

# Животные-психотерапевты



В жизни каждого родителя наступает момент, когда его малыш обращается с просьбой о покупке домашнего животного, обычно кошки или собаки. В отличие от игрушек настоящее животное сразу даст ребенку понять, что он делает что-то не так, причиняет боль или неудобство. Именно в домашних животных можно найти образец бескорыстной дружбы и преданности. Именно они дают ребенку возможность научиться отстаивать свою свободу и не нарушать чужое пространство без его разрешения. Животные учат нас быть уверенными в себе, знать себе цену.

Замкнутым, робким, нерешительным детям они нередко заменяют друга: им доверяют тайны, печали и радости, демонстрируют свои достижения и способности. Своим существованием рядом с ребенком животные сглаживают его проблемы, страхи, помогают общаться с окружающими. Обнимая пушистое существо, ребенок чувствует тепло, покой, безопасность. В отличие от статичной игрушки, домашние животные дышат, бегают, играют, забирая часть тревог и забот у детей.

Домашние питомцы могут выступать в роли **семейных психотерапевтов**, так как они облегчают взаимопонимание между членами семьи, снижают напряжение, которое иногда проявляется в любых, даже самых хороших отношениях. Домашние животные создают в семье доброжелательную и теплую атмосферу.

При выборе животного, которое подойдет для общения с малышом необходимо изучить его индивидуально – психологические особенности. Привычки в «быту» и на природе, тоже не следует оставлять без внимания. Обязательно нужно выяснить условия воспитания и ухода. Знать, как животное реагирует на детей и нового человека, как оно знакомится, общается. Агрессивные животные могут нанести вред ребенку как физический, так и психологический. Важно знать состояние здоровья животного. Разные животные выполняют самые разные функции. Поэтому, необходимо точно подобрать необходимое животное, для общения с ребенком.

**На первом месте по популярности - собака.** Ее выбирают, когда есть острая нужда в положительных эмоциях, в общении. Разумеется, рекомендуются определенные породы, собаки-компаньоны. Есть ведь и такие, которые требуют особого ухода, длительных прогулок и большой двигательной активности. А собака-компаньон скрасит одиночество, развеет тоску и всегда развеселит. Что бы вы ни делали, она будет ходить следом и «помогать». Если вам одиноко, грустно, если в доме не хватает веселья, смеха, рядом нет родной души, то смело выбирайте такую собаку.

**Далее - кошка.** Может быть, вам нужен кто-то менее навязчивый, чем пес, более тихий, ласковый? Тогда поразмышляйте о том, чтобы завести кошку или кота. Эти животные способны улучшить энергетику в доме. Недаром кошки часто ложатся на больное место человека. Они способны исцелить даже своим присутствием, выравнивают эмоции, влияют на энергетику, реализуют необходимость телесного контакта, снимают агрессивность, нормализует работу систем организма (особенно сердечно-сосудистой), и обмен веществ.

**Рыбки.** Они, пожалуй, на третьем месте по популярности. Считается, что очень полезно смотреть на обитателей аквариума. Особенно людям нервным, вспыльчивым, принимающим все близко к сердцу. Проблемы на работе? Трудный день? Поссорились с близкими? Созерцание рыбок спасает от разных невзгод. Понаблюдайте, как они играют, плавают, едят. Конечно, содержание аквариума потребует от вас определенных материальных и временных затрат. Но в результате вы получите собственный домашний антистрессовый уголок. Аквариум прекрасно успокаивает. Он помогает отвлечься от проблем, помечтать, что-то обдумать.

**Птицы** – показаны при сердечно-сосудистых заболеваниях; избавят ребенка от хандры, меланхолии депрессивных состояний.

**Хомяки, мышки, кролики** помогают замкнутым и неуверенным в себе людям победить **страх** перед незнакомцами.

Постоянное общение с животными снимает психологическую напряженность, помогает снять стрессы и агрессивность, дает заметный оздоровительный эффект, настраивает на доброжелательное отношение ко всему живому.