

## Causas y efectos de Hikikomori

Hikikomori, literalmente significa *alejarse y confinar*, es una forma de aislamiento social que se caracteriza por la negativa a toda iniciativa que tenga como fin *aventurarse* fuera de la habitación o del domicilio<sup>1</sup>. La razón para quedarse en casa se debe al deseo de estar solos, un sentimiento apatía hacia el mundo exterior unido al temor a salir de su entorno protegido. El término fue acuñado por el Dr. Tamaki Saito, un psiquiatra que se estima que hay 1,2 millones que sufren hikikomori en Japón. Sus síntomas incluyen: aislamiento social agudo e incapacidad o falta de disposición para interactuar con otros. Existe una mayor incidencia en varones y surge en la adolescencia.

Los Hikikomori tienden a refugiarse en *realidades alternativas*, tales como los juegos de ordenador, Internet, manga (comic) y anime (películas de animación). Por esta razón, existe la creencia (incorrecta) de que existe una relación entre Hikikomori y Otaku fanático de este tipo publicaciones (manga, anime) que desprecia la interacción social en favor de estos medios de entretenimiento. La realidad es que solo se han encontrado dos factores que inducen al Hikikomori, familiares y socio-económicos.

## Factores familiares contribuyen a Hikikomori

En la estructura familiar tradicional japonesa (como es común) los niños viven con sus padres de manera indefinida hasta graduarse en la universidad, encuentran trabajo o se casan. Incluso no es extraño que compartan techo varias generaciones padres, hijos y nietos. No existe ninguna presión para los adolescentes salgan de casa y se independicen. Esto se basa en el supuesto de que los niños que viven con sus padres contribuirán a la familia y hasta que tengan sus propias vidas estructuradas. Sin embargo un creciente número de adolescentes japoneses eligen quedarse en casa y no hacer nada. Los padres, a veces, excesivamente complacientes no saben cómo detener el desarrollo de esta conducta antisocial del adolescente lo cual facilita que esta conducta perdure en el tiempo.

Otro perfil con cada vez más incidencia es el de familias que tienen un solo hijo (la población de Japón disminuyó en 19.000 personas en el 2004) I. Sus padres tienden a centrar la presión que en generaciones anteriores se repartía entre varios hermanos en su único hijo. En muchos casos este interés porque su hijo triunfe en la vida lleva a los niños a sufrir crisis psicológicas y esconderse de la sociedad.

Este problema se agrava por el hecho de que tener un hijo Hikikomori se considera vergonzoso por lo que los padres pueden optar por permitir que el comportamiento antisocial en lugar de intervenir o buscar ayuda externa.

## Factores socioeconómicos que contribuyen al Hikikomori

---

<sup>1</sup> Se diferencia de la agorafobia, en que dentro del entorno protegido pueden llevar una vida normalizada. Recibir visitas, llamar por teléfono, etc.

Tanto los adolescentes como los adultos están expuestos a factores externos a la unidad familiar y que se han identificado como factores desencadenantes: factores sociales y económicos.

### **Los factores sociales**

Para los adolescentes, la presión para sean conformista en una sociedad que exige uniformidad (la palabra japonesa para *diferentes* también significa *malo*) puede resultar tan grande que, incapaces de hacer frente, eligen retirarse de la sociedad totalmente. En otros casos, la causa de Hikikomori reside en la intensa presión para tener éxito en la escuela. Las instituciones educativas en Japón son altamente competitivas y la aceptación depende de la superación de un examen de ingreso. Por lo que muchos niños comienzan a acudir a los *Juku*, *escuelas preparatorias* a la edad de doce años. Estas academias ofrecen educación complementaria los fines de semana y después de horas regulares de escuela.

### **Factores económicos**

En los últimos diez años, el Karōshi, o muerte por exceso de trabajo, se ha convertido en una creciente preocupación para los trabajadores japoneses.

Tradicionalmente, los hombres japoneses dejaban de lado a su familia (incluso a sí mismos) por el bien de la empresa. En los últimos años, sin embargo, hemos visto una tendencia hacia Datsuzara (abandono de la oficina de estilo de vida de los trabajadores) primero y luego Hikikomori, como el empleado de adultos, incapaz de asumir la carga de trabajo de trituración ha optado por recluírse en su hogar. For other adults, the move to Hikikomori has been attributed to factors, such as depression over Japan's decade long recession and the current state of the job market. Para otros adultos, el paso a Hikikomori se ha atribuido a factores tales como la depresión en la década de Japón larga recesión y el estado actual del mercado de trabajo.

### **Tratamiento**

Desde que en 1998 el término Hikikomori entró en el léxico popular de la mano de los Medios de Comunicación una serie de clínicas y servicios de apoyo han surgido para tratar de ayudar a los jóvenes que lo padecen. Generalmente, los tratamientos que se proponen siguen una de las dos líneas de intervención: la socialización o los métodos psicológicos.

El método de socialización fomenta la reinserción social sacando a la familia del entorno protegido y obligando al joven a interactuar con un grupo de personas cuidadosamente seleccionadas, generalmente de otros Hikikomori en fase de recuperación.

El método psicológico por su parte destaca la necesidad de apoyo psicológico para ayudar a la víctima Hikikomori a salir de su encierro. Algunos modelos insisten en la necesidad sacar a los enfermos de su casa y colocarlos en un medio hospitalario, mientras que otros defienden medios menos invasivos que se puede hacer sin tener que salir de las víctimas de la casa, tales como asesoría a través del teléfono o Internet.