

## **Buitenbooster Samenleven met de dieren: het belang van contact met dieren voor kinderen (Lectoraat Natuur en Ontwikkeling Kind, april 2022)**

De omgang van kinderen met dieren wordt in de literatuur in vele stukken beschreven. Deze onderzoeken helpen om in de praktijk de afweging te maken hoe je aan het samenleven met dieren vorm kan en wil geven en wat de effecten kunnen zijn. We zetten er vier voor je op een rijtje:

### 1. Sociale vaardigheden

Allereerst leren kinderen hun verantwoordelijkheid te ontwikkelen wanneer ze met dieren omgaan. Bij het verzorgen van dieren leren kinderen rekening te houden met anderen en met de dieren (Landelijk Informatie Centrum Gezelschapsdieren, 2018). Daarnaast leren kinderen hun sociale vaardigheden ontwikkelen. Uit onderzoek blijkt dat kinderen met huisdieren of dieren in hun omgeving op latere leeftijd sterker zijn in sociale vaardigheden. Interactie tussen mensen/kinderen wordt namelijk door dieren versterkt (Casciotti & Zuckerman, 2020). Uit onderzoek blijkt dat honden sociale steun kunnen bieden aan de eigenaren (zowel kinderen als volwassenen) en dat zij hierdoor makkelijker contacten leggen (Cline, 2010). Daarnaast durven mensen en kinderen zich meer open te stellen en zich te laten horen. Uit onderzoek blijkt verder dat wanneer honden-eigenaren hun hond uitlaten, een significant hoger aantal gesprekken met andere mensen plaatsvindt, dan wanneer zij dezelfde route lopen zonder hond. Wanneer een hond aanwezig is, duren de gesprekken tussen de mensen zelfs langer (McNicholas & Collis, 2010).

### 2. Invloed op sociaal-emotionele ontwikkeling

Uit verschillende studies blijkt dat de weerbaarheid en het zelfvertrouwen van kinderen omhoog gaan, wanneer zij huisdieren of dieren in de omgeving hebben (van den Berg F., 2017; Hodgson, Barton, Darling, Antao, Kim, & Monavvari, 2015). Dieren dienen vaak als steun op sociaal gebied voor kinderen en zorgen ervoor dat kinderen zich veiliger voelen. Huisdieren bieden kinderen troost en worden beschouwd als vertrouwens 'personen.' Dit heeft positieve effecten op de ontwikkeling. Door dieren voelen kinderen zich vaker geliefd en belangrijk, waardoor het zelfvertrouwen opgebouwd wordt (Simeonsdotter Svensson, 2014). Kinderen kunnen een emotionele relatie aangaan met dieren en een dier zien als hun kameraad (Ennik, van Erp, Hopster, Meijberg, Poorthuis, & Ruis, 2011).

### 3. Invloed op de gezondheid

Onze bloeddruk en hartslag wordt door het contact met dieren (door bijvoorbeeld te aaien) verlaagd en het in contact zijn met dieren zorgt voor een beter werkend immuunsysteem en voor meer ontspanning (van Zwieten, 2012). Uit onderzoek blijkt dat mensen en kinderen met huisdieren of dieren in de omgeving een gezonder hart en een lagere bloeddruk hebben. Zij zijn minder vaak ziek en hoeven minder vaak naar de dokter (Casciotti & Zuckerman, 2020). Uit het onderzoek in Australië uitgevoerd, blijkt dat mensen met huisdieren zo'n 4,9 keer per jaar naar de dokter gaan en mensen zonder huisdieren 5,6 keer (Headey & Grabka, 2007). Deze mensen en kinderen zijn bovendien minder snel depressief (Allen, Shykoff, & Izzo, 2001). Verder heeft de American Heart Association aangetoond dat de cardiovasculaire activiteit bij stress verbeterd wordt door de aanwezigheid van een huisdier (Hodgson, Barton, Darling, Antao, Kim, & Monavvari, 2015). Wanneer kinderen met dieren opgroeien, hebben zij minder kans om allergieën (voor dieren) te gaan ontwikkelen (Landelijk Informatie Centrum Gezelschapsdieren, 2018). Uiteraard heeft een huisdier, zoals een hond effect de gezondheid door de regelmatige lichaamsbeweging. Kinderen met huisdieren besteden meer tijd aan lichamelijke activiteiten en zetten meer stappen per dag in vergelijking met kinderen zonder huisdieren (Hodgson, Barton, Darling, Antao, Kim, & Monavvari, 2015).

### 4. Leren van nieuwe begrippen en invloed op de cognitieve ontwikkeling

Door in contact te komen of te leven met dieren, leren kinderen begrippen als leven en dood, voortplanting, geboorte en ziekte. Wanneer kinderen dieren verliezen, leren zij dat dit bij het leven hoort en heel natuurlijk is. Dieren kunnen het leren, van bijvoorbeeld taal stimuleren, aangezien dieren een goed luisterend oor zijn (van Bodegraven & Janszen, 2015). Uit onderzoek blijkt dat kinderen door hun huisdier ondersteund worden bij het leren, door het ontwikkelen van het empathische vermogen (Simeonsdotter Svensson, 2014). Er zijn zelfs effecten gevonden ten aanzien van de concentratie, wanneer zij dieren in de omgeving hebben, is de kans groter dat zij geconcentreerd zijn en de leerstof beter onthouden (van Bodegraven & Janszen, 2015).