

Marco Crepaldi – Psicologo - Presidente e fondatore dell'associazione [Hikikomori Italia](#)

1-Chi sono i giovani maggiormente coinvolti dal ritiro sociale che intercettate come associazione?

Riceviamo richieste soprattutto da familiari o parenti stretti (circa l'80% del totale). Quando prendiamo in carico i casi, facciamo consulenza online gratuita a ragazzi, che in maggioranza sono maggiorenni, maschi, tra i 20 e i 30 anni.

L'età media, secondo l'ultima rilevazione interna che abbiamo fatto, è di 20 anni, ma ci sono anche casi di ragazzini, che frequentano le scuole medie, e uomini e donne di età superiore a 30 anni. Non riusciamo a prendere in carico persone over 40, a causa del carico di lavoro che abbiamo.

2- Quali sono le cause principali del ritiro sociale?

Sicuramente la causa principale è l'ansia sociale, legata al giudizio, alla difficoltà di adattarsi, a lacune socio-emotive. Entrano in gioco vari fattori, quali i social, le pressioni genitoriali e amicali, l'ansia scolastica.

In generale, il problema è dato dal carico di aspettative e di giudizio caratteristico della nostra società.

3- Quali sono gli strumenti di lavoro principali che utilizzate?

Noi abbiamo principalmente gruppi di auto mutuo aiuto per genitori, facilitati da uno psicologo, che è formato e allineato con gli obiettivi dell'associazione. Offriamo dalle cinque alle dieci sedute online di supporto con un nostro psicologo.

Queste sedute sono finanziate con il 5X1000, poi c'è la possibilità di continuare con delle tariffe calmierate, o di seguire gratuitamente un gruppo di supporto psicologico, che include ragazzi fra i 18 e i 30 anni con problemi di socializzazione. Questo gruppo si trova due volte al mese, sempre online.

Adesso vogliamo aprirne uno per gli over 30, ma la nostra funzione principale è di offrire gruppi di auto mutuo aiuto per genitori, tramite i quali diffondere quelle che noi chiamiamo le buone prassi, ovvero quei comportamenti psicoeducativi (pazienza, non giudizio, ascolto attivo, divieto di approcci punitivi), che si sono rivelati nel tempo più che funzionali per migliorare i rapporti genitori-figli, quindi per costruire alleanza.

4- Negli ultimi anni, e in particolare dopo la pandemia, avete riscontrato un maggiore interesse su questo fenomeno?

No, durante e poco dopo la pandemia se ne è parlato meno. Da un po' di tempo si sta tornando a parlarne, ma non abbastanza, secondo il nostro percepito.

Tante persone sentono parlare di hikikomori, ma in maniera superficiale o fuorviante, ad esempio la confondono con la dipendenza da Internet o da smartphone, che non sono la causa, ma la conseguenza del problema.

Per questo motivo, cerchiamo di informare e di sensibilizzare su questo problema sociale tante più persone possibili, sia professionisti che persone comuni.