



Κατοικίδια: Πόσο ωφελούν τα παιδιά;

Πισσαδάκη Δέσποινα  
Τμήμα Α3

Τα κατοικίδια μπορούν να προσφέρουν πολλά οφέλη στα παιδιά, ειδικά όταν μεγαλώνουν μαζί. Τα παιδιά μαθαίνουν να είναι υπεύθυνα, να νοιάζονται ακόμα και να μοιράζονται συναισθήματα και στιγμές με το αγαπημένο τους ζώακι.

Η απόφαση να υιοθετήσουμε ένα ζώακι, το οποίο θα μας χαρίσει ανιδιοτελώς την συντροφιά του και την αγάπη του, αναμφισβήτητα θα μας δώσει κάποια πολύ σημαντικά οφέλη:

### **Αυτοπεποίθηση**

Όταν τα παιδιά καταφέρνουν να μεγαλώνουν σωστά τα κατοικίδιά τους, ενισχύεται η αυτοπεποίθησή τους και μαθαίνουν να γίνονται υπεύθυνα, καθώς μέσα από την καθημερινή φροντίδα του μικρού τους φίλου αναλαμβάνουν μικρές ευθύνες που πρέπει να φέρουν εις πέρας. Αυτόματα νιώθουν καλύτερα και περήφανα για τον εαυτό τους, νιώθουν περισσότερο χρήσιμα και μαθαίνουν να αναλαμβάνουν υποχρεώσεις χτίζοντας παράλληλα την αυτοεκτίμησή τους.

### **Υπευθυνότητα**

Τα παιδιά αποκτούν υπευθυνότητα και ευαισθησία για τους άλλους από μικρή ηλικία. Τα ζώα χρειάζονται συνεχή φροντίδα και τα παιδιά που τα προσέχουν γίνονται πιο συμπονετικά και υπεύθυνα. Επίσης, αφού μπορούν να φροντίζουν τα κατοικίδιά τους, μπορούν να προσέχουν καλύτερα τον εαυτό τους.

### **Μαθαίνει για την δέσμευση**

Τα κατοικίδια δεν είναι άψυχα αντικείμενα και τα παιδιά δένονται μαζί τους, είναι ένα σημαντικό μέρος της ζωής τους. Δεν μπορούν απλώς να τα βάλουν σε ένα συρτάρι και να τα βγάλουν όποτε ενδιαφέρονται. Πρέπει να τα φροντίζουν καθημερινά. Αυτό είναι δέσμευση.

## Διαχείριση της απώλειας

Αναπόφευκτα έχοντας κάποιο κατοικίδιο στο σπίτι το παιδί θα έρθει αντιμέτωπο με την απώλεια σε περίπτωση θανάτου του ζώου λόγω γήρατος ή ασθένειας. Πολλές φορές αυτή είναι η πρώτη εμπειρία απώλειας και, ακόμα και μέσα από αυτό το δυσάρεστο γεγονός, το παιδί μαθαίνει για την φύση της ζωής και τον κύκλο των ζωντανών πλασμάτων που περιλαμβάνει την αναπαραγωγή, τη γέννηση, το γήρας και τον θάνατο.



## Μαθαίνει για τις συνέπειες

Το να φροντίζουν τα παιδιά ζωάκια, είναι και ένα υπέροχο μάθημα για τις συνέπειες. Όταν τα ζωάκια δε φροντίζονται κατάλληλα, θα υπάρξουν συνέπειες και τα παιδιά το κατανοούν αυτό και δεν το επαναλαμβάνουν.



## Οφέλη στην υγεία

Η επαφή του παιδιού με τα ζώα ενισχύει το ανοσοποιητικό του σύστημα και έρευνες έχουν παρατηρήσει ότι τα παιδιά που έχουν κατοικίδια αρρωσταίνουν λιγότερο και είναι λιγότερο επιρρεπή σε αλλεργίες και άσθμα.

## Άσκηση και παιχνίδι

Τα παιδιά που μεγαλώνουν με κατοικίδια τείνουν να είναι υγιή και πιο δραστήρια. Ειδικά τα σκυλιά, χρειάζονται άσκηση και παιχνίδι καθημερινά. Έτσι λοιπόν, όταν τα παιδιά ασκούνται καθημερινά με τα κατοικίδιά τους, μαθαίνουν να μένουν πιο υγιή και να διατηρούνται σε καλή φόρμα.



## Ηρεμία

Τα ζώα τείνουν να δίνουν μια αίσθηση ηρεμίας στα παιδιά. Μερικά παιδιά νιώθουν πιο ήρεμα με τα ζώα παρά με τους ανθρώπους. Η άνεση που νιώθει ένα παιδί με το ζώο μπορεί να είναι μια εξαιρετική πηγή υποστήριξης όταν το παιδί αισθάνεται θυμό, λύπη, αναστάτωση ή ακόμα και αμηχανία.

## Ανακούφιση άγχους

Το να έχει κάποιος σκύλο μπορεί να είναι θεραπευτικό για όλη την οικογένεια. Το παιδί νιώθει μια αίσθηση ασφάλειας. Επίσης οι σκύλοι είναι καλοί ακροατές και γενικά εκπέμπουν μια ενέργεια που χαλαρώνει το παιδί και το βοηθάει να έχει λιγότερο άγχος.