

L'INCHIESTA

Hikikomori in fuga dal mondo

Rapporto Cnr sul disagio relazionale
I minori si isolano nella loro stanza
per sfuggire alla fatica dei rapporti

La vita in una stanza. Ragazzi in fuga da loro stessi e dal mondo. Nel progetto del Gruppo Abele 35 maschi, 14 femmine e una persona non binaria. Ognuno con fragilità nel relazionarsi con coetanei e adulti, ma non "asociali", come si può pensare in modo semplicistico. Tant'è che, seppur ritirati nelle proprie

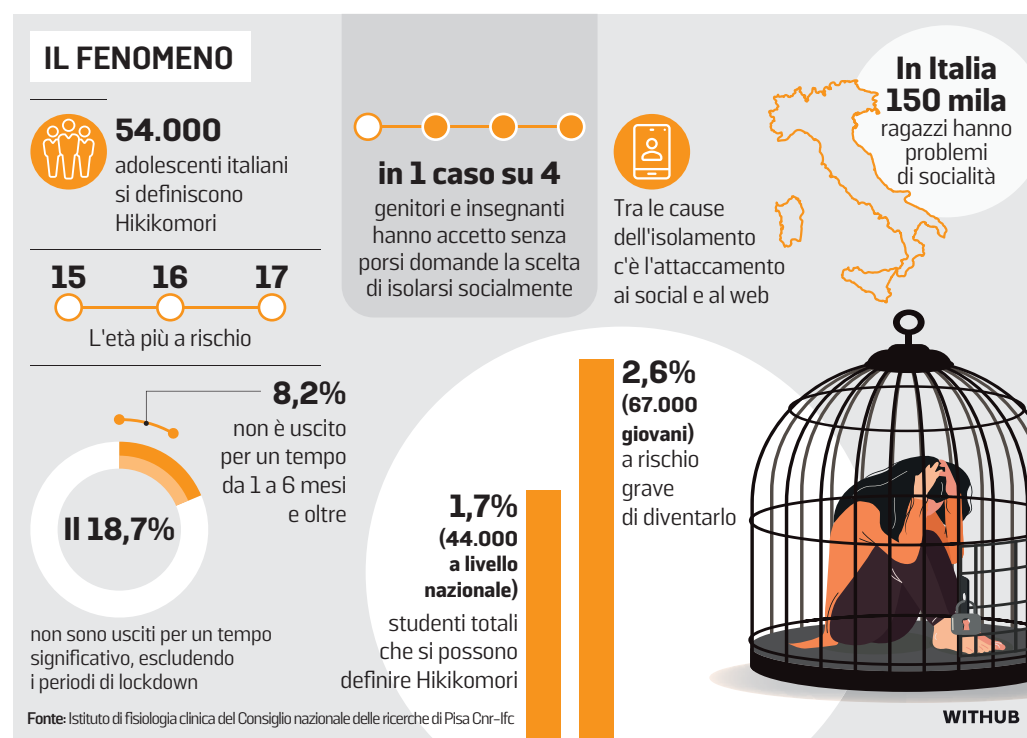
Annullano, attraverso l'isolamento, ciò che li mette in maggiore difficoltà nella società

stanze, coltivano rapporti virtuali che considerano forme autentiche di relazione con gli altri. Le proiezioni parlano di circa l'1,7% degli studenti totali (44.000 ragazzi a livello nazionale) che si possono definire Hikikomori, mentre il 2,6% (67.000)

000 giovani) sarebbero a rischio grave di diventarlo. Dal Cnr arriva il primo studio in Italia che misura le dimensioni del ritiro sociale nella popolazione studentesca. L'indagine fotografa un disagio relazionale che coinvolge sia la famiglia sia il mondo esterno. Ragazzi che si isolano, per periodi più o meno lunghi, proprio per sfuggire l'insostenibile fatica dei rapporti.

Cercano di annullare, attraverso l'isolamento, ciò che li mette maggiormente in difficoltà: lo sguardo altrui e le ansie, le emozioni negative. Sbagliato pensare che la soluzione possa essere costringerli ad uscire o staccare internet. Sono escamotage che provocano l'effetto contrario. E la pandemia ha peggiorato il quadro. Il Giappone stima un milione di casi. E i modelli di successo iper-competitivi fanno sentire inadeguati gli un-

GIACOMO GALEAZZI



der 25 che vivono un eterno presente. Ogni storia comincia con una scelta di fuga. Chiudono la porta di casa, vivono a modo proprio. A Tokyo bar riservati a loro. Sedie e sgabelli rivolti verso il muro: chi ci va non parla con nessuno. Non è una malattia da curare con un farmaco. Uscirne richiede l'appoggio dei genitori. Racconta un "autore-

Non si tratta di una malattia da curare con un farmaco: serve l'appoggio dei genitori

cluso": «Per uno hikikomori l'inverno è doloroso. Fa freddo, si gela, e io sono triste. Per uno hikikomori anche la primavera è dolorosa. Sono tutti euforici e io sono invidioso. L'estate, poi, è dolorosa da morire». —

LE TESTIMONIANZE

Michele e Anna, dal silenzio in classe al rifugio in una realtà mediata dal digitale

Ritiro da scuola, aggressività verso i genitori e amicizie in chat: l'autoreclusione 4.0

Igenitori di Michele si sono chiesti a lungo cosa fosse successo di tanto grave da portarlo a chiudersi nella sua cameretta. Una risposta vera e propria Michele non è ancora riuscito a darla, né ai suoi genitori né allo psicologo dal quale va, con fatica, quando riesce a svegliarsi in tempo per l'appuntamento settimanale.

Raccontarsi per lui è molto doloroso, quando prova a farlo non riesce a trattenere le lacrime. Michele ha interrotto la frequenza a scuola subito dopo le vacanze natalizie, durante l'anno della terza superiore. Al liceo scientifico non aveva insufficienze e ciò bastava ai suoi genitori e professori. Gli intervalli trascorsi in solitudine e i commenti scambiati a bassa voce dai suoi compagni su di lui passavano in secondo piano, considerati dai "grandi" semplici comportamenti da adolescenti. Per Michele, invece, lo sguardo degli altri è diventato insostenibile, tanto che ritirarsi in camera sua era l'unica possibilità di sopravvivenza, una non-scelta. La sua quotidianità, senza la scuola, aveva perso ogni riferimento temporale: dormire di giorno e restare attivi la notte era diventata la norma. Michele aveva trovato nel confronto onli-

ne delle chat di Twitch e nella competizione videoludica la sua boccata d'ossigeno, il modo per rimanere ancorato a una realtà mediata dal digitale. I timidi tentativi dei genitori di approcciarlo venivano respinti da impacciati gesti di aggressività, che avevano contribuito a instaurare uno "stallo alla messicana" dentro casa.

Anna, invece, viene da una



Supporto
Al Gruppo Abele la socializzazione e il dialogo tra pari consentono il ritorno alla quotidianità di decine di ragazzi immersi in un eterno presente

famiglia complessa. In seguito a un ricovero ospedaliero per una polmonite in terza media, Anna non è più ritornata a scuola regolarmente. Superato con difficoltà l'esame, la sua vita sembra essere rimasta intrappolata in un limbo, tra tentativi di iscrizione a diverse scuole, separazione dei genitori e senso crescente di solitudine. Una professoressa delle

medie, rimasta affezionata alla ragazza, la ricontatta dopo un paio d'anni e viene a sapere che Anna non esce di casa se non per accompagnare la madre. Viene allertata la neuropsichiatria del territorio, inviate sedute di psicoterapia, inviati assistenti sociali ed educatori a casa. Per un po' la situazione sembra migliorare e gli interventi massicci vengono meno, una volta che la ragazza compie 18 anni. Le giornate di Anna sembrano scorrere identiche, senza apparenti obiettivi o movimenti verso l'esterno: i pochi momenti che racconta come positivi sono legati al rapporto con il suo cane e alle videochiamate con alcune amiche conosciute online, con le quali condivide la passione per il cosplay. Anna sogna di andare a uno di quei raduni di appassionati di manga e anime di cui le parlano sul web, con il suo costume interamente realizzato da lei, ricevere moltissimi complimenti, incontrare finalmente le persone con le quali parla così spesso. Michele e Anna si liberano della loro gabbia digitale solo quando al Gruppo Abele scoprono di non essere gli unici in fuga dal mondo. E lì la loro vita ricomincia. GIA.GAL. —

3 DOMANDE

MILENA PRIMAVERA
PSICOLOGA RESPONSABILE DEL PROGETTO NOVE3/4 DEL GRUPPO ABELE

“Inadeguatezza e vergogna così si rinuncia alla socialità”

1 Cosa spinge a chiudersi?
«Ogni storia è diversa, con elementi personali e di contesto che si intrecciano in modo variabile. Ma possiamo provare a cogliere dei denominatori comuni. Intanto quella del ritiro non è, nella maggior parte dei casi, una "scelta" libera e consapevole, piuttosto una sorta di "resa", di rinuncia ai rapporti umani (salvo quelli mediati dalla tecnologia). I giovani che

si isolano tendono a non reggere lo sguardo del mondo su di sé. Faticano a sostenere le aspettative – reali o percepite – che gli adulti hanno nei loro confronti, sia a casa che a scuola».

2 Dove nasce il disagio?
«Non si sentono a proprio agio nel rapporto con i loro pari, sperimentando un senso di inadeguatezza, vergogna e incapacità sul piano relazionale. Oltre alla condizione di ritiro sociale

si riscontra la presenza di sofferenza psichica che si esprime con psicopatologie (depressione, disturbi alimentari, ansia). Centrali le dinamiche relazionali e comunicative vissute nel proprio nucleo familiare. Possono avere un ruolo gli episodi di incomprensione con compagni e insegnanti a scuola».

3 Il segno degli Hikikomori?
«Il disagio relazionale coinvolge sia la famiglia che il mondo



esterno. I ragazzi si isolano, per periodi più o meno lunghi, proprio per sfuggire la fatica dei rapporti. Persone che insomma cercano di annullare, attraverso l'isolamento, ciò che le mette maggiormente in difficoltà: lo sguardo altrui e le ansie, le emozioni negative che suscita. Non bisogna quindi confondere le situazioni di ritiro sociale con la dipendenza da internet. Perché se è vero che molti giovani chiusi nelle proprie stanze trovano nel web l'unica finestra sul mondo, è anche vero che non è il web la causa dell'isolamento. Semmai uno strumento per mitigarlo, un filtro che rende accettabili le interazioni così difficili nella vita reale». GIA.GAL. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA