

Sindrome di hikikomori. Ecco come i nostri figli sprofondano nel web.

Il termine 'hikikomori' è stato formulato dallo psichiatra giapponese Tamaki Saitō, per riferirsi al fenomeno di persone che hanno scelto di vivere estraniandosi dal mondo. Letteralmente vuol dire 'stare in disparte, isolarsi'.

Vengono distinti 3 stadi per lo sviluppo di questa sindrome: nel primo possono riscontrarsi il rifiuto saltuario di andare a scuola, utilizzando scuse di qualsiasi genere, il progressivo abbandono di tutte le attività che richiedono un contatto diretto con il mondo esterno, una graduale inversione del ritmo sonno-veglia e la preferenza per attività solitarie (videogiochi o il consumo sregolato di serie TV).

Nel secondo stadio si cominciano a rifiutare puntualmente le proposte di uscita degli amici, si abbandona progressivamente la scuola, si inverte totalmente il ritmo sonno-veglia e si trascorre la quasi totalità del tempo chiusi nella propria camera.

Nel terzo stadio, lo hikikomori sprofonda in un isolamento pressoché totale, esponendosi a un grande rischio di sviluppare psicopatologie (soprattutto di natura depressiva e paranoide). Per il giovane la stanza è il suo mondo, è l'unico riparo dalle pressioni sociali e non

vuole che nessuno lo invada. Gli unici contatti con l'esterno, se avvengono, sono via internet, nei blog e nelle chat.

L'ambiente scolastico è un luogo vissuto con particolare sofferenza dagli hikikomori e non a caso la maggior parte di loro propende per l'isolamento forzato proprio durante gli anni delle medie e delle superiori. [...]

I genitori devono provare ad aumentare i momenti di comunicazione con il figlio, cercando di scoprire le motivazioni intime che provocano i comportamenti di isolamento. [...]

Molti adolescenti oggi ripiegano nell'autoisolamento in seguito a frustrazioni, delusioni amicali, crollo di autostima per insuccessi scolastici o per aver subito atti di bullismo. Per questi motivi tendono a spostare la loro residenza nel mondo della rete sostituendo le relazioni reali con quelle virtuali*.

Ma la verità è un'altra. Le delusioni e le frustrazioni, gli atti di bullismo o gli insuccessi sono solo l'apice di un problema che sta a monte. Sapere cosa avviene nel pensiero degli adolescenti **quando l'anaffettività prende il posto della relazione umana** può spiegarci perché molti giovani, in conseguenza di una crisi come quelle descritte, si isolano nel mondo del web.

Genitori e insegnanti dovrebbero sapere che il web non è il nemico se la relazione umana rimane il principale veicolo di comunicazione. Il web diventa pericoloso quando genitori e

figli, docenti e studenti o tra i pari, non si parla più, e l'anaffettività relazionale e l'incapacità di provare emozioni profonde prendono il sopravvento.

Nel libro *Adolescenti nella rete*, viene spiegato in modo magistrale come alcuni ragazzi raggiungono l'abisso nelle relazioni e il mondo virtuale diviene l'unico loro modo per sopravvivere ad una realtà che altrimenti li farebbe impazzire.

Consiglio vivamente la lettura a tutti i genitori e insegnanti che vogliono capire come proteggere i propri figli e studenti da una cultura dell'indifferenza e dai "pericoli" del web.

Dr.ssa Tiziana Cristofari

© Tutti i diritti riservati

Una volta chiuso l'articolo, per ritrovarlo, cercalo sul blog Figli Meravigliosi

(*Tratto da *Adolescenti nella rete. Quando il web diventa una trappola*, L'asino d'oro edizioni, 2018)