

Cresce tra bambini e adolescenti in Italia il fenomeno degli Hikikomori

Da tempo, si parla anche in Italia del fenomeno degli Hikikomori, termine giapponese che indica quelle persone – soprattutto giovanissimi – che decidono di isolarsi completamente, stando chiusi in casa e chiudendo ogni contatto con il mondo esterno e la realtà. Quali sono le cause di questo fenomeno? A suo avviso, rappresenta una vera malattia sociale?

Hikikomori è una parola giapponese che significa “stare in disparte” e si riferisce a bambini e adolescenti che si ritirano progressivamente dalla vita sociale e restano rinchiusi nella propria casa o nella propria stanza per lunghi periodi, mesi o anni. Il fenomeno non è nuovo ma ha preso delle proporzioni preoccupanti dopo la pandemia, inoltre in precedenza non si era mai riscontrato tra i bambini. Ormai sappiamo che le cause sono molteplici, vanno da una fobia sociale, agorafobia e antropofobia, fino a disturbi gravi quali depressione maggiore, disturbi bipolari e schizofrenia.

La situazione in Italia è piuttosto seria, perché già nel 2007 erano stati segnalati tra i 30 e i 50.000 casi: A marzo 2023, secondo uno studio dell'Iss, l'isolamento sociale riguarda l'1,8% degli studenti delle medie e l'1,6% di quelli delle superiori, in numeri assoluti 44.000 adolescenti sono rimasti chiusi in casa almeno una volta per sei mesi e si stima che altri 67.000 siano fortemente a rischio.

Dott.ssa Lucattini il mondo della psicoanalisi da tempo sta mettendo in allerta sul pericolo Hikikomori che incombe su bambini e adolescenti che trascorrono sempre più tempo chiusi in casa per settimane davanti a pc e smartphone, presi da social e videogiochi. Quali sono le principali cause?

“Se ci riferiamo agli Hikikomori, lo stare sullo smartphone sul web o collegati al pc è una conseguenza dei loro disturbi e fa pendant col ritiro, non ne è la causa. Questi giovani si isolano a causa di una sofferenza psicologica, tanto da non aver rapporti neppure con i propri familiari. La loro stanza è il loro mondo, lo spazio fisico in cui vivono e da cui non escono. Al tempo stesso, però, poiché sono nativi digitali, Z-Gen, hanno l'abitudine, il bisogno profondo, di rimanere in contatto con il resto del mondo, nel modo che più gli si confà: attraverso gli strumenti elettronici e il web. Paradossalmente sono iperconnessi, chattano tutto il giorno e si cimentano in competizioni online ogni tipo. Hanno una pseudo-socialità ma non hanno contatti fisici con nessuno. A livello relazionale vivono una condizione emotivamente molto regredita, narcisistica, primitiva”.

È vero che un uso incontrollato della tecnologia porta alle stesse conseguenze di chi ha dipendenze dalle droghe, in quanto sono coinvolte le stesse aree cerebrali e gli stessi neurotrasmettitori?

“La dipendenza da strumenti tecnologici ha un'origine squisitamente psicologica e i primi studi sono già degli anni '90. È un disordine impulsivo-compulsivo che riguarda il pc, di smartphone, le console, sia in modalità online che offline. Come tutte le dipendenze sono caratterizzate da un adattamento, ovvero c'è bisogno di aumentare le ore passate su Internet o sui dispositivi elettronici per avere lo stesso effetto, così come, in chi ne fa uso, il bisogno di aumentare le dosi delle droghe; provocano astinenza per cui quando i ragazzi non usano Internet hanno crisi di angoscia acuta anche con disturbi fisici; infine hanno il craving, l'irresistibile desiderio di usare il web. Nonostante, l'origine della dipendenza sia psicologica, sappiamo che la mente agisce non solo il corpo, ma anche a livello metabolico per cui si può avere anche un coinvolgimento delle aree cerebrali e la produzione di neurotrasmettitori come in altre dipendenze patologiche. È però riduttivo pensare che la dipendenza sia solo su un piano organico, poiché il consumo è mentale, la dipendenza è fortemente e chiaramente psicologica. Sono i processi psichici e la mente che agisce sul corpo e lo trasformano”.

Nell'ultimo periodo, si parla di Hikikomori anche per i bambini più piccoli. Possiamo dire che la pandemia è stata la causa principale, visto che ha esposto maggiormente i più piccoli alla tecnologia?

