Una oportunitat d'aprenentatge

Els animals ens ajuden a connectar amb la natura i aquest contacte reforça l'equilibri del nostre cos i de la nostra ment. És per aquesta raó que conviure amb un animal pot resultar molt beneficiós per a tothom, però encara més per als infants, perquè implica assumir una gran responsabilitat: la de tenir cura de l'animal.

Els nens i nenes que es relacionen amb animals gaudeixen d'un vincle afectiu que fa millorar l'empatia ja que una relació d'amistat amb una altra espècie és tota una experiència que afavoreix i reforça la gestió de les pròpies emocions.

Podem enumerar infinits beneficis de tenir vincles amb els animals: ens aporten companyia, ens entretenen, ens obliguen a fer exercici, ens ensenyen a ser responsables, en aporten alegria, milloren la nostra autoestima... i, sobretot, ens ensenyen a estimar i a respectar les diferències.

Hi ha investigacions que han demostrat que els animals poden ajudar a lluitar contra la solitud, la depressió i l'ansietat. El contacte amb un animal pot comportar efectes tranquil·litzadors a més d'un descens de la pressió arterial i de la freqüència cardíaca.

Els animals es regeixen per un amor incondicional cap a la seva família humana, són companys càlids i afectuosos que estan sempre atens i pendents de tu, són una font de relaxació, i també de diversió, sempre a prop. En canvi, les demandes dels animals són simples, pures i sense gaires complicacions. Els beneficis que ens aporten són tants que això fa que s'utilitzin en diverses institucions: com els gossos d'assistències, la zooteràpia o teràpies assistides amb animals.

Es creu que fins als 3 anys un infant no sent empatia pels animals, tot i que dono fe que els meus dos fills ja van experimentar-ho molt abans. L'empatia es va desenvolupant durant un cert període de temps i també depèn de l'educació que s'estigui rebent, és clar. Conviure amb els animals fa que, des de ben petits, gaudim d'un gran coneixement de la natura i comencem a tenir consciència ecològica.

BIBIANA NAVARRO I ARGELICH és membre de la PAS Sant Cugat

Noticia disponible a https://www.cugat.cat/diari/opinio/156505.html

Copyright 2024 Cugat.cat