

လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့ဝင်များအတွက်- ဒီမိုကရေစီ လှုပ်ရှားမှုများကို ထောက်ခံရေး အတွက် လမ်းညွှန်  
[Maciej Bartkowski](#)

စက်တင်ဘာလ ၂၉ ရက်၊ ၂၀၂၀ ခုနှစ်။



ဘယ်လာရုစ် နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေး ကော်မတီက ထုတ်ဝေသည့် လူတစ်ဦးချင်းအတွက် မှတ်ပုံတင်။  
မှတ်ချက်- “ဆာရှာ ၃%၊ ယခု ထွက်ပြေးရမည့် အချိန်ဖြစ်သည်” (ဆာရှာ SASHA ဆိုသည်မှာ ဘယ်လာရုစ်  
သမ္မတ လူကာရှင်ကို (LUKASHENKO) ကို ရည်ညွှန်းခြင်းဖြစ်သည်။ “၃%” ဆိုသည်မှာ လူကာရှင်ကိုအပေါ်  
နိုင်ငံအတွင်း ထောက်ခံသည့် တရားဝင်မဟုတ်သော စစ်တမ်းကောက်ယူမှုရလဒ်ကို ရည်ညွှန်းခြင်း  
ဖြစ်သည်။ မူရင်း- TWITTER ACCOUNT @BELAMOVA.

နိုင်ငံသားများက ဒီမိုကရေစီအရေးအတွက် အာဏာရှင်အုပ်ချုပ်ရေးကို ဆန့်ကျင်၍  
လူထုခုခံမှု လှုပ်ရှားမှုကို ဆင်နွှဲလာကြသည့်အခါ ဥပဒေစိုးမိုးရေး၊ ပြည်တွင်း  
လုံခြုံရေး နှင့် ထောက်လှမ်းရေးဌာနများ၊ နိုင်ငံတွင်းရှိ စစ်တပ်ဖွဲ့ဝင်များက မည်သို့  
ကူညီနိုင်ပါသနည်း။

များမကြာမီက ဘယ်လာရုစ်နိုင်ငံတွင် လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့ဝင်အချို့က သူတို့၏ စစ်တပ်ဆိုင်ရာ မှတ်ပုံတင်  
ကဒ် (ID) များနှင့် ယူနီဖောင်းများကို အမှိုက်ပုံးအတွင်းသို့ လွှင့်ပစ်၍ နှစ်ရှည်ကြာ အုပ်ချုပ်နေသည့်  
အာဏာရှင်ကို ဆန့်ကျင်ဆန္ဒပြခဲ့ကြသည်။

အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုတွင် ထိပ်သီး ဗိုလ်ချုပ်ကြီးများက အကယ်၍ လက်ရှိ စစ်သေနာပတိချုပ်က ရွေးကောက်ပွဲရလဒ်များကို ငြင်းပယ်မည်ဆိုပါက၊ လမ်းမပေါ်ဆန္ဒပြပွဲများကို ချေမှုန်းရန် စစ်တပ်ကို အမိန့်ပေးမည်ဆိုပါက [နှုတ်ထွက်စာတင်မည်ဟု ကြိုတင်မျှော်လင့် ပြင်ဆင်ထားခဲ့ကြသည်။](#)



ဘယ်လာရစ် စစ်သားတဦးက လှုပ်ရှားမှုကို ဆန့်ကျင်ချေမှုန်းရန် အမိန့်ကို ဆန့်ကျင်သည့် အနေဖြင့် သူ၏ စစ်ယူနီဖောင်းကို အမှိုက်ပုံထဲသို့ လွှင့်ပစ်နေပုံကို ဓာတ်ပုံရိုက်ယူနေစဉ် ဩဂုတ်လ ၁၂ ရက်၊ ၂၀၂၀ ခုနှစ်။  
မူရင်း- INSTAGRAM ACCOUNT @ANATOLI\_NOVITSKI.

ဤနိုင်ငံ နှစ်ခုလုံးတွင် အရေးပါသည့် ခြားနားမှုများ ရှိကြပါသည်။ သို့သော် ဤဖြစ်ရပ် တခုချင်းစီက လူထုများ ပါဝင်သည့် အုံကြွမှုများသည် လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့များ၏ ရပ်တည်ချက်နှင့် အမူအကျင့်အပေါ် သိသာ ထင်ရှားစွာ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိကြောင်း ပြသနေပါသည်။ အမှန်ဆိုရလျှင် အရည်အသွေးအပေါ် အခြေခံသည့် သုတေသနများအရ ဖော်ပြသည်မှာ အာဏာရှင်များကို ဆန့်ကျင်ကြသော အောင်မြင်သည့် အကြမ်းမဖက် လူထုအုံကြွမှုများကြောင့် လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့များ၏ ဖက်ပြောင်းလာမှုသည် [၅၂% ထက် ကျော်လွန် ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ကြောင်း](#) တွေ့ရပါသည်။ အရေးပါသည့်အချက်မှာ ဤသို့ဖက်ပြောင်းမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာပါက ဤဖြစ်ရပ်များကြောင့် အကြမ်းမဖက် လှုပ်ရှားမှုများကို ၄၆ ဆ ပို၍ သာလွန်စွာ အောင်မြင်မှု ရစေနိုင်ပါသည်။

ဆိုပါစို့။ သင်က ရဲတပ်ဖွဲ့၊ ပြည်တွင်းလုံခြုံရေး တပ်ဖွဲ့၊ ထောက်လှမ်းရေး သို့မဟုတ် စစ်တပ်အတွင်းတွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသည်။ အာဏာကိုင်ထားသည့် အုပ်ချုပ်သူက၊ သူ့ကိုဆန့်ကျင်နေကြသော လက်နက်မကိုင်ထားသည့် ဆန္ဒပြသူများ၏ ဒီမိုကရေစီအရေး လှုပ်ရှားမှုကို ဖိနှိပ်ဖြိုခွဲရန် သင့်ကို အမိန့်ပေးလာသည်။ သင်က အာဏာပိုင်နှင့် သူ့ကို ကပ်ဖားနေကြသူ နောက်လိုက်များက သင့်ကိုလုပ်ဆောင်စေရန် မျှော်လင့်ထားသည့် အချက်ကို သဘောမတူပါ။ သင်၏ စိတ်အတွင်းတွင် သိနေသည်မှာ၊ သင်က အမိန့်ကို နာခံ၍လုပ်ဆောင်ပါက သင်က နိုင်ငံ၏အကျိုးနှင့် ပြည်သူများ၏အကျိုးအတွက် ဆက်၍ ထမ်းဆောင်ပေးနေခြင်း မဟုတ်တော့ပါ။ သင်က အကြမ်းမဖက်လှုပ်ရှားမှုကို ချေမှုန်းရန်အတွက် မည်သို့ အချိန်ဆွဲထား၍ ရနိုင်မည်၊ မည်သို့ လမ်းလွှဲပြောင်း၍ ရနိုင်မည်၊ သို့မဟုတ် အုပ်ချုပ်သူ၏အာဏာကို မည်သို့ ဆန့်ကျင်၍ရနိုင်မည် နည်းလမ်းကြံဆနေသည်။

သင်တဦးတည်း မဟုတ်ပါ။ ပညာရှင်များ၊ သတင်းထောက်များ နှင့် တက်ကြွလှုပ်ရှားသူများက ပြီးခဲ့သည့် ရာစုနှစ်အတွင်း မှတ်တမ်းတင်ထားကြသည့်အလျောက် လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့များက ဒီမိုကရေစီအရေး လှုပ်ရှားမှုများကို ထောက်ခံရန် ရဲရင့်စွာ၊ များသောအားဖြင့် သို့သိပ်မိရိသော လုပ်ဆောင်မှုများကို ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် သူတို့က သမိုင်း၏ မှန်ကန်သည့်ဖက်တွင် ရပ်တည်ခဲ့ကြသည်။ ဤသို့သော လှုပ်ရှားမှုများကို အောက်တွင်ဖော်ပြထားပါသည်။

ယေဘုယျအားဖြင့် မသက်ဆိုင်ကြောင်း ငြင်းဆိုဖော်ပြရလျှင်၊ လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့ဝင်များသည် အောက်ဖော်ပြပါ နည်းနာများကို ရွေးချယ်အသုံးပြုရာ၌ သူတို့၏အကောင်းဆုံးသော ချင့်ချိန်ဆုံးဖြတ်ချက် လိုအပ်ပါသည်။ အကောင်းဆုံး ကျစ်လျစ်သည့်၊ ယုံကြည်ရသော အုပ်စုအပေါ်မှာသာ အားထားရန် လိုအပ်သည်။ ယင်းနှင့်အတူ/သို့မဟုတ် ဖြစ်နိုင်ပါက ပြင်ပမဟာမိတ် အင်အားစုများကို အားထားရန် လိုအပ်သည်။ သင်၏ လုံခြုံရေးအတွက် အလွှာများ လွှမ်းခြုံထားရန် လိုအပ်ပြီး၊ သင်တဦးချင်း၏ကိုယ်ပိုင် လှုပ်ရှားမှုများကို ပို၍ ချဲ့ကားသက်ရောက်စေရပါမည်။

**၁။ စနစ်အတွင်း၌ပင် နေထိုင်၍ ဒီမိုကရေစီရေး လှုပ်ရှားမှုကို အတွင်းမှ ကူညီပေးခြင်း**  
အကယ်၍ သင်က ဤလမ်းကို ရွေးချယ်ပါက သင့်အနေဖြင့် -

**အတွင်းတွင်နေ၍ ခုခံမှုဆိုင်ရာ ကွန်ရက်ကို ပြင်ပရှိ အုပ်စုများနှင့် တည်ဆောက်ခြင်း**

- သင်ကိုယ်တိုင် စ၍လုပ်ဆောင်ပါ။ သို့မဟုတ် အတွင်းတွင် သင်ကဲ့သို့သော အခြားသူများကို ရှာဖွေ၍ အတူတကွ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်ပါက ပို၍ကောင်းပါသည်။ စိတ်တူကိုယ်တူ တပ်ဖွဲ့ဝင်များဖြင့် ခုခံရေးကွန်ရက်တခု တည်ဆောက်ပါ။

- သူ၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များကို အလွတ်သဘော စိစစ်၍ သူတို့နှင့် သူတို့၏ မိသားစုဝင်များက အုပ်ချုပ်သူများ နှင့် လှုပ်ရှားမှု ဆန့်ကျင်ရေး အမိန့်များအပေါ် မည်သို့သဘောထားရှိသည်ကို ရှာဖွေ စူးစမ်းပါ။ စိတ်ဝေဝါးစရာ၊ စိတ်ချီတုံ့ချတုံ့ ခံစားရပါက အတွင်းမှနေ၍ သင်နှင့် အတူ လုပ်ဆောင်ရန် ထိုသူများကို တိုက်တွန်းပါ။
- လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့များအတွင်း သူတို့၏မိသားစုဝင်များ ရှိနေကြသည့် လှုပ်ရှားမှု အဖွဲ့ဝင်များကို စွန့်စား ရှာဖွေပါ။ (ပြင်ပ မဟာမိတ်များ၏ အကူအညီဖြင့်လည်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည်) ဤအဖွဲ့ ဝင်များကို ထိစပ်၍ အာဏာပိုင်များအပေါ် ထိုသူတို့၏ သစ္စာရှိမှုအပေါ် အကဲဖြတ်ပါ။ အခွင့် အလမ်းပေးလာပါက မတူခြားနားသော ဌာနခွဲများအကြား၊ တပ်ဖွဲ့များအကြား ခုခံရေးကွန်ရက် ကို တည်ဆောက်ပါ။
- သင်၏တပ်ဖွဲ့မှ အနားယူထားပြီးသား၊ လှုပ်ရှားမှုအပေါ် လိုလားထောက်ခံကြသည့် စစ်ပြန်များ နှင့် ဆက်သွယ်မှု ထူထောင်ပါ။
- တရားဝင် ပြည်တွင်းရှိအဖွဲ့များ နှင့်/သို့မဟုတ် နိုင်ငံတကာ ဒီမိုကရေစီအရေး၊ လူ့အခွင့်အရေး အုပ်စုများနှင့် အလွတ်သဘော ဆက်သွယ်မှု ထူထောင်ပါ။

**အချိန်ဆွဲပါ၊ အချိန်ဆွဲပါ၊ အချိန်ဆွဲပါ၊ .... ပြီးတော့ ရှုပ်ထွေးအောင်လုပ်ပါ။**

- လှုပ်ရှားမှုဆန့်ကျင်ရေး အမိန့်များ၊ လုပ်ဆောင်မှုများကို အချိန်ဆွဲပါ။ ဥပဒေစည်းမျဉ်းများအရ လုပ်ဆောင်ပါ။ သင်၏ဌာန သို့မဟုတ် အေဂျင်စီ၏ စည်းမျဉ်းများအားလုံးနှင့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်း များကို အသိရှိရှိနှင့် တင်းကျပ်စွာ လိုက်နာပါ။
- အကယ်၍ သင့်ကို လှုပ်ရှားမှုဆန့်ကျင်ရေး လုပ်ငန်းများ လုပ်ဆောင်ရန် အမိန့်ပေးလာပါက ဗဟု သုတ မရှိကြောင်း ပြသပါ။ သို့မဟုတ် လိုအပ်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုမရှိကြောင်း ဖော်ပြပါ။ အကယ်၍ သင်၏အထက် အရာရှိ သို့မဟုတ် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များက လှုပ်ရှားမှုဆန့်ကျင် လုပ်ဆောင်ရန် သင်၏အကူအညီ လိုအပ်ပါက အောက်ပါအတိုင်း ဟန်ဆောင်ပါ။
  - မည်သို့ လုပ်ဆောင်ရမည်ကို မသိကြောင်း
  - မည်သည့်နေရာဟု မသိကြောင်း
  - မည်သို့ရှာဖွေရမည်ကို မသိကြောင်း
  - မသိရှိကြောင်း
  - သင့်တွင် မရှိကြောင်း
  - မတတ်နိုင်စွမ်းကြောင်း
  - မမျှဝေနိုင်ကြောင်း

- မပူးပေါင်းနိုင်ကြောင်း
- မလုပ်ဆောင်နိုင်ကြောင်း
- အလုပ်များနေကြောင်း
- အကူအညီ လိုအပ်ကြောင်း

- လှုပ်ရှားမှု ဆန့်ကျင်ရေးအမိန့်များကို မသိစိတ်ဖြင့် စွမ်းဆောင်နိုင်ရည် မရှိကြောင်း နှင့် 'နားမလည်ကြောင်း' ဖော်ပြပါ။ မအောင်မြင်သည့် သို့မဟုတ် အန္တရာယ်မဖြစ်စေသည့် 'မတော်တဆမှားယွင်းလုပ်ဆောင်မိကြောင်း' အလုပ်များ လုပ်ပါ။ တနည်းဆိုရသော် လှုပ်ရှားမှုကို ကူညီပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ ပစ်ခတ်ရန်အမိန့်ပေးခံရပါက၊ ဆန္ဒပြသူများ၏ခေါင်းပေါ်ကို ကျော်ပစ်ပါ။

**ခွင့်ယူ အနားယူပါ။**

- အထက်အရာရှိက လှုပ်ရှားမှု ဆန့်ကျင်ရေးအမိန့်များ ပေးလာသည့်အခါ ဖျားနာခွင့် တင်ပါ။
- အထက်အရာရှိက လှုပ်ရှားမှု ဆန့်ကျင်ရေးအမိန့်များ ပေးလာသည့်အခါ စုဆောင်းထားသည့် ခံစားခွင့်ရှိသည့် အပန်းဖြေ အနားယူခွင့်တင်ပါ။

**အုပ်ချုပ်သူများ နှင့်/သို့မဟုတ် အထက်အရာရှိများထံသို့ သင့်ရဲဘော်များ၏ သစ္စာရှိမှုကို ဖျော့လာအောင် လုပ်ပါ။**

- အုပ်ချုပ်သူများ သို့မဟုတ် သင်၏အထက်အရာရှိများနှင့် ပတ်သက်သည့် ဟာသများ၊ လှောင်ပြောင်မှုများကို သင်၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များထံ ဝေငှပါ။ ဤသို့ ဟာသများ သင်ကြားသိခဲ့ရသည်ဟု ပြောပါ။ အာဏာရှင်ကြီးများ၏ အကြောက်ဆုံး အိပ်မက်ဆိုးမှာ သူတို့ကို ပြည်သူများက ကြောက်ရွံ့နေရမည့်အစား၊ သို့မဟုတ် မြောင့်ပင့်ဖားယားနေရမည့်အစား၊ လှောင်ပြောင်နေကြသည်၊ ရယ်ပွဲဖွဲ့နေကြသည်ဆိုသည်ကို သင်သိပါသည်။ မရေမရာ ဟိုလိုလိုသည်လိုလိုဖြင့် စ၍ ပြောနိုင်သည်မှာ—"ကျနော်တို့ရဲ့ ချစ်ရစွာသော ခေါင်းဆောင်ကြီးကို ဟာသတွေ ပြောနေကြတာ သိပ်တော့ မရယ်ရပါဘူး... လူတယောက်လောက်ပဲ သဘောပေါက်တာပါ "— စသည်ဖြင့် စကားပြောရန် လမ်းခင်း နိုင်ပါသည်။
- အကယ်၍ သူတို့က အုပ်ချုပ်သူအတွက် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရန် ဆက်၍သစ္စာရှိနေသေးပါက သင်နှင့် သင်၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များသည် သမိုင်း၏မှန်ကန်သော လမ်းကြောင်းပေါ်တွင် ရှိနေပါ၏လော စသည်ဖြင့် ငြင်သာသည့် မေးခွန်းထုတ်နိုင်ပါသည်။

- အကျယ်အပြန့်သော လူထုက မပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ရင်ဆိုင်နေရသည့်အခါ အုပ်ချုပ်သူနှင့် သင်၏ အထက်အရာရှိက နိုင်ငံအပေါ် ထိရောက်စွာ ထိန်းချုပ်နိုင်စွမ်း ရှိ-မရှိ၊ ထိရောက်သည့် အုပ်ချုပ်မှု ရေရှည်တည်တံ့မှု ရှိနိုင်-မရှိနိုင်အပေါ်ကို သံသယ သွင်းပေးပါ။
- သင်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များက အုပ်ချုပ်သူအပေါ် သစ္စာခံနေခြင်းကို ပြောင်းရွှေ့လာစေရန် ကူညီပေးပါ။ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံ ဥပဒေ နှင့်/သို့မဟုတ် လှုပ်ရှားမှု နှင့် ယင်း၏တောင်းဆိုသည့် အရေးအပေါ် ထောက်ခံလာစေရန် ကူညီပေးပါ။
- လှုပ်ရှားမှုကို ဖိနှိပ်ရန် အမိန့်များကို တက်ကြွစိတ်အားထက်သန်စွာ၊ လုံ့လထုတ်၍ ကြိုးပမ်းနေသော တာဝန်ထမ်းဆောင်သူများ၏ မျက်နှာဖုံး ခွာချပါ။ လူသိရှင်ကြား ဖော်ထုတ်ပါ။ လှုပ်ရှားမှုကို ထိုသူများနှင့်ပတ်သက်၍ သတင်းပေးနိုင်ရန် မတူခြားနားသော လမ်းကြောင်းများကို သုံးပါ။ နောက်ပိုင်းတွင် မျက်နှာဖုံးခွာချ ဖော်ထုတ်ထားသူများကို လူသိရှင်ကြား အရှက်ရစေရန် အခြားသူများနှင့်အတူ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်သည်။

**လှုပ်ရှားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင့်ရဲဘော်များ၏ အမြင်များကို ပုံသွင်းပါ။**

- အကြမ်းမဖက်သော လှုပ်ရှားမှုများသည် လက်နက်မကိုင်ကြသည့် ပြည်သူများ ပါဝင်ကြောင်း နှင့် ကာကွယ်မှုပေးရန် လိုအပ်ကြောင်း၊ ဖိနှိပ်ရန် မဟုတ်ကြောင်း အသိအမှတ်ပြုလာစေရန် ဆောင်ရွက်ပါ။ လှုပ်ရှားမှု၏ အစွန်အဖျားတွင် အကြမ်းဖက်မှု ဖြစ်ရပ်များ ဖြစ်ပွားလာပါကလည်း လှုပ်ရှားမှုအတွင်းရှိ အများစုသော ပြည်သူများသည် အကြမ်းမဖက်မှုကို ဆက်လက်ကိုင်စွဲထားသေးကြောင်း မှတ်ချက်ပြုပါ။
- အကြမ်းမဖက်လှုပ်ရှားမှုတစ်ခုသည် အကြမ်းမဖက်သည့် နှောင့်ယှက်ဟန့်တားမှုများ ပြု၍ နိုင်ငံကို ရပ်တန့်စေလျှင်သော်မှ ငြိမ်းချမ်းစွာအာဏာ လွှဲပြောင်းပေးရေးနှင့် ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးအတွက် စစ်မှန်သော တွေ့ဆုံဆွေးနွေးမှုများပြုရန် တံခါးပွင့်နေသေးကြောင်း ထောက်ပြပါ။
- သင်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များကို လှုပ်ရှားမှုနှင့်ပတ်သက်၍ သတင်းမှားများ/ဝါဒဖြန့်ချိရေးကိစ္စများ နှင့် အမှန်တရားတို့ကို ခွဲခြားနိုင်ရန် ကူညီပေးပါ။ တရားဝင်သည့် သီးခြားလွတ်လပ်သော သတင်းရင်းမြစ်များကို ညွှန်ပြပေးပါ။ အကယ်၍ ရရှိနိုင်ပါက လှုပ်ရှားမှုနှင့် ၎င်း၏လုပ်ဆောင်မှုများနှင့် ပတ်သက်၍ အတွင်းတွင် စုဆောင်းထားသော (များသောအားဖြင့် ပြည်သူလူထု မသိရှိနိုင်ရန် လျှို့ဝှက်ဖြစ်နေသော) သတင်းကြမ်းများနှင့် အချက်အလက်များကိုသုံး၍ သင်၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များကို ပုံပျက်မှားယွင်းနေသော သတင်းများကို တင်ပြပါ။

**သင့်ရဲဘော်များကို ကာကွယ်ပေးပါ။**

- လှုပ်ရှားမှုအပေါ် လိုလားထောက်ခံကြသည့် သင်၏လက်အောက်ခံ ရဲဘော်များကို ကာကွယ်မှုပေးပါ။ သင်တတ်နိုင်စွမ်းသမျှ ဒီမိုကရေစီ ပြုပြင်ပြောင်းလဲရေးကို ထောက်ခံပါ။

**မှတ်တမ်းတင်ပါ။ သင်ရရှိထားသည့် သတင်းများကို ကောင်းစွာ အသုံးပြုပါ။**

- လှုပ်ရှားမှု ဆန့်ကျင်ရေး အမိန့်များနှင့် လုပ်ဆောင်မှုများကို မှတ်တမ်းတင်ထားပါ။ အထူးသဖြင့် လူ့အခွင့်အရေး ချိုးဖောက်မှုများ သို့မဟုတ် တရားမဝင် ဆောင်ရွက်မှုများနှင့် ပတ်သက်၍ ဖြစ်သည်။ တတ်နိုင်သမျှစုဆောင်းပြီး၊ လုံခြုံသော နည်းလမ်းဖြင့် သိမ်းဆည်းထားနိုင်သည်။
- လှုပ်ရှားမှုထံသို့ အသုံးကျသည့် သတင်းများကို လိုလားထောက်ခံသည့် သင့်တပ်ဖွဲ့၏ စစ်ပြန်များ မှတဆင့်သော်လည်းကောင်း သို့မဟုတ် တိုက်ရိုက် ပေးပို့ပါ။
- သင်၏ အထက်အရာရှိက ဆန္ဒပြနေသူများအပေါ် အကြမ်းဖက်အင်အား အသုံးပြုလိုသည့် အခြေအနေရှိပါက လှုပ်ရှားမှုထံသို့ သတင်းပေးပို့ပါ။
- လှုပ်ရှားမှုအတွင်းသို့ နှင့် သို့မဟုတ် ယင်း၏ လုပ်ဆောင်မှုများအတွင်းသို့ အကယ်၍ လှုံ့ဆော် ဖျက်ဆီးမည့်သူများ ထိုးဖောက်ဝင်ရောက်ရန် မျှော်လင့်ထားပါက လှုပ်ရှားမှုထံသို့ သတင်းပေးပို့ပါ။

**ရေးသား လက်မှတ်ထိုးထားသည့် အမိန့်နှင့် သူတို့၏ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံ ဥပဒေအတိုင်း လိုက်နာမှုကို တောင်းဆိုပါ။**

- အကယ်၍ အမိန့်များသည် အကြမ်းမဖက် ဆန္ဒပြသူများအပေါ် သို့မဟုတ် ဆန့်ကျင်သူများ အပေါ် အန္တရာယ် အနာတရ ဖြစ်စေပါက၊ သင်၏ အထက်အရာရှိများထံမှ အမိန့်များကို စာဖြင့် ရေး၍ဖြစ်စေ၊ လက်မှတ်ထိုး၍ဖြစ်စေ ရရှိရန် တောင်းဆိုပါ။ သင် လုပ်ဆောင်မှုမစတင်မီ ရရှိရန် စောင့်ဆိုင်းပါ။
- အုပ်ချုပ်သူတစ်ဦး သို့မဟုတ် သင်၏အထက်အရာရှိထံမှ အမိန့်များကို ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ နှင့် ယင်းတွင်အုပ်စည်းထားသော အခြေခံ အခွင့်အရေးများနှင့် ဆန့်ကျင်ခြင်း ရှိ-မရှိ ကြည့်ရှု စစ်ဆေးပါ။ ဤအမိန့်များသည် ယင်းအခြေခံမူများနှင့် မည်သို့ကိုက်ညီကြောင်း သင်၏အထက် အရာရှိ ထံမှ စာဖြင့်ရေးသား ရှင်းလင်းချက်တောင်းပါ။

**ဖြစ်နိုင်ပါက တရားရုံးများကို သုံးပါ။**

- အုပ်ချုပ်သူထံမှ သို့မဟုတ် သင်၏ အထက်အရာရှိထံမှ ရရှိလာသည့် လှုပ်ရှားမှုဆန့်ကျင်ရေး အမိန့်များကို အကောင်အထည်မဖော်မီ၊ ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ အပါအဝင် တည်ဆဲဥပဒေများ နှင့် ကိုက်ညီမှုရှိ-မရှိ စစ်ဆေးနိုင်ရန် တရားရုံးများသို့ လွှဲပြောင်းပေးပါ (သို့မဟုတ် သင်၏ မဟာ မိတ်များကို လွှဲပြောင်းပေးပါ) သင့်အတွက် နှင့်/သို့မဟုတ် လှုပ်ရှားမှုအတွက် အချိန်ရရှိစေနိုင်ပါ သည်။

**လှုပ်ရှားမှုကို ပညာပေးခြင်းဖြင့် ကူညီပါ။**

- သင့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၏ အုပ်ချုပ်သူအပေါ် အမြင်ကို ယိမ်းယိုင်စေမည့်၊ ထိုအုပ်ချုပ်သူတို့ ထံမှ သူတို့၏သစ္စာရှိမှုကို ပြောင်းစေရန် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် တိကျသော လှုပ်ရှားမှုများကို လှုပ်ရှားမှုထံသို့ မျှဝေအကြံပြုပါ။ လှုပ်ရှားမှုအပေါ် အပြုသဘောမြင်လာစေရန် ဖန်တီးပေးပါ။
- လှုပ်ရှားမှုထံသို့ အကြမ်းမဖက်သည့် စည်းကမ်းမူဝါဒများသည် အရေးကြီးကြောင်း အလေးပေးပြောဆိုပါ။ သို့မှသာ အခြားသောတာဝန်ထမ်းဆောင်နေသူများကို သင့်၏ဖက်သို့၊ လှုပ်ရှားမှုဆီသို့ ခေါ်ဆောင်လာနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ တက်ကြွလှုပ်ရှားသူများက သူတို့အပေါ် အကြမ်းဖက်ရန် ခြိမ်းခြောက်နေပါက သင်၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များကို လှုပ်ရှားမှုနှင့် ရပ်တည်လာစေရေး တိုက်တွန်းရန် ခက်ခဲပါမည်။ မဖြစ်နိုင်သလောက် ရှိပါလိမ့်မည်။

**အကြမ်းမဖက်သည့် ဟန့်တားနှောင့်ယှက်မှု ကြားဝင်ဆောင်ရွက်မှုများကို စဉ်းစားပါ။**

- အတွင်းတွင် နောက်လိုက်ပါသူများ အခြေအနေပေးပါက၊ သပိတ်တခု သို့မဟုတ် ထိုင်သပိတ်ကို စည်းရုံးပါ။ ပိုမိုကောင်းမွန်သော လုပ်ငန်းခွင် အခြေအနေ အပါအဝင် စီးပွားရေးနှင့် နိုင်ငံရေး တောင်းဆိုချက်များ ပြုပါ။ သင်၏မိသားစုဝင်များနှင့် အခြားနိုင်ငံသားများကို လာပူးပေါင်းခိုင်းပါ။ အစားအသောက်များ ယူဆောင်လာရန်၊ လှုပ်ရှားမှုကို ထောက်ခံပူးပေါင်းရန်၊ ပါဝင်သူများကို ကာကွယ်မှုပေးရန် ပြောပါ။ အုပ်ချုပ်သူက သင်၏ပုန်ကန်ထကြွမှုကို စွပ်စွဲကောင်း စွပ်စွဲနိုင်ပါသည်။ သို့သော် ယင်းအချိန်တွင် သူ၏အချိန် ရှိချင်မှ ရှိပါတော့မည်။ သူ၏နိုင်ငံရေးလက်ဝေခံများသည်လည်း သင့်ကိုမည်သို့မျှ ဆန့်ကျင်ရန်ပြုနိုင်မည် မဟုတ်တော့ပေ။

**အကယ်၍ သင့်အကြောင်း ပေါ်သွားပါက ပြည်သူများထံ ပူးပေါင်းပါ။**

- အုပ်ချုပ်သူ သို့မဟုတ် သင်၏အထက်အရာရှိက သင်၏လုပ်ဆောင်ချက်များကို တွေ့ရှိသွားပါက၊ သူတို့က နိုင်ငံရေးအကြောင်းပြချက်ဖြင့် သင့်ကိုဖမ်းဆီးရန် ရှိနေကြောင်း သင်သိရှိလာပါက သင်၏ ဆန့်ကျင်မှုကို လူသိရှင်ကြား ပြုလုပ်ရန် စဉ်းစားပါ။ လူ့အခွင့်အရေး အဖွဲ့အစည်းများ၊ နိုင်ငံရေး မဟာမိတ်များ နှင့် သင့်နိုင်ငံအတွင်း တည်ရှိနေသည့် ဒီမိုကရေစီနိုင်ငံများမှ သံအမတ်များ၊ သို့မဟုတ် သံရုံးများထံမှပင် ကာကွယ်မှု ရယူပါ။



၂။ စနစ်မှ နှုတ်ထွက်၍ ပြင်ပမှနေ၍ လှုပ်ရှားမှုကို ကူညီပေးပါ။  
အကယ်၍ သင်က ဤလမ်းကို ရွေးချယ်ပါက သင့်အနေဖြင့် -

- လှုပ်ရှားမှုအပေါ်လိုလားသည့် ယခင်ရဲဘော်ဟောင်း၊ သင်ကယုံကြည်နိုင်သည့်၊ သင့်ကိုချည်းကပ်လာသည့် လက်ရှိ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များဖြင့် စစ်ပြန်အဖွဲ့တခုသို့ ပူးပေါင်းပါ။ သို့မဟုတ် ဖန်တီးပါ။ သင်က သတင်းများကို လျှို့ဝှက်ဖြန့်ဖြူးပေးနိုင်ပြီး လှုပ်ရှားမှုကို ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။
- စိတ်တူကိုယ်သူ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် နှုတ်ထွက်ခွာမှု ဖြစ်စေရန် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပါ။ ပို၍ ကြီးမားသည့် သက်ရောက်မှုဖြစ်စေရန် လူအစုအပြုံလိုက် နှုတ်ထွက်ပါ။
- အုပ်ချုပ်သူ၏ လုပ်ရပ်များအပေါ် ပြစ်တင်ရှုံ့ချသော ဗီဒီယိုကြေညာချက် အပါအဝင် “အသံဆူညံသော နှုတ်ထွက်မှု” ဆောင်ရွက်ပါ။ သင်၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များကို သင်၏ခြေရာနင်း၍ လိုက်ခဲ့ရန် သို့မဟုတ် စနစ်အတွင်းတွင် ဆက်လက်နေ၍ လှုပ်ရှားမှုကို ကူညီပါရန် တိုက်တွန်းပါ။ သင်က ထိုသူများကို တဦးချင်းဖြစ်စေ၊ သို့မဟုတ် လူသိရှင်ကြားဖြစ်စေ သူတို့က မည်သို့ကူညီပေးနိုင်သည်ကို အကြံပေးနိုင်သည်။ ယခုလမ်းညွှန်တွင် ပါဝင်သည့်သတင်းများကို ဖြန့်ဝေပေးခြင်း အပါအဝင် ဖြစ်သည်။
- သင်မနှုတ်ထွက်မီ လှုပ်ရှားမှုအတွက် အကျိုးဖြစ်စေနိုင်သည့် သတင်းများကို မည်သို့ဖြစ်စေ စုဆောင်းပါ။ သင်နှုတ်ထွက်ပြီးနောက်တွင် သတင်းများကို လှုပ်ရှားမှုထံ ပေးပို့ပါ။



"ပြည်သူနှင့်အတူ တပ်မတော်၊ လူကာကို အဆုံးသတ်ကြ" (ဘယ်လာရုစ်နိုင်ငံ၏ ကာလကြာမြင့်စွာ အုပ်ချုပ်နေသော ခေါင်းဆောင် လူကာရှင်ကို ကို ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်သည်။ "၃%" ဆိုသည်မှာ နိုင်ငံအတွင်း

လူကာရှင်ကို အပေါ် တရားမဝင် ကောက်ခံထားသည့် ထောက်ခံကြသူများ အရေအတွက်ဖြစ်သည်။)

မူရင်း- TWITTER ACCOUNT @BELAMOVA.

**၃။ လှုပ်ရှားမှုသို့ ပူးပေါင်းခြင်း။**

အကယ်၍ သင်က ဤလမ်းကို ရွေးချယ်ပါက သင့်အနေဖြင့် -

- သင်နှင့် သင်နှင့် စိတ်တူကိုယ်တူ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ နှင့်/ သို့မဟုတ် လက်အောက်ငယ်သားများက လှုပ်ရှားမှုနှင့် ပူးပေါင်းမည်ဖြစ်ကြောင်း ကြေညာပါ။ ဆန္ဒပြပွဲနေရာသို့ ယူနီဖောင်းဖြင့်၊ သို့သော် လက်နက်မပါဘဲ လာရောက်လိုသည့် ဆန္ဒရှိကြောင်း၊ သင်တို့၏ ခန္ဓာကိုယ်များဖြင့် တက်ကြွလှုပ်ရှားသူများကို ကာကွယ်မှုပေးလိုကြောင်း ဖော်ပြပါ။ သင်တို့က ဆန္ဒပြနေသူများကို အုပ်ချုပ်သူများနှင့် ယင်းတို့ကိုသစ္စာခံနေကြသူများ၏ အကြမ်းဖက်မှုမှ ကာကွယ်ပေးရန် လူသားဒိုင်းကာသဖွယ် ပြုနိုင်ကြပါသည်။
- လှုပ်ရှားမှု၏ လုပ်ဆောင်ချက်တစ်ခုတွင် ယူနီဖောင်းဖြင့်၊ လက်နက်မကိုင်ဘဲ ပါဝင်ပူးပေါင်းပါ။ သင်တို့က အခြားသောပါဝင်သူများကို စကားပြောဆိုနိုင်ရန် လှုပ်ရှားမှုထံမှ စင်မြင့်တောင်းဆိုပါ။ လှုပ်ရှားမှု၏ စံတန်ဖိုးများကို ရပ်တည်ထောက်ခံကြသည့် သင်နှင့် စနစ်အတွင်းရှိ အခြားသောသူများအကြောင်း ပြောပြနိုင်ပါသည်။
- လှုပ်ရှားမှု၏ လုပ်ဆောင်ချက်များနှင့် ရည်မှန်းထားသည့် ပန်းတိုင်များအတွက် သင်၏ရပ်ရွာတွင် အကြမ်းမဖက် တက်ကြွလှုပ်ရှားသူတို့ ဖြစ်လာပါစေ။
- လူမှု မီဒီယာနှင့် ရနိုင်သော ပင်မသတင်းမီဒီယာများကို အသုံးပြု၍ သင်က တာဝန်မှ မည်သည့်အတွက် ထွက်ခွာရကြောင်းနှင့် လှုပ်ရှားမှုကို ပူးပေါင်းလာကြောင်း လူသိရှင်ကြား ထုတ်ဖော်ပြောပါ။
- သင်၏ ယခင်နှင့် လက်ရှိ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များထံသို့ လက်ရှိတာဝန်မှ ထွက်ခွာသွားရန် သို့မဟုတ် သင်နှင့်အတူ၊ လှုပ်ရှားမှုနှင့်အတူ ပူးပေါင်းပါရန်၊ သို့မဟုတ် စနစ်အတွင်းတွင်သာ နေထိုင်၍ အတွင်းမှဆန့်ကျင်ခံမှုပြုရန် မေတ္တာရပ်ခံမှုပြုပါ။ ယခုလမ်းညွှန်တွင် ပါဝင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ အပါအဝင်၊ သူတို့က မည်သို့ကူညီနိုင်ကြောင်း သင်က အကြံပြုပေးနိုင်ပါသည်။
- လက်နက်မဲ့ဆန္ဒပြသူများအပေါ် အကြမ်းဖက်မှု သုံးခဲ့သည်ဟု သင်သိရှိထားသည့် ယခင် အရာရှိများကို နာမည်ဖော်ထုတ်၍ အရှက်ရအောင် ပြုပါ။

သင်က လှုပ်ရှားမှုကို ထောက်ခံကြောင်း ပြသပြီးသည့်အခါတွင် ဖြစ် စေ၊ သို့မဟုတ် ခြံစည်းရိုးပေါ်တွင် ရှိနေသေးသည်ဖြစ်စေ သေချာသည်မှာ များမကြာမီ ရက်ပိုင်းတွင် မတရား၊ ဥပဒေကြောင်းမညီဟု

ယူဆသည့် အမိန့်များကို လိုက်နာရန် သင့်ကို ခိုင်းစေနိုင်ပါသေး သည်။ အခြားအချိန်တွင်၊ အခြားသော နိုင်ငံများတွင် တာဝန်ထမ်း ဆောင်ခဲ့ကြသော သင်ကဲ့သို့သောသူများ အနေဖြင့် ရှေ့တိုး-နောက်ဆုတ်ရ ခက်သော အကျပ်အတည်းမျိုး ကြုံတွေ့ခဲ့ကြရပါ သည်။ ယခုလမ်းညွှန်တွင်ဖော်ပြသည့် လုပ်ဆောင် ချက်များကို လိုက်နာကြသည့်တိုင် ထိုသူများနှင့် ထိုသူတို့ချစ်ခင်ရသူများအတွက် အန္တရာယ်ရင်ဆိုင်ရ နိုင်ပါသေးသည်။

ဤအချက်များကို အကျေအလည် စဉ်းစား၍ ပြင်ဆင်ပါ။ သင်၏ ရွေးလမ်းများကို ကြိုတင်၍ သုံးသပ်ပါ။ လိုလျှင်ကြံဆ နည်းလမ်းရ။

ဤလမ်းညွှန်ကို သိရှိရန်လိုအပ်သော သူများထံသို့ လက်ဆင့်ကမ်းပါ။

**Maciej Bartkowski**

Dr. Maciej Bartkowski သည် ICNC ၏ အဆင့်မြင့် အကြံပေးတဦး ဖြစ်ပါသည်။ သူက ပညာရပ်ပိုင်း



ဆိုင်ရာ အစီအစဉ်တွင် လုပ်ကိုင်ပြီး၊ လူထု ခုခံမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်ကြားမှု၊ သုတေသန နှင့် လေ့လာမှု များကို ပံ့ပိုးကူညီမှု ပြုပါသည်။ သူက ICNC Monographs စာတမ်းများ၏ စာစဉ် အယ်ဒီတာဖြစ်ပြီး၊ ICNC အထူး အစီရင်ခံစာများ၊ အကြမ်းမဖက် လှုပ်ရှားမှုဆိုင်ရာ သမိုင်း ပြန်လည်ဖော်ထုတ်ခြင်း စာအုပ် ၏ အယ်ဒီတာ ဖြစ်ပါသည်။

[https://www.nonviolent-conflict.org/blog\\_post/for-members-of-security-forces-a-guide-to-supporting-pro-democracy-movements/](https://www.nonviolent-conflict.org/blog_post/for-members-of-security-forces-a-guide-to-supporting-pro-democracy-movements/)