

Corriere della Sera - Martedì 21 Marzo 2023

«In disparte» centomila giovani

Allarme HIKIKOMORI

D al Giappone il fenomeno sta dilagando Stimati in Italia 450mila «ritirati sociali»:in aumento la fascia 18-30 anni Uno studio del Cnr traccia il quadro Famiglie disorientate: gli sportelli di aiuto

di Giulio Sensi

Durante il giorno spesso dorme, la notte invece trova conforto nelle chat di Twitch e nelle gare di giochi online. Oppure divora documentari su innumerevoli argomenti. Ha lasciato la scuola subito dopo le vacanze di Natale, nell'anno della terza superiore. Il motivo Michele, che vive in Piemonte, ancora non sa spiegarlo. I genitori si chiedono cosa possa averlo spinto a chiudersi nella sua camera per uscire a fatica qualche volta, e quando riesce, solo per incontrare uno psicologo. È difficile aprirsi per Michele, uno dei tanti giovani «ritirati sociali»: li chiamano hikikomori, termine giapponese che significa «stare in disparte». La parola racconta un fenomeno tipico della società nipponica, ormai diffuso in tutto il mondo. È esploso anche in Italia. I dati sono allarmanti e non riguardano solo i giovani: l'Istituto di Fisiologia Clinica (Ifc) del Consiglio nazionale delle ricerche (Cnr) stima in 450.000 gli italiani che nella loro vita si sono ritirati per un periodo di almeno sei mesi, cancellando le relazioni col mondo esterno.

«Lo studio - spiega Sabrina Molinaro, che all'Istituto dirige il Dipartimento di Epidemiologia e Ricerca sui Servizi Sanitari - ci ha permesso di iniziare a leggere il fenomeno non solo nella popolazione giovanile. Certo, influiscono anche condizioni di malattia o impossibilità a muoversi, ma la domanda era precisa e riguardava l'assenza di relazioni sociali. È doloroso pensare a quanta solitudine vivano queste persone». La fascia dei cosiddetti giovani-adulti, dai 18 ai 30 anni, è quella più colpita: più di 100mila, escluso il periodo Covid, non sono usciti dal proprio ambiente per sei mesi e di questi poco meno della metà si riconosce nella definizione di hikikomori. «È solo un primo studio che ha stimato il fenomeno - aggiunge Molinaro -, ma ci permette di avere un dato di riferimento. Colpisce anche la poca differenza di genere: siamo soliti pensarlo come prettamente maschile, ma i nostri dati riferiscono di una popolazione femminile altrettanto coinvolta».

L'associazione

Bisogna intervenire in fretta: dopo tanti anni di isolamento le possibilità di uscirne si riducono

Su impulso del gruppo Abele di Torino, l'Istituto del Cnr ha anche cercato con uno studio specifico, «Vite in disparte», di capire quanto il mondo dell'adolescenza ne sia coinvolto. «C'è chi si isola per problemi di natura psicologica - spiega Sonia Cerrai, ricercatrice del Cnr - chi per ragioni sentimentali, chi familiari. Il bullismo non pare, almeno in questo ambito, essere una delle cause maggiori. Colpisce il loro percepito rispetto al ruolo dei genitori che sembrano, almeno in un primo momento, sottostimare il problema». Marco Crepaldi è uno psicologo e ha fondato l'associazione Hikikomori Italia di cui è presidente. «Ogni settimana - racconta - riceviamo una cinquantina di richieste di aiuto. Otto volte su dieci sono i familiari ad interpellarci. Offriamo un percorso gratuito, finanziato dalle risorse del 5 per mille, e sistemico che non concentra il problema solo sul ragazzo isolato, ma su tutto il sistema sociale in cui è inserito a cominciare dalla famiglia. Li aiutiamo nel trovare con la scuola un piano didattico per preservare gli studi. Abbiamo coinvolto dalla nostra costituzione nel 2017 circa 5.000 genitori. Col tempo i frutti sono arrivati e tanti giovani hanno superato i loro limiti. Se la famiglia si mette in discussione, la scuola è flessibile e pronta ad aiutare, allora la possibilità di un ritorno alla vita sociale è più alta. Fondamentale è intervenire in modo tempestivo: dopo tanti anni di isolamento le possibilità di uscirne si riducono».

Anche il Gruppo Abele ha iniziato da qualche tempo ad affrontare il problema. «Al nostro sportello sulle difficoltà giovanili - racconta lo psicologo e presidente onorario Leopoldo Grosso - chiedono aiuto tanti genitori.

L'approccio abituale è quello psichiatrico, ma la problematica di fondo è legata alle relazioni sociali secondarie che nella pre-adolescenza, e ancora di più nell'adolescenza, richiedono ai ragazzi di sentirsi adeguati, all'altezza, accettati dagli altri in una società incentrata sul piano estetico e prestazionale». Il Gruppo Abele ha attivato un progetto, chiamato Nove e $\frac{3}{4}$, per intervenire. «Fare rete è fondamentale - racconta la responsabile del servizio Milena Primavera - e il ruolo della famiglia è primario. I tempi per costruire una relazione sono spesso molto lunghi. Si cercano argomenti d'interesse, stimoli a rompere la routine e la solitudine. Piccole brecce da aprire attraverso l'empatia, senza mai giudicare e condannare la scelta di isolarsi. Se e quando il giovane se la sente, proviamo a coinvolgerlo in attività di laboratorio, individuali o condivise con un piccolo gruppo di persone che arrivano da storie simili. Favoriamo una graduale uscita dalle mura di casa, e l'instaurarsi di nuove relazioni. Un passo per volta, senza mai forzare la mano».