



IL FUMETTO CHE SPIEGA CHI SONO E COSA FANNO GLI AUTORECLUSI
Tre fotogrammi del video *Hikikomori* della Kingston University di Londra: un ragazzo chiuso in stanza, circondato da terminali di computer, gioca ai videogames e si infastidisce per il sole che filtra dalle finestre. Il video è sul sito dello psicoterapeuta Alberto Rossetti.

AIUTATE MIO FIGLIO PRIGIONIERO IN CAMERA

NORMALI, CON BELLE FAMIGLIE E INFANZIE FELICI. A UN CERTO PUNTO SMETTONO DI ANDARE A SCUOLA E SI NASCONDONO DAL MONDO. GLI ESPERTI: «HANNO PAURA DI CRESCERE E DI FALLIRE»

di Alessandra Gavazzi

Brunilde è una mamma ed è preoccupata. «Mio figlio ha 19 anni e da uno si è ritirato nella sua stanza. Sembra stare "bene" solo nella sua cameretta. Con me e mio marito ha un buon rapporto, ma mi chiedo quando finalmente vivrà una vita vera, con coetanei reali, una ragazza reale». Brunilde ha un sospetto e per questo chiede aiuto su uno dei tanti forum online dedicati al fenomeno: «Mio figlio potrebbe essere un *hikikomori*?».

Il termine già di per sé spaventa: mutuato dal Giappone, letteralmente significa "isolarsi". Viene ormai usato anche da noi per indicare quei ragazzi

che sfuggono dal mondo, dagli amici e dalla scuola per chiudersi in casa. E se nel Paese del Sol Levante gli adolescenti in queste condizioni sono oltre un milione, in Italia è persino difficile provare a quantificarli. Ci ha provato un'équipe di psicoterapeuti, medici ed esperti che fa capo al Centro studi Minotauro di Milano fondato da Gustavo Pietropolli Charmet. «I casi più gravi sono probabilmente attorno ai 30 mila», spiega Antonio Piotti, psicoterapeuta e filosofo curatore de *Il corpo in una stanza* (Franco Angeli), che racconta i risultati di uno studio su oltre cento adolescenti "ritirati" seguiti dal 2008 al 2014. «In generale, parlerei di circa 80 mila situazioni davvero critiche in Italia, ma oltre la metà dei ragaz-

zi tra i 14 e i 21 anni è potenzialmente a rischio», continua Piotti. Le caratteristiche sono ricorrenti. «Per tutti c'è un progressivo rifiuto dei legami sociali. Prima si evita la scuola, poi i contatti con gli amici. Si preferiscono le quattro mura di casa. Infine, la cameretta resta l'unico perimetro "sicuro". Il ritiro sociale però può essere anche solo parziale, le sfaccettature sono infinite. Ma spesso cambia anche la fisiologia:

«Saltano i ritmi sonno-veglia: quei ragazzi vivono prevalentemente di notte, quando gli altri componenti della famiglia dormono, e restano a letto di giorno», continua Piotti.

VIVONO DI NOTTE: I RITMI DEL SONNO VENGONO INVERTITI

Spesso, parlando di questo fenomeno, il dito è puntato sulla Rete. «È un equivoco perché l'utilizzo del computer non è quasi mai la causa, semmai è la conseguenza della reclusione», spiega Alberto Rossetti, psicoterapeuta di Torino esperto in disagio adolescenziale. «Anzi, la Rete diventa la loro finestra sul mondo, il modo in cui informarsi e tenere i contatti. Pensi che spesso le richieste di aiuto da parte dei ragazzi arrivano proprio via email.

Concorda Piotti: «Il pc può essere una sperimentazione virtuale di rapporti umani che in quel momento il ragazzo non riesce a vivere nella realtà. È una palestra di allenamento persino utile. Nei casi più gravi, invece, anche le relazioni online sono bandite».

Già, ma quali possono essere le cause di questo fenomeno? «Curiosamente, la maggior parte di questi adolescenti non ha vissuto traumi significativi», spiega Piotti. «Infanzie felici, buoni rapporti con i genitori, quasi mai vittime di bullismo e tantomeno bulli, arrivano alla fine delle scuole medie nell'assoluta normalità». Poi qualcosa si spezza. «Il trauma è la paura del futuro, è l'adolescenza in sé. È il momento in cui si deve salire sul palcoscenico della vita con un corpo nuovo, in trasformazione. E in un mondo narcisistico come quello in cui viviamo, se prestanza e capacità di relazionarsi mancano, non si è nessuno. Il fallimento diventa uno spettro dal quale è meglio fuggire, meglio nascondersi». Soprattutto se si è maschi: nella maggior parte dei casi anche in Italia, infatti, l'*hikikomori* è un ragazzo. «Si sentono ▶



È UNA REALTÀ TUTTA AL MASCHILE
Un ragazzo chiuso nella sua stanza: «Per la gran parte si tratta di maschi: non hanno gli strumenti per affrontare il cambiamento del corpo che cresce», spiega lo psicoterapeuta Antonio Piotti.

inadatti alla vita, brutti», spiega Piotti. «Mentre le femmine da sempre sono circondate da una rete in grado di correggere quel corpo in cambiamento, pensiamo alle mamme o alle sorelle maggiori, i maschi si trovano spaesati». Qui entra in gioco, auspicabilmente, il papà. «Questa è una fuga dalle sfide evolutive poste dalla crescita. Servono padri capaci di fare da guida, di aiutare i figli ad accettare serenamente i propri limiti, anche fisici».

E non è un caso se nel trattamento di questi ragazzi i genitori assumono un ruolo fondamentale. Lo sottolinea anche Pietropolli Charmet. «L'attenzione al contesto di crescita dell'adolescente "eremita" è obbligatoria perché quel ragazzo occupa stabilmente lo spazio domestico resistendo a qualunque stimolo dei genitori. E dunque vanno presi in carico tutti e tre: mamma, papà e figlio». Concorda anche Rossetti: «Sono i genitori che arrivano preoccupati dal terapeuta. Ed è su di loro che occorre lavorare perché a loro volta sappiano intervenire sul figlio. Il contatto con il ragazzo avviene solo in fase più avanzata». E indica, in qualche modo, già un percorso di guarigione iniziato. A partire dalla consapevolezza di sé e del proprio problema. «Gli "eremiti metropolitani" sono in genere molto più intelligenti e sensibili dei coetanei ed è per questo che uno sguardo basta a ferirli mortalmente», spiega Piotti.

«Il loro "ritiro" è spesso consapevole», aggiunge Rossetti. Che sul suo sito (albertorossetti.com) ha postato un video a fumetti ideato dalla Kingston University di Londra per spiegare chi sono gli *hikikomori* e come possono uscire dall'isolamento. «Me lo suggerì un ragazzo che avevo in cura. Mi disse: "Dottore, forse sono anch'io così". Si riconobbe in quel disagio e fu per lui una tappa fondamentale». Perché uscirne si può. Ci prova Alessia Lanzi, responsabile del laboratorio fotografico In Campo, dedicato agli (ex) *hikikomori* seguiti dal consultorio gratuito del Minotauro. «Portiamo i ragazzi a fotografare cascinie e aziende agricole», racconta. «È un ponte tra "dentro" e "fuori". Ci si ritrova a contatto con la natura e con i contadini che con il corpo, tanto dimenticato da questi adolescenti, lavorano e vivono concretamente». Si mettono in gioco, proprio come questi ragazzi devono re-imparare a fare.

Alessandra Gavazzi

L'ESPERTO: «SONO PIÙ SENSIBILI DEI COETANEI E BASTA POCO PER FERIRLI»