



Hikikomori_(ひきこもり) o 引き籠り

COSA SIGNIFICA HIKIKOMORI?

Hikikomori è un termine coniato dal Dottor Tamaki Saito, direttore del Sofukai Sasaki Hospital, letteralmente significa "rannicchiarsi, raggomitolarsi su se stessi", e dunque isolarsi. Il dott. Saito è oggi il maggior esperto di questo disturbo e ha scritto diversi articoli e libri sull'argomento, compreso: "Come salvare vostro figlio dall'hikikomori".

Un fenomeno comportamentale riguardante gli adolescenti e i giovani post-adolescenti in cui si rigetta la vita pubblica e si tende ad evitare qualsiasi coinvolgimento sociale. Si tende quindi ad isolarsi chiudendosi nelle proprie case e interrompendo ogni genere di rapporto con gli altri, fuori dalle mura domestiche. L'hikikomori diventa schiavo della propria vita sedentaria, gioca con videogiochi e guarda la televisione durante tutto il proprio tempo libero. L'unico mezzo di comunicazione che usa è internet, con cui si crea un vero e proprio mondo tutto suo, con amici conosciuti online, nei blog, nelle chat, dove parla di tutto, anche della sua condizione di recluso, o come si dice in Giappone di hikikomori. Il cibo viene lasciato davanti alla porta e lui, quando non sente più alcun rumore, apre l'uscio.

Il Dott. Saito, ha trattato più di 1000 Hikikomori ed attribuisce il disagio al contesto familiare e sociale, all'interdipendenza fra genitori e figli ed alle loro pressioni psicologiche.

QUANDO INIZIA IL FENOMENO E CHI SONO QUESTI RAGAZZI

Il fenomeno apparve in Giappone dieci anni fa. Inizialmente non fu preso con la dovuta serietà, poi il moltiplicarsi di giovani che sceglievano la reclusione volontaria portò il dottor Saito ad approfondire il fenomeno e ad aprire un vero e proprio caso nazionale. Questi adolescenti, soffrono di depressione e di comportamenti ossessivo compulsivi ma non è facile comprendere se questi siano una possibile conseguenza della reclusione forzata a cui si sottopongono o una concausa del loro chiudersi nella "stanza di dentro".

Una stima ottimista afferma che in Giappone circa 500mila giovani tra i 13 e i 30 anni sono hikikomori. Esperti e psicoanalisti pensano che gli hikikomori in Giappone siano più di 1 milione, ossia il 20% dei giovani giapponesi, ossia quasi l'1% della popolazione totale. Sebbene esistano anche ragazze, circa l'80% di hikikomori sono maschi, i più giovani hanno 13-14 anni, e i ritiri, questa sorta di "autosequestri", possono durare anche più di 15 anni.

CAUSE E SINTOMI

I giapponesi hanno dato la colpa a qualunque cosa: alle madri oppressive e a quelle assenti, ai padri troppo impegnati, al bullismo scolastico, all'economia in recessione, alle pressioni accademiche e ai video game. Ma il tutto va probabilmente collocato sullo sfondo di una società sociologicamente in crisi e che, soprattutto, si nutre di una cultura dalle caratteristiche uniche al mondo e non sempre "sane".

James Roberson, antropologo culturale al Tokyo Jogakkan College ed editore del libro *"Uomini e mascolinità nel Giappone contemporaneo"* punta il dito su un particolare atteggiamento giapponese nei confronti del successo personale.

Secondo Roberson i ragazzi cominciano a percepire una forte pressione all'autorealizzazione già nella scuola media e l'hikikomori potrebbe essere una resistenza a questa pressione.

Anche il dott. Saito, che ha trattato più di 1000 hikikomori, attribuisce il disagio al contesto familiare e sociale, all'interdipendenza fra genitori e figli e alle pressioni su di essi, in particolare quelli più grandi, perché siano eccellenti negli studi e nella professione.

Il giovane diventa apatico, disinteressato, depresso. Comincia a passare sempre più tempo dentro la sua stanza. Gioca con i videogame, guarda la televisione, ascolta la musica, chatta su internet. Legge, scrive, dorme molte ore al giorno, quando si sveglia non vuole alzarsi dal letto, è ancora stanco. Finché non esce più dalla sua camera, riceve il cibo dai genitori, chiude ogni rapporto diretto e fisico con il mondo esterno.

Alcuni giovani passano le giornate sotto la doccia, a lavarsi, a strofinarsi per purificare le pelli dai batteri, o semplicemente a sentire l'acqua scendere sulla pelle.

Passano i mesi, gli anni, e vivere dentro le stesse mura, vedere sempre le stesse cose, gli stessi oggetti, la stessa tv o lo stesso computer.

Fissare lo stesso soffitto o le stesse mattonelle sul pavimento fa vacillare il senso comune di spazio e di tempo. Gli stessi hikikomori, raggiunto un certo periodo di isolamento, descrivono la vita come un sogno, un vaneggiamento.

"Non ricordo il nome delle cose quando le guardo troppo a lungo. Diventano trasparenti, si sdoppiano, si sovrappongono, sfumano in un bagliore che trema".

Molti reclusi si avventurano fuori, una volta al giorno o una volta alla settimana, per andare in un Konbini, un supermarket aperto 24 ore.

Lì possono trovare colazioni a portar via, pranzi e cene, e poiché di solito si svegliano a mezzogiorno e vanno a dormire al mattino presto, il konbini è una scelta sicura e anonima a tarda notte. La cassiera non parla e tutti gli altri stanno a casa a dormire.

HIKIKOMORI E DEPRESSIONE

Esiste una componente chiave nei hikikomori *la depressione* dovuta alla mancanza di comunicazione che la società riserva ai giovani.

La comunicazione con l'esterno è un punto primario per la crescita di un bambino. Se il bambino passa da una condizione infantile di onnipotenza e di attenzioni eccessive ad una condizione adolescenziale in cui è solo un numero nella società e la sua comunicabilità è ridotta a zero, poiché la società non ascolta ma procede sorda, ecco che insorgono forme di depressione acuta.

Peraltro i rituali tradizionali, che segnavano i punti di passaggio da una età ad un'altra, stanno inesorabilmente svanendo, e con essi l'unico sperone collettivo a cui aggrapparsi in fasi incerte della vita.

E' chiaro che in ogni paese del mondo troviamo casi di depressione e malessere, ma le risposte che i giovani solitamente danno sono risposte "rumorose", entrano nelle gang, abusano di alcool e droghe, commettono atti pubblicamente visibili. In Giappone invece si sceglie l'apatia e la protesta silenziosa, segno che è meglio sparire senza lasciare traccia che farsi notare per qualcosa di difforme alla norma e di non uniforme alla reputazione della massa.

CURA

Viene descritto un programma per aiutare questi ragazzi il "*New Start*" che offre un alloggio in comunità e un programma di formazione-lavoro.

Gli operatori sono per lo più ragazze, che lavorano, anche molti mesi, per instaurare un legame che costituisca un *ponte sicuro* fra l'hikikomori e il mondo esterno.

Una volta a settimana, l'operatrice fa visita al ragazzo convincendolo gradatamente a uscire dalla sua stanza e poi a lasciare la propria casa per cominciare il programma New Start.

In qualche caso ci vogliono molti mesi, in qualche altro anche anni.

CONCLUSIONI

Non rimaniamo davanti alla porta di questi ragazzi, bussiamo. Non portiamogli solo cibo e computer, doniamogli la comprensione (da cum-prehendere, prendere con sé). Sono ragazzi spaventati, bisogna sapersi avvicinare con cautela e sicurezza. **Ma gli adulti hanno superato le loro paure?**

Bibliografia:

- www.lombardozi.it
- Phil Rees, Reporting from Japan for Correspondent (articolo del 20 October, 2002)
- Analisi della patologia dei ragazzi giapponesi hikikomori dal punto di vista occidentale (Ricerca a cura del Dott. Paolo Cardoso Direttore International Foundation Erich Fromm)