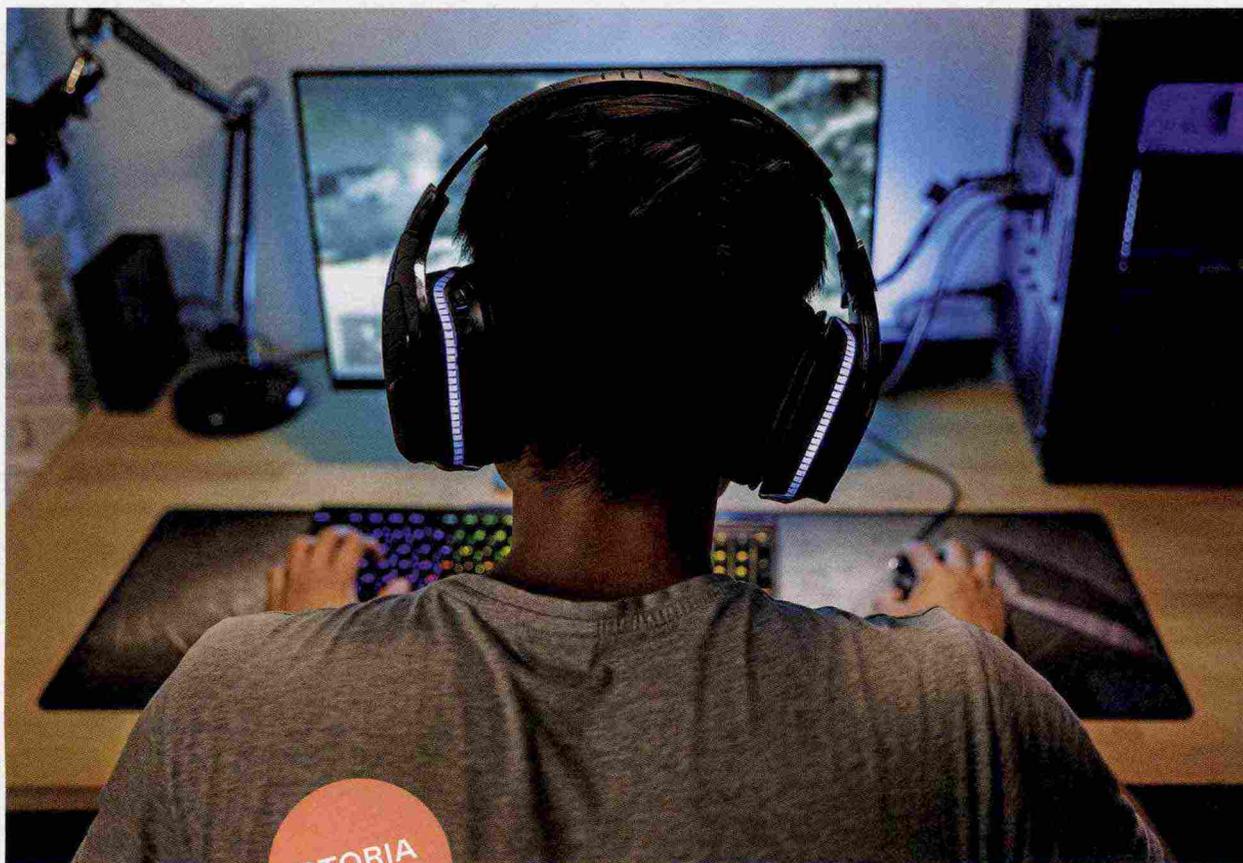


Psicologia

STORIA
VERA

TESTIMONIANZE

3 anni da Hikikomori

di Barbara Gabbrielli

I ragazzi affetti da questa sindrome si barricano in camera. Non vanno più a scuola. Non hanno amici. Stanno solo con il pc. Proprio come accaduto a Francesca dai 13 ai 16 anni

Sembrava un fenomeno esotico, lontano dalla nostra cultura e dai nostri ragazzi. Ma alla fine la sindrome di Hikikomori dal Giappone è arrivata anche in Italia. Ne soffre il diciannovenne torinese che qualche tempo fa si è lanciato dal quinto piano quando la madre gli ha sottratto il computer, suo unico interlocutore da anni. Francesca, invece, ha detto ai genitori: «Io mi ammazzo se mi togliete il pc». A raccontarcelo è la mamma Bruna, 56 anni. Dai 13 ai 16 anni, sua figlia è rimasta barricata in camera. «Per dodici ore al giorno chattava. Aveva smesso di andare a scuola. Usciva solo per mangiare». Hikikomori in giapponese significa appunto "isolarsi". Sono circa 100 mila i giovani italiani a rischio isolamento o che hanno già smesso di uscire di casa, di cercare gli amici. Lo rivela l'indagine dell'associazione Hikikomori Italia effettuata su 288 madri e padri. L'età in cui insorge il problema si attesta sui 15 anni, mentre la

durata media del ritiro va dai tre ai dieci anni. La porta della cameretta diventa a poco a poco una barriera troppo alta per essere superata, e lo schermo del computer l'unica finestra tra questi adolescenti e il mondo. Ma sbaglia chi pensa che un Hikikomori soffra di dipendenza da Internet. «Siamo davanti a una sindrome culturale, non a una psicopatologia. Essere on line non è la causa dell'isolamento. Anzi, il computer è l'unico strumento che gli Hikikomori hanno per interagire con l'esterno», precisa Marco Crepaldi, psicologo e fondatore di Hikikomori Italia.

La responsabilità dei social

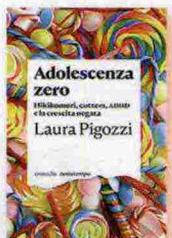
A essere maggiormente a rischio (88% dei casi) sono i maschi. «Le ragazze hikikomori sono in minoranza», prosegue Crepaldi. «Ma è solo perché, culturalmente, una ragazzina che si isola desta meno preoccupazione. In realtà il loro numero è in aumento». E Francesca era una di loro: una bambina riservata e sensibile, bravissima a scuola. Poi in terza media ha iniziato ad avere attacchi di panico e il successivo impatto con il liceo classico è stato devastante. Ha iniziato a non voler più andare a scuola e, a un certo punto, si è ritirata. L'anno successivo, nuova scuola, stesso iter. «Era diventata intrattabile. Stava fissa in camera sua, sempre on line. La stavamo a poco a poco perdendo», prosegue Bruna. «La diagnosi di Hikikomori è arrivata quando ormai non sapevamo più che cosa fare». Dietro l'apparente atteggiamento di disimpegno, però, ci sono ragazzi ipersensibili, intelligenti, idealisti. «La loro è una ribellione a una società che li bombarda con richieste e giudizi troppo pressanti», aggiunge il dottor Crepaldi. «I social hanno una grande responsabilità, visto che non fanno altro che offrire l'immagine di vite perfette, vincenti e quindi irraggiungibili». Gli Hikikomori frequentano le

Il computer può essere trasformato da elemento di alienazione a strumento di cura.

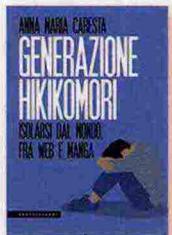
DA LEGGERE



• *Hikikomori, i giovani che non escono di casa* di Marco Crepaldi (Alpes edizioni, 13 €).



• *Adolescenza zero-Hikikomori, cutters, Adhd e la crescita negata* di Laura Pigozzi (Nottetempo, 17€).



• *Generazione Hikikomori* di Anna Maria Caresta (Castelvecchi, 13,50 €).

A CHI RIVOLGERSI

Associazione "Hikikomori Italia Genitori", con sedi in tutta Italia e un gruppo facebook, sostiene genitori e ragazzi con problemi di isolamento sociale. L'obiettivo è anche quello di sensibilizzare le istituzioni al fine di ottenere maggiori diritti e servizi (hikikomoritalia.it).

Cooperativa sociale onlus Hikikomori Milano: centro di studio e terapia delle problematiche relazionali e delle nuove dipendenze patologiche rivolto al territorio milanese (centro-hikikomori.it).

chat, i giochi e i siti per informarsi. E uno dei primi sintomi è l'insofferenza nei confronti dell'ambiente scolastico: non dello studio, ma dello stare in classe. Proprio dalla scuola l'Italia sta cercando di affrontare il problema prima che diventi dilagante come in Giappone: il ministero dell'Istruzione ha infatti aperto un tavolo tecnico con medici, psicologi e dirigenti scolastici per mappare i casi di Hikikomori e creare linee guida efficaci. «È controproducente spingere un Hikikomori ad andare a scuola», spiega Crepaldi. «La strategia giusta è invece quella di offrirgli un percorso personalizzato per farlo studiare a casa e permettergli di superare ansia e paure». Allo stesso modo non gli va impedito di usare il computer: «Per gli Hikikomori può essere l'unico modo per tenere aperto un canale di comunicazione. Infatti è stato proposto come strumento terapeutico», racconta Liliana Dell'Oso, direttore della Clinica psichiatrica dell'Università di Pisa. Come accaduto a Francesca, che oggi ha 19 anni e frequenta una volta la settimana una scuola d'inglese e ha un fidanzato conosciuto attraverso un gioco on line. «Tende a rimanere in disparte, ma almeno esce. Siamo su una strada in discesa», conclude sua madre Bruna. ●