

Novedades

28/08/2020

Sociedad

Aislamiento social juvenil: los "Hikikomori" como un problema sistémico en Japón ... y más allá

20/08/2020

Política Sectorial

El Retiro del 10% en el Sistema de Pensiones Chileno: ¿Protección o Seguridad Social?

30/07/2020

Política Sectorial

La salud pública de Chile en el contexto global: Oportunidades que deja la pandemia de COVID-19

15/07/2020

Sociedad

Dinámicas religiosas y seculares en el mundo global: una conversación con Charles Taylor

26/06/2020

Política

Reforma a Carabineros: lo acordado, lo no discutido, lo urgente y lo importante

Acerca de

Este informe ha sido revisado por el Consejo Editorial de Asuntos Públicos. El contenido no representa necesariamente la opinión del Centro de Estudios del Desarrollo, CED.

©2000 asuntospublicos.cl. Todos los derechos reservados.

Se autoriza la reproducción, total o parcial, de lo publicado en este informe con sólo indicar la fuente.

Aislamiento social juvenil: los "Hikikomori" como un problema sistémico en Japón ... y más allá¹

José Ignacio Maritano González²

I. Introducción: el desafío de la soledad en el siglo XX y el fenómeno "hikikomori"

En 2018, el Museo V&A realizó una exposición que exhibió un centenar de proyectos que estaban dando forma al futuro³. Junto con tecnologías de vanguardia y dispositivos de exploración espacial, se podía encontrar el modelo de un restaurante ¿Su particularidad? Estaba diseñado completamente para clientes individuales. Según su creador, el propósito era romper tabúes en un país (Reino Unido) donde el 30% de los hogares están habitados por una sola persona (Aouf, 2018). De hecho, una proporción cada vez mayor de la población viviendo en soledad no es solo una imagen plausible del futuro, sino una actual preocupación para los responsables políticos, como lo demuestran las campañas públicas que Australia, Japón, Dinamarca y el Reino Unido han llevado a cabo en la materia (The Economist, 2018a). La soledad no solo afecta el bienestar psicológico de las personas, sino que también tiene enormes efectos sobre la salud en un sentido amplio. La creación del primer "Ministro para la Soledad" en el Reino Unido el año pasado es un ejemplo de que los gobiernos están comenzando a tomar medidas.

No obstante, la soledad y el aislamiento se viven en diferentes grados y maneras en diversos grupos de la población. Si bien normalmente se le asocia a personas de edad avanzada o grupos especialmente vulnerables, como los inmigrantes, existe una creciente conciencia de la magnitud de este problema en los jóvenes. La proporción de jóvenes que se sienten solos parece ser tan alta como los "muy viejos" (+85 años), pero, en contraste con ellos, las explicaciones parecen menos específicas y obvias, y los casos son más difíciles de identificar (The Economist, 2018a, 2018b).

Este documento se centra en una forma particularmente grave de aislamiento social, que se encuentra predominantemente - pero no exclusivamente - en los jóvenes: el fenómeno "hikikomori"⁴. Aunque el concepto tiene su origen en Japón, y por tanto la mayoría de los casos de estudio se encuentran allí, existen buenas razones para creer que este problema trasciende las fronteras. En este informe, describiré el fenómeno hikikomori, definiéndolo, y mencionando algunas de sus causas y efectos.

¹ El presente texto se basa en un documento redactado por el autor en el contexto de sus estudios en el Instituto de Innovación y Propósito Público del University College London. Agradecemos la traducción del texto original en inglés, así como las citas contenidas en él, por parte de Dalál María Habboob Martos, abogada, cientista política y pasante CED.

² Abogado, Máster en Políticas Públicas LSE, y estudiante de Máster en Innovación y Valor Público UCL

³ El futuro comienza aquí. 100 proyectos que conforman el mundo del mañana", expuestos en el Museo Victoria y Albert de Londres, del 12 de mayo al 4 de noviembre de 2018.

⁴ Esta palabra, popularizada por Saitō y Angles (2013), se refiere tanto al fenómeno como a las personas afectadas por él. Este término apela al aislamiento (social).

En un segundo informe consideraré cómo un enfoque desde la "complejidad" podría guiarnos a pensar en posibles soluciones sistémicas, examinando después, a la luz de los "puntos de influencia" de Meadows, las respuestas políticas actuales y potenciales. Veremos que, aunque se están haciendo esfuerzos para combatir el problema, las primeras todavía están limitadas a niveles más "bajos" de cambio, pasando por alto las preguntas relacionadas al paradigma y objetivos subyacentes en el sistema económico actual, así como la importancia de los canales de información.

II. Caracterización del fenómeno hikikomori

La primera investigación sistemática sobre hikikomori se remonta a hace veinte años, siendo un hito importante la publicación en 1998 de *"Hikikomori: adolescencia sin fin"* (Saitō & Angles, 2013), influyente obra de Tamaki Saitō, y uno de los primeros esfuerzos para definir el concepto y sus límites. En él, el autor señala dos elementos cruciales para caracterizar el fenómeno hikikomori: la edad (personas de más de veinte años), y una situación de encierro en el hogar por más de 6 meses. Sobre esta base, el Gobierno japonés consideró en sus directrices del año 2003 un conjunto más completo de criterios⁵:

"1) un estilo de vida confinado al hogar; 2) ausencia de interés o disposición para asistir a la escuela o al trabajo; 3) duración de los síntomas de al menos seis meses; 4) exclusión, esquizofrenia, retraso mental u otros trastornos; 5) entre aquellos que no tienen interés o voluntad de asistir a la escuela o al trabajo, los que mantienen relaciones personales (ej. amistades), han sido excluidos" (Teo y Gaw, 2010, p. 3).

Aunque estas condiciones son graves, el número de hikikomori está lejos de ser insignificante. Un estudio de 2010 sugirió que no menos del 1,2% del total de la población japonesa entre los 20 y los 49 años calificaba como tal en algún momento de su vida (Koyama et al., 2010), pero incluso estos números pueden estar subestimando la realidad. Por ejemplo, Saitō calcula que actualmente existen en Japón alrededor de 2 millones de hikikomori (aproximadamente el 1,5% del total de la población nacional), y que podrían aumentar a 10 millones debido a cambios demográficos (Nippon.com, 2019b)⁶. Por otro lado, la Encuesta Nacional Oficial de Hikikomori de 2016 estima un 1,8% de prevalencia entre los 15 y 39 años (Tajan et al., 2019). En resumen, no es posible ignorar la magnitud del problema, sobre todo si también consideramos a las familias de los hikikomori entre los afectados.

Sin embargo, no es solo el número de personas afectadas lo que hace que este fenómeno sea grave, sino también la extensión de la reclusión y la edad de inicio. Aunque las políticas y los expertos generalmente consideran 6 meses de confinamiento como un límite inferior, la duración media antes de consultar es de cinco años (Koyama et al., 2010). Por otro lado, una encuesta gubernamental japonesa, encontró que entre los hikikomori de edad entre 40 y 64, aproximadamente un quinto había estado en esa condición durante 20 años o más (Nippon.com, 2019a). Otros datos oficiales revelan la temprana edad de inicio, comúnmente entre los 15 a 24 años, al igual que el hecho de que casi la mitad de los hikikomori lo han sido durante más de 5 años, y que este es un fenómeno predominantemente masculino (Tajan et al., 2019⁷).

"Efectos" del fenómeno hikikomori y desafíos para las políticas públicas

⁵ Por lo general, los estudios operacionalizan el concepto de hikikomori siguiendo esta definición.

⁶ De hecho, las encuestas oficiales del gobierno ya han reportado un número de 613.00 hikikomori con edades comprendidas entre los 40 y 64 años, y también que un tercio de los que tienen edades comprendidas entre los 40 y 44 años comenzaron cuando ellos tenían entre 20 y 24 años (Nippon.com, 2017, 2019a)

⁷ Alrededor del 60% de los hikikomori encuestados eran hombres.

Los efectos del hikikomori son diversos y severos. Además de enfermedades de salud mental como la depresión, demencia y ansiedad, se ha demostrado que el aislamiento conduce a una esperanza de vida más corta y enfermedades crónicas (Cole et al., 2015; Holt-Lunstad et al., 2010; The Economist, 2018b). A su vez, esto también se traduce en un mayor gasto público en salud. Además, en los casos más severos, donde incluso la comunicación con el núcleo familiar se rompe, los afectados pierden progresivamente sus medios para vivir de forma independiente, así como sus habilidades de socialización y comunicación, disminuyendo las posibilidades de volver a la educación o el trabajo. A veces, también conduce a episodios violentos dentro del hogar, mientras que toda la familia pasa a un estado de "parálisis mental y emocional" (Nippon.com, 2017). Además, también podemos considerar que la ausencia del hikikomori del trabajo y la educación formal tiene un efecto social negativo, por ejemplo, al disminuir la fuerza laboral y, por lo tanto, las contribuciones para mantener el sistema de bienestar. En resumen, hay considerables efectos individuales, familiares y sociales, desde la salud hasta la economía.

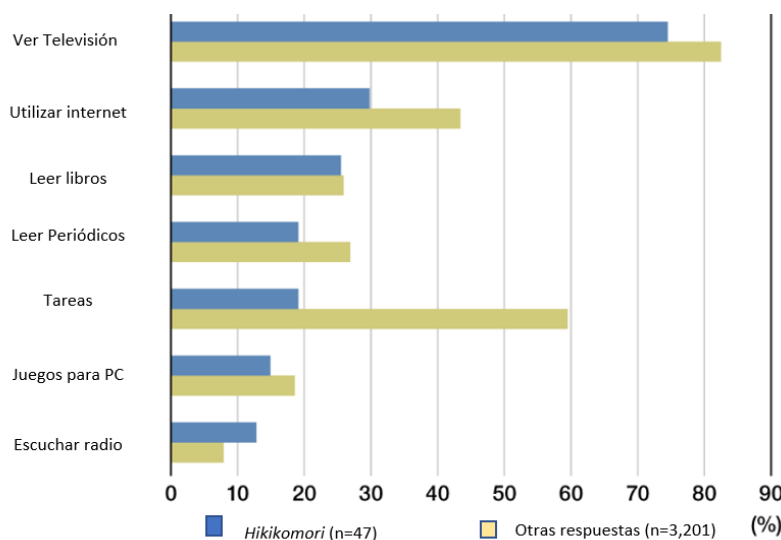
Causas

¿Cuáles son las causas subyacentes que explican que tantos jóvenes se aparten socialmente durante tanto tiempo? Se han propuesto numerosas explicaciones.

i) *Tecnología.* La opinión pública comúnmente asocia hikikomori a la adicción a los juegos en línea. Horas frente a la pantalla sería la razón para no abandonar la habitación o el hogar. Aunque la televisión e internet son actividades populares, no son las únicas que desarrollan los hikikomori, y los juegos en línea ni siquiera se encuentran entre las principales, como lo muestra el siguiente gráfico. Además, tal explicación parece demasiado simplista para dar cuenta de la naturaleza y la magnitud del fenómeno hikikomori.

Gráfico 1

Actividades frecuentes en el hogar (respuestas múltiples)



Cumplido por Nippon.com basado en la encuesta de la oficina del gabinete sobre las condiciones de vida.

Fuente: Nippon.com (2019a)

ii) *Trastornos de salud mental.* Otra explicación popular apunta hacia la salud mental, como hacen Kato et al. (2018, p. 106), quienes encontraron que el fenómeno hikikomori "puede ser comórbido con varios trastornos psiquiátricos, incluida la personalidad evitativa, el trastorno de ansiedad social y la depresión grave", así como "trastornos del espectro autista y estados de esquizofrenia latentes o prodrómicos". En la misma línea, Koyama et al. (2010) afirman que la consulta clínica de hikikomori con frecuencia mostró una amplia gama de trastornos psiquiátricos. Curiosamente, estos mismos autores han estimado que, si bien la comorbilidad con enfermedades mentales es frecuente, en al menos la mitad de los casos no es así⁸, lo que hace que este fenómeno sea aún más desconcertante.

iii) *Características personales.* Chong y Chan (2012) creen que las características personales pueden tener una fuerte influencia. En particular, elementos como redes de apoyo pequeñas y poco desarrollo previo de habilidades sociales, así como los traumas en el desarrollo personal (Hattori, 2006), a menudo se señalan como causa. Uno de los motivos más repetidos que el hikikomori autoinforma para explicar su condición, es la incapacidad para hacer frente al fracaso académico y a los problemas relacionados con "sekentei" (reputación) (Fong Yong y Kaneko, 2016).

iv) *Cultura.* Siguiendo la última idea, algunos piensan que el aumento del sentimiento de vergüenza y la percepción de fracaso que conduce al hikikomori se explica, a su vez, por cuestiones culturales, por lo que este sería un fenómeno "culturalmente restringido" a Japón (Teo y Gaw, 2010). El confucianismo no solo apelaría a un estricto sentido del deber, sino que también configuraría las relaciones familiares (Furlong, 2008). De hecho, para Saitō, el hikikomori posiblemente no tendría hogar en las sociedades más individualistas y menos "familiaristas" (Nippon.com, 2019b). Además, el "amae", un concepto que denota lazos infantiles de apego y dependencia a un padre (especialmente la madre), común en las familias japonesas, también se ha considerado un factor explicativo.

v) *Sistema económico.* Incluso cuando la cultura pueda desempeñar un papel importante, las ansiedades derivadas de una abrumadora orientación hacia la competitividad económica también puede ser una consecuencia natural de un sistema que está quebrado (Fong Yong y Kaneko, 2016). Como afirma Furlong (2008, p. 323), "una sociedad próspera y relativamente igualitaria con una estructura ocupacional estable en el pasado, Japón es hoy un país con un rápido aumento de los niveles de desigualdad de ingresos y pobreza, y es un país que muestra niveles extremadamente altos de informalidad laboral e inseguridad". Para este autor, así como para Fong Yong y Kaneko (2016), en el corazón del fenómeno hikikomori hay un "cambio de estructuras de oportunidades", de trabajos seguros de por vida a precariedad e inseguridad laboral. De hecho, basándonos en Wilkinson y Pickett (2019), es esperable encontrar altos niveles de estrés, ansiedad social y enfermedades mentales en sociedades donde la desigualdad está aumentando, y esto se ve a través de toda la "escala social", no sólo entre los más pobres. Por otro lado, equiparar los conceptos de "valor" con el de rentabilidad, como sucede hoy (Mazzucato, 2018), también podría estar conduciendo a una disminución del sentido del autoestima y propósito en la población más joven, la cual enfrenta dificultades para ingresar al mercado laboral formal.

¿Un problema de Japón?

El panorama económico descrito en el punto anterior (la creciente desigualdad y "precarización") hoy se repite en muchos países, aún dentro de los más desarrollados. En consecuencia, si realmente éste es un

⁸ Lo que ha llegado a conocerse como "hikikomori primario" entre los investigadores.

elemento explicativo relevante para un hikikomori, entonces variantes de este fenómeno también deberían estar presentes en ellos. Un número creciente de estudios parece confirmar esta predicción, ya que síndromes similares han sido detectados en Canadá, India, Italia, Omán, España, EE. UU., Hong Kong y Corea del Sur, estimándose en este último unos 300,000 casos (Fong Yong y Kaneko, 2016; Kato et al., 2018; Nippon.com, 2019b). Como lo resumen Fong Yong y Kaneko (2016, p. 13), "las características del mecanismo de defensa del hikikomori no son culturalmente específicas, pero es más probable que sean una adaptación específica a los competitivos cambios sociales contemporáneos y las relaciones humanas que producen estos cambios. Esto sugiere la posibilidad de un creciente fenómeno intercultural". En consecuencia, comprender las complejas relaciones e interacciones de esta condición se vuelve aún más importante para los investigadores y tomadores de decisiones. De ello tratará la segunda parte de este informe.