

15 aprile 2025 12:22

## Il rapporto con i nostri animali domestici rivela molto su di noi

di [Redazione](#)



Gli animali domestici sono diventati parte integrante della [vita delle persone](#) . Alcune persone hanno un legame più forte con il proprio animale domestico che con [i fratelli](#) o altri [membri della famiglia](#) . Possiamo provare [più empatia verso i nostri animali](#) che verso gli esseri umani. Secondo un [sondaggio](#) , circa il 90% dei canadesi considera gli animali domestici non solo parte della famiglia, ma anche una fonte essenziale di supporto emotivo. In quanto ricercatori interessati alla psicologia delle relazioni uomo-animale, crediamo che queste scoperte dimostrino l'imperativo di comprendere in che modo le relazioni con gli animali domestici modellano le abitudini , [l'autopercezione](#) , [lo stato emotivo](#) e la capacità [delle persone di affrontare diverse situazioni](#) . Porre domande sugli animali domestici può essere utile per [i professionisti della salute mentale](#) che desiderano comprendere meglio [le dinamiche familiari](#) dei propri clienti . Esplorando il ruolo svolto dagli animali in tutto questo, è possibile ottenere informazioni preziose sui fattori che influenzano [il benessere](#) di una persona .

## Includere gli animali domestici per un approccio incentrato sul cliente

Adottando un [approccio incentrato sul cliente](#) , i terapeuti devono comprendere e riconoscere le prospettive della persona. L'obiettivo è lavorare con lei per scoprire cosa plasma le sue esperienze, la sua visione del mondo, i suoi punti di forza e i suoi sistemi di supporto.

Durante il [primo incontro e la prima valutazione](#) , il terapeuta dovrebbe porre l'accento sull'ascolto delle esigenze del cliente. Se trascura il [ruolo centrale](#) che gli animali domestici svolgono nella sua vita, rischia di perdersi cose importanti. [Cambiando prospettiva](#) , il terapeuta può [comprendere meglio](#) le emozioni e i comportamenti di una persona e quindi offrirle un trattamento più appropriato ed efficace.

I vantaggi di un quadro così olistico sono inestimabili. I ricercatori hanno scoperto che [le domande relative agli animali domestici](#) possono non solo ridurre l'ansia, ma anche migliorare la comunicazione e le relazioni. Offrono inoltre l'opportunità di ottenere [informazioni clinicamente rilevanti](#) che possono orientare l'approccio terapeutico.

## Per approfondire la prospettiva

Le domande sugli animali domestici possono influenzare l'orientamento degli interventi terapeutici in diversi modi.

### 1) Porta conforto

Le domande sugli animali domestici possono trasmettere un [senso di familiarità e conforto](#) . Ciò rafforza l'alleanza terapeutica e promuove un clima accogliente. [Molte coppie](#), ad esempio, considerano il loro animale domestico come un figlio. [Le nuove generazioni](#) spesso preferiscono gli animali domestici ai bambini.

Trascurare questo aspetto importante può avere un impatto negativo sulla relazione terapeutica. Ponendo domande sugli animali domestici, i professionisti possono aiutare i loro clienti a sentirsi apprezzati e considerati.

Questo approccio inclusivo riconosce una parte essenziale del suo sistema sociale e crea uno spazio per parlare di come gli animali [ne plasmano l'identità](#) .

Le nuove generazioni spesso preferiscono gli animali domestici ai bambini.

## 2) Creare fiducia

In generale, costruire un rapporto con un cliente aiuta a creare fiducia. Ciò li fa sentire più a loro agio e più inclini a condividere informazioni difficili e personali. Discutendo delle dinamiche con un animale domestico, questi potrà [avvicinarsi più facilmente ad alcuni argomenti delicati](#) . Pertanto, circa [il 90% delle donne](#) vittime di violenza domestica dichiara di aver maltrattato il proprio animale domestico.

I bambini vittime di violenza domestica spesso raccontano che il loro [animale domestico ha subito abusi](#) . Spesso trovano [più facile](#) parlare della violenza subita dal loro animale domestico piuttosto che parlare di quella subita da loro stessi.

### 3) Fornire al cliente una panoramica dei suoi punti di forza:

Gli animali domestici possono [offrire supporto](#) in molti modi. Per alcune persone, trascorrere del tempo con un animale [nei momenti difficili](#) può aiutare [a ridurre l'ansia](#) e [il senso di solitudine](#) .

Per altri, avere un animale domestico facilita il coinvolgimento in attività [sociali](#) e [fisiche](#) . Inoltre, il legame con l'animale può [aumentare il senso di appartenenza e ridurre i comportamenti autodistruttivi](#) . Comprendendo il ruolo che un animale svolge nella vita di un cliente, i terapeuti acquisiscono consapevolezza delle loro strategie di adattamento e delle risorse a loro disposizione e possono quindi pianificare meglio gli interventi clinici.

### 4) Fornire una panoramica delle sfide:

Gli animali domestici possono avere un effetto positivo sulla [capacità di attaccamento](#) . Tuttavia, un [forte attaccamento](#) a un animale è talvolta associato a stress psicologico e problemi di fiducia. Alcune persone possono provare [preoccupazione e sensi di colpa](#) quando i loro problemi di salute incidono sulla loro capacità di prendersi cura del proprio animale domestico, il che può peggiorare il loro disagio psicologico.

Inoltre, il modo in cui una persona affronta e risolve le situazioni legate al proprio animale domestico può fornire indicazioni sulle sue [capacità di risoluzione dei problemi](#) . L'esplorazione di queste aree potrebbe far emergere problematiche su cui intervenire nella terapia.

## 5) Identificare le fonti di stress

Il rapporto con un animale domestico è [complesso e può essere soggetto a fluttuazioni](#) . Se l'animale ha problemi [comportamentali](#) o [di salute](#) , questo può creare ostacoli alla vita sociale, riducendo le interazioni sociali e aumentando le emozioni negative del suo proprietario.

Inoltre, la mancanza di mezzi per pagare le cure veterinarie (<http://dx.doi.org/10.56771/jsmcah.v3.72>) può influire sul benessere di una persona. Tali situazioni sono talvolta associate ad [ansia e a un carico di assistenza eccessivo](#) . Pertanto la dinamica con un animale domestico può influenzare direttamente gli argomenti trattati in terapia.

In questi casi, se uno psicoterapeuta non pone domande sulla relazione tra una persona e il suo animale domestico, potrebbe trascurare elementi essenziali riguardanti la sua condizione generale e perdere informazioni importanti sui suoi punti di forza e di debolezza.

## Il pezzo mancante

I problemi legati agli animali domestici non sono banali.

La struttura delle famiglie (<http://dx.doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195396690.013.0017>) si è evoluta. Nell'ambito di approcci terapeutici olistici ed empatici, esplorare la presenza degli animali nella vita delle persone è essenziale per creare un ambiente di accettazione, apertura e fiducia.

Affrontando [questo collegamento](#) , i professionisti possono rafforzare l'alleanza terapeutica. Scoprono così aspetti essenziali della vita emotiva di una persona, i suoi punti di forza e le sue difficoltà.

Domande semplici, come: "Hai un animale domestico a casa?" e "Come descriveresti il ??ruolo del tuo animale domestico nella tua vita?" può aiutare a rafforzare il legame con il cliente. Creano opportunità di coinvolgimento e

promuovono una pratica inclusiva e incentrata sul cliente, allineata alle [nuove configurazioni familiari](#) .

*(Renata Roma -Postdoctoral Fellow, Center of Behavioural Sciences and Justice Studies/Pawsitive Connections Lab, University of Saskatchewan -, Laleh Dadgardoust -Course Instructor at Glendon Campus at York University, Research Assistant, PAWSitive Connections Lab, University of Saskatchewan - su The Conversation del 14/04/2025)*

### **CHI PAGA ADUC**

l'associazione non **percepisce ed è contraria ai finanziamenti pubblici** (anche il 5 per mille)

La sua forza economica sono iscrizioni e contributi donati da chi la ritiene utile

**DONA ORA** (<http://www.aduc.it/info/sostienici.php>)