Giovani col mondo in una stanza

Sono chiamati hikikomori (in giapponese significa ‘stare in disparte’, ‘isolarsi’), hanno dai 14 ai 25 anni, passano la maggior parte della giornata nella loro camera, non studiano, non lavorano e a stento parlano con altre persone. In Giappone, dove il fenomeno è conosciuto dagli Anni ’80, sono quasi un milione, in Francia circa 80 mila, mentre secondo l’Associazione Hikikomori Italia, nel nostro Paese se ne registrano circa 100 mila.

Spesso l’evento ‘scatenante’ avviene durante gli anni delle scuole medie e delle superiori: si allontanano gradualmente da amici, familiari e mondo scolastico a causa, per esempio, di un episodio di bullismo o di un brutto voto. Tra i sintomi riscontrati in questi giovani c’è una forte avversione alle relazioni sociali e alla scuola, non tanto verso professori e materie, ma come socialità complessiva, l’incubo della competizione e dell’essere rifiutato dall’altro, l’uscire con i coetanei e fare sport. Si tratta di adolescenti che rimangono chiusi nella loro cameretta per mesi o a volte anni autoescludendosi, rifiutando il mondo, la scuola, i rapporti sociali dormendo di giorno e vivendo di notte attaccati al computer. Proprio la Rete e le

sue mille ‘finestre’ sono l’unico contatto con la società: si creano una vita virtuale per cercare di superare il peso di vivere quella reale, senza metterci la faccia.

Per i genitori è importante essere attenti e intervenire appena il disturbo si manifesta. In generale è bene rispettare i ragazzi e non violare con la forza lo spazio della cameretta dove peraltro vi consumano, per la maggior parte, anche i pasti.Non appena madre e padre si accorgono di atteggiamenti ‘strani’ e di chiusura, è bene che si rivolgano a un professionista, che può suggerire un approccio medico-psichiatrico, con un percorso terapeutico e medicine, o un approccio basato sulla risocializzazione, che affronta il problema come un disturbo di socializzazione.

Diverse le cause di questo fenomeno: caratteriali, sono di solito ragazzi molto introversi; familiari, con rapporti difficili con i genitori; scolastiche, molte volte dietro l’isolamento si nascondono storie di bullismo; sociali, soffrono spesso le pressioni di realizzazione sociale.

Nel 2013 per la Società italiana di psichiatria, erano circa 3 milioni gli italiani tra i 15 e i 40 anni che soffrivano di questo problema, anche se spesso il disturbo viene confuso con la sindrome depressiva, la cultura nerd (termine inglese che definisce chi predilige la tecnologia e al contempo ha poca propensione alla socializzazione), come semplice dipendenza da

internet (le cui stime parlano di circa 300 mila adolescenti italiani che passano oltre tre ore al giorno tra internet e videogiochi), o legato al progresso della società e non a una scelta individuale. Il fenomeno riguarda i maschi per il 90%, ma il numero delle ragazze isolate è in aumento.