- တခြားတနေရာကို ယာယီပြောင်းရွှေ့ပါ။
- တောင်ပေါ်တက်ပြီး ဒီလူကိုတားပါ။ ကော်နေတဲ့တုတ်ကို ဖယ်ရှားပါ။
- လူ့အခွင့်အရေးလုပ်နေတဲ့တခြားရွာတွေ အဖွဲ့တွေဆီ အကူအညီတောင်းပါ။

ပြောလာတဲ့အချက်တွေကို အနှစ်ချုပ်ပြီး အမြင်အမျိုးမျိုးရှိနိုင်ကြောင်း ပြောပြပါ။ အမြင်တိုင်းဟာ အခြေအနေတိုင်းမှာ ထိရောက်မှုရှိနိုင်ကြောင်းပြောပါ။ စိမ်ခေါ်ချက်ကတော့ ဖြစ်နိုင်တဲ့အချက်တွေအားလုံးကို စဉ်းစားပြီး ဘယ်ဟာကအထိရောက်ဆုံးလဲဆိုတာကို ဆန်းစစ်တတ်ဖို့ဖြစ်ပါတယ်။

ဒီအကြောင်းအရာကို ဆွေးနွေးပြီးရင် ရပ်ရွာထဲမှာကြုံတွေ့နေရတဲ့အကြောင်းအရာဖက်ကို ပြောင်းပြီး ဆွေးနွေးပါ။

နောက်ဆက်တွဲ (၄)

စစ်ဆေးရမည့်အရာများ – လူ့အခွင့်အရေးကာကွယ်စောင့်ရှောက်သူများက ထုတ်ဖော်တင်ပြသည့် စွမ်းရည်များ

အခုဖော်ပြထားတဲ့စာရင်းဟာ လုံခြုံရေးအတွက် မဖြစ်မနေလုပ်ဆောင်ဖို့ ရည်ရွယ်ထားတာမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်ကြုံတွေ့နေရတဲ့ အခြေအနေအပေါ် ဆုံးဖြတ်လုပ်ကိုင်ဖို့ အဓိကဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်တွေ့ရတဲ့ စိုးရိမ်ပူပန်ချက်တွေ၊ အန္တရာယ်တွေ၊ ဖြစ်ပွားနိုင်တဲ့ အားနည်းချက်တွေကို စဉ်းစားပြီး အခုစာရင်းထက်ပိုကောင်းအောင် လုပ်နိုင်ပါတယ်။

ဗဟုသုတများ

- ကိုယ့်ကြုံနေရတဲ့ စိုးရိမ်ပူပန်ရမှုတွေ အန္တရာယ်တွေအကြောင်း၊
- ကိုယ့်ရဲ့ တရားဥပဒေဆိုင်ရာအခွင့်အရေး၊ ကိုယ့်တိုင်းပြည်ရဲ့ တရားဥပဒေ၊ နိုင်ငံတော်နဲ့ နိုင်ငံတကာရဲ့ ကုစားပေးနိုင်မှုတွေအကြောင်း၊
- စိတ်ဖိစီးမှုကို ဘယ်လိုရင်ဆိုင်မလဲဆိုတဲ့အကြောင်း၊

အဆက်အသွယ်များ

- ကိုယ့်ကိုအားပေးထောက်ခံတဲ့ ဒေသဆိုင်ရာရပ်ရွာလူထု၊
- လူစုလူဝေးကို မြန်မြန်ဆန်ဆန် ပြောင်းရွှေ့နိုင်မဲ့ စွမ်းရည်များ၊
- လူ့အခွင့်အရေးအဖွဲ့၊ မီဒီယာနဲ့ ဩဇာရှိသောသူများ အပါအဝင် ဒေသခံအဆက်အသွယ်များ၊
- အစိုးရ၊ ရဲနဲ့ အခြားတာဝန်ရှိသူများရဲ့ အဆက်အသွယ်များ၊
- ဥရောပသမဂ္ဂနှင့် နော်ဝေးသံရုံးအပါအဝင် လူ့အခွင့်အရေးကာကွယ်မြှင့်တင်သူများကို ကာကွယ်ပေးတဲ့လမ်းညွှန်ချက်

များရှိသော နိုင်ငံခြားသံရုံးအဆက်အသွယ်များ (Frontline Handbook ကိုလေ့လာပါ)။ ဒီသံရုံးတွေက ဘယ်လိုကာကွယ်ပေးနိုင်မလဲဆိုတဲ့အကြောင်း သိထားပါ။

◆ ဒေသနဲ့ နိုင်ငံတကာရှိ လူ့အခွင့်အရေးကွန်ယက်များ၊ အဖွဲ့များ၊

ပြင်ဆင်မှုများ

◆ နေ့စဉ်စီမံခေါ်မှုများအတွက် လုံခြုံရေးဆိုင်ရာ ပြင်ဆင်မှုများ၊

◆ အဆိုးဆုံးအခြေအနေဖြစ်ပေ၀လာပါက လုပ်ဆောင်ရမည့် အရေးပေါ်ပြင်ဆင်မှု၊

◆ မထင်မှတ်တဲ့ အခြေအနေမျိုးဖြစ်လာပါက လုပ်ဆောင်ရမဲ့ အရေးပေါ်ပြင်ဆင်မှု၊

◆ လုံခြုံရေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ရှင်းလင်းသော တာဝန်ရှိမှု၊ တာဝန်ခံမှု၊

◆ လုံခြုံရေးကို အလုပ်ဆိုင်ရာပြင်ဆင်မှုတိုင်းထဲမှာ ထည့်သွင်းပြင်ဆင်ရေးဆွဲထားမှု၊

◆ လုံခြုံရေးပြင်ဆင်မှုများကို အချိန်မှန်မှန်ပြန်လည်သုံးသပ်မှု၊

အဖွဲ့အစည်း၊ ရုံး

◆ လူအများကြားမှာ ကောင်းမွန်သောဂုဏ်၊

◆ သင့်လျော်သည့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လုံခြုံရေး (တံခါး၊ သော့၊ လုံခြုံသော တံခါး၊ ပြတင်းပေါက်များ၊ မီးခံသေတ္တာ၊ မီးရောင်ကောင်း ကောင်း စသည်ဖြင့်)

◆ အဖွဲ့ရဲ့ ရှင်းလင်းတဲ့ လုပ်ဆောင်မှုအကြောင်း (စစ်ဆေးဂိတ်တွင် အဖွဲ့အကြောင်းကို တိုတိုရှင်းရှင်း ရှင်းပြနိုင်ခြင်း)

◆ စိုးရိမ်စရာအချက်များအကြောင်းကို ပြောဆိုဆွေးနွေးနိုင်ရန်အတွက် အားပေးထောက်ကူသော ပတ်ဝန်းကျင်၊

◆ နည်းပညာဆိုင်ရာ လုံခြုံမှု (ကွန်ပြူတာ ပရိုဂရမ်များ၊ ဗိုင်းရပ်စစ်သောပရိုဂရမ်များ၊ လျှို့ဝှက်ကုတ်နံပတ်များ၊ လုံခြုံသော အီးမေးလ်လိပ်စာ၊ ဖိုင်များကို ကုတ်ဖြင့်ပို့ခြင်း၊ လက်ခံခြင်း)

◆ ထိလွယ်ရှလွယ်ဖြစ်တဲ့ သတင်းများကို ကိုင်တွယ်ရာမှာ ရှင်းလင်းတဲ့စနစ်၊

◆ ခွင့်မပြုသောသတင်းများမပေါက်ကြားရန်အတွက် ဧည့်သည့်လက်ခံခြင်းပေါ်လစီ၊

အခြား

◆ မိမိကိုယ်ကျင့်အပြုအမူ – ဥပဒေအတွင်းမှာသာနေထိုင်ခြင်း၊

◆ အားပေးသော မိသားစု

◆ လိုအပ်ပါက လုံခြုံသောနေရာသို့ သွားရောက်နိုင်မှု

◆ လုံခြုံသော ခရီးသွားလာမှု

◆ ငွေကြေးဆိုင်ရာ ရင်းမြစ်များ

◆ စိတ်ဖိစီးမှုကို စီမံခန့်ခွဲနိုင်သော စွမ်းရည်

ဖြစ်ပွားနိုင်တဲ့အားနည်းချက်တွေမှာ ဒီစွမ်းရည်တွေ မရှိတတ်ပါဘူး။ ဘယ်အပိုင်းတွေကို တိုးတက်ကောင်းမွန်အောင်လုပ်မလဲ စဉ်းစားကြည့်ပါ။

နောက်ဆက်တွဲ (၅)

စစ်ဆေးရန်၊ ရုံးလုံခြုံရေး

အခုဖော်ပြထားတဲ့စာရင်းဟာ လုံခြုံရေးအတွက် မဖြစ်မနေလုပ်ဆောင်ဖို့ ရည်ရွယ်ထားတာမဟုတ်ပါဘူး။ ကိုယ့်ကြုံတွေ့နေရတဲ့ အခြေအနေအပေါ် ဆုံးဖြတ်လုပ်ကိုင်ဖို့ အဓိကဖြစ်ပါတယ်။ ကိုယ်တွေ့ရတဲ့ စိုးရိမ်ပူပန်ချက်တွေ၊ အန္တရာယ်တွေ၊ ဖြစ်ပွားနိုင်တဲ့ အားနည်းချက်တွေကို စဉ်းစားပြီး အခုစာရင်းထက်ပိုကောင်းအောင် လုပ်နိုင်ပါတယ်။

(၁) အရေးပေါ်အဆက်အသွယ်များ

အခြား အန်ဂျီအိုအဖွဲ့များ၊ အရေးပေါ်ဆေးရုံ၊ ရဲတပ်ဖွဲ့၊ မီးသတ်နှင့် အရေးပေါ်ကားတွေရဲ့နောက်ဆုံးနံပတ်တွေကို အလွယ်တကူခေါ်နိုင်မဲ့ စာရင်းရှိထားလား၊

(၂) နည်းပညာပိုင်းနှင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အရာများ (အပြင်ပိုင်း၊ အတွင်းပိုင်းနဲ့ ရုံးတွင်းပိုင်း)

◆ အပြင်တံခါးတွေ၊ ခြံစည်းရိုးတွေ၊ အဆောက်အဦရဲ့တံခါးတွေ၊ ပြတင်းပေါက်တွေ၊ နံရံနဲ့ ခေါင်မိုးတွေကို အလုပ်လုပ်နိုင်သေးတဲ့အနေအထားရှိမရှိ စစ်ဆေးခြင်း၊

◆ အပြင်ရှိမီးရောင်များ၊ အချက်ပေးစနစ်များ၊ ကင်မရာများ၊ ဝင်ပေါက်ရှိဖုန်းတွေ အလုပ်လုပ်နိုင်သေးတဲ့အနေအထားရှိမရှိစစ်ဆေးခြင်း၊

◆ သော့များသိမ်းရာမှာ လုံခြုံမှုရှိမရှိ၊ အမည်များ ကပ်ထားခြင်းရှိမရှိအပါအဝင် သော့များ၏ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို စစ်ဆေးခြင်း၊ သော့များနှင့် မိတ္တူသော့များကို ထိမ်းသိမ်းရန်တာဝန်ပေးထားမှုကို စစ်ဆေးခြင်း၊ ထိုသော့များ မိတ္တူများရဲ့ အလုပ်လုပ်ခြင်း ရှိမရှိကို စစ်ဆေးခြင်း၊ သော့များပျောက်ခြင်း၊ ခိုးခံရခြင်းများရှိပါက သော့ခလောက်များကို ပြောင်းခြင်း၊ ထိုသို့ဖြစ်ပါက စနစ်တကျ မှတ်တမ်းပြုစုသတင်းပို့ခြင်း၊

◆ လုံခြုံသော အထူး အခန်းများရှိပါသလား၊

အဖွဲ့အစည်းအမည်ကို ဆိုင်းဘုတ်တင်ထားပြီး အထူးအန္တရာယ်များလာပါက ကိုယ့်ကိုလာရောက်တိုက်ခိုက်မှုမဖြစ်အောင် ထိုဆိုင်းဘုတ်ကို ဖြုတ်ချနိုင်ခြင်းရှိမရှိ

(၃) ရုံးဝန်ထမ်းများ

◆ လုံခြုံရေးဝန်ထမ်းများအပါအဝင် ဝန်ထမ်းများကို စိတ်ချရသောသူများကိုသာ ရွေးချယ်ထားပါသလား၊ သူတို့အပေါ် ထောက်ခံချက်များကို အလေးထားပါသလား။