



Via IV Novembre, 107 – Roma
Secondo Piano
Segreteria Nazionale
Meritocrazia Italia: Annamaria Bello
segreteriadipresidenza@meritocrazia.eu
+39 338 801 90 11
www.meritocrazia.eu



COMUNICATO

Hikikomori e abuso di internet: le proposte di MI

Il fenomeno degli Hikikomori, nato in Giappone, si sta sviluppando a macchia d'olio anche in Italia, affermandosi come fenomeno globale.

Gli hikikomori sono individui che decidono di isolarsi dalla società, di rinchiudersi – talvolta anche per anni - senza lasciare mai la propria stanza. Le cause di questo atteggiamento sono molteplici: l'ansia sociale, le pressioni esterne da parte di scuola e famiglia e la mancanza di un supporto emotivo adeguato, in uno con l'uso spasmodico dell'internet, aggravano il senso di inadeguatezza e favoriscono l'isolamento. Il fenomeno riguarda principalmente i giovani e, secondo l'Associazione Hikikomori Italia, sono migliaia i soggetti che vivono in questa condizione, aggravatasi con la pandemia e con l'isolamento forzato.

Affrontare questa problematica implica l'impegno e la collaborazione di diversi attori delle società.

Secondo Meritocrazia Italia è necessario un approccio multidisciplinare che coinvolga:

- la **famiglia**, che ha il ruolo di educare e, se possibile, prevenire e deve essere supportata con percorsi di sostegno familiare *ad hoc*;
- la **scuola**, la quale ha il compito di creare ambienti più inclusivi e meno competitivi affinché si promuova il benessere emotivo. Sarebbe utile includere, all'interno dei percorsi scolastici, attività di sensibilizzazione ai temi dell'ansia sociale, del bullismo, della socializzazione e dell'uso corretto dei dispositivi tecnologici. In un secondo momento, poi, è necessario stabilire programmi di reintegrazione sociale, che siano gradualmente, per riabituare i giovani alla vita sociale attraverso attività e sport di gruppo, oltre a percorsi scolastici specializzati;
- le **istituzioni**, che devono riconoscere il problema in quanto tale e avviare programmi di supporto psicologico gratuito per i giovani e le loro famiglie al fine di intraprendere percorsi specializzati, soprattutto per quanto concerne la psicoterapia cognitivo-comportamentale, per lavorare su ansie, fobie, pressioni, e riuscire sia ad avviare attività di prevenzione che di cura del problema.

Il fenomeno degli hikikomori è una sfida in costante crescita, ma con interventi mirati si possono creare percorsi di recupero e reintegrazione sociale, nonché di prevenzione, per arginarlo.

È necessario porre un focus sul rapporto tra gli hikikomori e l'uso di internet.

La rete, infatti, rappresenta un rifugio sicuro e una via di socializzazione alternativa per questi soggetti, ma il suo uso prolungato può aggravare il distacco dalla realtà e contribuire ad aumentare il senso di disagio e inadeguatezza. Rinchiudersi all'interno di mondi virtuali può causare la perdita delle abilità sociali e accrescere il senso di alienazione dallo spazio esterno, oltre ad aggravare lo stato di disorientamento dovuto all'assenza di una *routine* e di una struttura di una giornata regolare.

Meritocrazia auspica maggiore attenzione e regolamentazione nel rapporto tra gli utenti e la rete, incoraggiando un uso più equilibrato e consapevole di *internet* che può invece essere sfruttato per la realizzazione di progetti di reintegrazione sociale mediati dalla tecnologia.

Stop war.

Meritocrazia Italia
Il Presidente Walter Mauriello

