

CULTURA / TENDENCIAS

Por qué un millón de japoneses no quieren salir de sus dormitorios

El Ciudadano · 8 de septiembre de 2015



El fenómeno de los Hikikomori. Los llaman los «aislados»: son jóvenes que fracasan en la sociedad, dejan su estudios y deciden llevar una vida de encierro, de la cual no siempre pueden salir.

¡Bienvenido a NHK! fue una novela, cómic y dibujos animados que se centra en la vida de un hikikomori, un joven japonés aislado de mundo./ Imagen de Internet

Viven en una sociedad de exigencia, de oportunidades para los mejores, donde fallar o ser mediocre no es una opción. Dejar los estudios puede ser para muchos jóvenes japoneses la entrada a una vida de exilio de su propia sociedad; el ingreso a un mundo de aislamiento donde cuánto más tiempo permanezca allí más difícil le será salir. Es más, se estima que **hasta un millón de jóvenes japoneses** permanecen encerrados en sus casas, algunas veces durante décadas. Y tienen nombre son los *Hikikomori*, **los aislados**.



BBC Mundo produjo un largo reportaje para explicar por qué sucede esto y lo compartimos aquí:

Para el caso de un chico identificado como Hide, **los problemas surgieron cuando abandonó el colegio.**

“Empecé a culparme, y mis padres también me responsabilizaron por no acudir a clase. Comenzó a crecer la presión”, cuenta. “Entonces, gradualmente, comencé a tenerle miedo a salir y a temer conocer a gente. Fue entonces cuando ya no pude salir de mi casa”.

Poco a poco, **Hide fue renunciando a todo tipo de comunicación con sus amigos y,** eventualmente, sus padres. Para evitar verlos, dormía durante el día y se sentaba toda la noche a ver la televisión.

“Tuve todo tipo de emociones negativas”, explica. “El deseo de salir, la rabia hacia la sociedad y a mis padres, tristeza por estar en esta condición, temor sobre lo que podría pasar en el futuro y envidia a las personas que llevaban una vida normal”.

Hide se ha vuelto un *hikikomori*.

En Japón, hikikomori es el término que también se utiliza para describir a la gente joven que se aísla. **Es una palabra que todo el mundo conoce.**

El fenómeno tiene raíces en los años 90. Entonces, estos jóvenes pertenecían a familias de clase media, casi todos hombres, y la edad promedio de este retiro voluntario era de 15 años.

Esto puede sonar como pereza de adolescente. ¿Por qué no quedarte en tu cuarto mientras tus padres esperan? Pero, para los psicólogos los que sufren esto están paralizados por un profundo temor social.

“En sus mentes están atormentados”, aclara. “Quieren salir al mundo, quieren hacer amigos y tener novias (o novios), pero no pueden”.

Los síntomas pueden variar. Para algunos, explosiones de violencia se alternan con comportamientos infantiles como patear a la madre. Otros pacientes pueden ser obsesivos, paranoicos y depresivos.

Desde que el psiquiatra Tamaki Saito llamó la atención del fenómeno en los 90, se cree que el número de hikikomori ha aumentado. Una cifra estimada conservadora de personas afectadas sería 200.000. Pero en 2010 una encuesta del gobierno de Japón arrojó una cifra mucho más alta: 700.000. Pero como los que sufren de este fenómeno se esconden, **Saito considera que la cantidad de afectados es todavía mayor, cerca del millón.** Y su edad puede ir de los 21 hasta los 32.

Los motivos para aislarse pueden ser muchos: desde notas bajas hasta un corazón roto. Y las poderosas fuerzas sociales pueden conspirar para mantener a los jóvenes encerrados en sus cuartos.

Una de esas fuerzas es *sekentei*, **la reputación de una persona en la comunidad** y la presión que él o ella siente para impresionar a otros. Mientras más tiempo pasa un hikikomori aislado de la sociedad, más consciente está de su fracaso social.

Ellos pierden cualquier autoestima y confianza que hayan tenido, y la perspectiva de dejar la casa se convierte en **algo aún más aterrador.**

Tras décadas de apoyo a sus niños, los padres japoneses esperan que a cambio muestren respeto y cumplan con su papel en la sociedad de tener un trabajo.

Matsu se convirtió en un hikikomori después de que decepcionara a sus padres sobre su carrera y los cursos universitarios.

“Mentalmente estaba muy bien, pero mis padres me empujaron de tal forma que no quería ir”, cuenta.

Como muchos hikikomori, Matsu era el hijo mayor y recibió todo el peso de las expectativas de los padres. Creció furioso al ver a su hermano menor hacer lo que quería. “Me volví violento y tuve que vivir separado de mi familia”.

Andy Furlong, un académico de la Universidad de Glasgow especializado en la transición de la educación al trabajo, vincula el auge del fenómeno hikikomori con la explosión de la “burbuja económica” de los años 80 y el inicio de la recesión de los 90.

Fue en este punto que se rompió la cinta transportadora de las buenas calificaciones en los colegios que te llevaba a buenas universidades y de allí a excelentes trabajos de por vida. Una generación de japoneses se enfrentó a las inseguridades de los trabajos temporales o de media jornada. Y se convirtió en un estigma, no una simpatía.

A los japoneses que aspiraban a puestos de trabajo se les llamó *arbeiter*, una combinación del término inglés *freelance* y la palabra alemana para trabajador. En los debates políticos se referían a los *arbeiter* como *neets*, personas que no estaban en la educación, en trabajos o cursos de entrenamiento.

Hikikomori, *arbeiter* y *neets* eran formas de describir a las generaciones **dejóvenes buenos para nada**, parásitos de la floja economía japonesa. Generaciones mayores, que se graduaron y consiguieron carreras estables en los años 60 y 70 no podía relacionarse con ellos.

Tamaki Saito asemeja el estado de hikikomori con el de alcoholismo, **imposible dejarlo sin una red de apoyo.**

Su enfoque es empezar con “reorganizar” la relación del paciente con sus padres, armar a madres y padres desesperados con estrategias para reiniciar la comunicación con sus hijos. Cuando el paciente está lo suficientemente bien como para acudir a la clínica en persona, **se lo trata con fármacos y terapia.**

La terapia de grupo es un concepto relativamente nuevo en la psicología japonesa, aunque los grupos de autoayuda se han convertido en **una forma clave para atraer a un hikikomori a la sociedad.**

Fuente: [BBC](#) / [Clarín](#)/Cultura Científica

Fuente: [El Ciudadano](#)