



**WRITE FOR RIGHTS**  
AMNESTY INTERNATIONAL

# WRITE FOR RIGHTS

## เขียน เปลี่ยน โลก

เอกสารเรียนรู้เกี่ยวกับสิทธิมนุษยชน  
กิจกรรม: สิทธิในเสรีภาพการแสดงออก

**การต่อต้านสงคราม  
ทำให้เธอต้องเผชิญกับการถูกจำคุก**

**อเล็กซานดรา สโกซิเลนโก**  **รัสเซีย**

เขียน เปลี่ยน โลก

# พลังจากปลายปากกา คนธรรมดาที่สร้าง ความเปลี่ยนแปลงได้

แอมเนสตี อินเตอร์เนชันแนล ประเทศไทย

ดูรายละเอียดการรณรงค์ เขียน เปลี่ยน โลก  
แอมเนสตี อินเตอร์เนชันแนล ประเทศไทย  
ได้ที่ <https://www.aith.or.th/>





# สิทธิมนุษยชน

สิทธิมนุษยชนเป็นเสรีภาพขั้นพื้นฐานและสิทธิที่คุ้มครองเรา เป็นสิทธิของเราทุกคน

สิทธิมนุษยชนตั้งอยู่บนหลักการของศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ความเสมอภาค และการเคารพซึ่งกันและกัน โดยไม่คำนึงถึงอายุ สัญชาติ เพศ เชื้อชาติ ความเชื่อ และรสนิยมส่วนตัว

สิทธิมนุษยชนคือการได้รับการปฏิบัติอย่างเท่าเทียมและยุติธรรม และสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับชีวิตของตัวเองได้

สิทธิมนุษยชนขั้นพื้นฐานเป็นสิทธิสากล เป็นสิทธิของทุกคน สิทธิมนุษยชนไม่สามารถโอนให้แก่อื่น และไม่มีใครสามารถพรากสิทธิของพวกเราไปได้ สิทธิมนุษยชนเป็นสิ่งที่แบ่งแยกไม่ได้แต่ต้องพึ่งพากัน และสิทธิมนุษยชนทุกสิทธิล้วนมีความสำคัญเท่ากัน

# สิทธิมนุษยชน

นับตั้งแต่ความโหดร้ายที่เกิดขึ้นระหว่างสงครามโลกครั้งที่สอง สิทธิมนุษยชนระหว่างประเทศซึ่งเริ่มต้นด้วยปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน ได้จัดทำกรอบการคุ้มครองสิทธิในระดับชาติ ระดับภูมิภาค และระดับนานาชาติที่ออกแบบเพื่อพัฒนาชีวิตของผู้คนทั่วโลก

สิทธิมนุษยชนจึงถือได้ว่าเป็นกฎหมายสำหรับรัฐบาล ซึ่งสร้างภาระผูกพันให้รัฐบาลและเจ้าหน้าที่ของรัฐในการเคารพ ปกป้อง และปฏิบัติตามสิทธิของผู้ที่อยู่ภายใต้การคุ้มครองของตน และรวมทั้งคนจากต่างประเทศด้วย

สิทธิมนุษยชนไม่ใช่สิ่งฟุ่มเฟือยที่เราจะได้รับการติดต่อเมื่อมีปัจจัยพร้อม แต่เป็นสิ่งจำเป็นพื้นฐานที่เราควรต้องมีโดยไม่ต้องรอปัจจัยใด



# ปฏิญญาสากลว่า ด้วยสิทธิมนุษยชน (UDHR)

ปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน (Universal Declaration of Human Rights - UDHR) ถูกรับรองโดยสมัชชาใหญ่แห่งสหประชาชาติภายหลังจากสงครามโลกครั้งที่สอง เมื่อวันที่ 10 ธันวาคม 2491 และได้ก่อให้เกิดหลักการสำคัญของระบบสิทธิมนุษยชนระหว่างประเทศ ทุกประเทศบนโลกต่างเห็นพ้องต้องกันว่าพวกเขาผูกพันตามหลักการทั่วไปของสิทธิมนุษยชน 30 ข้อซึ่งระบุภายใต้เอกสารฉบับนี้

ปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน เป็นคำประกาศสิทธิขั้นพื้นฐานของมนุษย์ และยังเป็นการประกาศเจตนารมณ์ของรัฐบาลทุกแห่งทั่วโลกว่าพวกเขาจะปฏิบัติตามมาตรฐานสิทธิมนุษยชนในการปฏิบัติต่อมนุษย์ทุกคน สิทธิมนุษยชนจึงได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของกฎหมายระหว่างประเทศ



หนังสือเดินทาง  
เพื่อสิทธิมนุษยชน  
PASSPORT FOR HUMAN RIGHTS



สิทธิที่ทุกคนมี  สิทธิที่ต้องเคารพ  
คุ้มครอง และส่งเสริม

นับตั้งแต่มีการนำปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชนมาใช้  
กฎหมายและข้อตกลงที่มีผลผูกพันอื่น ๆ มากมายได้ถูกร่างขึ้นบนพื้น  
ฐานของหลักการตาม UDHR ซึ่งกฎหมายและข้อตกลงเหล่านี้เป็น  
รากฐานสำหรับองค์กรต่างๆ เช่น แอมเนสตี้ อินเตอร์เนชั่นแนล ที่เรียก  
ร้องให้รัฐบาลละเว้นจากพฤติกรรมหรือการปฏิบัติที่เกิดขึ้นกับนัก  
ปกป้องสิทธิเช่นในแคมเปญ เขียน เปลี่ยน โลก ของเรา

อ่านปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน  
30 ข้อ [คลิก](#) หรือ Scan QR Code  
หรือติดต่อขอรับหนังสือเดินทางเพื่อสิทธิมนุษยชนได้ที่ :  
[activism.hre@amnesty.or.th](mailto:activism.hre@amnesty.or.th)



# กิจกรรม

## สิทธิในเสรีภาพในการแสดงออก

### กรอบแนวคิดหลัก

- เสรีภาพในการแสดงออก
- สิทธิในการแสวงหา รับ และให้ข้อมูล
- การปกปิดข่าวหรือข้อเท็จจริง

# กิจกรรม

## สิทธิในเสรีภาพในการแสดงออก



สิ่งที่ผู้เข้าร่วมจะได้จากกิจกรรมนี้ :

- เข้าใจแนวคิดเรื่องเสรีภาพในการแสดงออกและเชื่อมโยงเข้ากับชีวิตของตนเอง
- สำรวจผลที่ตามมาจากการละเมิดสิทธิในเสรีภาพในการแสดงออก
- ตระหนักถึงสิทธิอื่นๆที่เชื่อมโยงกับสิทธิในเสรีภาพในการแสดงออกอย่างไร
- เรียนรู้เกี่ยวกับการรณรงค์ เขียน เปลี่ยน โลก ของแอมเนสตี้ อินเตอร์เนชั่นแนล
- เขียนจดหมายสนับสนุนและส่งกำลังใจให้เห็นว่าคุณอยู่เคียงข้าง อเล็กซานดรา สโกซิเลนโก



# เครื่องมือการเรียนรู้ออนไลน์

Amnesty Academy คอร์สเรียนรู้สิทธิมนุษยชนออนไลน์  
The Right to Protest หรือสิทธิในการชุมนุมประท้วง (ภาษาอังกฤษ) [คลิก](#) หรือ Scan QR Code



ดูวิดีโอ คุณรู้อะไรเกี่ยวกับสิทธิในการชุมนุมประท้วงบ้าง?  
[คลิก](#) หรือ Scan QR Code

เอกสารสรุป “ปกป้องการชุมนุม! เหตุใดเราจึงต้องรักษาสิทธิในเสรีภาพการชุมนุม”  
[สามารถอ่านได้จากที่นี่](#) หรือ Scan QR Code



# คำถาม

## การคัดค้านอย่างสร้างสรรค์



- การที่ทุกคนมีสิทธิที่จะมีเสรีภาพในการแสดงออก และความคิดนั้นหมายความว่าอย่างไร?
- คุณเคยใช้สิทธินี้เพื่อแสดงความรู้สึกต่อสิ่งที่คุณคัดค้านหรือไม่?
- คุณทำอย่างนั้นได้อย่างไรหรือคุณดำเนินการอย่างไร?







## แต่ละภาพเกี่ยวกับอะไร โดยใช้คำถามต่อไปนี้



คนในประเทศสวีตเซอร์แลนด์ได้จัดแฟลชม็อบในปี 2559 ที่สถานีรถไฟหลักแปดแห่งรวมทั้งที่เจนีวา บางคนแต่งตัวเป็นผู้ลี้ภัยในผ้าห่มฉุกเฉินและยืนอยู่ในบริเวณที่มีผู้คนสัญจรไปมา ในขณะที่นักเคลื่อนไหวคนอื่นๆ แจกใบปลิวเพื่อขอความคุ้มครองที่ดีขึ้นสำหรับผู้ลี้ภัย



ขณะที่ได้หวั่นกำลังจะออกกฎหมายการแต่งงานกับคนเพศเดียวกัน นักเคลื่อนไหวในไต้หวันได้รวมตัวกันเพื่อแสดงความต้องการและสนับสนุนการแต่งงานของคนเพศเดียวกันให้ถูกกฎหมายโดยเร็วที่สุด โดยองค์กร LGBTI ในท้องถิ่นได้มอบบัตรพลาสติกสีรุ้ง และขอให้ผู้เข้าร่วมใช้ไฟฉายในโทรศัพท์มือถือก่อสร้างแสงสีเพื่อให้ “ไต้หวันสว่างไสว”



# แต่ละภาพเกี่ยวกับอะไร โดยใช้คำตามต่อไปนี้



หญิงคนหนึ่งในโตโกมีส่วนร่วมใน “เขียน เปลี่ยน โลก” ในปี 2021 โดยการลงนามในคำร้อง เพื่อเรียกร้องให้รัฐบาลเบลารุสปล่อยตัวมิกิตะ ซาลาตาโร เนื่องจากเป็นวัยรุ่น มิกิตะถูกทรมานและถูกตัดสินจำคุก 5 ปีในอาณานิคม การศึกษาของเยาวชน โดยถูกกล่าวหาว่าเข้าร่วมการชุมนุมประท้วงแม้จะไม่มีหลักฐานก็ตาม



บุคคลหนึ่งแสดงสิทธิในเสรีภาพในการแสดงออก ความเสมอภาคและความยุติธรรมทางสังคมโดยชูป้ายเปล่าในลอสแอนเจลิส สหรัฐอเมริกา ในปี 2020 โดยผู้คนทั่วโลกต่างใช้ป้ายเปล่าเพื่อประท้วงด้วยเหตุและผลหลากหลายประการ ซึ่งอาจหมายถึงการถูกปิดปากหรือถูกเซ็นเซอร์ เป็นวิธีที่สร้างสรรค์ในการประท้วงโดยใช้รหัสหรือข้อความที่มองไม่เห็น เป็นต้น



## แต่ละภาพเกี่ยวกับอะไร โดยใช้คำตามต่อไปนี้



ผู้คนใช้ดอกไม้สีรุ้งเพื่อประท้วงความรุนแรงต่อกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศ ระหว่างการชุมนุมประท้วงในปี 2019 ได้มีการยื่นคำร้องที่มีลายเซ็นมากกว่า 65,000 รายชื่อไปยังสถานทูตรัสเซียในลอนดอนเพื่อเรียกร้องให้ประธานาธิบดีปูตินสอบสวนการโจมตีและการลักพาตัวคนกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศในเซเชเนีย



ศิลปินกำลังวาดภาพจิตรกรรมฝาผนังในเลบานอนในปี 2019 เพื่อสนับสนุนผู้นำชุมชนที่ต่อต้านการล่วงละเมิดและการแสวงประโยชน์จากสตรีจากชุมชนผู้ลี้ภัยและผู้อพยพที่ต้องเผชิญกับสภาพการทำงานที่ถูกเอารัดเอาเปรียบ



# การคัดค้านอย่างสร้างสรรค์



## คำถามจากภาพ

- ภาพทั้ง 6 นี้เป็นส่วนหนึ่งของการชุมนุมประท้วงหรือการเคลื่อนไหวหรือไม่? อย่างไร?
- ข้อความนั้นอาจจะเป็นอะไร?
- มีอะไรที่ดึงดูดความสนใจของคุณในภาพเหล่านี้ไหม?
- คุณชอบอะไรเกี่ยวกับการกระทำตามภาพ





# การประชุมประท้วงมีหลายรูปแบบ

การประชุมประท้วงสามารถทำได้หลายรูปแบบ บางคนดำเนินการเพียงคนเดียวหรือเป็นกลุ่มเล็ก ในขณะที่คนอื่นอาจจะมีส่วนร่วมในการระดมมวลชน การกระทำบางอย่างเกิดขึ้นชั่วขณะและบางอย่างอาจมองเห็นได้ในภายหลัง การกระทำบางรูปแบบอาจมีเสียงดัง ในขณะที่บางรูปแบบอาจมีความรอบคอบมากกว่าและสามารถทำได้จากบ้านของผู้คน



# เรื่องราวของอเล็กซานดรา(ซาซา)

อเล็กซานดราเป็นศิลปินและนักร้องอิสระจากเซนต์ปีเตอส์เบิร์ก ประเทศรัสเซีย เกิดปี 1990 เธอเป็นคนมีความคิดสร้างสรรค์และมักจะง่วนอยู่กับกิจกรรมต่างๆ มากมาย

เธอทำงานในศูนย์เด็ก เธอปรับปรุงอพาร์ทเมนต์ เธอถ่ายทำตัดต่อวิดีโอ และสร้างมิวสิควิดีโอสำหรับเพื่อนๆ ของเธอ

จากปัญหาที่รัสเซียได้รุกรานยูเครน ในวันที่ 31 มีนาคม 2022 อเล็กซานดราได้ลงมือปฏิบัติการเปลี่ยนป้ายราคาสินค้าในซูเปอร์มาร์เก็ตท้องถิ่นในเมืองเซนต์ปีเตอส์เบิร์กเป็นป้ายข้อความแผ่นเล็กๆ ที่มีข้อมูลและคำขวัญต่อต้านสงคราม



ดูวิดีโอได้โดยสแกน QR Code หรือ [คลิก](#)





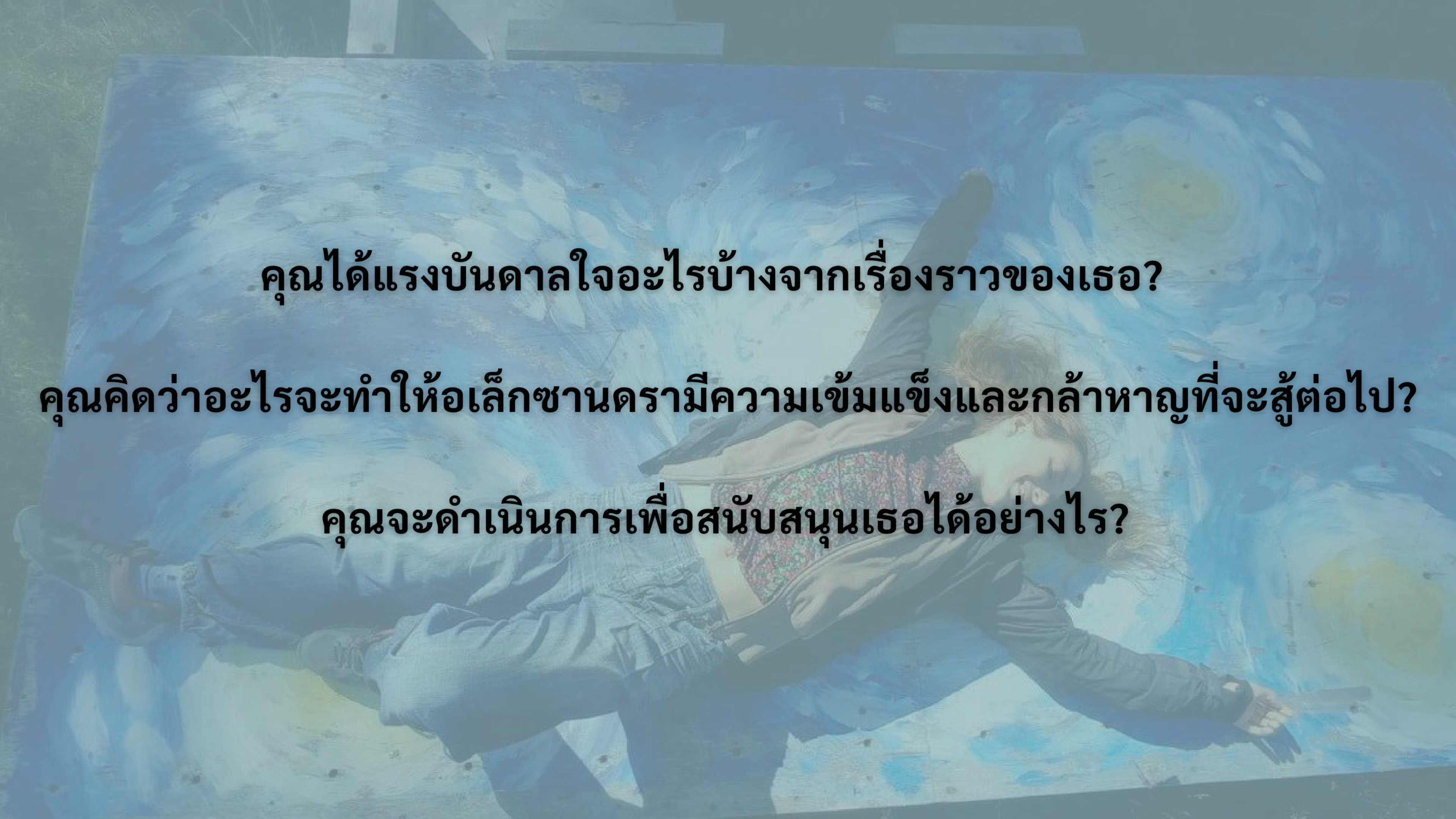
# คำถามจากเรื่องราว ของอเล็กซานดรา



- เราได้รู้อะไรเกี่ยวกับอเล็กซานดราบ้าง?
- คุณคิดอย่างไรเกี่ยวกับวิธีการต่อต้านสงครามของเธอ?
- ลองนึกภาพว่าถ้าคุณอาศัยอยู่ที่รัสเซียและมีความกังวลเกี่ยวกับสถานการณ์ในยูเครนอีกทั้งมีข้อมูลที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับความขัดแย้ง คุณจะต่อต้านความขัดแย้งในลักษณะนี้หรือไม่? และทำไม?

\*สามารถให้ปฏิกิริยาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน(UDHR)หรือข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับเสรีภาพในการแสดงออกเพื่อช่วยในการระดมความคิดเห็น





**คุณได้แรงบันดาลใจอะไรบ้างจากร່องราวของเธอ?**

**คุณคิดว่าอะไรจะทำให้สื่อเล็กซานดรามีความเข้มแข็งและกล้าหาญที่จะสู้ต่อไป?**

**คุณจะดำเนินการเพื่อสนับสนุนเธอได้อย่างไร?**





## สิทธิในเสรีภาพในการแสดงออก

สิทธิในเสรีภาพในการแสดงออกช่วยเพิ่มความโปร่งใสและความรับผิดชอบ เราทุกคนมีสิทธิในการแสวงหา รับ และแบ่งปันข้อมูลและความคิด โดยปราศจากความกลัวหรือการแทรกแซงที่ไม่ชอบด้วยกฎหมาย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญสำหรับการศึกษาและการพัฒนาในฐานะปัจเจกบุคคล เพื่อช่วยเหลือสังคมให้เข้าถึงความยุติธรรม และใช้สิทธิอื่นๆ ทั้งหมดอย่างเต็มที่

# การจำกัดสิทธิในเสรีภาพการแสดงออก

**เสรีภาพในการแสดงออกไม่ใช่สิทธิสัมบูรณ์**  
มีบางกรณีที่การแสดงออกอาจถูกจำกัดโดยชอบด้วยกฎหมายเพื่อคุ้มครองสิทธิของผู้อื่น เช่น เมื่อการแสดงออกนั้นเป็นการละเมิดสิทธิของผู้อื่น หรือสนับสนุนให้เกิดความเกลียดชัง และยุยงให้เกิดการเลือกปฏิบัติหรือความรุนแรง

**วาทกรรมสร้างความเกลียดชัง (Hate Speech)**  
เป็นการคุกคามสิทธิของผู้อื่น โดยเฉพาะสิทธิในความเสมอภาคและการไม่เลือกปฏิบัติ ดังนั้นจึงเป็นเรื่องชอบด้วยกฎหมายที่รัฐจะกำหนดข้อจำกัดในการชุมนุมประท้วงที่อาจเผยแพร่ความเกลียดชังดังกล่าว

**การสนับสนุนความเกลียดชัง** ต้องมีการแสดงออกที่เปิดเผยให้เห็นอย่างชัดเจนว่า มีเจตนายุยงให้ผู้อื่นเลือกปฏิบัติ เป็นปฏิปักษ์ หรือใช้ความรุนแรงกับบุคคลหรือกลุ่ม





## การจำกัดสิทธิในเสรีภาพการแสดงออก

รัฐบาลหลายแห่งได้ใช้อำนาจของตนในทางที่ผิด โดยการระงับการวิพากษ์วิจารณ์และปิดปากผู้เห็นต่างโดยสงบผ่านทางกฎหมายที่ทำให้การแสดงออกเป็นอาชญากรรม และจำกัดสิทธิที่จะมีเสรีภาพในการแสดงออก

คำพูดวิพากษ์วิจารณ์ การคัดค้าน และการชุมนุมประท้วงมักถูกปิดกั้น ลงโทษ หรือขัดขวางทั้งทางออนไลน์และออฟไลน์ ซึ่งมักทำในนามของการต่อต้านการก่อการร้าย ความสงบเรียบร้อยของประชาชน ความมั่นคงของชาติ หรือศาสนา

การเคารพสิทธิมนุษยชนเป็นส่วนหนึ่งของความมั่นคงของชาติและความสงบเรียบร้อยของประชาชน และสิทธิในเสรีภาพในการแสดงออกก็ได้รับการคุ้มครองภายใต้กฎหมายสิทธิมนุษยชนระหว่างประเทศ

# สิทธิมนุษยชนที่เกี่ยวข้อง

- สิทธิในเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็นและการแสดงออก รวมทั้งเสรีภาพในการแสวงหา รับ และให้ข้อมูล
- การควบคุมตัวโดยพลการและสิทธิในเสรีภาพและความมั่นคงของบุคคล
- สิทธิที่จะเป็นอิสระจากการทรมานและการปฏิบัติหรือการลงโทษที่โหดร้ายอื่น ๆ

- สิทธิด้านสุขภาพ
- สิทธิที่จะได้รับการปฏิบัติอย่างมีมนุษยธรรมและเคารพในศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ขณะถูกกักขัง



# ร่วมการรณรงค์ เขียน เปลี่ยน โลก

## เขียนจดหมายถึงเจ้าหน้าที่รัฐของรัสเซีย

- แนะนำตัว
- บอกพวกเขาว่าอะไรที่ทำให้คุณตกใจกับกรณีของ อเล็กซานดรา สโกซิเลนโก
- บอกพวกเขาว่าทำไมการที่รัฐบาลเคารพสิทธิในเสรีภาพการ แสดงออกจึงสำคัญ
- เรียกร้องให้ทางการรัสเซียปล่อยตัว อเล็กซานดรา สโกซิเลนโก โดยทันที และยกเลิกข้อกล่าวหาทั้งหมดที่มีต่อเธอ เนื่องจาก เธอถูกควบคุมตัวเพียงเพราะแสดงความคิดเห็นต่อการที่ รัสเซียรุกรานยูเครน

The Prosecutor of Saint Petersburg  
2/9 Pochtamtskaya Street  
Saint Petersburg  
190000  
Russian Federation

โทรศัพท์: +7(812) 318-26-11

คำขึ้นต้น: เรียน อัยการแห่งเมืองเซนต์ปีเตอ์สเบิร์ก

# ร่วมการรณรงค์ เขียน เปลี่ยน โลก

## ร่วมส่งกำลังใจให้อเล็กซานดรา

ช่วยให้จิตใจของอเล็กซานดราเข้มแข็ง โดยส่งข้อความถึงเธอเพื่อให้กำลังใจและแสดงถึงความหวัง วาดรูป เช่น แมว (อเล็กซานดรามีแมวสองตัวชื่อ ลูซี่และม็อค) พร้อมกับข้อความของคุณ แล้วโพสต์ข้อความของคุณ หรืออีกทางหนึ่งโดยถ่ายรูปข้อความของคุณแล้วโพสต์ลงในโซเชียลมีเดียพร้อมทั้งแท็กอเล็กซานดรา

ที่อยู่:

Aleksandra Skochilenko

Write for Rights Amnesty International

1 Easton Street

London

WC1X 0DW

United Kingdom



Facebook: [facebook.com/sasha.skochilenko](https://facebook.com/sasha.skochilenko)

Instagram: [@skochilenko](https://instagram.com/skochilenko)



## เกี่ยวกับแอมเนสตี้อินเตอร์เนชันแนล

แอมเนสตี้อินเตอร์เนชันแนล เป็นขบวนการระดับโลกที่มีผู้ร่วมรณรงค์กว่า 10 ล้านคนที่ต่อสู้เพื่อความยุติธรรม เรารณรงค์ให้เกิดโลกที่ทุกคนเข้าถึงสิทธิมนุษยชนได้

เราสืบสวนและเผยแพร่ความจริงเมื่อเกิดการละเมิดสิทธิมนุษยชน เรารณรงค์ทั้งกับรัฐบาลและกลุ่มผู้มีอิทธิพล เช่น บริษัท เพื่อเรียกร้องให้พวกเขารักษาสัญญาว่าจะเคารพสิทธิและปฏิบัติตามกฎหมายระหว่างประเทศ ผ่านเรื่องราวอันทรงพลังของบุคคลที่เราทำงานด้วย เราเชิญชวนผู้สนับสนุนหลายล้านคนทั่วโลกเพื่อรณรงค์ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและเพื่อปกป้องนักกิจกรรม เราสนับสนุนให้บุคคลเรียนรู้และเข้าถึงสิทธิผ่านการศึกษา และการจัดอบรม

งานของเราปกป้องและส่งเสริมคนทั่วโลก ทั้งประเด็นเรื่องการยุติการใช้โทษประหารชีวิต ทั้งประเด็นเรื่องสิทธิทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ การชุมนุมเพื่อเรียกร้องให้ยุติการเลือกปฏิบัติ ทั้งการปกป้องสิทธิผู้ลี้ภัยและบุคคลข้ามชาติ เราช่วยสนับสนุนให้ผู้กระทำความผิดเข้าสู่กระบวนการยุติธรรม เปลี่ยนแปลงกฎหมายที่จำกัดสิทธิ และเรียกร้องให้ปล่อยตัวบุคคลผู้ถูกคุมขังเพียงเพราะใช้สิทธิในเสรีภาพการแสดงออก เราเป็นกระบอกเสียงให้แก่บุคคลที่เสรีภาพและศักดิ์ศรีของพวกเขาเผชิญกับอันตราย