



چه رقم کاوندی خوبی باشید: رهنمایی‌های برای زندگی اجتماعی

جایا شدن به کشور جدید هیجان‌انگیز و طاقت‌فرسا می‌تواند باشد. یکی از بهترین طرق احساس راحتی در اجتماع جدیدتان، ایجاد روابط مثبت با کاوندیان است. این رهنما نکات عملی را ارائه می‌دهد تا شما را کمک کند کاوندی خوبی باشید و از یک محیط زندگی اجتماعی آرام و حمایت‌کننده لذت ببرید.

چرا کاوندی خوب بودن مهم است

- **احساس امنیت و اتصال بیشتر:** شناختن کاوندیان تان شما را کمک کرده می‌تواند تا احساس امنیت و مقبولیت بیشتری داشته باشید. کاوندیان شما ممکن است کسانی باشند که شما را بیشتر از خانواده و همکاران محل کارتان در بیرون ببینند — روابط خوب با کاوندیان به ارتقاء احساس تعلق کمک کرده می‌تواند. در حقیقت، طبق [این مقاله NPR](#)، «آشنا شدن با کاوندیان تان و مراقبت از اجتماع‌تان، طرق ارزشمندی هستند تا در کاوند خود احساس امنیت بیشتری داشته باشید.» اگر خوش داشتید کل مقاله را برای کسب درک اضافی در مورد ارزش شناختن کاوندی‌تان و تأثیری که بالای اجتماع می‌گذارد، خوانده کنید.
- **ایجاد حمایت اجتماعی:** روابط خوب باعث ایجاد مسئولیت‌های مشترک و کمک متقابل شده می‌تواند. تقسیم مسئولیت‌ها با کاوندیان و حمایت متقابل از یکدیگر، فشار و تشویش را در دیگر بخش‌های زندگی‌تان کم کرده می‌تواند و به شما اجازه می‌دهد که ثبات بیشتری را در خانه داشته باشید.
- **ارتقاء ثبات مسکن: تعاملات مثبت** با کاوندیان روابط شما را با مالکان یا مدیران املاک هم بهتر کرده می‌تواند. همچنان وقتی که اختلافات پیدا می‌شود از تشدید اوضاع جلوگیری کرده می‌تواند و باعث می‌شود که کاوندیان اول نزد شما آمده و در مورد جنجال‌های پیدا شده بحث کنند به جای آنکه فوراً با پولیس یا صاحب خانه به تماس گردند.

احترام به فضاهای مشترک

زباله و بازیافت را صحیح مدیریت نمایید

- از تقسیم اوقات جمع‌آوری زباله و بازیافت مطلع باشید.
- صاحب خانه یا کاوندی خود پرسان کنید که این کار در چه روزی انجام می‌شود و یک یادآوری در تلفون یا یخچال‌تان بمانید.
- سطل‌های زباله و بازیافت را بعد از جمع‌آوری به سرعت داخل آورده کنید.
- مطمئن نیستید که جای هر چیزی کجاست؟ یک کاوندی را پرسان کنید!
- حکومت محلی شما هم باید این معلومات را در وب سایت حکومت محلی نشر کند. وب سایت شهر یا قصبه‌تان را در انترنت دیدن کنید تا بفهمید چه نوع چیزهایی را بازیافت کرده می‌توانید.

سطح سروصدا را پایین نگه دارید

- مراقب صدای موسیقی، تی وی و مجالس باشید — خصوصاً از طرف شب.
- اگر شما یگان مهمانی خاصی دارید و می‌دانید که ممکن است شب پر سر و صداتری داشته باشید، کوشش کنید کاوندیان خود را از پیش تر مطلع سازید.
- کاوندیان خود را بگویند که اگر سر و صدا مشکلی بود، همراه شما گپ زده می‌توانند.

تقسیم مسئولیت‌های پاک‌کاری

- راهروها، زینه و ساحات پارکینگ را پاک نگه دارید.
- نامه‌های پستی و بسته‌های خود را به موقع بردارید.
- فقط از جای پارک اختصاص داده شده خود استفاده کنید.



روابط مثبت جور کنید

خود را معرفی کنید

- یک «سلام» ساده می‌تواند تاثیر بسیاری در شروع یک رابطه دوستانه داشته باشد.
- به طور داوطلبانه معلوماتی را درباره خودتان بدهید: چیزی را از فرهنگ یا زبان خود به آنها بیاموزید.
- حمایت اجتماعی: همراه کاوندیان خود کار کنید تا یکدیگر را به طرق خرد و کلان کمک کنید. به طور مثال، اگر شما و کاوندی‌تان هر دو طفل خرد دارید، در نظر بگیرید که با کاوندی‌تان در مورد نوبتی کردن گرفتن یا رساندن اولاد از ایستگاه بس یا مکتب صحبت کنید تا به تقسیم اوقات کاری یکدیگر کمک کنید.

به وضاحت و با مهربانی ارتباط برقرار کنید

- هنگام گپ زدن همراه کاوندیان محترم و صمیمی باشید.
- به دقت گوش کنید و تفاوت‌های فرهنگی را در نظر بگیرید.
- فرض نکنید — فقط پرسان کنید!
- با آنکه معرفی خود به کاوندیان قدمه اول است، اما کاوندی خوب بودن عمیق‌تر از این است و به نگهداری از خانه، کاوند و احترام به کاوندیان مرتبط است.

اختلافات را در صلح حل کنید

- **اول صحبت کنید:** اگر مشکلی پیدا شد، کوشش کنید مستقیماً و با آرامش همراه کاوندی خود گپ بزنید.
- **به دقت گوش کنید:** کل توجه خود را به کاوندی‌تان بدهید تا تشویش‌های آن‌ها را شنیده و گپ آنها را قطع نکنید.
- **فعال باشید: مسائل را زودتر و پیش از اینکه کلان شوند** حل کنید، و همچنان حاضر باشید کمی مصالحه کنید (هم کاوندی خود را می‌توانید بخواهید این قسم عمل کند). بالای راه‌حل‌ها تمرکز کنید و اینکه چه رقم برای حل مشکل با هم همکاری کرده می‌توانید.
- **اگر ضرورت باشد** کمک بخواهید: اگر مشکل را حل کرده نمی‌توانید، شریک ساختن صاحبخانه یا یک میانجی بی طرف را در نظر بگیرید. اگر مانع زبانی وجود داشته باشد، یک ترجمان یافت کنید.

در اجتماع اشتراک نمایید

- **در مراسم‌های محلی یا گروپ‌های** کاوند یکجا شوید: گروپ فیسبوک یا نکست‌دور کاوند خود را یافت کنید تا تازه‌ترین معلومات را دریافت کرده و در مورد اتفاقاتی که در کاوندتان پیش می‌آید پست بمانید.
- **غذا را با هم تقسیم کنید:** غذا از زبان فراتر می‌رود و طریقه‌ای عالی برای آشنایی با کاوندیان است.
- **کار داوطلبانه کنید یا به کاوندیان نیازمند خود پیشنهاد کمک دهید.**
 - آیا کاوندی‌تان تازه ولادت کرده یا پای او زخمی شده؟ داخل آوردن سطل زباله آنها یا پخته کردن نان برایش را در نظر بگیرید.
 - آیا کاوندی‌تان سالخورده است؟ کوتاه کردن علف‌های آنها یا اینکه هر هفته سطل‌های زباله‌شان را به داخل و بیرون آورده کنید، در نظر بگیرید.
- **بیزنس‌های خرد و موسسات محلی را حمایت کنید.**
 - در مراسم محلی مثل جشن‌های کاوند اشتراک کنید یا در پلان گذاری مراسم مفرح برای اطفال در جریان تابستان کمک کنید.

قوانین را بدانید

- **طرز العمل‌های اجتماع خود را بررسی کنید** (مثلاً پالیسی حیوانات خانگی، قوانین پارکینگ، ساعات سکوت).
- **حقوق و مسئولیت‌های خود را من حیث کرایه دار بدانید:** خود را از قرارداد کرایه خانه‌تان آگاه سازید.
- **قوانین محلی را رعایت کنید و انتظارات زندگی مشترک را احترام نمایید.**



افکار اخیر

کاوندی خوب بودن به مهربانی، احترام، و روحیه اجتماعی مرتبط است. با برداشتن قدمه‌های کوچک برای ارتباط برقرار کردن و مراقبت از محیط اطرافتان، به ایجاد محیطی مطلوب برای خود و دیگران کمک خواهید کرد.

منابع مفید

- [NPR: چه رقم کاوندی خوبی باشید](#)
- [خدمات اجتماعی استارلینگ: ایجاد روابط مثبت با مالک و کاوندیان خود](#)
- [رهنمای کاوندی خوب فیلادلفیا](#)
- [نکات مدیریت سیلورلیف: منظور ما واقعاً از «کاوندی خوبی باشید» چیست؟](#)
- [17 طریقه برای حل اختلافات با کاوندیان](#)
- [حل اختلاف با کاوندی تان: چه کنید](#)
- [کیت وسایل کرایه دار از راه‌حل‌های مسکن پناهندگان](#)
- [درک قرارداد کرایه‌تان](#)
- [کرایه 101: چه رقم قرارداد کرایه‌تان را درک کنید](#)



Refugee Housing
SOLUTIONS

www.refugeehousing.org

راه‌حل‌های مسکن پناهندگان پروژه‌ای است که توسط خدمات جهانی کلیسا (CWS) ایجاد شده است و بخشی از آن تحت توافقنامه‌ای با وزارت صحت و خدمات انسانی ایالات متحده پرداخت شده است. CWS یک توافقنامه همکاری را از طریق وزارت صحت و خدمات انسانی ایالات متحده، اداره اطفال و خانواده‌ها، به شماره CA #90XR0092 دریافت کرد. محتویات این منبع صرفاً مسئولیت نویسندگان می‌باشد و لزوماً نشان دهنده نظرات رسمی وزارت صحت و خدمات انسانی ایالات متحده آمریکا، اداره اطفال و خانواده‌ها نمی‌باشند.

