

1222·2022
800
ANNI



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI PADOVA
Dipartimento di Filosofia, Sociologia, Pedagogia e Psicologia
Applicata

**Corso di Laurea Magistrale in
CULTURE, FORMAZIONE E SOCIETA' GLOBALE**

**GLI HIKIKOMORI:
Caratteristiche del fenomeno e nuove sfide per una scuola
inclusiva**

Relatore:

Prof. Michele Biasutti

Laureanda: Maria Tamblè

Matricola: 1241775

Anno accademico 2021-2022

INDICE

INTRODUZIONE	4
--------------------	---

CAPITOLO 1: GLI HIKIKOMORI, CARATTERISTICHE DEL FENOMENO

1.1 Origini	8
1.2 Hikikomori e società	9
1.3 Caratteristiche degli Hikikomori	11
1.4 Hikimori e ruoli di genere	16
1.5 Hikimori e dipendenza da internet	18
1.6 Evoluzione del fenomeno	22

CAPITOLO 2: HIKIMORI E AMBIENTI SOCIALI

2.1 Fattori di rischio contestuali: il ruolo della società	30
2.2 Fattori di rischio contestuali: il ruolo della famiglia	37
2.3 Fattori di rischio contestuali: il ruolo della scuola	42

CAPITOLO 3: STRATEGIE DI PREVENZIONE E INTERVENTO

3.1 Strategie di prevenzione e intervento in ambito familiare	48
3.1.1 Stili genitoriali	49
3.1.2 Le consulenze educative	52
3.1.3 Intervento familiare “a step”	53
3.1.4 La figura del compagno adulto	55
3.1.5 La cyber therapy	56

3.2 Strategie di prevenzione e intervento in ambito scolastico	57
3.2.1 Percorsi di intelligenza emotiva	59
3.2.2 La consulenza pedagogica	61
3.2.3 Percorsi di formazione per gli insegnanti	63
3.2.4 Percorsi di sensibilizzazione nelle classi	64
3.3 Le sfide per il futuro, il ruolo della scuola e progettazione in rete per evitare l'esclusione	70
3.3.1 Esempi di progettualità europee: Progetto Erasmus+ "Out of the Net"	81
CONCLUSIONI	85
RINGRAZIAMENTI	91
BIBLIOGRAFIA	92

Introduzione

Questa tesi ha lo scopo di illustrare il fenomeno degli Hikikomori e più in generale le caratteristiche e le cause che sottendono al ritiro sociale tra la popolazione giovanile non solo in Giappone ma anche nei Paesi occidentali economicamente sviluppati e in particolare in Italia. Negli ultimi anni tale problematica è stata affrontata e approfondita grazie a diversi autori che hanno portato un contributo significativo nella letteratura del fenomeno che inizialmente era ricondotto al solo contesto giapponese. Si è osservato come questo fenomeno invece sia una prerogativa di quelle società moderne che richiedono alle persone di soddisfare livelli di performance sempre più alti e standardizzati che inevitabilmente portano all'esclusione di tutti quei soggetti che non rispecchiandosi nelle aspettative imposte dall'esterno non riescono a trovare una dimensione accogliente che li renda protagonisti attivi della propria vita e realizzazione.

Gli studi condotti sul fenomeno offrono una visione delle sue caratteristiche in relazione a fattori trasversali alle società odierne che seppur differenti culturalmente mettono in atto delle dinamiche che hanno un forte impatto sul consolidarsi di tali situazioni. Questo lavoro si propone di integrare le differenti visioni del fenomeno, portando ad un'analisi che prenda in considerazione gli elementi propri del contesto giapponese in cui nasce il fenomeno Hikikomori e, parallelamente, a quelle proprie del contesto italiano. La raccolta di studi che vengono raccolti in questa tesi non analizza solo le caratteristiche degli individui in ritiro sociale ma prende in considerazione soprattutto i fattori di rischio contestuali raccogliendo quelle che potrebbero essere le buone pratiche e le sfide che la scuola e gli ambienti sociali potrebbero mettere in campo al fine di prevenire tali fenomeni e, più in generale, nel creare delle società che possano essere più inclusive possibili non solo verso questi individui ma verso la totalità di persone di cui è composta.

Nel primo capitolo viene introdotta una panoramica del fenomeno, di quelle che sono le sue origini e del suo successivo sviluppo all'interno di tutte quelle società moderne che basano il loro sviluppo su presupposti legati più alla produttività dell'individuo che non alla sua reale realizzazione in termini di benessere e predisposizioni personali. Nel secondo paragrafo ho delineato quelle che sono le caratteristiche specifiche che accomunano gli Hikikomori e, più in generale, quelli che sono gli elementi trasversali alle persone in ritiro sociale. In particolare ho affrontato quella che è la dimensione legata alla scelta e alle motivazioni che spingono la persona ad isolarsi dai propri ambienti e dalla società. Successivamente ho voluto affrontare quelle che sono alcune caratteristiche del ritiro in relazione al genere e in particolare di come cambi la percezione collettiva del ritiro in base al sesso. Anche in questa occasione i costrutti sociali relativi al ruolo sociale e alle aspettative sottintese che la società impone ai diversi sessi, diventano elementi determinanti nell'insorgere di questa condizione ma soprattutto nella percezione legata alle aspettative di realizzazione che maschi e femmine percepiscono in maniera differente e che influenzano la predisposizione dell'individuo all'isolamento. Successivamente ho voluto analizzare quella che risulta essere la correlazione tra ritiro sociale e dipendenza da internet portando un'analisi di contesto e le varie correlazioni che in particolare Internet e i Social Network possono avere con questo fenomeno. Rispetto a questo elemento ho voluto sottolineare come spesso l'utilizzo di questi dispositivi, in alcuni casi, diventi uno strumento per mantenere un contatto con l'esterno anziché un elemento necessariamente negativo a cui associare elementi di dipendenza. L'ultima parte riguarda, invece, l'evoluzione del fenomeno in relazione alle caratteristiche specifiche raccogliendo le fasi attraverso cui si sviluppa il fenomeno e le tipologie di ritiro individuate e le relative caratteristiche.

Nel secondo capitolo, ho voluto delineare meglio quelli che sono i fattori di rischio contestuali riguardanti la società, la famiglia e la scuola. Le caratteristiche descritte partivano da un confronto tra differenze e similitudini tra società giapponese e italiana affinché si evidenziassero quelle che, a tutti gli effetti, sono le

caratteristiche trasversali alle società moderne e di tutti quei fattori che favoriscono l'insorgere di fenomeni come questo. L'analisi parte dai vari contributi che i diversi autori hanno portato in relazione al ritiro sociale come sintomatologia di una società che, influenzando i vari ambienti sociali entro cui il soggetto è inserito, divengono causa di pressioni e atteggiamenti disfunzionali trasformandosi in contesti insostenibili da parte di tutte quelle persone che, non sentendo di appartenere al modello imposto dalla società, subiscono forme di esclusione che li spingono a scegliere di non farne più parte.

Nell'ultimo capitolo, sono state delineate delle buone pratiche analizzando le strategie di prevenzione e di intervento che possono aiutare gli ambienti sociali a ripensarsi. Ciò è finalizzato ad attuare azioni favorevoli all'inclusione di questi soggetti all'interno dei vari contesti di vita con un focus specifico rispetto alla famiglia ma in particolare alla scuola. Partendo da un'analisi delle pratiche utilizzate da diverse realtà che ad oggi attuano interventi educativi verso ragazzi in ritiro sociale, l'obiettivo è quello di ripensare al ruolo della scuola e al suo contributo per aiutare e progettare interventi che mirino al benessere delle persone interessate ma soprattutto affinché possa essere visto come un luogo entro cui favorire la creazione di società inclusive partendo dalla sensibilizzazione ed educazione delle persone che la frequentano.

In conclusione questa tesi vuole mettere in luce tutti quegli aspetti che contribuiscono all'insorgere di fenomeni come quello degli Hikikomori e che più in generale si delineano come fenomeni culturali provenienti da dinamiche disfunzionali che fanno ormai parte delle società attuali. A questo si vuole portare un contributo e uno stimolo verso quelle azioni che possono essere intraprese e che vengono utilizzate nella gestione e presa in carico di queste persone affinché ritrovino un loro posto nel mondo. La scuola ha il dovere di ripensare al proprio protagonismo per ritornare ad essere un luogo di inclusione per queste persone e di formazione per tutti i cittadini del domani.

1. Gli Hikikomori: caratteristiche del fenomeno

1.1 Origini

Il fenomeno degli Hikikomori si sviluppa in Giappone alla fine degli anni '80 a causa delle forti pressioni sociali che la corsa al progresso economico avevano portato con sé. In quegli anni, soprattutto all'interno dell'ambiente scolastico, si assiste all'aumento di fenomeni di bullismo a discapito di quei ragazzi che, considerati l'elemento più debole della classe, erano vittime di esclusione e isolamento da parte dei loro compagni. Questo, associato alla necessità dell'adolescente di sentirsi parte integrante di un gruppo attraverso cui identificarsi e alla competizione scolastica e lavorativa basate sull'eccellenza a cui il governo giapponese puntava, fanno sì che i ragazzi sceglieressero di ritirarsi da questa corsa competitiva che non permetteva loro di trovare una dimensione favorevole entro cui inserirsi (Crepaldi, 2019). E' all'interno di questo contesto che prende vita il fenomeno degli *Hikikomori* termine che comprende la parole *hiku* "tirare" e *komoru* "ritirarsi" e che si riferiva a tutti quegli individui (giovani perlopiù) che, per trovare conforto al loro sentirsi inadeguati all'interno della società in cui vivevano, decidevano di ritirarsi nella solitudine più totale. Questo fenomeno venne ignorato per lungo tempo dallo stesso governo perché in contrapposizione con il modello di società esemplare a cui aspirava (*Ibidem.*, 2019).

Solo nel 1998, grazie allo psichiatra giapponese Saito e la pubblicazione del libro "*Ritiro sociale: adolescenza senza fine*" si cercò di definire delle caratteristiche e restituire una certa valenza scientifica al fenomeno attraverso l'individuazione di alcune sintomatologie specifiche e definendolo come un vero e proprio fenomeno sociale. Successivamente alla pubblicazione di quest'opera, i mass media iniziarono

a interessarsene e questo portò il Giappone ad accorgersi della silenziosa scomparsa dei suoi giovani dalla società. Lo stesso Governo, successivamente, delineò un primo profilo presentando alcune delle caratteristiche fondamentali del fenomeno e individuandone alcuni dei criteri diagnostici specifici come: il ritiro completo dalla società da più di sei mesi, il rifiuto di condurre attività scolastiche e/o lavorative e che al momento dell'insorgenza non fossero associate psicopatologie come schizofrenia, ritardo mentale o malattie rilevanti di altro tipo. Questa prima descrizione del fenomeno e delle sue caratteristiche aveva come obiettivo quello di sminuirlo in termini di incidenza e di conseguenza tendeva ad escludere tutti quei soggetti che, seppur in situazione di auto isolamento, continuavano a mantenere relazioni con l'esterno (*ibidem*,1998). In generale si rileva che è deficitaria una descrizione esaustiva del fenomeno dell'hikikomori (Tajan, 2017). Inoltre, questa problematica non è menzionata nel DSM 5 che rappresenta la categorizzazione psichiatrica internazionale (DSM-5) in base alla quale elaborare le diagnosi.

1.2 Hikikomori e società

Le motivazioni che allora e oggi spingevano e spingono l'individuo a ritirarsi dagli ambienti sociali di appartenenza riguardano prevalentemente fattori culturali, sociali e familiari che, sommati tra loro, generano nell'individuo un senso di disagio tale da non sopportare più la loro presenza all'interno di questi ambienti. Fra le cause principali troviamo sicuramente la spinta competitiva in ambito scolastico e lavorativo ma anche le pressioni esercitate dalla famiglia nella realizzazione personale e professionale dei figli e che caratterizzano la società giapponese (Ricci, 2008).

In Giappone la competizione sociale in quegli anni aveva raggiunto livelli altissimi a causa della corsa al progresso che con il finire della Seconda Guerra Mondiale e la relativa sconfitta, avevano fatto sì che il Paese volesse in qualche

modo riscattarsi agli occhi dell'Occidente. Fu così che le pressioni sociali e di realizzazione inflitte alle giovani generazioni e imposte attraverso percorsi di formazione sempre più competitivi e che puntavano all'eccellenza, iniziarono ad abbattersi su tutti quei ragazzi che, non sentendosi adeguati nel mantenere costantemente alti i livelli di performance, decisero di rifiutarsi di farne parte (Bagnato, 2017). La sensazione legata al fallimento di non riuscire a rispecchiare le alte aspettative impartite dalla società e dalle famiglie, portarono i giovani a perdersi gradualmente all'interno delle proprie abitazioni arrivando quasi a sparire (*Ibidem.*,2017). E' in questo contesto che il fenomeno degli Hikikomori prende vita e dove possiamo ritrovare le principali motivazioni che spingono queste persone ad abbandonare la società di cui fanno parte.

Gli studi condotti, che inizialmente si pensava riguardasse solo il contesto giapponese, hanno poi fatto emergere come in realtà tale fenomeno fosse presente in moltissimi paesi occidentali delineandosi come un fenomeno universale della società moderna. Questo perché ciò che caratterizza le società moderne e capitaliste si configurano come elementi che non puntano al benessere dell'individuo attraverso la realizzazione personale basata su desideri, aspirazioni e capacità quanto piuttosto alla realizzazione materiale basata su una spinta competitiva che riduce i saperi e la felicità del singolo a meccanismi standardizzati e universali senza prendere in considerazione la pluralità di caratteristiche proprie degli individui che ne fanno parte (Crepaldi, 2019). Bauman (2011) definisce la società moderna utilizzando il concetto di *società liquida*, ossia una società che entrando in crisi con il concetto di comunità fa emergere un individualismo assoluto, il quale porta inevitabilmente a renderla priva di punti di riferimento e a dissolverla in una sorta di liquidità. Questo tipo di società porta gli individui ad avere come riferimenti valoriali l'apparenza e il consumismo, rendendoli schiavi di un sistema che porta con sé l'insoddisfazione e la costante incertezza legata al presente e al futuro e che rende tali elementi le uniche certezze attraverso cui vivere la propria vita.

Un altro motivo che porta alla diffusione di questo fenomeno è quello relativo alla sfera del benessere e alla cosiddetta “Piramide di Maslow” e al modello entro cui le società stesse si sviluppano. Le società ricche del mondo sono caratterizzate dal fatto che il soddisfacimento dei bisogni primari sia, fin dalla nascita, garantito. Tutte le esigenze e le aspettative, pertanto, si spostano verso la necessità di realizzazione personale che si trasforma nell’unico bene da ricercare. Queste caratteristiche, che definiscono le società moderne, associate alle pressioni sociali dettate dai principali ambienti di socializzazione portano con sé, inevitabilmente, all’insorgere di fenomeni come quello degli Hikikomori. Nel delineare le caratteristiche di questo fenomeno è necessario analizzare il contesto sociale e culturale entro cui si sviluppa.

Questi sono alcuni elementi che possiamo prendere in considerazione per contestualizzare il fenomeno e da cui iniziare ad analizzarlo.

1.3 Caratteristiche degli Hikikomori

Molti studiosi iniziarono ad interessarsi al fenomeno degli Hikikomori facendo emergere come non si limitasse al contesto giapponese ma fosse una caratteristica diffusa tra moltissimi giovani provenienti da nazioni economicamente sviluppate del mondo. Essendo questo un fenomeno relativamente recente e per diversi anni associato al solo contesto nipponico, ha fatto sì che i principali dati statistici che lo riguardano si rivolgano perlopiù alla letteratura scientifica del Paese del Sol Levante e che solo negli ultimi anni, alcuni studi, abbiano iniziato indagare il fenomeno raccogliendo i relativi dati anche in alcuni paesi come America, Europa e nazioni economicamente sviluppate dell’Occidente (Kato *et. al.*, 2011; Ricci, 2014) Tra gli studi più rilevanti per quanto riguarda il fenomeno in Italia ritroviamo quello condotto dall’Associazione Hikikomori Italia anche se la stima in termini statistici è stata effettuata partendo

dal numero di richieste di aiuto da parte dei genitori con cui hanno in seguito collaborato e non su una statistica accurata del fenomeno. Secondo Crepaldi (2019) gli Hikikomori in Italia sarebbero circa un centinaio di migliaia anche se sarebbe opportuno, per poter definire un censimento adeguato, accordarsi su cosa sia o non sia un Hikikomori.

L' Hikikomori, in generale, è spesso confuso come una dipendenza da internet o con patologie quali depressione, fobia sociale, autismo o definendoli semplicemente come degli eremiti. Tali definizioni risultano erranee perché, seppure il fenomeno possa essere associato a tali patologie o condizioni non vanno, a definirne la complessità e le scelte che portano la persona a isolarsi dai propri ambienti sociali e a ritirarsi volontariamente dalla società (Crepaldi, 2019).

Dietro questa scelta, spesso si cela la sofferenza e l'inadeguatezza che la società della performance fa emergere all'interno di queste persone e che, non riuscendo a trovare luoghi o relazioni in cui sentirsi accolti ed attraverso cui esprimere questo loro disagio, preferiscono non farne parte.

Gli studi recenti, facendo riferimento agli studi nipponici, affermano che gli Hikikomori sono definiti tali solo se manifestano il ritiro sociale da almeno 6 mesi e laddove fossero già evidenti alcuni elementi che evidenziano un certo tipo di fobia scolare e lavorativa (Saito,1998, Pierdominici, 2008, Ricci, 2009). A queste caratteristiche possono essere associati alcuni comportamenti legati al ritmo circadiano, ovvero l'inversione della percezione del giorno e la notte, comportamenti disfunzionali verso la figura dei genitori e dipendenza da internet (Ricci, 2008) .

Oltre a questa tipologia, però, ve ne sono altre che vivono una sorta di situazione più dinamica e meno definita. **Esistono** situazioni in cui questi ragazzi continuano a mantenere dei rapporti con i familiari e trascorrono un limitato periodo di tempo anche al di fuori della propria stanza (*ibidem*,2008). In questo

senso, definire in modo rigido le peculiarità di queste problematiche risulta a volte limitante e rischia di non prendere in considerazione tutte quelle situazioni che invece non rientrano in una definizione canonica del fenomeno. Seppur esistano una molteplicità di persone che vivono questa condizione in maniera differente si può affermare come nelle persone affette sia comune il desiderio di interrompere ogni rapporto con il mondo esterno (Crepaldi, 2019).

Aspetti di somiglianza trasversali a questi individui riguardano la sfera legata agli stati d'animo e del comportamento quali alti livelli di ansia, regressione infantile mediante atteggiamenti manifesti nei confronti delle figure genitoriali, senso di colpa verso l'esterno, desiderio di morte latente e, in generale, la sensazione di non riuscire a gestire tutto ciò che viene percepito come esterno alle mura domestiche.

Un aspetto che diventa cruciale e che accomuna l'Hikikomori è la vergogna e la conseguente sofferenza provocata dal giudizio altrui che viene percepito come insostenibile nel confronto con l'altro (Ricci, 2009). Risulta evidente come la vergogna porti inevitabilmente l'individuo a far dipendere la propria autostima quasi esclusivamente da fonti esterne e all'emergere di questa visione negativa legata a tutto ciò che possa riguardare il mondo fuori.

Questi elementi evidenziano come questa sia una scelta che trova il suo fondamento nella convinzione che non possa esistere un'alternativa al rifuggire il mondo esterno e **che** *“non scelgono l'isolamento per indulgenza verso sè stessi ma perché non vedono un'altra strada e [...] sebbene cerchino disperatamente di liberarsi dai rigidi modelli educativi lavorativi e sociali del paese, sanno che se scegliessero la strada rischiosa dell'emancipazione sarebbero doppiamente puniti. Scansati dal gruppo scolastico o di lavoro dal quale si sono ritirati, è probabile che non troverebbero altre reti o gruppi disposti ad accettarli”*.¹ La dimensione della scelta si trasforma in un fattore cruciale dettato da un processo in progressione legato

¹Zielenziger M., Non voglio più vivere alla luce del sole. il disgusto per il mondo esterno di una nuova generazione perduta, Roma, Elliot, 2008, pp. 34.

all'ambiente sociale e ambientale entro cui l'individuo si inserisce e attraverso cui cerca una sua identità. Ambiente ritenuto però, dallo stesso, come ostile e non in grado di comprendere le motivazioni che portano l'individuo a percepirsi come poco adatto a sostenere le pressioni e le aspettative riflesse dall'esterno.

Seppur non esista, ad oggi, una definizione ufficiale possiamo interpretare questa condizione come *“una pulsione all'isolamento fisico, continuativa nel tempo, che si innesca come reazione alle eccessive pressioni di realizzazione sociale, tipiche delle società capitalistiche economicamente sviluppate”*².

Tale interpretazione sottolinea come il sistema e la società in cui l'individuo è inserito diventino elementi decisivi nel decidere di ritirarsi nella propria abitazione abbandonando la competizione. Questo elemento associato alla mancanza di una rete sociale e/o di una rete che viene percepita come elemento di pressione sociale possono portare l'individuo a sviluppare un vero e proprio disagio nell'interazione con l'esterno raggiungendo livelli di gravità tali da non essere gradatamente più sostenibili.

L'isolamento sociale dell'Hikikomori ha delle caratteristiche precise ed è dettato soprattutto dalle scelte che spingono l'individuo a mettere in pratica tale condizione. Questa scelta, seppur dolorosa e istintiva, non è imposta o obbligata ma è propria dell'individuo che la mette in atto per sfuggire alle pressioni di realizzazione sociale e ai sempre più elevati livelli di performance dettati anche dai principali ambienti di socializzazione come la scuola, il lavoro o la famiglia (Crepaldi, 2019). Sono le stesse esperienze negative, legate per esempio a fenomeni di esclusione sociale che il soggetto sperimenta nell'arco della vita, a portarlo gradualmente a compromettere la fiducia verso l'altro e, più in generale, verso la società nella sua interezza. La mancanza di interventi che mirano a riconoscere precocemente i rischi, che lasciano le famiglie e le persone interessate sole di fronte alle difficoltà provocano nell'individuo una radicato senso di inadeguatezza e disagio verso un ambiente che non si dimostra accogliente, aperto

2Crepaldi M., “Hikikomori. I giovani che non escono di casa”, Roma, Alpes Italia srl, 2019, pp. 10.

e capace di comprendere tutto ciò che tali esperienze possono provocare (Bagnato, 2017).

La società moderna, caratterizzata da spinte sempre più competitive e dalla paura del fallimento, provoca in alcuni un forte senso di inadeguatezza e ansia che si traduce in paura di essere giudicati dagli altri se non in grado di raggiungere tali livelli di performance. Questo, nell'Hikikomori, si trasforma in un'impossibilità di ridurre i livelli di stress che derivano dal confronto con l'altro e dettati dalla mancanza di strategie e strumenti da mettere in pratica nell'interazione sociale e nel confronto con l'altro. Tale condizione provoca una profonda sofferenza e frustrazione dettata dall'incapacità di trovare delle modalità adeguate a sostenere le pressioni che derivano dall'esterno e, più nello specifico, nel non trovare nell'interazione sociale uno scambio che gli permetta di avere una visione più accogliente del contesto in cui è inserito.

Bagnato (2017) afferma che lo stesso ambiente familiare può far emergere queste sensazioni e risultare fonte di pressioni dettate dalle aspettative legate al futuro lavorativo, scolastico o relazionale. Il costante confronto tra ciò che l'individuo desidera e ciò che percepisce come imposto da elementi esterni può provocare un forte senso di impotenza e inadeguatezza e allo stesso tempo di sentirsi giudicato se incapace di rispecchiare quelle che sono le richieste che la famiglia esprime anche indirettamente. Il fatto di non riuscire a realizzare queste richieste provoca nei giovani un senso di fallimento e impotenza che spesso si concretizza in una perdita di senso soprattutto per quanto riguarda i propri sogni e desideri. Nell'Hikikomori, questa perdita di senso induce un fallimento che porta ad un graduale allontanamento e rifiuto verso le fonti di tali sensazioni. Tali fonti sono rappresentate da tutto ciò che riguarda la loro sfera performativa e sociale come la famiglia, gli insegnanti, i coetanei o i colleghi. A questa mancata risposta alle richieste esterne ne consegue il graduale rifiuto di tutto ciò che provoca nell'Hikikomori tali sensazioni.

Pertanto il percorso che porta l'individuo alla progressiva autoreclusione è caratterizzato da fattori quali: pressioni sociali, spinta al conformismo verso il gruppo di appartenenza, progressivo ritiro sociale come forma di protesta, dinamiche interne al sistema familiare di appartenenza, mancata risposta da parte delle istituzioni e un certo periodo di isolamento. Da questi elementi si può osservare come questo fenomeno porti con sé delle caratteristiche socio-culturali proprie dei paesi ricchi che sempre più proiettati verso sempre più alti livelli di performance e standardizzando le modalità attraverso cui raggiungere gli obiettivi imposti non permettono all'individuo di riuscire a trovare una dimensione adatta ad esprimere le proprie capacità, le aspirazioni e i desideri. Le società capitalistiche hanno trasformato la realizzazione dell'individuo nel mero esercizio performativo che punta all'eccellenza e che necessariamente esclude dalla corsa competitiva tutti quegli individui che, non trovando la motivazione giusta o non sentendosi rispecchiati all'interno di essa, vengono automaticamente esclusi. Tali aspettative, in una società fortemente discriminante, come quella moderna, si esplicitano in maniera diversa anche in relazione al genere degli individui.

1.4 Hikikomori e ruoli di genere

Le motivazioni legate alle questioni di genere e in particolare al ruolo imposto dalla società sarebbero influenzati dalle aspettative che maschi e femmine sentono provenire dalla società entro cui sono inseriti e all'agire in relazione all'identità di genere entro cui essi vengono definiti. Il ruolo di genere è un costrutto sociale che vede il realizzarsi di alcune aspettative non tanto basate sulle predisposizioni e/o aspettative personali quanto piuttosto su modelli prestabiliti e radicati nell'immaginario collettivo che attribuiscono determinati ruoli esclusivamente in relazione al genere di appartenenza. I modelli culturali di stampo patriarcale hanno prodotto società ancora caratterizzate da un immaginario specifico rispetto ai ruoli sociali che vedono le donne più legate al ruolo di cura e assistenza verso l'ambiente familiare e all'uomo come individuo con

più forti aspirazioni di realizzazione professionale e personale e che riveste un modello specifico di mascolinità che punti costantemente alle migliori prestazioni possibili. Questi fattori ci consentono una lettura più chiara dei dati che vedono nei maschi una maggiore predisposizione a percepire la pressione sociale e l'inadeguatezza legata al proprio ruolo e di conseguenza all'emergere di tale condizione.

In uno dei primi sondaggi sul fenomeno degli Hikikomori effettuato in Giappone nel 2010 risultavano essere per il 66,1% maschi, percentuale scesa a 63,3% in una successiva ricerca svolta nel 2015 sempre nello stesso Paese³. Ad oggi non esistono dati italiani che prendano in considerazione ampie fasce di popolazione anche se un sondaggio condotto dall'associazione Hikikomori Italia tra genitori di ragazzi Hikikomori sembrerebbe confermare questa netta prevalenza di reclusi sociali nella popolazione maschile. Questo perché la realizzazione scolastica e professionale nell'uomo continua a mantenere nel tempo un grado di rilevanza maggiore rispetto a quella femminile da cui ci si aspetta un ruolo più attivo nella gestione e cura dell'ambiente familiare e del suo ruolo materno (Crepaldi, 2019).

A questo si aggiunga che culturalmente una donna che passa molto tempo a casa è vista con minore apprensione rispetto a un uomo. Elemento questo, che trova le sue radici nella costruzione culturale dei ruoli e che vede nell'isolamento di donne che svolgono lavori domestici e si prendono cura dei figli non un problema ma bensì la messa in atto di ciò che la società in qualche modo si aspetta da loro (*Ibidem.*, 2019). Nel femminile la socializzazione, ha inoltre caratteristiche diverse dalla socializzazione amicale di genere maschile: è meno delineata su aspettative di prestazioni e nell'adeguatezza per lo stile di vita, ma più caratterizzata da possibilità di condivisione e vicinanza, che invece caratterizza meno il genere maschile. Nel prendere in considerazione tali elementi per definire le differenze di genere rispetto a questo fenomeno possiamo notare come, ancora

³Fonte: Tajan N. (2017), "Hikikomori: The Japanese Cabinet Office's 2016 Survey of Acute Social Withdrawal", *The Asia-Pacific Journal* 15(5).

una volta, gli Hikikomori siano un prodotto culturale dettato dal contesto entro cui sono inseriti.

1.5 Hikikomori e dipendenza da internet

Negli ultimi 30 anni lo sviluppo tecnologico che il nostro mondo ha subito ha portato con sé un cambiamento radicale nel nostro modo di vivere e relazionarci con le altre persone e ha modificato la struttura stessa della società. La globalizzazione associata allo sviluppo delle nuove tecnologie ha portato a una progressiva standardizzazione dei modelli culturali di riferimento a discapito delle peculiarità che caratterizzavano i diversi Paesi del mondo e che definivano i riferimenti valoriali e culturali propri di ogni paese. Questo ha nelle persone a una progressiva perdita di punti di riferimento all'interno della propria comunità di appartenenza e di quei legami fondamentali alla creazione della loro stessa identità. Seppur da un lato le nuove tecnologie e l'avvento di internet abbiano facilitato la ricerca di gruppi entro cui gli individui potessero sentirsi accolti accorciando le distanze, dall'altro ha portato a fenomeni di esclusione sociale laddove l'individuo non riuscisse a rispecchiare quegli standard di estetica e di realizzazione personale a cui i Social Network e le nuove piattaforme di interazione sociale impongono come universali non comprendendo la molteplicità e unicità proprie di ogni singolo individuo. Questi cambiamenti sociali hanno contribuito notevolmente alla disgregazione delle relazioni che hanno coinvolto i principali ambienti di socializzazione; le persone sempre di più utilizzano questi strumenti come evasione da una realtà che non consente loro di sentirsi realizzati o di essere agenti liberi e protagonisti della loro stessa vita. L'uso eccessivo degli strumenti di comunicazione tecnologica, internet e tutti i canali social, determinano facilmente, in persone con fragilità e con una socialità ridotta, delle condizioni di vera e propria dipendenza.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità definisce la dipendenza patologica come *“condizione psichica, talvolta anche fisica, derivante dall'interazione tra un organismo e una sostanza, caratterizzata da risposte comportamentali e da altre reazioni che comprendono un bisogno compulsivo di assumere la sostanza in modo continuativo o periodico, allo scopo di provare i suoi effetti psichici e talvolta di evitare il malessere della sua privazione”*⁴.

Negli ultimi anni, però, con l'avvento di internet e delle nuove tecnologie sono state definite quelle che vengono chiamate “dipendenze senza sostanza” riferendosi a tutti quei comportamenti problematici che riguardano anche la *new technologies addiction* (dipendenza da internet, social network, videogiochi, televisione, ecc).

Questa nuova forma di dipendenza, molto diffusa tra ragazzi e giovani adulti, porta con sé l'impiego di sforzi ed energie spesi all'interno della rete e la conseguente disfunzionalità relazionale nelle principali aree esistenziali tra cui quella familiare, scolastica, affettiva e relazionale. Nei diversi studi condotti su questo tipo di dipendenze e sulle caratteristiche proprie dei soggetti coinvolti, si ipotizza che internet venga utilizzato come strumento di evasione e fuga per non affrontare le problematiche esistenziali e nel cambiamento dei propri stati umorali, per loro estremamente difficili da gestire nelle normali relazioni personali (Spinello, Piotti, Comazzi, 2015). Generalmente coloro che manifestano questo tipo di dipendenza condividono delle caratteristiche tipiche come: disturbi d'ansia, dell'umore e del controllo dei loro impulsi, bassa autostima, difficoltà sociali, forte sensibilità negli scambi interpersonali, comportamenti compulsivi e/o con una certa tendenza al ritiro sociale. A queste si collegano tutta una serie di fattori contestuali che possono influenzare l'insorgere di queste nuove forme di dipendenza legate soprattutto alla disponibilità nei suddetti ambienti e al tipo di offerta che la Rete può offrire agli utenti e in cui trovare una certo tipo di evasione anche dagli ambienti di socializzazione reali entro cui il soggetto è inserito.

⁴Fonte: https://www.salute.gov.it/portale/temi/p2_6.jsp?lingua=italiano&id=5763&area=prevenzione&menu=obiettivi2020

Nel correlare tale dipendenza al fenomeno degli Hikikomori diversi autori sostengono che non sia possibile considerare Internet come la causa principale dell'autoreclusione ma piuttosto come uno strumento perfettamente funzionale alla loro necessità di isolamento (Carretti, La Barbera 2001; Ricci, 2008).

Secondo Ricci (2008) questo strumento assolverebbe a tre principali funzioni in linea con la condizione di reclusione degli Hikikomori:

- permette un'occupazione del tempo attraverso attività di tipo ricreativo come videogiochi, chat, social network,;
- facilita la creazione di alter ego virtuali attraverso cui costruirsi un'identità completamente diversa da quella che i soggetti percepiscono come reale;
- consente lo scambio comunicativo con persone esterne.

Possiamo osservare come non sia la dipendenza da internet a generare la condizione di isolamento ma come questa diventi strumento attraverso cui creare forme alternative di socializzazione superando il confronto diretto con altri soggetti e da cui la persona Hikikomori rifugge. Internet e in particolare i Social Network, permettono a questi soggetti di evadere da quella condizione e da quell'immaginario che sentono troppo esigente da coloro con cui si relazionano. I livelli di ansia legati alla sfera performativa che sentono derivare dai loro ambienti sociali si abbassano grazie ai feedback positivi che riescono a ritrovare nelle risposte offerte dalla Rete e nell'interazione all'interno di un ambiente a loro più congeniale, che permette di generare una visione più positiva di sé stessi e meno richiedente.

Nel riferirci agli Hikikomori e al loro atteggiamento nei confronti di Internet è necessaria una differenziazione tra quelli giapponesi e quelli italiani. Secondo alcuni degli studi effettuati dall'antropologa Ricci (2008) si noterebbe come la condizione italiana sia di assoluta dipendenza rispetto a quella giapponese dove gli

Hikikomori che presentano un certo livello di utilizzo di Internet ammonterebbe al 30%. In entrambi i casi, come sottolineato precedentemente, non è possibile ritrovare in questo strumento la motivazione che spingerebbe questi giovani all'autoreclusione ma bensì è questa condizione a spingerli a trovare nuove forme di comunicazione indiretta con gli altri. L'utilizzo della Rete e di questi strumenti, permetterebbe a questi soggetti, di trovare rinnovate forme di controllo nelle interazioni in quanto gli conferirebbe la possibilità di potersi collegare e scollegare a loro piacimento, decidere con chi comunicare e di cosa, garantendogli una certa forma di anonimato rifugiandosi dietro a false identità o identità perfezionate a loro piacimento. Questo strumento diventerebbe di fondamentale importanza per ritrovare quegli elementi che gli ambienti di socializzazione reali non restituirebbero a questi soggetti e che favorirebbero l'insorgenza di tale condizione. Internet diviene una sorta di luogo entro cui potersi riscattare e provare a ricostruire un immaginario identitario più positivo grazie a quegli scambi controllati e ai feedback più facilmente reperibili nell'interazione virtuale.

Analizzando tutti questi elementi si può evincere come la Rete diventi un mezzo attraverso cui rimanere collegato al mondo esterno evitando il completo isolamento e la rottura di ogni forma di comunicazione e scambio con l'altro. Internet e i Social Network si presentano come l'ultimo tentativo dell'Hikikomori di mantenere in vita forme di interazione che gli permettano di prevenire episodi di totale emarginazione sociale che potrebbero portare con sé ad azioni estreme da parte dello stesso. Nelle modalità di utilizzo di questi è possibile ritrovare un ulteriore elemento da considerare nella creazione di interventi che permettano a questi soggetti di poter trovare una condizione favorevole che possa prevenire tale fenomeno.

1.6 Evoluzione del fenomeno

Partendo dall'analisi dei fattori ambientali che caratterizzano questa condizione e interpretando questo fenomeno come una pulsione all'isolamento che vede le sue origini nei modelli culturali di riferimento e non come una condizione biologica immutabile per intensità e forma, possiamo ritrovare una sorta di dinamicità del fenomeno e anche una sua evoluzione nel tempo. Secondo alcuni studi condotti dall'associazione Hikikomori Italia possono essere definiti tre stadi di evoluzione del fenomeno che caratterizzano questi soggetti e che non devono essere intese in modo rigido e statico ma piuttosto come una progressione dinamica e alternata, entro cui queste fasi possono subire periodi di stabilizzazione, regressione o miglioramento.

Secondo la definizione fornita da Crepaldi (2019) viene definita una prima fase in cui il soggetto percepisce a livello inconscio una certa forma di pulsione verso l'isolamento senza però che questa venga elaborata a livello conscio. Questa fase è caratterizzata da un certo grado di malessere nella relazione con l'altro e, parallelamente, a un certo grado di sollievo riscontrato nei momenti di solitudine. Il soggetto continua a mantenere un certo livello di interazione con l'esterno cercando di contrastare la pulsione verso l'isolamento che però individua come unico momento di sollievo. I comportamenti messi in atto riguardano prevalentemente i principali ambienti di interazione che vengono vissuti come obblighi e possono essere: il rifiuto a partecipare ad attività scolastiche ed extra scolastiche, lavorative e sportive, la modificazione dei ritmi sonno-veglia e la predisposizione ad attività solitarie che prediligano l'utilizzo delle nuove tecnologie. In questa prima fase è possibile osservare come si configuri già una certa pulsione all'isolamento e alla difficoltà nel sostenere quegli scambi interpersonali che, in particolare, alcuni ambienti provocano nel soggetto.

Il secondo stadio è caratterizzato dall'elaborazione conscia della pulsione all'isolamento che viene collegata alle situazioni sociali. E' in questa fase che iniziano ad essere messi in pratica i primi rifiuti verso gli inviti da parte di amici e colleghi, vi è un progressivo e definitivo abbandono dell'attività scolastica, viene invertito il ritmo sonno-veglia e si trascorre la quasi totalità del tempo ritirati nella propria abitazione interrompendo i contatti sociali e limitandosi a quelli virtuali. In questa fase è possibile osservare come la frustrazione e la perdita di controllo rispetto alla propria condizione, generi comportamenti aggressivi verso genitori e parenti.

Nel terzo e ultimo stadio avviene il completo ritiro sociale e l'interruzione di ogni tipo di rapporto siano essi con la famiglia e con le relazioni virtuali che fino a prima venivano ancora tenute in vita. L'Hikikomori arriva a isolarsi così totalmente e ad interrompere ogni forma di interazione che provenga dall'esterno o dalla Rete con il rischio di sviluppare psicopatologie che potrebbero portarlo a mettere in atto gesti estremi perché sfornito di alcun supporto o strumento atto ad arginare tale condizione. In questa fase la percezione di tempo e realtà si altera e vi è il rischio che i livelli di frustrazione e aggressività portino a fenomeni di violenza verso sé stessi o gli altri. Da questi elementi si evince come quest'ultima fase sia potenzialmente la più complessa su cui intervenire e diventa di fondamentale importanza attuare forme adeguate di intervento per cercare di prevenire il concretizzarsi dell'isolamento nella sua forma più estrema. E' necessario ed indispensabile cercare di attivare percorsi atti alla prevenzione dell'aggravarsi di situazioni più croniche quando ancora si possono osservare i primi segnali che caratterizzano questa condizione. I principali ambienti educativi dovrebbero lavorare affinché si possa intervenire nelle prime fasi cercando di indagare sulle ragioni che spingono l'individuo all'isolamento empatizzando con ciò che sta vivendo. Di seguito verranno analizzate, in maniera più approfondita, come le varie agenzie sociali e tutti questi fattori siano determinanti nell'emergere di questa

condizione ma di come possano anche essere attuati interventi di prevenzione e tutela nei confronti di questi individui.

Li e Wong (2015), due sociologi dell'Università di Hong Kong individuano, inoltre, tre tipologie di ritiro sociale e che definiscono come "*over dependent*", "*maladaptive interdependent*" e "*counterdependent*". A questa analisi è possibile associare quella fatta da Maya Fasten (2014), sociologa francese, che ha individuato ugualmente quattro tipologie di ritiro: "*alternativo*", "*reazionale*", "*dimissionario*" e "*a crisalide*". Partendo da questi due studi è possibile delineare una descrizione delle differenti tipologie di ritiro integrandoli e delineando un profilo che possa restituire una visione globale del fenomeno.

La prima tipologia di ritiro chiamato "*alternativo*" si riferisce al fatto che i ragazzi cerchino di evitare di vivere una certa adolescenza che viene percepita come normata e imposta da schemi precostituiti dall'esterno. Gli individui che vivono questa tipologia di ritiro non accettano di adeguarsi a quelle dinamiche tipiche delle società moderne precedentemente descritte, vivendo negativamente le pressioni che percepiscono come imposte dai principali ambienti di socializzazione e vissuti come opprimenti e limitanti delle libertà personali e identitarie.

Il ritiro "*reazionale*" riguarda perlopiù le dinamiche disfunzionali insite all'interno dell'ambiente familiare che impediscono all'individuo di apprendere le proprie abilità all'interno di tale contesto. Questo ha ricadute nella costruzione di relazioni con i pari, una particolare vulnerabilità al bullismo e più in generale a fenomeni di esclusione da parte del gruppo. Gli individui che vivono questa tipologia di ritiro hanno vissuto ambienti sfavorevoli aggravando la loro pulsione verso l'isolamento. Gli eventi traumatici vissuti in questi ambienti hanno, inoltre, favorito l'insorgere di forti stati d'ansia, vergogna e stress che hanno portato l'individuo a generalizzare queste esperienze a tutti i contesti di socializzazione impedendogli di creare legami favorevoli con l'altro.

Il ritiro definito “*dimissionario*” ha come caratteristica quella di evitare le forti pressioni di realizzazione provenienti dal contesto sociale e familiare da cui sente altissime aspettative insostenibili da sopportare. Gli individui che sviluppano questo tipo di ritiro, dopo aver investito diverso tempo nell'intraprendere percorsi formativi che puntassero ad un alto livello di realizzazione personale e lavorativa, non riscontrano nella realtà la possibilità di potersi realizzare nella società o nel contesto di vita. Questo comporta un livello di frustrazione tale da impedirgli di portare a termine qualsiasi tipo di carriera, ritrovando nell'isolamento l'unica possibilità per alleviare la sofferenza causata da tale condizione e legata alla dimensione del giudizio.

Il ritiro a “*crisalide*”, partendo dall'analisi fatta dalla Fansten (2014) e mettendola in relazione con quella descritta da Li e Wong (2015), si potrebbe descrivere come un ritiro causata dalla troppa dipendenza con l'ambiente familiare di appartenenza. La famiglia nell'esercitare un'eccessiva protezione nei confronti del figlio determina una incapacità a fidarsi delle persone e questo comprometterebbe uno sviluppo psicosociale sano e adeguato soprattutto legato alla sfera delle interazioni sociali. Inoltre, provvedendo a ogni tipo di risposta alle sue necessità, la famiglia fa sì che la motivazione alla crescita e all'indipendenza vengano meno, trasformando il supporto familiare in qualcosa di imprescindibile nella vita dell'individuo. Secondo Fasten (2014), in questo tipo di ritiro, risulterebbe impossibile divenire un adulto in grado di poter provvedere alla propria vita e si cercherebbe nell'isolamento un modo per poter fuggire dalle responsabilità. L'individuo vivrebbe con paura le incombenze dell'età adulta percepite come minacciose perché sfornito di quegli strumenti che gli permetterebbero di affrontarle mettendo in moto una serie di meccanismi di evitamento dell'ansia legati alla propria condizione. L'isolamento verrebbe vissuto come l'unica possibilità per poter fuggire da quelle responsabilità che provocano nell'individuo altissimi livelli di ansia e paura.

Un recente studio condotto da Kato e collaboratori (2019), mette in luce come sia necessario ripensare alla sindrome Hikikomori e alla sua definizione in virtù anche di un suo inserimento all'interno del DSM-5. Questo permetterebbe di poter effettuare una diagnosi e mettere in atto degli interventi basati su una definizione diagnostica specifica di questa condizione. La ricerca si propone di fornire un' integrazione rispetto alla definizione di questa sindrome e delle sue specifiche caratteristiche. Il loro modello si propone di ridefinire quelli che sono i criteri diagnostici rispetto a: ritiro fisico, fobia sociale, rifiuto a intrattenere relazioni sociali e disagio sociale. Kato e collaboratori (2019), sottolineano come sia necessario integrare il vecchio modello che definiva i criteri diagnostici rispetto alle aree colpite da questa sindrome, fornendo una tabella revisionata di quelle caratteristiche da prendere in considerazione al fine di poter compiere una diagnosi più completa. La definizione di Hikikomori, fornita da questa ricerca, è intesa come *“una forma di ritiro sociale patologico o isolamento sociale la cui caratteristica essenziale è l'isolamento fisico all'interno della propria abitazione”*⁵.

A seguire vengono forniti i criteri che si aggiungono al ritiro sociale e che vengono individuati con: comprovato isolamento sociale nell'abitazione, durata dell'isolamento da almeno 6 mesi e compromissione significativa compromissione dei funzionamenti o angoscia associata a isolamento sociale.

A queste caratteristiche vengono integrate quelle che sono le tipologie specifiche di isolamento fisico e che vengono definite come:

- individui che *occasionalmente* escono di casa
- individui che *raramente* escono di casa o la loro stanza
- individui che *frequentemente* escono di casa

Nel definire quelle che possono essere le diverse dimensioni del ritiro sociale, risulta evidente come questa condizione possa riguardare molte più persone di

⁵Kato, T. A., Kanba, S., & Teo, A. R. (2019). Hikikomori: multidimensional understanding, assessment, and future international perspectives. *Psychiatry and clinical neurosciences*, 73(8), 427-440.

quelle che erano le caratteristiche fornite dalla precedente diagnostica. Questo studio fornisce una dimensione più ampia di quello che in precedenza veniva definito solo come un fenomeno con delle caratteristiche che riguardavano quasi esclusivamente il ritiro fisico cronicizzato e la correlata fobia sociale che portava la persona a ritirarsi dai suoi ambienti. Gli elementi individuati non si propongono come obbligatori ma piuttosto come una serie di elementi da tenere in considerazione e che forniscono una visione più completa di quelli che possono essere le caratteristiche specifiche da tenere in considerazione.

Le categorie individuate da Kato e collaboratori (2019), e che definiscono la frequenza con cui vengono perpetuate azioni riguardanti l'isolamento fisico, è possibile utilizzarle anche per definire altre caratteristiche specifiche di questa condizione e che riguardano:

- la mancata partecipazione sociale;
- la mancata interazione sociale;
- la comunicazione indiretta mediante l'utilizzo di nuove tecnologie;
- la presenza di sensazioni che portano la persona a provare solitudine;
- la presenza di psicopatologie correlate;
- l'età in cui si sviluppa tale condizione;
- le dinamiche familiari e i pattern che influenzano tale condizione;
- il background culturale;
- gli interventi intrapresi in risposta a questo fenomeno;

Necessario è definire degli elementi su cui poter basare una diagnosi e la loro relativa frequenza, in grado di rispondere alla pluralità di situazioni che questa sindrome porta con sé e che può avere fasi ed evoluzioni differenti da individuo a individuo. L'inserimento della sindrome Hikikomori all'interno del DSM-5 permetterebbe di definire dei modelli di intervento universali per poter prevenire l'insorgenza di stati cronici su cui poi risulterebbe difficile intervenire, fornendo

una dimensione più definita e meno frammentata di quelle che sono la tipologia di interventi da attivare in risposta a queste situazioni.

In relazione alla necessità di definire dei modelli di intervento universali che rispondano in maniera efficace a quelli che sono i fenomeni di ritiro sociale e le loro specifiche caratteristiche diagnostiche Kato (2016), in un precedente studio, analizza quelle che possono essere le prospettive storiche, diagnostiche e psicosociali che caratterizzano questo tipo di sindrome. Lo studio si proponeva di stabilire se queste forme di depressione giovanile riguardassero esclusivamente il contesto giapponese o se coinvolgessero anche altri Paesi nel mondo. Nel fare questo, altresì, vengono proposte quelle che potrebbero essere delle linee guida universalmente condivise fondate su criteri diagnostici contenuti nel DSM-5.

Tra i differenti approcci che questo studio fornisce, Kato (2016), suggerisce l'utilizzo di un sistema diagnostico a tre livelli: *possibile, probabile e certo*. Tale sistema si propone come uno strumento innovativo in grado di rendere la diagnosi comprensibile anche a psichiatri meno esperti di questa sindrome. Il primo livello (*possibile*) corrisponde a “*diagnosi basata su informazioni fornite dal paziente*”⁶; il secondo (*probabile*) basa la diagnosi su “*informazioni fornite dal paziente e altre fonti*”⁷; il terzo (*certo*), invece, si basa su “*informazioni prese da paziente e altre fonti e la successiva esame completa durante l'ospedalizzazione*”⁸. Questa metodologia diagnostica basata su questi tre livelli, riprende quelle che sono le linee guida riguardanti la diagnosi di moltissime malattie fisiche. L'innovazione che porterebbe l'utilizzo di questo modello sta nella relativa definizione di interventi specifici per la terapia caratteristici di ogni livello così da poter differenziare gli individui affetti da depressione o che sono tendenti ad essa. Studi di questo tipo risultano funzionali ad una definizione diagnostica specifica che permetta di condividere delle pratiche tra professionisti in grado di rispondere prontamente a

⁶Kato T.A. et al (2016), “Multidimensional anatomy of ‘modern type depression’ in Japan: A proposal for a different diagnostic approach to depression beyond the DSM-5”, *Psychiatry and clinical neurosciences*, 70(1), pp. 7-23

⁷(ivi, 2016)

⁸(ivi, 2016)

questi fenomeni, individuando la terapia più adeguata da intraprendere a seconda del caso.

Anche gli ambienti di vita dell'individuo influenzano notevolmente l'evoluzione e la cronicizzazione di questo fenomeno ed è possibile osservare di come il ritiro non riguardi necessariamente una condizione psicopatologica individuale di partenza. La pluralità di situazioni, inoltre, che questo tipo di fenomeno porta con sé, denota la difficoltà di definire in senso stretto quelle che sono le sue caratteristiche peculiari anche se, in generale, è possibile definire quelli che sono i tratti caratteristici specifici che definiscono situazioni di ritiro sociale e che sono trasversali ad ogni individuo che vive tale condizione. La famiglia, la scuola e la società diventano cruciali nell'insorgenza di tali scelte da parte dell'individuo denotando il fenomeno come strettamente radicato all'interno del contesto socio culturale di appartenenza. I costrutti legati al genere di appartenenza e le nuove tecnologie, inoltre, offrono una visione ancora più ampia rispetto a quelle che possono essere le modalità attraverso cui la persona vive il ritiro e a cui è possibile associare tutta una serie di problematiche correlate entro cui intervenire e che, in alcuni casi, possono aggravare tale condizione.

2. Hikikomori e ambienti sociali

2.1 Fattori di rischio contestuali: il ruolo della società

Nel prendere in analisi gli elementi che contribuiscono all'emergere di questa condizione è necessario analizzare quelli che sono i fattori contestuali e tutte quelle che sono le caratteristiche proprie della società giapponese e italiana e dei relativi ambienti sociali.

Il Giappone è caratterizzato da una società collettivista in cui il bene del gruppo è messo in primo piano rispetto a quello individuale. Gli individui si percepiscono come parte integrante di un gruppo e di conseguenza le relazioni interpersonali diventano fondamentali. I bambini vengono educati a trovare la propria identità in relazione al gruppo e nell'età adulta è forte la necessità di stringere legami rilevanti con gruppi appartenenti al contesto familiare e lavorativo. Dal momento in cui la società è vista come un insieme, un tutto, risulta evidente come le pressioni sociali e i fenomeni di esclusione legati al gruppo dei pari risultino indispensabili non solo nella creazione di legami che portano l'individuo a sentirsi parte integrante di un gruppo e di una società ma soprattutto nella creazione della sua stessa identità. Risulta fin qui evidente come si possa ritrovare un primo elemento che, come già affrontato precedentemente, caratterizza le pressioni subite dall'individuo fin dalla prima infanzia.

Al contrario la società italiana è di tipo individualista e caratterizzata dal fatto che gli interessi personali abbiano una certa rilevanza nell'organizzazione sociale. L'individuo si percepisce come slegato dal gruppo e la creazione e il mantenimento di relazioni interpersonali sono finalizzate al soddisfacimento di interessi e/o vantaggi specifici. A differenza del Giappone, in Italia i bambini sono educati a perseguire i propri interessi personali e obiettivi senza necessariamente costruirsi la propria identità sulla base del gruppo di appartenenza e a percepirsi come entità autonome e slegate dai loro legami sociali. Questo fa sì che il conflitto non venga percepito come un elemento negativo e da scoraggiare ma anzi diviene

fondamentale nell'affermazione delle proprie idee sugli altri. La società italiana è caratterizzata dal fatto che l'affermazione individuale sia posta al primo piano rispetto a quella collettiva a differenza della società giapponese in cui la realizzazione personale è dipendente dalla collettività e dagli obiettivi comunitari che diventano gli stessi del singolo. Questo influenza fortemente il peso del giudizio percepito dai giapponesi e in relazione alla costruzione della propria identità risulta indispensabile percepire l'appartenenza a un gruppo con il quale, però, è difficile per l'individuo sviluppare un certo grado di autonomia ed espressione del proprio pensiero e della propria identità se in contrasto con quelle del gruppo. La soddisfazione personale è vissuta in relazione al gruppo ed è raggiunta solo nel momento in cui le proprie aspirazioni e idee vengono plasmate in relazione ad esso. L'educazione che viene impartita fin dai primi anni di età è data dal fatto che sia necessario reprimere la propria individualità in favore della collettività.

Se da un lato la società giapponese si basa sulla repressione dell'individualità e che la realizzazione personale sia finalizzata a mantenere un alto livello di performance che vada a vantaggio della comunità, dall'altro la società italiana è caratterizzata dal fatto che il ruolo sociale degli individui non influenzi affatto le relazioni e che la propria individualità sia percepita come un elemento necessario alla realizzazione del singolo a prescindere dalle relazioni e dal gruppo entro cui è inserito (Pierdominici, 2008). Nella società italiana, questo contraddistingue ogni contesto relazionale compreso quello familiare.

Negli ultimi anni la società italiana ha subito diversi cambiamenti determinati soprattutto dal progresso scientifico il quale ha portato profondi mutamenti delle prassi culturali e dei ritmi di vita sempre più frenetici che hanno dato vita a nuovi modi di vivere i contesti entro cui gli individui sono inseriti. Questo ha fatto sì che fin dai primi anni di vita le persone sono portate a rispettare una serie di regole imposte dall'ambiente sociale finalizzate a preservare il benessere dell'individuo.

I continui mutamenti che caratterizzano la società italiana pongono l'individuo a comprendere con difficoltà la società entro cui è inserito ma soprattutto a non ritrovare dei punti di riferimento stabili che gli permettano di adattarsi al contesto.

La società è diventata sempre più esigente verso i giovani a cui viene chiesto di realizzare nel minor tempo e nel miglior modo possibile le sempre più alte aspettative che però non sempre tengono in considerazione i desideri, le capacità e le possibilità dell'individuo. Questa condizione fa sì che l'individuo, data l'incertezza che l'ambiente continua a restituirgli, non riesca a sviluppare un proprio senso critico in grado di permettergli di compiere delle scelte senza necessariamente adattarsi alle aspettative della società o senza sentirsi rifiutati dal contesto entro cui è inserito se non in grado di soddisfare le richieste esterne. Questa sensazione di incertezza e disorientamento legata alle esigenze di realizzazione che la società esercita nei giovani, fa emergere nei giovani

In Giappone, invece, è lo status sociale che viene utilizzato come definizione della persona stessa la quale si identifica attraverso di esso anche all'interno dello stesso nucleo familiare. I termini attraverso cui la società giapponese definisce gli individui e attraverso cui gli individui stessi si definiscono sono *“un esempio della forza propria del linguaggio impregnato di significato, di ruoli sottintesi, di tendenze emotive molto precise che ne perderebbero la forza culturale e valenza simbolica se fossero sostituiti da un anonimo nome proprio di persona”*⁹. Il proprio status diviene anche il grado di rispetto che gli altri devono necessariamente restituire all'individuo all'interno di ogni contesto. Questo elemento sottolinea ancora una volta come il processo di categorizzazione in Giappone sia molto forte e di come l'individuo si identifichi all'interno di una specifica categoria valida in ogni situazione. Questi elementi, che caratterizzano due società e culture profondamente diverse, portano con sé l'emergere di situazioni di inadeguatezza e pressioni legate alla realizzazione personale e di aspettative che in alcuni casi

⁹Ricci C., Hikikomori: adolescenti in volontaria reclusione, Milano, Franco Angeli, 2008, pp.35

diventa così impossibilitante da portare l'individuo a preferire il ritiro dalla società stessa.

La struttura della comunità giapponese influenzata dai legami interpersonali e dalla forte categorizzazione sociale porta a impedire ad alcuni soggetti di riuscire a conformarsi alle richieste e di conseguenza ad isolarsi dai loro contesti di vita sociale. Questo perché pur sentendo la necessità di voler far parte della società e di identificarsi all'interno di una determinata categoria sociale che gli permetterebbe di restituire la loro identità agli altri, non riescono a trovare una modalità adeguata che gli permetta di trovare una dimensione attraverso cui esprimere la propria individualità. Questo perché nella società giapponese la volontà di esprimersi come individui è in netta contrapposizione con le continue richieste sociali di adattamento e omologazione rispetto al contesto e al gruppo di riferimento. L'individuo che non sente di riuscire ad avere le capacità o le caratteristiche per sentirsi accolto all'interno di un gruppo, decide di isolarsi perché non riconosce nella sua diversità un punto di forza quanto più una situazione che non gli permetterebbe di essere riconosciuto dal gruppo e da cui verrebbe automaticamente escluso.

Nella società italiana, invece, questo si traduce in una forte pressione legata alle aspettative indotte dall'esterno e che potrebbero far emergere nel giovane un forte senso di disorientamento e insicurezza laddove tali aspettative non vengano realizzate. Questo porterebbe l'individuo a non riuscire a gestire le emozioni negative che ne deriverebbero consolidando la convinzione di non essere in grado di sentirsi accolto e accettato all'interno dei propri ambienti sociali portandolo a prendere la scelta di ritirarsi da quei contesti che gli restituiscono queste sensazioni. Questa scelta diviene per il soggetto l'unica possibilità per giustificare la sensazione di inadeguatezza e impotenza che il contesto gli restituirebbe e che non gli permetterebbe di trovare una sua collocazione effettiva all'interno della società stessa. Nonostante tutti questi elementi sottolineino le profonde differenze

culturali presenti in questi paesi, possiamo ritrovare in entrambi quelli che sono alcuni elementi che favorirebbero l'emergere di questa condizione di autoreclusione da parte degli individui. In entrambi i casi ci si riferisce a persone che pur volendo far parte della società si convincono di non avere quelle caratteristiche necessarie a soddisfare le richieste provenienti dall'esterno e che divengono fondamentali nella costruzione di un'identità che non trova riscontro con l'esterno.

Gli elementi che risultano trasversali a questo tipo di società e che accomunano i paesi economicamente sviluppati sono legati alla cultura legata all'immagine e che diviene centrale nel condurre le nostre vite. I social network, in questo senso, hanno trasformato questa competizione spostandola su scala mondiale e questo ha fatto sì che le pressioni sociali risultino ancora più soffocanti per questi individui. Le fonti di pressione risultano pressoché infinite e percepite in maniera diversa da soggetto a soggetto. Come riportato da Crepaldi e Bagnato (2019; 2017), le modalità di manifestazione del fenomeno sono differenti soprattutto in relazione al contesto socio-culturale di appartenenza e dove possiamo ritrovare delle prime differenze all'interno della società italiana e giapponese. Se da un lato possiamo riscontrare degli elementi simili tra Giappone e Italia come il calo delle nascite e l'aumento dei figli unici, dall'altro vi sono degli elementi specifici che caratterizzano in particolare il contesto italiano come l'alto tasso di disoccupazione giovanile causato dalla difficoltà di accesso al mondo del lavoro e che generano incertezza e negatività rispetto alle aspettative future e al conseguente abbandono dei contesti che non permetterebbero la piena realizzazione dei giovani.

Un elemento che risulta essere trasversale e che prescinde le caratteristiche culturali di ogni paese è senza dubbio la paura del giudizio legata al fallimento. La società moderna educa i propri giovani ad avere una visione negativa rispetto agli insuccessi e questo genera alti livelli di ansia negli individui soprattutto in

relazione alle aspettative altrui. Crepaldi riporta come il profilo di un Hikikomori sia spesso caratterizzato dalla percezione identitaria che l'individuo ha e che si è costruito in relazione ai feedback ricevuti durante la crescita. Laddove la realtà non restituisse la stessa immagine del proprio Io ideale provocherebbe nell'individuo una fortissima pressione di realizzazione di quell'immaginario idealizzato e attraverso cui egli si identifica. Come noi ci percepiamo è il prodotto di quello che gli altri ci restituiscono e su cui noi costruiamo la nostra identità e che Cooley (1902) definisce "l'io riflesso". Le interazioni sociali, definendoci come individui, determinando anche il grado di pressione di realizzazione che sentiamo provenire dall'esterno e che in alcuni casi si trasforma in paura di non riuscire a sentirsi all'altezza delle richieste. Questa mancata soddisfazione delle richieste esterne fa emergere anche un senso di vergogna che porta l'Hikikomori ad evitare tutte quelle situazioni di confronto sociale verso un gruppo ritenuto rilevante. Il giudizio, che diventa caratteristica primaria delle società moderne, assume un ruolo centrale nell' Hikikomori e si interseca a sentimenti di paura e vergogna.

La società moderna fa sì che la percezione di tempo ed errore risultino distorte e percepite come elementi di forte pressione da parte dell'individuo. Questo perché nel ritiro, che risulta essere per questi individui l'unica soluzione per sfuggire alle pressioni percepite dall'esterno, ci si ritrova a vivere comunque una situazione di inadeguatezza e che si associa al concetto di "tempo perso". Come afferma Crepaldi (2019) *"la società non è un concetto astratto, ma un sistema che ognuno di noi contribuisce, nel suo piccolo, a plasmare. [...] Dobbiamo allora provare a ridefinire culturalmente e socialmente concetti come "tempo perso" e "fallimento", oggi utilizzati con un'accezione negativa, insegnando alle nuove generazioni come non ci sia nulla di male nel fallire, nel prendersi una pausa o nel rimanere indietro"*.¹⁰

A questi elementi è possibile affiancare un altro fattore che riguarda la ricerca ossessiva della perfezione e si ricollega all'importanza dell'immagine pubblica e alla sempre più crescente competizione sociale che caratterizza le società moderne.

10 Crepaldi M., "Hikikomori. I giovani che non escono di casa", Roma, Alpes Italia srl, 2019, pp. 43.

Curran e Hill, nel 2017, hanno condotto una ricerca che sottolinea come dagli anni '80 in poi i giovani percepissero come sempre più pressanti nei loro confronti le esigenze derivanti dagli altri e di come da questo elemento si possa ritrovare una forte correlazione tra perfezionismo e disturbi d'ansia associato ad altri disturbi quali depressione, eccessiva autocritica e autolesionismo. Elementi come la competizione sociale e la relativa tendenza a rispecchiare un modello ideale di perfezione fanno sì che nell'Hikikomori venga vissuto come una fortissima fonte di stress che porterebbe il ragazzo ad evitare tutte quelle situazioni in cui sarebbe obbligato a condividere con gli altri le difficoltà a mantenere uno standard elevatissimo e autoimposto da cui non si permette di scendere. Il non raggiungimento di questo livello di prestazione autoimposto porterebbe l'individuo a vivere ogni altro traguardo come un fallimento portando, in alcuni casi, a una rinuncia totale all'agire e a vivere ogni azione come difficile se non impossibile. E' nostro dovere agire affinché la competizione sociale e gli elevati livelli di performance vengano ridimensionati al fine di favorire degli ambienti entro cui l'individuo possa provare trovare una sua dimensione senza necessariamente dover raggiungere obiettivi che potrebbero non rispecchiare i suoi desideri e le sue capacità ed evitando così quella sensazione di frustrazione attraverso cui viene vissuto il presente ma soprattutto il futuro.

E' possibile ritrovare alcuni degli elementi riconducibili alla società e al fenomeno giapponese degli Hikikomori anche in Italia e, più in generale, a tutte le società economicamente sviluppate e che presentano elementi di somiglianza rispetto a questo fenomeno. Altri fattori di rischio contestuali e che contribuiscono all'insorgere di tale condizione riguardano sicuramente l'ambiente familiare di appartenenza e ai diversi elementi che lo caratterizzano anche in relazione al contesto culturale entro cui è inserito.

2.2 Fattori di rischio contestuali: il ruolo della famiglia

In questa sede, si vogliono rintracciare differenze e similitudini del modello familiare giapponese e italiano, ma più in generale quelle che sono le caratteristiche che influiscono nell'insorgenza di questo fenomeno in relazione alla famiglia e alle dinamiche interne al suddetto contesto.

Tradizionalmente la famiglia giapponese era una famiglia di stampo patriarcale la quale si basava su un sistema definito *ie*, ovvero l'unità familiare, composta da marito, moglie, figli e parenti del marito. Essendo questo tipo di famiglia fondata su sistema patriarcale il capofamiglia era impersonificato dal padre che imponeva la sua volontà a tutti gli altri membri di cui era composto il nucleo (Farrah Fowler, 2015). Al primogenito spetta l'eredità e di conseguenza il fatto di prendere il ruolo del padre in seguito alla sua dipartita. La società giapponese è una società collettivista in cui l'individuo costruisce la propria identità sulla base della comunità di appartenenza, condividendone obiettivi e aspirazioni a discapito di quelle individuali. Tale modello è possibile ritrovarlo anche all'interno del concetto di *ie* che vede il coinvolgimento di tutti i parenti all'interno del processo decisionale riguardanti le questioni familiari. (Farrah Fowler, 2015). Questo perché le azioni del singolo, anche all'interno del nucleo familiare giapponese, influenzano l'immagine collettiva dell'intera famiglia. Dopo la Seconda guerra mondiale la società giapponese subisce diversi mutamenti che influenzarono anche il modello familiare a cui le nuove generazioni aspiravano e che vedeva nella famiglia nucleare occidentale un modello più aperto alle parità di ruoli interni alla famiglia soprattutto per quanto riguardava l'aspetto decisionale.

Nonostante i cambiamenti avvenuti all'interno della società giapponese nel dopoguerra abbiano portato a rivedere molti degli aspetti che caratterizzano la famiglia di stampo patriarcale tradizionale, alcuni sono rimasti immutati come ad esempio l'idea secondo cui il primogenito dovesse necessariamente succedere al padre e a cui venivano affidate tutte le speranze di realizzazione esercitate dalla

famiglia e la suddivisione dei ruoli genitoriali in base al genere . A questo si lega il fatto che la demolizione del concetto di *ie* ha portato ad attuare quelle stesse dinamiche all'interno del proprio ambiente lavorativo determinandone la dedizione più assoluta da parte degli uomini giapponesi. Questo ci riconduce all'immaginario classico che associa la figura dell'uomo giapponese a quella di un lavoratore instancabile, stacanovista e che di conseguenza preferisce investire gran parte del suo tempo nell'attività lavorativa anziché con i figli. Di contro la moglie è colei che amministra e ha la gestione completa della casa e della cura dei figli e, inoltre, delle relazioni sociali (Ricci, 2008). Questi elementi fanno sì che il rapporto madre-figlio diventi un legame simbiotico e di dipendenza disfunzionale e di contro che il rapporto padre-figlio sia quasi totalmente inesistente.

Parallelamente anche la famiglia italiana nel Secondo dopoguerra ha subito diversi cambiamenti a causa del progresso economico, sociale e tecnologico che hanno favorito il passaggio da una famiglia patriarcale allargata a quella di stampo nucleare. La famiglia tradizionale italiana di stampo patriarcale, era caratterizzata dal fatto che fosse composta da genitori, figli e nipoti e che l'autorità fosse rappresentata dal *pater familias* che, come nella famiglia tradizionale giapponese, era detentore dei valori e dell'educazione dei figli su cui esercitava la sua assoluta autorità. Successivamente ai cambiamenti avvenuti con la società industriale, la struttura familiare italiana a stampo patriarcale subisce una trasformazione aprendosi a un modello di famiglia nucleare che vede il suo nucleo composto da genitori e figli spesso inoccupati o non sposati (Bagnato 2017).

Come già descritto in precedenza la società italiana, e di conseguenza anche il suo sistema familiare, e l'evoluzione che ha portato a rivedere e ricostruire i suoi modelli di riferimento hanno portato come conseguenza ad una rapida perdita di punti di riferimento stabili che potessero aiutare le nuove generazioni a non fare in modo che l'insicurezza diventasse l'unica certezza riscontrata nella società. Questo ha fatto sì che in qualche modo la società stessa richiedesse ai suoi componenti di

accogliere le continue trasformazioni adattandosi di volta in volta a ciò che gli veniva presentato cercando di adattarsi perfettamente al modello proposto. Gli stessi ambienti familiari hanno cercato di adeguare le richieste verso i figli ad un sistema sociale sempre più pressante e conflittuale ma che parallelamente non forniva delle certezze concrete e degli strumenti adeguati che aiutassero i giovani ad una propria realizzazione stabile e alla conseguente autonomia e indipendenza dalla famiglia.

Le famiglie, in alcuni casi, avanzano richieste ai figli basandosi su modelli di riferimento non più realizzabili nel contesto attuale, a un loro inserimento autonomo nella società e a un' immediata realizzazione personale e professionale e in altri casi, invece, mettendo in atto meccanismi di protezione eccessiva verso ogni tipo di cambiamento inficiando la loro autonomia e rendendoli incapaci di trovare delle strategie per affrontare le situazioni più complesse e che richiedono un certo livello di problem solving. L'incertezza verso il futuro e i continui fallimenti a cui i giovani potrebbero andare incontro favorirebbero tutti quei sentimenti di inadeguatezza e paura che non permetterebbe loro di individuare le strategie più adeguate a risolvere le situazioni complesse e problematiche che gli si potrebbero presentare portandoli a instaurare legami di attaccamento eccessivo all'ambiente familiare e alle relative figure di riferimento (Bagnato,2017).

Questa forma di dipendenza al contesto familiare da parte del figlio, in Giappone, si manifesta attraverso l'attaccamento simbiotico dello stesso nei confronti della figura materna che, nella cultura giapponese, si crea fin dai primi mesi di vita ed è determinata da aspetti culturali che vedono la madre come una figura assolutamente devota al figlio attraverso cui esercita un comportamento iperprotettivo e che lo porta a maturare un sentimento di obbligo nei suoi confronti in relazione ai continui sacrifici che sente di dover in qualche forma ripagare (Doi, 1991). La devozione più assoluta della madre è generalmente caratterizzata da una costante preoccupazione rispetto alle sorti del figlio

arrivando a gestire l'intera vita di quest'ultimo e sostituendosi a lui nelle decisioni ed evitandogli qualsiasi forma di frustrazione. Queste azioni fanno sì che fin da bambini si maturi la tendenza ad evitare ogni tipo di difficoltà e situazione che possa in qualche modo fargli provare questa sensazione. (*ibidem*.1991)

Al rapporto quasi simbiotico con la figura della madre, è associata la quasi mancanza della figura paterna nel contesto familiare portando progressivamente ad uno squilibrio dei ruoli al suo interno. Questo elemento porterà a facilitare la propensione a sviluppare un rapporto di assoluta dipendenza che in Giappone è definito *amae*. Questo termine viene descritto come *“uno stato emotivo e psicologico che il neonato sperimenta quando comincia a diversificare se stesso dalla madre, ma contemporaneamente avverte la sua vicinanza come vitale per la propria sopravvivenza”*¹¹ e che in Giappone si protrae anche in età adulta a causa di fattori culturali per cui alla persona è chiesto di accomodare le attese dell'altro come forma di rispetto e benevolenza. Questo stato emotivo che viene perpetuato nel rapporto madre-figlio è ritenuto da alcuni autori una delle principali cause dell'Hikikomori e che può dar vita a quei comportamenti disfunzionali che nel ritiro sociale si manifestano, in alcuni casi, con comportamenti violenti indirizzati soprattutto alla figura materna che viene vissuta come fonte di pressione e causa dell'incapacità del figlio nel riuscire a condurre la propria vita in maniera indipendente e autonoma. Questo termine risulta avere una grande importanza in Giappone e secondo Takeo Doi, che per primo ha utilizzato questo termine nel 1973, ci troveremmo davanti a un sentimento esclusivamente giapponese che non trova una sua traduzione nelle lingue occidentali. Come riportato anche da Crepaldi *“l'amae esprime sostanzialmente una relazione nella quale il figlio approfitta egoisticamente delle cure del genitore poiché consapevole del fatto che il proprio status glielo consente: a prescindere dal proprio comportamento si aspetta condiscendenza”*¹². Questo stato di accudimento e dipendenza verso la figura

11Bagnato K., L' Hikikomori: un fenomeno di autoreclusione giovanile, Roma, Carrocci Editore, 2017, pp. 26

12Crepaldi M., “Hikikomori. I giovani che non escono di casa”, Roma, Alpes Italia srl, 2019, pp. 55-56

genitoriale anche in età adulta, però, porta con sé il fatto di sviluppare da un lato sentimenti contrastanti verso la figura materna e dall'altra diviene elemento di ostacolo nel processo di crescita e di limitazione nella costruzione della propria identità che non permette al figlio di avere gli strumenti necessari ad affrontare le varie tappe evolutive e in particolare di saper affrontare il periodo dell'adolescenza (Kato et al.,2016). Come riportato anche da Saito (1998) risulta evidente come vi sia una stretta correlazione tra soggetti hikikomori e attaccamento materno e di come questo favorisca l'insorgenza di manifestazioni violente da parte degli stessi nei confronti di questa figura.

Come per le dinamiche di attaccamento e protezione messe in atto all'interno del modello familiare italiano, è possibile trovare dei primi elementi che influenzano la capacità di instaurare delle relazioni interpersonali adeguate, lo sviluppo dell'autostima e di un certo grado di autonomia personale e più in generale di come questi elementi compromettano uno sviluppo psico-sociale dell'individuo adeguato al futuro inserimento nella società. Secondo Bagnato (2017) questa forma di protezione *“può generare un senso di maggiore fragilità psichica resa tale da una forma di orgoglio e narcisismo che è stato alimentato, anche se involontariamente dalla famiglia stessa”*¹³. A questo è associato il fatto che, di conseguenza, non vengano forniti ai figli degli strumenti adeguati ad affrontare le diverse situazioni e le difficoltà della vita portandoli a sperimentare maggiori insuccessi che porteranno inevitabilmente a sperimentare sensazioni di inadeguatezza e paura verso le richieste provenienti dell'esterno e al conseguente isolamento come unica soluzione a ciò che vivono.

Nell'indagare le caratteristiche delle figure genitoriali che favoriscono l'insorgenza del fenomeno Hikikomori, è possibile osservare come da un lato il contesto culturale anche qui sia determinante nel processo di educazione e stile di attaccamento genitore-figlio e dall'altro come la presenza eccessiva o l'assenza

¹³Bagnato K., L' Hikikomori: un fenomeno di autoreclusione giovanile, Roma, Carrocci Editore, 2017, pp. 55

assoluta del genitore favoriscano la realizzazione di forme di dipendenza psicologica e sofferenza tali da generare sentimenti di sfiducia in sé stessi e dipendenza dagli altrui giudizi che diventano centrali nelle scelte di vita della persona.

Nel ritrovare un elemento che accomuna gli Hikikomori italiani e giapponesi in relazione ai loro ambienti familiari è possibile ritrovarlo in questa forma di protezione eccessiva che i genitori (e in particolare la figura materna) esercitano sui figli e che non fornirebbe loro la possibilità di costruire la propria persona in maniera adeguata in relazione alle richieste che si troveranno a dover affrontare e agli ambienti di vita sempre più complessi che richiedono sempre di più agli individui di trovare delle strategie adeguate ad affrontarle. Questi elementi diventano centrali nel futuro inserimento di queste persone all'interno di contesti come quello scolastico che favorirebbero l'emergere di stati d'ansia e paura verso gli stessi e il conseguente abbandono e ritiro al fine di non provare tali sensazioni.

2.3 Fattori di rischio contestuali: il ruolo della scuola

Il contesto scolastico ha un ruolo di grande rilevanza nell'insorgere della condizione di Hikikomori soprattutto perché è il primo luogo di sperimentazione sociale in relazione a una collettività che è rappresentata dalla classe. Inoltre la scuola è deputata alla formazione educativa globale della persona sia in termini di competenze sia per quanto concerne l'aspetto sociale e personale che riguarda le attitudini, i valori, la percezione del sé e delle relazioni (Bagnato 2008).

La richiesta della scuola è non solo quella di avere buoni profitti nelle materie che permetteranno all'allievo di acquisire una serie di competenze didattiche, professionali e nozionistiche ma anche di essere ma anche di essere in grado di stabilire relazioni adeguate con compagni e insegnanti e che divengono indicatori valutabili a soddisfare il livello di adattamento dell'alunno all'interno del suddetto contesto. La stessa predisposizione alla socialità, le capacità relazionali e

l'adattamento al contesto divengono parametri di valutazione che portano inevitabilmente a un processo di etichettamento e categorizzazione sulla base di caratteristiche personali. Questo, associato a una standardizzazione dei livelli di apprendimento imposti dalla scuola, è spesso motivo di fallimento per alcuni ragazzi che si ritrovano a non riuscire a soddisfare tali richieste. L'insuccesso scolastico si trasforma così in un fattore determinante nello sviluppo di comportamenti sociali disfunzionali e alla successiva fobia scolare che porta al relativo abbandono. Queste difficoltà e i relativi comportamenti manifesti associati a frustrazione, disagio e malumori sono alcuni dei primi segnali da tenere in considerazione riconducibili a un malessere che può trasformarsi in un graduale abbandono di tutto quello che riguarda la scuola. La scuola Giapponese, perlopiù, richiede un altissimo livello di performance che definirà le sorti lavorative dello studente e la mole di studio richiesta e i continui esami di valutazione impongono agli studenti un costante impegno nello studio ma soprattutto nel divieto di commettere trasgressioni che saranno riportate nel curriculum dello studente e a loro volta definiranno la loro persona nel mondo del lavoro (De Palma, 2003). E' facile intuire come questo modello scolastico favorisca l'insorgere di stati d'ansia e pressioni notevoli che i giovani si trovano a vivere fin dall'infanzia e che, se sprovvisti di una buona rete familiare e sociale e di strumenti adatti a trovare delle strategie per affrontare tale situazione, provocheranno inevitabilmente l'insorgere di situazioni di ritiro sociale come unica possibilità per non vivere tale condizione.

I frequenti episodi di fallimento e insuccesso sono determinanti anche nella motivazione a continuare questi percorsi e nella fiducia rispetto alle proprie capacità, portando il ragazzo a provare disprezzo verso di sé, a un conseguente peggioramento delle prestazioni e alla graduale rinuncia e il conseguente abbandono scolastico (Li, Wong, 2015). In questo senso il rifiuto scolastico diviene il primo elemento da considerare in relazione al ritiro sociale e alla sua evoluzione in isolamento e al ritiro in Hikikomori.

Le cause che contribuiscono a questa scelta possono variare a seconda del diretto interessato e delle esperienze subite nell'arco della sua crescita ma in particolare nel periodo dell'adolescenza. Il bullismo, per esempio, è uno dei fattori di rischio principali per quanto riguarda gli Hikikomori. Questo fenomeno riguarda tutti quegli atti violenti e intenzionali perpetuati da un singolo o da un gruppo nei confronti di un altro soggetto e che prevedono intenzionalità, persistenza e interazione asimmetrica. In Giappone questo fenomeno è strettamente correlato al sistema scolastico in quanto quello che viene definito come *ijime*, letteralmente bullismo, è considerato come un'etichetta che definisce chi lo subisce, sottintendendo il fallimento della persona nella società (Ricci, 2011). Questo perché le scarse abilità scolastiche e sociali di un ragazzo divengono motivo per mettere in atto tali abusi escludendolo dal gruppo. Ovviamente il bullismo è un elemento presente in tutte le società ma in Giappone assume un peso che riguarda direttamente la struttura della società stessa e, ancora una volta, come l'individuo costruisce la sua identità in relazione al gruppo (*ibid.*, 2011). Venire esclusi diviene motivo per costruirsi un'idea di sé che coincide con la percezione di inutilità e fallimento e la quale può portare a credere che la propria esistenza non valga la pena di essere vissuta. La struttura scolastica giapponese che affonda le sue radici sulla competitività tra gli studenti e che è inserita in un contesto di tipo collettivista che spinge all'omologazione del singolo, può portare a conseguenze psicologiche rilevanti se associate ad episodi di derisione e bullismo perché porterebbero il ragazzo ad un rifiuto verso la scuola e al successivo isolamento per non dover affrontare le difficoltà (*ibid.*, 2011).

In Italia, invece, il bullismo assume vesti differenti date anche dal tipo di cultura di carattere individualista caratterizza il nostro Paese. Nonostante questa sia la caratteristica prevalente della nostra società, l'esigenza di appartenere ad un gruppo e sentirsi accettato è un elemento centrale nello sviluppo della nostra stessa identità soprattutto durante il periodo della preadolescenza e adolescenza. Secondo l'indagine conoscitiva su bullismo e cyber bullismo condotta dall' ISTAT

per l'anno 2019 più del 50% degli intervistati dichiara di essere stato vittima di episodi offensivi, irrispettosi e/o violenti¹⁴. Questo dato ci fornisce un'indicazione su quanto il fenomeno sia largamente diffuso non solo all'interno del contesto scolastico ma anche utilizzando mezzi di comunicazione, Social Network, trasformandolo in un fenomeno virtuale che supera le mura scolastiche o di luoghi fisici. Questo fenomeno, se rapportato agli Hikikomori, tende a sviluppare ancora di più una visione negativa e cinica della società e dei contesti entro cui è inserito supportando l'idea secondo cui non valga la pena far parte di una società che non solo non accoglie ma in cui non ci si possa rispecchiare. Questo elemento fa sì che gli Hikikomori facciano ancora più fatica a trovare dei punti di incontro con i propri coetanei e di interesse nel creare un contatto o un legame con essi perché percepiti come troppo diversi (Crepaldi, 2019). Contesti escludenti e ostili diventano luoghi in cui alimentare la già insita pulsione all'isolamento di queste persone che troveranno in questi episodi un motivo scatenante che li porterà al loro ritiro. E' importante sottolineare come il ritiro sociale non abbia un'origine traumatica ma sia un percorso graduale verso questo tipo di scelta che viene supportata dagli episodi che si presentano nella vita di tutti i giorni e che non permettono a queste persone di trovare una dimensione adeguata entro cui inserirsi e sentendosi accettati.

Una figura rilevante nel processo di scelta rispetto al ritiro sociale è quella dell'insegnante che, in queste situazioni, può essere percepito come poco tutelante nei confronti della vittima che non ritrova nella figura adulta un elemento di protezione e comprensione rispetto alla sua condizione. Questa figura, tra gli Hikikomori, spesso è vista come una delle cause che contribuiscono al loro ritiro perché la scarsa empatia dimostrata dalla figura adulta di riferimento viene percepita come inaccettabile e questo, associato alla perdita di motivazione, diventa la goccia che lascia cadere ogni resistenza nei confronti di questa pulsione all'isolamento che il ragazzo ha già iniziato a provare. E' facile osservare come,

¹⁴Fonte: Indagine ISTAT su bullismo e cyber bullismo anno 2019:
<https://www.istat.it/it/files//2019/03/Istat-Audizione-27-marzo-2019.pdf>

questa figura, debba conoscere gli strumenti più adeguati da mettere in campo affinché si possano prevenire situazioni di disagio tali e per cui essere percepiti come causa di questo malessere.

Alla figura dell'insegnante e alla sua rilevanza nel processo del ritiro sociale, assumono una certa rilevanza anche i processi educativi legati all'apprendimento e, in particolare, alle prove di valutazione basate su modelli standardizzati e, in alcuni casi, a modalità didattiche che risultano essere poco accattivanti e stimolanti. La standardizzazione di tali modelli ha portato una progressiva perdita di tutte quelle che sono le predisposizioni personali che giocano un ruolo fondamentale anche all'interno dei processi di apprendimento e che rendono gli studenti protagonisti del loro percorso formativo.

La scuola, adeguandosi a quelle che sono le dinamiche insite nella nostra società, ha fatto sì che l'apprendimento risultasse finalizzato all'acquisizione meccanicistica di contenuti che non favorisse lo sviluppo di un pensiero critico in relazione a tutto quello che viene insegnato, privilegiando lo studio mnemonico dei contenuti e alla relativa perdita di senso verso ciò che si sta studiando. Questa perdita di senso è una delle principali cause che porta a non trovare più alcun interesse o stimolo verso ciò che la scuola offre e a sviluppare negli studenti un senso di inadeguatezza e motivazione verso di essa.

Il fatto poi che le materie e i percorsi di studio siano considerate sulla base della propria utilità e spendibilità nel mondo del lavoro e non sulla predisposizione data dalla pluralità di talenti e interessi degli individui, hanno fatto sì che le scelte rispetto a questi percorsi si basassero su presupposti sbagliati. Questo elemento ha generato sempre di più sentimenti di frustrazione e inadeguatezza da parte degli studenti che si percepiscono poco adeguati a proseguire gli studi e il conseguente abbandono di questi contesti. L'abbandono scolastico è uno dei fenomeni più diffusi in Italia e che viene confermato dai dati ISTAT sulla dispersione scolastica affermando che *“In Italia, nel 2020 la quota di ELET è stimata al 13,1%, pari a 543*

mila giovani, in leggero calo rispetto all'anno precedente. Nonostante l'Italia abbia registrato notevoli progressi sul fronte degli abbandoni scolastici, la quota di ELET resta tra le più alte dell'Ue.”¹⁵

I mutamenti sociali che hanno modificato le strutture familiari, scolastiche e comunitarie, tipiche del contesto giapponese e italiano, hanno contribuito notevolmente alla nascita di fenomeni come quelli degli Hikikomori e più in generale a quelli del ritiro sociale tra i giovani. Conseguenza di questa scelta risulta essere il fatto di vivere in contesti sempre più incerti e che non valorizzano le caratteristiche personali e le attitudini del singolo e che, trasformandosi gradualmente in ambienti che scoraggiano l'unicità e le predisposizioni personali, favoriscono modelli di omologazione che puntano a inserire la persona all'interno di categorie prestabilite e subito identificabili che siano utili ai fini della produttività. Questi elementi, negli Hikikomori, si trasformano in una stretta correlazione tra abbandono scolastico e reclusione volontaria. Le pressioni sociali impartite dal contesto familiare e di comunità fanno sì che nell'individuo insorgano condizioni di ansia, giudizio e frustrazione che favorendo situazioni di inadeguatezza e fallimento tali da non permettergli di riuscire a sopportare le richieste impartite dall'esterno, lo porteranno a scegliere di ritirarsi da tutte quelle fonti che gli provocano tali sensazioni.

¹⁵Fonte: Dati ISTAT Ciclo di audizioni sul tema della dispersione scolastica 2021:
https://www.istat.it/it/files/2021/07/Istat-Audizione-Dispersione-scolastica_18-giugno-2021.pdf

3. Strategie di prevenzione e intervento

3.1 Strategie di prevenzione e intervento in ambito familiare

E' stato osservato come il fenomeno degli Hikikomori e del ritiro sociale siano un fenomeno di carattere multidimensionale che prevede l'interazione di diversi fattori che influiscono nello sviluppo di questa condizione. Gli ambienti sociali dell'individuo, influenzati dalle pressioni messe in atto dalla società, hanno come risultato quello di far sì che il soggetto si senta inadeguato nel rispondere alle richieste esterne portandolo a considerare il ritiro come unica soluzione al giudizio altrui. Alla luce di questi elementi, è possibile affermare che qualsiasi tipo di intervento che miri a rispondere a questo tipo di fenomeno, debba necessariamente costituirsi a sua volta come un intervento di carattere multidimensionale e che non si limiti a lavorare solo sulla persona ma anche sui contesti entro cui è inserito. Obiettivo di tali interventi dovrebbe essere quello di far comunicare questi ambienti affinché si creino i presupposti con cui aiutare la persona ad uscire dalla condizione di ritiro.

Anche in questo caso, è possibile riscontrare delle differenze rispetto alle pratiche e ai modelli di intervento tra Italia e Giappone dato dal fatto che, trattandosi di un fenomeno molto recente per il nostro Paese, solo negli ultimi anni si stanno intraprendendo dei percorsi che mirino all'autodeterminazione di questi individui. In Italia si sta ancora cercando di capire il fenomeno nella sua complessità e non esistono dei modelli e delle linee guida condivise di intervento a livello nazionale ma si possono trovare delle buone pratiche di intervento che alcune realtà attuano. Determinante è il ruolo delle due agenzie educative principali, ovvero famiglia e scuola, le quali devono essere in grado di educare i ragazzi affinché abbiano delle competenze a livello sociale che gli permettano di sviluppare tutta una serie di abilità emotive, cognitive e sociali tali da inserirsi senza difficoltà all'interno dei loro ambienti di socializzazione.

Come sostenuto da Bagnato (2017), lo sguardo attraverso cui questi interventi dovrebbero essere sviluppati è quello della pedagogia in quanto “ è un’opera che segue il processo di sviluppo della persona nella sua totalità e nei suoi slanci, nelle sue interazioni con l’ambiente, e che consente di raggiungere importanti coerenze di ordine sociale [...]. La Pedagogia, affermando l’idea dell’educabilità di ogni individuo, ha il compito di rispondere al vasto panorama dei bisogni educativi della persona, di comprendere i processi individuali nella loro globalità e specificità, e di aiutare il soggetto a ritrovare il proprio equilibrio. Ciò perché educare significa favorire la crescita di ogni individuo e garantirgli l’inserimento attivo nella società”¹⁶.

Da questa descrizione sull’importanza della pedagogia nell’educazione dell’individuo, è possibile fornire una prima chiave di lettura attraverso cui mettere in atto degli interventi che mirino all’autodeterminazione della persona ma soprattutto che prendano in considerazione tutti quegli elementi che concorrono a far insorgere situazioni di disagio e a creare ambienti sfavorevoli alla crescita positiva delle persone.

3.1.1 Stili genitoriali

La famiglia è uno dei primi ambienti a favorire l’emergere della condizione di Hikikomori o di ritiro sociale nei figli, in quanto primo luogo di sviluppo delle abilità cognitive, emotive e sociali che la persona apprende fin dalla nascita. I genitori sono determinanti nella formazione della personalità dei figli in quanto sono investiti per primi del ruolo di figure educative. Essi forniscono al bambino tutta una serie di strumenti, abilità, valori, punti di riferimento e significati che successivamente il figlio porterà con sé durante la crescita e con cui approccerà il mondo una volta fuori dal contesto familiare. Tutto ciò che comprende l’aspetto comportamentale e valoriale, i figli, lo apprendono per imitazione da ciò che osservano e vivono tra le mura domestiche derivandone la successiva costruzione identitaria e la formazione della propria autostima. La costruzione dell’autostima è

¹⁶Bagnato K., L’ Hikikomori: un fenomeno di autoreclusione giovanile, Roma, Carrocci Editore, 2017, pp. 68

il prodotto tra l'importanza che il figlio percepisce da parte dei genitori e la coerenza nell'acquisizione di una serie di significati rispetto al mondo che gli viene fornita dagli stessi. E' fondamentale, che le figure genitoriali accompagnino i figli nel loro percorso di crescita rimanendo coerenti con il tipo di educazione e guida che vogliono mettere in pratica. Questo permetterà al figlio uno sviluppo quanto meno armonioso rispetto alla personalità che formeranno durante la loro crescita (Bagnato, 2017).

Per fare questo, fondamentale, risulta essere lo stile genitoriale e la comunicazione messa in atto. Secondo Cicognani e Zani (2003), per stile genitoriale si intende la modalità abituale attraverso cui i genitori si rapportano ai figli e possono essere suddivisi prevalentemente in tre categorie:

1) autorevole: questa tipologia di genitori pur mantenendo alta l'attenzione verso i bisogni dei figli risultano essere anche severi, stabilendo degli standard di comportamento del figlio avanzando su di loro delle aspettative basate sulle sue effettive capacità, abilità e particolarità. Nel dare importanza all'autonomia del figlio si assumono le proprie responsabilità impartendo al contempo delle regole flessibili che non solo i figli sono tenuti a rispettare ma l'intero nucleo familiare. Il dialogo è aperto e predisposto a momenti di confronto in cui anche la voce del figlio viene ascoltata e cercando di trovare insieme una soluzione ai problemi. Questo stile genitoriale permetterebbe uno sviluppo ottimale dell'autonomia del ragazzo senza intaccare il legame emotivo con i genitori;

2) autoritario: le famiglie di stampo autoritario, invece, basano il tipo di educazione dei figli su punizioni, conformismo e obbedienza. Difficilmente la discussione è presa in considerazione soprattutto per quanto riguarda la negoziazione di regole o richieste impartite dai genitori. In questo modo l'autonomia del figlio è limitata perché interpretata come atto di ribellione nei loro confronti. Ciò ha ripercussioni sulle capacità dei figli di riuscire a prendere delle

decisioni in modo autonomo e di sentirsi responsabile laddove il loro
comportamento risultasse scorretto;

3) permissivo/indulgente: questa tipologia di genitori incentrano lo stile genitoriale sull'affettività, non imponendo regole e permettendo ai figli di agire come meglio credono perché vedono nel controllo qualcosa che possa minare al loro processo di crescita. I figli si trovano sforniti di regole e il genitore non pretendendo nulla dal figlio soddisfa ogni sua esigenza e lo consulta nelle scelte da prendere. Questo ambiente, percepito come imprevedibile dal figlio, avrà come conseguenza il fatto che successivamente cercherà altrove la coerenza non riscontrata nell'ambiente familiare in cui è cresciuto. In questo tipo di famiglie tutto è demandato al figlio perciò non esiste un dialogo, né negoziazione, né negazione.

Questa analisi permette di avere un quadro più chiaro su quale può essere uno stile genitoriale più adeguato alla formazione dei figli al fine di prevenire l'emergere di stati di insicurezza, ansia, inadeguatezza e paura che iniziano fin dall'infanzia e che divengono elemento chiave nelle situazioni di ritiro sociale. Lo stile genitoriale autorevole permetterebbe un adeguato sviluppo del soggetto creando un giusto compromesso tra fermezza e autonomia in quanto le azioni messe in atto permetterebbero una graduale autonomia del figlio attraverso il rispetto delle regole impartite dalla famiglia. Il dialogo, inoltre, è lo strumento principale attraverso cui la famiglia insegna al figlio a comprendere meglio il sistema e le relazioni sociali promuovendone lo sviluppo cognitivo e gli atteggiamenti positivi verso l'esterno (Steinberg, Silk, 2002). Favorire uno stile genitoriale autorevole e che promuova il dialogo farebbe sì che fenomeni di questo tipo diminuiscano.

3.1.2 Le consulenze educative

Nel caso degli hikikomori, un intervento che potrebbe dimostrarsi funzionale nei confronti delle famiglie è quello che riguarda le consulenze educative al fine di perfezionare le competenze genitoriali. Secondo Berto e Scalari (2008), questo tipo di consulenza avrebbe come intento quello di creare dei luoghi di incontro finalizzati ad aiutare la coppia di genitori affinché riescano a riflettere su ciò che mettono in atto, sull'unicità del figlio, promuovendo un clima positivo e sostenendoli nella realizzazione dei loro compiti educativi. Questo tipo di intervento può essere richiesto sia dalla famiglia ma anche dalla scuola laddove si rilevassero dei sintomi riconducibili a un disagio da parte degli studenti nei confronti delle famiglie. L'obiettivo è quello di aiutare la famiglia nella lettura di questo disagio percepito dal figlio al fine di indirizzare l'azione educativa in modo positivo e restituendo una maggiore consapevolezza del proprio ruolo educativo.

Il consulente, all'interno di un setting specifico che permetta la condivisione di vissuti dolorosi, avrà il compito, attraverso un ascolto attivo, di accogliere ed elaborare quanto riportato dalle famiglie. Egli dovrà avvicinarsi alla famiglia in modo graduale mettendo in atto una serie di strategie che non prevedano di sostituirsi a quelle che sono le azioni proprie dei genitori ma accompagnandoli e supportandoli in questo graduale processo di riappropriazione del ruolo genitoriale (Michelin Salomon, 2007). In quest'ottica, si cercherà di rendere i genitori in grado di attuare tutta una serie di azioni finalizzate a modificare l'ambiente entro cui crescere i figli. Interventi di questo tipo, riguardano tutte quelle situazioni in cui è ancora possibile agire in maniera preventiva e dove non siano già stati messe in atto tutte quelle manifestazioni di disagio e di disfunzionalità degli atteggiamenti da parte dei figli che anticipano il successivo ritiro sociale da parte degli stessi.

3.1.3 Intervento familiare “a step”

La metodologia di lavoro messa in pratica dall'Associazione Hikikomori Italia, viene definita da Crepaldi (2019) *a step* perché si configura come un intervento di tipo multidimensionale che vede il coinvolgimento diretto della famiglia nel lavoro con ragazzi Hikikomori e si sviluppa attraverso sei fasi che definiscono il tempo da impiegare nel lavoro con il ragazzo e la famiglia. Il tipo di approccio è di tipo sistemico perché, come visto in precedenza, l'evoluzione di questo fenomeno ha come origine delle dinamiche disfunzionali che inevitabilmente coinvolgono l'intero ambiente familiare. Intervenire solo sul ragazzo risulterebbe poco produttivo e non risolverebbe la situazione¹⁷.

Come affermato dall'Associazione Hikikomori Italia “ *Molti genitori hanno sviluppato nel tempo un atteggiamento errato nei confronti del problema, vivendolo con ansia smisurata. Tale ansia viene proiettata sotto forma di pressione nei confronti dell'hikikomori, contribuendo a generare o ad aggravare il suo stato di isolamento. Per questo motivo, finché i genitori non cambieranno approccio nei suoi confronti, qualunque intervento individuale non porterà a niente.*”¹⁸

Le famiglie saranno guidate attraverso le seguenti fasi:

- *STEP 1*: accogliere le famiglie nel gruppo Facebook di auto mutuo aiuto in modo da potersi confrontare con altri genitori che vivono la stessa esperienza affinché ci sia uno scambio e un confronto su quelli che possono essere delle buone pratiche e gli atteggiamenti da tenere nei confronti del figlio, sentirsi parte di un gruppo e compresi nella loro situazione;

¹⁷Fonte: Associazione Hikikomori Italia (<https://www.hikikomoriitalia.it/p/metodo-di-intervento-associazione.html>, consultato il 28/04/2022)

¹⁸Fonte: Associazione Hikikomori Italia (<https://www.hikikomoriitalia.it/p/metodo-di-intervento-associazione.html>, consultato il 28/04/2022)

- *STEP 2*: i genitori dovranno cercare di comprendere la natura del problema e di formarsi in modo da poter agire in prima persona verso un cambiamento rispetto alle dinamiche messe in atto;

- *STEP 3*: partecipare agli incontri regionali dell'associazione in presenza di uno psicologo che accompagni la famiglia in un percorso di autoconsapevolezza nei confronti del problema e aiutandoli nell'apprendere quelle che possono essere delle buone pratiche da intraprendere a casa;

- *STEP 4*: rendersi promotori di una visione che passi da micro a macro e che prenda in considerazione il fatto che la scelta da parte del figlio di ritirarsi sia data da una serie di fattori che vedono il coinvolgimento anche degli ambienti sociali e scolastici oltre a quello familiare;

- *STEP 5*: in questa fase generalmente il tipo di approccio dei genitori nei confronti del figlio avrà subito dei cambiamenti che gli permetteranno di modificare le dinamiche e cercare di ristabilire un contatto con lui portandolo ad aprirsi;

- *STEP 6*: a questo punto, avendo ristabilito un rapporto di fiducia con la famiglia, sarà possibile iniziare un lavoro di risocializzazione con il supporto di un professionista che accompagni il ragazzo ad uscire dalla propria condizione di isolamento e rendendolo parte attiva del processo.¹⁹

E' possibile osservare come anche questo tipo di intervento veda il coinvolgimento di figure professionali esterne che permettono, all'intero nucleo familiare, di modificare quelle che possono essere le dinamiche che hanno favorito l'insorgenza della condizione di ritiro. Gli interventi, come il fenomeno, sono

¹⁹ Fonte: Associazione Hikikomori Italia (<https://www.hikikomoriitalia.it/p/metodo-di-intervento-associazione.html>, consultato il 28/04/2022)

caratterizzati ancora una volta da un approccio multidimensionale e multisistemico che vede il diretto coinvolgimento di tutti gli elementi che hanno portato a questa condizione. Nell'attivare tutti questi tipi di intervento risulta necessario, inoltre, rispettare quelli che sono i tempi necessari affinché la persona possa riacquisire fiducia verso l'esterno e riappropriarsi del proprio ruolo nella conduzione delle scelte di vita.

3.1.4 La figura del compagno adulto

Nel caso in cui il problema dell'autoreclusione si fosse già manifestato gli interventi da intraprendere vedrebbero il diretto coinvolgimento del ragazzo in ritiro sociale. In Italia, come in Giappone, è stata individuata nella figura del terapeuta o del "compagno adulto"²⁰, ossia una persona neo laureata in psicologia non in possesso di una maturata esperienza professionale alle spalle, uno degli interventi più efficaci nel lavoro diretto con il ragazzo in ritiro. Queste figure intervengono come mediatori tra il soggetto hikikomori e la famiglia. Il fatto che la figura del "compagno adulto" non si sia ancora costituita nel suo ambito professionale permetterebbe una maggiore capacità di relazionarsi al ragazzo in ritiro sociale e sarebbe vista da quest'ultimo come un individuo che facilita la condivisione dei propri vissuti e che possiede gli stessi codici culturali e linguistici dati dall'età (Cordiale, Montinari, 2012). L'obiettivo principale di queste figure è quella di fornire al ragazzo Hikikomori un supporto emotivo e non quello di obbligarlo a uscire dalla sua condizione di isolamento (Ricci, 2014). Un'altra precisazione rispetto a questa figura è data dal fatto che l'intervento si svolge all'interno della casa, inizialmente dietro la porta della stanza, per permettere un'osservazione diretta e più veritiera possibile di quelli che sono gli elementi che hanno portato il ragazzo a prendere la scelta di isolarsi nella propria stanza e utilizzando il dialogo come strumento fondamentale che faccia sentire il soggetto ascoltato e accolto nei suoi racconti (Cordiale, Montinari, 2012).

²⁰Cordiale S., Montinari G. (2012), *Compagno adulto. Nuove forme dell'alleanza terapeutica con gli adolescenti*, FrancoAngeli, Milano.

Risulta fondamentale in questa fase mantenere il dialogo costante anche con la famiglia, al fine di individuare le dinamiche che avrebbero portato all'instaurarsi di tale condizione. L'obiettivo principale è far comprendere alla famiglia l'importanza di mantenere una comunicazione efficace che permetta da un lato l'ingresso di una figura esterna nella stanza e successivamente nel riprendere le attività sociali del ragazzo (Bagnato, 2017). Risulta evidente come in questo tipo di intervento la figura del mediatore non debba anticipare i tempi, ma anzi assecondare il ragazzo nella gestione di questa fase, cogliendo il non verbale, accogliendo i silenzi e instaurando così un rapporto di fiducia reciproco che permetterà, in una fase successiva, di essere accolto all'interno della stanza.

Laddove si riuscisse ad instaurare un rapporto di fiducia tale da permettere al ragazzo di uscire, l'intervento dovrà poi passare ad un percorso di psicoterapia individuale con il coinvolgimento della famiglia (Cordiale, Montinari 2012). Il compagno adulto ha la funzione primaria di attivare degli interventi che permettano al soggetto in ritiro sociale di riconoscere e gestire le proprie emozioni, al fine di ritornare a vivere la propria socialità.

3.1.5 La Cyber Therapy

La Rete e in particolare le piattaforme Social diventano in molti casi degli strumenti funzionali ai ragazzi Hikikomori per mantenere un contatto con il mondo esterno, con il rischio che si trasformi gradualmente in dipendenza da Internet. Un'altra metodologia che può essere messa in atto affinché si riesca a trovare un contatto tra professionista e hikikomori è quella che viene definita *cybertherapy* e che vede la sua realizzazione mediante l'utilizzo delle nuove tecnologie (Spiniello, Piotti, Comazzi, 2015). La presa in carico inizia dalla Rete e prevede un primo contatto con il ragazzo in ritiro sociale mediante l'utilizzo di

queste piattaforme; solo successivamente si attivano degli incontri con la persona a domicilio e delle attività di socializzazione finalizzate a ricostruire dei contatti sociali positivi con l'esterno comprendendo la collaborazione con scuola e famiglia (*ibidem.*, 2015). Attraverso l'utilizzo di questa metodologia è possibile avviare tutta una serie di azioni di tipo domiciliare che prevedono lo scambio di informazioni e orientamento tra soggetto e professionista, oltre che sedute di psicoterapia.

3.2 Strategie di prevenzione e intervento in ambito scolastico

Come la famiglia, anche la scuola gioca un ruolo determinante nell'insorgere o nel favorire lo sviluppo di situazioni di ritiro sociale soprattutto in età adolescenziale. E' compito della scuola favorire la crescita dell'individuo affinché acquisisca non solo una serie di competenze legate alla sfera dell'apprendimento, ma anche per quelle che vengono definite *life skills*. L' Organizzazione Mondiale della Sanità ha definito 10 tipi di competenze che ne definiscono il nucleo e che sono:

1) *Consapevolezza di sé*: questo tipo di capacità riguarda la conoscenza di sé stessi, i bisogni, i desideri, i punti di forza e debolezza, il modo di reagire in alcune situazioni e riconoscere le proprie emozioni. E' finalizzata all'acquisizione di una maggiore consapevolezza di noi per saper prevedere in che modo gestire una determinata situazione nella maniera più ottimale;

2) *Gestione delle emozioni*: è la capacità di sviluppare la nostra intelligenza emotiva al fine di poter riconoscere le emozioni che si stanno vivendo in modo da saperle gestire;

3) *Gestione dello stress*: saper riconoscere le cause che provocano stati di tensione permette all'individuo di poter eventualmente mettere in pratica dei cambiamenti al fine di risolvere i motivi che lo portano ad accusare tale sensazione

di disagio;

4) *Comunicazione efficace*: è la capacità dell'individuo di sapersi porre in ascolto attivo verso gli altri aiutandolo a sviluppare stili di comunicazione verbali e non verbali coerenti ed efficaci;

5) *Relazioni efficaci*: consiste nel saper instaurare dei legami di amicizia e delle relazioni positive interpersonali in maniera significativa;

6) *Empatia*: è necessaria ad acquisire la capacità di comprendere gli altri al fine di essere in grado di aiutare gli altri;

7) *Pensiero creativo*: mettere insieme idee e collegamenti che generano nuovi modi di pensare con l'obiettivo di individuare strategie alternative nella risoluzione dei problemi;

8) *Pensiero critico*: questa capacità offre alla persona la possibilità di analizzare la situazione finalizzate a prendere decisioni funzionali e adeguate rispetto alla situazione che gli si chiede di affrontare;

9) *Prendere decisioni*: ossia saper scegliere tra più possibilità quella più adatta e congeniale in relazione ai nostri desideri;

10) *Risolvere problemi*: questa capacità richiede di essere competenti nel prendere la decisione migliore per poter fronteggiare un problema di vita quotidiana in modo da poter ottenere migliori risultati possibili;

Queste competenze vengono suddivise in tre grandi aree che sono: emotive, relazionali e cognitive.²¹ Risulta evidente come, in relazione a questo, anche la scuola abbia come obiettivo quello di formare ed educare le nuove generazioni ad essere cittadini attivi e in grado di possedere una serie di abilità non solo scolastiche ma anche sociali. Per questo compito è necessario che la scuola attivi un percorso di formazione educativa integrato nel percorso didattico. Nel caso di fenomeni di ritiro sociale, per alcuni ragazzi con fragilità relazionali, è possibile supporre che le modalità attraverso cui questo tipo di interventi in ambito scolastico siano stati messi in atto, non siano sufficientemente attente o adeguate a supportare lo sviluppo delle life skills, tanto da determinare poi l'abbandono della scuola. Le difficoltà e la complessità che caratterizzano le situazioni che si presentano e l'incapacità dei giovani di rispondere adeguatamente alle richieste provenienti dall'esterno spesso deriva da una carenza nella lettura delle emozioni e nel conferire loro un nome che possa aiutarli a gestire tutto ciò che, soprattutto in adolescenza, si trovano a sperimentare e provare.

3.2.1 Percorsi di intelligenza emotiva

Già nel 1996, Goleman, suggeriva di intraprendere nella scuola dei percorsi di intelligenza emotiva che avessero come obiettivo quello di potenziare i livelli di competenze in questo ambito. Questo tipo di percorsi permetterebbe alle persone di acquisire una serie di abilità psicologiche e sociali che favoriscono la crescita emotiva e intellettuale dell'individuo. Egli, riprendendo il concetto di intelligenza emotiva definita da Salovey e Mayer del 1990, la definiva come “ *La capacità di motivare se stessi, di persistere nel perseguire un obiettivo nonostante le frustrazioni, di controllare gli impulsi e rimandare la gratificazione, di modulare i propri stati d'animo evitando che la sofferenza ci impedisca di pensare, di essere empatici e di*

21OMS, Life Skills Education For Children and Adolescence in Schools (1997), Geneva
(https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63553/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf?sequence=1&isAllowed=y, consultato il 23/04/2022)

sperare”²² Secondo D’Alessio (2021) “*I percorsi di alfabetizzazione emotiva andrebbero inseriti nei programmi scolastici, facendo sì che le emozioni e la vita sociale siano delle vere e proprie materie di insegnamento.*” Nel suo lavoro di raccolta di quelli che possono essere i contributi e le buone prassi per inserire questo tipo di percorsi all’interno delle scuole definisce i contenuti che dovrebbero essere sviluppati al loro interno e che riguarderebbero “*l’autoconsapevolezza, ovvero il riconoscimento delle proprie emozioni, la creazione di collegamenti tra pensieri, sentimenti e reazioni, il sapere se si decide in base a ragionamenti logici o emotivi.*”²³ Questo tipo di alfabetizzazione emotiva richiede che l’insegnante in qualche modo sia in grado di superare i limiti delle proprie competenze professionali tradizionali partecipando in maniera attiva ai processi che caratterizzano la comunità scolastica nella sua interezza (*ibid.*,2021). Lo stesso stile di insegnamento ha un’importanza fondamentale nella formazione degli studenti in quanto, il modo di insegnare una disciplina e l’approccio dell’insegnante nei confronti della classe, così come per lo stile genitoriale, consente a questa importante figura educativa di essere preso ad esempio dai suoi studenti (*ibid.*,2021).

I benefici di questo tipo di corsi di competenza sociale ed emotiva sono dimostrati da diversi studi (Fedeli, 2006; Ianes, 2007; Mariani, Schiralli, 2012) i quali sottolineano come questo tipo di competenze favoriscano lo sviluppo di comportamenti positivi all’interno ed all’esterno della classe, con ricadute anche nelle capacità legate all’apprendimento scolastico (*ibid.*,2021). Questo perché maggiori sono le competenze emotive e la capacità di saper gestire le emozioni, maggiori diventano le capacità di saper gestire in maniera proattiva e positiva le relazioni, ponendosi in un’ottica di ascolto ed empatizzando con le situazioni altrui. La scuola “*diventa in questi contesti una cultura di “comunità d’assistenza”, un luogo*

22Goleman D. (1996), *Intelligenza emotiva*, Rizzoli, Milano, pp.56

23D’Alessio C. (2021), *Empatia ed intelligenza emotiva per una sostenibilità affettivo-sociale. Dalla teoria alla prassi*, European Journal of Research on Education and Teaching, vol. 19(1), pp.156

in cui gli studenti si sentono rispettati, seguiti e dove si crea un legame tra studenti, insegnanti e scuola stessa.”²⁴

L’attivazione di interventi mirati a favorire lo sviluppo di un’intelligenza emotiva da parte dei ragazzi, insegnando loro a comprendere e riconoscere le emozioni, risulterebbero utili da un lato a prevenire la comparsa di situazioni di disagio, frustrazione e inadeguatezza nei confronti dell’ambiente scolastico e dall’altro a promuovere una serie di comportamenti funzionali all’acquisizione di relazioni e legami amicali positivi. In questo senso, la scuola si riapproprierebbe della sua funzione educativa in senso lato, non riducendo la propria azione al solo insegnamento di contenuti nozionistici fine a se stessi, diventando un ambiente in grado di saper rispondere a questi fenomeni, lavorando nella loro prevenzione ed educando i ragazzi a riconoscere e gestire le situazioni più complesse in modo positivo.

3.2.2 La consulenza pedagogica

All’interno della scuola sarebbe necessario potenziare interventi di consulenza pedagogica, non solo per studenti con rischio di ritiro sociale, ma per chiunque possa presentare problematiche relazionali. E’ un intervento di aiuto professionale che viene offerto al singolo o al gruppo, finalizzato all’analisi della situazione problematica, andandone ad individuare la soluzione più adeguata o aiutando il soggetto a prendere una decisione rispetto alle scelte che potrebbe trovarsi ad affrontare.

Questo tipo di intervento può avvenire in *modo diretto* se la richiesta avvenisse direttamente dai docenti laddove riscontrassero una situazione problematica e richiedessero l’intervento del pedagogo, oppure in *modo indiretto* quando è lo stesso pedagogo che supporta il lavoro degli insegnanti al fine di fornire delle indicazioni funzionali al superamento della situazione (Negri, 2021).
24D’Alessio C. (2021), *Empatia ed intelligenza emotiva per una sostenibilità affettivo-sociale. Dalla teoria alla prassi*, European Journal of Research on Education and Teaching, vol. 19(1), pp.156

2014). La consulenza pedagogica si delinea come una pratica di aiuto indirizzata al singolo o al gruppo in cui si cerca di far emergere quelle che sono le percezioni legate al sé, i bisogni, i valori, le emozioni e le esperienze con l'obiettivo di individuare una soluzione utile al superamento della situazione ritenuta problematica. Attualmente non è prevista la presenza strutturata di un consulente pedagogico all'interno della scuola, ma sono previste delle possibilità di attivare consulenze esterne al fine di intervenire sulla situazione (*Ibid.*, 2014).

L'intervento di consulenza pedagogica ha come modello teorico di riferimento l'empowerment e il tipo di azione intrapresa è finalizzata a promuovere le capacità individuali, rendendo il soggetto protagonista attivo delle proprie scelte di vita. Obiettivo principale è rafforzare quel bagaglio di competenze che permettono al soggetto di gestire al meglio le situazioni difficili che si troverà ad affrontare, così che egli riesca a mettere in atto tutta una serie di strategie adeguate alla risoluzione dei problemi. Elemento chiave della consulenza pedagogica è fornire al soggetto uno sguardo diverso, restituendogli una maggiore consapevolezza di sé e di ciò che lo circonda. Compito dell'esperto è quello di rendere chiare quelle che sono le dinamiche disfunzionali che hanno portato il soggetto e vivere quella determinata situazione, in quella determinata maniera, affinché possa mettere in atto tutta una serie di azioni finalizzate al cambiamento (Simeone, 2004). Il professionista dovrà aiutare il ragazzo a individuare la strada corretta per sé verso il cambiamento, senza in alcun modo sostituirsi, ma favorendo la messa in campo delle risorse personali proprie del soggetto con cui si sta lavorando.

Lavorare sugli stati emotivi percepiti dal ragazzo, che come evidenziato nel caso degli Hikikomori, riguardano prevalentemente la vergogna, il giudizio e la repressione dell'individualità, favorirebbero la riappropriazione di quegli spazi sociali e relazionali entro cui il soggetto non sente più di fare parte restituendogli la possibilità di migliorare gradualmente le sue condizioni di vita.

3.2.3 Percorsi di formazione per gli insegnanti

In un'ottica di lavoro che abbia come obiettivo primario quello dell'inclusione scolastica di soggetti in ritiro sociale o che manifestino i primi segnali di un disagio sociale osservabile nel contesto scolastico, risulta necessaria come prima cosa formare e sensibilizzare il corpo insegnanti su questa tematica affinché si possa intervenire in maniera preventiva e individuando anche il tipo di percorso più consono in risposta alla richiesta esplicitata, anche indirettamente, dal ragazzo.

La scuola dovrebbe attivare dei corsi rivolti al personale docente ma anche scolastico che mirino a far conoscere il fenomeno degli Hikikomori e del ritiro sociale in tutte le sue caratteristiche. Questo tipo di formazione dovrebbe illustrare le caratteristiche del fenomeno, le possibili cause ma anche mostrare quali possono essere gli interventi che potrebbero essere messi in atto in risposta a situazioni di questo tipo (Bagnato,2017). I percorsi informativi sul fenomeno dovrebbero altresì essere accompagnati anche da percorsi di formazione specifica che abbiano come focus lo sviluppo di abilità sociali specifiche nell'insegnante che si troverà a dover lavorare in classe con ragazzi magari da poco usciti dalla loro situazione di ritiro (*ibid.*,2017). Questo risulta necessario affinché la scuola e di conseguenza gli insegnanti siano in grado di tornare ad essere dei punti di riferimento per i ragazzi e acquisire tutta una serie di competenze specifiche e di strumenti per fronteggiare le sempre più complesse situazioni che si troveranno a dover affrontare. Spesso gli insegnanti si dimostrano in difficoltà nella gestione dei rapporti con i propri alunni, con le famiglie, nella conduzione dei gruppi classe e più in generale con tutte quelle dinamiche caratteristiche dell'ambiente scolastico e della classe nello specifico. Questo perché molto spesso, questo ruolo, viene ricoperto da persone che se da un lato risultano estremamente competenti nel loro ambito disciplinare, dall'altro non sono formate nel gestire le dinamiche e le relazioni che inevitabilmente l'ambiente scolastico richiede di saper gestire(*ibid.*,2017). Queste abilità, inoltre, risultano funzionali alla motivazione e al rendimento degli alunni che costruendo una

relazione di fiducia e confronto con il proprio insegnante riusciranno a conferire un elemento significativo di senso al processo di apprendimento della disciplina. Spafkin e collaboratori (2002) definiscono le abilità sociali come: *abilità per instaurare e mantenere relazioni interpersonali, di gestione delle emozioni, per controllare l'aggressività e per gestire lo stress.*

Apprendere e sviluppare questo tipo di abilità da parte degli insegnanti permetterebbe loro di saper rispondere in modo funzionale alle situazioni presenti in classe, ma soprattutto ad attuare delle pratiche inclusive in ambito scolastico che permettano a tutti i vari attori che compongono la scuola di trovare un ambiente accogliente entro cui lavorare e apprendere.

3.2.4 Percorsi di sensibilizzazione nelle classi

Alla formazione di insegnanti che sappiano rispondere alla pluralità di situazioni e ad un eventuale reinserimento scolastico di un ragazzo uscito dalla condizione di ritiro sociale, si affianca la sensibilizzazione dei compagni al tema dell'autoreclusione e dell'isolamento al fine di poter inserire in maniera positiva il ragazzo all'interno di questo ambiente facendolo sentire accolto e compreso dai compagni. Come suggerisce Bagnato (2017), i percorsi di sensibilizzazione rispetto al fenomeno degli Hikikomori e del ritiro sociale potrebbero essere realizzati partendo da alcune attività che si basino sulla lettura di storie che narrano questi episodi, che siano raccontati dalla voce di chi questa condizione l'ha vissuta così da passare ai ragazzi un'informazione più diretta. Un' informazione sull'esperienza diretta può focalizzare meglio le peculiarità del fenomeno, gli elementi trasversali che caratterizzano le persone che hanno preso *la* scelta di *auto-escludersi* dagli ambienti sociali di appartenenza, le conseguenze e gli effetti che questo tipo di scelta possono avere non solo su chi questa decisione l'ha presa, ma anche su coloro che indirettamente l'hanno vissuta. Le testimonianze dirette favorirebbero, inoltre, il dibattito verso quelli che potrebbero essere i motivi contestuali che le

persone che vivono le società odierne possono comunque percepire come negative nella loro esistenza, sviluppando così un processo di empatizzazione verso questo fenomeno (*ibid.*,2017).

Queste attività possono essere sviluppate anche attraverso la proiezione di film che trattano il tema dell'autoreclusione e del ritiro sociale come, ad esempio, *Castaway on the Moon*, film del 2009 del regista Hae-jun Lee che tratta in maniera ironica e delicata il tema del ritiro sociale e delle peculiarità di una società che non è inclusiva verso coloro che non rispondono in maniera adeguata all'omologazione imposta dalla stessa. Le metodologie educative a supporto di queste attività possono essere, come suggerisce Bagnato (2017), quelle del *role-play* e del *peer-tutoring*.

L'attività del *role-play* è un metodo che prevede la presentazione ai partecipanti di una situazione concreta in cui dovranno fare una diagnosi, un'analisi degli elementi caratterizzanti oppure nel prendere delle decisioni che portino alla risoluzione della situazione data (Rotondi, 2000). Successivamente all'analisi della situazione-stimolo, viene richiesto loro di mettere in scena davanti a degli spettatori quelli che sono i processi individuati nel superamento di tale situazione. L'insegnante, o il facilitatore, dovranno assegnare ad ognuno degli attori individuati un ruolo che dovranno inscenare a seconda di ciò che farebbero nella realtà. Agli studenti viene chiesto di mettere in scena una recita per scoprire in che modo reagirebbero in una determinata situazione, quali potrebbero essere i comportamenti messi in atto ed esercitarsi nello sperimentare eventualmente nuovi atteggiamenti, osservare nuovi punti di vista e ricevere dei feedback dagli spettatori modificando eventualmente quelli che possono essere i comportamenti iniziali (Bagnato,2017).

In questo senso, questo tipo di attività, risulta necessaria la fine di apprendere i comportamenti più adeguati da seguire in determinati contesti e

situazioni, ma soprattutto a cogliere uno sguardo esterno, che in questo caso viene restituito da chi guarda, al fine di modificare i propri atteggiamenti e costruire in gruppo la reazione più adeguata a fronteggiare determinate situazioni. Nel caso del ritiro sociale risulterebbe utile affinché i compagni di classe riescano ad immedesimarsi nella condizione del compagno che ha preso questa scelta per poter, successivamente, mettere in pratica tutta una serie di comportamenti appresi durante questa situazione e che potrebbero aiutarli nella relazione interpersonale e nell'eventuale reinserimento del soggetto all'interno del gruppo classe. Data la sua imprevedibilità, è compito dell'insegnante o del facilitatore, riuscire a condurre quanto emergerà in modo funzionale al raggiungimento dell'obiettivo finale che ci si pone con l'utilizzo di questa metodologia (Castagna,2001).

Come suggerisce Bagnato (2017), inoltre, le particolarità di questo metodo sono in grado di offrire diversi stimoli derivanti dall'imitazione, dall'azione ma anche dall'osservazione del comportamento altrui. Questa tecnica permette a chi la mette in pratica di rendere più consapevoli i partecipanti dei propri atteggiamenti, mettendo in risalto quelli che possono essere i sentimenti e vissuti che i partecipanti possono mettere in campo all'interno di una situazione data. Il mettersi nei panni degli altri e ricevere uno sguardo esterno di ciò che naturalmente sarebbero i nostri atteggiamenti all'interno di una certa dinamica, favorirebbe lo sviluppo anche di un certo livello di empatia e consapevolezza in grado di modificare quei comportamenti che potrebbero far sentire inadeguate o escluse le altre persone, rendendoci più consapevoli di ciò noi e gli altri possiamo vivere nei diversi contesti (*ibidem.*, 2001).

Un'altra metodologia utile per aiutare i compagni ad accogliere il ragazzo hikikomori o in ritiro sociale all'interno del gruppo classe può essere il *peer-tutoring*. Questo tipo di attività si fonda sull'aiuto reciproco tra persone della stessa età e ha come obiettivo quello di favorire lo scambio di conoscenze, esperienze e abilità finalizzate a fornire supporto reciproco tra individui della stessa età e

modificare i propri atteggiamenti (Bagnato,2017). Si configura come un'attività di tipo cooperativo che, a differenza delle attività scolastiche e sociali di tipo competitivo e individualista, ha la caratteristica di mettere in pratica dei modelli di interazione che puntano a sviluppare l'empatia tra i soggetti, l'autostima, l'autoefficacia e la fiducia in se stessi (*ibidem.*,2017).

E' possibile notare come pratiche esperienziali di questo tipo, inserite all'interno di contesti scolastici che si trovano ad affrontare l'inserimento di soggetti che stanno uscendo da una situazione di ritiro sociale, possono risultare utili al fine favorire dei buoni scambi tra alunni che attraverso l'aiuto reciproco possono individuare delle strategie per fronteggiare tutti quegli elementi che stavano alla base della condizione iniziale del ragazzo che ha scelto l'isolamento come unica via per rispondere alle sensazioni di inadeguatezza e disagio che in molti casi si sviluppano proprio all'interno dell'ambiente scolastico. E' utile sottolineare l'importanza di sviluppare anche quelle che sono, come riportato in precedenza, le abilità cognitive e sociali per far fronte in maniera positiva agli scambi relazionali e alle situazioni sempre più complesse che emergono all'interno delle società moderne (*ibidem.*,2017).

La cornice teorica entro cui si sviluppa questo tipo di pratica è quella del *Cooperative Learning* o lavoro cooperativo definito da Chiari (2021) come “*una modalità di lavoro democratica della classe che definisce in modo approfondito il metodo di insegnamento lewiniano. Essenzialmente centrato su gruppi di lavoro eterogenei e costruttivi, sull'effettiva interdipendenza positiva dei ruoli e sull'uguaglianza delle opportunità di successo per tutti, il Cooperative Learning tende a creare un contesto educativo non competitivo, altamente responsabile e collaborativo, straordinariamente produttivo di processi cognitivi di ordine superiore.*”²⁵ Come riportato da Gagliardini (2010), nel suo progetto di ricerca

²⁵Chiari G. (2021), *Educazione interculturale e apprendimento cooperativo: teoria e pratica della educazione tra pari*, Quaderno 57, Dipartimento di Sociologia e Ricerca Sociale, Università degli studi di Trento, StreetLib

rispetto alle esperienze di *peer tutoring* in classe, questo tipo di pratica ha, inoltre, come riferimenti teorici quelle che sono le teorie cognitive di Vygotskij e Piaget. Il concetto di *zona di sviluppo prossimale*²⁶ vygotskijana sostiene che se l'individuo è sostenuto da un altro può migliorare la propria capacità di evolversi e raggiungere il suo livello di sviluppo ottimale. Questo tipo di passaggio di informazioni finalizzate all'acquisizione di livelli ottimali di abilità e competenze avviene grazie all'esperienza offerta dal coetaneo che, mostrando la strategia migliore per fronteggiare una data situazione, aiuta l'altro ad acquisire una maggiore capacità di problem solving (*ibidem.*,2010). La vicinanza di età, inoltre, rende più efficace questo passaggio per la loro capacità di offrire dei modelli più semplici e più vicini a chi li deve acquisire. In questa stessa ricerca (Gagliardini, 2010) vengono individuate quelle che sono le tipologie principali di *peer-tutoring*:

- *Peer-tutoring di pari livello*: gli alunni coinvolti fanno parte dello stesso gruppo classe e, avendo abilità differenti nei vari ambiti assumono il ruolo di *tutor* o di *tutee* a seconda della situazione che si troveranno a dover fronteggiare e in base al livello di competenze di ognuno;

- *Peer-tutoring di livello diverso*: in questo caso il tutor è un ragazzo di una classe superiore che mette in gioco le proprie competenze a supporto di compagni di classi inferiori;

- *Peer-tutoring di diverso livello e diverse istituzioni scolastiche*: poco praticata nel contesto italiano, questo tipo di tutoring si sviluppa attraverso l'aiuto di ragazzi iscritti ad ordini di scuola superiore a favore di quelli iscritti ad ordini di scuola inferiori.

I vantaggi individuati in questa stessa ricerca (Gagliardini,2010) riguardano principalmente il fatto che attività di questo tipo *favoriscano il raggiungimento*

²⁶Vygotskij L. (1990), *Pensiero e linguaggio*, trad. it. L. Mecacci (a cura di), Laterza, Roma-Bari

degli obiettivi scolastici, migliorino l'autostima dei ragazzi, contribuiscono all'apprendimento delle abilità sociali creando una cultura di aiuto reciproco tra pari, aumentano la motivazione, prevenendo l'abbandono scolastico. Dai risultati di questa ricerca a supporto di questo tipo di attività all'interno del contesto scolastico possiamo osservare come molti dei vantaggi che queste pratiche portano con sé possano aiutare concretamente non solo a un reinserimento scolastico di tutti quei ragazzi che già hanno vissuto situazioni di ritiro sociale ma, soprattutto, a prevenire l'emergere di situazioni di fobia scolare e sociale che sempre di più caratterizzano i ragazzi che provano questo tipo di pulsione (*ibidem.*,2010).

E' possibile notare come l'attivazione di questi interventi che, vedono il coinvolgimento delle famiglie, di professionisti esterni e dei ragazzi mediante l'utilizzo di pratiche innovative e adattabili all'interno di diverse situazioni, siano utili a rendere l'ambiente scolastico un luogo entro cui accogliere la pluralità di individui di cui è composta, ma anche per trovare delle strategie di intervento che possano agire in quelle situazioni molto spesso complesse avvalendosi di professionalità e percorsi che in sinergia e in rete lavorino al fine di prevenire o individuare delle strategie funzionali al superamento di una situazione ritenuta problematica. In relazione, pertanto, a ragazzi che manifestano dei primi segnali di malessere o disagio queste modalità risultano utili soprattutto nel lavoro preventivo al ritiro sociale. Interventi di questo tipo, inoltre, favoriscono la costruzione di culture e società che affondano le loro radici in processi cooperativi volti a realizzare percorsi di inclusione e supporto, che potrebbero modificare le dinamiche disfunzionali che sempre di più coinvolgono le società moderne, e che investono i rapporti interpersonali e di realizzazione personale.

3.3 Sfide per il futuro, il ruolo della scuola e progettazione in rete per evitare l'esclusione

Nel cogliere quelli che possono essere gli strumenti e le nuove sfide che la scuola si troverà ad affrontare per migliorare gli obiettivi educativi affinché condizioni come queste non solo vengano prevenute ma anche incluse all'interno del contesto scolastico, risulta necessario prendere in considerazione quelli che sono i riferimenti normativi e gli obiettivi a cui la scuola è chiamata a rispondere al fine di costruire un ambiente inclusivo, in relazione alla pluralità di situazioni e richieste che sempre di più di si troverà ad accogliere.

La scuola, oggi, ha il dovere di mettere in pratica un tipo di didattica caratterizzata da metodologie innovative, adattabili ai bisogni richiesti dai ragazzi e che promuovano l'apprendimento di quelle che possono essere tutte quelle competenze che non riguardino solo le competenze di carattere cognitivo, ma che includano anche tutte quelle che lo stesso Comitato Scientifico Nazionale per le Indicazioni Nazionali definisce come "*il nuovo bisogno formativo e cognitivo*"²⁷ e che dovrebbe caratterizzare l'orientamento metodologico di tutti gli ordini scolastici. Come emanato dal primo articolo del Decreto Legislativo 66 del 2013 i principi e le finalità che si intendono realizzare per l'inclusione scolastica hanno come obiettivi:

a) riguarda le bambine e i bambini, le alunne e gli alunni, le studentesse e gli studenti, risponde ai differenti bisogni educativi e si realizza attraverso strategie educative e didattiche finalizzate allo sviluppo delle potenzialità di ciascuno nel rispetto del diritto all'autodeterminazione e all'accomodamento ragionevole, nella prospettiva della migliore qualità di vita;

²⁷Monitoraggio per la certificazione delle competenze (circolare ministeriale n. 3/2015) p.8

b) si realizza nell'identità culturale, educativa, progettuale, nell'organizzazione e nel curriculum delle istituzioni scolastiche, nonché attraverso la definizione e la condivisione del progetto individuale fra scuole, famiglie e altri soggetti, pubblici e privati, operanti sul territorio;

c) e' impegno fondamentale di tutte le componenti della comunità scolastica le quali, nell'ambito degli specifici ruoli e responsabilità, concorrono ad assicurare il successo formativo delle bambine e dei bambini, delle alunne e degli alunni, delle studentesse e degli studenti.²⁸

Una scuola inclusiva prevede il superamento del sorpassato concetto di integrazione degli alunni con disabilità dove il focus di lavoro era quello destinato al bambino con deficit, che prevedeva il suo inserimento nel percorso scolastico, ma senza alcuna finalità di potenziare e realizzare la piena partecipazione al percorso educativo e scolastico (*ibidem*.2019). Le finalità e principi descritti nel Decreto Legislativo 66 del 2013 prevedono il miglioramento della qualità della vita e la partecipazione attiva di tutti gli alunni coinvolti coinvolgendo famiglie, istituzioni e soggetti operanti nel territorio al fine di garantire la piena realizzazione del progetto individuale, individuato offrendo a ciascuno pari opportunità di realizzazione e partecipazione. Con il passaggio al concetto di inclusione il lavoro è destinato a tutti gli alunni della classe a cui viene data la possibilità di adattare la didattica alle esigenze specifiche di ognuno, attraverso un lavoro partecipativo che miri a potenziare le abilità e le competenze sociali e cognitive.

In altre parole i percorsi di inclusione scolastica prevedono un'organizzazione delle attività in grado di poter essere funzionali alla pluralità di esigenze e abilità che ogni alunno presenta, al fine di potenziare la partecipazione

28DECRETO LEGISLATIVO 13 aprile 2017, n. 66 Norme per la promozione dell'inclusione scolastica degli studenti con disabilità, a norma dell'articolo 1, commi 180 e 181, lettera c), della legge 13 luglio 2015, n. 107.

attiva e l'autonomia di ognuno. E' in quest'ottica che i percorsi finalizzati ad accogliere anche ragazzi che sperimentano situazioni di marginalità o isolamento possono trovare un loro inserimento all'interno di quei contesti da cui scelgono di fuggire.

Il percorso normativo che ha portato a passare dal concetto di "integrazione" a quello di "inclusione" è il seguente:

- *Legge 118/ 1971*²⁹: l'articolo 28, in particolare, rende obbligatoria l'istruzione di alunni con disabilità all'interno delle classi normali della scuola pubblica. Nonostante la legge superasse quelle che una volta erano le scuole speciali, in cui questi bambini venivano inseriti, ancora non ne aboliva l'esistenza demandando alla famiglia la scelta di collocare il figlio nelle classi comuni.

- *Legge 517/77*³⁰: Definisce strumenti e finalità per l'integrazione scolastica degli alunni con disabilità e della relativa presa in carico del progetto di integrazione da parte dell'intero Consiglio di classe e inserisce nell'organico della scuola la figura dell'insegnante di sostegno specializzato.

- *Legge 104/92*³¹: Raccoglie e integra tutti gli interventi legislativi promulgati dopo la legge 517 del 77. E' il riferimento normativo dell'integrazione scolastica e sociale delle persone con disabilità. Questa legge sottolinea l'importanza dell'integrazione sociale e scolastica al fine di tutelare la dignità umana della persona con disabilità. Diviene obbligo dello Stato rimuovere tutte quelle condizioni invalidanti che possano impedire il pieno sviluppo delle possibilità e capacità della persona rispetto alla partecipazione sociale, ai deficit sensoriali

29Fonte: Gazzetta Ufficiale n. 82 del 2 Aprile 1971:

<https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/1971/04/02/071U0118/sg>

30Fonte: Gazzetta Ufficiale n. 224 del 18 Agosto 1977:

<https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/1977/08/18/077U0517/sg>

31Fonte: Gazzetta Ufficiale n. 39 del 17 Febbraio 1992:

<https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/1992/02/17/092G0108/sg>

psicomotori per i quali deve prevedere degli interventi riabilitativi.

- *Testo Unico (D.lgs. 297/1994)*³²: viene integrata al suo interno la parte della legge 104 del 92 che riguarda l'istruzione, disponendo un testo unico delle disposizioni legislative in materia di istruzione.

- *Legge 170/2010*³³: Nuove norme in materia di disturbi specifici di apprendimento DSA in ambito scolastico. In particolare stabilisce quali alunni rientrano all'interno dei Disturbi Specifici dell' Apprendimento (DSA).

- *Decreto Ministeriale 12/07/2011*³⁴: è il decreto attuativo della L. 170/2010. Il suo allegato prevede le *Linee guida per il diritto allo studio degli alunni e studenti con DSA*. E' all'interno di questo Decreto che viene previsto il Piano Didattico Personalizzato (PDP).

I mutamenti e le nuove trasformazioni in ambito sociale, culturale ed economico hanno reso necessario un ripensamento di quelle che sono le risposte che la scuola deve offrire alla pluralità di situazioni che caratterizzano sempre di più gli ambienti scolastici. Le difficoltà sempre maggiori delle famiglie rispetto al loro ruolo e alla gestione dei figli in ambito educativo hanno fatto emergere la necessità di ripensare alla scuola come un ambiente che, sempre di più, fosse in grado di trasformarsi in un ambiente inclusivo in grado di accogliere la pluralità di alunni, adottando strategie sempre diverse a seconda dello specifico caso e finalizzate al rendere partecipativo e collaborativo il percorso scolastico. In risposta a questo sono state individuate nuove normative che definissero la gestione di questi alunni:

32 Fonte: Gazzetta Ufficiale n. 115 del 19 Maggio 1994:

<https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/1994/05/19/094G0291/sg>

33Fonte: Gazzetta Ufficiale n. 224 del 18 Ottobre 2010

<https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2010/10/18/010G0192/sg>

34Fonte: Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca

https://www.istruzione.it/esame_di_stato/Primo_Ciclo/normativa/allegati/prot5669_11.pdf

- *Direttiva ministeriale 27/12/ 2012: Strumenti di intervento per alunni con Bisogni Educativi Speciali (BES) e organizzazione territoriale per l'inclusione scolastica*³⁵. Vengono descritte le strategie inclusive estendendole a tutti gli alunni BES e sottolineando il loro diritto alla personalizzazione dell'apprendimento e delineandone le specifiche caratteristiche.

- *Legge 53/2003 art.2, comma 1:*³⁶ con questa legge vengono previsti quelli che sono i Piani Di studio Personalizzati.

- *Decreto Legislativo n. 62/2017: Valutazione e certificazione delle competenze nel primo ciclo ed esami di Stato nel primo e secondo ciclo*³⁷: in questa sezione si definiscono le valutazioni da attuare per gli alunni con disabilità tra cui DSA e BES e i relativi piani di personalizzazione dell'intervento didattico. Definisce, altresì, i ruoli e le responsabilità delle istituzioni territoriali al fine di applicare le normative rivolte all'inclusione scolastica degli alunni

La normativa italiana, pertanto, prevede che nelle scuole vengano messe in atto tutta una serie di misure finalizzate ad individuare le esigenze specifiche dell'alunno così da individuare un percorso didattico finalizzato all'apprendimento di competenze scolastiche, sociali e di partecipazione attiva fornendo degli strumenti concreti in grado di rispondergli.

In particolare, la Direttiva ministeriale del 27 dicembre 2012 dal titolo "*Strumenti di intervento per alunni con Bisogni Educativi Speciali e organizzazione territoriale per l'inclusione scolastica*" introduce l'espressione qui sopra citata in

35 FONTE: Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca
(https://miur.gov.it/ricerca-tag/-/asset_publisher/oHKi7zkjclKw/document/id/368339)

36 Fonte: Gazzetta Ufficiale n.77 del 2 Aprile 2003 (<https://web.camera.it/parlam/leggi/03053l.htm>)

37 Fonte: Gazzetta Ufficiale n.112 del 16 Maggio 2017:
(<https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2017/05/16/17G00070/sg>)

riferimento agli alunni con Bisogni Educativi Speciali (BES). Riprendendo la definizione espressa all'interno del suddetto documento si legge che:

“L’area dello svantaggio scolastico è molto più ampia di quella riferibile esplicitamente alla presenza di deficit. In ogni classe ci sono alunni che presentano una richiesta di speciale attenzione per una varietà di ragioni: svantaggio sociale e culturale, disturbi specifici di apprendimento e/o disturbi evolutivi specifici, difficoltà derivanti dalla non conoscenza della cultura e della lingua italiana perché appartenenti a culture diverse. Nel variegato panorama delle nostre scuole la complessità delle classi diviene sempre più evidente. Quest’area dello svantaggio scolastico, che ricomprende problematiche diverse, viene indicata come area dei Bisogni Educativi Speciali (in altri paesi europei: Special Educational Needs). Vi sono comprese tre grandi sotto-categorie: quella della disabilità; quella dei disturbi evolutivi specifici e quella dello svantaggio socioeconomico, linguistico, culturale.”³⁸

All'interno di questa definizione è possibile individuare quali caratteristiche e quali bisogni siano esplicitati per l'alunno che vive situazioni di svantaggio che non comprendono solamente uno svantaggio di tipo fisico o evolutivo ma anche socioeconomico, linguistico e culturale. E' all'interno di questa cornice che la scuola può e deve attivare dei percorsi personalizzati che, anche per i ragazzi hikikomori o in ritiro sociale, possano permettere una piena partecipazione e inclusione al loro percorso scolastico.

I docenti, pertanto, sono tenuti ad attivare dei percorsi che permettano di rispondere a tali esigenze avvalendosi, in questi casi, di Piani Didattici Personalizzati (PDP), ossia un documento che, sulla base delle osservazioni svolte in classe e sulle caratteristiche specifiche dell'alunno, permetta la piena partecipazione, mediante l'utilizzo di strategie e strumenti che facilitino il successo formativo. Questo documento, introdotto con la legge 170/2010, definisce quelli

³⁸ Fonte: Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca, Direttiva Ministeriale del 27 dicembre 2012 <https://www.miur.gov.it/documents/20182/0/Direttiva+Ministeriale+27+Dicembre+2012.pdf/e1ee3673-cf97-441c-b14d-7ae5f386c78c?version=1.1&t=1496144766837>

che devono essere gli interventi specifici messi in atto dalla scuola per questi alunni. Il documento dovrà contenere quelli che sono i dati anagrafici, la tipologia di disturbo, le attività didattiche previste, gli strumenti compensativi, le misure dispensative e le modalità di valutazione previste. Il vantaggio di tale strumento, in relazione a ragazzi che vivono situazioni di isolamento e ritiro sociale, e per cui ad oggi non esiste una certificazione che comprovi la propria situazione, sta nel fatto che può essere richiesto dal team docenti anche per tutte quelle situazioni ritenute a rischio.

Come sostenuto dall'Associazione Hikikomori Italia, questo tipo di strumento, che la scuola può adoperare in risposta alla condizione dei ragazzi Hikikomori o in ritiro sociale, risulterebbe di rilevante importanza in relazione a questo tipo di condizione affinché il processo di partecipazione sia effettivamente messo in pratica anche all'interno del contesto scolastico. Specifici interventi che mirano ad individuare delle strategie adeguate in risposta al fenomeno degli Hikikomori in Italia, sono state individuate e messe in pratica mediante l'utilizzo di protocolli di accoglienze nelle scuole e protocolli di intesa tra Regione, Ufficio Scolastico Regionale e Associazioni di genitori. Alcune Regioni italiane si sono attivate al fine di individuare delle strategie e degli accordi tra parti che permettessero di mettere in pratica degli interventi mirati di sensibilizzazione e percorsi di inclusione scolastica definendo quelle che sono le caratteristiche e le azioni da attuare nei confronti di alunni Hikikomori o in ritiro sociale. Le regioni Sicilia e Piemonte, in collaborazione con le istituzioni scolastiche e le associazioni di genitori con figli Hikikomori, hanno attivato dei protocolli che avessero come finalità quelle di definire delle prassi operative da attuare nelle scuole e che permettessero a questi ragazzi di essere inclusi positivamente all'interno dell'intero percorso scolastico.

Come si legge dai report dell'Associazione Hikikomori Italia, Sicilia e Piemonte sono tra le prime regioni a stipulare questo tipo di protocollo che vede un accordo tra Regione e Ufficio scolastico regionale finalizzato alla prevenzione e

gestione della problematica³⁹. Come descritto dal protocollo d'intesa nato tra Regione Piemonte, Ufficio scolastico regionale per il Piemonte del Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca e l'Associazione Hikikomori Italia Genitori Onlus, le finalità individuate per l'anno scolastico 2018/2019 sono: *la promozione della cultura e la definizione di strategie d'intervento su l'emergente fenomeno del ritiro sociale volontario (Hikikomori)*⁴⁰. Obiettivo principale del suddetto documento è quello di sensibilizzare sul tema del ritiro sociale volontario e suggerire delle linee di intervento finalizzate a riconoscere, prevenire e intervenire in situazioni di questo tipo. E' possibile individuare in questo accordo un *primo strumento pertanto per avviare e consolidare forme di collaborazione e integrazione tra le varie istituzioni e servizi*⁴¹. Mettere in pratica queste forme di intervento favorirebbe la definizione di linee guida d'intervento a livello nazionale condivise tra Regioni le quali prevedono la collaborazione tra servizi e istituzioni, al fine di attivare degli interventi multidimensionali che intervengono non solo verso il ragazzo che vive tale situazione, ma anche in collaborazione con la famiglia e le realtà del territorio che possono offrire la propria professionalità e il proprio supporto.

Il documento, inoltre, definisce i ruoli degli attori e in particolare il ruolo che scuola e famiglia devono avere all'interno dell'intero processo di inclusione.

Alla scuola è richiesto di *conoscere e riconoscere: intercettare precocemente i segnali di ritiro negli studenti, riconoscerli e dividerli*⁴² mediante l'osservazione in classe, i colloqui con gli studenti e le famiglie, il confronto con il team ed eventuali esperti esterni con cui attivare delle consulenze finalizzate a ricevere uno sguardo esterno rispetto alla situazione presente in classe. Nel documento, inoltre,

39FONTE: Associazione Hikikomori Italia: https://www.hikikomoriitalia.it/p/blog-page_11.html

40FONTE: protocollo d'intesa nato tra Regione Piemonte, Ufficio scolastico regionale per il Piemonte del Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca e l'Associazione Hikikomori Italia Genitori Onlus, a.s. 2018/2019 (<http://www.istruzioneepiemonte.it/wp-content/uploads/2019/01/DAMIANI-1.pdf>)

41FONTE: protocollo d'intesa nato tra Regione Piemonte, Ufficio scolastico regionale per il Piemonte del Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca e l'Associazione Hikikomori Italia Genitori Onlus, a.s. 2018/2019 (<http://www.istruzioneepiemonte.it/wp-content/uploads/2019/01/DAMIANI-1.pdf>)

42Fonte: (ivi) <http://www.istruzioneepiemonte.it/wp-content/uploads/2019/01/DAMIANI-1.pdf>

vengono elencate le azioni che la scuola deve intraprendere al fine di intervenire in maniera efficace comunicando e mantenendo aperto il dialogo con le famiglie. Successivamente vengono definite quelle che sono le linee guida per quanto riguarda la progettazione e l'intervento che la scuola dovrà mettere in atto al fine di fronteggiare il problema in un'ottica di prevenzione.

E' stato delineato un elenco, all'interno del protocollo tra Regione Piemonte, Ufficio scolastico e Associazione Genitori Hikikomori, riguardante le procedure, le strategie e gli strumenti da adottare in questi casi e che, come è possibile osservare dalle tabelle sottostanti, definiscono le strategie e gli approcci e gli strumenti di supporto che potrebbero essere attivati al fine di intervenire all'interno di questa situazione:

STRATEGIE/APPROCCI	STRUMENTI
1. Interventi che sostengono il diritto all'istruzione e alla formazione sulla base della Legge Regionale n. 28/2007.	- Realizzazione di progetti mirati al sostegno didattico ed educativo degli allievi in condizione di svantaggio sociale con necessità educative speciali , attraverso la partecipazione a bandi e sperimentazioni inter-istituzionali
2. Personalizzazione e differenziazione del percorso formativo dello studente sulla base della Legge n. 53/2003 e dei principi pedagogici attuali, sanciti e riconosciuti a livello costituzionale, nazionale e transnazionale (garanzia del successo formativo di ciascuno, rimozione degli ostacoli all'inclusione e alla partecipazione)	- Progettazione curricolare per competenze, con particolare attenzione alle aree di capacità/abilità personali - relative agli specifici funzionamenti degli studenti - in relazione alle specifiche richieste della scuola. - Alcuni percorsi didattici "standard" impattano con un funzionamento cognitivo ad alto potenziale, ma caratterizzato da lentezza esecutiva, procedurale e/o da deficit di autoregolazione emotivo-relazionale. - Differenziazione e flessibilità delle modalità didattiche e valutative - Programmazione per Obiettivi personalizzati, Obiettivi minimi (eventuali) - Elaborazione del PDP; - Collaborazione sinergica tra soggetti (famiglia, studente, consiglio di classe, altri eventuali professionisti coinvolti)
3. Identificazione di una situazione di BES segnalata dalla famiglia e/o riconosciuta dai docenti, in assenza di relazioni sanitarie , e differenziazione del percorso "ad hoc"	- Riprogettazione dell'ambiente di apprendimento e delle modalità di insegnamento-apprendimento (modifica/riduzione degli obiettivi; modifica delle modalità di partecipazione) - Utilizzo delle tecnologie e delle metodologie digitali per l'inclusione: E-learning; collegamenti via Skype; videolezioni...

E' possibile osservare come le prime strategie individuate riguardino quelli che sono gli interventi definiti dalla normativa in materia di sostegno e personalizzazione dell'intervento didattico. La scuola è tenuta, in virtù della normativa vigente, alla realizzazione di progetti individualizzati e alla strutturazione curricolare flessibile basata sulle capacità specifiche del bambino e la successiva realizzazione di in Piano Didattico Personalizzato (PDP) che indichi

gli strumenti, la progettazione delle modalità di insegnamento declinano le metodologie didattiche inclusive che si intende attuare nei confronti dell'alunno.

In riferimento a ragazzi in ritiro sociale volontario è possibile individuare negli strumenti quelle che sono le nuove tecnologie con cui attuare gli interventi didattici. Come da tabella, pertanto, gli strumenti indicati per la realizzazione dell'intervento didattico vedranno l'utilizzo di videolezioni, collegamenti tramite piattaforme come Skype, piattaforme e-learning e più in generale tutte quelle tecnologie che rendano accessibile al ragazzo in ritiro sociale la partecipazione alle attività di classe.

In aggiunta a queste strategie e ai relativi strumenti, nello stesso protocollo è possibile individuare altre tipologie di interventi che la scuola può mettere in pratica a favore di questi alunni:

STRATEGIE/APPROCCI	STRUMENTI
4. Identificazione di una situazione di BES individuata da parte dei sanitari (pubblici o privati), in presenza di diagnosi o relazione sanitaria, e differenziazione del percorso "ad hoc"	<ul style="list-style-type: none"> - Elaborazione del PDP; - collaborazione sinergica tra soggetti (famiglia, studente, consiglio di classe, altri eventuali professionisti coinvolti) - Riprogettazione dell'ambiente di apprendimento e delle modalità di insegnamento-apprendimento (modifica/riduzione degli obiettivi; modifica delle modalità di partecipazione) - Utilizzo delle tecnologie e delle metodologie digitali per l'inclusione: E-learning; collegamenti via Skype; video lezioni...
5. Attivazione di un percorso di Istruzione Domiciliare "autonomo" , deliberato dalla scuola, in assenza di richiesta di medico ospedaliero e senza rimborsi dal MIUR	<ul style="list-style-type: none"> - Elaborazione del PDP - Presenza di docenti a domicilio sulla base di un progetto interno alla scuola: ore di docenza extracurricolari non riconosciute dal MIUR, ma eventualmente dalla singola istituzione scolastica o altra istituzione - Utilizzo delle tecnologie per l'inclusione: E-learning; collegamenti via Skype; videolezioni...
6. Attivazione di un percorso di Istruzione Domiciliare "ministeriale" , in presenza di richiesta di medico ospedaliero (anche per eventuali situazioni di Day Hospital)	<ul style="list-style-type: none"> - Elaborazione del PDP - Presenza di docenti a domicilio (4-6 ore settimanali max): ore di docenza extracurricolari riconosciute dal MIUR - Utilizzo delle tecnologie per l'inclusione: E-learning; collegamenti via Skype; video lezioni...
7. Istruzione parentale (preferibilmente da evitare). Si veda il sottoparagrafo 7.2.1	

In questa seconda tabella sono indicate le azioni da intraprendere in caso la condizione di ritiro sociale sia stata presa in carico dai servizi e sia ancora in una fase di ritiro che esclude un reinserimento immediato del ragazzo a scuola. La

situazione, in questo caso, sarà segnalata dai servizi affinché vengano attivate tutta una serie di strategie al fine di garantire al ragazzo la piena partecipazione all'attività didattica. Nel definire gli interventi, è possibile osservare come vengono elencate tutte le possibili soluzioni che possono essere messe in campo e che dovranno essere scelte sulla base della situazione specifica entro cui la scuola si troverà a lavorare. Il progetto specifico che verrà creato per lo studente che sta vivendo tale condizione prevederà l'utilizzo di strumenti specifici che saranno valutati basandosi esclusivamente sulla condizione specifica del ragazzo che, come visto in precedenza, può variare a seconda della persona e dei fattori che influenzano questa scelta.

<p>Per tutte le situazioni sopra indicate, si raccomanda la realizzazione di una progettazione centrata sulla persona dello/a studente/studentessa e</p> <p>sull'individuazione, valorizzazione, sviluppo e riconoscimento delle sue diverse competenze (disciplinari e trasversali, di tipo formale, non formale e informale),</p> <p>al fine di instaurare e mantenere una relazione empatica, di fiducia e proattiva, con i docenti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Progettazione curricolare di classe e di Istituto per competenze - Certificazione delle competenze prevista dal MIUR - Ulteriori percorsi e documenti per il riconoscimento delle competenze acquisite, utilizzabili dalle scuole e trasferibili ad altre istituzioni (come, ad esempio, il Portfolio delle competenze) Autobiografie, diario delle competenze e altri strumenti/documenti autoprodotti dagli studenti
---	---

Ancora una volta, pertanto, si sottolinea l'importanza di realizzare delle progettualità che siano centrate sulle caratteristiche specifiche dello studente a cui si rivolgono e finalizzata a creare e mantenere una relazione di fiducia con il docente. Nel protocollo si definiscono, altresì, quelle che sono gli strumenti utili ai fini della valutazione e di come sia possibile gestire mediante l'utilizzo di una deroga le assenze dei casi definiti "eccezionali" espressi dal *Decreto del Presidente*

della Repubblica del 22 giugno 2009 n. 122, art. 14, comma 7, facendo rientrare la situazione “Hikikomori” all’interno di questa categoria.⁴³

Relativamente alle modalità di valutazione, già prima della situazione pandemica causata da Covid-19, erano state attivate mediante questo protocollo la possibilità di valutazioni e verifiche definite “a distanza” e facendo riferimento al progetto delineato all’interno del Piano Didattico Personalizzato.

Questa stessa modalità di intervento scolastico è stato attuato anche in Sicilia dove, sempre grazie al lavoro dell’associazione genitori Hikikomori, è stato possibile realizzare un protocollo di intesa che ha visto la partecipazione della dell’ Ufficio Scolastico Regionale per la Sicilia, il F.O.R.A.G.S. Sicilia, l’Ordine degli Psicologi della Regione Sicilia e la Società Italiana di Psicologia Pediatrica e dove venivano delineate le linee guida di intervento da attuare nelle scuole nell’anno scolastico 2021/22 .⁴⁴ Il protocollo, che vede la partecipazione attiva di famiglie, scuola e servizi del territorio, prevede la realizzazione di attività finalizzate a sensibilizzare, formare e diffondere informazioni rispetto alla condizione degli Hikikomori ma anche fornire supporto alle famiglie, attuare delle strategie di intervento ad hoc nella scuola, supportare mediante interventi di professionisti esterni il lavoro delle istituzioni scolastiche⁴⁵.

3.3.1 Esempi di progettualità europee: Progetto Erasmus + “Out of the Net”

L’importanza di attivare strategie di prevenzione a questi fenomeni per contrastare la dispersione scolastica sviluppando metodologie innovative volte a

43 FONTE: *Decreto del Presidente della Repubblica del 22 giugno 2009 n. 122, art. 14, comma 7*

44 FONTE: Associazione Hikikomori Italia Onlus, protocollo d’intesa Regione Sicilia <https://drive.google.com/file/d/1CXPL1EVL-w6GUlPq6QuKESHKSSO0Vml/view>

45 FONTE: Associazione Hikikomori Italia Onlus, protocollo d’intesa Regione Sicilia <https://drive.google.com/file/d/1CXPL1EVL-w6GUlPq6QuKESHKSSO0Vml/view>

contrastare questi fenomeni, diviene elemento chiave nella creazione di progettualità non solo a livello nazionale ma anche internazionale.

Il progetto Erasmus + “Out of The Net” , in tal senso, fornisce un primo esempio da cui partire per analizzare e sviluppare interventi di questo tipo. Questo progetto, che vede la compartecipazione di diversi paesi europei tra cui Polonia, Italia, Spagna, Lituania, Russia e Bulgaria, ha come obiettivi:

- Sviluppare interventi educativi finalizzati a una maggiore consapevolezza dell'uso di Internet al fine di prevenire Uomini di ritiro sociale mediante l'utilizzo di attività artistiche e ricreative;
- Chiamare insegnanti ed educatori nel definire i primi segnali del ritiro sociale e intervenire nella risocializzazione dei bambini;
- Condividere buone pratiche per lo sviluppo di skills sociali e interessi come modalità di prevenzione a questa sindrome;
- Creare una comunità educativa attraverso l'alleanza di scuole famiglie associazioni;
- Sviluppare un network internazionale educativo istituendo un network internazionale di istituzioni educative rivolto a prevenire situazioni di ritiro sociale mediante attività ricreative e di comunità;⁴⁶

Le attività realizzate dal progetto si rivolgono principalmente alla formazione delle figure educative sull'utilizzo di strumenti innovativi rivolti principalmente a bambini e ragazzi di età 8-13 anni. Questi strumenti si avvalgono di metodologie socio-psico pedagogiche che promuovono gli scambi tra gruppi al fine di potenziare le abilità sociali dei partecipanti. Mediante queste attività, gli studenti si troveranno a ragionare su situazioni reali caratterizzate da elementi che possono portare la persona a vivere situazioni di isolamento sociale, favorendo così lo sviluppo di competenze emotive, comunicative e di problem solving finalizzate a prevenire l'abbandono scolastico e ad aiutare i ragazzi a fare esperienza di

⁴⁶Fonte: Progetto Erasmus + “Out of The Net”: https://outofthenet.altervista.org/?doing_wp_cron=1652887979.4514830112457275390625

situazioni di successo. Progettualità di questo tipo hanno come punto di forza quello di individuare degli strumenti innovativi e adattabili ai diversi contesti entro cui possono essere utilizzati e che abbiano come risultato quello di fornire delle linee guida e la realizzazione politiche che mirino al contrasto di questi fenomeni attivandosi fin dalla scuola primaria.

Le strategie di prevenzione e intervento che mirano a lavorare all'interno di questo tipo di situazioni devono essere messe in pratica all'interno dei diversi ambienti sociali ed educativi dei soggetti in ritiro sociale. Aspetti peculiari delle famiglie e i relativi stili genitoriali messi in atto dai genitori possono contribuire a favorire l'insorgenza di tali situazioni. Ripensare al ruolo genitoriale perpetuato nell'educazione dei figli diviene un primo passo per poter modificare le dinamiche che hanno provocato la scelta della persona Hikikomori. Le consulenze educative, così come altre strategie a supporto delle famiglie, divengono funzionali a modificare il contesto entro cui gli individui sono inseriti e ad accompagnare la persona a intraprendere un percorso terapeutico e rieducativo finalizzato al suo reinserimento all'interno dei suddetti contesti. Indispensabile, risulta essere, costruire degli interventi multisistemici che agiscano all'interno di ogni contesto.

La scuola è chiamata a proporre interventi specifici e azioni di formazione e sensibilizzazione che favoriscano una più ampia conoscenza del fenomeno e fornisca gli strumenti a insegnanti e alunni di riconoscere i segnali e nel trovare delle modalità di approccio adeguate nell'interazione con queste persone. La sfida della scuola, che sempre si più sarà chiamata ad accogliere, è quella di trovare delle forme alternative che permettano ai ragazzi di partecipare attivamente al percorso scolastico, rendendo flessibili le metodologie educative e la conduzione delle lezioni, differenziando il programma e gli strumenti a seconda della situazione specifica entro cui si intende lavorare. Al fine di creare un luogo di inclusione, che risponda alle richieste imposte dalla normativa vigente, ma soprattutto alla

pluralità di situazioni che sempre di più nelle società moderne si stanno creando, risulta fondamentale ripensare alla funzione educativa della scuola, al trovare delle nuove strategie che siano in grado di non cogliere impreparati gli insegnanti di fronte a questi fenomeni, che supportino il loro lavoro e incoraggino i ragazzi nello sviluppo delle loro autonomie e capacità, propendendo ad una didattica che riesca a cogliere le unicità degli studenti al fine di creare delle società democratiche basate su valori quali empatia, autonomia, dialogo e accoglienza. Esperienze come quelle di Piemonte e Sicilia offrono un punto di partenza da cui partire per creare degli interventi specifici in grado di fronteggiare in maniera adeguata questi fenomeni e che potrebbero essere utilizzati come modelli di riferimento nella realizzazione di politiche inclusive e linee guida d'intervento utilizzate a livello nazionale e non solo locale.

Interventi di questo tipo, che coinvolgono le istituzioni del territorio sia a livello politico, scolastico, professionale e familiare, risultano essere ottimali al fine di perseguire delle azioni finalizzate all'inclusione di questi soggetti e al riconoscimento di questa condizione che sempre più ragazzi si trovano a vivere. E' compito della società nella sua interezza rispondere a fenomeni che caratterizzano l'ambiente comunitario delle persone al fine di progettare degli interventi che sensibilizzino e formino persone in grado di riconoscere situazioni di marginalità ed esclusione che sempre più spesso emergono soprattutto all'interno di questi contesti. Lavorare in rete, mettendo a disposizione le diverse competenze che le istituzioni e i professionisti possono offrire, porterebbe a ripensare al ruolo centrale che le comunità di appartenenza del singolo hanno al fine di prevenire e contrastare queste forme di disagio che spesso i ragazzi si trovano ad affrontare e che possono sfociare in forme di ritiro sociale come risposta al mancato supporto offerto loro.

Conclusioni

Alla luce di quanto esposto finora è possibile osservare come fenomeni come quello degli quali gli Hikikomori e il ritiro sociale siano, sempre di più, caratterizzanti delle nostre società moderne. Società, queste, che riducendo tutti gli ambiti a una mera prestazione meccanicistica, priva di senso e finalizzata al guadagno materiale e come unico obiettivo l'arrivismo sociale.

Ciò ha causato lo svuotamento delle relazioni sociali e hanno fatto sì che disagio sociale, inadeguatezza, frustrazione, ansia e pressioni sociali ricadessero su tutte quelle persone che, sfornite degli strumenti utili a fronteggiare la complessità entro cui sono inserite, stentano a trovare una dimensione adeguata che risponda ai loro desideri, bisogni e aspirazioni. Gli Hikikomori, come il ritiro sociale in generale, hanno come caratteristica quella di evidenziare un malfunzionamento delle dinamiche relazionali insite nella società, nella famiglia e nelle istituzioni che dovrebbero ricoprire un ruolo educativo e di accoglienza, ma che troppo spesso si trova a non possedere delle risorse adeguate per intervenire in questo tipo di situazioni.

I forti mutamenti che le società hanno subito negli ultimi anni, dovuti alla globalizzazione, ai fenomeni migratori, ai cambiamenti climatici, alle crisi politiche sociali ed economiche, sulle differenze e le discriminazioni basate su genere, identità culturali, provenienza e status sociale, richiedono alle società, e alle istituzioni che si occupano dell'educazione di ripensare ai modelli tradizionali legati alla produzione e alle categorie sociali prestabilite, per aprirsi a società più democratiche e partecipative, dove l'educazione alla pluralità e alle unicità diventino il punto focale entro cui sviluppare progetti didattici e sociali che permettano la formazione di nuove generazioni in grado di accogliere e riconoscere le diverse situazioni che si troveranno a dover affrontare, sviluppando capacità come l'empatia, il pensiero critico e l'accoglienza.

Il modello di società entro cui le persone si trovano a vivere oggi non è più sostenibile e questa sua caratteristica ha avuto, negli anni, delle ricadute importanti soprattutto sulle nuove generazioni che, sprovvisti di supporti, punti di riferimento e non guidati nell'espressione dei loro desideri e delle loro capacità e possibilità, si trovano a dover fronteggiare le situazioni e a prendere delle scelte basandosi su modelli calati dall'alto che non sempre rispecchiano la realtà odierna e le aspirazioni di molti di loro. Questo elemento, associato ai cambiamenti delle dinamiche familiari, della loro composizione e, più in generale, della presenza della comunità in supporto dei loro componenti, hanno fatto emergere nei giovani forme di disagio sociale e contestuale tale da far percepire l'altro e il contesto come qualcosa da cui voler fuggire, di cui non voler "farne parte".

E' in questa cornice che fenomeni come quello degli Hikikomori prendono vita e che sono lo specchio di ciò che a livello globale non funziona nei meccanismi che influenzano gli ambienti di socializzazione e di contesto entro cui gli individui vivono. Altresì, le istituzioni politiche e scolastiche spesso si trovano impreparate ad affrontare la velocità attraverso cui questi fenomeni si sviluppano trasformandosi, di conseguenza, in ambienti che non intervengono e non includono perché incapaci di stare al passo con le evoluzioni sociali che, negli ultimi anni, hanno assunto ritmi sempre più veloci entro cui imporsi. Basti pensare all'utilizzo dei Social e a come i dispositivi tecnologici abbiano, negli ultimissimi anni, influenzato e stravolto il nostro modo di interagire, lavorare e basare le nostre relazioni. Spesso l'utilizzo smodato di questi strumenti, non associato a una buona rete relazionale alle spalle, può portare la persona progressivamente a vivere in maniera disfunzionale la realtà virtuale, utilizzandola come un rifugio dalla vita reale. Questo perché, troppo spesso, le persone percepiscono la solitudine di un mondo che sembra lasciarle indietro, laddove, non riescano a stare al passo con il cambiamento. Gli ambienti virtuali diventano una via fuga e uno strumento per poter controllare la propria vita, potendo modificare o migliorare ciò che la realtà

di tutti i giorni non permette di fare. Mediante la creazione di una versione migliorata di sé, è possibile ricevere quei feedback positivi e quegli apprezzamenti che non si riescono a trovare esternamente. Il fatto di essere riconosciuto e apprezzati dagli altri ci permette di dare un senso a ciò che facciamo, di sentirci parte integrante di un gruppo attraverso cui costruire la nostra identità e riconoscerci in quanto individui, tutti elementi questi fondamentali a trovare una motivazione a ciò che siamo e che facciamo. La mancanza di questi elementi nei contesti sociali di appartenenza, in alcuni soggetti, è ciò che provoca la scelta di non farne parte dal momento in cui non sente di riconoscersi in quei modelli e in quelle richieste che l'esterno avanza alle persone di cui è composto.

Società, famiglia e scuola hanno il dovere di ripensare ai propri modelli di riferimento, affinché trasformino i loro processi mediante delle pratiche sostenibili, che permettano agli individui di trovare una dimensione di vita più umana, all'interno di una dimensione che gli permetta di sviluppare al meglio le proprie aspirazioni, desideri e capacità. La società, in questo senso, ha il dovere di garantire un livello di benessere che permetta il *florire* di queste capacità fornendo loro gli strumenti e il supporto adeguato affinché ciò possa realizzarsi. Nel caso degli Hikikomori e di fenomeni di ritiro sociale, questo elemento diventa cruciale nella prevenzione e tutela di questi soggetti e nell'attuazione di interventi e pratiche a supporto di queste persone.

Pratiche di intervento che vedono la compartecipazione di istituzioni politiche, scolastiche, famiglie e servizi privati operanti sui territori divengono di fondamentale importanza nel per favorire società fondate sulla partecipazione attiva della cittadinanza, all'interno di processi decisionali democratici ed inclusivi.

A livello macro, esempi come quelli di Piemonte e Sicilia, offrono la possibilità a tutte le realtà a livello nazionale di individuare delle strategie finalizzate ad accogliere la sfida nel trovare possibili soluzioni al disagio giovanile, che sempre di più viene espresso mediante condizioni come quella del ritiro sociale. Pratiche

sociali e politiche che ripercorrono un percorso che restituisca centralità al cittadino all'interno del processo decisionale, porterebbe la società nel suo complesso ad innescare tutta una serie di meccanismi finalizzati alla costruzione di modelli più sostenibili e inclusivi entro cui vivere e che ad oggi già vengono messi in pratica.

A livello micro, invece, risulta fondamentale l'azione intrapresa dalle istituzioni scolastiche che, in virtù delle normative vigenti e degli obiettivi istituzionali a loro affidati, possono e devono mettere in atto tutte le possibili strategie e strumenti a loro disposizione per contrastare ogni forma di disagio possa emergere tra i ragazzi, collaborando e attivando i servizi offerti dal territorio in un lavoro in sinergia con le famiglie. Restituire valore all'educazione nella sua interezza, riappropriarsi della funzione educativa che la scuola ricopre ponendosi come punto di riferimento in grado di riconoscere e accogliere i fenomeni nella sua complessità rimangono le sfide aperte per la scuola oggi, alla quale devono essere restituite le risorse per poter svolgere al meglio il proprio ruolo nella società.

Ritengo che solo grazie al cambiamento messo in atto dalla collaborazione in sinergia e perseguendo gli obiettivi sui temi della sostenibilità, dell'inclusività e del contrasto a forme di emarginazione sociale, da parte di tutti gli attori coinvolti all'interno del contesto politico, sociale e culturale che caratterizzano ogni specifico Paese, sia possibile restituire una dimensione di appartenenza a tutti i cittadini ma soprattutto a fare in modo che condizioni di questo tipo non solo vengano prevenute, ma anche comprese all'interno della pluralità di cui fanno parte al fine di trovare strategie adeguate che si sviluppino assecondando la particolarità di ognuno e accogliendo i vissuti di tutti.

Esempi come quelli di Piemonte e Sicilia così come le progettualità europee, forniscono dei chiari esempi di come le politiche potrebbero intervenire a favore di una dimensione multisistemica applicata ai contesti nazionali e internazionali e non limitati a realtà locali. Implementare la creazione di prassi e strategie utili al

fine di poter creare una dimensione di accoglienza che favorisca i processi di sviluppo delle capacità di ogni singolo individuo diviene un presupposto fondamentale affinché si condivida una linea comune di intervento finalizzata alla prevenzione e al contrasto di forme di disagio giovanile che porterebbero a ripercussioni negative all'interno delle comunità di appartenenza e più in generale alle società entro cui si inseriscono. La partecipazione di tutti gli attori coinvolti nei processi educativi del singolo deve avere come caratteristica la collaborazione e la cooperazione affinché tali progettualità abbiano un impatto significativo nel cambiamento delle dinamiche che portano a vivere situazioni di questo tipo.

Al fine di contrastare e prevenire l'insorgere di condizioni di ritiro sociale e della sindrome Hikikomori risulta, ad oggi necessaria l'implementazione di quelle che possono essere le future ricerche finalizzate ad approfondire e consolidare strumenti e metodologie educative adeguate per poter lavorare e prevenire forme di esclusione sociale. Pertanto le ricerche in questo campo potrebbero riguardare:

- l'implementazione e lo sviluppo di nuove metodologie che riguardino l'educazione digitale finalizzata al contrasto della dipendenza da Internet in modo da promuovere nuovi modelli che potenzino la creatività e l'utilizzo positivo di questi strumenti;

- i modelli di formazione pedagogica e sociale finalizzati alla creazione di attività sociali e che abbiano l'obiettivo di sviluppare alti livelli di intelligenza emotiva e sociale nei ragazzi al fine di acquisire strumenti utili a rispondere alle richieste esterne e che si avvalgano di metodologie come la peer education o altre forme di scambio cooperativo;

- indagare quali possono essere gli interventi più adeguati a supporto delle famiglie con ragazzi Hikikomori o in ritiro sociale, finalizzati alla realizzazione di protocolli, che prevenivano fin dall'infanzia comportamenti disfunzionali;

Se con questo elaborato era mio obiettivo analizzare il fenomeno e individuare quali interventi siano possibili, ho voluto mettere in luce anche come la complessità delle problematiche sociali e individuali richiede un lavoro che si orienti al metter insieme le competenze, le parti, le strategie, in sintesi un lavoro di “sistema”. Non è possibile affrontare le tematiche analizzate, in un'ottica di singola specializzazione, che per quanto approfondita, non potrà avere una sufficiente efficacia nell'affrontare la complessa problematica dell'isolamento sociale. La scuola deve lavorare con la famiglia, i servizi psico sociali devono essere coinvolti ed integrati, le associazioni di volontariato o giovanili devono partecipare a pieno titolo a progetti di miglioramento anche individuale affinché progettualità di questo tipo possano avere un impatto significativo nella vita delle persone.

Ringraziamenti

A conclusione di questo elaborato desidero ringraziare tutte le persone senza le quali non sarebbe stato possibile questo lavoro di tesi.

Ringrazio il mio relatore, Michele Biasutti, per il supporto, la guida fornita in questi mesi di lavoro e per la sua infinita gentilezza e disponibilità dimostratami soprattutto nei momenti in cui pensavo non ce l' avrei fatta.

Ringrazio Maria Rizzi, che con la sua infinita pazienza e cura, mi ha aiutata con la stesura di questo elaborato e a darmi la forza a proseguire un lavoro che sempre facile non è.

Una menzione speciale va alla mia famiglia e a mia madre in particolare per avermi dato la possibilità e l'esempio che la perseveranza ripaga anche le situazioni che pensiamo essere impossibili da superare.

E infine ringrazio Flavia e Andrea, compagni di questo lungo percorso, che mi hanno aiutata a trovare la motivazione giusta e a credere sempre in me stessa, anche quando ero la prima a non farlo.

Bibliografia:

- Aguglia, E., Signorelli, M., Pollicino, C., Arcidiacono, E., & Petralia, A. (2010), Hikikomori phenomenon: cultural bound or emergent psychopathology?, in *Giornale italiano di Psicopatologia*, 16, pp. 157-164, (consultabile al link: <https://www.jpsychopathol.it/wp-content/uploads/2015/07/05Aguglia1.pdf>)
- Alvarez, A. N., & Tewari, N. (2015). E-Book-Asian American psychology current perspectives. Retrieved from https://www.worldcat.org/title/asian-americanpsychology-current-perspectives/oclc/837034543&referer=brief_results
- Bagnato K (2008), *Il rifiuto tra coetanei. Interventi educativi in ambito scolastico*, Pellegrini, Cosenza
- Bagnato K. (2017), *L' Hikikomori: un fenomeno di autoreclusione giovanile*, Carrocci Editore, Roma
- Battacchi M.W. (2002), *Vergogna e senso di colpa*, Raffaello Cortina, Milano
- Bauman Z. (2011), *Modernità Liquida*, Laterza, Bari
- Berto F. Scaliari P. (2008), *ConTatto. La consulenza educativa ai genitori*, La Meridiana, Molfetta.
- Carretti V., La Barbera D. (2001), *Psicopatologia delle realtà virtuali*, Masson, Milano
- Castagna M. (2001), *Role playing, autocasi ed esercitazioni psicosociali*, FrancoAngeli, Milano
- Cerniglia, L., Zoratto, F., Cimino, S., Laviola, G., Ammaniti, M., & Adriani, W. (2017). Internet addiction in adolescence: Neurobiological, psychosocial and clinical issues. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 76(Pt A), 174–184. doi:10.1016/j.neubiorev.2016.12.024
- Chiari G. (2021), *Educazione interculturale e apprendimento cooperativo: teoria e pratica della educazione tra pari*, Quaderno 57, Dipartimento di Sociologia

e Ricerca Sociale, Università degli studi di Trento, StreetLib

- Cicognani E., Zani B. (2003), *Genitori e adolescenti*, Carrocci, Roma

- Cooley C. H. (1902), *Human Nature and the Social Order*, Cornell University Library, New York

- Cordiale S., Montinari G. (2012), *Compagno adulto. Nuove forme dell'alleanza terapeutica con gli adolescenti*, FrancoAngeli, Milano.

- Cornwell, E. Y., & Waite, L. J. (2009). Social disconnectedness, perceived isolation, and health among older adults. *Journal of Health and Social Behavior*, 50(1), 31–48. doi:10.1177/002214650905000103

- Crepaldi M (2019), *Hikomori. I giovani che non escono di casa*, Roma, Alpes Italia srl,

- Curran, T., & Hill, A. P. (2017). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016, in *Psychological Bulletin*, 145(4), 410–429.(<https://doi.org/10.1037/bul0000138>)
- D'Alessio C. (2021), Empatia ed intelligenza emotiva per una sostenibilità affettivo-sociale. Dalla teoria alla prassi, *European Journal of Research on Education and Teaching*, vol. 19(1), pp.156 (DOI: https://doi.org/10.7346/-fei-XIX-01-21_12)

- De Palma D. (2003), *Il sistema educativo giapponese (1945-2003)*, Aracne, Roma

- Doi T. (1991), *Anatomia della dipendenza. Un'interpretazione del comportamento sociale dei giapponesi*, Raffaello Cortina, Milano.

- Fansten M. et al. (2014), *Hikikomori, ces adolescents en retrait*, Paris, Armand Colin.

- Farrah Fowler G. (2015), *La struttura familiare giapponese e il concetto di Amae*,(<https://medium.com/kynodontas-adolescenza-senza-uscita/la-struttura-familiare-giapponese-e-il-concetto-di-amae-e828a642cbdb>; consultato il 20 febbraio 2022)

- Fedeli, D. (2006), *Emozioni e successo scolastico*, Carocci Faber, Roma

- Gagliardini I. (2010), *L'aiuto reciproco in classe: esperienze di peer-tutoring*, Psicologia e scuola, AVIOS Agenzia per la Valorizzazione dell'Individuo nelle Organizzazioni di Servizio (testo disponibile al sito https://media.giuntiscuola.it/_tdz/@media_manager/739108/, consultato il 3/05/2022)

- Gergen K. J., (2018), *Costruzionismo sociale e pratiche terapeutiche. dall'oppressione alla collaborazione*, Franco-Angeli, Milano

- Goleman D. (1996), *Intelligenza emotiva*, Rizzoli, Milano, pp.56

- Husu, H. M., & Välimäki, V. (2017). Staying inside: social withdrawal of the young, Finnish 'hikikomori.' *Journal of Youth Studies*, 20(5). doi:10.1080/13676261.2016.1254167

- Ianes, D., Demo, H., (2007). *Educare all'affettività*, Erickson, Trento

- Kato T. A., Tateno M., Shinfuku N., Fujisawa D., Teo A. R., Sartorius N., Akiyama T., Ishida T., Choi T. Y., Balhara Y. P. S., Matsumoto R., Umene-Nakano W., Fujimura Y., Wand A., Pei-Chen Chang J., Yuan-Feng Chang R., Shadloo B., Ahmed H. U., Lerthattasilp T., Kanba S. (2011), Does the "Hikikomori" Syndrome of Social Withdrawal Exist Outside Japan? A Preliminary International Investigation, in *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 47, pp. 1061-75

- Kato T.A., Hashimoto R., Hayakawa K., Kubo H., Watabe M., Teo A. R., Kanba S. (2016), "Multidimensional anatomy of 'modern type depression' in Japan: A proposal for a different diagnostic approach to depression beyond the DSM-5", *Psychiatry and clinical neurosciences*, 70(1), pp. 7-23

- Kato, T. A., Kanba, S., & Teo, A. R. (2019). Hikikomori: multidimensional understanding, assessment, and future international perspectives. *Psychiatry and clinical neurosciences*, 73(8), 427-440.

- Kondo N., Kondo N., Sakai M, Kuroda Y., Kiyota Y., Kitabata Y., Kurosawa M. (2013), General Condition of Hikikomori (Prolonged Social Withdrawal) in Japan: Psychiatric Diagnosis and Outcome, in *mental Health Welfare Centres, in*

International Journal of Social Psychiatry, 59(1), pp. 79-86

●Koyama A, Miyake Y., Kawakami N., Tsuchiya M., Tachimori H., Takeshima T. (2008), Lifetime prevalence, psychiatric comorbidity and demographic correlates of Hikikomori in a Community Population in Japan, *Elsevier Ireland*, 176, pp. 69-74.

●Kumpfer K. L., Alvarado R., Smith P., Bellamy N. (2002), Cultural Sensitivity and Adaptation in Family-based Interventions, in *Prevention Science*, 3, pp.241-6

●Laera A. (2019), Hikikomori: il ritiro sociale grave ha gli occhi a mandorla, in *Psicoterapeuti in formazione*, 24, pp. 4-32
(<http://www.psicoterapeutiinformazione.it/wp-content/uploads/2020/05/1-Laera-Hikikomori-1.pdf>; consultato il 25 marzo 2022)

●Li T. M.H. E Wong P.W.C. (2015) *Editorial perspective: Pathological social withdrawal during adolescence: a culture specific or a global phenomenon?* Journal of child Psychology and Psychiatry 56(10), pp. 1039-1041

●Mangrulkar L., Whitman C. V., Posner M., (2001), *Life Skills approach to Child and Adolescence Healty Human Development*, Pan American Health Organization, Washington DC.

●Marazziti D., et al. (2015), *Dipendenze senza sostanza: aspetti clinici e terapeutici*, in "Journal of Psychopathology", 21, pp. 72-84

●Mariani, U., Schiralli, R. (2012). *Intelligenza emotiva a scuola. Percorso formativo per l'intervento con gli alunni.* : Erickson, Trento

●Michelin Salomon A. (2007), *La cura educativa tra prevenzione e orientamento*, in Id. (a cura di), *Modi e luoghi dell'agire educativo*, Antonello di Messina, Messina, pp. 21-36

●McIntyre, E., Wiener, K. K. K., & Saliba, A. J. (2015). Compulsive Internet use and relations between social connectedness, and introversion. *Computers in Human Behavior*, 48, 569–574. doi:10.1016/j.chb.2015.02.021

●Negri S. (2014), *la consulenza pedagogica*, Carrocci, Roma

●Norris, E., Saito, T., & Angles, J. (2014). Hikikomori – Adolescence without end. *Asian Studies Review*, 38(3), 514–516. doi:10.1080/10357823.2014.934753

●Pierdominici C. (2008), *Intervista a Tamaki Saito sul fenomeno Hikikomori*, in “Psychomedia telematic Review,
(<http://www.psychomedia.it/pm/pit/cybpat/pierdominici-palma.htm>; consultato il 15 aprile 2022)

●Ricci C. (2008), *Hikikomori: adolescenti in volontaria reclusione*, FrancoAngeli, Milano

●Ricci C. (2009), *Hikikomori. Narrazioni da una porta chiusa*, Aracne, Roma

●Ricci C. (2011), *L'esperienza antropologica giapponese*, in G. Saggiocco (a cura di), *Hikikomori e adolescenza. Fenomenologia dell'autoreclusione*, Mimesis, Milano-Udine, pp.27-40

●Ricci C. (2014), *La volontaria reclusione. Italia e Giappone: un legame inquietante*, Aracne, Roma

●Rotondi M. (2000), *Facilitare all'apprendere*, FrancoAngeli, Milano

●Saggiocco, G. (2011). *Hikikomori e adolescenza - fenomenologia dell'autoreclusione*, Mimesis, Milano

●Saito T. (1998), *Hikikomori: Adolescence Without End*, University of Minnesota Press, Minneapolis

●Salovey P., Mayer J. D. (1990), Emotional Intelligence, in *Imagination, Cognition and Personality*, 9, pp. 185-211

●Simeone D. (2004), *La consulenza educativa*, Vita e Pensiero, Milano

- Spafkin R.P. et al. (2002), *Manuale delle abilità sociali*, Erickson, Trento

- Spiniello R., Piotti A., Comazzi D., (2015) *Il corpo in una stanza. Adolescenti ritirati che vivono di computer*, Franco-Angeli, Milano.

- Steinberg L., Silk J. (2002), *Family Life During Adolescence*, in J. Brooks-Gunn (ed.), *Adolescence Lives*, Harvard University Press, Cambridge (MA)

- Stip E. et al. (2016), Internet Addiction, Hikikomori Syndrome and the Prodromal Phase of Psychosis, in *Frontiers in Psychiatry*, vol.7 (<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2016.00006>)

- Suwa M., Suzuki K. (2013). The phenomenon of “Hikikomori” (social withdrawal) and the socio-cultural situation in Japan today, in *Journal of Psychopathology*, 19, pp. 191-198.

- Tajan, N. (2015). Social withdrawal and psychiatry: A comprehensive review of Hikikomori. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 63(5), 324-331. doi:10.1016/j.neurenf.2015.03.008

- Tajan N. (2017), “*Hikikomori: The Japanese Cabinet Office's 2016 Survey of Acute Social Withdrawal*”, in *The Asia-Pacific Journal* 15(5).

- Teo A.R. (2012) Social isolation associated with depression: a case report of Hikikomori, in *Int. J.Soc. Psychiatry*, 59(4), pp. 339-41. (doi: 10.1177/0020764012437128)

- Uchida, Y., & Norasakkunkit, V. (2015). The NEET and Hikikomori spectrum: Assessing the risks and consequences of becoming culturally marginalized.

Frontiers in Psychology, 6, 1117. doi:10.3389/fpsyg.2015.01117

●Umeda, M., & Kawakami, N. (2012). Association of childhood family environments with the risk of social withdrawal ('hikikomori') in the community population in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 66(2), 121–129. doi:10.1111/j.1440-1819.2011.02292.x

●Varnum M.E.W., Kwon J.Y. (2016), The Ecology of Withdrawal. Commentary: the Neet and Hikikomori Spectrum: Assessing the risks and consequences of becoming culturally marginalized, in *Frontiers in Psychology*, May 2016, Volume 7, article 764. (consultabile: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00764>)

●Vertue F.M. (2003), From adaptive emotion to dysfunction: An attachment perspective on social anxiety disorder, in *Personality and Social Psychology Review*, 7, pp.170-191 (doi: 10.1207/S15327957PSPR0702_170-191)

●Vygotskij L. (1990), *Pensiero e linguaggio*, trad. it. L. Mecacci (a cura di), Laterza, Roma-Bari

●Zielenziger M. (2008), *Non voglio più vivere alla luce del sole. il disgusto per il mondo esterno di una nuova generazione perduta*, Elliot, Roma, pp. 34