

Tôi có thể làm gì để giúp đỡ?



Social Cohesion Guide

Thân thuộc với nhau

Tất cả chúng ta đều có vai trò trong việc xây dựng sự gắn kết xã hội. Điều đó bao gồm việc giúp mọi người cảm thấy thân thuộc, được hoà nhập, được là chính mình và có thể tham gia vào xã hội. Hầu hết chúng ta thực hiện điều này mà không hề nhận ra. Nói chuyện với những người hàng xóm của chúng ta, tình nguyện hoặc tham dự một sự kiện cộng đồng là tất cả những điều tạo ra cảm giác thân thuộc và được tham gia. Ngay cả ở nơi làm việc của mình, chúng ta có thể đang thực hiện việc xây dựng sự gắn kết xã hội thông qua các hành động đơn giản như uống cà phê hoặc ăn trưa với một đồng nghiệp mới.

Chúng ta có thể là một phần của một gia đình, một trường học, một nơi làm việc, một đội thể thao hoặc nhà thờ - hoặc có thể chúng ta đang học một ngôn ngữ mới hoặc chia sẻ sở thích với những người khác. Dù chúng ta đang ở trong cộng đồng nào, thật tốt khi cảm thấy hoà thuận, cảm thấy thân thuộc, được là chính mình và là một phần của điều gì đó.

Tất cả chúng ta đều khác nhau nhưng chúng ta muốn hòa hợp, tôn vinh sự đa dạng của mình và tôn trọng người khác khi chúng ta không đồng ý. Điều này rất quan trọng vì không phải ai cũng cảm thấy rằng họ có thể là chính mình hoặc tin tưởng rằng tiếng nói của họ sẽ được lắng nghe.

Chúng ta là một quốc gia ngày càng đa dạng với nhiều cộng đồng khác nhau và chúng ta cần tìm cách lắng nghe nhau và hiểu nhau. Chúng ta muốn cam kết hiểu rõ sự khác biệt và sức mạnh của chúng ta và làm việc dựa trên những gì đã hợp nhất chúng ta và những gì mang chúng ta đến gần nhau hơn.

Sự thân thuộc

- điều đó như thế nào

Trong một xã hội mà mọi người hòa thuận với nhau, chúng ta biết nhau, biết hàng xóm của mình, cảm thấy hoà hợp ở nơi làm việc, con cái của chúng ta cảm thấy là một phần của cộng đồng và chúng ta biết nơi cần đến để nhận được sự giúp đỡ khi chúng ta cần. Chúng ta cảm thấy rằng chúng ta có thể nói chuyện với những người mà chúng ta thường không nói chuyện, lên tiếng khi nghe mọi người nói những điều phân biệt đối xử và thoải mái chia sẻ chúng ta là ai, từ đâu tới và cách chúng ta làm mọi thứ. Trong khủng hoảng, chúng ta không để ai bị bỏ lại phía sau - bao gồm tất cả mọi người.

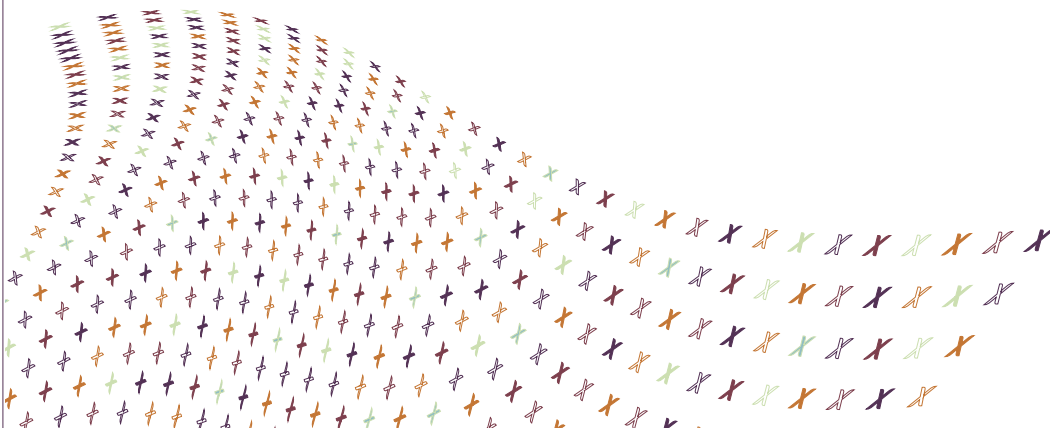
Xây dựng thêm sự thân thuộc

– những gì bạn có thể làm

Vậy nên, chúng ta có thể làm gì để giúp được nhiều người cảm thấy thân thuộc hơn, nắm bắt sự đa dạng, cảm thấy được kết nối, tham gia, tin tưởng người khác và cảm thấy được tôn trọng?

Thân thuộc với nhau

- xác định và giải quyết các hành vi, chính sách và thói quen phân biệt đối xử.
- giúp mọi người và các tổ chức trở nên tốt hơn.
 - nói chuyện một cách can đảm với một người đang thể hiện hành vi phân biệt đối xử. Các tài liệu trên trang web của Ủy ban Nhân quyền có thể hữu ích, chẳng hạn như [Ứng phó với Phân biệt Chủng tộc](#).



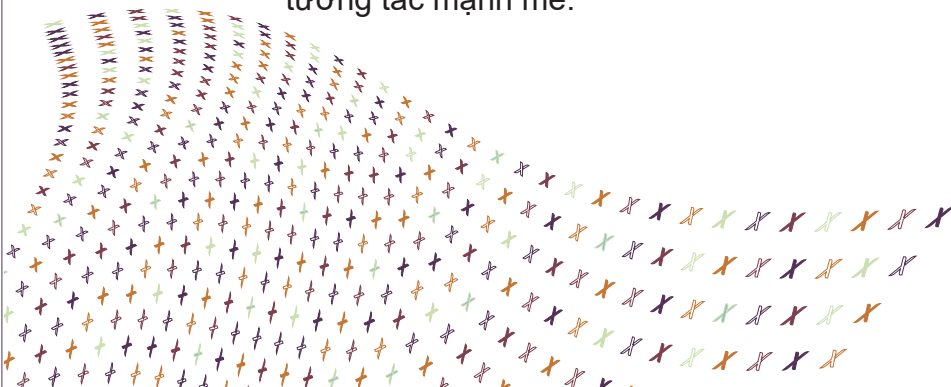
- giúp mọi người và các tổ chức trở nên tốt hơn.
 - tìm kiếm khóa đào tạo trong tổ chức, hội đồng địa phương của bạn hoặc thông qua một tổ chức phi chính phủ về giải quyết vấn đề phân biệt đối xử và chia sẻ những kiến thức của bạn với bạn bè, gia đình và đồng nghiệp.
- xem xét những thay đổi về lập pháp, quy định, chính sách cần thiết để hỗ trợ chống phân biệt đối xử.
 - cung cấp tờ trình về chính sách và pháp luật trong quá trình tham vấn cộng đồng.

Đón nhận sự đa dạng, cảm thấy được tôn trọng

- cân nhắc xem liệu tại nơi làm việc hoặc tổ chức của mình, bạn có thể sử dụng, cung cấp hoặc nộp đơn xin tài trợ để thiết kế một chương trình hoặc dịch vụ nhằm giải quyết vấn đề phân biệt đối xử.

Cảm giác được kết nối

- cung cấp khả năng lãnh đạo và hợp tác phát triển và thúc đẩy các chuẩn mực xã hội toàn diện.
 - bạn không cần phải là người quản lý của một nhóm để trở thành một nhà lãnh đạo. Bạn có thể thể hiện khả năng lãnh đạo tích cực bằng cách công khai đánh giá cao những đóng góp đa dạng của đồng nghiệp, bạn bè và người quen của bạn. Điều này có thể thông qua việc thừa nhận người đó bằng lời nói, cho họ không gian và thời gian để nói chuyện và lắng nghe những gì họ nói.
- tiếp tục tạo cơ hội đối thoại với các cộng đồng đa dạng.
 - tiếp cận với những người hàng xóm mới và làm quen với những người đến từ các cộng đồng khác nhau. Bạn có thể gặp họ tại các sự kiện địa phương hoặc hội thảo trực tuyến và hui.
- cùng thiết kế chính sách với ý kiến đóng góp đa dạng của cộng đồng.
 - o nếu bạn là nhà hoạch định chính sách, hãy cân nhắc sử dụng các tài liệu có sẵn trên trang web [Dự án Chính sách DPMC](#) để phát triển một kế hoạch tương tác mạnh mẽ.



- thúc đẩy sự hiểu biết về các nền văn hóa và bản sắc khác.
 - thiết lập một sự kiện Ngày Hàng xóm (Neighbours Day event) trong khu vực địa phương của bạn như bữa trưa hoặc trà chiều chung.

Tham gia

- tham gia vào các hoạt động cộng đồng đa dạng và tạo ra các mối quan hệ bền chặt, tin cậy cao và lâu dài.
- tham dự các sự kiện và lễ kỷ niệm cộng đồng chung và tìm kiếm thông tin về các sự kiện và lễ kỷ niệm. Bạn có thể tìm thấy các hoạt động cộng đồng trong khu vực của mình bằng cách sử dụng Neighbourly, EventFinda hoặc báo địa phương.
- trở nên hiểu biết về lịch sử NZ và Hiệp ước Waitangi và tham gia nhiều hơn với Te Reo me ngā tikanga Maori.
- học tiếng Maori bằng các ứng dụng trực tuyến miễn phí như Kōrerorero, Kupu và Ako Tahī hoặc đăng ký một khóa học thông qua Te Wānanga o Aotearoa, ghé thăm các triển lãm lịch sử tại bảo tàng địa phương hoặc mượn sách về lịch sử NZ từ thư viện địa phương của bạn.

