

Beeld/spraak

Raymond LEMMENS / Jozefien VAN HUFFEL

BERINGEN | In de mijn van Beringen dronken de kompels vroeger niet uit nette koppen, maar ze hadden waarschijnlijk wel elke dag thermoskannen koffie bij zich. De ex-mijnwerkers die onlangs met een bakje troost afdaalden in de kelder van het Mijnmuseum deden dat echter niet om herinneringen op te halen. Wel voor een Koffiestop van Broederlijk Delen, dat dit jaar aandacht vraagt voor de problemen te wijten aan de mijnbouw in Latijns-Amerika. Niet zo diep als vroeger, die „diepste Koffiestop”, maar misschien wel gezelliger.



Dierenplezier



ZieZoZorgen

Lieve SWINNEN

” Tussen 10 en 25 maart is het Jeugdboekenweek. De organisatie stapt dit jaar de wereld en de verhalen van de dieren in. „We gooien ons mensenpak af,” klinkt het, „trekken voor één keer een bontjas aan, gaan op vier poten zitten en worden dier met de dieren. We kijken diep in de ogen van onze kat. We voeren gesprekken met de hond. We duiken de struiken in en zoeken de beestjes op. We leren dieren kennen in boeken.”

Met dat thema is succes gegarandeerd. Kinderen zijn immers dol op dieren. Het is wetenschappelijk bewezen dat kinderen zich gelukkiger voelen als ze een huisdier hebben. Kinderen die in hun eerste levensjaren dagelijks contact hebben met huisdieren, hebben minder vaak allergieën zoals hooikoorts en astma. Ook het immuunsysteem van deze kinderen is vaak veel stabielier dan dat van kinderen zonder huisdieren. Kinderen met een hond of een kat in huis zijn gewoon minder vaak ziek.

Ook gaan kinderen met een hond of kat in huis veel meer bewegen en dat is een ideale vorm van lichaamsbeweging. Onderzoeken wezen bovendien uit dat een dier aaien en knuffelen een kalmerend effect heeft, waardoor het een gunstige invloed heeft op de bloeddruk en dus stress vermindert. Kinderen die geleerd hebben om met een dier om te gaan, zijn vaak beter in staat om

ook met andere kinderen om te gaan. Ze zijn dus een stuk socialer en het bevordert hun zelfvertrouwen. Dankzij een huisdier ontdekt het kind wat een relatie van afhankelijkheid en verantwoordelijkheid inhoudt. Een dier raakt doorgaans ook snel gehecht aan een kind en geeft ook veel liefde terug. Kinderen zullen een kat of een hond bovendien als hun beste vriend beschouwen en ze zullen zich nooit eenzaam voelen. Deze wetenswaardigheden verzamelde ik om aan te tonen dat een huisdier in huis halen positief is voor kinderen. Het versterkt hun veerkracht.

In mijn werk met kinderen komen dieren heel vaak aan bod. Bij de affecttekeningen – tekenen over de gevoelens boos/bang/verdrietig/blij – is verdriet vaak gekoppeld aan een huisdier. Het is vaak het eerste verlies dat een kind te verwerken krijgt. Ouders zijn vaak verwonderd dat hun kind jaren na het overlijden van de hond daar nog verdriet over heeft. Ik weet dat intense belevissen hun sporen nalaten. Een andere test heet *Familie in dieren*. De opdracht is voor tovenaars te spelen en alle gezinsleden om te toveren in hun lievelingsdier. Vandaag koos Hendrik voor zichzelf een poes, voor zijn broers een hamster en paard, voor zijn ouders een papegaai en een hond. Een halve dierentuin dus. Je kunt veel afleiden uit de keuze van de dieren – dominant/onderdanig, sterk/

zwak, solitair/groepsdier – de posities tegenover elkaar, de boodschappen over de kenmerken van de dieren...

Daarnaast supporter ik ook voor kinderen die kiezen om te gaan paardrijden. Onder het motto: wie op een paard durft (ik denk nog met afgrijzen aan de tocht die ik te paard maakte in de Camargue), moet wel zelfvertrouwen hebben. Kleine Mirthe straalt telkens wanneer ze op haar paard zit. Zelfs hier merk ik dat ze groeit wanneer ze over haar hobby vertelt.

Soms hebben kinderen een minder positieve relatie met een dier. Bang zijn voor een hond komt geregeld voor. Vaak door een negatieve ervaring, mogelijks ook door angst bij ouders, die hun angst overdragen op hun kind. Daarnaast zijn veel kinderen evenmin dol op spinnen als hun ouders. Net zoals bij andere angsten is het belangrijk de angst te aanvaarden – bang zijn is vaak onredelijk – en het kind niet belachelijk te maken. Dan kan gezocht worden welke stappen mogelijk zijn opdat het kind zijn angst overwint.

Eerlijk, ik ben zelf niet angstvrij. Wie me persoonlijk kent, weet dat ik niet van alle beestjes houd. Maar ik heb wel een heel lieve poes, Luna. Ze zit op mijn schoot terwijl ik dit schrijf. Ze miauwt, vraagt aandacht, nestelt zich dan opnieuw. Zij tevreden, vrouwtje tevreden. Echt dierenplezier. ”