SAFE
ACTIVISM

فعالیت امن

کاهش خطر و هزینه بازداشت

بهار ۱۴۰۳

فهرست

روش پژوهش ۱
مقدمه ۲
۱- پیشگیری از بازداشت ۴
امنیت دیجیتالی ۱۵
خانواده ۵۰
۲- دستگیری و انتقال به بازداشتگاه ۵۳
دستگیری ۵۴
انتقال به بازداشتگاه ۶۵
آمادگی برای بازجویی ۷۰
بازجویی ۷۷
زندان انفرادی ۹۹
اعتراض در زندان ۱۰۳
۳- پس از بازداشت ۱۰۵
وکیل ۱۰۶
دادگاه ۱۰۷
پیامدهای منفی زندانی شدن ۱۰۹
روش‌های مواجهه با پیامدهای زندان ۱۱۰
حقوق شهروندی و حقوق متهم ۱۱۲
حقوق متهم در دادگاه ۱۱۹
۴- نقش خانواده و دیگر حامیان ۱۲۷
نقش رسانه ۱۲۸
پیشتیبان ۱۳۱
سخن آخر ۱۴۱

روش پژوهش

جزوه حاضر نسخه به‌روزرسانی شده‌ی جزوه‌ی «فعالیت امن» است که سازمان «اتحاد برای ایران» در سال ۱۳۹۵ منتشر کرد که با استقبال گروه‌های متعددی از فعالین روبرو گردید:

روش پژوهش (نسخه ۱۳۹۵)

در اولین مرحله این پژوهش ۱۷ تن از فعالان با توجه ویژه به تنوع قومیت، مذهب، جنسیت و نوع فعالیت ایرانیان برگزیده شدند. این ۱۷ فعال که اکثریت بزرگی از آنها درپنج سال اخیردرایران بازداشت شده اند به پرسشنامه ای متشکل از۴۱سؤال پاسخ دادند. این پرسشها بر چند موضوع متمرکز بود از جمله: نوع فعالیت، اقدامهای پیشگیرانه، چگونگی بازداشت، تاکتیکهای بازجو، روشهای محافظت کردن از اطلاعات، شرایط زندان، خبررسانی، و واکنش خانواده فعالین. پس از مرور پاسخهای جامع این فعالان نسخه ابتدایی این جزوه تهیه شد. در مرحله دوم هفت تن از فعالین، طی جلسه‌ای سه روزه محتویات جزوه را مرور کرده و نظرات خود را در مورد توصیه های جزوه و بخشهای مورد نیاز دیگر مطرح کردند. توصیه‌های این فعالین در نسخه دوم جزوه تدوین شد و این نسخه توسط حدود ۱۰ فعال، که پیش از آن نقشی در این پژوهش نداشتند مرور شد. بخش امنیت دیجیتالی توسط دو فعال و کارشناس امنیت اینترنتی در ایران تهیه شده، و بخش حقوقی جزوه توسط مهناز پراکند، وکیل دادگستری، عضو کانون وکلای تهران و فعالان شناخته شده حقوق بشر نوشته شده است و توسط حقوقدان دیگری مرور و بررسی شده است.

روش پژوهش (به‌روزرسانی ۱۴۰۳)

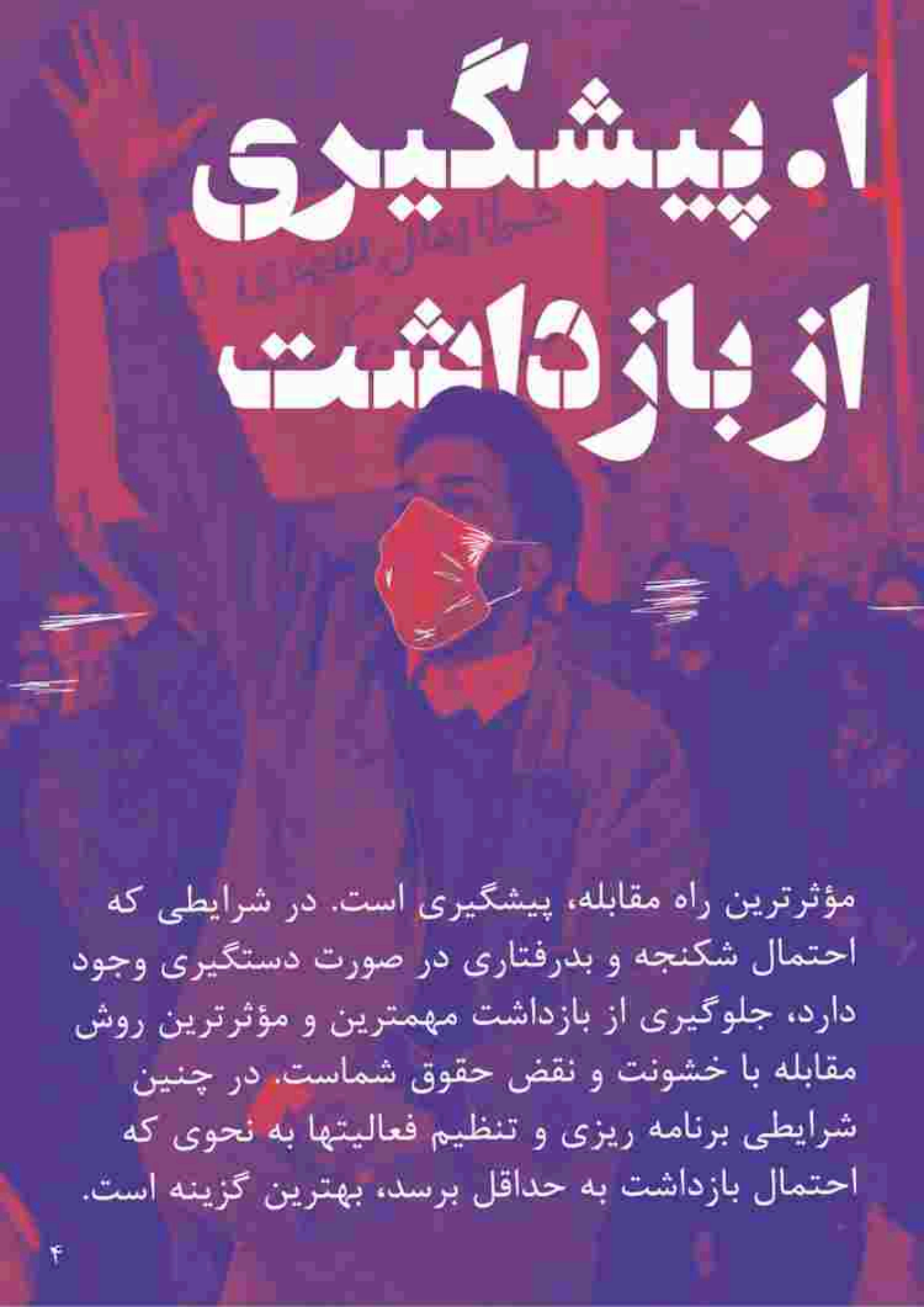
پس از انقلاب مهسا (ژینا) و تغییراتی که در روندهای نظام سرکوب حکومت از جنبه‌های پلیسی، حقوقی و دیجیتال صورت گرفت ضروری دیدیم نسخه جدیدی از جزوه را منتشر کنیم که این تغییرات را بازتاب دهند. در این راستا اقدامات زیر را انجام دادیم:

- مصاحبه عمیق با بیش از ۲۰۰ تن از فعالین که عمدتا در نقاط مختلف ایران بودند و یا به تازگی از کشور خارج شده بودند.
- بازبینی بخش امنیت سایبری توسط کارشناسان از جمله محققانی که در تهیه نسخه پیشین دخیل بودند و افزودن سرفصل‌های جدید به بخش امنیت دیجیتال به تناسب شرایط جدید. داود سجادی، کارشناس اینترنت و امنیت سایبری بر به روزرسانی این بخش نظارت کیفی داشته است.
- به‌روزرسانی بخش حقوقی توسط مرضیه محبی و مهناز پراکند که مهربانانه گردآوری و تدوین این بخش در نسخه سال ۱۳۹۵ را را نیز به عهده داشت انجام پذیرفت. مهناز پراکند پیش از این نیز به همراه عبدالفتاح سلطانی جزوه «حقوق متهم» را تدوین کرده بود که به یکی از اصلی‌ترین منابع این حوزه تبدیل شده بود.

مقدمه

در خصوص چگونگی کاهش احتمال دستگیری و هزینه های بازداشت، متأسفانه منابع و اطلاعات مدون چندانی وجود ندارد. این دفترچه با کمک و همکاری حدود ۲۳۰ فعال ایرانی و با مدنظر قرار دادن تفاوت های بنیادی در نوع تجربه افراد مختلف تهیه شده است. گروه « فعالیت امن» سعی کرده در این دفترچه راهکارهای مختلفی را در این خصوص مطرح کند. از یک سو فعالان ایرانی شرایط و امکانات متنوعی دارند و از سوی دیگر، در سطح فردی نقاط ضعف و قوت افراد متفاوت است. همچنین موقعیتها و پیشامدهای مختلف در بسیاری از موارد منحصر به فرد است. از این رو بدیهی است راهکارهایی که در یک مورد برای فرد یا افرادی کارساز بوده، ممکن است در شرایطی دیگر برای فرد یا افراد دیگری نتیجه بخش نباشند. در نهایت این شما هستید که با آگاهی نسبت به شرایط و امکانات خود، در مورد بهترین راهکارهای موجود تصمیم میگیرید.
هدف «فعالیت امن» مقابله با سرکوب فعالیتهای قانونی و غیر خشونت آمیز و آگاه سازی فعالان در مورد شرایط و راهکارهای موجود است؛ تا شما بدانید: ۱) چگونه احتمال دستگیری و محکومیت خود را کاهش دهید، ۲) در صورت دستگیری انتظار چه اتفاقاتی را داشته باشید، و ۳) چگونه با کمترین آسیب، دوران بازداشت خود را سپری کنید.

۱. پیشگیری از بازداشت



مؤثرترین راه مقابله، پیشگیری است. در شرایطی که احتمال شکنجه و بدرفتاری در صورت دستگیری وجود دارد، جلوگیری از بازداشت مهمترین و مؤثرترین روش مقابله با خشونت و نقض حقوق شماست. در چنین شرایطی برنامه ریزی و تنظیم فعالیتها به نحوی که احتمال بازداشت به حداقل برسد، بهترین گزینه است.

پرهیز از خطر آسیب بدنی: تلاش برای جلوگیری از آسیب بدنی می تواند اقدامی بسیار ساده، اما استراتژیک، مهم و مؤثر باشد. در برخی موارد فعالان به محافظت مستقیم احتیاج دارند. برای مثال در صورتی که در دانشگاه دست به اعتراضی زده اید، تلاش کنید دسته جمعی از دانشگاه خارج شوید. هر چه جمعیت همراه شما بزرگتر باشد، شما از ایمنی بیشتری برخوردار خواهید بود. کسانی که قصد آزار و صدمه زدن به شما را دارند، معمولا نمیخواهند شاهدی برای اعمالشان وجود داشته باشد. در بسیاری از موارد آنها با حضور شاهدان ترسیده و یا دست کم بیشتر به عواقب منفی اقدامشان فکر میکنند.

البته در مثال فوق درنظر داشته باشید که مهم است پیش از خروج دانشگاه باید ترجیحا ارزیابی‌ای از شرایط بیرون به دست آورد و اینکه کدام یک از خیابان‌ها و درهای خروجی امن‌تر هستند را هم بررسی کنید. مثلا در طول انقلاب ژینا بیش ترین بازداشت‌ها و آسیب‌های بدنی زمانی متوجه دانشجویان می‌شد که از محیط دانشگاه خارج می‌شدند.

دعوت به حضور افراد سرشناس در فعالیت های علنی: اگر در راستای فعالیت های علنی خود قصد شرکت در برنامه ای را دارید، و از قبل پیش بینی می کنید عاملان خشونت با حضور در آن برنامه تلاش خواهند کرد به شما آسیب برسانند؛ از افردی که از نفوذ اجتماعی و یا سیاسی برخوردار هستند (مثال: اساتید دانشگاه و...) دعوت کنید که با حضور در آن مراسم، به صلح آمیز نگاه داشتن آن کمک کنند. فعالان سیاسی و اجتماعی بسیاری در کشورهای دیگر، از این روش برای تنش زدایی استفاده می کنند.

مراقبت در زمینه تعقیب: پیش از رفتن به جلسات مهم و محرمانه مراقب باشید کسی شما را دنبال نمیکند. برای مثال میتوانید چندین کوچه دورتر از محل قرار را طی کرده و پس از اطمینان از اینکه تحت تعقیب نیستید وارد جلسه شوید. میتوانید از شیشه اتومبیلهای پارک شده در کوچه به عنوان آیینه برای چک کردن پشت سر خود استفاده کنید.

استراتژی فعالیت های خشونت‌پرهیز: یکی از مهمترین نکاتی که مورد قبول اکثر فعالان است، ریسک به طور نسبی پایین‌تر فعالیت‌های خشونت پرهیز است. این سبک از فعالیت راهبرد مؤثری برای کاهش احتمال دستگیری باشد. فعالانی که فعالیتهای خشونت‌پرهیز دارند، حتی در صورت دستگیری و افشای تمام اقدامات، به مراتب بهتر می‌توانند از اقدامات خود دفاع کنند، از حمایت گسترده‌تری در جامعه‌ی مدنی و رسانه ها برخوردار شوند و احتمال محکومیتشان کاهش یابد.

توصیه فعالان به کسانی که احتمال دستگیری خود را بالا می‌بینند:

- اول، خانه خود را پاک‌سازی کنید.
- با خانواده خود و یا دستکم یک عضو قابل اعتماد خانواده صحبت کنید تا بعد از دستگیری آنها تا حدی آماده باشند.
- با برخی از دوستانتان تماس گرفته و از آنها بخواهید در صورت دستگیر شدن خبر بازداشت شما را رسانه ای کنند.
- برای اطلاعات بیشتر در مورد اهمیت انتشار خبر دستگیری به بخش «نقش رسانه» مراجعه کنید.
- بدون اینکه جلب توجه کنید به مسافرت بروید.
- حتی الامکان تلاش کنید دوستی را همراه خود داشته باشید تا اگر دستگیر شدید دوستان و خانواده‌تان خبردار شود.
- سعی کنید قبل از دستگیری با خانواده خود رمزهای ساده بگذارید تا در زمان ملاقات یا تماس تلفنی بتوانید، بدون اینکه بازجو متوجه شود، آنها را از شرایط خود باخبر سازید.

به عنوان مثالی از این رمزهای ساده می‌شود از نام‌گذاری تعدادی از اعضای خانواده درجه دو برای رساندن پیام خود نام برد. مثلا قرار بگذارید که اگر حال «عمو صادق» را پرسیدید یعنی نیاز به مراقبت پزشکی دارید اما این امر از شما دریغ شده است.

به حداقل رساندن مدارک: در شرایطی که دستگاههای امنیتی تلاش دارند به حریم شخصی و آزادی شما تعرض کنند، و به این منظور از روش شنود و ضبط اطلاعات و اسناد شخصی شما استفاده میکنند، مؤثرترین روش برای حفاظت از آزادی، به حداقل رساندن اطلاعات و اسناد شخصی قابل دسترس، و ممانعت از دستیابی نیروهای امنیتی به آنها است. با رعایت توصیه های زیر هم احتمال بازداشت شما کاهش می یابد، و هم در صورت بازداشت احتمال محکومیت و مجازات کمتر است.

عدم استفاده از تلفن برای تنظیم قرار ملاقات و انتقال اطلاعات حساس:

حتی الامکان از تلفن برای تنظیم قرار ملاقات استفاده نکنید و در هر قراری زمان و مکان جلسه بعدی را به صورت حضوری تنظیم کنید. اگر از میان دوستان و یا آشنایان افرادی هستند که احتمال میدهید به هر علت در تماس تلفنی نکات ایمنی و امنیتی را رعایت نمیکنند، بهترین کار این است که تماسهایشان را جواب ندهید و حضوری با آنها صحبت کنید. اگر در مواردی وادار به استفاده از تلفن برای انتقال اطلاعات هستید از رمزهای سادهای که شک برانگیز نیستند و قبلا با دوستان خود درباره آنها توافق کردهاید، استفاده کنید. برای مثال اگر میخواهید به فعالی بگویید که کاری را با موفقیت انجام دادهاید در پاسخ به دعوت او به شام، میتوانید بگویید که گرسنه نیستید و ترجیح می دهید به خانه بروید.

عدم نگهداری اسناد حساس در منزل: اسناد و اطلاعات حساس مربوط به فعالیتهای خود را در جاهایی که امکان بازرسی آن وجود دارد (مانند دفتر کار و یا منزل) نگهداری نکنید. در صورت ضروری بودن حفظ برخی از این اسناد، بهتر است آنها را به مکانی دیگر که امکان بازرسی‌اش کمتر است منتقل کنید.

عدم نگهداری مدارک شخصی در منزل: اسناد غیر سیاسی اما ضروری مثل شناسنامه و گذرنامه خود را از منزل خارج کنید و دست فردی مطمئن و غیرسیاسی بسپارید. در موارد بسیاری فعالان بعد از آزادی، وادار شده اند ماهها برای باز پس گیری مدارک رسمی خود تلاش کنند.

عدم نگهداری وسایل غیر مجاز: تا جای ممکن تلاش کنید هیچ وسیله و یا مواد غیر مجاز در خانه نگهداری نکنید. برای مثال مشروبات الکلی، مواد مخدر، فیلم های غیر مجاز و به خصوص اسلحه می توانند مسیر پرونده تان را تغییر دهد. حداقل آسیب نگهداری چنین مواردی، افزایش نگرانی شما و همچنین استفاده بازجو از این مسئله برای اعتراف گیری است.

عدم ثبت اطلاعات روزانه: از ثبت اطلاعات و خاطرات روزانه خود و داشتن اقلامی که چنین کارکردی دارند (مانند سررسید، تقویم، و دفترچه یادداشت) اجتناب کنید. در صورت بازداشت، یادداشتهای شما منبع اطلاعاتی مهمی برای بازجو خواهد بود. در یک مورد کشف تقویم یک فعال، روند بازجویی بسیار پیچیده ای را به تعداد زیادی از فعالان تحمیل کرد.

نابودی مدارک غیر ضروری: به طور دوره ای با بررسی اوراق پیشنویس و دیگر مدارک، موارد اضافی را از بین ببرید.

لباس تجمع

پوشش مناسب یکی از اصول مهم مبارزه امن در خیابان است. احتمالاً مهم‌ترین نکته، راحتی، عدم برجستگی و غیرقابل شناسایی بودن لباس‌هاست. توصیه به پوشیدن و نپوشیدن چنین لباس‌هایی، هر کدام ضعف‌ها و قوت‌های خاص خودش را دارد. طبق توصیه فعالین سیاسی و مبارزان خیابانی، اگر قصد شرکت در تجمعات اعتراضی را دارید به نکات زیر در مورد پوشش خود دقت کنید:

- لباس‌های گشاد و راحت بپوشید(لباس‌های گشاد نباید غیرمعمول باشد یا جلب توجه کند). تیشرت، پیراهن و شلوار شما نباید جذب و تنگ باشد. این‌گونه لباس‌ها سرعت عمل را از شما گرفته و مانع انجام حرکات سریع و دویدن می شود.
- لباس‌هایی بپوشید که پوست بدن را به‌طور کامل بپوشاند و ترجیحا چند لایه باشد تا از بدن شما در مقابل ضربات باتون یا گلوله ساچمه‌ای محافظت کند.
- لباس اضافی به همراه داشته باشید یا چند لباس روی هم بپوشید (استفاده ی چند لایه از لباس‌های مختلف، نباید باعث ایجاد برجستگی شود. چون روند شناسایی و تعقیب را آسان می‌کند). ماموران سرکوب در ایران، در بسیاری از مواردا‌ز گلوله‌های پینت‌بال استفاده می‌کنند تا لباس‌های معترضان را رنگی کنند تا پس از تجمع کسانی راکه لباس‌شان رنگی شده دستگیر کنند.

داشتن لباس اضافی به شما کمک می‌کند که اگر گلوله پینت‌بال خوردید بتوانید لباس‌تان را عوض کنید. همچنین اگر مامورین به دنبال شما هستند تغییر لباس می‌تواند به فرار شما کمک کند. همچنین اگر می‌خواهید روسری‌تان را بسوزانید یک روسری اضافه به همراه داشته باشید تا بعد از تجمع شناسایی نشوید.

- رنگ و جنس لباس به‌نحوی نباشد که جلب توجه کند. حتی‌الامکان «رنگ لباس‌ها» نباید یکنواخت و یا در یک طیف رنگی قرار بگیرند، یعنی تا جای ممکن باید از کدهای رنگی متنوع، اما غیر برجسته، استفاده کرد. چون ماموران امنیتی می‌توانند دستگیری معترضان را با پیام «مشکی‌پوش، سفیدپوش، آبی‌پوش و ... » به همکاران‌شان اطلاع دهند. بهترین گزینه‌ی رنگ لباس در شب، رنگ‌های طیف تیره و در روز، کدهای رنگی مرسوم و معمول عمومی است. بدون برجستگی یا طراحی‌های خاص در نوع دوخت.
- از هیچ‌گونه زیرآلات و یا ساعت‌های مچی استفاده نکنید. چون نه تنها هیچ کارایی ندارد، بلکه باعث شناسایی می‌شود. به صورت مشخص زنان و مردان نباید از ساعت‌های مچی، گردن‌بند و گوش‌واره و انگشتر استفاده کنند.
- تتو یا هر زخم و نشانی که به وسیله آن امکان شناسایی وجود دارد را بپوشانید.
- از کفش ورزشی مناسب برای دویدن استفاده کنید. کفش‌های رسمی، سرعت و چابکی را به شدت پایین می‌آورد و با سر و صدایی که در هنگام راه‌رفتن ایجاد می کند می‌تواند باعث شناسایی و دستگیری شود.
- حتما از ماسک برای شناسایی نشدن استفاده کنید. ماسک اضافی با خود داشته باشید تا در صورت از بین رفتن ماسک‌تان همچنان بتوانید صورت‌تان را بپوشانید؛ اگر به ماسک دسترسی ندارید از تیشرت یا پیراهن‌تان استفاده کنید.
- حتما یک روسری یا شال زیر لباس به کمرتان ببندید؛ از این شال یا روسری در موارد زیر می توانید استفاده کنید:

پوشاندن صورت خودتان.

در صورت تیرخوردن کسی در حین تظاهرات، می‌توان از این شال یا روسری برای بستن زخم و جلوگیری از خونریزی استفاده کرد.

امنیت تلفن همراه برای شرکت در تجمع

تلفن‌های هوشمند به بخشی جدایی ناپذیر از زندگی ما تبدیل شده اما در بسیاری از موارد عدم حفظ امنیت تلفن‌های هوشمند برای فعالان دردسرساز شده است. برای اغلب ما تلفن همراه وسیله‌ای خصوصی است که اسناد زیادی را در آن نگهداری می‌کنیم. اسنادی که می‌تواند درباره روابط ما با دیگران یا مکان‌هایی که رفته‌ایم باشد، و یا نشان‌دهنده باورها و عقایدمان باشد و کارهایی که انجام داده ایم. براین اساس همراه بردن گوشی که تمام اطلاعات حساس شما را در خود ذخیره دارد به تجمعاتی که احتمال بازداشت‌شدن بالا است خطرات مضاعفی را برایتان ایجاد می‌کند. پس اگر قصد شرکت در تجمع‌های اعتراضی را دارید بهتر است نکات امنیتی زیر را در مورد گوشی هوشمند رعایت کنید.

- یک گوشی هوشمند می‌تواند شامل آرشیوی از تماس‌ها، عکس‌ها و ویدیوها، امکان دسترسی به ایمیل و اکانت‌های شبکه‌های اجتماعی‌تان باشد که به هیچ وجه نمی‌خواهید به دست ماموران امنیتی بیافتد تا با واکاوی علیه شما و دوستان تان پرونده‌سازی شود. شاید بهتر باشد ریسک نکنید و گوشی را در جایی امن قرار دهید و با خود به تجمع نبرید.

- این امکان وجود دارد که درصورت بازداشت‌شدن ماموران امنیتی خانه و محل اقامت فرد را تفتیش کنند. پس بهتر است نکات عمومی زیر را برای حفظ امنیت و پاکسازی تلفن همراه رعایت کنید:

- هیچ وقت اطلاعات ورود به ایمیل و اکانت‌های شبکه های اجتماعی خود را روی گوشی ذخیره نکنید.
- اگر عکس، فیلم و اطلاعات حساسی دارید آن‌ها را روی گوشی نگه ندارید. می‌توانید این اطلاعات را روی پلتفورم‌های ابری(Cloud) ذخیره کنید و از اکانت آن به شدت محافظت کنید.
- یک کارت حافظه مخصوص اطلاعات حساس داشته باشید. فیلم را مستقیم روی این کارت حافظه ضبط کنید و بعد از ذخیره‌کردن در فضای ابری اینترنت، آن را فرمت کنید و حتی در صورت لزوم در مواقع حساس می‌توانید کارت حافظه را از بین ببرید.
- وقتی عکس، ایمیل یا فیلمی را پاک می‌کنید برای مدتی در ایمیل و یا گوشی تان قابل بازیافت است. دقت کنید که گوشی شما به شکل کامل پاکسازی شده باشد و امکان بازگشت اطلاعات وجود نداشته باشد. بهترین راه برای اطمینان از پاک‌شدن اطلاعات از روی گوشی همراه، ریست کردن گوشی به تنظیمات کارخانه (Factory Reset) و سپس فرمت‌کردن کارت حافظه (Memory) گوشی است.

- اگر قصد فیلم‌برداری از تجمع‌ها را دارید بهتر است یک گوشی پاک به همراه ببرید و یا با یک دوربین عکاسی کامپکت عکاسی کنید. هر بار که ویدیوها را ارسال می‌کنید از پاک شدن آن‌ها از روی کارت حافظه و یا گوشی‌تان اطمینان حاصل کنید.
- در هر شرایط و با هر گوشی‌ای که هستید در تجمعات airplane mode را فعال کنید. مامور امنیتی با تحلیل داده‌های حرکت شما می‌توانند بفهمند در چه تجمعاتی بوده‌اید و شما را شناسایی کنند. راه حل ساده خاموش‌کردن وسایل ارتباطی گوشی‌تان است که با فعال کردن airplane mode انجام می‌شود.

آمادگی برای فرار در شرایط اضطراری

اگر تحت تعقیب نیروهای امنیتی قرار گرفتید و احتمال دستگیری‌تان وجود داشت، ممکن است لازم باشد برای مدت کوتاهی از منزل دور بمانید تا آب‌ها از آسیاب بیافتد. بهتر است برای چنین شرایطی یک کوله پشتی آماده داشته باشید. کوله فرار بهتر است حاوی یک سری از وسایل ضروری باشد که برای مدت زمان حداقل یک‌ماه به آن‌ها نیاز دارید. توصیه می‌کنیم به نکات زیر در تهیه و نگه‌داری کوله فرار دقت کنید:

- قبل از هر چیز برای برنامه فرارتان یک نقشه تهیه کنید. به عنوان مثال به این فکر کنید که اگر یک ماه از خانه دور باشید به خانه کدام یک از دوستان و آشنایان می‌روید و در آن‌جا به چه چیزهایی نیاز دارید.
- زیاد ایده‌آل گرا نباشید و وسایل غیرضروری را در کوله نگذارید. در نظر بگیرید که کوله فرار نباید زیاد بزرگ باشد که توجه‌ها را به خود جلب کند.
- نقشه مکانی که برای مخفی‌شدن در نظر گرفته‌اید و راه‌های رسیدن به آن مکان را از قبل بررسی کنید.

به این فکر کنید که چگونه در سریع‌ترین زمان ممکن می‌توانید به آن مکان بروید و بدون اینکه کسی دنبال‌تان کند از آن‌جا فرار کنید. همیشه درهای پشتی و فرار از طریق خانه همسایه را در نظر بگیرید.

- نقشه مکانی که برای مخفی‌شدن در نظر گرفته‌اید و راه‌های رسیدن به آن مکان را از قبل بررسی کنید. به این فکر کنید که چگونه در سریع‌ترین زمان ممکن می توانید به آن مکان بروید و بدون اینکه کسی دنبال‌تان کند از آن‌جا فرار کنید. همیشه درهای پشتی و فرار از طریق خانه همسایه را در نظر بگیرید.
- یک فعال معمولا در خانه خود اسناد و وسایلی دارد که دوست ندارد به دست مامورین بیفتد. فعالین باید توجه کنند که تا جای ممکن اثری از فعالیت‌های خود بر روی کاغذ یا هر سندی که ممکن است از آن برعلیه‌شان در دادگاه استفاده شود به جای نگذارند. در صورت ضرورت می‌توانید اسناد حساس را در جایی در نزدیکی کوله فرار نگه‌دارید که اگر شانس فرار داشتید آن‌ها را از خانه خارج کنید.
- به‌همراه داشتن پول نقد همواره یک اولویت مهم در چنین مواقعی است. چرا که امکان ردیابی شما از طریق کارت‌های بانکی توسط نیروهای امنیتی امکان‌پذیر است.
- سعی کنید قبل از اینکه در این شرایط قرار بگیرید یک خط موبایل که به نام شما نیست و یک گوشی ساده برای برقراری ارتباط بدون امکان ردیابی تهیه کرده و در کوله فرار خود به‌همراه داشته باشید.
- به‌همراه داشتن پاسپورت در صورتی که مجبور به خروج از کشور شوید بسیار ضروری است. توجه داشته باشید حتی در صورت خروج مخفیانه و غیر قانونی از کشور، همراه داشتن پاسپورت در کشور دوم بسیار کمک‌کننده خواهد بود. پاسپورت مدرکی بین‌المللی است که هویت شما را اثبات می‌کند. اگر هم اکنون پاسپورت ندارید یا تاریخ اعتبار آن رو به اتمام است، برای صدور پاسپورت خود اقدام و آن را در کوله فرار خود آماده داشته باشید.
- اگر داروی خاصی مصرف می‌کنید یا بیماری مشخصی دارید، ذخیره‌ای از داروها برای مدت مشخص در کوله فرار قرار دهید. به‌علاوه همراه داشتن پرونده پزشکی در کوله فرار حائز اهمیت است.

امنیت دیجیتال

هیچ کس نمیتواند با قطعیت به شما بگوید که به چه سطحی از امنیت اطلاعات نیازمندید: آیا باید از روشهای نسبتا پیچیده رمزگذاری استفاده کنید یا روشهای معمولتر برای شما کفایت میکند؟ آیا خطرات همراه داشتن تلفن همراه برای شما به منافع آن می ارزد یا نه؟

از آنجا که شما بهتر از هر کس از سطح حساسیت و ریسک فعالیتهایی که میکنید آگاهید بهتر است پس از مطالعه منابع مختلف برای این‌دست پرسشها پاسخی بیابید. اما حتی اگر احساس نمی‌کنید فعالیتهای شما خطر زیادی در پی دارد،به عنوان یک شهروند که تحت حکمرانی یک حکومت سرکوبگر زندگی میکند،اطلاعات شما را خطراتی چه از جانب حکومت و چه جانب افراد دارای سوء نیت تهدید میکند. بسیاری از افراد تا زمانی که دچار صدمات جدی از این جنبه نشده اند، امنیت دیجیتالی را جدی نمی‌گیرند و هک شدن و افتادن اطلاعات حساس به دست دیگران را تنها مشکل دیگران میدانند. فعالان سیاسی و اجتماعی باید این مسأله را به مراتب جدی‌تر بگیرند زیرا که درصورت مورد سوءاستفاده قرارگرفتن اطلاعات ایشان، نه تنها خودشان، بلکه امنیت افراد دیگر نیز به شدت به خطر می افتد. روشی که امروز امن تلقی می‌شود، ممکن است فردا به کلی ناامن شناخته شود. به همین دلیل لازم است در صورتی که فعالیت حساسی میکنید هم جزوات موجود فعلی را مطالعه کنید و هم با سر زدن مرتب به منابعی که اخبار مرتبط را منتشر میکنند از آخرین تحولات دیجیتالی مطلع شوید.

عدم ذخیره الکترونیکی اطلاعات حساس: شماره تلفن، آدرسهای مهم و سایر اطلاعاتی که می‌تواند دردسرساز باشد را به خاطر بسپارید و چه آنلاین و چه بر روی کاغذ نگهداری نکنید.

توجه به امکان ردیابی از طریق موبایل: از آنجایی که تلفن همراه افراد قابل رد یابی است، مسیر حرکت کاربران تلفن همراه نیز قابل دسترسی است. اگر قرار ملاقات حساسی دارید، یا تلفن همراه خود را در خانه بگذارید و یا در صورتی که آن را به همراه دارید، تلفن را خاموش و باطری آن را خارج کنید.

کافی نت: مراقب دوربینهای مداربسته باشید. اگر ایمیل حساسی ارسال می کنید یک ایمیل جدید باز کنید و اطمینان حاصل کنید اطلاعات درون نامه ای که میفرستید هویت شما را فاش نمی کند. ردیابی فعالیت های اینترنتی شما در کافی نتها بسیار ساده است. بنابراین در صورتی که مجبورید به کافی نت بروید، اکانتهایی را که برای فعالیت های سیاسی خود استفاده میکنید در آنجا چک نکنید. اگر کاری که انجام میدهید حساس است همان لحظه ایمیل جدیدی بسازید و بدون لو دادن هویت خود اطلاعات لازم را بفرستید. همچنین از حالت خصوصی مرورگرها (که در بخش امنیت کامپیوتر در صفحهٔ بعد توضیح داده شده) استفاده کنید.

پاک کردن سریع اطلاعات حساس: در صورتی که ایمیل و یا پیام حساسی به شما ارسال شد به محض خواندن آن را به طور کامل (هم از این-باکس و هم از ایمیلهای پاک شده موجود درسطل زباله) پاک کنید.

هماهنگی در مورد پسوردها: رمز ایمیل، فیسبوک و دیگر حسابها را در اختیار دوستی (که ترجیحا در خارج از کشور زندگی کند) قرار دهید و از او بخواهید پس از شنیدن خبر بازداشت شما بلافاصله رمزهای شما را تغییر دهد (به جز رمز ایمیلی که دسترسی مقام های امنیتی به آن دردسرساز نخواهد بود). در این صورت می توانید با اصرار بازجو رمز ایمیل معمولی خود را به بازجو داده و تا حدی اعتماد او را جلب کنید.

چرا نباید از سیستم پیامک مخابرات استفاده کنیم؟

تا پیش از فراگیرشدن تلفن‌های همراه هوشمند، سیستم دریافت و ارسال پیامک مخابرات پرطرفدار بود. این سیستم به نظر می‌رسد هنوز هم تنها راه برقراری ارتباط است در زمان قطعی اینترنت است اما چون رهگیری پیامک‌ها برای نهاد های امنیتی بسیار آسان است، ارسال پیام از این راه برای فعالان سیاسی و مدنی مشکلاتی را به وجود آورده و باعث شده آن‌ها حکم‌های سنگین‌تری از دادگاه دریافت کنند و یا دوره بازجویی سخت‌تر و طولانی‌تری داشتند. به دلایل امنیتی زیر توصیه می‌کنیم از پیامک مخابرات استفاده نکنید:

- احتمال زیادی وجود دارد که پیامک‌ها به صورت گسترده مانیتور شود. این درست است که حکومت آن همه مامور ندارد که همه پیامک‌ها را بخوانند اما باید دقت کنید که متن‌های ارسالی تا سال‌ها در سیستم‌های مخابرات ذخیره می‌شوند و نیروهای امنیتی می‌توانند آن‌ها را در زمان لازم تحلیل محتوا کنند. همچنین با استفاده از تکنولوژیهای فیلترینگ و مانیتورینگ خودکار این فرآیند بشدت تسهیل شده است. فیلترینگ کلمات کلیدی حساس مثل «تجمع» یا «اعتصاب» نیز از جمله راه‌هایی است که ممکن است موجب جلب توجه پیامک شما توسط نیروهای امنیتی شود.

- حالا که بسیاری به سادگی از نرم‌افزارهای پیام‌رسان آنلاین استفاده می‌کنند چه بهتر که برای پیام‌های معمولی و غیرسیاسی نیز از سیگنال یا واتس‌اپ استفاده کنیم. فقط نکات امنیتی را در استفاده از این پیام‌رسان‌ها را هم رعایت کنید. مثلا پیغام‌ها را هر چند وقت یک‌بار پاک کنید و اگر از تلگرام استفاده می‌کنید حتما از طریق چت سری (Secret Chat) پیام خود را ارسال کنید. اگر تنظیمات محو شدن خودکار پیام‌ها را بعد از یک بازه زمانی مشخص فعال کنید کارتان ساده‌تر می‌شود. دقت کنید که هدف این است که آرشیوی بزرگ و قدیمی به دست بازجو نیافتد تا از جزییات آن علیه شما و دوستان‌تان استفاده کند.
- شاید سخت‌گیرانه به نظر برسد اما پیام‌ها با محتوای غیر سیاسی و معمولی را هم با پیامک نفرستید و در پیام‌رسان‌های آن‌لاین هم آرشیو نکنید. نهادهای امنیتی از کوچیک‌ترین جزئیات در زندگی شخصی‌تان استفاده می‌کنند تا شما را تحت فشار بگذارند. خصوصا ارتباط‌های شخصی و خصوصی‌تان که ممکن است حساسیت بیشتری روی آن داشته باشید. پس خطر نکنید و تا آن‌جا که می‌شود هیچ استفاده‌ای از پیامک نکنید تا به راحتی آرشیو کاملی از ارتباطات‌تان و کسانی که با آن‌ها در تماس هستید در اختیارشان نگذارید.

ایمیل پاک

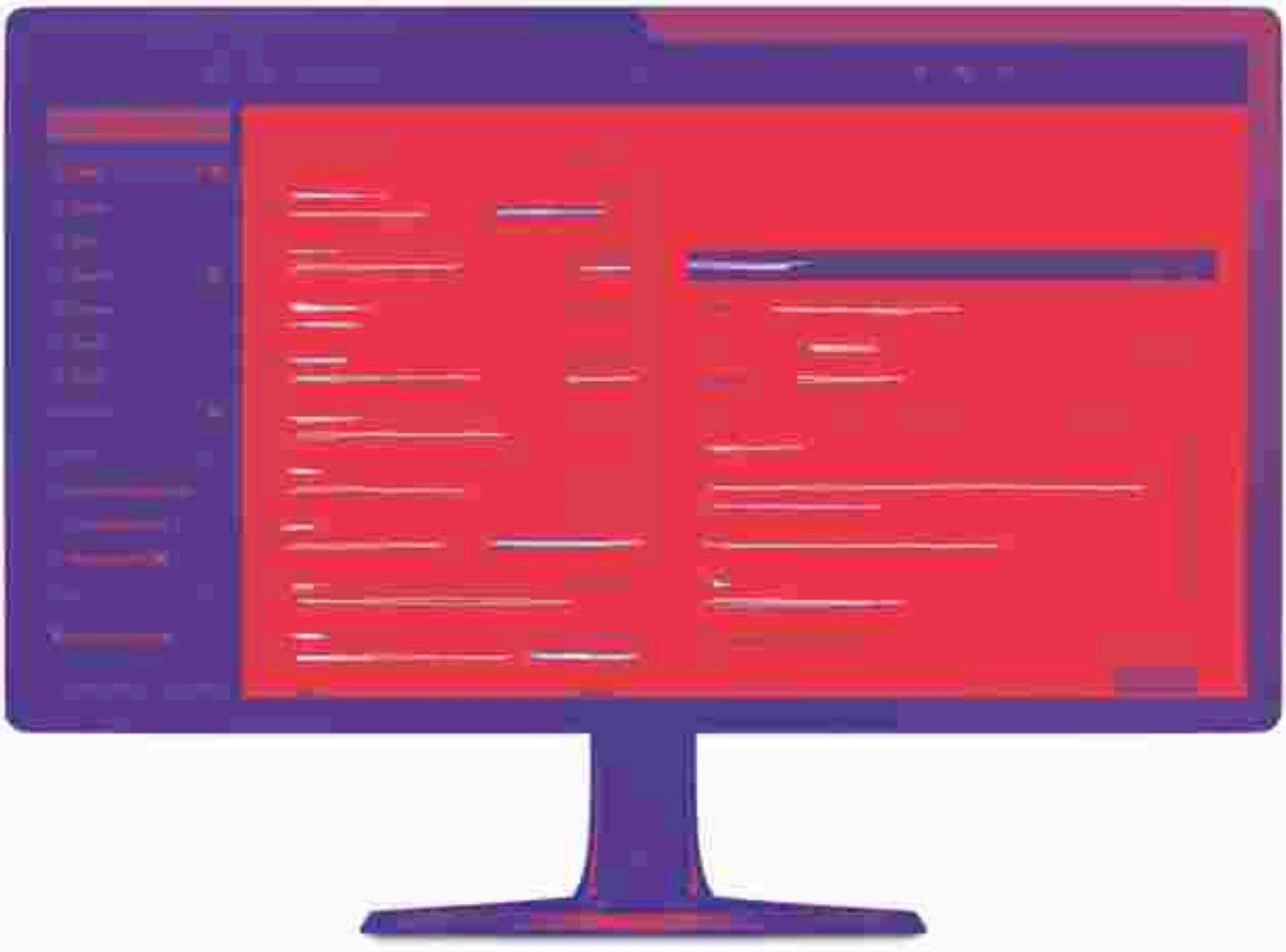
اگر خطر بازداشت شما را تهدید می‌کند باید بدانید که از جمله اولین چیزهایی که بازجو می‌خواهد از شما به دست آورد، آدرس و مشخصات ورود به ایمیل‌تان است تا علاوه بر خواندن مکاتبات‌تان بتواند وارد دیگر حساب‌های کاربری شما شود. پس چه بهتر که ایمیلی پاک که در جهت فعالیت‌های مخفی‌تان از آن استفاده نمی‌کنید داشته باشد تا در صورت بازداشت آن را به عنوان ایمیل اصلی تان معرفی کنید.

برای راه‌اندازی یک ایمیل پاک به نکات زیر توجه کنید:

- سعی کنید از ایمیل پاک خود استفاده‌هایی بکنید که برایتان خطری ایجاد نمی کند. مثل عضویت در خبرنامه سایت‌ها و یا انجام خریدهای اینترنتی. در عین حال مهم است ایمیلی که به دست بازجو می‌دهید خالی نباشد تا شک‌برانگیز نباشد. پس بهتر است از قبل ایمیل پاک خود را آماده کنید و برای کارهای کم خطر از آن استفاده کنید.
- از ایمیل پاک به عنوان پشتیبان اکانت‌های دیگر استفاده نکنید تا وقتی در اختیار تیم بازجویی قرار گرفت نتواند با استفاده از آن کنترل اکانت‌های دیگرتان را به دست بگیرد.

- به یاد داشته باشید که تیم بازجویی همچنان ممکن است با استفاده از این آدرس و از طرف شما به کانتکت‌های شما ایمیل بزند و تلاش کند از آن‌ها سواستفاده کرده و یا حساب‌های آن‌ها را هک کند.
- حواستان باشد که پسورد ایمیل پاکی که ممکن است تصمیم بگیرید تحت فشار در اختیار بازجو قرار دهید با پسورد دیگر اکانت‌هایتان که با آن مکاتبات حساس را انجام می‌دهید یکی نباشد.

نکته:اگر شما هم ایمیل و هم شبکه اجتماعی پاک می‌سازید مهم است که برای شبکه‌های اجتماعی پاک از همان ایمیل ساختگی استفاده کنید تا شک‌برانگیز نباشد.



امنیت رمز عبور (پسورد)

استفاده از پسورد قوی برای کامپیوتر، ایمیل، شبکه های اجتماعی و موبایل:
پسورد قوی نباید کوتاه (کمتر از ۸ کاراکتر)، کلمات موجود در دیکشنریهای انگلیسی و فارسی و یا اطلاعاتی که برای دیگران قابل دسترسی است (تاریخ تولد، شماره تلفن و یا نام دوستان و اعضای خانواده) باشد. استفاده از ترکیبی از حروف بزرگ و کوچک و همچنین افزودن عدد و کاراکترهای خاص مثل علامت سؤال و علامت تعجب و نقطه بسیار مهم است.

از یک نام کاربری و کلمه رمز برای تمام اطلاعات خود استفاده نکنید. برای اکانت گوگل حتماً از احراز هویت دو مرحله ای یا Two-Step Verification استفاده کنید. این فناوری امنیت شما را به شدت افزایش میدهد.

اجازه ندهید کامپیوتر و تلفن همراهتان کلمات رمز شما را حفظ کنند. در غیر این صورت هر کسی که به آنها دست یابد می تواند از طریق آنها به ایمیل، فیسبوک و دیگر حسابهای شما نیز راه یابد. همچنین در صورتی که فکر میکنید به علت پیچیده و متنوع کردن پسوردهایتان ممکن است آنها را فراموش کنید میتوانید از نرم افزارهای مدیریت پسورد همچون 1Password و یا BitWarden استفاده کنید.

امنیت رمز عبور (پسورد) پیشرفته

{صرفا پس از مطالعه و انجام توصیه‌های «امنیت پسورد پایه» این بخش را مطالعه کنید}

- اگر همراه با فردی دیگر پشت کامپیوتر نشسته‌اید و می‌خواهید وارد حساب کاربری خود شوید و نیاز دارید پسورد خود را وارد کنید از او بخواهید به صفحه کلید نگاه نکند یا با دست جلوی دید او را بگیرید تا پسوردتان را حفظ نکند. هیچ وقت از اینکه امنیت و حفاظت از حریم خصوصی خود را جدی می‌گیرید خجالت نکشید و به دیگران هم توصیه کنید همین کار را بکنند.
- همیشه و در همه جا از سیستم تایید هویت دو مرحله‌ای استفاده کنید.(موضوع تایید هویت دو مرحله ای به طور مفصل در صفحه ۲۹ بحث شده است.)
- پسوردهای حساس خود را در اختیار فردی مطمئن، ترجیحا در خارج از کشور قرار دهید تا در صورت بازداشت شدن آن فرد بتواند پسوردتان را عوض کند و اطلاعات حساس‌تان را پاکسازی کند تا نیروهای امنیتی نتوانند با استفاده از محتوای ایمیل و مکاتبات علیه‌تان پرونده‌سازی کنند و یا در بازجویی شما را تحت فشار قرار دهند (چگونگی هماهنگی موثر و امن با فرد پشتیبان در صفحه ۱۹ بحث شده است.)

- یکی از روش‌هایی که هکرها و نهادهای امنیتی برای پیدا کردن پسورد کاربران استفاده می‌کنند، فیشینگ است. به نحوی‌که آن‌ها شما را به صفحه‌ای شبیه صفحه ورود به حساب کاربری هدایت می‌کنند اما آن صفحه جعلی است و فقط برای دزدیدن پسوردتان ساخته شده‌است. هر چند می‌تواند بعد از واردکردن پسورد، شما را به صفحه حساب کاربری‌تان هدایت کند تا همه چیز طبیعی جلوه کند اما در واقع پسوردتان را بدزدند. برای جلوگیری از این کار به نکات امنیتی زیر توجه کنید:
  - هیچ‌وقت از طریق لینکی که برای‌تان ارسال شده وارد حساب کاربری خود نشوید، در عوض همیشه خودتان آدرس سایتی که می‌خواهید واردش شوید را تایپ کنید.
  - دقت داشته باشید که پیش از ورود به حساب کابری‌تان مثلا در جیمیل قفل امنیتی SSL به درستی فعال شده باشد.
  - در حملات فیشینگ شاید به صفحه‌ای هدایت شوید که آدرسی شبیه به صفحه اصلی داشته باشد، مثلا mail.gooogle.com اما در واقع این آدرسی جعلی است که در آن گوگل با سه o نوشته شده است. پس همیشه پیش از وارد کردن مشخصات تان از درست بودن آدرس مطمئن شوید.

نرم‌افزار مدیریت پسورد

حفظ کردن پسوردهای طولانی، پیچیده و متعدد و مدیریت کردن آنها کاری سخت و طاقت فرسا به نظر می‌رسد. نرم‌افزارهای مدیریت پسورد برای همین منظور به وجود آمده‌اند تا بدون نگرانی درباره به خاطرسپردن پسوردهای متعدد، بتوانید رمزعبور متفاوت و پیچیده‌ای را برای هر یک از حساب‌های کاربری خود داشته باشید. در این نرم افزارها شما تنها کافی‌است یک رمز اصلی را حفظ کنید و بقیه را داخل بانک پسوردهایتان ذخیره کنید. استفاده از این نرم‌افزارها مشکل به‌خاطرسپردن پسوردها را حل می‌کند اما ضروری‌است نکات امنیتی را برای حفظ تنها رمزعبور اصلی، یعنی رمز نرم‌افزار مدیریت پسورد خود رعایت کنید تا حریم خصوصی و امنیت‌تان در خطر نیفتد و امکان اینکه تمام پسوردهای‌تان یک‌جا به دست هکرها و نهادهای امنیتی بیافتد کاهش یابد.

نکات کلیدی درباره استفاده از نرم‌افزار مدیریت پسورد

- این نرم‌افزارها نقش مهمی در حفظ امنیت‌تان دارند. پس یک نرم‌افزار امن و معتبر را انتخاب کنید. . 1password و Keeper Password Manager و BitWarden از نام‌های معتبر در این عرصه هستند.
- رمزعبورورود به نرم‌افزارهای مدیریت پسورد از مهم‌ترین رمزهایی است که باید در حفاظت از آن تلاش بسیاری کنید. کارشناسان امنیت دیجیتال نکات امنیتی زیر را درباره این رمزعبور کلیدی توصیه می‌کنند:

- از یک پسورد پیچیده و طولانی استفاده کنید. در یاد داشته باشید که این پسورد درگاه ورود به ده‌ها پسورد شما است. پس در انتخاب پسورد قوی و حفظ کردن آن تلاش بیشتری کنید.
- هر چند وقت یک‌بار این پسورد را عوض کنید. مراقب باشید که تعویض پسوردتان و ترس از فراموش‌کردن آن باعث نشود به سمت انتخاب پسوردهای ساده‌تر و قابل حدس زدن بروید.

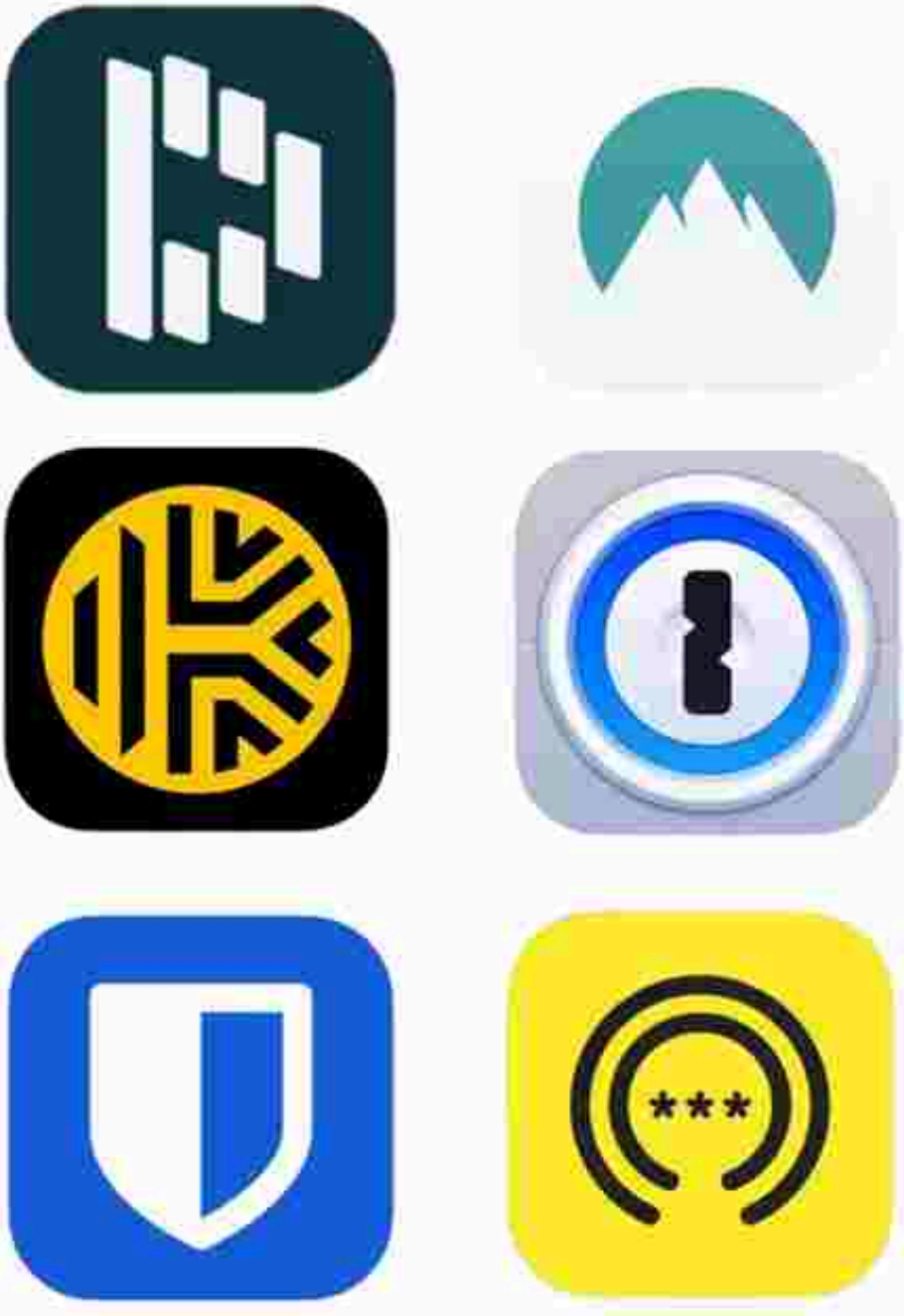
- از یک پسورد پیچیده و طولانی استفاده کنید. در یاد داشته باشید که این پسورد درگاه ورود به ده‌ها پسورد شما است. پس در انتخاب پسورد قوی و حفظ کردن آن تلاش بیشتری کنید.
- هر چند وقت یک‌بار این پسورد را عوض کنید. مراقب باشید که تعویض پسوردتان و ترس از فراموش‌کردن آن باعث نشود به سمت انتخاب پسوردهای ساده‌تر و قابل حدس زدن بروید.
- بسیاری از نرم‌افزارهای مدیریت پسورد امکان این را دارد که پسورد اصلی و ورودی را ذخیره کنید تا هر روز مجبور نباشید آن را وارد کنید، اما شما که دغدغه حفظ امنیت‌تان را دارید هیچ وقت چنین کاری را نکنید. ذخیره پسورد اصلی به این معناست که شما تمام اطلاعات شخصی و آنلاین‌تان را به سادگی در اختیار فردی قرار می‌دهید که به تلفن همراه و کامپیوتر شخصی‌تان دسترسی پیدا می کند.

- اکثر مرورگرها بخشی را برای مدیریت پسوردها اختصاص داده‌اند که پسوردهای شما در آن به شکل ساده‌ای ذخیره می‌شود و خیلی وقت‌ها با یک کلیک بدون آنکه بدانید بانکی از پسوردهایتان در مرورگرتان به وجود می‌آورید که به راحتی می‌تواند توسط یا هر فردی که به کامپیوتر و یا تلفن همراه‌تان دسترسی دارد مورد سواستفاده قرار بگیرد. برای جلوگیری از این کار به صفحه تنظیمات مرورگرتان بروید و امکان ذخیره پسوردها را غیر فعال کنید. همچنین به مکان ذخیره پسوردها بروید و آنهایی را که پیش از این ذخیره شده‌اند پاک کنید.

آموزش پاک کردن پسوردهایی که در کروم ذخیره شده است.

- گوگل کروم را روی کامپیوترتان باز کنید و از گوشه بالا سمت راست روی ⋮ کلیک کنید و وارد Settings شوید.
- از منوی سمت چپ Privacy and Security را انتخاب کنید و وارد Clear Browsing Data بشوید.
- در پنجره‌ای که باز می‌شود در بالا Advanced را انتخاب کنید. در بین گزینه‌ها تیک روبروی Passwords and other sign-in data را بزنید و دکمه Clear data را بزنید.

● نرم‌افزارهای مدیریت پسورد بانک بزرگی از اطلاعات ضروری شما هستند. شما می‌توانید از ترکیبی از پسوردی که حفظ کردید و پسوردی که در این نرم افزارها ذخیره کرده‌اید برای ورود به حساب کاربری‌تان استفاده کنید. مثلا برای ورود به ایمیل‌تان می‌توانید از پسورد پیچیده و طولانی که ذخیره کردید به اضافه مثلا عدد ۷ (که به ذهن‌تان سپرده‌اید) در انتها و ابتدای آن رمز ذخیره‌شده استفاده کنید تا اگر بازجو یا هکرها توانستند وارد نرم‌افزار مدیریت پسورد شما شوند پسوردهای ذخیره‌شده بدون رمزی که در ذهن دارید کار نکنند.



پاک‌سازی عمیق گوشی

در زندگی روزمره امروزه همه ما اطلاعات شخصی زیادی را روی تلفن‌های همراه هوشمند خود ذخیره می‌کنیم. اطلاعاتی که اگر به دست هر کسی، خصوصا نیروهای امنیتی بیفتد می‌تواند به ضرر خودمان و دوستان‌مان از آن استفاده شود. پس تا قبل از آنکه دیر شود بهتر است اطلاعات اضافی و حساس‌تان را از روی گوشی پاک کنید. از جمله اطلاعاتی که می‌تواند در گوشی شما ذخیره شده باشد و یا قابل بازیابی باشد به شرح زیر است:

- عکس‌ها و فیلم‌هایی که گرفته‌اید حتی اگر آن‌ها را به صورت دستی پاک کرده باشید.
- اطلاعات مسیرهایی که رفتید و مکان‌هایی که به آنها سر زدید.
- اطلاعات تماس‌هایی که برقرار کرده‌اید.
- اطلاعات کارت‌های بانکی که استفاده کرده‌اید.
- پسوردها و اطلاعات ورود به حساب‌های کاربری‌تان که احتمال دارد در مرورگر گوشی‌تان ذخیره شده باشد.
- آرشیو پیامک‌هایی که دریافت یا ارسال کرده‌اید.

اگر بیشتر به این لیست دقت کنید می‌بینید که بازیابی این اطلاعات توسط نهادهای امنیتی می‌تواند امنیت‌تان را به خطر بیاندازد. پس همین حالا اقدام کنید و با توجه به نکات زیر دست به پاک‌سازی عمیق تلفن همراه‌تان بزنید.

- بیشتر گوشی‌ها به صورت پیش‌فرض دست به ذخیره اطلاعات مکان‌نمای شما می‌زنند، این امکان را غیر فعال کنید و اطلاعاتی که قبلا ذخیره شده را پاک کنید.
- برای بازیابی آسان، گوشی‌های آیفون و اندروید یک نسخه از عکس‌ها و فیلم‌هایتان در کلاود ذخیره می‌شوند. دقت کنید که وقتی عکس یا فیلم حساسی را از روی گوشی پاک می‌کنید از روی کلاود هم پاک شود و یا می‌توانید کلا این امکان را غیرفعال کنید.
- معمولا وقتی عکس یا فیلمی را پاک می‌کنید برای مدتی در فولدر پاک شده‌ها قابل دسترس است، دقت کنید که حتما بعد از هر تمیزکاری محتویات آن فولدر را هم پاک کنید.
- بخشی از اطلاعات روی گوشی‌تان حتی بعد از پاک شدن کامل قابل بازیابی است برای همین لازم است از اپ‌های تمیز کننده گوشی استفاده کنید این نرم افزارها مثل ccleaner برای اندروید و Smart Cleaner برای آیفون می‌توانند علاوه بر پاک کردن عمیق اطلاعات اضافی در گوشی‌تان سرعت آن را نیز بالا ببرند.

دسترسی به فیلترشکن به‌روز و امن

فیلترشکن‌ها به جزئی جدایی ناپذیر از زندگی آنلاین مردم در ایران تبدیل شده است. هر ابزاری که بتواند کاربران را از سد فیلترینگ عبور دهد طرفدار پیدا می کند. اما به آن چیزی که کمتر توجه می‌شود، امنیت فیلترشکن‌ها و وی‌پی‌ان است. یک فیلترشکن ناامن می‌تواند امنیت شما را به شکل جدی در خطر بیاندازد. پس به نکات امنیتی زیر توجه کنید تا بتوانید با امنیت از سد فیلترینگ عبور کنید:

- اگر قصد ناشناس بودن در فضای مجازی را دارید و می‌خواهید کاری کنید که شانس لو رفتن‌تان پایین بیاید از مرورگر و فیلترشکن Tor استفاده کنید. Tor علاوه بر اینکه فیلترشکنی مطمئن است امکان رهگیری شما را در فضای آنلاین را پایین می‌آورد تنها اینکه Tor شاید نسبت به بقیه فیلترشکن‌ها کندتر باشد اما امنیت و امتیاز ناشناس ماندنی که برای‌تان فراهم می‌آورد ارزش کمی صبر را دارد.

- از فیلترشکن‌های مطمئن و آزمایش شده مثل سایفون استفاده کنید. اگر فیلترشکن جدیدی را آزمایش می‌کنید حتما در موردش مطالعه کنید تا از امنیت آن مطمئن شوید.
- وی‌پی‌ان‌ها ابزارهایی موثر برای دورزدن فیلترینگ هستند که همراه با سرعت بالا به امنیت شما در فضای مجازی کمک می‌کند اما خیلی مهم است که وی‌پی ان‌ها را از جای مطمئن تهیه کنید و یا از وی‌پی‌ان‌های تجاری معروف و معتبر استفاده کنید. گوگل به تازگی وی‌پی‌ان‌های Outline VPN را عرضه کرده که امنیت بهتر و قابلیت شناسایی کمتری دارند. می‌توان به Windscribe و Proton-VPN نیز بعنوان دیگر گزینه های قابل اعتماد اشاره کرد.

امنیت کامپیوتر

همه نرم افزارهای سیستم‌تان را به روز نگهدارید. نسخه‌های قدیمی، شاهراه نفوذ مهاجمان به کامپیوتر شما هستند. مهمترین نرم افزارهایی که باید همواره به‌روز باشند سیستم عامل، جاوا (که به شدت توصیه می‌شود در صورت وجود اطلاعات فوق‌حساس بر روی سیستم اساساً آن را پاک کنید)، آنتی‌ویروسها و فایروالها، مرورگرها و نرم افزارهای عمومی‌پرطرفدار همچون ادوب آکروبات هستند.

اطلاعات خود را به صورت رمزگذاری شده (مثلاً با BitLocker) روی درایوهای فلش ذخیره کنید تا در صورت سرقت یا گم شدن فلش، اطلاعاتتان به راحتی قابل دستیابی نباشند.

اطلاعات حساس را حتی‌الامکان به جای کامپیوتر بر روی Google Drive نگه دارید.

برای آنکه ردپای فعالیتهای شما در وب سایتهای مختلف (مثل جستجوهایی که می‌کنید یا کوکی هایی که بر روی سیستم شما ذخیره می‌شود) بر روی کامپیوترتان نماند حتی الامکان از حالت خصوصی مرورگرهای مختلف استفاده کنید: Incognito در Google Chrome و Private Browsing در Mozilla Firefox و Safari و InPrivate در Internet Explorer.

از CCleaner برای رمزگذاری فایلها، پاک کردن کوکی‌های مرورگر و غیرقابل بازیافت کردن فایلهای پاک شده استفاده کنید. این نرم افزار همچنین توان پاک کردن داده‌های اضافی در رجیستری و همچنین استارت آپ ویندوز را دارد.

نکات مهم برای امنیت حساب اینستاگرام با نام واقعی

عدم توجه به نکات امنیتی در زمینه استفاده از شبکه‌های اجتماعی می‌تواند پیامدهای خطرناکی داشته باشد:

- از پسورد قوی استفاده کنید.
- سیستم تایید هویت دو مرحله‌ای را فعال کنید و برای گرفتن رمز دوم به جای پیامک از نرم افزارهای ارائه رمز دوم مثل Google authenticator استفاده کنید.

فعال کردن سیستم تایید هویت دومرحله‌ای برای اینستاگرام:

- اینستاگرام را باز کنید و با کلیک روی به صفحه پروفایل‌تان بروید.
- روی در گوشه بالا سمت کلیک کنید و با زدن وارد بخش تنظیمات شوید.
- به بخش **Security** بروید و روی **Two-Factor Authentication** کلیک کنید.
- روی در کنار **Authentication App** کلیک کنید و **Add** را بزنید.
- اسمی انتخاب کنید و روی **Next** کلیک کنید.
- با کلیک روی **Copy Key** کد را کپی کنید و در در نرم‌افزار Authenticator آن را Paste کنید.
- پس از آنکه نرم‌افزار Authenticator را به Instagram لینک کردید هر بار که نیاز به رمز دوم بود آن نرم‌افزار کد شش رقمی را بگیرید و در اینستاگرام Paste کنید

- اگر می‌خواهید از اسم اصلی‌تان برای فعالیت استفاده کنید دقت داشته باشید که اطلاعات حساس مثل تاریخ تولد دقیق‌تان، محل کار و زندگی‌تان را به صورت عمومی منتشر نکنید.
- حساب اینستاگرام خود را خصوصی (Private) کنید. در انتخاب و تایید دوستان و فالوئرهایتان دقت کنید و ترجیحا به کسانی اجازه دسترسی دهید که آنها را می‌شناسید و یا به آنها اطمینان دارید.
- از انتشار ویدئو، عکس و اسنادی که می‌تواند در دادگاه علیه‌تان استفاده شود خودداری کنید. اگر انتشار آن‌ها ضروری است می‌توانید آنها را برای دوستان‌تان در خارج از کشور و یا رسانه‌های عمومی بفرستید تا با حذف چهره‌ها و رعایت نکات امنیتی آنها را منتشر کنند.
- در انتشار عکس‌های شخصی همیشه به این فکر کنید که چه کسانی می‌توانند آن را ببینند و آیا دل‌تان می‌خواهد که آن‌ها به این اطلاعات دسترسی داشته باشند یا خیر

چطور یک حساب مستعار امن بسازیم؟

در جایی که ابراز نظر و عقیده در شبکه‌های اجتماعی می‌تواند باعث بازداشت شما شود استفاده از اکانت با نام مستعار در توییتر و اینستاگرام می‌تواند راهکار مناسبی برای فعالیت امن در این شبکه‌های اجتماعی باشد. اما به همان میزان که این کار می‌تواند مفید باشد اگر نکات امنیتی را رعایت نکنید، لو رفتن اکانت مستعارتان می‌تواند امنیت شما را به شکل جدی به خطر بیاندازد. پس اگر قصد راه‌اندازی یک اکانت جدید را دارید به نکات زیر دقت کنید:

- در هنگام راه‌اندازی حساب کاربری جدید دقت کنید که هیچ یک از مشخصات واقعی خود مثل اسم، ایمیل، تاریخ تولد و... را استفاده نکنید اما مشخصاتی که وارد می‌کنید را به خاطر داشته باشید تا بتوانید در صورت لزوم اکانت خود را بازیابی کنید.
- از شماره تلفن اصلی خود برای ساخت یک اکانت استفاده نکنید. می‌توانید از شماره‌های مجازی و یا سیم‌کارت‌های بدون نام استفاده کنید.

- هیچ یک از مشخصات ورود را روی گوشی همراه و یا کامپیوتر شخصی‌تان ذخیره نکنید تا اگر به دست نیروهای امنیتی افتادند نتواند حساب مستعارتان را شناسایی کنند.
- در ارتباط گرفتن با کسانی که آنها را نمی‌شناسید محتاط باشید و بدانید خیلی از وقت‌ها نهادهای امنیتی با اکانت‌های جعلی خصوصا جنس مخالف سعی در ارتباط گرفتن با شما با هدف شناسایی هویت واقعی می‌کنند. به یاد داشته باشید که مشخصاتی که منجر به شناسایی تان شود را با هیچ‌کس حتی کسانی که به آن‌ها احساس نزدیکی می‌کنید به اشتراک نگذارید.

نکته: اگر قصد ساخت یک ایمیل و حساب پاک (ناشناس و مستعار در شبکه های اجتماعی) برای خود دارید بسیار مهم است تا برای ساخت حساب پاک در شبکه های اجتماعی از همان ایمیل پاک جدیدی که ساخته اید استفاده کنید تا شک برانگیز نباشد.

پاک کردن دوره‌ای یا خودکار پیام‌ها

اکثر پیام‌رسان‌ها آرشیوی از پیام‌های صوتی، ویدیویی و عکس‌های ارسالی و متن پیام‌هایتان را ذخیره می‌کنند که اگر بازداشت شدید می‌تواند در بازجویی و دادگاه علیه شما و دوستان‌تان استفاده شود. پس بهتر است اگر احتمال بازداشت‌تان وجود دارد هر چه سریع‌تر به فکر پاک‌سازی دوره‌ای عکس، ویدیو و پیام‌هایی که در نرم افزارهای پیام‌رسان ذخیره شده باشید. در این کار به نکات زیر توجه کنید:

- فکر نکنید که تنها پیام‌های سیاسی اهمیت دارد، کوچک‌ترین اطلاعات در مورد زندگی شخصی‌تان می‌تواند در بازجویی علیه‌تان استفاده شود.
- بازجو با ارائه اطلاعات از زندگی خصوصی و روابط شخصی هم شما را تحت فشار قرار می‌دهد و توهم «همه‌چیزدانی» به وجود می‌آورد تا شما مقاومت را بی فایده حس کنید و هم می‌تواند حدس بزند کدام رابطه شخصی شما قابلیت مورد سواستفاده قرار گرفتن برای تحت فشار قرار دادن شما را دارد.
- پیام‌رسان‌هایی مثل واتس‌اپ به صورت پیش‌فرض آرشیوی از پیام‌هایتان به صورت خودکار ذخیره می‌کنند که اگر پیام‌هایتان از روی گوشی‌تان پاک شود بتوانید دوباره بازیابی کنید. این امکان را غیرفعال کنید و پیام‌هایی که پیش از این روی کلاود (Cloud) ذخیره شده را پاک کنید.

غیرفعال کردن بکاپ‌گیری در واتس‌اپ و پاککردن فایل‌های بکاپ برای اندروید

- وارد واتس‌اپ شوید و در منوی بالا سمت راست روی ⋮ بزنید.
- در بین گزینه‌هایی که می‌آید Settings را انتخاب کنید و در قسمت تنظیمات روی Chats کلیک کنید.
- در پایین صفحه Chat Backup را پیدا کنید و وارد آن شوید.
- در پایین صفحه در زیر قسمت Google Drive settings روی Back up to Google Drive کلیک و از بین گزینه‌ها Never را انتخاب کنید تا دیگر واتس‌اپ بکاپ نگیرد.
- برای پاک کردن بکاپ‌های قبلی، اپ گوگل درایو را باز کنید و روی منوی ☰ کلیک کنید.
- از بین گزینه ها Backups را انتخاب کنید تا به صفحه بکاپ‌ها بروید. در آنجا می‌توانید فایل‌هایی که با اسم Whatsapp شروع می‌شود را پاک کنید. دقت کنید که فایلی را که پاک می‌کنید از Trash هم پاک شود.

غیرفعال کردن بکاپ گیری در واتس اپ و پاک کردن فایل‌های بکاپ برای آیفون

- واتس‌اپ را باز کنید و از پایین سمت راست روی Settings بزنید.
- به قسمت Chats بروید و در آنجا روی Chat Backup بزنید.
- در این بخش روی Auto Backup بزنید از بین گزینه‌ها Off انتخاب کنید تا دیگر بکاپی ذخیره نشود.
- در نظر داشته باشید که صرف غیرفعال کردن بکاپ گیری، بکاپ‌هایی که تا کنون ذخیره شدند را پاک نمی‌کند.
- برای پاک کردن بکاپ‌های ذخیره شده به Settings بروید و در بالای صفحه روی نام و عکس خود کلیک کنید.
- روی iCloud بزنید و در صفحه بعد به قسمت Manage Account Storage بروید.
- در میان لیست اپ‌هایی که از iCloud استفاده می‌کنند WhatsApp Messenger را پیدا کنید و روی آن بزنید.
- در اینجا می‌توانید با انتخاب Delete Data کل بکاپ‌های ذخیره شده را پاک کنید.

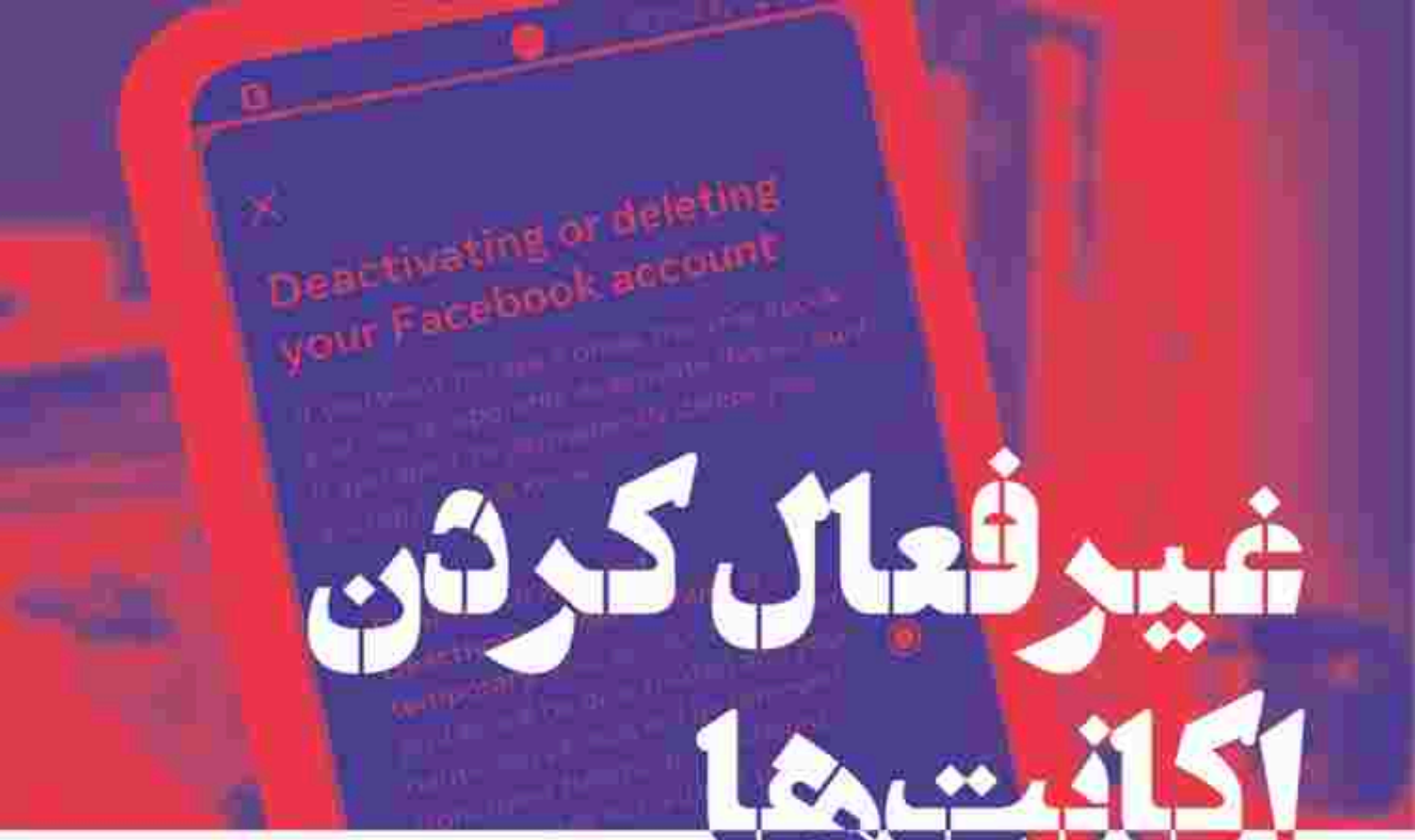
استفاده از پیام‌رسان سیگنال امنیت مکالمات‌تان را بالا می‌برد و هرچند در ایران فیلتر است می‌توانید با فیلتر شکن از آن استفاده کنید. علاوه بر رمزگذاری مکالمات یکی از ویژگی‌های مهم این پیام‌رسان این است که می‌توانید تنظیم کنید که هر چند وقت یک بار، مثلا هر ۲۴ ساعت آرشیو پیام‌هایتان پاکسازی شود. این امکان به کمک شما می‌آید که به صورت خودکار امنیت‌تان را بالا ببرید.

تأیید هویت دو مرحله‌ای

همیشه و در همه جا از سیستم تایید هویت دو مرحله‌ای استفاده کنید. شاید دردسر اضافی به نظر برسد که برای ورود به حساب کابری‌تان در گوگل، اینستاگرام یا فیسبوک مراحل اضافی را طی کنید اما مطمئن باشید که ارزشش را دارد. شما علاوه بر پسورد می‌توانید از روش‌های زیر برای تایید هویت‌تان استفاده کنید:

- برای گرفتن رمز دوم به جای پیامک از نرم افزار authenticator استفاده کنید. امکان دارد که گوشی شما تحت کنترل باشد و نهادهای امنیتی همزمان با شما رمز دوم را دریافت کنند و وارد اکانت‌تان شوند.
- سرویس‌های مختلف می‌توانند با شما تماس تلفنی برقرار کنند و رمز دوم را در اختیارتان قرار دهند.
- شما می‌توانید در هنگام فعال کردن سیستم تایید هویت دو مرحله‌ای لیستی از رمزهای پیچیده را دریافت کنید که بتوانید در صورت عدم دسترسی به تلفن همراه از آن‌ها برای ورود به حساب کاربری‌تان استفاده کنید. توجه داشته باشید که این لیست از رمزهای دوم را در جایی امن و دور از دسترس دیگران نگه دارید تا امنیت‌تان به خطر نیافتد.

استفاده از فلش درایوها که مثل کلید فیزیکی برای ورود به حساب کاربری‌تان استفاده می‌شود روش دیگری برای تایید هویت‌تان پس از واردکردن پسوردتان است. به یاد داشته باشید که از این روش تنها در مواردی استفاده کنید که روش های دیگر گرفتن رمز دوم برایتان مقدور نباشد. یک فلش درایو که نقش کلید فیزیکی ایمیل‌تان را ایفا می‌کند می‌تواند حساسیت نهادهای امنیتی را برانگیزد. همچنین حفظ امنیت فیزیکی فلش درایو از نکات مهمی است که باید حتما به آن دقت کنید، اگر فلش درایو دست فرد دیگری بیافتد می‌تواند امنیت‌تان را به خطر بیاندازد.



غیر فعال کردن اکانت‌ها

داشتن یک فرد مورد اعتماد، خصوصا اگر ساکن خارج از کشور باشد، برای حفظ امنیت‌تان می‌تواند مفید باشد. چرا که می‌توانید پسورد اکانت‌های حساس‌تان را در اختیار او قرار دهید. شما می‌توانید باهم قراری بگذارید که اگر برای مدتی خبری از شما نشد و احتمال بازداشت‌تان می‌رفت آن شخص اکانت‌های شما را پاکسازی کند و پسورد آن‌ها را عوض کند تا اگر زیر بازجویی مجبور به لو دادن پسورد ایمیل و شبکه‌های اجتماعی‌تان شدید آن‌ها نتوانند وارد حساب‌های کاربری‌تان شوند و مدرکی علیه شما به دست بازجو نیافتد.

در روزهایی که به تجمع می‌روید خیلی مهم است که با دوستی که پسوردهایتان را دارد در تماس باشید و مثلا قرار بگذارید اگر تا ۱۰ شب با او تماس نگرفتید احتمالا بازداشت شدید و او باید کارهایی را که با هم توافق کردید انجام دهد.

اگر از رمز دو مرحله‌ای استفاده می‌کنید لیست رمز دومی که برای ورود به اکانت تان در صورت گم کردن تلفن همراه‌تان کارایی دارد را به دوست‌تان بدهید تا بتواند وارد ایمیل و اکانت‌های‌تان در شبکه‌های اجتماعی شود و اقدامات لازم را انجام دهد.

آموزش غیرفعال کردن توییتر:

- اپ توییتر را روی گوشی هوشمندتان باز کنید و وارد اکانت‌تان شوید.
- روی عکستان در گوشه بالا سمت چپ کلیک کنید تا منوی سمت چپ باز شود.
- در این منو روی Settings and Support کلیک کنید و بین گزینه‌هایی که نشان داده می‌شود Settings and privacy ⚙ را انتخاب کنید.
- روی Your account 👤 بزنید. در صفحه‌ای که باز می‌شود Deactivate your account ♡ را انتخاب کنید.
- در صفحه بعد توضیحاتی مورد دی‌اکتیو شدن می‌دهد که در انتهای باید روی Deactivate بزنید.
- در اینجا پسورد توییترتان را وارد کنید تا اکانت‌تان به شکل کامل دی‌اکتیو شود.

آموزش دی‌اکتیو کردن اینستاگرام

- وارد اکانت اینستاگرام خود شوید و از پایین سمت راست روی عکس‌تان بزنید تا وارد صفحه پروفال‌تان شوید.
- در بالا سمت راست روی منوی ☰ کلیک کنید و در بین گزینه‌ها Settings ⚙ را انتخاب کنید.
- در صفحه بعد روی Account 👤 کلیک کنید و در پایین صفحه وارد بخش Delete account بشوید.
- در اینجا Deactivate account را انتخاب کنید و حواستان باشد که به اشتباه گزینه دیگری را نزنید.
- در صفحه بعد یک دلیل برای دی‌اکتیو کردن انتخاب کنید و پسورد خود را وارد کنید.
- در آخر روی Temporarily Deactivate Account بزنید تا اکانت دی‌اکتیو شود.

امنیت برای تلفن همراه و تبلت

- سیستم عامل و تمام اپلیکیشنهای خود را همیشه به روز نگاه دارید. این مهمترین توصیه امنیتی برای کاربران وسایل و تجهیزات موبایل است.
- تنها اپلیکیشنهای شناخته شده و خوشنام را خریداری کنید. اپلیکیشنهای گمنام خطرناک هستند. روی تبلت و تلفن هوشمند خود یک برنامه مطمئن امنیت موبایل و فایروال نصب کنید.
- برای گوشی و تبلت خود پسورد قوی بگذارید و هنگامی که از آنها استفاده نمی‌کنید به حالت قفل درشان بیاورید.
- از امنیت WiFi ای که به آن متصل می‌شود مطمئن شوید و به شبکه‌های ناشناس و عمومی متصل نشوید.
- اپلیکیشنها را از فروشگاههای رسمی و قانونی سیستم عامل تلفن همراه و یا تبلت خود خریداری کنید.
- قبل از نصب اپلیکیشن نظر کاربران این اپلیکیشن یا review آنان را مطالعه کنید.

- به دسترسی‌هایی که یک اپلیکیشن هنگام نصب درخواست می‌کند، توجه کنید.
- اگر در تجمع حساسی قصد استفاده از تلفن همراه برای ضبط ویدئو را دارید، از تلفن بدون سیم کارت استفاده کنید.
- اگر با اطلاعات حساس سر و کار دارید از موبایلهای کرک شده یا JailBreak استفاده نکنید.
- بلافاصله پس از استفاده از بلوتوث آن را خاموش کنید.
- روی تلفن همراه خود برنامه‌هایی را نصب کنید که قادرند در صورت سرقت تلفن همراه حافظه تلفن را پاک کنند. برای گوشیهای اندرویدی می‌توانید این امکان را از طریق حساب گوگل خود فعال کنید.
- سرویسهای موقعیت‌یاب تلفن خود را فعال نکنید. یا در صورتی که نیاز به استفاده از آن دارید بلافاصله پس از استفاده مجدداً غیرفعال کنید تا به تاریخچه حضور شما در مکانهای مختلف دسترسی نباشد.

راه‌اندازی و مدیریت تلفن یک‌بار مصرف

یکی از ابزارهای حکومت برای سرکوب مردم، شنود و رهگیری تلفن‌های همراه فعالین و حتی مردم عادی است. برای همین عده‌ای به داشتن تلفن همراه دوم روی می‌آورند تا بتوانند به‌صورت ناشناس به فعالیت خود ادامه دهند و یا در شرایط حساس و خطرناک بدون شناسایی شدن از آن استفاده کنند.

توجه به نکات زیر در راه‌اندازی و مدیریت «تلفن یک‌بار مصرف» (Burner Phone) ضرورت دارد:

- گوشی و سیم‌کارت را با اسم و مشخصات خود یا ترجیحا نزدیکان تهیه نکنید. تجربه نشان داده وقتی فردی تحت نظر قرار می‌گیرد امکان دارد تلفن اطرافیان نزدیک به او هم شنود شود. توصیه می‌شود در تهیه سیم‌کارت و گوشی یک‌بار مصرف این موارد را رعایت کنید:

- سیم‌کارت: گرچه در سال‌های اخیر حکومت فشار زیادی برای محدود کردن استفاده از سیم‌کارت‌های ناشناس وارد کرده است همچنان خریداری سیم‌کارت‌های ثبت شده تحت نام‌های افرادی که ارتباطی با شما ندارند اگرچه دشوار ولی ممکن است.

- گوشی: گوشی را ممکن است بتوانید به صورت دست‌دوم تهیه کنید و پس از بازگردان به تظیمات کارخانه با خیال راحت از آن استفاده کنید.

مهم: نه گوشی و نه سیم‌کارت را حتی یک‌بار و برای امتحان کردن هم با گوشی و سیم‌کارت خود استفاده نکنید (یعنی مثلاً در هنگام خرید سیم‌کارت آن را برای تست کردن داخل گوشی خود نیاندازید).
چه شماره منحصر به فرد گوشی (IMEI) لو برود و چه سیم کارت، دیگری هم به خودی خود باید لو رفته تلقی شود. چون ارتباط بین IMEI و سیم‌کارت در پایگاه های داده ثبت شده و به راحتی مورد تحلیل قرار می‌گیرد.

- اگر می‌خواهید هویت‌تان را پنهان کنید استفاده از دو سیم کارت بر روی یک تلفن ایده خوبی به نظر نمی‌رسد زیرا اگر تلفن‌تان شنود باشد نهادهای امنیتی می‌توانند شماره‌های دیگری که از گوشی شما استفاده کرده‌اند را نیز شنود و رهگیری کنند.
- توجه داشته باشید که گوشی همراه اصلی‌تان را همراه با برنرفون‌تان حمل نکنید، اگر تلفن‌تان شنود باشد الگوهای حرکتی جغرافیای‌تان ثبت می‌شود و اگر به مدت طولانی گوشی همراه‌تان در مکان مشترک و مسیرهای مشترک با برنر فون‌تان حمل شود شناسایی شماره و مشخصات برنر فون‌تان برای نهادهای امنیتی امکان پذیر می‌شود.
- نکات امنیتی زیر را در برنر فون‌تان حتما رعایت کنید تا بتوانید استفاده‌ای امن از آن داشته باشید:

- در هنگام راه اندازی برنرفون‌تان، حساب کاربری جدیدی با نام و مشخصات مستعار برای گوشی‌تان درست کنید که هیچ ارتباطی با ایمیل و شماره اصلی‌تان نداشته باشد.

- مکان نما را بر روی گوشی‌تان غیر فعال کنید تا آرشیوی از مکان‌هایی که بودید و مسیرهایی که در آن حرکت کرده‌اید بر روی گوشی‌تان ثبت نشود.

خاموش کردن موقعیت مکانی (GPS) در گوشی اندروید:

به تنظیمات گوشی هوشمند بروید. روی قسمت Security & Location کلیک کنید. (نام این بخش ممکن است بسته به برند موبایلتان متفاوت باشد).

Location را لمس کنید. در گوشه بالایی سمت راست یک دکمه خاموش و روشن وجود دارد؛ از آن برای خاموش یا روشن کردن سرویس ردیابی موقعیت مکانی استفاده کنید.

خاموش کردن موقعیت مکانی (GPS) در آیفون:

به قسمت Settings بروید. سپس روی Privacy کلیک کنید. در بالای صفحه، روی Location Services کلیک کنید. در این قسمت می‌توانید با کشیدن دکمه به سمت چپ، این امکان را غیرفعال کنید

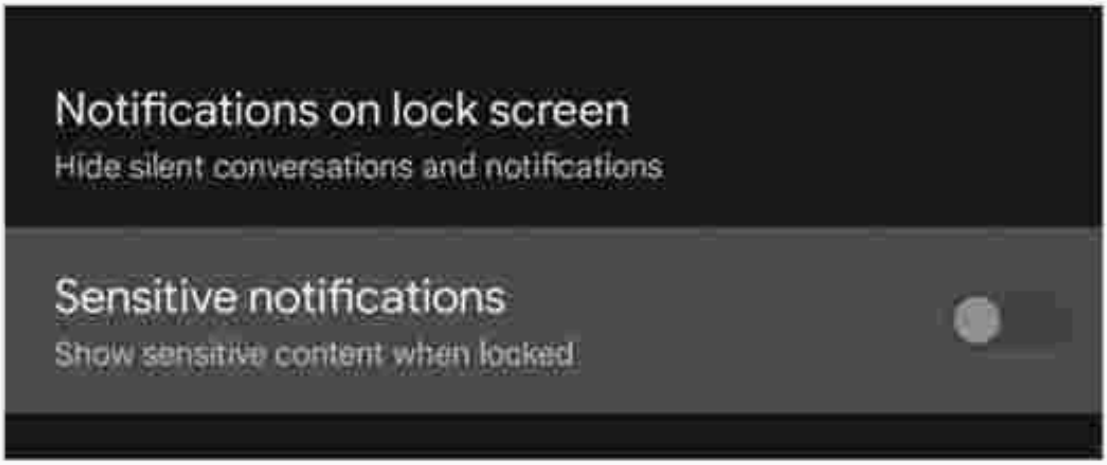
- دقت کنید که همیشه گوشی‌تان آپدیت باشد.
- بلوتوث را روی گوشی‌تان غیرفعال کنید تا امکان نفوذ به آن کمتر شود.
- هیچ آرشیوی از پیام‌ها و تماس‌ها روی گوشی‌تان به جا نگذارید و دقت کنید که همیشه گوشی پاک بماند تا در صورتی که آن به دست نهادهای امنیتی بیافتد نتوانند از اطلاعات روی گوشی علیه‌تان استفاده کنند.

نکاتی که در راه‌اندازی یک برنرفون باید به آن توجه کرد:

- عدم خریداری یا ثبت گوشی تحت نام خود یا دوستان و آشنایانی که ممکن است ارتباط ما با آن‌ها برای مقامات روشن باشد.
- عدم خریداری یا ثبت سیم کارت تحت نام خود یا دوستان و آشنایان.

فعال نکردن گزینه بازگشایی قفل با صورت یا اثر انگشت: در صورت دستگیری ممکن است صورت یا اثر انگشت شما را علی‌رغم رضایت‌تان برای باز کردن گوشی استفاده کنند.

- ترجیحا استفاده از گوشی ارزان‌قیمت: وقتی در شرایطی مجبور شوید از برنرفون خود به کانتکت‌های حساس زنگ بزنید یا پیام دهید و یا احتمال شناسایی شدن گوشی یا سیم کارت را بدهید مجبور خواهید بود گوشی را معدوم کنید.
- گزینه نمایش محتوای حساس نوتیفیکیشن‌ها در زمان قفل بودن گوشی را خاموش کنید:



- مطمئن شوید این سه گزینه در بخش Account Activity خاموش هستند:

خانواده

تهدید خانواده یکی از مواردی است که ممکن است بیش از هر چیز دیگری موجب نگرانی فعالان در دوران بازداشت و بازجویی شود. متأسفانه اقدام چندانی برای مقابله با این تهدید وجود ندارد و در عین حال همانطور که پیشتر نیز اشاره شد، هرچقدر نشان دهید که نگران خانواده خود هستید بیشتر از این نگرانی علیه شما استفاده خواهد شد.

عده ای از فعالان پیش از دستگیری به خانواده های خود در مورد فعالیت هایشان توضیح داده بودند و به آنها گفته بودند که احتمال دارد بازداشت شوند. این فعالان نزدیکان خود را در مورد شیوه‌های فشار نهادهای امنیتی و قضایی آگاه ساخته بودند. با وجودی که چنین مکالماتی تاثیر نسبتاً محدودی بر میزان نگرانی شما خواهد گذاشت اما نزدیکان شما را بیشتر آماده می‌سازد.

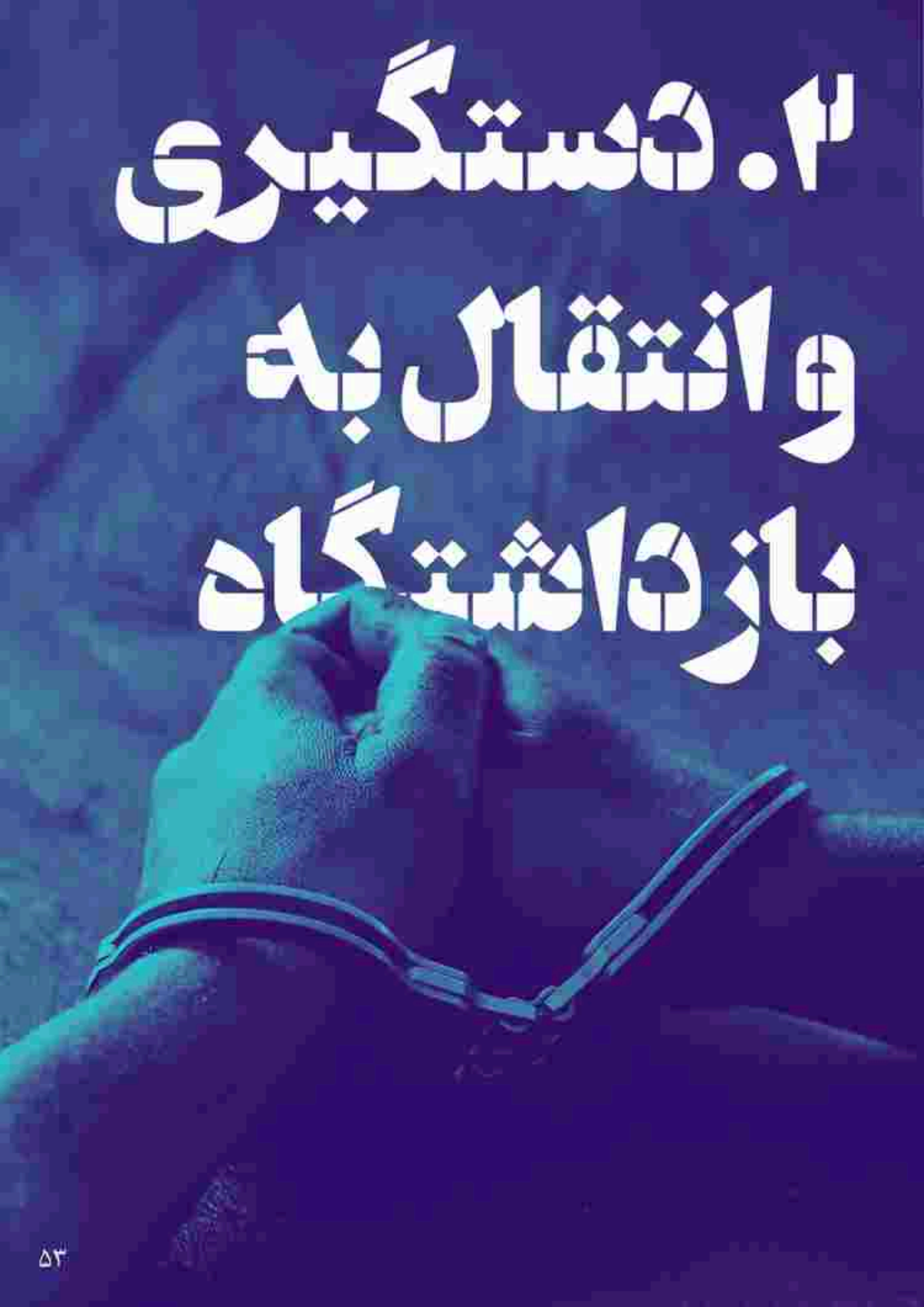
صحبت با فردی امین: اگر پیش از بازداشت نمی‌توانید با خانواده خود صریح صحبت کنید شرایط خود را با یک عضو معتمد خانواده، شخصی که هم شما به او اعتماد دارید و هم خانواده‌تان، در میان بگذارید و از او بخواهید که پس از دستگیری با دیگر نزدیکانتان صحبت کرده و شرایط و خواسته‌های شما را به آنها منتقل کنند.

" بسیار نگران فشار بر خانواده‌ام بودم ولی برای کاهش آن باید با بازجو همکاری می‌کردم که با توجه به اتهاماتی که به من نسبت داده بودند قبول آن اتهامات آسیب‌های بزرگتری به زندگی من و خانوادهام وارد می‌کرد."

تهیه فهرست خواسته‌ها: فهرستی از درخواست‌های خود را با این شخص معتمد در میان بگذارید. برای مثال از خانواده خود بخواهید که اگر از آنها در مورد روابط خصوصی شما پرسیدند بگویند که شما نامزد هستید و خانواده‌ها از رابطه ی شما آگاه هستند؛ و یا اینکه به آنها تأکید کنید بر خلاف ادعای مقامات، سرباز زدن آنها از صحبت با رسانه ها، شما را مصون نگاه نمی‌دارد. (برای اطلاعات بیشتر در این مورد لطفاً به بخش هفدهم و «نقش رسانه» مراجعه کنید.)

پیگیری پرونده: پیگیری پرونده توسط خانواده بسیار مفید است. در صورتی که وکیل ندارید از خانواده خود بخواهید نه تنها وکیلی برای پیگیری پرونده‌تان برگزینند، بلکه با مراجعه به دادگاه درخواست ملاقات، تعیین وثیقه برای آزادی و یا آزادی بی قید و شرط شما را داشته باشند. در شهرهای کوچک با توجه به روابط سنتی‌تر، پیگیری افراد ذی‌نفوذ منطقه‌ای و محلی می‌تواند بسیار گره‌گشا و تأثیرگذار باشد. با توجه به ارتباط نزدیک و داد و ستدهای زیادی که مسئولین محلی با هم دارند، مراجعه به مقام‌های محلی و پیگیری آنها می‌تواند به مراتب سریع‌تر و راحت‌تر از روند قضایی به آزادی شما منجر شود. در همین حال گوش دادن به توصیه افرادی که در این زمینه تجربه‌ای ندارند، منجر به سردرگمی بیشتر خانواده فعالان سیاسی بیانجامد. بنابراین آنها باید دقت کنند تنها از کسانی کمک بخواهند که قادرند به آنها کمک کنند. بسیاری از خانواده‌های بازداشت شدگان با کلاه برداراني مواجه می‌شوند که مدعی‌اند به خاطر روابطی که با مقامات قضایی دارند، می‌توانند در آزادی یا بهبود شرایط زندانی موثر باشند. این افراد مبالغ هنگفتی از خانواده‌های زندانیانی که از استیصال هر کاری را برای کمک به زندانی امتحان می‌کنند، سوء استفاده می‌کنند. آگاه باشید که در پرونده‌های سیاسی اعمال نفوذ از طریق پول دادن به چنین افرادی تقریبا غیر ممکن است و در تله کلاهبرداری چنین افرادی نیفتید.

۴. دستگیری و انتقال به بازداشتگاه



دستگیری

آگاهی از وقایعی که احتمالاً در زمان دستگیری‌تان روی خواهد داد از هراس شما در زمان بازداشت می‌کاهد و به شما اجازه می‌دهد واکنش سنجیده تری داشته باشید. نیروهای امنیتی معمولا برای دستگیری شما به خانه و یا محل کارتان وارد شده یا حمله می‌کنند. اما این احتمال وجود دارد که در خیابان دستگیر شوید. در حالی که در برخی موارد رفتار ماموران محترمانه است، در بسیاری اوقات آنها تلاش می‌کنند از لحظه‌ی بازداشت، با ایجاد فضای رعب و وحشت روند فشار برای اعتراف گیری را آسان‌تر کنند. به جز توهین‌های زبانی و خشونت جسمی احتمالاً چشم‌ها و دست‌های شما را بسته و شما را سوار خودرو می‌کنند، بدون آنکه بگویند مقصد کجاست. در برخی موارد از شما می‌خواهند سرتان را به سوی کف خودرو خم کنید تا متوجه نشوید کجا می‌روید.

تنها نبودن: اگر احتمال می‌دهید دستگیر خواهید شد حتی الامکان سعی کنید تنها نباشید، تا در صورت دستگیری کسی بتواند به خانواده یا دوستانتان اطلاع دهد. سعی کنید همراه کسانی باشید که احتمال بازداشت آنها وجود ندارد، مثل اعضای خانواده و یا دوستان و آشنایان غیرفعال. حضور دیگران باعث کاهش خشونت احتمالی ماموران در لحظه بازداشت نیز می‌شود.

حفظ ارتباط با دوستان: اگر احتمال می‌دهید دستگیر خواهید شد با یکی از دوستانتان هماهنگ کنید که حداقل روزی یک بار با شما تماس بگیرد. در این صورت اگر ۲ روز پیاپی از شما جوابی دریافت نکرد از دستگیری شما آگاه خواهد شد. توجه کنید که دستگاه‌های امنیتی به سادگی می‌توانند با ردیابی تلفن همراهتان، مکان شما را تشخیص دهند. لذا در زمانی که احتمال می‌دهید بازداشت شوید به این نکته نیز توجه ویژه‌ای داشته باشید. برای اطلاعات بیشتر لطفا به بخش استفاده امن از اینترنت و وسایل الکترونیکی مراجعه کنید.

دیدن حکم بازداشت: فعالانی که پیش از این دستگیر شده‌اند عمدتا معتقدند باید خواستار دیدن حکم بازداشت شوید. هر چند ممکن است تاثیری نداشته باشد، اما در صورت دیدن حکم بازداشت به مرجع صادر کننده حکم پی می‌برید. مرجع صدور قرار بازداشت معمولاً در حکم بازداشت ذکر می‌شود. از این طریق خانواده شما متوجه می‌شوند برای پیگیری پرونده تان باید به چه دادگاه و شعبه‌ای مراجعه کنند.

آمادگی برای بازداشت: اگر در زمان بازداشت در منزل هستید می‌توانید از ماموران بخواهید که اجازه دهند لباستان را عوض کنید. هوای بازداشتگاه و زندان در مواردی بیش از حد انتظار سرد و یا گرم است، به همین دلیل بهتر است که هم لباس مناسب برای هوای گرم و هم هوای سرد بپوشید. دو لباس زیر، یک بلوز آستین کوتاه و روی آن لباس آستین بلند، یک شلوار نازک و یک شلوار گرمتر روی هم به تن کنید. به این شکل هم خود را برای احتمال بازداشتی که بیش از یک فصل ادامه داشته باشد آماده کرده اید و هم برای نوسان دمای هوای زندان.

مخفی شدن: به منزل و محل کار خود مراجعه نکردن، تلفن همراه را خاموش کردن و منتظر ماندن تا آب ها از آسیاب بیفتد از راهکارهای مفید مصون ماندن از خطر بازداشت است. بارها اتفاق افتاده که در یک موج بازداشت عمومی یا گروهی، یک نفر توانسته که با مدتی مخفی شدن، از موج ایجاد شده بیرون بماند و دستگیر نشود.

حمل پول نقد: اگر هنگام بازداشت پول همراهتان باشد، می‌توانید آن را نزد خود نگه داشته و برای خرید اقلام مورد نیازتان از آن استفاده کنید. ممکن است به شما تا مدتی اجازه ملاقات با خانواده‌تان را ندهند و خانواده‌تان نتوانند برای شما پول ارسال کنند. داشتن پول نقد به شما اجازه می‌دهد در این مدت لوازم ضروری مورد نیاز خود را خریداری کنید.

حفظ آرامش: در بسیاری از موارد حفظ آرامش در زمان بازداشت مفید است، به خصوص اگر ماموران با حکم قانونی برای بازداشت شما آمده‌اند. سعی کنید در صورت پرتنش شدن شرایط، با رفتار خود، گاه با سکوت، گاهی شوخی و گاه با یادآور شدن حقوقتان جو حاکم را تا حدی کنترل کنید. از درگیر شدن و مقاومتی که ممکن است به بدرفتاری و یا خشونت بیشتر ماموران بیانجامد خودداری کنید. چرا که در اکثر مواقع کسی که شما را بازداشت می‌کند اطلاعات چندانی از پرونده تان ندارد و درگیری با آنها بی فایده خواهد بود.

تلاش برای تمایز بین بازداشت رسمی و ربوده شدن: اگر شرایط بازداشت‌تان به گونه‌ای است که تصور می‌کنید بازداشت بخشی از پروژه‌های حاشیه‌ای است و با آگاهی مراجع رسمی صورت نمی‌گیرد، مقاومت، فرار و حداقل جلب توجه می‌تواند از موقعیت‌هایی همچون ناپدید شدن و بی‌خبری‌های بعدی جلوگیری کند. با وجودی که تشخیص بازداشت رسمی و ربوده شدن در بسیاری از اوقات دشوار است توجه به این مسئله می‌تواند به شما در تصمیم گیری در نوع رفتار کمک کند.

از بین بردن مدارک حساس: در صورتی که در زمان دستگیری مدارک حساسی در اختیار دارید تلاش کنید آنها را از بین برده و یا از خود دور کنید تا به شما منتسب نشود.

جستجوی منزل

اکثر فعالانی که در این پروژه همکاری کردند، پس از بازداشت، منزلشان و در مواردی محل کارشان تفتیش شد. برخی از فعالان موفق شدند ماموران را به اشتباه به خانه پدر و مادر خود و نه خانه ای که خود در آن زندگی می‌کردند اعزام کنند.

در صورت عمل به اقدام های پیشگیرانه‌ای که در بخش یک این دفترچه مطرح شده، نگران جستجوی خانه خود نباشید و بدانید احتمال اینکه آنها مدرکی علیه شما پیدا کنند کم است.

در حالی که حضور متهم برای تفتیش قانونی خانه او لازم نیست، اما تفتیش باید در حضور متصرفین قانونی محل بعمل آید. برای مثلا اگر همسر متهم حاضر باشد مأمورین می‌توانند منزل او را تفتیش کنند.

کلیه اسناد و مدارکی که بعنوان دلیل جرم جمع آوری می‌شوند باید طی یک صورتجلسه به ترتیب قید شده و نسخه ای از آن به متصرفین قانونی یا متهم داده شود. اگر مامورین اینگونه رفتار نکرده و صورتجلسه را در دو نسخه تنظیم نکنند، متهم یا اشخاص حاضر در جلسه بازرسی حق دارند صورتجلسه مأمورین را امضا نکنند.

حقوق متهم در زمان بازجویی

حق دادرسی عادلانه: برای برخورداری از یک دادرسی عادلانه لازم است که کلیه مراحل تحقیقات موافق با موازین دادرسی عادلانه پیش رود و متهم در شرایطی کاملاً آزاد از خود دفاع نماید. طرفین دعوی حق دارند برای خود وکیل انتخاب کنند و اگر توانائی انتخاب وکیل را نداشته باشند باید برای آنها امکانات تعیین وکیل فراهم شود. منظور از طرفین دعوی دو طرف یک پرونده است که در پرونده های کیفری یک طرف پرونده متهم است. (اصل ۳۵ قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران- بند ۳ ماده ۱۴ میثاق بین المللی حقوق مدنی و سیاسی- بند ۳ ماده واحده قانون احترام به آزادیهای مشروع و حفظ حقوق شهروندی)

حق سکوت: متهم در مقابل سؤالات بازجو یا بازپرس حق سکوت دارد. هیچکس نمی‌تواند متهم را وادار به پاسخگوئی نماید. در صورتی که متهم از پاسخ به سؤالات مقام قضایی خودداری کند، مقام قضائی صرفاً حق دارد که مراتب سکوت متهم را در صورتجلسه قید کند و تحقیقاتش را از طرق دیگری ادامه دهد. متهم می‌تواند صرفاً برای مشخص بودن هویتش، مشخصات سجلی خود را اعلام کند. (ماده ۱۹۴ قانون آیین دادرسی کیفری و ماده ۱۲۹ قانون آیین دادرسی کیفری)

نظارت بازپرس بر تحقیقات مقدماتی: کلیه تحقیقات مقدماتی (بازجوئی ها) را باید بازپرس شخصاً انجام دهد. بازپرس می‌تواند انجام برخی تحقیقات را به ضابطین دادگستری واگذار نماید. در این صورت باید تعلیمات لازم را به ضابطین داده و خود بر انجام تحقیقات نظارت نماید. نظارت بازپرس بر انجام تحقیقات بدین معناست که تحقیقات به نحوی باشد که بازپرس بتواند صحت تحقیقات انجام شده را تایید و گواهی نماید. در صورتی که بازپرس صحت تحقیقات انجام شده توسط ضابطین را تایید نکند، می‌توان استنباط کرد که تحقیقات صورت گرفته فاقد اعتبار قانونی است. (بند "و" ماده ۳ قانون اصلاح قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب، ماده ۲۵ و ماده ۴۳ قانون آیین دادرسی کیفری، بند ۱۱ ماده ۳قانون احترام به آزادیهای مشروع و حفظ حقوق شهروندی، بخشنامه شماره ۱/۸۴/۸۸۲۸ مورخ ۱۵/۲/۸۴ رئیس قوه قضائیه)

چهارچوب و نوع سؤالات از متهم: سؤالاتی که در زمان بازجویی از متهم می‌شود باید مفید و روشن باشد. بدین معنی که هیچگونه ابهام یا شبهه ای در برداشت صحیح از سؤال، وجود نداشته باشد. در صورتی که متهم با سؤالی غیر شفاف مواجه شود می‌تواند از پاسخ دادن به سؤال امتناع کرده و از بازجو بخواهد که سؤال خود را روشن تر مطرح کند. همچنین منظور از مفید بودن سؤال این است که پاسخ آن تاثیری در روند پرونده داشته باشد. مثلا اگر شخصی به اتهام تبلیغ علیه نظام دستگیر شده، بازجو نمی‌تواند از او بپرسد: "آیا تا کنون با دوستانت به گردش و کوهنوردی رفته‌ای؟" این سؤال کاملا غیر مفید است و متهم می‌تواند از پاسخ دادن به آن خودداری کند. (ماده ۱۲۹ قانون آیین دادرسی کیفری و بند ۱۱ ماده واحده قانون حفظ حقوق شهروندی)

همچنین طرح سؤالات القائی در بازجویی‌ها ممنوع است. بازجو نمی‌تواند به نحوی سؤال کند که پاسخ مورد نظر خود را به متهم تلقین نماید. مثلا اگر شخصی متهم به تشکیل گروه با هدف اقدام علیه امنیت کشور است و او این اتهام را تکذیب کرده است، بازجو حق ندارد بپرسد: "آیا قبول داری که غایت و نهایت هدف این گروه ضد امنیتی است؟"

این سؤال القائی است زیرا وقتی متهم از اساس تشکیل گروه را منکر می‌شود قطعاً هرگونه حرفی در مورد هدف این گروه بی اساس است. (ماده ۱۲۹ قانون آیین دادرسی کیفری و بند ۱۱ ماده واحده قانون حفظ حقوق شهروندی)

تفتیش عقاید متهم نیز ممنوع است. هر گونه تفتیش در مورد عقاید و نظرات شخصی خلاف اصل ۲۳ قانون اساسی است و متهم به راحتی می‌تواند از پاسخ دادن به آن خودداری کرده و به بازجویان هشدار دهد که به سؤالاتی که جنبه تفتیش عقاید دارند پاسخی نخواهد داد. (اصل ۲۳ قانون اساسی)

حق پاسخگویی آزادانه: اکراه و اجبار متهم به پاسخگویی ممنوع است. منظور از اکراه این است که مثلا یکی از نزدیکان متهم را در اتاق کناری بازجوئی بنشانند و به متهم اینگونه القا کنند، که جان و آزادی فرد مذکور در گروی اظهارات اوست. در برخی مواقع اینچنینی برخی متهمین قبول می‌کنند که مطالبی را که بازجو از او می‌خواهد به عنوان اقرار به جرم بنویسد. منظور از اجبار نیز این است که متهم را به زور با شکنجه، اعم از جسمی، روحی وادار کنند که مطالب مورد نظر خود را به عنوان اقرار به جرم بنویسد. بدیهی است هیچ یک از اظهارات متهم که در چنین شرایطی حاصل شده اند اعتبار قانونی ندارند. اما لازمه اش این است که متهم بتواند ثابت کند اظهارات مذکور در این شرایط اخذ شده است. با توجه به اینکه معمولاً شاهدی برای این ادعا وجود ندارد اثبات آن مشکل است. (ماده ۱۲۹ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق مصونیت از شکنجه: شکنجه، تحقیر و اذیت متهم در حین بازجوئی ممنوع است. بر اساس اصل ۳۸ قانون اساسی اعترافات اخذ شده از شکنجه فاقد هرگونه اعتبار قانونی است. این اصل علاوه بر این، بیانگر حق سکوت متهم نیز هست و متهمین حق دارند در این شرایط از پاسخ دادن به سؤالات بازجو یا بازپرس خودداری کنند.(اصل ۳۸ قانون اساسی، ماده ۵ و ۶ اعلامیه جهانی حقوق بشر، بند ۶ قانون احترام به آزادیهای مشروع و حفظ حقوق شهروندی و ماده ۱۹۴ قانون آیین دادرسی کیفری)

نشستن بازپرس یا بازجویان پشت سر متهم، پوشاندن صورت و نشاندن متهم رو به دیوار از موارد تحقیر و سلب آزادی متهم در استفاده از حق دفاع است. متهم باید بداند چه کسی عهده دار بازجوئی از اوست تا در صورت هر گونه تخلفی بتواند با مشخص کردن فرد متخلف شکایت خود را تقدیم مراجع ذی‌صلاح نماید. (ماده ۷ و۸ اعلامیه جهانی حقوق بشر، بند ۷ قانون احترام به آزادیهای مشروع و حفظ حقوق شهروندی)

انفرادی: نگهداری متهم در سلول انفرادی از مصادیق بارز شدت عمل و مخالف با اصل ۳۹ قانون اساسی است. در هیچ یک از قوانین ایران سلول انفرادی و نگهداری متهمین در سلول انفرادی پیش بینی نشده است. فقط در بند ۴ ماده ۱۷۵ آیین نامه اجرائی سازمان زندانها، آنهم به عنوان یکی از تنبیهات انضباطی در مورد زندانیانی که در زندان مرتکب تخلف شده و این تخلف در شورای انضباطی زندان اثبات شده است، زندانی می‌تواند محکوم به تحمل انفرادی شود. اما این تنبیه انضباطی نیز نمی‌تواند بیش از ۲۰ روز باشد. (رآی وحدت رویه شماره ۴۳۵ مورخ۲۸.۱۰.۸۲ دیوان عدالت اداری)

حق برخورداری از احترام به کرامت انسانی: حیثیت، جان، مال، حقوق، مسکن و شغل اشخاص از تعرض مصون است. هر گونه تحقیر و توهین و ایذای متهم توسط ضابطین، بازجویان و مقامات قضائی ممنوع و برخلاف اصل ۲۲ قانون اساسی است. متهمین می‌توانند تا رفع این وضعیت از ادای پاسخ به سؤالات بازجو یا بازپرس خودداری کنند. (اصل ۲۲ قانون اساسی، بند ۶ ماده واحده قانون احترام به آزادیهای مشروع و حفظ حقوق شهروندی)

حق حضور وکیل مدافع در جلسات بازجویی: متهم حق دارد از بازجو بخواهد که تحقیقات در حضور وکیلش صورت گیرد. در صورت ممانعت از حضور وکیل مدافع در جلسات بازجوئی، متهم حق دارد از بازجو بخواهد که دلایل عدم صدور مجوز برای وکیل را در صورتجلسه بازجویی به طور شفاف بنویسد.

حضور وکیل در برخی پرونده ها، منوط به اجازه قاضی است اما در این موارد نیز متهم همچنان حق دارد از بازجو بخواهد این تصمیم مکتوب باشد. (اصل ۳۵ قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران- بند ۳ ماده ۱۴ میثاق بین المللی حقوق مدنی و سیاسی- بند ۳ ماده واحده قانون احترام به آزادیهای مشروع و حفظ حقوق شهروندی - ماده ۱۲۸ قانون آیین دادرسی کیفری)

پاسخ کتبی: متهمینی که باسواد هستند می‌توانند شخصاً پاسخ سؤالات را بنویسند. بنابراین اگر بازجو پس از سؤال از متهم، خود پاسخ ها را می‌نویسد، متهم باسواد می‌تواند از بازجو بخواهد که برگه را در اختیارش قرار داده تا خود پاسخش را بنویسد. اگر به متهم چنین اجازه‌ای داده نشد او باید هنگام امضا کردن پایین برگه بازجوئی ها همه سؤال‌ها و جوابها را به دقت بخواند و اگر ایرادی نداشت امضا کند. اگر موردی بود که تحریف شده و یا به اشتباه نوشته شده، متهم باید از بازجو بخواهد آن موارد را اصلاح کند. در غیر این صورت متهم می‌تواند از امضای برگه بازجویی‌ها خودداری کند.(ماده ۱۳۱ قانون آیین دادرسی کیفری)

تفتیش منزل و یا محل کار: تفتیش و بازرسی از منزل یا محل کار متهم می‌بایست با دستور مخصوص مقام قضائی، در روز و در حضور متصرفین قانونی و شهود تحقیق به عمل آید. کلیه اسناد و مدارکی که به عنوان دلیل جرم جمع آوری می‌شوند باید طی یک صورت جلسه به ترتیب قید شده و نسخه ای از آن به متصرفین قانونی یا متهم داده شود. اگر مامورین اینگونه رفتار نکرده و صورت جلسه را در دو نسخه تنظیم نکردند، متهم یا اشخاص حاضر در جلسه بازرسی حق دارند صورتجلسه مأمورین را امضا نکنند. بنابراین در زمانی که متهم در بازداشتگاه است و مأمورین مدعی می‌شوند که در غیاب او به منزلش رفته و مدارکی را کشف کرده اند، این تفتیش انطباقی با موازین قانونی ندارد و اسناد و مدارکی که مامورین مدعی کشف آن هستند، اعتبار ندارد. در این موارد متهم حق دارد استناد آن اسناد و مدارک را به خود به طور کل رد کند. (مواد ۲۴- ۹۶ تا ۱۱۱ قانون آیین دادرسی کیفری)

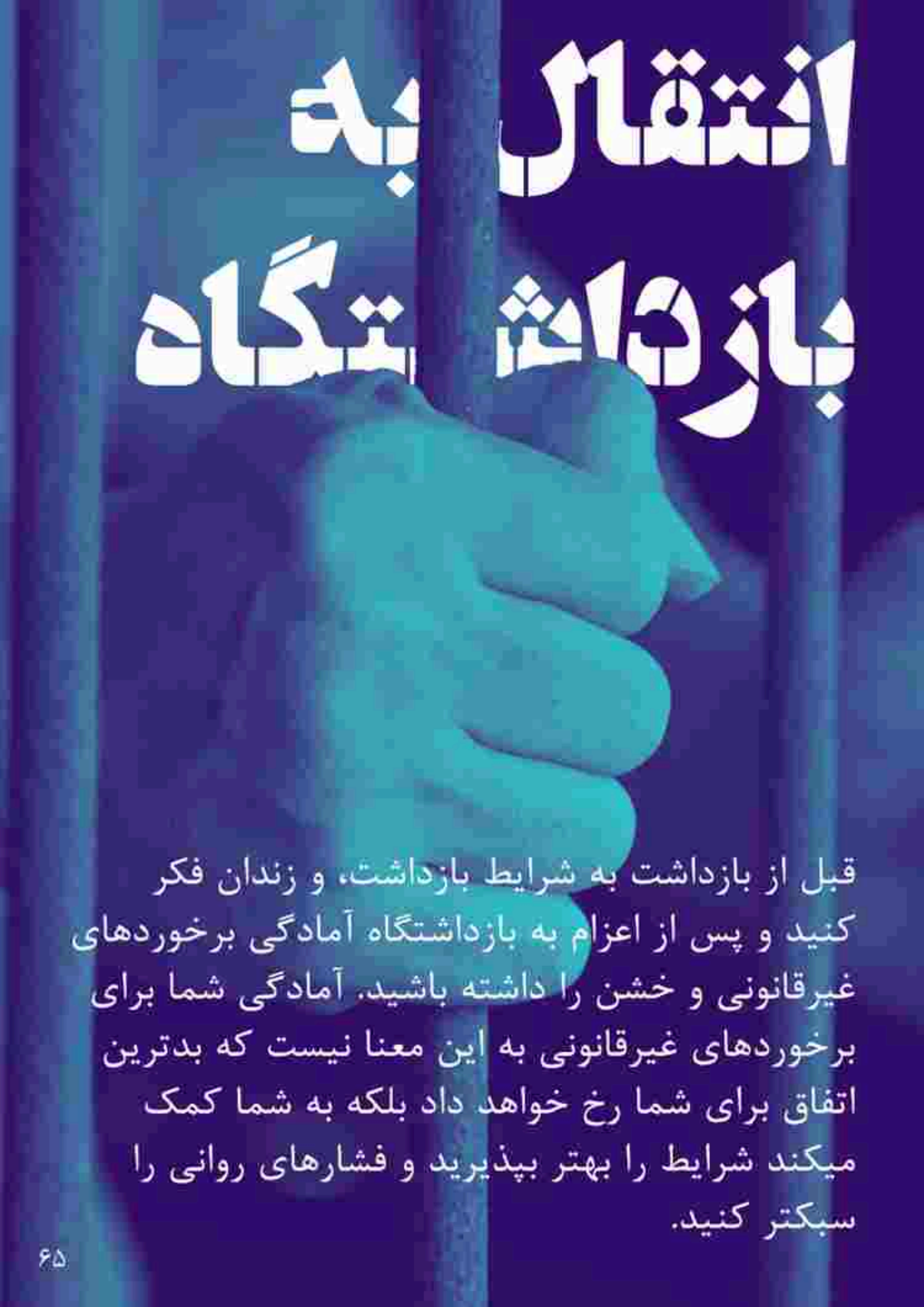
حق داشتن بازپرس یا قاضی تحقیق صالح: بازپرس یا قاضی تحقیقی که مسئولیت پرونده را به عهده می‌گیرد باید صلاحیت ورود و تحقیق در پرونده را داشته باشد. ملاک عدم صلاحیت بازپرس یا قاضی چند مورد است که یا مربوط به نسبت او یا همسرش با طرف پرونده می‌شود، و یا مربوط به موضعِ او نسبت به موضوع پرونده و متهم است. مثلا بازپرس و یا قاضی نمی‌تواند قبلا در همان موضوع نسبت به همان متهم از نظر ماهوی اتخاذ تصمیم کرده باشد یا در آن موضوع نفع داشته باشد. متهم می‌تواند بسته به این موارد به صلاحیت بازپرس و یا قاضی اعتراض کند و آنها موظف هستند در مورد این اعتراض تصمیم گیری کرده و تصمیم خود را مکتوب در صورتجلسه تحقیقات بنویسند. اگر تصمیم بازپرس یا قاضی این باشد که تشخیص متهم درست است و او صلاحیت ورود و تحقیق در پرونده را ندارد پرونده به بازپرس یا قاضی دیگری ارجاع می‌شود. اما اگر بازپرس یا قاضی نظر داد که اعتراض متهم را قبول ندارد، در این صورت متهم حق دارد به این نظر بازپرس یا قاضی اعتراض کند و این اعتراض در مرحله ای بالاتر که دادگاه است رسیدگی می‌شود. (ماده ۴۶ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق تحقیق توسط دادگاه: چنانچه موضوع اتهام از جرائم مشمول حد زنا و لواط باشد، یا از جرائمی باشد که حداکثر مجازات قانونی آن فقط تا ۳ ماه حبس تعیین شده، یا جزای نقدی صد هزار تومان یا کمتر باشد، و یا چنانچه متهم زیر ۱۸ سال باشد و از نظر قانون طفل محسوب شود، پرونده باید مستقیماً به دادگاه ارسال شده و تحقیقات پرونده باید در دادگاه و توسط قاضی انجام شود. بنابراین اگر در این پرونده ها، تحقیقات در دادسرا و بازجویی توسط ضابطین انجام شود، متهم حق دارد به صلاحیت مرجع تحقیق اعتراض کند. (تبصره ۳ ماده ۳ قانون اصلاح قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب)

دفاع آخر: آخرین مرحله بازجویی یا تحقیقات، آخرین دفاع متهم نزد بازپرس پرونده است. آخرین دفاع بدین معنی است که حرف آخر را در پرونده متهم می زند و بعد از آن بازپرس باید قرار ختم تحقیقات را صادر کرده و نسبت به سرنوشت پرونده، یعنی بیگناهی متهم یا مجرمیت او تصمیم بگیرد.

بنابراین بازپرس نمی‌تواند بدون اخذ آخرین دفاع، قرار مجرمیت متهم را صادر و پرونده را نزد دادستان بفرستد و دادستان هم بدون توجه به این موضوع کیفرخواست صادر و پرونده را به دادگاه ارسال کند. در مواردی که بعد از اخذ آخرین دفاع از متهم، شاکی یا دادستان اظهاراتی در پاسخ به دفاعیات متهم می‌نمایند، یا دلایل جدیدی علیه متهم در پرونده وارد می‌شود، بازپرس مکلف است که مجددا آخرین دفاع را از متهم بگیرد. در صورتی که اینگونه رفتار نشود و بازپرس بدون اخذ آخرین دفاع از متهم، نظر دهد، متهم حق دارد در دادگاه نسبت به این موضوع اعتراض کرده و قرار بازپرس را بی اعتبار قلمداد نماید.
(بند "ک" ماده ۳ قانون اصلاح قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب)

انتقال به بازداشتگاه



قبل از بازداشت به شرایط بازداشت، و زندان فکر کنید و پس از اعزام به بازداشتگاه آمادگی برخوردهای غیرقانونی و خشن را داشته باشید. آمادگی شما برای برخوردهای غیرقانونی به این معنا نیست که بدترین اتفاق برای شما رخ خواهد داد بلکه به شما کمک میکند شرایط را بهتر بپذیرید و فشارهای روانی را سبکتر کنید.

بهداری: معمولاً در مراحل اولیه انتقال به بازداشتگاه به خصوص در بازداشتگاههای پایتخت شما را به بهداری خواهند برد. در صورت عدم رعایت این موضوع، شما خود خواهان رفتن به بهداری شوید و تمام مشکلات پزشکی خود را ثبت کنید. در صورتیکه به بیماری خاصی مبتلا هستید و یا احتیاج به مراقبت ویژه دارید، آن را با مسئولان بهداری در میان بگذارید. همچنین اگر در زمان بازداشت و یا انتقال مورد بدرفتاری قرار گرفته‌اید آن را به ثبت برسانید. در صورت بازداشت در شهرستان احتمال اینکه شما را در مقدمات انتقال به بازداشتگاه به بهداری ببرند کمتر است. در بسیاری از موارد تنها در فرم ورود از شما در مورد بیماری و داروهایی که مصرف می کنید سؤال میکنند. شما هنوز میتوانید خواهان ملاقات با پزشک شوید. اما از آنجایی که در بازداشتگاههای برخی شهرها و شهرستانهای کوچکتر رفتن به بهداری بخشی از روند معمول پذیرش متهم محسوب نمی شود، پافشاری بر این موضوع، در ابتدای ورود ممکن است با واکنش تند مأموران همراه باشد.

تفهیم اتهام: برای تفهیم اتهام یا قاضی به زندان می آید، و یا شما را به دادگاه میبرند و موارد اتهامی شما را ذکر میکنند. گاه تفهیم اتهام چند روز بعد و حتی چند هفته بعد و در موارد خاص چند ماه بعد، انجام شده است. در چنین صورتی آگاه باشید که نگهداری و بازجویی شما بدون تفهیم اتهام غیرقانونی است.

قرار بازداشت: معمولاً در مرحله تفهیم اتهام قرار بازداشت متهم نیز صادر میشود. قرار بازداشت معمولاً یک ماهه است اما گاهی میتواند دو ماهه باشد. در صورت ادامه بازجوییها و مراحل تشکیل پرونده، هر ماه باید بازجو درخواست کند که قرار بازداشت تمدید شود و این درخواست باید به تأیید قاضی برسد. توصیه میشود که هر بار به قرار بازداشت اعتراض کنید.

لوازم اولیه: معمولاً مأموران لباس زندان، حوله، پتو، لباس زیر، مسواک، خمیردندان، مفاتیح، و قرآن در اختیارتان قرار خواهند داد. در غیر این صورت شما خود می توانید آنها را از نگهبان درخواست کنید. اقلام اولیه دیگر را باید خود در داخل زندان خریداری کنید. برای مثال فعالان زن، به ویژه در بازداشتگاههای غیرامنیتی، معمولاً باید خود نوار بهداشتی بخرند. در بازداشتگاههای مختلف زندانبانها می توانند اقلام مورد نیاز شما را برایتان خریداری کنند و مجبور نیستید تا روز خرید عمومی صبر کنید. از آنجایی که سیستم قضایی ایران با هماهنگی و یکدستی اداره نمیشود، شما در مواردی می توانید از این امر به نفع خود استفاده کنید؛ از جمله در زمان خرید مایحتاج خود در زندان. هنگام خرید عمومی بند، هر چه را که به ذهنتان میرسد، بنویسید و درخواست کنید. حتی مرطوب کننده، مایع ضدعفونی کننده، نرم کننده مو، ضد عرق، نخ دندان، روغن زیتون، و غیره... در بسیاری ازموارد برخلاف آنچه انتظار دارید این موارد برای شما تهیه می شود. در همین حال عدم قانونمندی و وحدت رویه در زندان باعث می شود گاهی متهم از لوازمی که قانوناً باید به آنها دسترسی داشته باشد محروم شود. برای مثال در موارد بسیاری با توصیه بازجو دسترسی متهم به کتاب و مجلات قطع میشود.

تفکیک نگهبانان از بازجوها: تمام مقامهای زندان قصد فشار وارد کردن به متهم را ندارند. برای فعالان مرد، به جز مواردی خاصی که بازجو از نگهبان می خواهد شرایط شما را دشوارتر کند، عمدتا نگهبانان مانند کارمندان عادی دولتی رفتار کرده و تنها قصد دارند با اتمام شیفت خود به خانه بازگردند. شرایط فعالان زن در این مورد متفاوت است. برخورد نگهبانان با بسیاری از متهمین زن نامناسب و آزار دهنده است. در مواردی ممکن است نگهبان متهم خاصی را تحت فشار قرار داده و تحقیر کند. بنابراین متهمان زن باید در روابط خود با نگهبانان احتیاط زیادی کنند تا فشارهای احتمالی را تا حد ممکن کنترل کنند.

سوء رفتار احتمالی مقامهای بهداری: گاهی مسئولین بهداری فرد بازداشت شده را ابتدا یک متهم و بعد بیمار محسوب می‌کنند و مشکلات پزشکی متهمان را به سختی باور می‌کنند. همچنین این مسئولین گاهی به طور واضح از موقعیت خود سوء استفاده می‌کنند. برای مثال: برخی فعالان زن مورد آزار جنسی مقامهای بهداری قرار گرفته اند. در این موارد توصیه می‌شود حتی الامکان اعتراض کرده و تذکر دهید که درست رفتار کنند. اگر صلاح نمی‌بینید به طور مستقیم به رفتار نامناسب مقام بهداری اشاره کنید، می‌توانید مانع ادامه‌ی معاینه و خواهان بازگشت به سلول خود شوید. در مواردی که فرد بازداشت شده اعتراض کرده پزشک و پرستار عمدتا دستپاچه شده و رفتار خود را تغییر داده اند. پزشکان بهداری گاه از سر بی‌احتیاطی و گاه به عمد برای بیمارانی که احتیاج ندارند داروهای روان گردان تجویز می‌کنند. این داروها می‌توانند عوارضی مانند اختلال در حافظه کوتاه مدت، گیجی و خستگی مفرط داشته باشند و در مواردی اعتیادآور هستند. اگر پیش از بازداشت سابقه افسردگی و یا اختلالهای دیگر دارید تأکید کنید که دارویی که پیش از این مصرف کرده اید برای شما تجویز شود.

فشارهای روانی و استفاده از صدا: انتظار داشته باشید که در بازداشتگاه صداهای گوناگونی از جمله فریاد، گریه و حتی زوزه حیوانات را بشنوید. گاه این صداها زاده ذهن نگران و تحت فشار شما است و گاه به عمد و به قصد افزایش رعب و وحشتتان پخش میشود. بخشی از این صداها نیز ممکن است از خارج از محیط زندان و یا محوطه بیرون سلولها باشد. برای مثال در زندان اوین، به هنگام شب، نگهبانها برای اینکه نشان دهند بیدار هستند، هر چند وقت یکبار فریادهایی بلند سر میدهند. تا آنجا که میتوانید این صداها را نادیده بگیرید و به خود یادآوری کنید که آنها در نهایت ارتباطی با شما ندارند.

فشارهای روانی و انتقال به بازجویی: معمولاً هنگام انتقال به اتاق بازجویی، به شما چشم بند زده و شما را در راهروها می چرخانند. حتی ممکن است شما را تا یک ساعت در راهرو محل بازجویی رو به دیوار و با چشمبند رها کرده و بعد به اتاق بازجویی منتقل کنند. این اقدامها تنها برای سردرگم کردن و نگران ساختن هر چه بیشتر شما است.

آمادگی برای بازجویی

احتمال بازداشت فعالان مدنی و سیاسی که مخالف جمهوری اسلامی هستند در ایران بالا است. هر چند خیلی تلخ است اما خیلی از فعالین باید این احتمال را بدهند که یک روز بازداشت شوند. اگر این اتفاق بیافتد و شما بازداشت شوید به احتمال زیاد توسط یک یا چند نیروی امنیتی مورد بازجویی قرار می‌گیرید. اکثرا بازجویی‌ها یک بازی روانی است که بازجو در آن سعی می‌کند بیشترین اطلاعات را از شما بگیرد تا علیه شما و دوستان‌تان در دادگاه استفاده کند تا حکم سنگین تری برای‌تان صادر شود.

خیلی‌ها بازجویی را به یک بازی شطرنج بین بازجو و متهم تشبیه کردند که در آن هرچه ماهرتر باشید هزینه کمتری می‌پردازید و فشار کمتری تحمل می‌کنید. پس چه بهتر که در مورد بازجویی و تکنیک‌هایی که بازجویان از آن استفاده می‌کنند بیشتر بدانید.

در این فایل به نکاتی اشاره می‌شود که دانستن آن‌ها به شخص بازداشت‌شده کمک می‌کند با آمادگی ذهنی بیشتری روند بازجویی را پشت سر بگذارد. به علاوه دانستن این نکات کمک خواهد کرد که فرد با دادن حداقل اطلاعات از خود و افرادی که در مورد آن‌ها مورد بازجویی قرار می‌گیرد، از آسیب‌های دوران بازجویی بکاهد و به شکل امن‌تری مراحل بازجویی و حتی روند قضایی را طی کند.

تفهیم اتهام و تبدیل آن

تفهیم اتهام به معنای آن است که متهم از نوع اتهام و دلایل آن به طور کتبی مطلع شود. به طور مثال به متهم گفته شود که اتهام وی اقدام علیه امنیت ملی از طریق تبلیغ علیه نظام است و دلایل این اتهام، نوشتن یک مقاله در مورد شکنجه در تاریخ مشخص و در یک نشریه مشخص است. از این به بعد متهم می‌داند به چه اتهامی و با چه مصداقی دستگیر شده و باید برای مطالب مندرج در چه نوشته ای از خود در برابر سؤالات بازجو دفاع کند. بنابراین اتهامات کلی، غیرمشخص و فاقد سند و مدرک کاملا غیرقانونی است.

تفهیم اتهام یکی از مهم‌ترین حقوق متهم است که حدود پرونده و دفاع متهم را مشخص می‌کند. بر اساس قوانین جمهوری اسلامی، خارج از موارد تفهیم‌شده و درباره موضوعاتی که به متهم به طور کتبی تفهیم شده، نمی‌توان از او در مورد اقدامات دیگرش نیز سؤال و تحقیق نمود. مگر آن‌که با کشف مصادیق جدید، آن اتهام دوباره توسط مقام قضایی با ذکر دلایل به وی تفهیم شود. بنابراین چنانچه سؤالی خارج از موضوع اتهام و دلایل آن از متهم پرسیده شود، می‌تواند به طور کتبی در پاسخ به آن بنویسد که این سؤال به جرم تفهیم شده ارتباطی ندارد.

در نظام قضایی ایران مهمترین دلیل، اقرار فرد متهم محسوب می‌شود. بنابراین باید بدانید که پاسخ‌های شما اقرار کتبی محسوب می‌شود و در دادگاه به عنوان دلایلی علیه خودتان استفاده خواهد شد. بنابراین سعی کنید تا جایی‌که می‌توانید، پاسخ‌های بسیار کوتاه به سؤالات بدهید و از تشریح جزییات خودداری کنید.

در مواردی که بازداشت و احضار توام با رفتارهای خشونت‌آمیز و غیر قانونی است، یا فعالان سیاسی و اجتماعی به صورت گروهی بازداشت می‌شوند، اطلاع‌رسانی توسط خانواده یا خود متهم می‌تواند از بروز خشونت‌های بیشتر علیه متهم و بازداشت افراد دیگر جلوگیری کند.

سؤالات غیر قانونی

موارد زیر سؤالاتی غیر قانونی محسوب شده و متهم می‌تواند از پاسخگویی به آن‌ها خودداری کند:

- سؤالات غیر مرتبط با موضوع اتهام
- سؤال‌کردن در مورد عقاید متهم
- سؤال‌کردن در مورد امور خصوصی متهم و اطرافیان وی
- سؤالات تلقینی

اغفال متهم

فریب دادن متهم برای وادار کردن او به پاسخگویی و این که بر علیه خود یا دیگری اقرار کند کاملا غیر قانونی است. روش شایع آن است که به متهم گفته می شود چنانچه برخی اقدامات یا اتهامات را قبول کند می‌توانند به او تخفیف دهند و یا او را آزاد می‌کنند. ولی در عمل همین اعترافات است که به عنوان مدرک جرم در دادگاه استفاده می‌شود و امکان دفاع از متهم در مرحله دادگاه را تا حد زیادی محدود می‌کند. بازجویان به برخی از فعالان سیاسی سال‌های اخیر که اعدام شده اند، گفته بودند اگر در پرونده، دادگاه و یا در مقابل دوربین، اتهامات منتسب‌شده را بپذیرند، آزاد شده یا با حکم حبس کم‌تری روبه‌رو خواهد شد.

پاسخ‌های طولانی ندهیم

در پاسخ‌های طولانی، احتمال بیان مطالبی که بتوان به عنوان مدرک جرم علیه فرد بازداشت‌شده به‌کار رود، بیشتر وجود دارد. بنابراین بهتر است به جمله‌های کوتاه اکتفا کرد. کوتاه‌بودن پاسخ‌ها نباید به شکلی باشد که تیم تحقیق‌کننده تصور کند که متهم در حال مقاومت یا پنهان‌کردن موارد مختلف است.

حق سکوت

متهم می‌تواند از پاسخ به سؤالات خودداری کند. سکوت متهم به هیچ عنوان نمی‌تواند به عنوان مدرکی برای محکومیت متهم در دادگاه به کار رود و در بسیاری از موارد می‌تواند روش مناسبی در مواجهه با سؤالاتی باشد که پاسخ به آنها می‌تواند به عنوان مدرک در دادگاه علیه متهم به کار رود. چنانچه سؤالات به صورت کتبی است می‌توانید در پاسخ بنویسد که در مقابل سؤال پرسیده شده سکوت می‌کنم.

حق مطالعه‌ی صورت‌جلسه و نوشتن پاسخ سؤالات به صورت کتبی

متهم این حق را دارد که خود به سؤالات پاسخ بگوید و نمی‌توان از او خواست بدون آنکه مطلبی را به طور کامل بخواند آن را امضا کند.

حق مشاهده مدارکی که بر علیه متهم جمع‌آوری شده

متهم باید از وجود مدارکی که علیه او وجود دارد، مطلع شود تا بتواند از خود در مقابل آن‌ها دفاع کند. چنانچه این مدارک فیلم، فایل صوتی، عکس، شهادت شهود و ... است بازجو باید امکان دیدن و یا شنیدن مستندات را برای متهم فراهم کند و سپس از وی بخواهد در مورد آنها توضیح دهد. بررسی این مدارک پیش از پاسخگویی متهم بسیار ضروری است و متهم باید تا پیش از آن از پاسخگویی خودداری کند.

گیج‌شدن، اشتباه‌کردن و به‌خاطر نیاوردن

تناقض‌گویی، اشتباه و فراموشی به دلیل فشار روحی و روانی در مرحله بازجویی امری طبیعی است و متهم می‌تواند در مراحل مختلف بازجویی، اظهارات قبلی خود را ناشی از این عوامل عنوان کرده و تسلط خود را بر ادامه بازجویی و رسیدگی از دست ندهد. هرچند بهتر است تمام تلاش صورت گیرد تا از تناقض‌گویی و اشتباه پرهیز کرد.

هماهنگی پیش و پس از بازداشت

اگر فعالیت شما گروهی است با دیگر اعضای گروه در مورد بازداشت و پرسشهای احتمالی بازجویی جلسه داشته باشید و تلاش کنید در مورد کیفیت کارتان، تبعات احتمالی و پاسخ های لازم به درک ذهنی مشترکی برسید. سعی کنید پاسخی مشترک و معقول داشته باشید و تا حد ممکن خارج از این چهارچوب جواب ندهید. اگر کسی از مجموعه شما بازداشت شد بعد از آزادی به کسانی که در موردشان از سؤال شده اطلاع دهد و تلاش کند تمام اطلاعات درست یا غلط، کم اهمیت و مهمی را که در مورد آنها به بازجوها گفته منتقل کند. بدین ترتیب دیگر اعضا در صورت دستگیر شدن با شنیدن اطلاعات بازجو خود را نمی‌بازند.

در زمینه فعالیت گروهی، از آنجا که اطلاعات مربوط به فعالیت‌های فردی در اختیار سایر اعضا قرار می‌گیرد، خطراتی بیشتری فرد را تهدید می‌کند. به همین علت، توجه به امنیت اطلاعات نیازمند رعایت دقت و احتیاط بیشتری است. برای آگاهی بیشتر از نحوه انجام فعالیت‌های گروهی به صورت امن، به کتابچه مخصوص این موضوع مراجعه کنید.

دلایل و اسناد قانونی

برای اثبات وقوع عمل مجرمانه و نسبت دادن آن به متهم، باید دلایلی توسط مرجع تحقیق ارائه و در جریان تحقیق و رسیدگی مورد بررسی و بحث قرار گیرند. در حقوق ایران این دلایل شامل اقرار، شهادت و علم قاضی است.

امارات قضایی یعنی وقایعی که در نظر قاضی می‌توانند نشانه وقوع یا عدم وقوع امری باشند نیز می‌توانند مورد استناد قاضی برای صدور حکم باشند. مواردی چون صدای ضبط شده، فیلم، عکس، نتایج تست‌های مختلف و....همگی از جمله این موارد هستند. ارزش این موارد بسته به نظر بازجو و قاضی دارد. فیلم، عکس و صدای ضبط شده در حال حاضر با توجه به اینکه نسبت دادن آن به فرد قابل اثبات نیست از امارات قوی محسوب نمی‌شوند و متهم به راحتی می‌تواند منکر ارتباط خود با آن مدارک شود و بر جعلی بودن آن‌ها پافشاری کند. به‌طور نمونه حتی اگر عکس یا فیلم فردی به طور واضح در تظاهرات وجود داشت متهم می تواند از پذیرفتن اینکه عکس مورد نظر واقعی است خودداری کند. به‌خصوص اینکه ساختن عکس یا فیلم با استفاده از فتوشاپ یا سایر نرم فزارها بسیار راحت است. در این صورت دادگاه برای محکومیت متهم باید در کنار عکس و فیلم، دلایل دیگری هم داشته باشد. مثلا عکس همراه با دوستان یا خانواده فرد بوده یا در وسایل و یا کامپیوتر شخصی متهم پیدا شده باشد. مطالب مربوط در ایمیل یا فیس‌بوک افراد از مواردی است که در حال حاضر در دادگاه انقلاب مورد استناد قرار می‌گیرد. برای این منظور اولا دادگاه باید ثابت کند ایمیل یا صفحه مربوطه در شبکه‌های اجتماعی و یا کامنت، متعلق به متهم است و ثانیا اظهارات بیان شده در این موارد جنبه مجرمانه دارد. همچنین با توجه به آن‌که امکان هک کردن ایمیل و ورود به ایمیل دیگر افراد وجود دارد باید ثابت کنند مطلب مذکور را متهم شخصا نوشته است. چه‌بسا افراد دیگر با اطلاع از پسورد شخصی بتوانند وارد ایمیل، فیس بوک و وسایل الکترونیکی متعلق به متهم شده و مطلبی را بنویسند که او قبول نداشته و اصلا از آن اطلاعی ندارد.

بازجویی

بازجویی و اعتراف گیری در سیستم قضائی ایران از اهمیت ویژه ای برخوردار است. در بخش عمده‌ای از پرونده های فعالان به جز سخنان خود متهم و یا اعترافات اشخاص دیگر، هیچ مدرک دیگری وجود ندارد. به همین دلیل رفتار و در نهایت مقاومت متهم در حین بازجویی مسئله‌ای سرنوشت ساز است.

مقاومت طی بازجویی به معنای سکوت اختیار کردن و یا مقابله با بازجو نیست، بلکه به معنای تسلیم نشدن و خود را نباختن است. اگرچه مقاومت معمولا دشوار است اما در نهایت به نفع شما است زیرا احتمال محکومیت و مجازات را کاهش می دهد. بسیاری از فعالان پیش از دستگیری با روشهای احتمالی بازجویی تا حدی آشنا هستند. اما چون شرایط بازجویی به عوامل بسیار متعددی بستگی دارد، پیش بینی رفتار بازجو کار دشواری است. در عین حال بسیاری از فعالان سیاسی در ایران با خشن‌ترین برخورد حکومت مواجه نمی‌شوند. بازجویان معمولا به ترکیبی از «شکنجه سفید» یا همان فشارهای روحی و روانی و ضرب و شتم‌های نه چندان شدید متوسل می‌شوند. به طور کلی بسیاری از فعالان بیش از فشار جسمی از فشار روحی و فضای وحشت زندان رنج می‌برند. بخش عمده‌ی این فشار روحی، ناشی از عدم دسترسی زندانی به اطلاعات است. اطلاعاتی مانند: کجا هستم؟ اتهاماتم چیست؟ چه مدارکی علیه‌ام وجود دارد؟ با من چگونه رفتار خواهد شد؟ آگاهی قبلی از اتفاقاتی که احتمالا برایتان روی خواهد داد، هراس شما و در نتیجه فشار روحی زندان را کاهش خواهد داد.

مراحل بازجویی: بازجوها در ابتدا مشخصات شما را گرفته و سپس به طرح سؤال می‌پردازند. آنها در پایان دوره بازجویی از شما می‌خواهند دفاع آخر خود را بنویسد. سپس با تنظیم گزارش پرونده را به بازپرسی ارسال می‌کنند. توجه داشته باشید که بازجویی لزوما روندی متداوم ندارد و ممکن است میان مراحل مختلف فاصله بیافتد. گاهی ممکن است روزها و هفته‌ها وقفه ایجاد شده و دوباره فرآیند بازجویی آغاز شود. ممکن است افراد متعددی از شما بازجویی کنند. برای مثال ممکن است تیم بازجویی بعد از مدتی تغییر کند. در مواردی پیش آمده که بازجویی یک نفر با تیم بازجویی اولش تمام شده و بعد از مدتی (چند روز یا چند هفته) تیم جدید بازجویی وارد شده و همه چیز از نقطه صفر شروع شده است. در بازپرسی از شما یک رشته سؤال خواهد شد که ممکن است چند جلسه طول بکشد، سپس پرونده تکمیل و با صدور کیفرخواست به دادگاه ارسال می‌شود.

در اکثر مواقع پس از این مرحله متهم تا زمان تشکیل دادگاه به حال خود رها می‌شود. این احتمال نیز وجود دارد که شما با قید وثیقه، کفالت و یا ضمانت آزاد شوید.

" مهم ترین فشارها، فشارهای روحی بود. فشارهای جسمی مثل ضرب و شتم و ... اثر محدود و گاهی برعکس دارند. اما تحمل سلول انفرادی، جلوگیری از تماس و ملاقات با خانواده، نداشتن بازجویی و ... بسیار دشوار بود."

رفتارها و اقدام‌های معمول بازجوها

بازجویی یک بازی روانی است که مهمترین هدف آن گرفتن اطلاعات است. برای رسیدن به این هدف بازجوها معمولاً از روش آزمون و خطا استفاده می‌کنند. آنها در مراحل مختلف تاکتیکهای خود را تغییر می‌دهند تا بهترین راه را برای گرفتن اطلاعات از زندانی پیدا کنند. برخی ترفندهای معمول بازجویی شامل موارد زیر است.

فاش کردن برخی اطلاعات: طی بازجویی (معمولاً اولین جلسه) بازجو برخی از مدارکی را که درباره شما جمع‌آوری شده فاش می‌کند تا شما تصور کنید اطلاعات بسیاری از فعالیتهای شما دارند و مقاومت بی‌نتیجه خواهد بود. آنها حتی ممکن است حرفها و تک‌نویسی (راست و یا دروغ) سایرین را به شما نشان دهند. به خاطر داشته باشید که بازجو همه چیز را درباره شما نمی‌داند و تنها تلاش دارد این چنین وانمود کند. اگر آنها به تمام فعالیتهای شما آگاه بودند نیازی به گفتگو و گرفتن اطلاعات از شما نداشتند.

بازجوی خوب و بازجوی بد: یکی از معمول‌ترین شگردهای بازجویی که در تمام دنیا استفاده می‌شود حضور یک بازجوی «خوب» و یک بازجوی «بد» است. در این روش یک بازجو به شما فشار آورده و شما را آزار می‌دهد و بازجوی دیگر شما را دلداری داده و وانمود می‌کند که نگران منافع و وضعیت شما است. استفاده از بازجوی خوب و بازجوی بد روش بسیار مؤثری برای گرفتن اطلاعات از زندانی است زیرا به دنبال فشارهای زندان و بازجویی، متهم بیش از همیشه به محبت و حمایت احتیاج دارید و رفتار بازجوی خوب می‌تواند بسیار فریبنده باشد. در حقیقت اما بازجوی خوب و بازجوی بدی وجود ندارد و هر دو شخصیت هدفی مشترک دارند.

دروغ گویی: بخش عمده ی سخنان بازجویان دروغ است. آنها اکثراً اظهارات کذب خود را با مطالب راست می‌آمیزند تا تأثیر بازی روانی خود را بیشتر کنند. برای مثال آنها ممکن است روزنامه جعلی را برای بحرانی بودن شرایط خارج از زندان به شما نشان دهند. برخی از دروغ‌های معمول بازجویان عبارتند از: ادعاهای آنها در مورد اطلاعاتی که از فعالیت های شما دارند، ادعای آگاهی از روابط نزدیک و خصوصی شما و حتی داشتن مدارکی مانند عکس و فیلم، دروغ گفتن در مورد بیمار شدن و یا حتی مرگ نزدیکانتان، و این ادعا که کسی نمی‌داند شما بازداشت شده‌اید. در همین حال دروغها و بازیهای روانی دوران بازجویی تنها به اتاق بازجویی محدود نمی‌شود. مثلا ممکن است در سلول خود صداهای ساختگی بشنوید. به حرفهایی که تصور می‌کنید تصادفی در زندان شنیده‌اید اعتماد نکنید. چند فعال سابق تجربه شنیدن سناریوهای ساختگی (مانند دستگیری دیگر دوستان و همکارانشان و یا اعتراف آنها) را در راهروهای زندان داشته اند که بعدها مشخص می‌شود کاملا ساختگی بوده است.

ایجاد فضای رعب و وحشت: پس از دروغگویی، القاء نگرانی و به وحشت انداختن زندانی یکی از معمول‌ترین تاکتیکها برای به سخن واداشتن او است. در صورتی که شما در بند امنیتی نگهداری می‌شوید، به احتمال زیاد در تمام دوران بازجویی چشم بند خواهید داشت. بازجو گاهی پس از ورود به اتاق برای مدت طولانی با شما حرف نمی‌زند و شما تنها صدای ورق زدن کاغذهای او و یا تکان صندلی را خواهید شنید. همانطور که پیش از این اشاره شد، از پیش از بازجویی نیز با پخش صدا، نگاه داشتن شما در وضعیت بی خبری، جلوگیری از تماستان با خانواده و گاهی بازجویی نشدن برای چند هفته، نگرانی و درگیری ذهنی شما را تقویت می‌کنند.

تهدید: تهدید یکی از رایج‌ترین روشهای بازجویی است. برخی از تهدیدهای معمول عبارتند از: تهدید به گرفتن مجازات سنگین از قاضی، آسیب رساندن به خانواده، شکنجه، تجاوز جنسی و استفاده از دروغ سنج. افرادی که به جرایم سنگینی همچون مبارزه مسلحانه متهم شده و یا به دلایلی نیروهای امنیتی حساسیت ویژه‌ای نسبت به آنها دارند، معمولاً با ادعای اعدام خودسرانه و سریع نیز مواجه می‌شوند.

شکنجه جسمانی: ضرب و شتم، سرپا نگه داشتن طولانی‌مدت، سرپا نگه داشتن در شرایط غیر متعادل، بیدار خوابی طولانی‌مدت و ریختن آب سرد از جمله معمول‌ترین شکنجه های جسمی هستند.

شکنجه روحی: توهین، فحاشی، تهدید، تحقیر و ورود به موضوعات مربوط به روابط شخصی از جمله روابط جنسی و تراشیدن موهای سر و صورت. رو در رو کردن با اعضای خانواده برای اعمال فشار، رها کردن در سلول انفرادی برای مدت طولانی و موارد مشابه.

فشار بر بازداشت‌شده از طریق اعضای خانواده: در مواردی بازجویان برای گرفتن اعتراف اجباری از ترفند بازداشت، تهدید به تجاوز، شکنجه، سربه نیست کردن اعضای خانواده و یا حتی پخش صدای گریه و ادعای تجاوز در اتاقی دیگر علیه بازداشت‌شده استفاده می‌کنند. گرچه این موارد به‌ندرت انجام می‌گیرد، اما موجب شده بازجویان از این طریق بیشترین فشار را بر بازداشت‌شده وارد کنند و در مواردی بازداشت‌شدگان را مجبور به اعتراف کنند.

شکنجه جنسی: شکنجه جنسی فعالان، چه از طریق تهدید جنسی نسبت به خود زندانی یا اطرافیان او، الفاظ رکیک و فحاشی جنسی، آزار جنسی و تجاوز از روش های معمول فشار و اعتراف گیری از فعالان مرد و زن محسوب می‌شود.

محبت: برای برخی از فعالان حرکات محبت آمیز بازجویان بخصوص پس از دروهای از خشونت و فشار شدید یکی از تاکتیک‌هایی است که مقابله با آن بسیار دشوار است. بسیاری در واکنش به محبت بازجو می‌شکنند.

یکی از فعالین در مصاحبه خاطره عجیبی را نقل کرد که مثال جالبی از ترکیب «شکنجه» و «محبت» برای اعتراف‌گیری بود:

«بعد از اینکه به شدت توسط بازجو مورد ضرب و شتم و توهین و تهدید قرار گرفتم و روی زمین افتاده بودم مکث و سکوتی در بازجویی اتفاق افتاد. بازجو انگار که عصبانیتش خوابیده باشد لحنش را عوض کرد. سیگاری را که خودش روش کرده بود روی لبم گذاشت و با محبت و صمیمیتی که هیچی شباهتی به رفتار دقیقه‌ای قبلش نداشت از این که مجبور است مرا بازجویی کند ابراز دلشکستگی کرد و گفت عمیقا دلش می‌خواهد به من کمک کند ولی برای این کار لازم است من هم کمی انعطاف نشان دهم. آنچه مرا زیر بازجویی شکست و قانع به اعتراف کرد بیش از آن ضرب و شتم این رفتار محبت‌آمیز بود که بعداً هم هزینه سنگینی بابتش پرداخت کردم»

مؤثرترین روش‌ها برای فاش نکردن اطلاعات

شاید مهمترین موضوعی که هنگام بازجویی باید به خاطر داشته باشید این است که بازجویی یک بازی روانی و نمایشی هدفمند برای گرفتن اطلاعاتی است که در نهایت به ضرر شما و فعالیت‌هایتان است. بنابراین برای مصون ماندن از آسیب های جدی این بازی باید تا آنجا که می‌توانید با این بازی آشنا شوید. همانطور که پیشتر اشاره شد روند بازجویی نوعی آزمون و خطا است و بازجو بسته به اینکه واکنش شما چیست صحنه بازی را تغییر می‌دهد تا بهترین نتیجه را کسب کند. بنابراین روش های مقاومت و مقابله شما نیز باید متنوع باشد و باید انتظار غافلگیر شدن را داشت. واضح است که بازجوها بیشتر از شما تجربه بازجویی دارند و برای این کار آموزش دیده‌اند. این مسأله و همچنین تواناییها و اقتداری که بازجو به خاطر موقعیتی که در آن قرار دارد از آن برخوردار است، باعث می‌شود بازجو در اکثر مواقع در موضع قدرت و زندانی در شرایط آسیب‌پذیر باشد.

اما این عدم برابری قدرت به این معنا نیست که زندانی نمی‌تواند در شرایط حساس دست بالا را داشته باشد؛ زندانی می‌تواند کنترل نسبی روند بازجویی را در دست داشته باشد. این کار اما باید با دقت و حساسیت بالایی انجام گیرد. بازجو نیز مانند هر کس دیگری می‌خواهد حس کند که فرد زیرکی است و کار خود را که گرفتن اطلاعات است به خوبی انجام می‌دهد. به همین دلیل یکی از مؤثرترین تاکتیک هایی که فعالان هنگام بازجویی به کار می‌برند بازی‌ای است که در آن نه تنها بازجو تحقیر نمی‌شود بلکه حس خودبزرگ بینی‌اش تقویت می‌شود. شما هم می‌توانید بازجوی خود را بازی دهید.

"برخی از فعالان تصور می‌کنند سکوت کردن و طفره رفتن از پاسخ بهترین راهکار بازجویی پس دادن است. اما پس از بازداشت و بازجویی متوجه می‌شوند سکوت مطلق و طفره رفتن زیاد بازجو را عصبانی تر می‌کند و ممکن است بازجویی را طولانی‌تر کند. یکی از روشهای مؤثر این است که پس از مدتی مقاومت، به گونه ای رفتار کنید که گویی دیگر خود را باخته اید و می‌خواهید اطلاعاتی را فاش کنید. البته نقش خود باختن باید با ظرافت اجرا شود تا نتیجه عکس ندهد."

عدم اعتماد: هیچگاه به بازجوی خود اعتماد نکنید. اولین سپر دفاعی شما در بازجویی عدم اعتماد است. فرض را بر این بگذارید که بازجو در اغلب موارد در حال دروغ گفتن و فریب دادن است. هیچ صحبت دوستانه، معمولی و بدون هدفی بین شما و بازجو وجود ندارد. این نکته را در تمام طول بازجویی به صورت مداوم به خود یادآوری کنید.

پافشاری برای مشخص شدن موارد اتهامی: از نظر حقوقی، بازجو اجازه ندارد از متهم سؤالاتی بپرسد که ارتباطی با جرائم تفهیم شده به او ندارد. برای مثال اگر شما متهم به تبلیغ علیه نظام از طریق انتشار وبلاگ هستید، بازجو قانوناً نمی‌تواند از شما در مورد نوشیدن مشروبات الکلی بپرسد.

بنابراین متهم نیز به هیچ وجه ملزم- نیست خارج از چارچوب مطالب مربوط به اتهام با بازجو صحبت کند. در صورتی که تا پیش از بازجویی تفهیم اتهام نشده‌اید بر روشن شدن موارد دقیق اتهامی خود تاکید کنید و اگر بازجو سؤالی نامرتبط با اتهام تفهیم شده از شما پرسید، به او یادآوری کنید که سؤال ارتباطی با اتهامات وارده به شما ندارد. با وجودی که پافشاری بر رفتار قانونی می‌تواند فشارها علیه شما را شدت ببخشد، اما یادآوری حقوق قانونی‌تان به بازجو امری عمدتاً مفید است.

مخفی کردن نقاط ضعف و ایجاد سنگر مجازی: در حین بازداشت و بازجویی شما به هر عامل فشاری که بیشتر حساسیت نشان دهید بازجو از آن بیشتر استفاده می‌کند. چرا که متوجه می‌شود آن عامل روش مؤثری برای گرفتن اطلاعات از شما است. بنابراین فاش شدن نقاط ضعف شما می‌تواند باعث شود متحمل فشار زیادی شوید. مؤثرترین روشی که فعالان در این زمینه اتخاذ کردند، استراتژی «سنگر مجازی» است. آنها تمام تلاش خود را به کار برده اند که نقاط ضعف واقعی خود را فاش نسازند و یا در صورت دست گذاشتن بازجو بر آن ها سعی کرده اند آن ها را کم اهمیت جلوه دهند. علاوه بر این، فعالان تظاهر کرده به مسائلی که در حقیقت نقاط قوت آنها بوده حساس هستند. فرض کنید که شما به شخصی روابط عاطفی دارید و خانواده‌تان نیز از ارتباط‌تان مطلع‌اند و با آن مشکلی ندارند. شما از خانواده‌تان خواسته‌اید که در صورت دستگیری شما بگویند شریک عاطفی‌تان نامزد شماست. اگر بازجو اطلاعاتی راجع به روابط عاطفی شما داشته باشد، احتمالا شما را تهدید می‌کند که به خانواده‌تان در مورد روابط عاطفی‌تان خواهد گفت. بازجو می‌خواهد از زندگی شخصی‌تان به عنوان ابزاری در بازجویی علیه شما استفاده کند و شما می‌توانید با وانمود کردن به ترسیدن از تهدیدهایش این ابزار را علیه او بگردانید. می‌توانید از این موضوع به عنوان یک نقطه ضعف مصنوعی استفاده کنید.

هر بار که بازجو تهدید به افشای روابط خصوصی شما می‌کند، می‌توانید با نگرانی و دستپاچگی چنین وانمود کنید که این مساله خیلی برای شما مهم است. مراقب باشید که در موارد مختلف به گونه ای عمل نکنید که استراتژی شما برای بازجو فاش شود.

توازن بین مقاومت و ژست همکاری: یکی از مهمترین نکاتی که باید در تمام مراحل بازجویی در نظر گرفته شود ایجاد توازن بین مقاومت و در نتیجه ناراضی کردن بازجویان با میزان ژست عدم مقاومت به شکل دادن اطلاعات کم اهمیت است. این کار در در واقع بهینه کردن میزان دادن اطلاعات با مقاومت است به شکلی که کمترین تبعات متوجه فرد و نزدیکانش شود. ژست مقاومت باعث جسورتر شدن بازجوها می‌شود. به طور کلی تلاش کنید به گونه‌ای تحریک کننده صحبت نکرده و بازجو را تحقیر نکنید. ادعای قوی بودن و بی تأثیر بودن تهدید و ضرب و شتم یا به اصطلاح رجزخوانی در بسیاری از موارد باعث می‌شود فشار بیشتری بر شما وارد شود. ژست وادادگی کامل هم بازجوها را به طمع می اندازد. به خصوص توجه داشته باشید که اگر از ابتدا خود را ببازید و تسلیم شوید بازجو بیشتر تشویق شده و فشار بیشتری به شما وارد می‌کند.

درجه بندی اهمیت اطلاعات: بین تصمیم برای صحبت کردن و شکستن در بازجویی تفاوت قائل شوید. شکستن واگذاری نسبتا تمام عیار خود به بازجو است. شما می‌توانید حتی در زمان صحبت کردن نیز اقتدار خود را حفظ کنید. قاعدتاً هدف اول شما باید حفظ هر نوع اطلاعاتی باشد. اما اگر در راستای ژست همکاری به نقطه‌ای رسیدید که باید اطلاعاتی را در اختیار بازجو قرار دهید، به نوع اطلاعاتی که فاش می‌کنید توجه بسیاری کنید. در این شرایط می‌توانید شروع به حرف زدن در مورد یک سری مسائل عمومی و علنی بکنید. برای مثال یکی از فعالان پس از چند روز فشار شدید اعتراف کرده بود که در سایتهای خارجی مقاله نوشته است.

اما از آنجایی که او این مقالات را با نام خود منتشر می‌کرده و تنها کافی بوده بازجو نام او را جستجو کند، این اعتراف تأثیری در پرونده او نداشته است. با این حال گفتن همین موضوع باعث شده فضای بازجویی آرام‌تر شود. در این موارد بهتر است از پیش در مورد اعترافات امن خود تا حدی فکر کنید. تحت فشار بازجویی، تصمیم گیری در مورد میزان اهمیت مسئله ای که می‌خواهید به آن اعتراف کنید دشوار خواهد بود و تصمیماتی که شما از پیش در این زمینه گرفته اید می‌تواند بسیار مفید باشد. توجه داشته باشید اعتراف به مسائل عمومی و قابل دسترس نباید سریع صورت بگیرد. باید صبر کرد تا کمی فشار افزایش یابد و بعد این سخنان را بگویید. در صورتی که افشای اطلاعات کم‌اهمیت بدون فشار صورت بگیرد، برای بازجو توهم گرفتن امتیاز از زندانی بوجود نخواهد آمد.

شرایط اعتراف اخلاقی: در حین بازجویی چنانچه مجبور به اعتراف شدید سعی کنید موضوع را بیشتر حول فعالیت های خودتان نگه دارید و در اعترافات خود از درگیر کردن دیگر فعالان تا حد امکان خودداری کنید. هر چند رعایت این مسئله به صورت مطلق همواره امکان پذیر نیست اما باید تلاش کرد که از درگیر کردن دیگران در اعترافات خودداری شود. این مسئله هم از نظر اخلاقی و هم از جهت پیچیده تر نشدن پرونده مهم است.

رد و توجیه شواهد: در هر موضوعی تا آن جا که می‌توانید کلیات یا بخشی از آن را تکذیب کنید. مثلاً بودن در مکانی را تکذیب کنید و یا نوع حضور خود را رد کنید (مثلاً بگویید: من تنها رهگذر بودم و یا در زمانی دیگر در آنجا بودم). اما احتیاط کنید که از این روش به شکلی استفاده نکنید که لوث شود و کاربرد خود را از دست بدهد.

برملا شدن دروغ‌های احتمالی: اگر مجبور به دروغ گفتن شدید نگران برملا شدن آنها نباشید. در اکثر موارد بازجو می‌داند که شما در بازجویی احتمالاً صادق نخواهید بود.

پنهان کردن حقایق برای کسانی که به گونه‌ای مسالمت آمیز برای حقوق خود مبارزه می‌کنند یک حق و گاهی وظیفه‌ای اخلاقی است. شما می‌توانید تا جایی که ممکن است از مطالبی که گفته‌اید دفاع کنید حتی اگر این مطالب صحت نداشته باشد. نهایتاً در صورتی که امکان ادامه آن را نداشتید با گفتن تنها این نکته که "خبر نداشتم" و یا "فراموش کرده بودم" مسأله را فیصله دهید. در همین حال در نظر داشته باشید پس از فاش شدن دروغ، بازجو معمولاً از این مسئله به عنوان عاملی برای تحت فشار گذاشتن شما استفاده خواهد کرد و با دروغگو خواندن شما سعی می‌کند از شما اعترافات بیشتری بگیرد.

"شکستن" به معنای پایان مقاومت نیست: همان گونه که پیشتر تاکید شد فعالان از تواناییهای متفاوتی برخوردارند و در نهایت در شرایط متفاوتی بازجویی می‌شوند. ممکن است فعالی تحت فشار بازجویی توانایی مقاومت خود را از دست بدهد و اصطلاح بشکند. اگر چنین شرایطی برای شما پیش آمد بدانید شکستن مقطعی شما به این معنا نیست که توانایی مقاومت شما کاملاً از بین رفته است. شما می‌توانید پس از قدرت‌یابی دوباره، قسمتی یا تمام حرف خود را انکار و یا تکذیب کنید. این تکذیب می‌تواند به چند صورت روی دهد. شما می‌توانید بگویید: ۱) من تحت فشار مجبور شدم دروغ بگویم ولی راستش چیز دیگری است، ۲) منظور من چیز دیگری بود، و یا ۳) فراموش کرده بودم.

رو در رو شدن با دوستانتان: بعضی از فعالان در بخشی از بازجویی با دوستان خود رو برو شده‌اند. در چنین شرایطی شما باید انتظار داشته باشید که دوستانتان را مشغول اعتراف علیه شما، خود یا دیگران، در حال شکنجه و ضرب و شتم، در حال گریه و زاری و دیگر شرایط نامناسب ببینید. ممکن است حتی دوستتان به شما توصیه کند که مثل او اعتراف کنید و دست از مقاومت بکشید. انتظار رویارویی با چنین مواردی را از قبل داشته باشید و سعی کنید بتوانید چنین شرایطی را مدیریت کنید و خود را نبازید.

اگر لازم می‌بینید می‌توانید رو به دوستان بگویید که حتماً تحت فشار این حرفها را می زند و اعترافاتش حقیقت ندارد.

فرصت خریدن: در برخی شرایط، به خصوص طی بازجویی توسط «بازجوی خوب»، شما می‌توانید با گفتن این که به من اجازه دهید چند روز در مورد سخنان شما فکر کنم برای خود وقت بیشتری بخرید. شما از تحولات بازجویی آگاه نیستید و ممکن است سپری شدن زمان به تنهایی باعث شود از نقطه‌حساسی عبور کنید.

استفاده از جنسیت: در حالیکه فعالان زن تنها به صرف زن بودن خود در موارد بسیاری تحت فشارهای جنسی و فیزیکی شدیدی قرار می‌گیرند و از جنسیتشان علیه آنها استفاده می‌شود، بسته به شرایط، آنها می‌توانند از جنسیت خود به عنوان یک لایه محافظتی نیز استفاده کنند. برای مثال اگر در هنگام بازجویی احساس کردید شما و بازجو در اتاق تنها هستید، می‌توانید اعتراض کنید و خواهان حضور شخص دیگری در اتاق و یا باز شدن در اتاق بازجویی شوید. همچنین اگر بازجو از شما در ساعات غیر متعارف (پس از تاریکی هوا و یا صبح خیلی زود) بازجویی می‌کند می‌توانید به آن اعتراض کنید. در موارد متعدد نشان دادن حساسیت به این موضوع باعث می‌شود بازجو در برخورد با شما با دقت بیشتری رفتار کند.

شکنجه جسمانی: جمهوری اسلامی سابقه طولانی در توسل به شکنجه جسمی و بدرفتاری با زندانیان دارد. در دهه شصت، زمانی که حاکمیت احساس امنیت کمتری می‌کرد فعالان سیاسی و مدنی قربانی شکنجه های شدیدی شدند. متأسفانه استراتژی چندان مفیدی برای مقابله با شکنجه شدید وجود ندارد. هر انسانی ممکن است تحت شکنجه شدید بشکند و حاضر به گفتن اعترافات حقیقی و یا ساختگی شود. اما دانستن چند مورد در این راستا مفید است: بازجو عمدتاً به دروغ می گوید که شکنجه ی فیزیکی را شدیدتر خواهد کرد و حتی ممکن است تظاهر کند در حال آماده شدن برای انجام شکنجه شدیدتر است.

توانایی افراد در تحمل ضرب و شتم فیزیکی متفاوت است. اما افراد زیادی تحت شکنجه‌های شدید هم توانسته اند مقاومت کنند و تحمل شما هم در زمینه ممکن است بالا باشد. به خاطر داشته باشید کسی که برای به دست آوردن خواسته‌های خود متوسل به زور و خشونت می‌شود در موضع ضعف قرار دارد و به سر آمدن تحمل شما به معنای ضعف‌تان نیست.

دو استراتژی متفاوت برای مقابله با ضرب و شتم و شکنجه وجود دارد و شما باید بسته به شرایط‌تان در مورد روش درست تصمیم بگیرید. گاه ترکیبی از این دو روش می‌تواند کمک کننده باشد:

داد و فریاد: در شرایطی که تصور می‌کنید در معرض شکنجه فیزیکی شدید خواهید بود می‌توانید در آغاز ضرب و شتم‌ها داد و فریاد و هیاهو کنید. معمولاً سربازجو ترجیح می‌دهد بازجو از روشهایی غیر از فشار فیزیکی برای اعتراف گیری استفاده کند. بنابراین تلاش برای جلب توجه در زمان ضرب و شتم می‌تواند روش مؤثری باشد، چرا که ممکن است بازجو نخواهد دیگر همکارانش از ماجرا باخبر شوند.

از حال رفتن: اگر پیش‌تر طی بازجویی مورد ضرب و شتم قرار گرفته و بر این باورید که احتمالاً متحمل شکنجه شدیدی خواهید شد می‌توانید طی اولین ضربات خود را سریع آسیب دیده جلوه داده، بی حال شده و غش کنید تا در نظر بازجو ضرب و شتم بیشتر شما بی فایده به نظر بیاید.

گزارش شکنجه: هر نوع شکنجه ای را به بهداری اطلاع دهید. در صورتیکه در سلول انفرادی نگهداری می شوید می‌توانید از نگهبان بخواهید که کاغذ و خودکار بیاورد تا شما درخواست مراجعه به بهداری کنید.

بازجویی دسته جمعی و موازی: بازجویی گروهی و موازی برای زندانی به مراتب سختتر و پیچیده‌تر از اشکال دیگر بازجویی است چون هر حرف جزیی شما می‌تواند به دوستانتان منتقل شده و به این واسطه اطلاعات بیشتری از آنها گرفته شود و این روند با تکرار حرف های دوستانتان به شما تکرار شود. شما تلاش خود را بر این بگذارید که تا جایی که ممکن است هیچ گونه اطلاعاتی را افشا نکنید. طی بازجویی های جمعی ممکن است یکی از دوستانتان را که تحت فشارهای بازجویی شکسته است با شما روبرو کنند تا از شکست او برای افزایش فشار روانی شما استفاده کنند. در این سناریو دوست شما ممکن است به شما بگوید: «من اعتراف کرده‌ام بنابراین بهتر است تو نیز از مقاومت دست برداری.» او ممکن است حتی به برخی از اعتراف های خود نیز اشاره کند. شما در چنین شرایطی می‌توانید در مقابل دوستتان سخنانش را رد کرده و بگویید: "این سخنان صحت ندارد و من نمی‌دانم که تو چرا چنین حرفی را می زنی." حتی اگر سخنان دوستتان راست هم باشد، شما به خاطر مسئولیتی که نسبت به خود، جمع و آرمانهای خود دارید از نظر اخلاقی موظف نیستید اعترافات او را تأیید کنید.

برای آشنایی بیشتر با اصول مقابه با بازجویی دسته جمعی به کتابچه فعالیت گروهی مراجعه کنید.

اعتراف

در تمام بازجویی‌ها فشار برای اعتراف علیه خود و تک نویسی علیه دیگران وجود دارد. نوشتن اعترافات بر روی کاغذ مرحله آخر بازجویی است. مستندات پرونده شما، نوشته‌های شما است و نه حرف‌هایی که بین شما و بازجو رد و بدل می‌شود. اعترافات مکتوب مدرکی است که علیه شما در دادگاه استفاده می‌شود.

مقاومت و عدم اعتراف: هدف اول شما اعتراف نکردن (و همچنین خودداری از تقاضای عفو) است. در این راستا می‌توانید از استراتژی وقت‌کُشی که پیش‌تر به آن اشاره شد، استفاده کنید. روی هم رفته تلاش کنید که برای جواب به سؤالات بازجو عجله نکنید؛ مکث کرده و به سؤال ها و پاسخ خودتان فکر کنید.

پاسخ‌های گنگ: در صورت افزایش فشارها به جای بحث در مورد فعالیت هایتان و افراد دیگر، به بحث های کلی در مورد اوضاع کشور مثلاً در مورد مشکلات اقتصادی و مشکلات جوانها بپردازید. تا آنجا که قادر هستید پاسخ های قاطع و شفاف ننویسید و از عبارت هایی همچون: دقیقاً اطلاع ندارم، شاید و احتمال دارد استفاده کنید.

ناخوانا نوشتن: ناخوانا و درهم نوشتن و خط خوردگی زیاد نیز مفید است. دست کم در یک مورد اعترافات فعالی که به خاطر شکنجه زیاد با دست لرزان نوشته شده بود از پرونده نهایی حذف شده زیرا می‌توانسته مدرکی بر حال نامساعد او باشد.

نوشتن پاسخ های مورد نظر: بازجوها معمولاً پیش از این که شما جواب‌های خود را بنویسید، آنها را با شما مرور می‌کنند. صرف نظر از این که با بازجو بر سر چه پاسخی به توافق رسیدید، بدون درگیر شدن در نهایت پاسخ مورد نظر خود را بنویسید. گاه ممکن است بازجو چندین دفعه نوشته شما را پاره کند. هدف بازجو این است که در نهایت شما را مجبور کند آنچه که او می‌خواهد بنویسید. اما حواستان باشد مجبور نشوید اطلاعات اضافه بر آنچه پرسیده‌اند بدهید، یا آنچه بازجو می‌خواهد بنویسید. می‌توانید برای کم شدن فشار، هر بار که مجبور می شوید دوباره مطالب خود را بنویسید، جمله‌بندی ها را نسبت به بار قبل تغییر دهید. این یک بازی روانی است. در نظر داشته باشید، همان قدر که شما خسته می شوید بازجوی شما هم خسته و عصبی می‌شود، با این تفاوت که او هم برای شرکت در این بازی پول
می‌گیرد و هم با آمادگی کامل جسم و روحی وارد آن می‌شود.

توجه ویژه به سؤال‌هایی که پاسخ آری یا خیر دارند: به سؤال ها با دقت بسیار زیادی جواب دهید. بعضی سؤال‌ها جواب بله یا خیر دارند که یک نوع اعتراف گیری است. به این سؤال ها پاسخ کوتاه ندهید. ممکن است بازجو برگه شما را بارها پاره کند اما پاسخ آری یا نه به این سؤال ها می‌تواند سرنوشت قضایی شما را رقم بزند.

موضع اخلاقی در اعتراف: اگر وادار شدید در مورد دیگران اعتراف کنید بهتر است به نوشتن اطلاعات کم خطر و عمومی بپردازید؛ مثلاً به سابقه‌ی علمی افراد، اینکه فرد خوبی است، و چگونگی آشنایی با او (در صورتی که بیارتباط به فعالیتهای شما باشد) اشاره کنید.

گاهی می‌توانید در مورد برخی از فعالیتهای عمومی افراد دیگر که مطمئن هستید دردسر ساز نیستند صحبت کنید. سعی کنید قبل از دستگیری با دوستانتان هماهنگ کنید که در شرایط اضطراری، چه مواردی از روابط و سوابق آنها را می توانید فاش کنید. این آمادگی کمک می‌کند که در زمان بازجویی دوست شما هم از موارد فاش شده باخبر باشد و آسیب کمتری ببیند.

پاسخ کتبی به سؤالهای شفاهی: در صورتی که بازجو سؤال خود را شفاهی مطرح کرده و از شما می‌خواهد با خالی گذاشتن چند خط شروع به نوشتن پاسخ کنید، شما در ابتدای جواب خود سؤال را بنویسد. برای مثال بنویسید، "پاسخ من به سؤال ... این است."

تاریخ و صفحه گذاری: پس از پایان پاسخ، قسمت سفید کاغذ را خط زده و جایی برای نوشتن بیشتر نگذارید. همچنین دقت کنید که تمام صفحات شماره گذاری شده و تاریخ آن مشخص باشد. در یک مورد، نبود تاریخ بر روی صفحه اعتراف باعث شده سخنان یک متهم در رابطه با رویدادهایی که بعد از بازجویی او صورت گرفته استفاده شود.

انکار "اعترافات": در صورتی که تحت فشار و شکنجه وادار به اعتراف شدید، می‌توانید غیر مستقیم به این فشارها اشاره کنید و فرضاً بنویسید با توجه به شرایطی که در آن هستید، یا با توجه به نگرانی هایی که دارید، این مطلب را مینویسید. بعدها این عبارتها می‌تواند مفید باشد. همچنین می‌توانید در پایان هر ورق بنویسید که این مطالب را تحت فشار بازجو نوشته‌اید. به دلیل واکنش شدید احتمالی بازجو به انکار مستقیم اعترافات مکتوب، این مسأله ممکن است در عمل کاربرد زیادی نداشته باشد و استفاده از روشهای غیرمستقیم انکار در عمل شدنی تر باشد.

اعتراف و مصاحبه تلویزیونی: تا آن جا که در توان دارید در مقابل درخواست مصاحبه و یا اعتراف تلویزیونی مقاومت کنید زیرا اعتراف تلویزیونی بی‌ضرر و یا کم ضرر دشوار است. هر جمله‌ای که شما در ویدیو بگویید می‌تواند ویرایش شده و در نهایت علیه شما و یا شخص دیگری به کار رود. مواردی وجود دارد که سخنان یک فعال در مورد یک واقعه خاص در رابطه با واقعه‌ای کاملاً متفاوت و علیه فعالان دیگر استفاده شده است. این که سخنان ضبط شده شما در کجا و چگونه استفاده خواهد شد در کنترل شما نیست و امتناع از مصاحبه تصویری در عمل بهترین راه است.

تپق، لکنت و تکانهای غیر عادی: شما در مصاحبه‌ی تلویزیونی نمی‌توانید از اکثر روشهایی که در اعتراف نوشتاری به کار می‌رود استفاده کنید. بهترین روش برای غیرقابل استفاده کردن ویدیو، تپق زدن مدام، تکان های غیر عادی و لکنت زبان شدید است، تا حدی که فیلم غیرقابل استفاده شود.

چهره نامناسب: یکی از فعالان قومی پس از مقابله بسیار در مرحله‌ای وادار می‌شود که بگوید حاضر به مصاحبه است. اما چون او می‌دانسته اعتراف تلویزیونی هزینه بسیاری بالایی برایش به همراه خواهد شد در لحظه آخری که قرار بود در برابر گروه فیلمبرداری قرار بگیرد در سلول خود با استفاده از مهر نماز صورت خود را خراش می‌دهد و همین باعث می‌شود که در برابر دوربین قرارش ندهند. با وجودی که او بعد از این اقدام تحت فشارهایی قرار می‌گیرد اما فیلمی از او گرفته نمی‌شود. در حالی که از هم پرونده‌ای‌های او مجبور به مصاحبه شده و در نهایت اعترافات تلویزیونی‌شان پخش می‌شود.

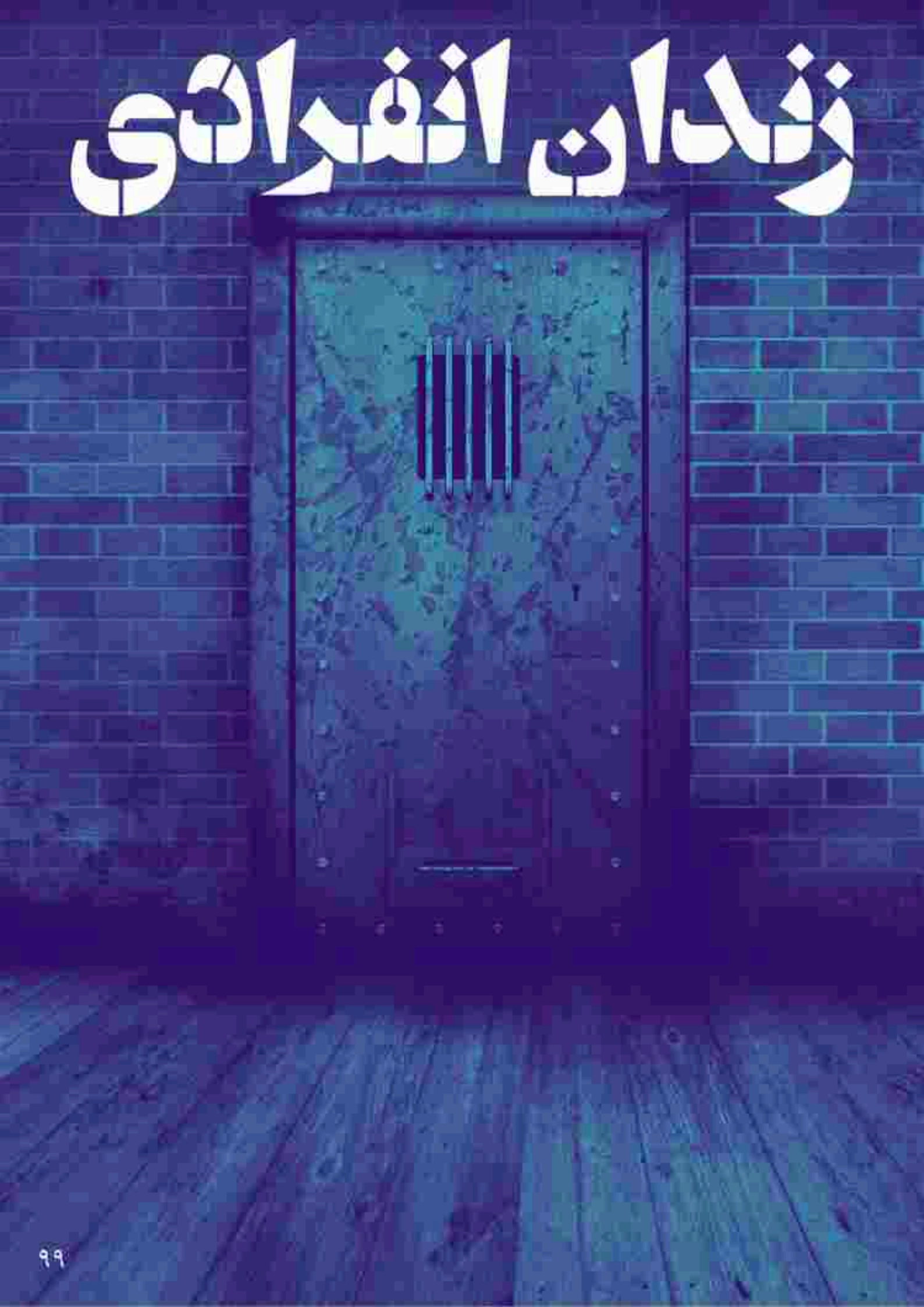
توبه و درخواست عفو

معمولاً فرآیند بازجویی به نقطه‌ای می‌رسد که بازجوها ادعا می‌کنند در صورت درخواست عفو، مجازات کمتری متوجه متهم خواهد شد. توجه کنید که این هم بخشی از سناریو بازجویی است. هیچگاه وارد این بازی نشوید و درخواست عفو نکنید. اما اگر ناچار به چنین کاری هستید، به یاد داشته باشید که درخواست عفو در اکثر موارد عملاً همان اعتراف است، بنابراین در نوشتن متن عفو خود همیشه دقت فراوان کنید و بدون اعتراف، خواهان بخشش شوید. برای مثال اگر بازجو از شما میخواهد برای شرکت در تظاهرات درخواست عفو کنید، شما در متن خود تأکید کنید به یاد ندارید که در تظاهراتی شرکت کرده باشید (و یا تنها ناظر بوده اید و ...) اما در هر صورت اگر خطایی صورت گرفته پوزش می‌خواهید و تقاضای عفو می‌کنید.

درخواست همکاری

معمولاً در مرحله‌ای از بازجویی از شما درخواست خواهد شد که با مقام‌های اطلاعاتی همکاری کرده و پس از آزادی از زندان در مورد افراد مختلف به آنها اطلاعات بدهید. هر چقدر به پایان بازجویی نزدیکتر شوید احتمال شنیدن این پیشنهاد بیشتر می‌شود. در اواخر بازجویی فضا نیمه دوستانه است و در نتیجه دیگر فضای فشار و مقاومت حاکم نیست. بهترین و در حقیقت تنها واکنش مفید به پیشنهاد همکاری این است که شما بلافاصله و با قاطعیت این درخواست را رد کنید، حتی اگر پیش از آن و تحت بازجویی شکسته شده باشید. چنین توافقی به جز مشکل اخلاقی، به معنای ادامه کنترل روانی شما پس از آزادی است. شما نمی توانید به دروغ به همکاری رضایت دهید. این تصور که بعد از آزاد شدن به راحتی قادر خواهید بود از انتقال اطلاعات سرباز بزنید اشتباه است. توافق برای همکاری مانند باتلاقی است که بیرون آمدن از آن گرچه غیرممکن نیست، اما بسیار دشوار است. چنین توافقی مانند دادن سلاحی به بازجو برای ادامه کنترل شما پس از آزادی از زندان است. در همین حال اگر از ابتدا با قاطعیت این درخواست را رد نکنید، بازجو تصور می‌کند می‌تواند امکان بالقوه همکاری شما را با فشار بیشتر به بالفعل تبدیل کنید، و بنابراین، فشار بیشتری به شما وارد می‌کند. شما می‌توانید بدون حساس کردن بازجو این درخواست را به طور صریح رد کنید. مثلا می‌توانید بگویید که دیگر خسته شده و به هیچ وجه قصد ادامه فعالیت ندارید و نمی‌خواهید دوستان قدیمی خود را ببینید. حتی می‌توانید بگویید که تصور می‌کنید که آنها به شما خیانت کرده اند و نمی‌توانید با آنها معاشرت کنید. مواظب باشید اوراقی را که در آن به شکلی، موضوع همکاری مطرح شده به هیچ وجه امضاء نکنید.

زندان انفرادی



زندان انفرادی به خصوص در دوران پیش از محکومیت، زمانی که فرد نمی‌داند چه سرنوشتی در انتظارش است فشار روحی زیادی بر زندانی وارد می‌کند. برخی از مسائل معمول سلول انفرادی عبارتند از: بی اشتهایی، احساس تنهایی، کم خوابی، توهم، سرما و یا گرمای بیش از حد، بازجویی نشدن و در نتیجه قطع شدن ارتباط انسانی، نور دائم و در موارد نادر احتمال وجود دوربین و میکروفون مخفی.

جستجوی کامل سلول: تمام سلول را به طور کامل بگردید. حتی اگر امکان دارد موکت کف سلول را بلند کنید و زیر آن را ببینید. شاید مغزی خودکار، دست نوشته‌ی زندانی قبلی، ورق روزنامه یا هر چیز دیگری پیدا کنید که در تنهایی سلول برایتان جالب باشد. چشم‌بند و لباس زندان را هم به طور کامل وارسی کنید. گاهی نوشته‌ی یک زندانی در گوشه‌ی لباس یا چشم بند می‌تواند روحیه ی شما را عوض کند.

لوازم تحریر: از نگهبانان بخواهید لوازم تحریر در اختیارتان قرار دهند. در صورت رد شدن این درخواست با احتیاط تلاش کنید در بازجویی، دادسرا و یا دادگاه خودکار و یا مداد پیدا کرده و به درون سلول ببرید. نوشتن می‌تواند به پر شدن حس تنهایی شما کمک کند. معمولاً زندانبان‌ها با خواندن دیوار سلول متوجه می‌شوند که خودکار دارید یا نه. می‌توانید نوشته های خود را به جای دیوار سلول در حاشیه قرآن یا مفاتیح بنویسید. اگر فکر می‌کنید نزدیکانتان از بازداشت شما آگاه نیستند با ذکر نام و تاریخ، شرایط خود را بنویسید تا افرادی که بعدها آن را می‌خوانند از بازداشت شما آگاه شوند. در صورت داشتن خودکار همچنین می‌توانید با رعایت احتیاط در ملاقات با خانواده بر روی کف یا مچ دستتان پیغام بنویسید و به آنها برسانید. در این صورت سعی کنید پیش از بازگشت به سلول حتماً آن را پاک کنید.

تکرار اعتقادات: هر چه بیشتر در سلول انفرادی نگهداری شوید بیشتر احساس تنهایی می‌کنید. تنهایی منجر می‌شود که به عقاید و فعالیتهای خود شک کنید و در برابر بازجو و روند بازجویی بیشتر آسیب پذیر باشید. به طور مداوم اعتقادات خود را در خلوت تکرار کنید و اعتقادتان را به عملی که انجام دادید حفظ کنید؛ حتی اگر به این نتیجه رسیدید که بعضی‌کارهایتان اشتباه بوده است، زندان جای حساب‌کشی از خود نیست. مرور اعمال و دلایل کارهایتان را به بعد از آزادی موکول کنید.

قطع شدن عادت ماهانه: اگر در سلول انفرادی و یا به طور کلی در مدت بازداشت پریودتان قطع شد، نگران نشوید. این اتفاق برای بسیاری از فعالان زن در دوران بازداشت می‌افتد و در اغلب موارد پس از آزادی بدون نیاز به دارو این مشکل برطرف می‌شود. اما در داخل زندان حتماً درخواست کنید که به بهداری رفته و یک متخصص زنان شما را معاینه کند. این موضوع به خصوص اگر مجرد باشید برای مسئولان بهداری و بند خیلی مهم است. شما می‌توانید از این موقعیت به نفع خودتان استفاده کنید.

" به هیچ وجه در انفرادی به خانواده و نزدیکان خود و شرایط آنها فکر نکنید. زیرا شرایط آنها در بیرون از شما بسیار بهتر است و فکر کردن به آنها به شما کمکی نخواهد کرد."

مؤثرترین راهکارهای مقابله با فشارها انفرادی: با وجودی که تحمل زندان انفرادی بسیار دشوار است، اما روشهایی مشخص و اثبات شده‌ای نیز برای مقابله با آن وجود دارد. برخی از مؤثرترین راهکارهای کاهش فشارهای ناشی از زندان انفرادی عبارتند از: برنامه‌ریزی روزانه و ساعت‌بندی ورزش و یا رقص روزانه در سلول (به گونه ای که ضربان قلبتان بالا رفته و عرق کنید) صبحانه و غذای مرتب خوردن، نوشیدن آب، درخواست رجوع به بهداری، خودارضایی، فکر کردن به خاطرات خوب و پناه بردن به قوه تخیل و خاطره سازی، مطالعه و حفظ کتاب هایی که به آن دسترسی دارید، تماس با سلولهای کناری در صورت امکان بدون صحبت در مورد مسائل حساس. تمیز کردن سلول، درست کردن بازی‌های یک نفره، فکر کردن به این موضوع که تمام این اتفاق ها روزی تبدیل به خاطره خواهد شد، حمام و دستشویی رفتن در بیرون از سلول، خواندن دیوار نوشته‌ها و نوشتن.

مدیتیشن ساده (تنفس جعبه‌ای): ۴ ثانیه دم، ۴ ثانیه حبس نفس، ۴ ثانیه بازدم، ۴ ثانیه حبس نفس حتی پنج دقیقه تمرین تنفس جعبه‌ای یا چهارضلعی می‌تواند در تغییر احوال روحی شما در سلول تأثیر شگرفی بگذارد.

اعتراض در زندان

در زندان هم می‌توانید به افزایش فشارها اعتراض کنید. اعتراض شما می‌تواند به شکل عدم استفاده از خدمات معمول زندان مانند ملاقات با خانواده، تماس تلفنی و هواخوری باشد. شما حتی می‌توانید در صورت ضرورت، از بازجویی شدن سرباز بزنید. آنچه مبرهن است این است که این اعتراض‌ها برای شما هزینه خواهد داشت. اما در شرایطی که فشار زیادی را متحمل شده باشید، اعتراض ممکن است بتواند منجر به کاهش فشار شود.

یکی از روش‌های اعتراضی معمول در زندان‌های ایران اعتصاب غذا است. ما هیچگاه به شما توصیه نمی‌کنیم که اعتصاب غذا کنید. اعتصاب غذا اثرات طولانی مدتی بر روی سلامت فرد دارد. اما اگر خود را در شرایطی می‌یابید که تصور می‌کنید چاره ای جز اعتصاب غذا ندارید به موارد زیر توجه کنید:

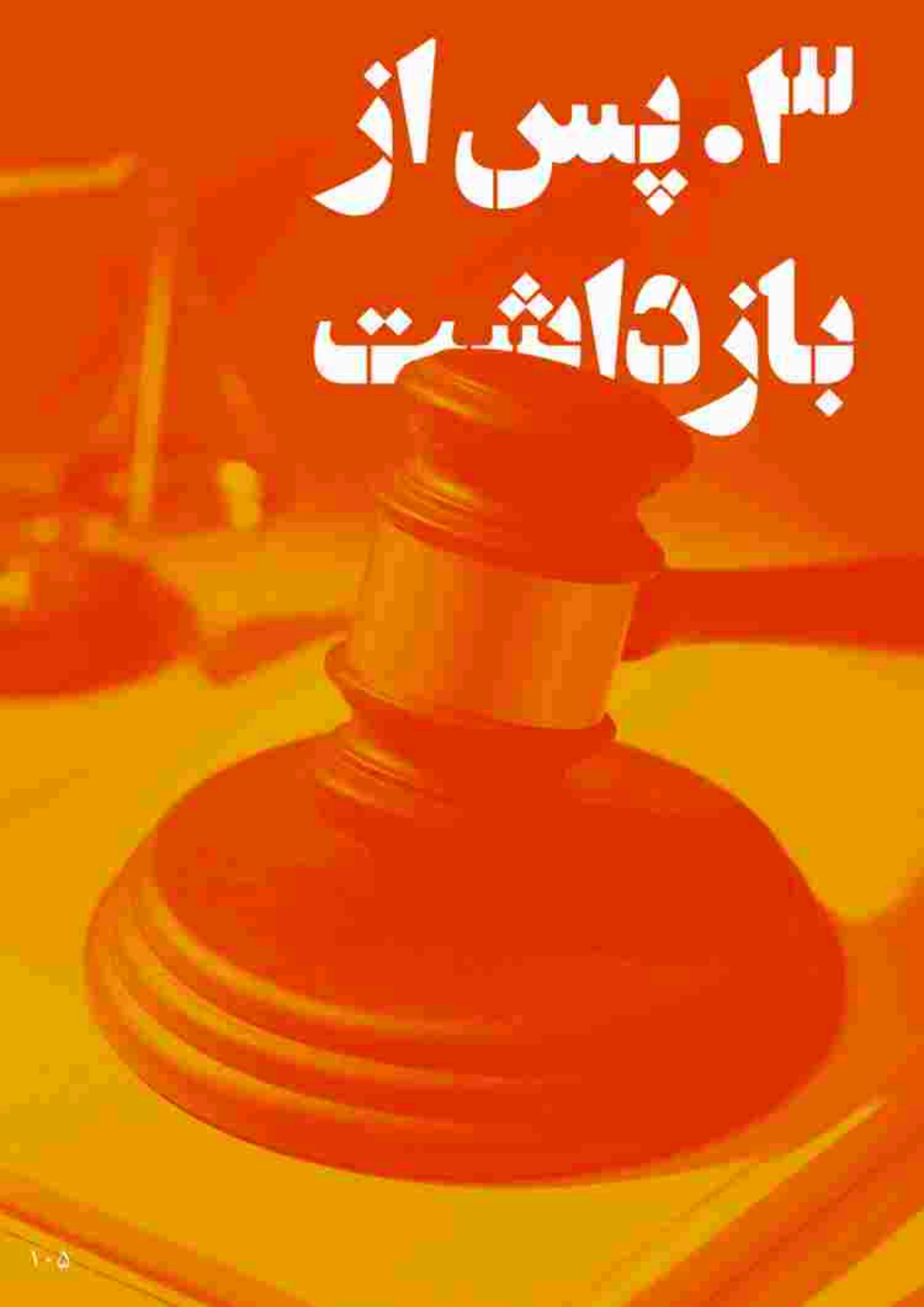
دقت در تصمیم: پیش از تصمیم به اعتصاب غذا تبعات منفی این اقدام را در نظر بگیرید. اعتصاب غذا ضربه‌ی جدی به بدن شما وارد می‌کند و در صورت طولانی شدن ممکن است به اعضای داخلی بند شما لطمات جبران ناپذیری بزند. از آنجایی که اعتصاب غذا روش اعتراضی نسبتاً معمولی محسوب می‌شود، توجه شما را به نکات زیر جلب می‌کنیم. توجه به این نکات باعث می‌شود آسیب های ناشی از اعتصاب غذا محدود شود.

آمادگی: یک هفته پیش از آغاز اعتصاب غذا، با حذف تدریجی مواد گوشتی، بدن خود را برای اعتصاب آماده کنید.

اعتصاب: به هیچ وجه به شما توصیه نمی‌شود که اعتصاب غذای خشک کنید. مایعات زیاد بنوشید و برای تامین الکترولیتهای لازم بدنتان شکر و نمک را از رژیم غذایی خود حذف نکنید. تا آنجا که می‌توانید شرایط فیزیکی راحتی را هم از نظر مکانی که در آن می‌نشینید و هم از نظر متعادل نگه داشتن دمای بدنتان برای خود فراهم کنید تا فشارهایی افزون بر عدم تغذیه به جسمتان وارد نشود.

شکستن اعتصاب: زمانی که می‌خواهید به اعتصاب خود پایان دهید، غذا خوردن را آهسته آغاز کنید و در دو روز اول تلاش کنید فقط از غذای نرم و آبکی مانند سوپ و مایعات مقوی؛ آب میوه و سبزیجات مصرف کنید.

۳.۰ پس از بازداشت



وکیل

گرفتن وکیل پیش از دستگیری می‌تواند بسیار مفید باشد. اول از همه اینکه شما وادار به گرفتن وکیل تسخیری نمی شوید و مراحل پیگیری پرونده برای خانواده و دوستان شما راحت‌تر می‌شود، چرا که وکیل خوب می‌تواند کمک و راهنمای مفیدی برای خانواده‌تان باشد. داشتن وکیل همچنین از حس بلاتکلیفی و بی خبری از پرونده در زمان بازداشت می‌کاهد.

دقت در انتخاب وکیل: هر وکیلی متناسب با پرونده شما نیست و ممکن است سابقه، توانایی و یا حساسیت لازم را برای دفاع از حقوق شما نداشته باشد. در انتخاب وکیل دقت کنید. می‌توانید با دوستان همفکر و همگروه خود که سابقه گرفتن وکیل دارند مشورت کنید.

وکالت در توکیل: اگر به دلیلی قادر به پیدا کردن وکیل نیستید، می‌توانید به شخص مورد اعتمادی وکالت در توکیل دهید تا در صورت بازداشت، مناسب‌ترین وکیل را از طرف شما انتخاب کند.

دادگاه

پیش از رفتن به دادگاه تلاش کنید حتماً با وکیل خود ارتباط بگیرید تا در مورد روند دادگاه آگاهتان سازد. اگر وکیل‌تان تسخیری است تلاش برای تماس و ملاقات با او را بیشتر سازید تا شناخت بهتری از او پیدا کنید، زیرا نداشتن وکیل بهتر از وکیل تسخیری‌ای است که خلاف منافع شما عمل می‌کند. در صورتی که حس می‌کنید وکیل تسخیری‌تان قابل اعتماد نیست و با وجود تلاش نتوانسته‌اید وکیل مورد نظر خود را داشته باشید، با گفتگو با زندانیان دیگر از تجربیات دیگران در خصوص نحوه‌ی برخورد در دادگاه و قاضی استفاده کنید. اما آگاهی از اصولی‌ترین حقوق متهم در دادگاه می‌تواند کمک مهمی باشد. در آخرین بخش این جزوه برخی از حقوق قانونی شما قبل از بازداشت، پس از بازداشت و در دادگاه با جزئیات ذکر شده است. در صورتی که با وجود تلاش برای دستگیر نشدن بازداشت شدید، سعی کنید از موقعیت خود بهترین بهره برداری را کرده و از فرصت‌های محدود زندان استفاده کنید. زندان می‌تواند مدرسه فعالان سیاسی باشد. شما می‌توانید در زندان بالغ‌تر و پخته‌تر شده و باورها و اعتقادات‌تان را منسجم‌تر کنید.

آشنایی با دیگر فعالان: شما ممکن است در زندان فرصت آشنایی نزدیک با فعالان دیگر را پیدا کنید. می‌توانید با صحبت با آنها از تجربیات‌شان آموخته و روحیه بگیرید. اگر با افراد ناشناس هم‌سلول هستید با احتیاط رفتار کنید و البته در هر صورت از نقل خاطراتی که می‌تواند برای شما یا دوستانتان دردسرساز شود پرهیز کنید. اما حتی اگر مطمئن نیستید هم سلولی‌هایتان افراد قابل اعتمادی هستند، تلاش کنید با آنها صحبت کرده و یک فضای اجتماعی برای خود ایجاد کند. روابط اجتماعی در زندان برای روحیه و سلامت روانی شما بسیار مفید است.
آشنایی با هسته امنیتی: پس از بازداشت شدن شما فرصت آشنایی با هسته امنیتی حکومت و برخورد از نزدیک با مأموران اطلاعاتی را پیدا می‌کنید. این تماس می تواند درک بهتری از کسانی که در نقطه مقابل شما فعالیت می‌کنند به شما ارائه دهد و شما را با موانع و فرصت‌های فعالیت بیشتر آشنا کند.

اعتماد به نفس: زندان تجربه دشواری برای فعالان است که معمولا پیامدهای روحی، جسمی، اجتماعی و اقتصادی بلند مدتی دارد. اما این تجربه همچنین می‌تواند شما را با توانایی‌هایی که پیش از این تصور نمی‌کردید از آنها بهره‌مندید آشنا کند و در نتیجه باعث تقویت اعتماد به نفس شما و افزایش توان شما در تحمل مشکلات شود.

پیامدهای منفی زندانی شدن

زندانی شدن پیامدهای منفی متعددی دارد. یک فعال باید تلاش کند بازداشت نشود زیرا زندانی شدن خلاف منافع شخصی و ضربه‌ای به اهدافی است که برای رسیدن به آن تلاش می‌کند. اما در صورت بازداشت بهترین روش مقابله با پیامدهای زندان آشنایی با آن و راهکارهای مقابله با آن است. برخی از تجربیات معمول فعالان پس از آزادی عبارتند از: ایجاد اختلال و استرس پس از ضربه روحی ناشی از بازداشت و زندانی شدن، احساس از دست دادن موقعیت های بزرگ زندگی، احساس قهرمانی و توانایی بیش از حد، احساس عذاب وجدان از فعالیتهای خود، رویدادهای زندان و فشاری که بر خانواده‌تان اعمال شده است، احساس اینکه دوستان و نزدیکانتان با ادامه به زندگی معمول خود در زمان زندانی بودن شما به شما پشت کرده‌اند و در نتیجه بدبین شدن به آنها، تماسهای تلفنی بازجو برای کنترل شما و گرفتن اطلاعات، فشار زیاد خانواده برای کنترل ابعاد مختلف زندگیتان، به هم ریختن و مختل شدن خواب.

روشهای مواجهه با پیامدهای زندان

پس از آزادی، فعالان معمولاً با چالشهای متعددی روبرو می‌شوند. اما همانند چالشهایی که در زندان و سلول انفرادی با آن مواجه می‌شوند، راهکارهای مؤثری نیز برای گذار به سلامت روحی و جسمی کامل وجود دارد.

ورزش: پس از آزادی برنامه‌ای برای ورزش روزانه خود بگذارید. ورزش یکی از بهترین روشهای مقابله با افسردگی و افکار ناراحت کننده و غیرمنطقی است.

روانکاو: مراجعه به روانکاو پس از آزادی بسیار مفید است. بهترین روانکاو کسی است که به شما این حس را می‌دهد که شرایطتان را به خوبی درک می‌کند و شما می‌توانید به او اعتماد کنید. در صورتی که چنین حسی از روانکاوتان نمی‌گیرید، وی روانکاو مناسبی برای شما نیست، حتی اگر با تجربه باشد. روانکاو دیگری پیدا کنید، شما باید احساس کنید توصیه‌ها و طرز برخورد روانکاو برای شرایط شما مفید است.

اجتماعی بودن: از اجتماع دوری نکرده و سعی کنید فعال باشید. ممکن است نیاز به منزوی بودن در شما قوی باشد اما معاشرت با دوستان و خانواده و تقویت روابط اجتماعی و احساسی روحیه شما را بهبود می‌بخشد و کمک خواهد کرد به زندگی عادی بازگردید.

گفتگو با دیگران: خاطره‌گویی و صحبت کردن در مورد رویدادهای که در زندان به شما گذشته می‌تواند تأثیر منفی خاطرات زندان را به مراتب کمتر کند.

تلاش آگاهانه برای لذت بردن از زندگی: به مسافرت بروید و آگاهانه تلاش کنید به کارهایی بپردازید که شما را شاد می‌کند و از آن لذت می‌برید.

حقوق شهروندی و حقوق متهم

حقوق فعالان در ایران متاسفانه به طور گسترده‌ای نقض می‌شود اما آگاهی شما از حداقل موازین قانونی ضروری است. دانستن حقوق و برخی از پیچیدگی‌های قانونی به شما کمک خواهد کرد در صورت گرفتاری قضائی بتوانید به بهترین وجه ممکن رفتار کرده و مشکلات حقوقی خود را به حداقل برسانید. با وجودی که آگاهی شما احتمالاً به طور کامل جلوی رفتارهای غیرقانونی مقام‌های قضائی و انتظامی را نخواهد گرفت، اما دستکم می‌توانید موقعیت خود و ادعاهای مقام ها در مورد پرونده تان بهتر ارزیابی کنید. موارد زیر فهرستی از بنیادی ترین حقوق شهروندی و حقوق متهم در ایران است.

حق آزادی: هیچکس حق ندارد بدون موجب قانونی آزادی شما را محدود یا سلب نماید. قاضی نباید شما را احضار یا جلب نماید مگر اینکه دلایل کافی برای احضار یا جلب موجود باشد. منظور از دلایل کافی دلایلی است که حکایت از ارتکاب جرم توسط متهم نماید. (اصل ۳۷ قانون اساسی، ماده ۱۲۴ قانون آیین دادرسی کیفری، بند ۵ ماده واحده قانون احترام به آزادیهای مشروع و حفظ حقوق شهروندی، بند ۱ ماده ۱۱ اعلامیه جهانی حقوق بشر)

حق امنیت شخصی: هر کسی حق دارد آزادانه در جامعه کار و زندگی نماید و هیچکس حق ندارد آزادی افراد را بدون علت قانونی محدود یا سلب کند. در جرایم غیر مشهود که متهم به دستور مقام قضائی جلب می‌شود، مامورین مکلفند بلافاصله متهم را تحویل مقام قضائی بدهند. ضابطین دادگستری حق ندارند متهم را بیشتر از ۲۴ ساعت تحت نظر نگه دارند. (ماده ۱۲۳ قانون آیین دادرسی کیفری و تبصره آن.)

حق محدود بودن بازداشت موقت: قرار بازداشت موقت می‌تواند تا صدور حکم دادگاه اول ادامه یابد. اما این مدت نباید از حداقل مدت مجازات قانونی جرم ارتکابی، بیشتر باشد. برای مثال چنانچه اتهام، همکاری با دولتهای متخاصم باشد و متهم با قرار بازداشت در بازداشتگاه باشد، با توجه به ماده ۳۵ قانون آیین دادرسی کیفری، قرار بازداشت او تا زمانی قابل تمدید است که از حداقل مجازات قانونی جرم همکاری با دول متخاصم بیشتر نشود. در این مورد حداقل مجازات یک سال و حداکثر ۱۰ سال است. بنابراین نگهداری بیش از یک سال متهم با چنین اتهامی توقیف غیر قانونی تلقی می‌شود. (ماده ۳۵ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق بی‌گناه تلقی شدن: متهم تکلیفی ندارد که بیگناهی خود را ثابت نماید. بلکه شاکی یا هر مقامی که ادعای گناهکار بودن متهم را می‌نمایند، باید با دلایل قانونی ادعای خود را ثابت کنند. در جرایم مشهود که متهم توسط ضابطین دادگستری دستگیر می‌شود، مامورین مکلفند در اولین فرصت و حداکثر ظرف ۲۴ ساعت او را به نزد مقام قضائی ببرند. مقام قضائی در صورتی که دلایل اتهام را برای انجام تحقیقات و تکمیل آن کافی بداند باید بلافاصله اتهام و دلایل آن را به متهم تفهیم نماید. اگر دستگیری متهم در روز تعطیل باشد باید او را نزد قاضی کشیک ببرند. مأمورین و ضابطین دادگستری حق ندارند به بهانه تعطیلی، از بردن متهم نزد مقام قضایی خودداری کنند. جرایم مشهود جرایمی هستند که در مقابل چشم مأمورین اتفاق می‌افتد و یا مأمورین متهم را در حال فرار، و یا همراه با آلت جرم، و یا در محل وقوع جرم می‌بینند.

در این موارد مأمورین می‌توانند بدون دستور مقام قضائی فرد مظنون را دستگیر و نزد مقام قضائی ببرند. مدتی که متهم قبل از رفتن نزد مقام قضائی در بازداشتگاه نیروی انتظامی نگهداری می‌شود، تحت نظر نامیده می‌شود. (ماده ۲۴ قانون آیین دادرسی کیفری مواد ۲۱-۱۵ و۲۴قانون آیین دادرسی کیفری)

حق خودداری از انجام دستورات غیر قانونی: متهم حق دارد دستورات غیر قانونی مقامات قضائی و غیر قضائی را اجرا نکند. برای مثال احضار متهم باید به صورت مکتوب و ارائه احضارنامه انجام شود. احضارنامه در دو نسخه فرستاده می‌شود. یک نسخه را متهم دریافت می‌کند و نسخه دیگر را امضا کرده و به مامور احضار باز می‌گرداند. بنابراین در صورتی که مأموری برگه احضاریه را فقط به رویت مخاطب برساند و نسخه ای از آن را به او تسلیم نکند قانوناً ابلاغ صورت نگرفته است و متهم موظف نیست از آن پیروی کند. (ماده ۱۱۲ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق رعایت اصل قانونی بودن جرم و مجازات: قاضی باید بلافاصله پس از حضور یا جلب متهم اتهام و دلایل اتهام را به او تفهیم کرده و تحقیقات را شروع کند. قاضی نمی‌تواند به هیچ عنوان تحقیقات را به تأخیر بیندازد. در موارد ضروری در صورتی که متهم بیمار باشد و قادر به حرکت نباشد قاضی مکلف است خودش نزد او رفته و تحقیقات را انجام دهد. بنابراین اگر شخصی احضار یا دستگیر شود و بدون تفهیم اتهام و آغاز تحقیقات مقدماتی به حال خود رها شده و یا اعمالی را به عنوان اتهام به او تفهیم نمایند که اصلاً در قانون جرم شمرده نشده است، احضار یا بازداشت او از موارد بازداشت‌های غیرقانونی و خودسرانه است و مسئولین پرونده از نظر انتظامی و قضایی قابل پیگرد هستند. برای مثال فردی تلفنی به دوستش خبر می‌دهد که در فلان روز قرار است یک تجمع اعتراضی برگزار شود و سپس این فرد دستگیر می‌شود. اگر اتهام و علت دستگیری او را در بازپرسی همین اقدامش، یعنی خبر دادن به دوستش در مورد یک تجمع اعتراضی اعلام کنند، این امر با اصل قانونی بودن جرم و مجازات منافات دارد.

زیرا در هیچ قانون جزائی خبر دادن در مورد یک عمل، جرم تلقی نشده است. (ماده ۲۴ و ۱۲۹ قانون آیین دادرسی کیفری و اصل ۳۶ و ۱۶۷ و ۱۶۹ قانون اساسی)

حق آگاهی از علل صدور قرار بازداشت: متهم حق دارد از علل صدور قرار بازداشت موقت مطلع شود تا بتواند با استدلال و علم به آنچه که در پرونده است، اعتراض خود را اعلام نماید. در قرار بازداشت موقت باید دلایل صدور قرار به روشنی ذکر شود و نیز تاکید شده باشد که متهم حق دارد نسبت به قرار صادره اعتراض کند. قرار بازداشت موقت باید مستدل، موجه و مستند باشد و به متهم ابلاغ شود. لازمه اطلاع از محتویات پرونده، مطالعه آن توسط متهم یا وکیل او است. (ماده ۳۷ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق اعتراض به قرار بازداشت موقت: متهمی که برای او قرار بازداشت موقت صادر شده است حق دارد ظرف ۱۰ روز نسبت به قرار بازداشت موقت صادر شده اعتراض کند. در این صورت مقام قضائی صادر کننده قرار، پرونده را برای رسیدگی به اعتراض به دادگاه صالح ارسال می‌کند. قرار بازداشت موقت اگر توسط بازپرس، دادیار یا دادستان صادر شده باشد، دادگاه عمومی یا انقلاب صالح به رسیدگی می‌باشد. اگر از دادگاه عمومی یا انقلاب صادر شده باشد، دادگاه تجدید نظر استان، صالح به رسیدگی خواهد بود. (بندهای "ط" و "ن" ماده ۳ قانون اصلاح قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب و ماده ۲۰ قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب)

حق رفع بازداشت: متهمی که برای او قرار وثیقه یا کفالت صادر شده و به دلیل عدم توانائی تودیع وثیقه یا عدم معرفی کفیل در بازداشت قرار گرفته باشد، زمانی که دلیل بازداشتش برطرف شود، می‌تواند نسبت به بازداشت خود اعتراض و درخواست رفع قرار بازداشت را نماید.

همچنین متهمی که با قرار بازداشت در بازداشتگاه بسر می‌برد، هر ماه یکبار حق دارد نسبت به صدور قرار بازداشت موقت صادره اعتراض کند. (بند ح ماده ۳ قانون اصلاح قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب، ماده ۳۴ و ۳۳، ۱۳۸و تبصره ۱ ماده ۱۳۹قانون آیین دادرسی کیفری)

حق محدودیت بازداشت موقت: پرونده‌های متهمینی که با قرار بازداشت موقت در بازداشتگاه نگهداری می‌شوند، از نظر موضوعی و از نظر حداکثر مدت زمانی که باید منجر به نتیجه شوند، بر دو دسته تقسیم می‌شوند. پرونده هائی که موضوع آنها از جرائمی است که باید در دادگاه کیفری استان مورد رسیدگی قرار گیرند و پرونده هائی که در صلاحیت دادگاههای عمومی و انقلاب هستند. پرونده هائی که از نظر موضوعی باید در دادگاههای کیفری استان مورد رسیدگی قرار گیرند، برای مثال پرونده های با موضوع سیاسی، زنا یا قصاص، حداکثر تا ۴ ماه باید منجر به نتیجه شوند و اگر در این مدت تحقیقات خاتمه نیابد، بازپرس نمی‌تواند بیشتر از ۴ ماه متهم را بلاتکلیف در بازداشت نگه دارد. بنابراین بازپرس مکلف است با فک قرار بازداشت و تخفیف آن به قرار تأمین دیگر، متهم را آزاد کرده و تحقیقات را ادامه دهد.

اگر موضوع اتهام از مواردی باشد که در صلاحیت دادگاه عمومی و انقلاب است، بازپرس مکلف است بعد از گذشت ۲ ماه قرار بازداشت را فک و متهم را با قرار تأمین دیگری آزاد نماید. مگر اینکه دلایل کافی برای ادامه بازداشت متهم داشته باشد که در این صورت باید نظر خود را بصورت مکتوب، مستدل و مستند اظهار نماید. (بند "ط" ماده ۳ قانون اصلاح قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب)

حق مطابق بودن قرار تأمین با شرایط جرم و متهم: قرار تأمین باید با اهمیت جرم، شدت مجازات، دلایل و اسباب اتهام، احتمال فرار متهم واز بین رفتن آثار جرم، و همچنین سابقه، وضعیت مزاج، سن و حیثیت متهم متناسب باشد. بنابراین متهم حق دارد در صورت عدم تطبیق قرار بازداشت با موارد مذکور، نسبت به صدور قرار بازداشت اعتراض کند. مثلاً اگر فرد به اتهام اخلال در نظم عمومی دستگیر شده و با قرار بازداشت روانه بازداشتگاه شده‌است، می‌تواند به علت عدم تطبیق شدت تأمین با نوع اتهام، به قرار صادره اعتراض نماید. (ماده ۱۳۴ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق انتقال به بازداشتگاه عمومی: بازداشتگاه های موقت مراکزی است که تحت نظر سازمان زندانها و اقدامات تامینی و تربیتی کشور تشکیل می‌شود و مخصوص نگهداری متهمینی است که صدور قرار تامین (وثیقه یا کفالت) منتهی به بازداشت آنها شده است. متهمی که به دلیل عجز از تودیع وثیقه یا معرفی کفیل در بازداشتگاه موقت نگهداری می‌شود، چنانچه در عرض ۳۰ روز نتواند اقدام به تودیع وثیقه و یا معرفی کفیل نماید، حق دارد بعد از این مدت درخواست کند، به بازداشتگاه عمومی منتقل شود. (ماده ۲ آیین‌نامه اجرایی بازداشتگاههای موقت)

حق دسترسی به وکیل و خانواده: متهمینی که در بازداشتگاه های موقت نگهداری می‌شوند حق دارند همه روزه، از ساعت ۸ صبح تا ۸ شب با وکیل، اعضای خانواده، بستگان و دوستان خود ملاقات داشته باشند. مگر آنکه طبق نظر شورای تشخیص ملاقات متهم با افراد دیگر، غیر از وکیل، مخل انتظامات عمومی و جریان محاکمه باشد و یا صریحاً در قرار صادره از آن منع شده باشد. در این صورت ملاقات با متهم تنها با اجازه کتبی مرجع صادرکننده قرار امکانپذیر می باشد. متهمین بطور کلی حق دارند در تمام مدت بازداشت با وکیل یا وکلای خود ملاقات داشته باشند. آنها مجاز به مکاتبه با بستگان و آشنایان خود نیز هستند. (ماده ۱۰ آیین‌نامه اجرایی بازداشتگاههای موقت و ماده ۱۸۰ و ۱۸۷ آیین نامه اجرائی سازمان زندانها)

حق دسترسی به وسایل ارتباط جمعی عمومی و لوازم بهداشتی:

متهمین در بازداشتگاههای موقت می‌توانند از وسایل شخصی خود مانند تلفن همراه و رایانه استفاده کنند. آنها مجاز به خرید و استفاده از نشریات، کتاب، مجلات و استفاده از وسایل ارتباط جمعی به طور تمام وقت می‌باشند. متهمینی که در بازداشتگاههای عمومی نگهداری می‌شوند، حق دارند از رادیو، کتب و نشریات مجاز، نوشت افزار (کاغذ، پاکت، مداد، خودکار) و لوازم بهداشتی و شخصی از قبیل خمیر دندان، مسواک، صابون و شامپو، ابر حمام، شانه عینک طبی، حوله، جوراب ، لباس زیر و ... استفاده کنند. (ماده ۱۱ آیین‌نامه اجرایی بازداشتگاههای موقت و تبصره آن و مواد ۶۰ و ۶۱ آیین نامه اجرائی سازمان زندانها و اقدامات تأمینی و تربیتی)

حقوق متهم در دادگاه

حق برخورداری از وکیل انتخابی: در صورتی که متهم وکیل یا وکلای خود را از پیش به مرجع قضائی معرفی کرده باشد، بعد از ارجاع پرونده به دادگاه و تعیین وقت رسیدگی، دادگاه نسخه ای از احضاریه را برای وکیل یا وکلای متهم نیز می‌فرستد تا در جلسه دادگاه حضور داشته باشند. اگر متهم در مرحله دادسرا و تحقیق وکیل نداشته باشد، می‌تواند بعد از ارسال پرونده به دادگاه وکیل بگیرد. در دادگاههای جزائی از نظر تعداد وکلایی که یک متهم می‌تواند با خود همراه داشته باشد، هیچ محدودیتی در قانون پیش بینی نشده است. دادگاه مکلف است وقت رسیدگی کلیه اوراق قضائی را به تمام وکلای متهم ابلاغ نماید. (ماده ۱۸۵قانون آیین دادرسی کیفری)

حق برخورداری از وکیل تسخیری: متهم می‌تواند از دادگاه درخواست کند که وکیلی را برای او تعیین کند. این درخواست زمانی به عمل می‌آید که متهم توانائی مالی تعیین وکیل را ندارد یا موضوع اتهام از مواردی است که مجازات قانونی آن قصاص، اعدام، رجم یا حبس ابد است.

در این موارد قانوناً متهم باید وکیل داشته باشد و اگر توانائی تعیین وکیل را نداشته باشد، دادگاه بدون درخواست متهم برای او وکیل تسخیری تعیین می نماید. اگر وکیل تسخیری تعیین شده شرایط لازم در بی طرفی را نداشته باشد، متهم می‌تواند به انتخاب او اعتراض و تقاضای تغییر او را از دادگاه نماید. (ماده ۱۸۶ و ۱۸۷ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق برخورداری از محاکمه علنی: محاکمات و جلسات دادرسی در همه دادگاهها به صورت علنی برگزار می‌شوند و هر کسی حق دارد وارد جلسه دادرسی شده و شاهد نحوه محاکمه، دفاعیات متهم و جریان محاکمه باشد. در قانون آیین دادرسی کیفری فقط در ۳ مورد به قاضی اجازه داده شده که دادگاه را به صورت غیر علنی برگزار کند. یکی در شرایطی است که موضوع مربوط به جرایم منافی عفت باشد. دوم جرائمی است که جنبه خانوادگی و خصوصی دارند و طرفین هر دو می‌خواهند که جلسه دادگاه غیر علنی برگزار شود. سوم، در مواردی است که علنی بودن جلسه رسیدگی، مخل امنیت و احساسات مذهبی مردم است. در این موارد قاضی مکلف است موضوع غیر علنی بودن جلسه دادرسی را کتباً و با استدلال در صورتجلسه اعلام کند. در پرونده هایی که قاضی جلسه را علنی اعلام می‌کند، اما از ورود افراد دیگر جلوگیری می‌شود، متهم می‌تواند تا رفع موانع حضور آزاد اشخاص در دادگاه، و یا غیرعلنی اعلام شدن جلسه دادگاه، به نحو مکتوب و مستدل در صورتجلسه، از پاسخگوئی به قاضی و انجام دفاعیات خودداری کند. (ماده ۱۸۸ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق مطالعه پرونده: بعد از اینکه وقت رسیدگی در دادگاه تعیین شد، متهم و وکلای او حق دارند قبل از دادگاه پرونده را مطالعه و از محتویات آن مطلع شوند. مطالعه پرونده بدین معنی است که متهم یا وکلایش پرونده را آن گونه که موجب کسب اطلاعات کافی و لازم از آن می‌شود، بررسی کرده و از مطالبی که بنظرشان مهم است، یادداشت بردارند.

اگر دادگاهی تنها به وکیل متهم اجازه دهد پرونده را مطالعه کند اما از مطالعه پرونده توسط متهم جلوگیری کند، این حق برای متهم ایجاد می‌شود که از قاضی بخاطر تخلف از مقررات قانونی در دادگاه انتظامی قضات شکایت کند. (ماده ۱۹۰ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق برخورداری از قاضی ذی-صلاحیت: قاضی دادگاه نیز همچون بازپرس باید صلاحیت ورود در پرونده را داشته باشد. این یکی از نکاتی است که متهم باید به آن توجه کند. اگر قبلاً همین قاضی در کمتر از دو سال پیش در همان موضوع اتهامات، نسبت به متهم، حکم صادر کرده باشد، این بار حق ندارد به عنوان قاضی در این پرونده با همان موضوع اتهام و برای همان متهم، تصمیم بگیرد زیرا مغایر با بی طرفی اوست. اگر قاضی یا همسرش نسبت فامیلی با طرف مقابل متهم داشته باشد، اگر قاضی بی‌طرف نباشد، اگر قاضی قبل از جلسه رسیدگی در مورد اتهامات مطروحه علیه متهم اظهار نظر ماهوی کرده باشد.... صلاحیت او زیر سؤال می‌رود. در این صورت متهم می‌تواند نسبت به آن اعتراض و تقاضای ارجاع پرونده نزد قاضی دیگر را بنماید. (ماده ۴۷ و ۲۱۰ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق برخورداری از دادگاه ذی-صلاحیت: لازم است که دادگاه نیز برای رسیدگی به موضوع پرونده صالح باشد. رسیدگی به برخی پرونده ها مثل پرونده های سیاسی و مطبوعاتی در صلاحیت دادگاه کیفری استان است. بنابراین همواره می‌توان به صلاحیت دادگاه انقلاب برای رسیدگی به پرونده های سیاسی اعتراض کرد. پرونده باید در دادگاهی مورد رسیدگی قرار گیرد که جرم در آن واقع شده است. برای مثال اگر متهم در شهری غیر از تهران زندگی و کار می‌کند، همانجا به اتهام ارتکاب جرم دستگیر شده، یا مدعی شده‌اند که جرم در همانجا کشف شده است، پرونده اش نباید به تهران ارسال شود.

در چنین شرایطی ارسال پرونده به تهران خلاف قانون است و این احتمال به ذهن متبادر می‌شود که ممکن است دادستان با قضات تهران تبانی کرده باشد، یا قضات شهری که متهم در آنجا زندگی می‌کند حاضر نشده اند به دستورات نهادهای امنیتی تمکین کنند. متهم می‌تواند به این رفتار خلاف قانون اعتراض و درخواست ارسال پرونده را به محل وقوع جرم یا کشف آن بنماید. (تبصره ماده ۴ و تبصره ۱ ماده ۲۰ قانون اصلاح قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب، ماده ۵۱ تا ۵۴ قانون آیین دادرسی کیفری و ماده ۵ قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب)

حق تفکیک جرائم و محاکمه در دادگاههای ذی-صلاح: اگر متهم به جرائم مختلفی متهم شده است که رسیدگی به هر یک از آنها در صلاحیت دادگاه متفاوتی است، موارد اتهام باید هر یک در دادگاه ذی-صلاح خود رسیدگی شوند. برای مثال اگر متهم به ۴ اتهام: حمل مواد مخدر، تبلیغ علیه نظام، اخلال در نظم عمومی و فرار از خدمت متهم شده باشد، طبق قانون آیین دادرسی کیفری یک نوع دادگاه صلاحیت رسیدگی به این ۴ اتهام را ندارد. برای اتهام مواد مخدر دادگاه انقلاب، برای اتهام اخلال در نظم عمومی، دادگاه عمومی کیفری، برای اتهام تبلیغ علیه نظام، دادگاه کیفری استان و برای فرار از خدمت، دادگاه نظامی صالح به رسیدگی است. چنانچه پرونده برای رسیدگی به همه اتهامات به دادگاه انقلاب ارسال شده باشد، متهم حق دارد نسبت به عدم صلاحیت دادگاه برای رسیدگی به سایر اتهامات غیر از مواد مخدر اعتراض و درخواست ارجاع به دادگاه های صالح را نماید. داشتن حکم صلاحیت قاضی برای رسیدگی به همه موارد اتهامی نمی‌تواند ایجاد کننده صلاحیت برای دادگاه باشد. صلاحیت دادگاه امری مستقل از صلاحیت قاضی است. (ماده ۵۵ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق محاکمه تمام شرکاء جرم در یک دادگاه صالح: اگر در پرونده برای متهم شرکاء و معاونینی عنوان شده است، باید به اتهامات همه آنها در یک شعبه دادگاه رسیدگی شود. قانوناً دادگاهی صالح به رسیدگی است که صلاحیت رسیدگی به اتهام مجرم اصلی را دارد.

در این‌گونه موارد نیز در صورتی که رسیدگی به پرونده هر یک از شرکا یا معاونین جرم در دادگاههای مختلف باشد، متهم می‌تواند اعتراض نماید. برای مثال اگر موضوع اجتماع و تبانی مطرح شده، اول باید مشخص شود متهم با چه کسانی مجتمع بوده و تبانی کرده و دوم پرونده همه متهمین باید باهم در یک دادگاه مورد رسیدگی قرار گیرد. (ماده ۵۶ قانون آیین دادرسی کیفری)

شرط لازم حضور دادستان یا نماینده او در دادگاه: یکی از شرایط رسمی بودن جلسه دادگاه، حضور دادستان یا نماینده دادستان است. هدف قانونگذار از اینکه رسمیت جلسه دادگاه را مشروط به حضور دادستان یا نماینده او نموده است، حفظ بی طرفی قاضی است. ابتدا قاضی هویت و مشخصات متهم را می‌پرسد. سپس از دادستان یا نماینده دادستان می‌خواهد ادعای خود را بیان کند و او متن کیفرخواست را قرائت می‌نماید و موضوع اتهامات را با ذکر دلایل آنها بیان می‌کند. سپس قاضی از متهم یا وکیل او می‌خواهد دفاعیات خود را ارائه دهند. قاضی دادگاه باید با کمال بی طرفی، شنونده ادعاهای دادستان و دفاعیات متهم باشد. بنابراین در پرونده هایی که جلسه دادگاه بدون حضور نماینده دادستان تشکیل می‌شود و شخص قاضی متن کیفرخواست و ادعای دادستان را قرائت می‌کند، این امر نه تنها موجب عدم رسمیت دادگاه می‌شود بلکه قاضی را از بی طرفی خارج می‌کند.(بند "ج" ماده ۱۴ قانون اصلاح قانون تشکیل دادگاههای عمومی و انقلاب)

ارائه مدارک در حضور متهم: کلیه اشیا و اسنادی که از منزل یا محل کار متهم ضبط شده باید در حضور متهم به قاضی ارائه شود و قاضی باید در جلسه رسیدگی وجود و تعلق آنها را به متهم، مورد بررسی قرار دهد. اگر دادستان مدعی شود که مثلا در میان وسایل متعلق به متهم اشیاء غیر قانونی کشف شده است، ولی اما نشانی از اشیاء مورد ادعا در پرونده نیست، وکیل مدافع و یا متهم باید از قاضی بخواهد که اشیاء و مدارک مورد ادعا را در جلسه دادگاه بررسی کند.

اگر یکی از مدارک شنود تلفنی بوده باشد، متهم باید مطمئن شود شنود تلفنی به دستور کتبی قاضی و برای زمان مشخصی بوده است. در غیر این صورت نه تنها مندرجات شنود قابل استناد نیست بلکه عمل انجام شده توسط مأمورین جرم و قابل پیگرد قانونی است. (ماده ۱۰۴ و ۱۹۳ قانون ائین دادرسی کیفری)

پاسخ های متهم در دادگاه: همچون مرحله تحقیقات کلیه پاسخ‌های مربوط به متهم در دادگاه باید بدون تحریف ، تغییر و تبدیل نوشته شود. متهمی که باسواد است و توانائی نوشتن پاسخ به سؤالات را دارد می‌تواند درخواست کند که پاسخ‌ها را خود شخصا بنویسد تا از هر گونه سهو قلم، تحریف، تبدیل یا تغییر جلوگیری شود. در صورتی که به او اجازه داده نشود که خودش شخصاً پاسخ به سؤالات را بنویسد. متهم باید هنگام امضای ذیل آنها کلیه سؤالات و پاسخ‌ها را به دقت خوانده و سپس دیل آن را امضا نماید. (ماده ۱۳۱ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق معرفی شاهد: در صورتی که متهم شاهد یا شخصی را به عنوان مطلع معرفی می‌کند که می‌تواند در اثبات خلاف بودن ادعای شاکی یا دادستان به او کمک کند، قاضی مکلف است آنها را به دادگاه دعوت و شهادت یا اطلاعات آنها را بشنود. اگر شاکی و یا متهم سؤالی از شاهد یا مطلع داشته باشند، می‌توانند با اجازه قاضی سؤالات خود را مطرح کنند. (ماده ۱۵۱ قانون آیین دادرسی کیفری و بند ۲ ماده ۱۹۳ قانون ائین دادرسی کیفری)

حق برخورداری از شاهد ذی-صلاح: در برخی پرونده ها یکی از دلایل اثبات ادعای شاکی یا دادستان شهادت شاهد است. در اینگونه موارد متهم باید به شرایط شاهد توجه داشته باشد زیرا اگر شاهد یکی از شرایط لازم برای ادای شهادت را نداشته باشد شهادت او قابلیت استناد در پرونده را ندارد. زیر سؤال بردن شرایط شاهد در قانون جرح و تعدیل نامیده می‌شود.

مثلا اگر شاهد در موضوعی که شهادت می‌دهد خودش نفعی داشته باشد یا اگر با شخصی که علیه او شهادت میدهد دشمنی داشته باشد و یا عدالت شاهد محرز نباشد، شهادتش قابلیت استناد در پرونده را ندارد. در برخی از پرونده های سیاسی برای اثبات ادعای دادستان از شهادت متهمین علیه یکدیگر استفاده می‌کنند که این امر انطباقی با شرایط مندرج در قانون آیین دادرسی کیفری ندارد. (مواد ۱۵۵ و ۱۶۸ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق ذکر دفاعیات آخر: پس از اینکه اظهارات شاکی یا دادستان و دفاعیات متهم یا وکیلش شنیده شد، و قاضی اسناد و مدارک پیوست پرونده را مورد بررسی قرار داد، متهم باید بار دیگر دفاعیات آخر خود را بیان کند. متهم باید هر آنچه در دفاع از خود لازم می‌داند، در آخرین دفاع بیان کند. چنانچه متهم اقاریری در پرونده دارد که خلاف واقعیت است، و یا در بازجویی‌ها شرایطی داشته که مصداق شکنجه و فشار بر او بوده است، می‌تواند در دادگاه روشن و شفاف این موضوع را بیان کرده و بنویسد. آخرین دفاع متهم، آخرین عبارات و الفاظی خواهد بود که بعد از پایان مذاکرات در پرونده نوشته می‌شود. پس از آخرین دفاع، قاضی ختم جلسه را اعلام می‌کند و مکلف است طی یک هفته رای خود را صادر کند. چنانچه بعد از آخرین دفاع متهم، دادستان یا شاکی اظهاراتی دارد که در پاسخ به دفاعیات متهم است، قاضی مکلف است مجدداً آخرین دفاع را از متهم بگیرد. چرا که همانگونه که از مفهوم لفظ آخرین دفاع مشخص است، آخرین کلام قبل از اعلام ختم جلسه دری پرونده باید کلام متهم به عنوان آخرین دفاع او باشد. (بند ۵ ماده ۱۹۳ قانون آیین دادرسی کیفری، ذیل بند ۵ ماده ۱۹۳ قانون آیین دادرسی کیفری)

حق تعیین تکلیف متهم در اسرع وقت قانونی و حق دسترسی به حکم: قاضی مکلف است حداکثر تا یک هفته بعد از اعلام ختم جلسه رسیدگی، حکم خود را صادر نماید. رای دادگاه باید مستدل، مستند به مواد قانونی، و از نظر حقوقی قابل توجیه باشد. رای دادگاه بعد از صدور، تایپ شده و به امضای قاضی می‌رسد.

سپس قاضی دستور ابلاغ رای را به طرفین پرونده می‌دهد تا چنانچه اعتراضی دارند در فرصت قانونی، که ۲۰ روز پس از ابلاغ است، اعتراض خود را تقدیم کنند. بنابراین اگر در پرونده‌ای، دادگاه از ابلاغ رای به متهم یا وکلایش خودداری کند و یا متن رای را برای آنها قرائت کرده، و حداکثر اجازه دهد که از متن آن رونوشت بردارند، این امر خلاف متن صریح قانون است و متهمین و وکلای آنها موظف نیستند به دستورات خلاف قانون مقامات و مراجع قضائی تمکین نمایند. (مواد ۲۱۲، ۲۱۳ و ۲۱۴ قانون آیین دادرسی کیفری)

۴. نقش خانواده و دیگر حامیان

نقش رسانه

فعالانی که در تهیه این دفترچه نقش داشته‌اند بر اهمیت هیچ اقدامی به اندازه اهمیت اطلاع‌رسانی خبر دستگیری و زندان تاکید نورزیدند. توصیه فعالان روشن بود: پخش خبر دستگیری و توجه رسانه‌ها به زندانی قدرت می‌بخشد و بازجو را محتاط‌تر می‌کند. معمولا مقام‌های قضایی خانواده زندانیان را تهدید می‌کنند که در صورت پخش خبر دستگیری فرزند آنها را بیشتر در زندان نگه خواهند داشت و مجازات سنگین‌تری علیه او اعمال خواهد شد. اما این بر خلاف تجربه عملی فعالانی است که با ما آنها صحبت کردیم.

ویژگی های اطلاع رسانی مفید و مؤثر: از اعضای خانواده خود بخواهید موضع سیاسی نگیرند و تنها از موضع خانواده‌ای نگران خبر و جزئیات مربوط به بازداشت شما را بازگو کنند. از آنجا که آنها حقوقدان و وکیل پرونده نیستند، به عنوان نزدیکان می‌توانند احساسی صحبت کنند و بهتر است که احساسی‌ترین فرد خانواده، مانند مادر زندانی، مسئولیت گفتگو با رسانه‌ها را به عهده بگیرد. تلاش کنند با رسانه‌های معتبر و قابل اعتماد صحبت کنند.

سکوت پس از رسیدن به نتیجه دلخواه: در حکومت و دستگاه قضایی ایران نیروهای موازی و نهادهای رقیب متعددی وجود دارند. همانطور که می‌توان از این موضوع به نفع فعال زندانی استفاده کرد وجود نیروهای رقیب ممکن است برای فعالان دردسرهای مضاعفی نیز بیافریند. توجه کنید که پس از گرفتن نتیجه دلخواه، مانند آزادی و یا تبرئه شدن در دادگاه، سکوت اختیار کنید و با صحبت های غیر ضروری نیروهای رقیب و یا مسئولان پرونده را تحریک نکنید.

«چند کمپین توسط دانشجویان دانشگاههای ایران به راه افتاد. بسیار تأثیرگذار بود تا حدی که ریاست دانشگاه را مجبور به برقراری ارتباط با نهادهای امنیتی و دخالت در روند پرونده کرد.

(توجه رسانه ها) به کم کردن فشار روی من خیلی کمک کرد. با وجودی که بازجوها به خاطر این امر من را تحت فشار قرار دادند اما همین مسأله هم نشان می‌داد که آنها هم تا حدی تحت فشار هستند. همچنین بسیاری از مواقع به نظر من به آزادی فرد از زندان و این که طبق روال قانونی پیش برود کمک می کند چون می‌دانند شما یک فرد گمنام نیستید که هر بلایی بخواهند به سرتان بیاورند.

پوشش خبری تأثیر زیادی داشت. به هر میزانی که رسانه‌ها بیشتر به این مورد می‌پرداختند از میزان فشارها کم میشد یا تأثیر مثبت آن به روشهای دیگر خود را نشان می‌داد.»

تاثیر انتشار خبر را می‌توان با توجه به وضعیت زندانیانی که هیچ خبری از آنها منتشر نمی‌شود دریافت. اگر خبری از بازداشت کسی منتشر نشود هر چیزی می‌تواند در انتظار وی باشد.

« اطلاع‌رسانی کردن یکی از مهم‌ترین اقدامات است. خانواده من ترسیده بودند و مصاحبه نکردند اما به هر حال خبر من رسانه‌ای شده بود. این اطلاع‌رسانی باعث می‌شود فشار بازجوها روی بازداشتی کمتر شود. آن‌ها در روند پرونده با احتیاط کمتری برخورد می‌کنند و آسیب کمتری می‌رسانند. هشتگ‌هایی که برای من زدند باعث شد بازجو تحت تاثیر این موضوع باشد. بازجو در اتاق بازجویی به من می‌گفت که برایم هشتگ زده‌اند ولی من نمی‌دانستم چقدر واقعی است و بعد از آزادی دیدم حمایت‌ها را و فهمیدم اثر مثبتی داشته است.»

«در مدت بازداشت من، خانواده‌ام را به شدت تهدید کرده بودند که اطلاع‌رسانی نکنند. البته این صددرصد اشتباه است. اگر بازجو ببیند شبکه‌های متخلف اسم بازداشت‌شده را می‌برند این نشان می‌دهد بازداشتی تنها نیست و بازجو می‌فهمد اگر اتفاقی برای او بیافتد برایش عواقبی خواهد داشت.»

برای آشنایی بیشتر با نحوه اطلاع رسانی درباره بازداشت افراد به کتابچه مربوط به این موضوع مراجعه کنید.

چگونه پشتیبان فعالین داخل کشور باشیم

بسیاری از ایرانیان مقیم خارج از کشور، با اوج‌گیری اعتراضات در ایران، به‌نحوی در تلاش هستند تا از مبارزه مردم داخل کشور حمایت کنند. بازنشر اخبار مربوط به اعتصابات و مبارزات خیابانی در شبکه‌های اجتماعی و شرکت در تجمعات خارج از کشور می‌تواند از راه‌های عمومی مشارکت در این مبارزه باشد اما در این‌جا می‌خواهیم یکی از موثرترین راه‌هایی را به شما پیشنهاد دهیم که با استفاده از آن می‌توانید به پیروزی خیزش مردم در ایران کمک کنید.

پشتیبانی از فعالان داخل کشور به صورت تک به تک راه‌کار پیشنهادی ما است. یک پشتیبان می‌تواند به مردم در داخل کشور کمک کند تا آن‌ها به اینترنتی امن و آزاد دسترسی داشته باشند و اطلاعات روی کامپیوتر و گوشی هوشمندشان را به شکلی امن نگه‌داری کنند.

در این روش شما نقش پشتیبان یک «فعال در داخل ایران» را بر عهده می‌گیرید و با ارتباط مداوم با او کمک می‌کنید که مثلا اگر بازداشت شد اطلاعات حساس او به دست نهادهای امنیتی نیفتد. کمک به حفظ امنیت فعالان داخل کشور از روش های گوناگونی امکان پذیر است که در ادامه به آنها اشاره می‌کنیم.

«پشتیبان» کیست و چگونه می‌تواند از خارج کشور به فعالین داخل کشور کمک کند؟

- پشتیبان معمولا در وضعیت امنیت فیزیکی و روانی بهتری قرار دارد و می‌تواند بدون نگرانی ساعت‌ها برای کمک به فرد در معرض خطر زمان بگذارد و با ساختن یک سیستم حمایتی از او تا حدی محافظت کند.
- پشتیبان به اینترنت به نسبت پرسرعت و امکان پرداخت الکترونیکی برای خرید نرم‌افزار و دیگر ملزومات به صورت آن‌لاین دسترسی دارد.
- ضبط یا دزدیدن اقلامی که پشتیبان به طور فیزیکی در خارج از کشور نگهداری می‌کند برای حکومت بسیار دشوار و هزینه‌زاست. بنابراین کافی است پشتیبان برای مثال بک آپ کد backup code (کدهایی برای بازیابی اکانت در صورت نداشتن کلمه عبور) ورود به اکانت یک فعال داخل کشور را ابتدا پرینت کرده و سپس از گوشی و کامپیوتر خود حذف کند. با استفاده از این روش احتمال دسترسی حکومت به آن‌ها به صفر نزدیک می‌شود.

- در صورت بازداشت فعال، پشتیبان می‌تواند تلاش کند که:

- اکانت‌ها و گوشی فرد را که ممکن است در هنگام بازداشت به دست حکومت افتاده باشد پاک‌سازی یا غیرفعال کند.
- در صورت نیاز در مورد پرونده او خبررسانی کند تا تیم بازجویی از سکوت خبری برای شکنجه بیشتر و سپس صدور حکم سنگین‌تر برای او سواستفاده نکنند.

ما در این‌جا برخی از اقداماتی را که پژوهشگران از تجربه فعالان حوزه پشتیبانی جمع‌آوری کرده‌اند پیشنهاد کرده‌ایم. این تجارب به کاهش احتمال دستگیری و آسیب فعالان داخل کشور کمک می‌کند. یک پشتیبان می‌تواند برای هرکدام از اقدامات زیر با فرد پشتیبانی‌شونده توافق کند:

- پاک‌سازی یا غیرفعال کردن حساب‌های کاربری: یکی از مهم‌ترین کارهایی که می‌توانید برای فعالی که پشتیبانی او را بر عهده دارید انجام دهید، کمک به پاکسازی ایمیل و اکانت شبکه‌های اجتماعی او در صورت بازداشت شدن او است. پیش از هر چیز شخص فعال باید به شما اعتماد کند تا پسوردها و راه‌های ورود به ایمیل و شبکه‌های اجتماعی‌اش را در اختیار شما قرار دهد تا در شرایط حساس پسوردها را عوض کنید و اطلاعات حساسی که می‌تواند در بازجویی و دادگاه به ضرر او تمام شود را پاکسازی کنید.

- توصیه ما به فعالان این است که سیستم تایید هویت دو مرحله‌ای برای تمام حساب‌های کاربری فعال کنند اما وقتی پسورد در اختیار پشتیبان قرار می‌گیرد و می‌خواهد وارد حسابتان شود نیازمند رمز دوم است. راه حل این مشکل این است که به قسمت تنظیمات سیستم تایید هویت دو مرحله‌ای بروید و در آنجا لیست backup codes را فعال و ذخیره کنید. این لیست باید در اختیار پشتیبان قرار بگیرد تا در مواقعی که لازم است با وارد کردن آن به عنوان رمز دوم وارد حساب کاربری‌تان شود.

- در روزهای حساس مثلا وقتی که فرد به تجمع یا جلسه‌ای می‌رود با هم قرار بگذارید تا قبل از ساعتی مشخص با شما تماس بگیرد و از سلامت و امنیتش شما را آگاه کند. در صورتی که پشتیبان در خارج از کشور است این قرار باید از طریق یک کانال امن ارتباطی مثل سیگنال صورت گیرد. اگر این اتفاق نیفتاد اقدام به پاکسازی و تغییر رمزها کنید.

- پاک کردن از راه دور گوشی و لپ‌تاپ: گوشی‌های اندروید و آیفون این امکان را دارند که مکان‌یابی شوند و از راه دور اطلاعات روی گوشی حذف شود. دقت کنید که این امکان باید روی گوشی شخص تحت پشتیبانی فعال شده باشد تا پیش از تخلیه اطلاعات گوشی در صورت بازداشت آن‌را پاکسازی کرد. در صورتی‌که گوشی پس از افتادن به دست تیم بازجویی خاموش شود یا در وضعیت Airplane Mode قرار بگیرد، در اولین باری که گوشی را به اینترنت متصل کنند اطلاعات پاک می شود.

- این امکان برای لپ‌تاپ‌ها هم وجود دارد و باید نرم‌افزار مخصوص این کار برای ویندوز یا مک تهیه شود تا بتوان اطلاعات روی آن‌ها را از دور پاک کرد.

ناشناس‌سازی و ارسال عکس و فیلم به رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی:اجرای این مسئله توسط فعالین مدنی و شهروندخبرنگاران، بخشی حیاتی از فرآیند اطلاع رسانی در ایران به شمار می‌آید. با این حال، در بسیاری از موارد، حکومت سرعت اینترنت را کاهش می‌دهد تا از وقوع این امر جلوگیری کند. اگر شما از شخصی در ایران حمایت می‌کنید و او قصد دارد ویدئویی را ارسال کند، اما با مشکل کندی سرعت اینترنت مواجه است، توصیه کنید که ویدئو را در چندین بخش برایتان ارسال نماید تا شما بتوانید آنها را کنار هم قرار دهید و به رسانه‌ها ارسال کنید یا در شبکه‌های اجتماعی به اشتراک بگذارید. با بهره‌گیری از نرم‌افزارهایی نظیر Yzip یا WinRAR، امکان تقسیم فایل‌های بزرگ به بخش‌های کوچکتر و حتی قرار دادن رمز عبور برای بازکردن آن‌ها از حالت فشرده، فراهم است.

- اگر قصد انتشار ویدیو را دارید دقت کنید که با کمک نرم‌افزارهای ادیت ویدیو یا ابزارهای آنلاین مورد اعتماد صورت افراد موجود در ویدیو را محو کنید. کارکردن با این ابزارها ساده است و روی گوشی‌های هوشمند هم قابل دسترسی است.

- خریدها: موارد زیادی وجود دارد که پشتیبان به دلیل دسترسی امن به خرید آنلاین بین‌المللی می‌تواند آن‌ها را برای فعالین داخل تهیه کند.

- ابزار مدیریت کلمه عبور (Password Manager): استفاده از این ابزار برای بالا بردن امنیت پسوردها توصیه می‌شود اما بسیاری از این سرویس‌ها مجانی نیستند یا فقط در دوره کوتاهی بدون پرداخت قابل استفاده هستند. اگر فعال داخل ایران، استفاده از این ابزار را ترجیح می‌دهند شما می‌توانید برای او نسخه اصلی را خریداری کرده و در اختیار وی قرار دهید. (برای اطلاعات بیشتر به بخش امنیت رمز عبور پیشرفته در همین کتابچه مراجعه نمایید)

شماره مجازی: اگرچه پیام‌رسان‌های امنی همچون سیگنال امکان مخفی کردن شماره تلفن و استفاده از نام کاربری را جهت افزایش امنیت کاربران به قابلیت‌های خود افزوده اند، ولی همچنان استفاده از شماره‌های مجازی(Virtual numbers) برای راه‌اندازی حساب‌های کاربری در شبکه‌های اجتماعی و دیگر پیام‌رسان‌ها می‌تواند موجب کاهش نگرانی‌های فعالان شود. پشتیبان می‌تواند با خرید شماره مجازی به افزایش امنیت فعالان کمک کند.

- خرید یا ساخت فیلترشکن امن: برای فردی که پشتیبانی او را بر عهده دارید فیلترشکن(VPN) فراهم کنید. بخش زیادی از عبور از فیلترینگ در ایران با کمک نسخه رایگان وی‌پی‌ان‌ها و فیلترشکن‌ها صورت می‌گیرد. اما نسخه‌های رایگان محدودیت دارد و خصوصا نیاز فعالان در ایران را تامین نمی‌کنند. از این مهمتر، در مواردی که فیلترشکن‌های شناخته شده کار نمی‌کنند افراد گاهی مجبور می‌شوند از فیلترشکن‌های متفرقه استفاده کنند که ظن وابستگی به حکومت در موردشان وجود دارد و خیلی از آن‌ها امن نیستند.

برای همین بهتر است افراد پشتیبان که در خارج از کشور هستند و به اینترنت پرسرعت و امکان خرید آنلاین بین‌المللی دسترسی دارند برای فعالین داخل کشور فیلترشکن امن تهیه کرده و در اختیار آن‌ها قرار دهند. بسیار مهم است که پشتیبان وی‌پی‌ان‌های امن و معتبری برای فعالان تهیه کند که برای نمونه می‌توان به مواردی چون NORD.EXPRESS، XVPN و PROTON اشاره کرد.

- اطلاع‌رسانی در صورت بازداشت: با فعال هماهنگ کنید که در سناریوهای مختلف بازداشت، بازجویی یا صدور حکم برای او چه شکلی از اطلاع‌رسانی و کار خبری را ترجیح می‌دهد. تجربه دهه‌ها فعالیت فعالین مختلف نشان می‌دهد که سکوت خبری اوضاع را برای فعالین بازداشتی بدتر می‌کند ولی در نهایت تصمیم در مورد شکل اطلاع‌رسانی توسط فرد فعال تعیین می‌شود و باید به نظر و تصمیم او احترام گذاشت.

- کمک و حمایت مالی: این گزینه ممکن است برای بسیاری از پشتیبان‌ها ممکن نباشد اما در صورت لزوم و امکان پشتیبان و فعال می‌توانند درباره موارد زیر و دیگر سناریوهای مشابه گفت‌وگو کنند:

- گوشی (تلفن هوشمند): استفاده از گوشی‌های بسیار قدیمی که دیگر به روزرسانی‌های امنیتی را دریافت نمی‌کنند می‌تواند یک آسیب‌پذیری امنیتی باشد.
- کمک مالی به خانواده در صورت بازداشت: اگر فرد فعال منبع اصلی تامین مالی خانواده است، بازداشت او علاوه بر نگرانی در مورد جان او می‌تواند معیشت خانواده‌اش را هم تحت تاثیر قراردهد.

کلید زدن رابطه فعال و پشتیبان: از کجا شروع کنیم؟

بعد از دستگیری توماج صالحی، فردی که حالا می‌توانیم او را پشتیبان توماج صالحی خطاب کنیم، اعلام حضور کرد و به سرعت اطلاع‌رسانی درباره وضعیت توماج و اجرای دستورالعمل‌های توافق‌شده را آغاز کرد. این رابطه نمونه‌ای از ارتباط یک پشتیبان و فعال داخل ایران است. ما در ادامه برخی از اقدامات اولیه ای را که برای شروع یک رابطه امن پشتیبانی لازم است شرح داده‌ایم:

- اعتماد: پشتیبان باید فردی باشد که به او اطمینان و اعتماد زیادی داشته باشیم. ترجیحا این اعتماد باید به طور مستقیم به وجود آمده باشد ولی در صورت لزوم می‌توان این اعتماد را به طور غیرمستقیم ایجاد کرد. مثلا اگر شخص قابل اطمینانی در خارج از کشور نمی‌شناسیم ممکن است دیگر فعالان مورد اعتماد ما فردی را به ما معرفی کنند. بعد از تماس‌ها و هماهنگی‌های اولیه فعال و پشتیبان هماهنگی‌های لازم در خصوص نحوه ارتباط و همکاری با یکدیگر را تعریف خواهند کرد.

- راه‌اندازی و امن‌سازی اولیه دستگاه و سیستم عامل فعال و پشتیبان: اگر اکانت ها یا دستگاه‌های هر یک از دو فرد قبل از شروع رابطه فعال و پشتیبان آلوده شده یا تحت شنود و ردگیری باشند ممکن است این رابطه بیش از فایده فعال را دچار دردسر کند. برای همین لازم است هردو فرد در ابتدای فرآیند و به خصوص پیش از نقل و انتقال پسوردها و کدهای دومرحله‌ای سیستم‌های خود را امن کنند. جهت ایجاد یک بستر امن ارتباطی بین فعال و پشتیبان، پیش از هرگونه تبادل اطلاعات، اکیدا توصیه می‌شود مراحل زیر را اجرا کنید:

- سعی کنید از یک سیستم (لپ تاپ - کامپیوتر شخصی) یا گوشی اختصاصی برای ارتباط و تبادل داده استفاده کنید.
- گوشی اختصاصی خود را فاکتوری ریست کرده و بروزرسانی کنید. پس از بروزرسانی گوشی تنها برنامه‌های مورد نیاز خود شامل پیام‌رسان و دیگر ابزارهای ارتباطی را از منابع معتبر مثل Google Play Store یا App Store نصب کنید. دقت کنید که از این گوشی هرگز برای دسترسی به اکانت‌های شخصی یا انجام کارهای روزمره خود استفاده نکنید. بطور پیش فرض قبل از برقراری ارتباط با طرف مقابل VPN گوشی خود را فعال کنید.
- اگر از لپ تاپ یا کامپیوتر شخصی اختصاصی برای ارتباط با فرد فعال یا پشتیبان استفاده می‌کنید ابتدا دیسک کامپیوتر خود رو بطور کامل فرمت کرده و سپس یک سیستم عامل تازه (ترجیحا یک لینوکس شناخته شده مثل Ubuntu) روی آن نصب کنید. پس از نصب سیستم عامل را بروزرسانی کرده و تنها نرم افزارهای مورد نیاز برای ارتباط با طرف مقابل را از سایت فروشنده نرم‌افزار دانلود و نصب کنید. دیسک سیستم خود را ترجیحا رمزنگاری کرده و برای ورود به سیستم از یک پسورد قوی استفاده کنید. مجددا تاکید می‌شود از این سیستم برای دسترسی به اکانت‌های شخصی یا انجام کارهای روزمره خود استفاده نکنید و از قرار دادن هرگونه اطلاعات شخصی یا داده‌هایی که این سیستم را به هویت واقعی شما متصل کند، پرهیز کنید. استفاده از یک VPN (و یا مرورگر Tor) برای برقراری هرگونه ارتباط از طریق این سیستم از دیگر پیش فرض‌های کلیدی است.

- راهنمای تبادل کلمات عبور بین فعال و پشتیبان:

- از راه نرم‌افزار مدیریت کلمه عبور(Password Manager): اگر فعال و پشتیبان از ابزار مدیریت کلمه عبوری استفاده می‌کنند که هر دو به آن دسترسی دارند امکان به اشتراک‌گذاشتن امن کلمات عبور بین آن‌ها به‌راحتی میسر خواهد بود.
- از طریق پیام‌رسان: اگر می‌خواهید کلمات عبور را از طریق پیام‌رسانی امن مثل سیگنال منتقل کنید بهتر است کلمه عبور را در دو مرحله به اشتراک بگذارید. به این معنا که بخش اول از کلمه عبور را از طریق یک پیام‌رسان امن و بخش دوم را از طریق ایمیل یا تماس تلفنی به اشتراک بگذارید تا حتی اگر یکی از این دو مسیر مورد شنود قرارگرفت امکان ورود به حساب‌های کاربری برای نیروهای امنیتی ممکن نباشد.

اصول اخلاقی پشتیبانی

شما با پذیرش پشتیبانی یک فرد فعال در ایران، مسئولیت مهمی را می‌پذیرید که ملزومات و پیامدهای اخلاقی مهمی دارد:

- حریم خصوصی: احترام به حریم خصوصی فرد فعال و عدم ورود به حساب‌های او به دلایلی غیر از کمک به امنیت او و یا خواندن غیرضروری و از روی کنجکاوی اطلاعات خصوصی آن فرد که ممکن است در آن حساب‌ها باشد، اشتباه اخلاقی بزرگی است.
- پایبندی به تعهدات زمانی: اگر با فعال توافق کردیده‌اید که در ساعت خاصی با او هماهنگ کنید تا مطمئن شوید بازداشت نشده این موضوع را در صدر اولویت های خود قرار دهید. مثالی که اهمیت این موضوع را نشان می‌دهد این است که اگر فعالی می‌داند شما قرار است اگر تا ساعت ده شب از اون خبری نشنیدید حساب‌هایش را غیرفعال کند، ممکن است در صورت بازداشت بعد از ساعت یازده شب دیگر مقاومت نکرده و پسوردها را در اختیار بازجو قرار دهد.
- وضعیت اینترنت به خصوص در روزهای تجمع و درگیری قابل اعتماد نیست. حتما روی روش‌های مختلف برای هماهنگی پس از تجمع اتفاق نظر داشته باشید تا کار نکردن اینترنت باعث نشود بدون دلیل حساب‌ها را غیرفعال کنید.

سخن آخر

حق طلبی یک از بنیادی‌ترین خصیصه‌های بشر است. رسیدن به «حق» مسیری طولانی در روند تکامل ما است که هزاران سال پیش آغاز و تا مدت ها بعد از زمان ما ادامه خواهد داشت. در نتیجه عدالت طلبی یک فعال، انسانی‌ترین جنبه ی او است و هر اقدامی که در این راستا انجام می‌دهد مفید است. حقوقی که ما امروز از آن بهره‌مند هستیم نتیجه تلاش افراد و چهره‌های بیشماری است که پیش از ما این مسیر را طی کرده‌اند. در این میدان نبرد بزرگ، هیچ اقدامی بی اهمیت نیست و گامی است در راستای تکامل ما.

اما همانطور که برای آرمان های خود مبارزه می‌کنید، وظیفه دارید به نیازها و خواست های آنی‌ترتان توجه کنید. لذت از زندگی، خوشی و یا بودن با عزیزانتان برخی از نیازهایی است که شما برای تامین آنها باید از امنیت برخوردار باشد.

بنابراین هر چه با تفکر بیشتر و سنجیده‌تر عمل کنید نتیجه بهتری خواهید گرفت. در این میان اگر تصور می‌کنید پروژه فعالیت امن می‌تواند در زمینه ای به شما کمک کند از تماس با ما دریغ نکنید.

این جزوه را می‌توانید هر زمانی با مراجعه به وب سایت ما مطالعه کنید. با وجودی که این جزوه قانونی است، اگر نسخه ی چاپی و یا الکترونیکی آن را در اختیار دارید، پس از مطالعه از بین ببرید.

با آرزوی موفقیت برای شما

بهار ۱۴۰۳

بهار ۱۴۰۳