



L'impronta del cuore: il ruolo degli animali nello sviluppo emotivo del bambino. Il legame che forma. Intervista ad Adelia Lucattini, Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana

Descrizione

Lucattini: "Il legame con l'animale è una prima palestra dell'anima e della relazione: nell'incontro con un essere vivente diverso da sé, il bambino impara a riconoscere l'altro, ad ascoltarne i bisogni, a rispettarne i tempi e a prendersene cura. È un'esperienza affettiva profonda, che educa all'empatia e prepara, nella vita adulta, a relazioni fondate sull'ascolto, sulla responsabilità e sull'accoglienza autentica dell'altro".

Di Marialuisa Roscino

In un'epoca segnata da una crescente digitalizzazione delle relazioni, il contatto autentico con un animale offre al bambino un'esperienza concreta, sensoriale ed emotiva, sempre più preziosa. La relazione interspecifica, cioè l'incontro con un essere vivente di un'altra specie, permette al bambino di confrontarsi con un'alterità reale: un essere vivente che comunica attraverso il corpo, lo sguardo, il movimento, il tono, il silenzio,

L'animale non è un compagno di gioco, ma può essere una presenza affettiva significativa, capace di favorire nel bambino esperienze profonde di rispecchiamento, fiducia e sicurezza interiore. Nel rapporto con l'animale, infatti, il bambino sperimenta una forma di legame meno mediata dal linguaggio e dal giudizio, in cui può riconoscere le proprie emozioni e, al tempo stesso, imparare a cogliere i bisogni di un altro essere vivente.

Ma in che modo, questo apprendimento si rifletterà, in particolare, a lungo termine, sulla qualità delle relazioni umane che il bambino stringerà in età adulta? Per approfondire questi aspetti centrali nel percorso di crescita e di sviluppo emotivo dei bambini ne parliamo oggi con la Dott.ssa Adelia Lucattini, Membro Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana e dell'International Psychoanalytical Association.

Dott.ssa Lucattini, a che età la presenza di un animale in casa è considerata preziosa per la crescita dei bambini? Quali sono in particolare, gli aspetti psicologici più significativi che

questa relazione stimola?

La presenza di un animale domestico può essere preziosa fin dai primi anni di vita, purché sempre mediata dagli adulti. Nei bambini piccoli è soprattutto un'esperienza sensoriale e affettiva, poiché imparano a osservare, toccare con delicatezza, riconoscerne i segnali e rispettarne i limiti.

Dai 5-6 anni in poi, può diventare anche un'esperienza di cura più consapevole, ad esempio, occuparsi di dare da mangiare, rispettare gli orari, partecipare alle piccole responsabilità quotidiane. Da un punto di vista psicologico, l'animale rappresenta un "altro" diverso da sé, interagisce con vitalità con dei bisogni ma senza essere giudicante, con cui il bambino si può identificare e che aiuta a sviluppare empatia, capacità di attesa, senso del limite e responsabilità.

È una relazione che educa all'ascolto profondo degli altri, il bambino comprende che amare non significa possedere, ma prendersi cura, rispettare e riconoscere l'altro nella sua unicità (*European Journal of Pediatrics*, 2023).

Quali sono i principali benefici psicologici che osserva nei suoi piccoli pazienti, in termini di valenza terapeutica ed emotiva?

Nel rapporto con l'animale il bambino non incontra solo una presenza affettiva, ma un corpo vivo, il calore del pelo, il ritmo del respiro, il movimento, l'odore, lo sguardo, la risposta immediata al gesto. Questa esperienza sensoriale concreta nutre la vita emotiva e anche quella intellettuale, perché il bambino impara a conoscere attraverso il corpo prima ancora che attraverso le parole.

L'animale favorisce un passaggio fondamentale: dal sentire al pensare. Il bambino osserva, interpreta, attende, si domanda che cosa l'altro provi o desideri. In questo modo sviluppa empatia, capacità simbolica, attenzione all'altro e una prima forma di responsabilità affettiva.

La sua presenza aiuta il bambino a esprimere affetti profondi quali tenerezza, paura, gelosia, rabbia, bisogno di protezione, in una relazione più semplice, diretta e meno minacciosa di quella umana poiché non si aspettano rimproveri o punizioni. Inoltre, stimola empatia, capacità di cura, rispetto del limite e riconoscimento degli altri come soggetti distinto da sé, il passaggio dal proprio animaletto a familiari e amichetti, è brevissimo.

In molti bambini, inoltre, rafforza l'autostima, fa sentire in grado di accudire qualcuno e non dipendere soltanto, sostiene la consapevolezza delle proprie qualità, la capacità di prendersi cura di qualcuno, sviluppa l'autonomia e il senso di responsabilità (*European Child & Adolescent Psychiatry*, 2025).

Dott.ssa Lucattini, ogni animale può offrire un contributo diverso?

Sì, ogni animale offre al bambino un'esperienza relazionale diversa, perché diversa è la sua modalità di presenza, di contatto e di risposta. Non esiste un animale "migliore" in assoluto, ovviamente, conta l'età del bambino, il suo temperamento, la storia familiare e la possibilità degli adulti di occuparsene.

Il cane è l'animale più studiato, è molto responsivo, cerca lo sguardo, il contatto, il gioco, la vicinanza.

Il gatto propone una relazione diversa, meno immediata, più rispettosa della distanza. Insegna l'attesa, la delicatezza, il rispetto dei tempi. Con il gatto il bambino impara che l'affetto non si impone ma va conquistato e rispettato.

Il cavallo coinvolge fortemente il corpo. La sua grandezza, il calore, il movimento e il ritmo del passo offrono un'esperienza sensoriale profonda. Aiuta il bambino a lavorare sulla fiducia, sul controllo, sulla postura, sul limite e sulla capacità di affidarsi senza dominare imparando le regole con un maestro.

Porcellini d'India, conigli e criceti, favoriscono una relazione più minuta e delicata. Poiché sono piccoli e fragili, insegnano al bambino l'attenzione, il gesto misurato, delicatezza. Aiutano a sviluppare empatia e responsabilità, ma richiedono un particolare supervisione da parte dei genitori.

I pesci offrono una relazione più osservativa in quanto non c'è il contatto fisico ma c'è il ritmo visivo, il movimento in acqua. Possono avere un effetto calmante e aiutare il bambino a fermarsi, osservare, aspettare quello che succede.

Le tartarughe essendo meno espressive secondo i nostri codici affettivi, insegnano che l'altro non deve somigliarci per essere rispettato. La tartaruga, con la sua lentezza e il suo bisogno di spazio, educa al limite, alla pazienza e al rispetto di una diversità radicale che saranno molto utili nella vita, nelle amicizie e a scuola.

Ognuno di essi apre sentimenti differenti, il cane alla reciprocità affettiva, il gatto al rispetto della distanza, il cavallo alla fiducia corporea, i piccoli mammiferi alla cura delicata, i pesci alla contemplazione, i rettili al riconoscimento e accettazione della diversità. Con l'aiuto degli adulti, la relazione con gli animali aiuta il bambino a trasformare l'esperienza sensoriale ed emotiva in pensiero (Anthropology, 2013).

Come può questo insegnamento riflettersi, a lungo termine, sulla qualità delle relazioni umane che il bambino stringerà da adulto?

Nel tempo, questa esperienza può diventare una matrice relazionale profonda: il bambino interiorizza che l'altro ha una vita propria, bisogni, tempi e confini che non coincidono necessariamente con i suoi. È un apprendimento affettivo decisivo, perché sposta la relazione dal possesso al riconoscimento, dal controllo all'ascolto, dall'impulso alla cura.

Questa esperienza favorisce la capacità di empatia e di mentalizzazione ovvero il bambino si abitua a domandarsi che cosa provi l'altro, che cosa desidera o di che cosa abbia paura. Sono competenze fondamentali che, da adulti, potranno dare vita a legami intensi, maturi, fondati sull'ascolto, sulla fiducia e sull'accoglienza autentica dell'altro. Sono una vera e propria prevenzione del narcisismo egoistico, dell'autoreferenzialità e dell'aggressività più violenta (Frontiers in Ethology, 2026).

C'è in particolare qualche aspetto di cui i genitori dovrebbero tenere conto?

I genitori dovrebbero anzitutto ricordare che un animale non è un regalo, non è un oggetto affettivo da mettere a disposizione del bambino, ma un essere vivente con bisogni, tempi, limiti e una propria sensibilità. La scelta deve essere degli adulti e deve essere compatibile con la vita reale della famiglia.

Il bambino può imparare moltissimo da questa relazione: amore, cura, responsabilità, rispetto degli orari, attenzione al corpo dell'altro, capacità di attendere e di non imporre sempre il proprio desiderio. Attraverso piccoli compiti quotidiani (preparare il cibo, cambiare l'acqua, pulire lo spazio dell'animale, rispettare le sue routine) il bambino apprende procedure, continuità e affidabilità. Sono competenze preziose non solo in famiglia, ma anche a scuola, nel lavoro futuro, nelle amicizie e, un giorno, nella costruzione della propria famiglia.

Ma tutto questo accade solo se i genitori danno l'esempio, se nutrono, accudiscono, educano e rispettano l'animale, il bambino interiorizza quel modello. La responsabilità, quando è accompagnata dall'affetto, non viene vissuta come peso, ma come partecipazione a un legame.

Da un punto di vista psicologico, l'animale aiuta il bambino a uscire dall'autoreferenzialità, gli insegna che l'altro esiste anche fuori dal suo bisogno immediato. È un'esperienza semplice ma profondissima, perché educa alla responsabilità affettiva. Un bambino che impara a rispettare un animale, a non invaderlo, a proteggerlo e a comprenderne i segnali sarà più preparato a costruire rapporti umani più empatici, rispettosi e maturi.

Quali consigli si sente di dare ai genitori?

- Sapere che prendersi cura di un animale deve essere una decisione consapevole e familiare, non un impulso, né un semplice regalo per il bambino che poi venga abbandonato perché troppo impegnativo;

- I genitori restano i primi responsabili. Il bambino può aiutare, ma non può farsi carico da solo del benessere dell'animale;

- Coinvolgere i figli in piccoli compiti quotidiani, cibo, acqua, pulizia, passeggiata, aiuta a sviluppare sicurezza, responsabilità e senso del dovere mitigato dall'affetto;

- Insegnare il rispetto dell'animale. Non disturbarlo quando dorme, non forzare il contatto, riconoscere i suoi segnali, non aggredirlo fisicamente;

- Considerare l'età e il temperamento del bambino. Ogni fase evolutiva permette un diverso grado di partecipazione, vicinanza fisica e psicologica, e di responsabilità;

- Ricordare che ogni animale ha caratteristiche proprie. Cane, gatto, cavallo, piccoli mammiferi, pesci o tartarughe offrono esperienze relazionali diverse;

- Dare l'esempio con cura, affetto e coerenza. I bambini imparano dai genitori che amare significa proteggere, rispettare e assumersi responsabilità. Questa esperienza può favorire l'empatia, l'intelligenza emotiva e le relazioni umane altruistiche, aiutare ad essere migliori.