

## ***Salute - Animali e bambini, il legame che aiuta a crescere: "Così si imparano empatia, responsabilità e relazioni sane"***

**Roma - 02 lug 2026 (Prima Notizia 24) La psicoanalista Adelia Lucattini spiega come il rapporto con un animale favorisca lo sviluppo emotivo dei più piccoli. Dai cani ai gatti, fino ai cavalli: ogni specie insegna qualcosa di diverso.**

Il legame tra un bambino e un animale domestico non rappresenta soltanto una compagnia durante l'infanzia, ma può trasformarsi in una vera palestra emotiva capace di influenzare positivamente la crescita e le future relazioni umane. In un'epoca in cui le interazioni sono sempre più mediate dagli schermi, il contatto diretto con un animale offre ai più piccoli un'esperienza autentica fatta di ascolto, rispetto e cura reciproca. A sottolinearlo è Adelia Lucattini, membro ordinario della Società Psicoanalitica Italiana e dell'International Psychoanalytical Association, che in un'intervista approfondisce il ruolo degli animali nello sviluppo emotivo dei bambini. Perché gli animali aiutano a crescere Secondo Lucattini, il rapporto con un animale permette al bambino di confrontarsi con un essere vivente diverso da sé, imparando gradualmente a comprenderne bisogni, emozioni e limiti. "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." Si tratta di un'esperienza che va ben oltre il semplice gioco. L'animale comunica attraverso il corpo, lo sguardo, i movimenti e il silenzio, offrendo al bambino una relazione meno filtrata dalle parole e dai giudizi, nella quale può riconoscere le proprie emozioni e imparare a rispettare quelle dell'altro. Da quale età è utile avere un animale? La presenza di un animale può essere preziosa fin dai primi anni di vita, purché sempre sotto la supervisione degli adulti. Nei bambini più piccoli prevale l'aspetto sensoriale: osservare, accarezzare e imparare a riconoscere i segnali dell'animale rappresentano i primi passi verso la costruzione di un legame. Dai cinque o sei anni, invece, il bambino può iniziare ad assumersi piccole responsabilità quotidiane, come dare da mangiare all'animale, rispettarne gli orari o partecipare alla sua cura. "Il bambino comprende che amare non significa possedere, ma prendersi cura, rispettare e riconoscere l'altro nella sua unicità." Benefici emotivi e psicologici Tra i principali effetti positivi osservati nei bambini figurano lo sviluppo dell'empatia, dell'autostima e del senso di responsabilità. Secondo la psicoanalista, il contatto con un animale aiuta inoltre a trasformare le emozioni in pensiero, favorendo capacità fondamentali come l'osservazione, l'attesa, l'interpretazione dei comportamenti e la comprensione dei bisogni altrui. Nel rapporto con l'animale il bambino può inoltre esprimere sentimenti profondi come tenerezza, paura, rabbia o bisogno di protezione in una relazione percepita come meno minacciosa rispetto a quella con gli

adulti. Questa esperienza contribuisce anche a rafforzare la fiducia nelle proprie capacità, facendo sentire il bambino capace di prendersi cura di qualcuno e non soltanto di essere accudito. Ogni animale insegna qualcosa di diverso. Non esiste un animale ideale per tutti: ciascuna specie offre un diverso tipo di esperienza relazionale. Il cane, ad esempio, è particolarmente predisposto all'interazione e favorisce reciprocità, gioco e vicinanza emotiva. Il gatto, invece, insegna il rispetto dei tempi e delle distanze, mostrando al bambino che l'affetto non può essere imposto ma conquistato con pazienza. Il cavallo lavora soprattutto sul rapporto con il corpo, sulla fiducia e sul controllo delle emozioni, mentre piccoli animali come conigli, porcellini d'India o criceti educano alla delicatezza e all'attenzione verso esseri più fragili. Anche pesci e tartarughe offrono esperienze importanti: i primi favoriscono osservazione e calma, mentre le seconde aiutano ad accettare e rispettare una diversità molto distante dai nostri schemi affettivi. Un insegnamento che dura tutta la vita. Per Lucattini, le competenze apprese durante l'infanzia attraverso il rapporto con un animale possono accompagnare la persona anche nell'età adulta. Il bambino interiorizza infatti il concetto che ogni individuo possiede bisogni, tempi e limiti propri, imparando a spostare la relazione dal possesso al rispetto reciproco. Questo favorisce lo sviluppo dell'empatia e della cosiddetta mentalizzazione, cioè la capacità di comprendere ciò che prova l'altro, competenza fondamentale per costruire relazioni affettive mature, basate sull'ascolto e sulla fiducia. Secondo la specialista, tutto questo rappresenta anche una forma di prevenzione nei confronti di atteggiamenti narcisistici, autoreferenziali o aggressivi. Il ruolo fondamentale dei genitori. La presenza di un animale, però, da sola non basta. "I genitori dovrebbero anzitutto ricordare che un animale non è un regalo, né un oggetto affettivo da mettere a disposizione del bambino, ma un essere vivente con bisogni, tempi, limiti e una propria sensibilità." Per questo motivo la decisione di accogliere un animale in famiglia deve essere consapevole e condivisa dagli adulti, che rimangono i principali responsabili del suo benessere. Coinvolgere i figli nella cura quotidiana, insegnare loro a rispettare gli spazi dell'animale, non disturbarlo durante il riposo e riconoscerne i segnali rappresenta un'importante occasione educativa. I consigli della psicoanalista. Tra le indicazioni rivolte alle famiglie emergono alcuni principi fondamentali: scegliere un animale solo dopo una valutazione consapevole, non considerarlo un semplice regalo, coinvolgere gradualmente il bambino nelle cure quotidiane, rispettare le caratteristiche della specie scelta e dare sempre il buon esempio. Secondo Lucattini, infatti, sono proprio gli adulti, attraverso il loro comportamento, a trasmettere ai figli il significato più profondo della relazione con un animale: amare significa proteggere, rispettare e assumersi responsabilità. Un percorso che, conclude la specialista, può contribuire a formare adulti più empatici, consapevoli e capaci di costruire relazioni umane autentiche e mature.

*(Prima Notizia 24) Giovedì 02 Luglio 2026*