

LE SYNDROME HIKIKOMORI - SE RETIRER DU MONDE ?

Quels mécanismes peuvent pousser les gens à se retirer du monde ?

Une question souvent posée tant le syndrome hikikomori fascine depuis quelques années. Révélateur d'une crise intérieure profonde, ce trouble de la personnalité proche du syndrome de Diogène engendre lui aussi un isolement extrême, mais diffère par ses causes et ses manifestations.

Le syndrome hikikomori, qu'est-ce que c'est ?

Le terme « hikikomori » apparaît au Japon dans les années 1990. Défini par le psychiatre japonais Tamaki Saito en 1998, le trouble se caractérise par un repli total de la personne sur elle-même durant une période définie par le gouvernement japonais comme au moins égale à 6 mois. Toutefois, certains hikikomori vivent reclus pendant plusieurs années.

Il est formé de deux idéogrammes : *Hiku* « tirer vers soi » et *Komori* « s'enfermer ».

Historiquement, le phénomène est d'abord lié au contexte économique. À la fin du XXe siècle, le Japon traverse une grave crise qui pousse les personnes impactées, honteuses d'afficher une situation financière dégradée, à se couper des autres. Or, au Japon, les hommes sont encore majoritairement responsables des revenus familiaux. C'est pourquoi ils représentent la plupart des hikikomori.

Aujourd'hui, ces Japonais qui ne sortent pas de chez eux sont toujours majoritairement masculins et âgés de 15 à 35 ans. Ils vivent une réclusion volontaire depuis leur chambre ou leur appartement, ne travaillent pas, ont stoppé leurs études et passent leurs journées à lire des mangas, sur leur ordinateur ou à jouer aux jeux vidéo.

Leur rythme de vie s'en trouve fortement impacté : troubles du sommeil, apathie, anhédonie (perte de la capacité à ressentir le plaisir) et, selon les cas, négligence progressive de leur environnement.

Toutefois, pour de nombreux chercheurs, le phénomène ne serait lié à aucune pathologie psychiatrique, quand d'autres évoquent une dépression atypique, des troubles autistiques, une phobie sociale ou encore un trouble de la personnalité d'origine schizoïde.

En 2016, selon le « Rapport de recherches sur la vie des jeunes » publié par le bureau du cabinet du Japon, le pays compte 540 000 hikikomori chez les 15-39 ans. En 2019, une nouvelle étude, cette fois menée auprès de personnes âgées de 40 à 64 ans, n'en dénombre pas moins de 613 000. Au total, ils seraient plus d'un million à vivre isolés, en marge de la société. En France, comme aux États-Unis, en Espagne ou en Corée du Sud, le phénomène est plus récent bien qu'aussi existant, mais à une moindre échelle. Aussi, il est difficile d'en répertorier le nombre de cas.