

研究顯示：養狗有助幼兒學習社交情感技能

駐洛杉磯辦事處教育組

天底下的父母都希望給孩子最好的，而養狗可能是實現這個目標的一個方式，足以提供最佳的社交和情緒管理發展機會以及充足的體能活動。

一項澳洲的新研究調查來自不同社會經濟背景的 2 至 5 歲兒童，發現家裡有養狗的學齡前兒童，在社交及情緒管理的能力上，比那些家裡沒有養狗的孩子發展得更好。

研究顯示，在養狗的家庭中，兒童出現行為問題的可能性較小，包括發脾氣、出現不當行為 (misbehavior) 以及與其他孩子打架。與狗一起成長的孩子更常表現出利社會行為 (prosocial behavior)，例如有人生氣、受傷或生病時，他們會出手幫忙並考慮到對方的感受。

在家裡養狗對孩子的益處還不只如此，更大的益處體現於與狗玩耍和遛狗的時間。研究表示，相較於那些與狗互動較少的孩子，每週至少和狗玩耍 3 次，並陪家中的大人和狗至少散步 1 次的孩子，他們的利社會行為得分更高。這些結果表明，即使花費很少的時間與狗互動，也會對幼兒和兒童產生很大的影響。

目前尚不清楚兒童究竟是如何從這些互動中獲益，但很少有人懷疑其價值。益處可能來自於狗和孩子之間所建立的緊密關係，也可能是學習到非言語溝通的方式。另一種看法是孩子對狗的信任和同理心，為其提供了學習如何從他人的角度體驗世界的機會。又或許原因很簡單，養狗帶來快樂，而越快樂的小孩就更能全方位健全地成長。

有關養狗帶來好處的研究不計其數，而其中一些眾所周知，例如狗提供陪伴、緩解孤獨感、培養信任及同理心及增加體能活動等。先前的相關研究都集中於年齡較大的兒童和成人身上，這是首次記錄 5 歲以下幼童具體發展優勢的研究。研究還調查了大量變數，包括早期生活、教育、照顧和家庭環境對兒童成長的影響等等。

該研究的作者並未聲稱知道為什麼與狗一起生活與幼兒的社交和情感發展得到改善有關。然而研究人員指出，孩子與狗的互動以

及將父母與狗互動作為榜樣，有助於兒童發展出強大的社交和情感技能。也有可能是養狗的家庭整體而言是較佳的養育環境，又也許能接納狗兒的家庭恰好是養育有愛心，善良和有品行孩子的最佳選擇。

譯稿人：陳潔希

資料來源：2020 年 7 月，The Bark

<https://thebark.com/content/dogs-boost-toddlers-social-and-emotional-development>

