

HIKIKOMORI, le tourment même en Europe

22/07/2019

ASAHI SHINBUN

Le terme "hikikomori" commence à être utilisé même en Europe. À travers des documentaires japonais, les cas des jeunes isolés dans leur propre chambre sont connus et l'on prend conscience que des cas similaires existent en Europe également. Les enfants s'enferment chez eux en raison de problèmes notamment relationnel. Les parents souffrent de ne pas trouver de solution. La situation est similaire à celle du Japon.

(Sawaaki HIKITA, Journaliste pour ASAHI SHINBUN, à Montrouge, banlieue de Paris)

L'élément déclencheur peut être la discrimination sur la couleur de la peau

M. **Alban** 20 ans, habite en banlieue parisienne, avec sa mère, et il a une expérience du hikikomori. Il a toujours eu du mal à se socialiser et, selon lui, la discrimination dont il a fait l'objet l'a poussé à être en retrait social.

Alban est originaire d'un **département français d'outre-mer**. « Je ne suis pas blanc. En France, plus la couleur de la peau est foncée, plus les personnes sont discriminées. A l'école, on m'a dit plusieurs fois : « rentre dans ton pays ! », alors que je suis français. » La mort d'une personne qui lui était très proche a également coïncidé avec son blocage, et il n'a plus pu sortir. C'était l'hiver d'il y a 2 ans.

Alban avait l'impression que le regard des autres l'évaluait, et il n'aimait plus que les gens lui posent des questions. Les visiteurs de sa maison lui paraissaient effrayants. Son cycle jour-nuit s'était inversé. « Je savais que ce n'était pas une vie normale, mais je ne me sentais pas motivé. »

Entre-temps, sa mère lui a parlé d'un documentaire japonais sur les personnes qui s'enferment. **Le jeune** avait fait une recherche sur Internet et a été surpris. Le documentaire présentait des personnes qui se trouvaient dans une situation similaire à la sienne. Et les inquiétudes liées au fait que "je suis le seul à être différent" se sont dissipées.

À la fin de l'année dernière, suivant le conseil de sa mère, il est allé consulter le Docteur Marie-Jeanne GUEDJ, psychiatre de Paris qui reçoit depuis près de 30 ans des personnes qui s'enferment chez eux. En étant écouté, il a pu se regarder objectivement. Il a été prescrit des antidépresseurs et il est progressivement devenu capable de sortir. En avril de cette année, il s'est rendu dans sa ville natale, pour la première fois depuis quatre ans. Il peut maintenant avoir des rêves pour l'avenir, c'est de participer au développement de logiciels de jeu qu'il aime. « Je me suis enfermé à la maison pendant deux ans, mais pendant cette période, j'ai sérieusement réfléchi à mon identité et à mon avenir. Avec le recul, je pense que c'était un moment nécessaire. »

Les parents souffrent d'un manque de solution

Comme au Japon, certains parents souffrent d'un manque de solution. **Mme B** 57 ans, professeur de lycée professionnel, vit avec son fils de 24 ans, **Antoine**, en banlieue parisienne. Cela fait neuf mois que **Antoine** ne sort presque pas de la maison. À la maison, il reste dans sa chambre et refuse de laisser sa mère entrer dans sa chambre.

Depuis son plus jeune âge, **il** n'aime pas les activités de groupe et il a commencé à manquer l'école lorsqu'il était en CM1. Il a été victime de harcèlement et de chantage au collège et a fréquemment retiré de l'argent du compte bancaire de sa mère. Il n'a pas assisté aux cours à l'université et a abandonné après plusieurs années de redoublement. Actuellement il ne sort qu'environ une fois par mois. La seule fois où il sort, c'est pour voir son ami d'enfance à Paris. Pour ce faire, il évite les métros bondés et utilise un service de location de voitures.

Mme B craint que « s'il ne trouve pas de travail, il continue à juste rester à la maison », mais aucune solution n'a été trouvée. « Je ne peux pas le forcer à sortir à l'extérieur, je ne peux pas lui poser un ultimatum (pour partir de la maison) », dit-elle, désespérée.

Le Docteur : « N'importe quel pays »

Le Docteur GUEDJ souligne que « des personnes qui se retirent chez elles ou dans leur chambre ont été signalées en Finlande, aux États-Unis, au Nigeria, à Oman, et en Amérique du Sud, etc... Cela peut arriver dans n'importe quel pays. » Selon elle, en France, ce phénomène était déjà signalé dans un ouvrage médical publié en 1953 sous le nom de "claustration". La majorité des personnes qui viennent consulter le Dr GUEDJ sont des hommes. Le Dr GUEDJ organise une réunion mensuelle pour les parents d'enfants en état de hikikomori, car très souvent les parents gardent leur problème pour eux sans pouvoir en parler à leurs proches. Cette réunion, où on peut discuter des problèmes et des souffrances, a un effet apaisant, et tend aussi à avoir un effet positif sur les relations des parents avec leurs enfants qui se sont enfermés.

Des personnes qui s'enferment chez elles ont également été signalées dans un pays voisin de la France, l'Espagne. Le Dr Jose Miguel MARTIN, 54 ans, psychiatre à Barcelone, a écrit en 2014 un article sur la réalité des personnes qui s'enferment. « Comme au Japon, de nombreux cas ont été déclenchés par des harcèlements à l'école ou sur le lieu de travail. », indique-t-il.

Tadaaki FURUHASHI, professeur de psychiatrie au Centre de Recherche sur la Santé, l'Activité Physique et le Sport de l'université de Nagoya, dit : « Les enfants qui s'enferment dans la maison sont parfois considérés comme un phénomène propre au Japon, où ils sont facilement gâtés par leurs parents, mais ce phénomène se produit également en Occident, où l'autonomie individuelle est valorisée. En France, il existe des cas notables de personnes qui s'enferment car elles se sentent aliénées par la société, par exemple parce que leurs parents sont immigrés. »



(La psychiatre, Dr Marie-Jeanne GUEDJ, photos prises par Sawaaki HIKITA)



(Le psychiatre, Dr Jose Miguel MARTIN)