

HIKIKOMORI

UN OUTIL POUR DIAGNOSTIQUER CET ISOLEMENT SOCIAL EXTREME

Par Sophie Raffin

Alors que le phénomène d'isolement social extrême, connu sous le nom japonais d'hikikomori, prend de l'ampleur, des médecins ont développé un nouvel outil pour diagnostiquer plus facilement ce trouble.

L'hikikomori est une forme extrême de retrait social pathologique. Ce phénomène a d'abord été observé au Japon.

Il est de plus en plus observé dans les pays occidentaux, surtout depuis la pandémie.

Un psychiatre a développé un outil pour faciliter le diagnostic.

À la fin des années 90, le Japon a observé des adolescents et jeunes adultes se couper progressivement de la société et vivre reclus dans leur chambre pendant plusieurs mois, voire années. Ces "reclus" majoritairement masculins ont été appelés "des hikikomoris" par les Nippons. Tout d'abord vu comme un problème typiquement japonais, il semble s'étendre à d'autres pays. Un phénomène qui inquiète les professionnels.

Hikikomori : qu'est-ce que cette forme grave de retrait social ?

L'hikikomori est une forme de retrait social pathologique et extrême. Les personnes qui en souffrent, présentent trois caractéristiques importantes : un enfermement au domicile : certains patients restent même reclus dans une seule pièce (le plus souvent leur chambre) ; un isolement social continu d'au moins 6 mois ; des déficiences fonctionnelles ou détresses importantes : anxiété généralisée à l'idée de sortir, sentiment de ne pouvoir répondre aux attentes de la société, évitement des interactions sociales.

Cette peur de l'extérieur apparaît généralement à l'adolescence ou au début de l'âge adulte. Elle conduit souvent les patients à rester dépendants de leurs parents. "Cependant, l'apparition après la trentaine n'est pas rare, et les femmes au foyer et les personnes âgées qui répondent aux critères ci-dessus peuvent également recevoir le diagnostic", précise un article publié dans la revue World Psychiatry en 2020.

La Covid-19 a boosté le phénomène hikikomori dans le monde

Selon des estimations reprises par le Figaro, environ un million de personnes vivraient ainsi enfermées chez elles au Japon. Cela représente près de 3,3 % de la population âgée de 15 à 50 ans du pays. Le syndrome d'hikikomori touche de plus en plus d'Occidentaux et le phénomène s'est accéléré avec la pandémie du SARS-CoV-2.

"Lorsque la Covid-19 a frappé, les gens ont commencé à passer plus de temps seuls, à entrer dans leurs propres grottes", explique le psychiatre américain Dr Alan Teo qui a étudié ce trouble dans un communiqué. "Cela a affecté notre façon de vivre. De plus, la technologie nous incite à regarder nos écrans et pas forcément à nous regarder dans les yeux. Je pense que tous ces facteurs poussent davantage de personnes vers un risque de hikikomori", ajoute l'expert.