



quei ragazzi PRIGIONIERI della loro CAMERETTA

Dov'è finita improvvisamente quella voglia di uscire tutta adolescenziale?
Gli esperti spiegano cosa c'è dietro a un fenomeno in ascesa

di Francesca Trabella

Gli eremiti post-moderni? Sono giovani che si segregano nelle loro camerette: smettono di uscire del tutto di casa e abbandonano scuola e amici. L'Istituto Minotauro di Milano calcola che in Italia, gli *Hikikomori* (così sono stati ribattezzati in Giappone i giovani che si autoescludono) siano almeno 60-100mila. «Hanno tra i 19 e i 27 anni e sono prevalentemente maschi», illustra Angela La Gioia, psicologa e psicoterapeuta specializzata in nuovi disagi psicosociali, nonché coordinatrice dell'équipe dell'Università della Strada del Gruppo Abele (*gruppoabele.org*). «Adolescenti a tutti gli effetti, nonostante l'età: vivono ancora con mamma e papà e – decidendo di uscire di scena – incarnano alla perfezione la figura emergente del NEET (“Not in Education, Employment, or Training”, cioè non studente, né lavoratore e neppure tirocinante)». **Essenzialmente, sono rintanati nelle loro camerette per paura del contatto fisico con gli altri.** «Nei ragazzi isolati entra in gioco la vergogna per il proprio corpo, che giudicano brutto e quindi un ostacolo, non una risorsa», approfondi-

sce lo psichiatra e psicoterapeuta Gustavo Pietropolli Charmet, coordinatore del gruppo di ricerca che ha elaborato il primo studio italiano sul fenomeno, nato appunto alla fine degli anni novanta in Giappone, dal quale è scaturito il libro *Il corpo in una stanza. Adolescenti ritirati che vivono di computer* (FrancoAngeli, 35 €). **«Ciò che temono di più è lo sguardo degli altri, soprattutto dei coetanei, così decidono per una scelta radicale: non ci stanno, non competono e si ritirano in una clausura tecnologica,** dove – grazie a relazioni esclusivamente virtuali - il fisico viene celato da avatar e icone». Patologia o capriccio? «Soltanto un tentativo maldesto di crescere, di crearsi un'identità», risponde la psicoterapeuta La Gioia. «Fortunatamente, l'autoreclusione non è per sempre. Può durare a lungo, anche una quarantina di mesi, ma prima o poi avviene una crescita e una maturazione che aprono spiragli nei quali la famiglia può inserirsi e aiutare il ragazzo a tornare in società».

l'aspetto "social" della tivù

Per le indagini del Laboratorio adolescenza, il tempo che i giovanissimi passano in casa davanti alla tivù (soprattutto quella via Internet che propone più scelta rispetto a quella tradizionale) sta aumentando. La buona notizia è che non è sempre tempo sprecato.

>**AGGREGA** «In alcuni casi, guardare una serie televisiva o un reality aiuta nelle relazioni in "carne e ossa"», argomenta il dottor Luca Mazzucchelli, psicoterapeuta. «Alcune trasmissioni, infatti, diventano motivo di confronto e discussione tra amici e compagni di scuola. Oppure sono dei *must*, non guardarle significherebbe essere tagliati fuori dal giro».

>**RAFFORZA** «Vedere la televisione, pertanto, può essere un'attività dinamica per i giovani», riprende l'esperto. «E per i loro genitori: invece di criticare, sminuire o proibire certi programmi, dovrebbero guardarli e commentarli insieme ai figli. È un divertimento guidato che avvicina le generazioni e rafforza l'autostima dei ragazzi». Proprio per spingerli ad aprire con più entusiasmo la porta di casa.

conta l'influenza degli adulti

Ma il problema più diffuso nella nostra società è un altro, meno serio, più sfumato ma imperante: oggi, la gran parte dei minorenni non si barricano in casa come gli Hikikomori, però passano i pomeriggi chiusi in camera. Non sono giovani, viene da dire, quando si ricorda quella gran voglia di stare fuori tipica degli anni della scuola. «Stando agli ultimi dati statistici, i ragazzi di 14 anni (soprattutto femmine) abbandonano le attività sportive, che obbligano a uscire e a socializzare», interpreta Maurizio Tucci, presidente di "Laboratorio adolescenza", associazione per lo studio e la ricerca sugli adolescenti. «Il 44% delle ragazzine in terza media non fa sport, con la scusa che non ha tempo (lo dice il 50% del campione)». Dietro alla scelta casalinga non ci sono né troppi compiti né il disinteresse per gli altri. «Certo, sono aumentate le ore che i quindicenni dicono di dedicare allo studio, ma perché mentre sono sui libri si distraggono con lo smartphone!», riprende l'esperto. «Sbrigare gli impegni scolastici in quattro e quattr'otto per correre in palestra, all'oratorio o al parco non è più un'abitudine giovanile. Perché uscire quando posso parlare (e vedere e giocare) con tutti gli amici che voglio, stando a casa? Vince la pigrizia, esattamente come sta succedendo a noi adulti che ci spostiamo sempre meno. E i ragazzi, si sa, sono il nostro specchio. A essere sinceri, sono gli stessi genitori che, almeno all'inizio, sono contenti di vedere i figli sempre in casa. Solo dopo si preoccupano».

2 milioni
i ragazzi giapponesi che vivono reclusi in casa e non hanno contatti con nessuno

6 mesi
chiusi nella propria camera: è il limite di tempo oltre il quale scatta la diagnosi di Hikikomori

'98
l'anno di pubblicazione del primo saggio in cui compare la parola Hikikomori

a casa, per allenarsi alla vita

Ok la comodità, la tranquillità di avere tanti amici su pc e smartphone. Dietro al meccanismo "sto spesso in casa", c'è però anche qualche dubbio esistenziale. Non potrebbe essere altrimenti a 15 anni. «Un ragazzo si rifugia tra quattro mura in fondo per essere se stesso», commenta la sociologa francese Maïa Fansten. Sembra paradossale, ma oggi le possibilità di espressione sociale delle proprie peculiarità sono limitate. Fino a qualche anno fa, un ragazzo che si sentiva fuori posto e non in sintonia con il suo ambiente andava a cercare la soluzione fuori casa. Ora, invece, la cerca nella sua cameretta». Che per gli under20 assomiglia a un nido: li protegge dalla fatica di crescere, li aiuta a prendere le misure dal mondo. Come spiega Luca Mazzucchelli, psicologo psicoterapeuta, vice presidente dell'Ordine degli psicologi della Lombardia. «Durante l'adolescenza, è normale ritagliarsi degli spazi personali per cadere in una specie di "letargo", che in realtà è un modo per sperimentare situazioni – prima fra tutte la solitudine – limiti e provocazioni. L'esigenza di avere un'agenda piena di impegni è dei genitori, non dei figli, i quali hanno bisogno di avere i loro spazi e i loro tempi». E poi, non è detto che stare con uno smartphone in mano equivalga a poltrire: «Per i nativi digitali il web è anche una palestra di esperienze, dal momento che esplorano "l'altro". Qui, le relazioni sono più protette, perciò facilitate. Per esempio, fra i giochi online spopolano quelli multiplayer di ruolo, nei quali i partecipanti acquisiscono un'identità (elfo, guerriero...), costruiscono il proprio personaggio e s'alleano con altri giocatori. Vissuta così, la rete è propedeutica alla sperimentazione nel reale di nuove (e sociali) competenze».