



Il nero della solitudine. Hikikomori e ritiro sociale

Laura Pigozzi, psicoterapeuta

Il fenomeno

Pensavamo fosse un fenomeno esotico, dal nome impronunciabile, tipico dell'estremo oriente, fino a quando un esercito di giovani, e anche meno giovani, ha invaso le nostre case. Il loro ritiro ha infatti l'aspetto di una invasione. Sto parlando del problema crescente degli *hikikomori* che, in Italia, si stima siano oltre 100 mila, ma il dato potrebbe essere superiore perché molte famiglie, sicuramente molte di quelle che ho incontrato nel mio studio di analista, non amano far conoscere questa triste condizione dei loro figli. Si tratta di ragazzi che progressivamente decidono di non uscire più, di non avere più rapporti sociali se non attraverso il web: questi sono i casi che lasciano più speranza, perché almeno un filo con il mondo esiste, anche quando non hanno più rapporti con i genitori, con i fratelli, con i nonni. Il termine *hikikomori* è giapponese ed è composto da *hiku*, "indietreggiare", e *komoru*, "ritirarsi, nascondersi". Coniato negli anni Ottanta dallo psichiatra giapponese Saito Tamaki, direttore del Dipartimento psichiatrico dell'Ospedale Sofukai Sasaki di Chiba, indica il ritiro sociale dei ragazzi – allora per la maggior parte maschi ma oggi anche femmine – che indietreggiano dal mondo, iniziando la loro carriera eremitica col lasciare la scuola. Pian piano si chiudono completamente nella loro camera, nei casi più severi non facendo assolutamente nulla, nemmeno digitare su una tastiera. Spesso si fanno portare il cibo dalla madre, chiedendole di lasciarlo davanti alla porta.

Il CNR (Consiglio Nazionale delle Ricerche) di Pisa ha condotto la prima indagine ufficiale sugli studenti italiani coinvolgendo un campione di oltre 12'000 ragazzi, rappresentativo della popolazione studentesca italiana fra i 15 e i 19 anni. Le proiezioni statistiche ci dicono che circa 54'000 studenti italiani (pari all'1,7% della popolazione globale) si definiscono *hikikomori* e che 67'000 giovani (2,6%) sarebbero a grave rischio di diventarlo, per un totale di 4,3% di studenti con patologia *hikikomori* a stadi più o meno avanzati. È come se in ogni classe di 23 studenti ce ne fosse uno con queste caratteristiche.

Il limite della ricerca è che si basa su un'autovalutazione dei partecipanti stessi, che potrebbero non avere una percezione oggettiva del loro stato. Altro limite mi sembra il fatto che i veri reclusi, quelli irraggiungibili anche dal web, siano rimasti fuori dalla numerazione. Poi ci sono tutti quelli che non sono studenti e quelli che hanno più di 19 anni, età limite della ricerca.

Interessante è che più di un intervistato su quattro, fra coloro che si definiscono "ritirati", dichiara che i genitori avrebbero accettato la cosa apparentemente senza porsi domande. Proviamo, qui di seguito, a dare una spiegazione di questo comportamento apparentemente incongruente.

Il Plusmaterno

A furia di giustificare sempre – come si fa in quest'epoca di buonismo perverso in cui la responsabilità personale implica un'introspezione a cui non siamo più abituati –, abbiamo creduto, e crediamo ancora, che questo fenomeno sia dovuto ai disagi del giovane di fronte all'impatto performativo con il mondo, un impegno che un ragazzo può faticare a reggere. Sulla fragilità dei nostri giovani non ci sono dubbi: cresciuti a pane, controllo, denaro pronto (cosa non si fa per i figli!) e forse troppe coccole, non hanno potuto sviluppare una tenuta psichica ed etica nei confronti dell'impegno, degli altri e nemmeno nei confronti di loro stessi. Tutto questo si è prodotto nella culla del Plusmaterno, che è il fallimento della funzione genitoriale per troppa sollecitudine verso i figli, troppe facilitazioni, il che implica un differimento continuo al loro lasciare la casa avita, procurando ai genitori il godimento improprio di averli a lungo (troppo a lungo) accanto. Un godimento il cui conto pagheranno i figli, soprattutto quando sono proprio loro a voler restare a casa: quando la vicinanza con noi dà loro piacere, è il momento di preoccuparsi perché qualcosa nella freccia del tempo si è invertita. Un segnale d'allerta si verifica anche quando non hanno relazioni sentimentali: un genitore sa se esiste qualcuno di cui non sa e, di solito, non si culla nell'illusione che esista qualcuno se il figlio passa troppe ore a casa. Alcuni pensano che forse abbia una relazione virtuale e così, in parte, si consolano, ma una relazione virtuale non è una relazione, è immaginazione al galoppo con scarso senso della realtà. È vero che molte relazioni oggi nascono sul web ma, come dico sempre ai miei giovani pazienti, occorre incontrare subito la persona inizialmente prescelta, in un luogo pubblico, per respirarla, per vedere come si muove nel mondo.

Il Plusmaterno (esercitato oggi anche dai padri o dagli adulti in funzione di *caregiver*) ha uno spiacevole risvolto: un deficit di educazione. Educazione agli altri, educazione alla relazione che invece spesso si limita alle persone di casa. Ne consegue che l'impatto con la



©iStock.com/J614

scuola, con un professore appassionato, con i compagni, con i pari con cui normalmente si avvia una vita anche sessuale, insomma con l'alterità, con ciò che non è domestico o addomesticabile risulterà complicato. Questa condizione plusmaterna, in cui i figli vengono resi incapaci alla vita, è probabilmente la radice di tanti fallimenti amorosi tra i giovani. Inoltre, se l'altro non è compatibile con la famiglia perché troppo "altro" – un'altra cultura, un'altra razza, un'altra religione – viene lasciato spesso cadere perché l'impegno relazionale risulta gravoso. Battersi per ciò in cui si crede: in che misura è stato trasmesso come valore ai nostri ragazzi? Quanto abbiamo loro insegnato che non sono nostri ma del mondo, che sono cittadini e non nostra proprietà? O li abbiamo abituati a pensare che tutto il bene stia nelle relazioni familiari, e tutto il male venga da ciò che familiare non è, da ciò che è esterno, da ciò che è estraneo, in una parola da ciò che è straniero?

Ecco, l'*hikikomori* incarna precisamente l'orrore del nuovo, dell'extrafamiliare: ed è per questo che si reinfeta nell'utero della cameretta, nella casa più casa che ci sia, ottenendo anche il vantaggio secondario di separarsi dai genitori, ma restando nel loro alveo, e disperandoli. Oscuramente li vuole punire: come a dir loro, ecco che ne hai fatto di me. Dal canto loro i genitori, all'inizio, non sono troppo dispiaciuti della vicinanza fisica dei figli: sanno sempre dove sono, è bello coccolarli ancora un po' con una buona merendina o con una bella cenetta ma, all'idillio iniziale, spesso segue il rintanamento più fosco dentro una cameretta che

progressivamente, nei mesi, negli anni e in molti casi nei decenni, si riempie di rifiuti e sporcizia. Il ritmo circadiano dell'*hikikomori* tipico è invertito, dorme di giorno e sta sveglio la notte, quando esce dalla camera per mangiare o procurarsi il cibo nel frigorifero di casa, mentre tutti dormono, o nei supermercati aperti 24h24.

Ci sono quelli che possono vivere solo connessi, ma i due fenomeni – *hikikomori* e web – si presentano insieme non perché il secondo sia causa del primo, ma perché hanno un'origine comune: chi resta impigliato ossessivamente nella rete e attaccato allo schermo per ore pensando di arginare l'angoscia è rimasto fissato a un legame assoluto, non limitato dalla fase di separazione, e lo ripete, come l'*hikikomori*. Non è internet che dà il via alla clausura, ma il voler restare bambini attaccati a un seno digitale. La dipendenza dal web, che non è esclusiva dell'*hikikomori*, si installa su una dipendenza preesistente, da cui l'adolescente eredita la sua caparbia fissazione. Internet, casomai, è per lui un punto di ancoraggio, un luogo dove scambiare ancora parole, un alito di simbolico, sebbene virtuale, nel vuoto della clausura.

Isolamento e scatenamento psicotico

Preme dire che gli *hikikomori* non sono ragazzi affetti da psicosi, anche se l'isolamento prolungato può produrre gli effetti: la malattia mentale, se non determina la clausura, può però installarsi a causa di essa. L'imprecisione delle stime del fenomeno può essere dovuta



©iStock.com/J614

anche al fatto che la pratica *hikikomori* può venire confusa con le depressioni o le schizofrenie giovanili e tra quelle archiviate.

L'isolamento è un fattore di scatenamento psicotico, soprattutto per quelle psicosi sottotraccia, latenti, quelle con una storia di familiarità della malattia ma che potrebbero non manifestarsi mai, se non si incontrassero situazioni gravemente avverse. Con il *lockdown*, le slatentizzazioni sono state all'ordine del giorno e si sono decuplicati gli accessi al pronto soccorso di neuropsichiatria infantile, che cura non solo i bambini ma anche i giovani (tra parentesi, molti ragazzi ricorrono ancora alla pediatria pur se maggiorenni!). Le richieste al pronto soccorso andavano dagli attacchi di panico al tentato suicidio. Questo dato dimostrerebbe quanto faccia male ai ragazzi vivere chiusi in casa con gli adulti. La pratica *hikikomori* in fondo può essere vista come un tentato suicidio, una tumulazione anzitempo.

L'*hikikomori* è il vessillo triste e solitario, angosciato e chiuso, depresso e a volte psicotico, di una malattia mentale che non c'era all'inizio ma che si sviluppa a furia di tagliare il legame. Perché, una cosa è certa, la psicosi è la recisione dei legami, affettivi e sociali, è la caduta della rete, ed è per questo che nelle comunità psichiatriche avanzate, soprattutto quelle in cui si curano i giovani, si punta alla ricostruzione di rapporti personali e di una nuova rete sociale.

Prima ancora che per l'istruzione, allora, la scuola è importante come primo baluardo contro l'isolamento in quanto prima rete extra familiare, quella su cui veramente un giovane può contare anche nel futuro, quella che rimanda un senso di sé non derivato dai baci e dagli abbracci di mamma e papà. La rete sociale fa crescere, rende umani, ci rende soggetti a pieno titolo ed offre l'umanità della cultura, che non è solo quella dei libri, ma anche quella che si stabilisce nelle relazioni e nella capacità introspettiva.

A sessualità

Ciò che attribuiamo agli *hikikomori*, isolamento e scarsa sessualità, tradisce la vocazione dell'essere giovani, quella in cui il gruppo e l'eros dovrebbero farla da padroni. Ma ritiro e a sessualità non sono tipici solo degli *hikikomori*, i quali, nella loro purezza fenomenica, illuminano le condizioni più drammatiche dei giovani contemporanei: assenza di vero altro e di pulsionalità erotica con un corpo non virtuale. L'a sessualità non è solo una caratteristica delle persone che non provano attrazione per nessun genere, ma è anche un movimento rappresentato dall'aggiunta della A finale all'acronimo ormai familiare LGBTQ, che è diventato LGBTQ&A. Ci sono svariate comunità a sessuali, la più nota è l'Asexual Visibility and Education Network. I suoi militanti sostengono che l'a sessualità sia una forma di resistenza alla dittatura della performance

che tutti ci vorrebbe supereroi del godimento. Le rimostanze degli attivisti asessuali ricordano per certi versi la rivendicazione degli *hikikomori* contro la performatività scolastica e sociale (anche se poi possono essere degli eccellenti performer virtuali) e quella delle anoressiche contro l'abbondanza capitalistica di cibo. Tuttavia sappiamo che queste non sono bandiere animate dal vento di un desiderio vitale, bensì mortificate dall'astensione alla vita: ritiro sociale, ritiro dal cibo, ritiro dal sesso sono forme in cui la pulsione di morte organizza i sintomi giovanili.

Se lo sbocciare della sessualità era un marcatore per l'autonomia dei giovani, viene da ipotizzare che la caduta di Eros possa essere un risultato del loro scarsissimo desiderio di indipendenza. Sono sempre meno i giovani che, pur di uscire di casa e vivere da soli, sono disposti a privazioni. "Perché farlo?" mi dice un ragazzo. "In casa sto bene, i miei genitori sono gentili, disponibili, accoglienti, ho una grande libertà e non voglio dar loro un dolore".

Per la prima volta nella storia dell'umanità giovani e giovanissimi si preoccupano più dei genitori che di sé, non scalpitano per dare voce alla propria pulsionalità, ma per un'etichetta che li riconosca come esclusi dal mondo erotico, nel quale invece da sempre hanno bramato di entrare. Si tratta di un movimento in crescita, un movimento che si vuole rivoluzionario, ma che evita la relazione sessuale, all'opposto della rivoluzione degli anni Settanta, di cui la liberazione sessuale era uno degli assi.

I ragazzi sembrano non credere più al corpo: forse perché il loro corpo non è mai stato loro, dal momento che è stato invaso, pervaso, attraversato dalle carezze genitoriali che si attardavano sulla loro pelle ben oltre all'età consentita. Quindi, che fare di questo corpo che non è mai stato mio? Come incontrare l'altro se non nella forma della carezza tenera che gli asessuali praticano copiosamente e che mima le carezze dell'infanzia? Se un corpo non è tuo, come fai a farlo incontrare con un altro corpo? L'asessualità aumenta perché è l'evidenza di un'impotenza, non semplicemente fisica ma anche psichica (che può produrre anche quella fisica, come la clinica insegna); un'impotenza a vivere e ad amare.

Se il sesso è una componente ineliminabile dell'incontro amoroso, il rifiuto della sessualità indica che, per questi giovani, le relazioni intense hanno perso il loro *appeal*. È vero che l'incontro sessuale è spesso un tor-

mento, è vero che non si incontra mai l'altro totalmente, e proprio per questo occorre allenarsi a fare il lutto dell'aspirazione a fare Uno con l'altro, bisogno impossibile che tanti guai procura, come ho raccontato nel mio libro *Amori tossici* (Rizzoli, 2023).

Il movimento degli asessuali crede a una relazione eteroa, in cui il sesso non entra, perché con il sesso non sanno che fare. Non sanno che sesso è relazione, lo pensano più come appropriazione, invasione, lotta e supremazia. Lo può essere, ma il dato strano è che l'idea del sesso come relazione non li abbia sfiorati, forse perché nella relazione familiare imparata, e che pervade la loro vita fino alle soglie dell'età oltre-matura, il sesso non c'era. O meglio era camuffato da pratiche di cura: come, ad esempio, quella madre che per calmare il figlio diciottenne lo accompagnava nella doccia e lo lavava perché era tanto stressato dalla scuola e dai compagni.

Che fare?

L'unica postura lecita nei confronti dei figli è l'astensione: astenersi dai 'consigli' sulla professione futura, sulla scuola da frequentare dopo le medie o dopo le superiori, sul tipo di amici con cui passare del tempo. I nostri desideri ingombrano il campo e non lasciano sbocciare i loro.

L'*hikikomori* è l'emblema, il vessillo, il precipitato di tutto ciò che turba l'adolescente di oggi e di ciò che è andato storto in famiglia. È il prodotto di una cultura della chiusura: egli si rinserra rispondendo in maniera speculare al *claustrum* in cui è stato allevato. È facile e deleterio dare la colpa al mondo cattivo che chiede troppo ai nostri virgulti. La realtà è che chiede troppo poco, come mostra l'attuale percorso universitario, per cui si possono passare gli esami senza mai aprire un libro ma studiando le *slide* che il professore ha preparato. A proposito di università, ce n'è una che promuove lo studio a casa attraverso la scenetta sorridente in cui una mamma porta la merendina alla figlia [sic!]. Non sarebbe meglio alzarsi e fare un *break* con i compagni di studio al bar dell'università? Imparare insieme ad altri, non familiari, è un'esperienza di comunanza di idee, corpi, voci, odori sconosciuti, un allenamento alla diversità che nessuna casa potrà mai offrire. Al contrario, studiare a casa rinforza il narcisismo infantilizzante perché disabitua alla condivisione e al confine che questa insegna. In un'epoca di vertiginoso aumento di reclusioni giovanili, di *hikikomori*, una pubblicità

che suggerisce una scelta di quel tipo è quanto mai infausta per i figli, ma promette un godimento inaspettato per i genitori, che sono i veri destinatari del messaggio (infatti non parla ai figli: li considera già senza desideri, o con l'unico desiderio di fare cose comode e facili?). Fare soldi a spese dei ragazzi, assicurarsi a spese dei figli: le precise coordinate di una società che si sta spegnendo.

Lasciamo le università online a chi già lavora, a chi è già nel mondo. Ecco, a tal proposito, un ricordo di Turgenev: “Crebbi in un clima brutto e poco allegro. Fratelli e sorelle non ne avevo. Ricevetti la mia educazione in casa. Del resto, di che mai si sarebbe occupata la mia cara mamma se fossi stato messo in un pensionato o una scuola di Stato? I figli servono a non far annoiare i genitori”.

Tante mamme, anche sui social, hanno sostenuto che l'università da casa è meno cara che un affitto in città, seguendo pedissequamente il messaggio pubblicitario. In realtà, si tratterebbe di investire sulla libertà dei figli. Ma sono persone pronte all'obiezione davanti a ogni soluzione proposta, pur di non accettare l'autonomia dei ragazzi. Alla considerazione che i giovani possano convivere con altri e abbassare notevolmente i costi – aumentando di molto la tolleranza agli altri, la ge-

stione dello spazio e il rispetto – rispondono che così si distraggono e non studiano. Li hanno forse cresciuti come bambini in festa senza senso del dovere e del lavoro? Parrebbe di sì. Invece, cominciano a sorgere *cohousing* tra giovani che studiano e che lavorano: non semplici coinquilini ma progetti comunitari con regole precise di vita e lavoro comune, senza che diventino un – seppur formativo – *kibbutz*. Non si tiene conto, per gli universitari di oggi, che possono lavorare e studiare, come abbiamo fatto in tanti, come fanno in tanti, soprattutto oltreoceano. Qui è subito pronta l'obiezione genitoriale: se lavorano poi non hanno tempo per studiare. Occorre dire con forza che non è così: molte persone hanno preso anche due lauree, e *cum laude*, lavorando. Si può fare. E senza la merenda della mamma.

Forse dietro queste impossibilità allo studio c'è una assenza di desiderio. Chiediamo ai figli cosa veramente desiderano fare? Seguire un desiderio dà l'energia per molti sacrifici, anche quello di lavorare per ottenerlo. Quanti giovani, uomini e donne ho visto bloccati nella vita perché hanno, fino a quel momento, sognato il sogno di un altro! I plusgenitori hanno imparato ad essere eccellenti manipolatori per poter giustificare l'ingiustificabile e preparare così al figlio, se pur inconsapevolmente, l'avviamento a una carriera da *hikikomori*.