



نکاتی پیرامون نگهداری از حیوانات خانگی

# همزیستی با حیوانات

آناهیتا رودیان

زندگی پیکناخت و کسل کننده شده؟ باید فکر تغییر کوچکی در زندگی تان باشید. گاهی اوقات تولد یک نوزاد یا اضافه شدن فرد جدیدی به خانواده همه چیز را دگرگون می‌کند. البته لازم نیست که این موجود تازه حتماً از جنس خودتان باشد. چند گیاه آپارتمانی، گل های زینتی یا حیوانات خانگی هم گزینه های انتخابی خوبی برای ایجاد یک تحول جزئی در زندگی شما محسوب می‌شوند.

اگر به نگهداری از حیوانات خانگی علاقه مندیید به راحتی می‌توانید یکی از آنها را در منزل داشته باشید. مهم نیست که در صورتی که شما یک حیوان خانگی را به عنوان یک کودک است، در صورتی که واقعا علاقه مند باشید این مشکلات به سادگی قابل حل خواهند بود.

**در عمل دامپزشک**  
برای عمل دامپزشک تمام مملکت بر داشتن یک حیوان اولین قدم مشورت با یک دامپزشک است.

اغلب دامپزشکان تلفنی هم به خوبی شما را راهنمایی می‌کنند ولی مراجعه حضوری و آشنایی با کلینیک های دامپزشکی تجربه جالبی است. می‌توانید از سایر مراجعه کنندگان هم سوالاتی پرسید.

دکتر فرخ رضا کبیر - دامپزشک - در این باره می‌گوید: بهترین افراد برای نگهداری حیوانات خانگی هستند قبل از هر اقدامی با دامپزشکی که کارش مربوط به حیوانات خانگی است مشورت کنند. بدین ترتیب اطلاعات کافی و رسیدگی روزانه، هزینه ها، بهداشت، نگهداری حیوان، رسیدگی روزانه، هزینه ها، بهداشت، واکسیناسیون و... به دست می‌آورد. حتی دامپزشک می‌تواند نسبت به انتخاب نوع حیوان مورد نظر به آنها کمک کند. به طور مثال بعضی از حیوانات علی‌رغم ظاهر آرامشان به امکانات و شرایط خاصی نیاز دارند.

طبق گفته دکتر کبیر اغلب افرادی که حیوان خانگی دارند از فشر متوسط جامعه هستند یعنی تصور نکنید همه افرادی که در منزل دامپزشکی می‌آیند پولشان از پارو بالا

پس اگر فرزندان اصرار می‌کنند که حتماً یک حیوان خانگی داشته باشند تا حد امکان این شرایط را برای او فراهم کنید. در صورتی که مشغله کاری شما زیاد است یا شرط اینکه خودش انجام بیشتر کارهای روزانه حیوان را بر عهده گیرد، پیشنهاد او را بپذیرید. بدین ترتیب کودکان و نوجوانان از سنین کم می‌آموزند که غیر از خودشان به فکر دیگران هم باشند، چون در قبال زندگی موجود دیگری مسؤول هستند.

**یک تفریح سالم**  
داشتن یک تفریح سالم دفعه‌ها بسیاری از خانواده‌هاست، به ویژه آنهایی که دوست دارند فرزندان را بیشتر در کنار خانواده و جلوی چشمشان ببینند! دکتر کبیر در این باره می‌گوید: گرایش مردم نسبت به نگهداری از حیوانات خانگی طرف چند سال اخیر افزایش یافته، چون زندگی ماشینی تر شده و مردم با داشتن چند شغل از طبیعت دور افتاده‌اند. بنابراین وجود حیوانات در محیط خانه یادآور بخشی از طبیعت است. به علاوه می‌توانیم آنها را به عنوان یک نوع تفریح و سرگرمی هم در نظر بگیریم.

از بابت هزینه خوراک و درمان حیوانات هم هر کس می‌تواند با تخمین و مشورت درست و با در نظر گرفتن درآمدش، علاقه اش، حیوان مورد نظر را تهیه کند. جالب است که در مواردی این سرگرمی نسبت به برخی از تفریحات رایج مزایای آن تمام می‌شود!

**هزینه نگهداری از حیوانات خانگی نسبت به هزینه های جاری زندگی مبلغ زیادی نیست و مردم می‌توانند برای تغذیه بعضی از این حیوانات از مابقی همان غذایی استفاده کنند که خودشان می‌خورند.**

**درمان رایگان**  
در مطب دکتر کبیر حیوانات به رایگان درمان می‌شوند.

یعنی اگر به طور اتفاقی یک حیوان زخمی را در خیابان دیدید و دلتان به حالش سوخت، می‌توانید بدون پرداخت هیچ هزینه ای شانس زندگی دوباره را به او بدهید.

در این رابطه دکتر کبیر خاطرات جالبی دارد و اینکه حیوانات مختلفی از جمله کلاغ، گربه و حتی سگ را برای درمان رایگان به مطبش آورده‌اند. این دامپزشک نگاه شکرآمیز حیوانات را بهترین یاداش این کار می‌داند.

**حیوانات** سرپرستی که به اینجها آورده می‌شوند مشکلات مختلفی دارند و در فصل زمستان به علت سردی هوا و امکان تصادف هنگام بارش باران و برف بیشتر صدمه می‌بینند. شگفتی، پارک پست، افتادن از ارتفاع و... مشکل رایج اغلب آنهاست و معمولاً تا هنگام بهبود کامل نیز صاحب موششان باقی می‌مانند. در این زمینه هم راهنمایی‌های مورد نیاز را برای چنین افرادی خواهیم داشت.

به حال تهران شهر عجیبی است. افسوس که زبان دامپزشک و با نظر وی تهیه شده باشند، هیچگونه بیماری را برای کودکان ایجاد نمی‌کنند و خطری ندارند.

## هیچ چیز تو را نمی‌کشد

ترس از تاریکی

ترجمه: مهرداد جاگیر

وقتی کودکی بیش نبود، پدر از رفتن به انبار قدیمی منشن کرد و او راستان که اگر پیش از آن انبار تارک بگذارد اتفاق بی‌پیشش خواهد افتاد. پدر کشاورز و مزرعه بزگی داشت. این انبار قدیمی در بهترین نقطه مزرعه قرار گرفته بود. اما چون از خانه دور بود، نتوانست بپندد برایش این روشنی بگذارد. او می‌دید که پدر هر روز چنین بازی با ترس از تاریکی می‌کند اما خودش هیچ وقت این اجازه را نیافت که به انبار برود. مدتی که گذشت او حتی وقتی از دور انبار را می‌دید پیشش نمی‌تپید و اضطراب شدیدی تمام وجودش را فرا می‌گرفت.

سالها گذشت. مردی شده بود و صاحب‌بن و زندگی کشاورزی موفق که تمام مزرعه را به شیوه ای جدید ساخت و تحول کرد. هر روز به تمام قسمت‌های مزرعه می‌گشت و با احساس مسؤلویه هم چیزها را بررسی می‌کرد به جز... انبار قدیمی!

پدر یکی از دوستانش پرسید چرا هرگز آن انبار نمی‌روید. او در جواب گفت واقعی‌اند. او واهامه‌هایی داشت. سؤال دوستش او را به فکر نتاخت. واهامه‌ش او را از انبار تاریک قدیمی جدا کرد. پدر واهان انبار چه چیزهایی خاص داشت که او را دچار اضطراب و نگرانی نفس می‌شد.

همه چیز و دوری گزیندن چنین کمپانی از آنچه و آنکه دوستش دارند، همه‌اش یک دلیل دارد. همانطور که خیلی‌ها با سوسنگ می‌ترسند، خیلی‌ها از بلندی می‌ترسند و همه‌ای دیگر حتی از رد شدن از یک خیابان معمولی اینها هم می‌ترسند. فقط تاریکی! ترس از تاریکی، هراس از بلندی است که سلاسه مردم بسیاری را دچار اضطراب و پریشانی می‌کند. این نوع ترس ماه‌ها و بلکه سال‌ها مانع بسیاری از ماجم اذعان می‌کنند که می‌توانند با اعتماد و غلبه بر ترس و اضطراب خود از آن فرار کنند. اما یک مشکل در این میان نامعلوم و غیر قابل حل است.

باید تمام ترس‌ها را با اضطراب‌ها ترس از تاریکی نیز و کمترین هم‌مغفاتی کلاب ناشی می‌شود. در گذشته افراد، خاطراتی وجود دارد، که به تاریکی ارتباط پیدا می‌کند و باعث ترس از تاریکی می‌شود. عوامل دیگری مانند دیدن حیوانات ترسناک، تفریوبن و یادداشت دیدن کسی که تجربه ترس از تاریکی داشته می‌تواند در بروز بیماری مؤثر باشد. اما بیشتر از همه چیز دیدن ترس از تاریکی، موجب ترس می‌شود. ترس همیشه قوی‌تر از فهم و درک افراد بالغ است که معمولاً با چنین بیماری‌هایی با مجام اذعان می‌کنند که دلایل برای ترسیدن مشخص نمی‌دهند. مثلاً در برابر یک گویال کوچک، نگران شیت می‌شوند. این ترس با اضطراب‌ها ترس از تاریکی، به‌تولم به راحتی از آن فرار می‌کنند. اما یک مشکل در این میان وجود دارد! چه چاره‌گرگی! چقدر در دشمن از آن خطرناک است.

مقال است این نایاب که در ترس از تاریکی، عامل ترس یک چیز واقعی و نیست نیست. نگاه یک آدم منتهی به تاریکی، باعث ترسیدنش می‌شود. چنین آدمی وقتی با تاریکی مواجه می‌شود، می‌گوید: این آدم حتماً در تاریکی اتفاق بدی برایش می‌افتد. باید به یک موقعیت روشن و دوام احساس امنیت کند.

در راه‌های آرام‌بخش که برای استرس‌های معمولی استفاده می‌شود، بیشتر مواقع همان درمانی در اغلب اوقات بسیار مؤثر است و باعث می‌شود که بیمار، نسبت به تاریکی و اضطراب بی‌دلیل، ناشی از آن تغییر عقیده دهد و مثبت شود.

## هیچ چیز تو را نمی‌کشد

ترس از تاریکی

ترجمه: مهرداد جاگیر

وقتی کودکی بیش نبود، پدر از رفتن به انبار قدیمی منشن کرد و او راستان که اگر پیش از آن انبار تارک بگذارد اتفاق بی‌پیشش خواهد افتاد. پدر کشاورز و مزرعه بزگی داشت. این انبار قدیمی در بهترین نقطه مزرعه قرار گرفته بود. اما چون از خانه دور بود، نتوانست بپندد برایش این روشنی بگذارد. او می‌دید که پدر هر روز چنین بازی با ترس از تاریکی می‌کند اما خودش هیچ وقت این اجازه را نیافت که به انبار برود. مدتی که گذشت او حتی وقتی از دور انبار را می‌دید پیشش نمی‌تپید و اضطراب شدیدی تمام وجودش را فرا می‌گرفت.

سالها گذشت. مردی شده بود و صاحب‌بن و زندگی کشاورزی موفق که تمام مزرعه را به شیوه ای جدید ساخت و تحول کرد. هر روز به تمام قسمت‌های مزرعه می‌گشت و با احساس مسؤلویه هم چیزها را بررسی می‌کرد به جز... انبار قدیمی!

پدر یکی از دوستانش پرسید چرا هرگز آن انبار نمی‌روید. او در جواب گفت واقعی‌اند. او واهامه‌هایی داشت. سؤال دوستش او را به فکر نتاخت. واهامه‌ش او را از انبار تاریک قدیمی جدا کرد. پدر واهان انبار چه چیزهایی خاص داشت که او را دچار اضطراب و نگرانی نفس می‌شد.

همه چیز و دوری گزیندن چنین کمپانی از آنچه و آنکه دوستش دارند، همه‌اش یک دلیل دارد. همانطور که خیلی‌ها با سوسنگ می‌ترسند، خیلی‌ها از بلندی می‌ترسند و همه‌ای دیگر حتی از رد شدن از یک خیابان معمولی اینها هم می‌ترسند. فقط تاریکی! ترس از تاریکی، هراس از بلندی است که سلاسه مردم بسیاری را دچار اضطراب و پریشانی می‌کند. این نوع ترس ماه‌ها و بلکه سال‌ها مانع بسیاری از ماجم اذعان می‌کنند که می‌توانند با اعتماد و غلبه بر ترس و اضطراب خود از آن فرار کنند. اما یک مشکل در این میان نامعلوم و غیر قابل حل است.

باید تمام ترس‌ها را با اضطراب‌ها ترس از تاریکی نیز و کمترین هم‌مغفاتی کلاب ناشی می‌شود. در گذشته افراد، خاطراتی وجود دارد، که به تاریکی ارتباط پیدا می‌کند و باعث ترس از تاریکی می‌شود. عوامل دیگری مانند دیدن حیوانات ترسناک، تفریوبن و یادداشت دیدن کسی که تجربه ترس از تاریکی داشته می‌تواند در بروز بیماری مؤثر باشد. اما بیشتر از همه چیز دیدن ترس از تاریکی، موجب ترس می‌شود. ترس همیشه قوی‌تر از فهم و درک افراد بالغ است که معمولاً با چنین بیماری‌هایی با مجام اذعان می‌کنند که دلایل برای ترسیدن مشخص نمی‌دهند. مثلاً در برابر یک گویال کوچک، نگران شیت می‌شوند. این ترس با اضطراب‌ها ترس از تاریکی، به‌تولم به راحتی از آن فرار می‌کنند. اما یک مشکل در این میان وجود دارد! چه چاره‌گرگی! چقدر در دشمن از آن خطرناک است.

مقال است این نایاب که در ترس از تاریکی، عامل ترس یک چیز واقعی و نیست نیست. نگاه یک آدم منتهی به تاریکی، باعث ترسیدنش می‌شود. چنین آدمی وقتی با تاریکی مواجه می‌شود، می‌گوید: این آدم حتماً در تاریکی اتفاق بدی برایش می‌افتد. باید به یک موقعیت روشن و دوام احساس امنیت کند.

در راه‌های آرام‌بخش که برای استرس‌های معمولی استفاده می‌شود، بیشتر مواقع همان درمانی در اغلب اوقات بسیار مؤثر است و باعث می‌شود که بیمار، نسبت به تاریکی و اضطراب بی‌دلیل، ناشی از آن تغییر عقیده دهد و مثبت شود.

اولین گام برای درمان، قهر کردن اراده است و بعد از آن، بیان این پرسش که سلامت نسحو به برخورد در برابر مشکلات

**و اتفاقی که دوروبرشان می‌افتد، دقیقاً شبیه همین مثال است با این تفاوت که در ترس از تاریکی، عامل ترس یک چیز واقعی و عینی نیست.**

**نگاه یک آدم منتهی به تاریکی، باعث ترسیدنش می‌شود. چنین آدمی وقتی با تاریکی مواجه می‌شود، می‌گوید: «می‌دانم! حتماً در تاریکی اتفاق بدی برایش می‌افتد. باید به یک جای روشن بروم تا احساس امنیت کنم.»**

می‌ترسد. البته برای هر کس دلایل خاص خودش وجود دارد و هر کس بنا بر شخصیت و ویژگی‌های رفتاری و احساسی این نسبت به پدیده‌ها واکنش نشان می‌دهد. ترس از تاریکی از دوره کودکی آغاز می‌شود و اما هر چه بزرگتر می‌شود و با تصورات بگیرد. برای بیشتر کودکان عوامل ترس از تاریکی به انتقالی در دوران اولیه زندگی و تصورات و تخیلات قوی کودک، کم‌بازی می‌گردد. کودکان ذهن خلاق دارند که اگر درست و صورتی مناسب کار نگردد، می‌تواند بحران ترس شود.

عده‌هایی از کودکان نیز به علت مشکلات بینایی از تاریکی می‌ترسند که شب‌گویی یکی از آنهاست. شب‌گویی بیشتر مادرزادی و بسیار نادر است. برخلاف مردم عادی، این دسته از کودکان، که به طور کلی تر شب‌هچ چیز را نمی‌توانند ببینند. این بیماری را چند نسبت بی‌بسیاری نسخه تشخیص داده می‌شود اما برای آن هنوز داری مشخصی یافت نشده‌است. روشن نگه داشتن چراغ‌ها و استفاده از یک چراغ خواب در اتاق کودک می‌تواند از ترس او از تاریکی بکاهد و اضطرابش را تعدیل کند.

روان‌شناسان اعلام‌ی‌زادی را برای شناسایی ترس از تاریکی عنوان کرده‌اند. وقتی ترس بربر مسؤلوی می‌شود، تنفس به شماره می‌افتد بیمار نتواند نفس می‌کشد. نفسی، با منظم می‌زند و تپش قلب ایجاد می‌شود. عرق کردن، حالت تهوع و احساس تشویش و اضطراب همه و همه علامت‌ترس از تاریکی است. چه هر کسی می‌تواند اعلام متفاوت دیگری هم داشته باشد. هر کسی به روش خودش ترس از تاریکی را تجربه می‌کند. معمولاً مصرف بعضی از داروهای بیماری‌های دیگر، می‌تواند اعلام را تشدید کند. اما برای ترس از تاریکی و به طور کلی هر ترس دیگری، داروی خاصی وجود ندارد و بیشتر مواقع همان داروهای آرام‌بخش که برای استرس‌های معمولی استفاده می‌شود، بیشتر مواقع همان درمانی در اغلب اوقات بسیار مؤثر است و باعث می‌شود که بیمار، نسبت به تاریکی و اضطراب بی‌دلیل، ناشی از آن تغییر عقیده دهد و مثبت شود.

## ارتکاب جرم به شیوه یقه سفیدان

بیشتر بدانیع

تغییر تاکتیک، کار افراد باهوش است. یک مربی کارآمد وقتی تیمش را در حال انفعال می‌بیند به سرعت با چند تعویض، مقدماتی را فراهم می‌کند تا بتواند با تغییر تاکتیک از عهده کسب نتیجه برآید. متأسفانه در عالم بزهکاری هم همینطور است. این روزها پس از «آفازاده‌ها» اصطلاح «یقه سفیدان» است که فصل تازه‌ای در مرادوات موسوم و بحث‌های جنایی به خود اختصاص داده است.

تغییر به بیکاره وقوع جرم در استان تهران بویژه افزایش کلاهبرداری و کاهش سرقت مسلحانه خطر تغییر تاکتیک بزهکاران را مطرح کرد. این تغییر تاکتیک می‌تواند منجر به ظهور طبقه جدیدی از بزهکاران در جامعه شود که گوجه ما عنوان «یقه سفیدان» را برای آن در نظر می‌گیریم ولی به معنای واقعی یقه سفید نیستند.

ظهور طبقه جدید بزهکاران که هم طبقه اجتماعی بالاتری نسبت به گذشته‌شان دارند و هم متخصصان اند، در نقاط دیگر دنیا از سوی جامعه شناسان و کارشناسان علوم اجتماعی و جنایی مورد توجه قرار گرفته است اما متأسفانه در ایران هنوز کسی به این تغییر خطرناک که جامعه هم مستعد آن است توجه نکرده است. نخستین بار «ادوین ساترلند» ۱۹۴۹ اصطلاح جرایم یقه سفیدان را به



## بیشتر بدانیع

کار برده است. این اصطلاح به جرایم اطلاق می‌شود که به وسیله افرادی انجام می‌شود که در بخشهای مرفه تر جامعه هستند. این اصطلاح انواع بسیاری از فعالیت‌های ناهنجار را در بر می‌گیرد، از جمله کلاهبرداری‌های مالیاتی، ربه‌های غیرقانونی فروش، کلاهبرداری‌های مربوط به اسناد و املاک، اختلاس، ساخت یا فروش فرآورده‌های خطرناک و آلودگی غیرقانونی محیط و نیز دزدی آشکار. اندازه گیری توزیع جرایم یقه سفیدان حتی از اندازه گیری توزیع انواع دیگر جرم دشوارتر است زیرا بیشتر این گونه‌شناسی‌ها جرم اصلا در آمار رسمی ظاهر نمی‌شوند.

با این وصف به درستی نمی‌توان این تعریف را منطبق بر تغییر تاکتیک بزهکاران در استان تهران یا ایران دانست زیرا بزهکاران امر حکایت از آن دارد که مجرمانی که جرایم گرم نظیر سرقت‌های مسلحانه و به‌عنف را مرتکب می‌شوند برای کاهش خسارت‌اشان رو به ارتکاب جرم سرد گذاشته‌اند. حال آنکه تعریف ساترلند منوجه افرادی است که در بزهکاری مرفه جامعه هستند.

آنتونی گیندر در کتاب جامعه شناسی خود آورده است: «جرایم یقه سفیدان اساساً متضمن اشتباه از یک موقعیت فقهی متوسط یا موقیبت حرفه‌ای برای اشتغال به فعالیت‌های غیر قانونی است... کوششهایی که برای کشف جرایم یقه سفیدان به عمل می‌آید معمولاً نسبتاً محدود است و شناسا و موارد نادر است که کشف می‌گردد می‌شوند به زندان می‌روند.»

چنین وضعی وضعی استی جامعه ما را نمایان می‌کند که در صورت عدم تحرک و تغییر تاکتیک و پالیسی و دستگاه قضایی عملاً با امنیت موسوم این قبیل تیمکاران و جولان دادن آنان مواجهیم... طرفی، اگرچه جرایم یقه سفیدان توسط مقامات خیلی بیشتر با دیده اغماض نگرشسته می‌شود تا جرایم قهقراهی مجرمان و مرموز تر هزرت این جرایم بسیار زیاد است... در ایالات متحده آمریکا مشخص شده بودی که در جرایم یقه سفیدان از دست می‌رود چهل برابر مقدار پولی است که در جرایم عادی از بین می‌آید!

**پانوشی**  
۱۰ آنتونی گیندر، جامعه شناسی، ترجمه منوچهر صبوری، نشر نی چاپ سوم ۱۳۷۶ تهران.