組織、地方議會或透過非政府組織尋求有關解決歧視問題的培訓，並與朋友、家人和同事分享您的經驗。
- 考慮在哪些方面需要立法、監管和政策變革來支援反歧視。
 - 在公眾諮詢期間提供有關政策和立法的意見。

擁抱多元性、感到受尊重

- 考慮在您的工作場所或組織中，您是否可以使用、提供或申請資金來設計解決歧視問題的計劃或服務。

感覺與外界緊密相連

- 提供領導力、共同發展和促進包容性社會規範。
 - 您不需要成為團隊的管理者才能成為領導者。您可以透過公開讚揚同事、朋友和熟人的不同貢獻來展示積極的領導力。這可以是以口頭認可這個人、給他們空間和時間說話，以及傾聽他們要說的話。
- 繼續創造與多元社群對話的機會。
 - 接觸新鄰居，結識來自不同社區的人。您可以在當地活動或網上研討會和hui上與他們見面。
- 以多元社區的意見共同設計政策。
 - 如果您是政策制定者，請考慮使用“DPMC政策項目”網站上的資源來制定可靠的參與計劃。
- 促進對其他文化和身份的理解。
 - 在當地設置“鄰里日”活動，例如共進午餐或下午茶。

參加

- 參與多元社區活動，建立強力、高度信任和持續的關係。
- 參加公共社區活動和慶祝活動，並攝取有關活動和慶祝活動的資訊。您可以使用 Neighbourly, EventFinda 或您當地的報紙找到您所在地區的社區活動。
- 瞭解紐西蘭歷史和『懷唐伊條約』，並與毛利人進行更多接觸。
- 使用免費的線上應用程式 (如 Kōrerorero, Kupu 與 Ako Tahi) 學習 Te Reo 毛利語，或透過 Te Wānanga o Aotearoa 註冊課程，參觀當地博物館的歷史展覽，或從當地圖書館借閱有關紐西蘭歷史的書籍。

