



Neurodivergenza â?? Disturbo da Deficit di Attenzione/Iperattività (ADHD) nei bambini: comprenderla e affrontarla. Lâ??importanza della diagnosi precoce.

Descrizione

Lucattini: â??Quando emerge il sospetto di un disturbo attentivo Ã? importante effettuare una valutazione integrata, che consideri sia gli aspetti neuropsicologici sia quelli emotivi e relazionali. Da una prospettiva psicoanalitica, lâ??osservazione del gioco, della qualitÃ delle relazioni e della capacitÃ di simbolizzazione aiuta a comprendere se la difficoltÃ attentiva sia legata principalmente a un disturbo del neurosviluppo o anche a vissuti emotivi e dinamiche relazionali che interferiscono con la regolazione interna del bambinoâ?•.

Intervista di Marialuisa Roscino

Lâ??ADHD Ã? una neurodivergenza: un modo diverso in cui il cervello elabora le informazioni, gestisce gli stimoli e regola gli impulsi. Si manifesta principalmente in tre modi: disattenzione, iperattività e impulsività. Spesso ci si concentra solo sulle sfide, ma la neurodivergenza porta con sÃ© talenti unici: bambini con capacità di trovare soluzioni creative a cui altri, magari, non pensano, con â??Hyperfocusâ?•: quando un argomento li appassiona, possono raggiungere livelli di concentrazione e competenza incredibili, con â??Energia e Resilienzaâ?•: una vitalità contagiosa e una grande capacità di ripartire dopo un errore. Come supportare allora un bambino neurodivergente â?? ADHD? Lo vediamo, in occasione della **Settimana del Cervello 2026**, in questa intervista insieme alla Dott.ssa Adelia Lucattini, Psichiatra e Psicoanalista Ordinario della Società Psicoanalitica Italiana, in modo chiaro, togliendo un poâ?? di quel peso che spesso accompagna questo tipo di diagnosi.

Dott.ssa Lucattini, puÃ² spiegare cosâ??Ã?, nello specifico, il Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività (ADHD) e che genere di fattori, a Suo avviso, puÃ² contribuire o amplificare la sua manifestazione?

Il Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività (ADHD) Ã? definito dalle principali classificazioni internazionali come un disturbo del neurosviluppo caratterizzato da difficoltà persistenti nellâ??attenzione, nellâ??autoregolazione e nel controllo degli impulsi. Le ricerche piÃ¹ recenti mostrano che si tratta di una condizione multifattoriale, in cui predisposizioni neurobiologiche e genetiche interagiscono con fattori ambientali e relazionali.

L'attenzione non è soltanto una funzione intellettuale, ma si costruisce anche all'interno delle prime relazioni affettive. Il bambino sviluppa progressivamente la capacità di regolare gli impulsi e di concentrarsi grazie alle esperienze di contenimento emotivo e alla qualità dei legami familiari. Quando l'ambiente è segnato da stress, conflittualità o depressione genitoriale, il bambino può rimanere in uno stato di maggiore tensione emotiva che interferisce con la concentrazione e l'apprendimento. Gli studi più recenti indicano che il clima familiare e lo stile genitoriale possono rappresentare fattori protettivi oppure amplificare le difficoltà attentive nei bambini predisposti, confermando come lo sviluppo dell'attenzione sia il risultato dell'interazione tra vulnerabilità biologiche e contesto relazionale. La prevalenza stimata dell'ADHD nei bambini è oggi intorno al 5-7% a livello globale. (*Prevention Science Journal*, 2024).

Quali sono i segnali precoci da non sottovalutare?

I genitori osservano spesso alcune difficoltà già nelle attività quotidiane: fatica a mantenere la concentrazione nel gioco, irrequietezza motoria, tendenza a passare rapidamente da un'attività all'altra o a distrarsi anche durante esperienze che normalmente risultano piacevoli. Un elemento importante riguarda anche la qualità della relazione con l'adulto durante il compito: alcuni bambini faticano a condividere l'attenzione, a tollerare l'attesa o a mantenere un'attività insieme all'altro.

La capacità di attenzione è strettamente legata alla regolazione degli stati emotivi. Quando il bambino non riesce a sostenere mentalmente su un'attività o a restare fermo fisicamente, può essere segnale di una difficoltà nel modulare eccitazione, frustrazione o tensione interna. Anche incidenti frequenti, comportamenti impulsivi o una apparente sordità ai richiami degli adulti possono indicare una difficoltà nella regolazione degli impulsi e nell'organizzazione dell'esperienza emotiva.

È importante ricordare che ciò che appare come semplice disattenzione può talvolta rappresentare una modalità con cui il bambino esprime o gestisce stati di ansia, eccitazione o disagio che non riesce ancora ad esprimere attraverso il linguaggio verbale, a parole. Per questo l'osservazione precoce è fondamentale. Studi recenti mostrano infatti che interventi strutturati, soprattutto in ambito scolastico e familiare, possono migliorare significativamente le capacità attentive e la regolazione comportamentale nei bambini con ADHD, confermando l'importanza di riconoscere e affrontare precocemente questi segnali (*Frontiers in Psychology*, 2025).

Dott.ssa Lucattini, supportare un bambino con ADHD o altre neurodivergenze non significa solo fargli fare terapia, ma creare anche un ambiente favorevole intorno a lui, che sia a casa, a Scuola e in posti ricreativi dove solitamente svolge delle attività, cosa può dirci al riguardo?

Quando un adulto attraversa periodi di depressione, ansia o forte sovraccarico emotivo, può diventare più difficile offrire al figlio quella stabilità affettiva che favorisce la costruzione delle funzioni di regolazione, tra cui anche l'attenzione.

Dal punto di vista psicoanalitico, i genitori svolgono una funzione di contenimento emotivo: aiutano il bambino a dare senso alle proprie esperienze interne e a modulare stati di eccitazione, frustrazione o angoscia. Se questo contenimento è fragile perché l'adulto è a sua volta sopraffatto da tristezza, irritabilità o stress, il bambino può mostrare precocemente segni di disregolazione emotiva, che talvolta si esprimono come irrequietezza, difficoltà nel gioco condiviso o nel mantenere l'attenzione.

Per questo Ã importante che, quando un genitore si sente in difficoltÃ , possa chiedere un aiuto professionale. Prendersi cura del proprio benessere psicologico non Ã solo un atto personale, ma anche un modo per rafforzare la qualitÃ della relazione con il bambino, offrendo un ambiente emotivo piÃ sicuro e prevedibile. Numerosi studi recenti indicano infatti che la qualitÃ delle interazioni genitore-figlio e la salute mentale dei genitori svolgono un ruolo significativo nello sviluppo della regolazione emotiva e attenta nei bambini (*Child Psychiatry & Human Development*, 2025).

In che modo, Ã possibile migliorare il livello di concentrazione nei bambini durante le attivitÃ quotidiane?

La capacitÃ di attenzione si sviluppa gradualmente e nasce all'interno di esperienze ripetute e condivise con i genitori e le persone a cui sono legati affettivamente. Il bambino impara a concentrarsi quando puÃ² fare esperienza di tempi prevedibili, relazioni stabili e attivitÃ svolte insieme all'adulto. La presenza di routine quotidiane, un ambiente ordinato e momenti dedicati al gioco o al lavoro condiviso aiutano il bambino a interiorizzare un ritmo che sostiene la capacitÃ di restare mentalmente su un compito.

Ã utile favorire attivitÃ che richiedano attenzione progressiva â come leggere, disegnare, costruire o contare â evitando una stimolazione eccessiva o il multitasking precoce. Queste esperienze permettono al bambino di organizzare meglio il pensiero e di tollerare l'attesa e la frustrazione, aspetti fondamentali per la concentrazione.

Anche la ricerca scientifica piÃ recente conferma che abitudini stabili, attivitÃ strutturate e movimento fisico regolare favoriscono lo sviluppo delle funzioni esecutive (come scritte, lettura, calcolo, disegno, etc.), dell'autoregolazione emotiva e dell'attenzione nei bambini, in particolare quando queste esperienze sono inserite in un contesto familiare e scolastico prevedibile e di supporto (*Personality and Individual Differences*, 2025).

Come Ã possibile intervenire per aiutare e supportare un bambino che presenta un disturbo attentivo?

Quando emerge il sospetto di un disturbo attentivo Ã importante effettuare una valutazione integrata, che consideri sia gli aspetti neuropsicologici sia quelli emotivi e relazionali. Da una prospettiva psicoanalitica, l'osservazione del gioco, della qualitÃ delle relazioni e della capacitÃ di simbolizzazione aiuta a comprendere se la difficoltÃ attentiva sia legata principalmente a un disturbo del neurosviluppo o anche a vissuti emotivi e dinamiche relazionali che interferiscono con la regolazione interna del bambino.

L'intervento puÃ² includere percorsi di riabilitazione neuropsicologica, psicoterapia psicodinamica o psicoanalitica infantile e, quando necessario, un lavoro di sostegno ai genitori. L'attenzione, infatti, si sviluppa anche grazie all'esperienza di contenimento emotivo: quando il bambino si sente sostenuto da adulti prevedibili e capaci di modulare gli stati affettivi, diventa piÃ facile organizzare il pensiero e mantenere la concentrazione.

Le ricerche piÃ recenti confermano che gli interventi risultano piÃ efficaci quando integrano regolazione emotiva, supporto genitoriale e organizzazione dell'ambiente di vita, perchÃ© agiscono proprio sui processi di autoregolazione che sostengono l'attenzione (*The Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2026).

Quali consigli si sente di dare ai genitori?

- Osservare con attenzione senza allarmarsi. Se un bambino mostra difficoltà persistenti di concentrazione, impulsività o irrequietezza, meno frequente nelle bambine, è utile notare quando e in quali situazioni si manifestano. Non tutti i bambini vivaci hanno un disturbo da ADHD, ma segnali che durano nel tempo meritano attenzione;
- Rivolgersi a specialisti per una valutazione accurata. In presenza di dubbi è importante richiedere una valutazione specialistica, preferibilmente integrata tra neuropsichiatria infantile e psicologia clinica, per comprendere gli aspetti intellettivi, emotivi e relazionali del bambino per arrivare a una diagnosi corretta;
- Costruire un ambiente quotidiano stabile e prevedibile. Routine chiare, tempi regolari per studio, gioco e riposo e attività svolte insieme all'adulto aiutano il bambino a sviluppare gradualmente la capacità di concentrazione e di autoregolazione;
- Collaborare con la scuola e, se necessario, predisporre un PDP. Quando le difficoltà attentive interferiscono con l'apprendimento, è utile lavorare insieme agli insegnanti per creare strategie didattiche adeguate e, se indicato, attivare un Piano Didattico Personalizzato (PDP) che aiuti il bambino a esprimere al meglio le proprie capacità ed a esprimersi liberamente;
- Affiancare il bambino con percorsi terapeutici adeguati. Gli interventi possono includere supporto psicologico e psicoanalitico, riabilitazione neuropsicologica, parent training e, quando necessario, trattamenti farmacologici. Il lavoro con i genitori è fondamentale perché un ambiente emotivamente caloroso e costante, favorisce lo sviluppo dell'attenzione e della regolazione emotiva del bambino.