

# Il ritiro sociale è un'esperienza che ci riguarda tutti? Riflessioni sull'hikikomori a partire da un film contemporaneo

di Matteo Albertinelli\*

[Ricevuto il 14/12/2021  
Accettato il 27/06/2023]

## Riassunto

L'autore propone il film *1000 Arten Regen zu beschreiben* come spunto per conoscere la situazione di una famiglia il cui figlio vive una condizione di ritiro sociale. L'autore, quindi, propone che la specificità dell'esperienza del ritiro non sia l'isolamento sociale in sé ma la rappresentazione interna di oggetti invadenti e critici e, contemporaneamente, non disposti a fornire esperienze di positivo rispecchiamento. L'autore propone quindi che le esperienze in cui si desidera padroneggiare e limitare la presenza di un oggetto siano fra quelle che più facilmente consentono un'identificazione con questi pazienti, fra le esperienze umane comuni.

*Parole chiave:* Ritiro sociale, Hikikomori, Ansia sociale, Cinema, Covid-19, Zoom.

**Abstract.** *English Title: Is social withdrawal something that concerns all of us? Reflection on hikikomori inspired by a contemporary film*

The author proposes the film *1000 Arten Regen zu beschreiben* as an inspiration to get to know the issues of a family living with a socially withdrawn child. The author then proposes that the specificity of the experience of social withdrawal doesn't lie in social isolation per se but in the internal representation of objects which are both invasive, critical and unavailable for positive mirroring. The author

\* Psicologo, psicoterapeuta COIRAG, socio Asvegra, socio AIADC (via Timavo, 28 – 35030 Selvazzano Dentro PD); ma.albertinelli@gmail.com

*Gruppi/Groups* (ISSN 1826-2589, ISSN e 1972-4837), 1/2022  
DOI: 10.3280/gruoal-2022oa17973

CONNESSIONI

proposes then the those experiences in witch one wishes to master and limit the presence of an object are the ones the allow us more easily to identify with these patients, when we think of common human experiences.

*Keywords:* Social withdrawal, Hikikomori, Social anxiety, Cinema, Covid-19, Zoom.

*1000 Arten Regen zu beschreiben (Mille modi per descrivere la pioggia)* è un film che racconta la storia di una famiglia che convive con un figlio che dal giorno del proprio diciottesimo compleanno vive confinato in camera, evitando ogni contatto con la famiglia.

Si tratta di una pellicola proposta nell'ambito della dodicesima edizione Festival Nuovo Cinema Europa (FNCE), manifestazione che ha l'obiettivo di promuovere il cinema europeo contemporaneo presso il pubblico italiano.

Il film era stato già proposto (e premiato) nell'edizione 2018 del Festival, ma a uso esclusivo del pubblico presente in sala a Genova, dove si tiene annualmente la manifestazione. L'interesse suscitato ha fatto sì che fosse riproposto, online, a dicembre 2021. Dopo la visione, il pubblico ha potuto partecipare a un incontro via Zoom in cui hanno dialogato la regista Isa Prahl, il direttore dell'Ennesimo Film Festival Federico Ferrari e io in qualità di psicoterapeuta che si occupa di ragazzi con storie simili a quella rappresentata nel film.

Dopo un rapido scambio preliminare, decido assieme alla direttrice del FNCE Angela Ferrari che il mio ruolo avrebbe potuto essere quello di aiutare il pubblico a mettersi nei panni di chi fa questa esperienza di vita, tenendo a mente il fatto che la pandemia di Covid-19 ha fatto sì che quasi tutti noi sperimentassimo esperienze di isolamento parziale o, in alcuni casi, totale.

Questo spunto mi è sembrato interessantissimo, e mi è parso che la differenza sfuggente fra chi cerca l'isolamento e chi lo subisce possa essere un tema interessante per molti dei lettori di *Gruppi*. Il testo che segue è sostanzialmente una rielaborazione degli appunti presi prima della serata.

Dirò poco del film, giusto per garantire uno sfondo di senso minimo, senza illusioni che questo possa sostituire la visione del film (o peggio, ridurre il film alla sola trama).

Sul piano diegetico, viene rappresentata l'esasperazione della famiglia davanti al figlio diciottenne Mike, chiuso nella propria stanza. La sua unica forma di contatto con la mamma è quella di accettare i pasti che lei gli lascia davanti alla porta della camera; i rapporti con il papà si riducono al subirne le urla rabbiose, filtrate dalla porta bianca della camera; la porta rimane chiusa anche davanti alle attenzioni del cane di casa. Mike mantiene invece un contatto più intenso con la sorella a cui lascia dei biglietti in cui riporta stringatissime informazioni di carattere meteorologico a proposito di eventi

piovosi che si verificano in diverse parti del mondo. Parallelamente, si scopre che le vite dei genitori e della sorella sono piuttosto travagliate anche al di fuori dei rapporti con il ragazzo ritirato.

## **Uno sguardo clinico**

Guardando il film dal punto di vista del clinico, si trova che diversi dei suoi contenuti sono molto vicini a sentimenti e situazioni raccontati da famiglie simili a quella rappresentata.

I genitori di Mike sono arrabbiati con lui, frustrati dall'impossibilità di intervenire attivamente in modo da fargli cambiare comportamento.

Alcuni dei loro comportamenti, come il fatto di raccontare che il figlio si sarebbe trasferito negli Stati Uniti o nascondersi per sfuggire a una visita dei nonni, comunicano un forte sentimento di vergogna di questi genitori. D'altra parte, si trovano a vivere una situazione in cui i comportamenti del figlio, incoercibile, sostanzialmente li attacca proprio nel loro ruolo di genitori. Le opinioni poco informate e sottili delle persone vicine fanno il resto.

Nel film sembra che il sentimento di vergogna venga affrontato tentando di modificare le premesse che lo generano: si prova a invogliare Mike a uscire cantandogli "Tanti auguri" alla porta, appendendo lenzuoli con graffiti affettuosi fuori dalla sua finestra, o si prova a raggiungerlo convincendo un suo vecchio amico a scrivergli.

Quando tutti questi tentativi non portano a nulla, i genitori vanno da un medico, per capire se Mike sia malato, ma il riscontro è snervante: è un adulto ormai, è lui che decide per se stesso.

## **Due frustrazioni a confronto**

Seguendo la serie dei contenuti proposti dal film, viene da pensare a come un ragazzo che si ritira nella propria stanza esponga i genitori alla stessa frustrazione provata da lui stesso: i genitori sono frustrati perché perdendo un figlio che li ascolti entrano in crisi rispetto al proprio ruolo. L'abbandono parziale o totale della scuola, spesso uno dei primi inequivocabili punti critici a emergere con chiarezza e che può accompagnarsi a un ritiro dalle relazioni sociali di intensità variabile, è un elemento di crisi particolarmente forte anche in quanto si tratta di qualcosa che costringe i genitori a misurarsi con la propria impotenza davanti alle richieste e alla sofferenza del ragazzo.

Parallelamente, quello che si trova nei ragazzi in hikikomori<sup>1</sup> è che essi stessi soffrono a causa di limiti imposti da altri. Si tratta di adolescenti che sentono di aver perso la partita del confronto con i coetanei e che, di conseguenza, finiscono per entrare in crisi nel proprio ruolo di soggetti che appartengono a un mondo di pari a cui sentirsi assimilabili (una descrizione dettagliata di questo aspetto si trova in Lancini 2019).

Quindi, sia nei ragazzi isolati che nei loro genitori si ritrova una sofferenza che origina dalla percezione che l'altro metta in discussione il proprio valore personale.

Qui però emerge anche una prima differenza: i genitori vivono una condizione di narcisismo che è sì ferito, ma a causa della situazione contingente (a meno ovviamente che non siano essi stessi portatori di fragilità indipendenti).

L'autostima di questi adulti viene minata relativamente ad alcune delle loro particolari funzioni, come quelle di accudimento dei figli, ma all'interno di un quadro di narcisismo di base sufficientemente solido. E credo che spesso questi adulti siano in grado di contattare degli specialisti proprio in quanto la sensazione di fallimento che provano non impedisce loro di sentirsi in grado di attingere alle risorse di altri esseri umani benevoli che possano restituire la continuità del Sé (nel senso che vi dà Winnicott 1949<sup>2</sup>).

L'accudimento del figlio che può passare, ad esempio, attraverso la psicoterapia del ragazzo, il sostegno ai genitori o la mediazione con la scuola sono, in questo senso, cura di un oggetto esterno e di una parte di sé identificata con esso e da questo difficilmente distinguibile.

La condizione del figlio, però, è diversa da quella appena descritta: la sua ferita narcisistica non dipende tanto da uno spiacevole scontro con l'immagine irraggiungibile di qualche coetaneo che apparirà più attrezzato per

<sup>1</sup> Il fenomeno clinico del ritiro sociale e/o hikikomori è piagato dal caos terminologico e diagnostico che ne rende difficilmente identificabili le caratteristiche peculiari e, soprattutto, i confini. Senza l'individuazione degli elementi caratterizzanti dei quadri di ritiro sociale, soprattutto in termini psicodinamici, si rischia di mescolare fra loro realtà molto diverse. Nel testo scelgo di utilizzare il termine hikikomori in quanto la situazione descritta nel film è molto vicina a quelle originariamente descritte da Tamaki Saito (2013), oltre a essere il termine probabilmente più familiare al pubblico non specialistico a cui mi rivolgevo in occasione della proiezione del film. Si segnala inoltre che questo testo è stato scritto prima delle riflessioni in chiave grupale sull'hikikomori di Borsetto (2022).

<sup>2</sup> Winnicott (1949) definisce il Sé come la «continuità dello sperimentare (...) periodicamente interrotta da fasi di reazione alle pressioni» (p. 231). Sebbene in questa sede l'autore si riferisca alle esperienze infantili precoci, credo che la definizione possa essere estesa alle situazioni esperibili anche in età adulta, in cui contingenze frustranti obbligano a sperimentare una condizione di disagio ripianabile con una loro assimilazione quanto più coerente possibile con il resto dell'esperienza del Sé.

affrontare il mondo lontano, sprezzante e ostile verso di lui. Un incontro simile è quello che apre una crisi dell'amor proprio che è antecedente, qualcosa contro a cui il ragazzo tenta di lottare da tempo.

Questa crisi viene slatentizzata da un evento traumatico o, molto più di frequente, da una somma di stimoli (nel senso del trauma cumulativo di Khan, 1963) che confermano all'adolescente la propria inadeguatezza: la vergogna che l'adolescente, futuro hikikomori, prova davanti ai coetanei dai quali si sente rifiutato e non desiderato conferma la paura di doversi vergognare per una propria radicale inadeguatezza, percezione che fino a quel momento era stato possibile tenere a bada. Si tratta di ragazzi la cui grandiosità del Sé (nel senso di Kohut, 1971) non sembra mai essere arrivata a essere sufficientemente celebrata da poter essere andata a costituire un fondo narcisistico sufficientemente solido.

## **Incomunicabilità**

Questa differenza fondamentale fra genitori e figli crea una difficoltà di comunicazione fra le due parti. Nel film, ad esempio, si vede il padre che richiama Mike alle proprie responsabilità, come tanti papà che danno in escandescenza per paura di non riuscire a trasmettere al figlio degli elementi di realtà che considera essenziali per il suo sviluppo: "Nella vita sarà necessario che tu stringa i denti e ti dia da fare anche se non vuoi e ti fa stare male".

Nel film (come nella realtà, spesso), l'appello non porta a nulla. Questo accade in quanto le esortazioni del padre partono da presupposti diversi da quelli su cui si basa la capacità di ricezione del ragazzo: per un soggetto che gode di un'autostima sufficientemente solida, un difetto narcisistico (come il fatto di non riuscire ad avere voce in capitolo con un figlio), può rappresentare un problema doloroso che però non compromette la propria integrità narcisistica globale. Si tratta di ignorare, coprire, dimenticare o, quando possibile, correggere il difetto in quanto limita le risorse a disposizione dell'Io. L'Io, cioè, può rispondere con l'elaborazione o con una difesa davanti a una pulsante ferita narcisistica che, se rimane aperta, sarà fonte di angoscia e di dispendio di risorse psichiche tese alla sua gestione.

L'Io dell'hikikomori è invece sommerso dalle richieste del Sé (Kohut, 1977)<sup>3</sup> e sembra impegnato in una continua operazione di tamponamento

<sup>3</sup> Kohut (1977) parla di una psicologia del Sé complementare a quella del conflitto: nel caso delle persone in hikikomori ci si trova solitamente di fronte a un disequilibrio fra queste due componenti essenziali dello psichico che vede una sovrabbondanza di operazioni a compensazione di un narcisismo carente.

delle falle. L'isolamento sociale permette di mantenere gestibile lo stato di stimolazione-minaccia narcisistica. Il ragazzo ritirato, cioè, non è in grado di sobbarcarsi il lavoro psichico (Kaës, 2015) che comporterebbe un ritorno a scuola o di contattare un coetaneo di cui non si fidi già, perché il suo Io, energeticamente deprivato dal Sé, al momento non è in grado di sostenere le operazioni di legame (Freud, 1920) che questo comporterebbe. Per potersi esporre a un grado di frustrazione maggiore, c'è bisogno che si alleni all'interno di una relazione sufficientemente sicura che ne rafforzi il Sé.

Benché sia inizialmente un estraneo sospetto, lo psicoterapeuta ha qualche speranza di accesso a patto che l'adolescente possa prefigurarselo come qualcuno con il compito di farlo star bene e che quindi, sia meno minaccioso rispetto ad altri estranei. Questa rappresentazione è, ovviamente, controbilanciata da quella di un terapeuta cattivo, che ha il compito di trovare un modo per rispedirlo presto a scuola e di buttare via le sue parti malate e impresentabili. La serenità con cui i genitori riescono a proporre il terapeuta può essere di grande aiuto perché l'adolescente sia disposto ad accogliere la speranza che la rappresentazione positiva prevalga.

Questa fondamentale distinzione fra le diverse forme di sofferenza di genitori e ragazzi ritirati ci può finalmente portare a parlare di cosa si possa trovare di simile all'esperienza del ritiro dentro a ciascuno di noi, indipendentemente dalle tendenze personali, a godere più dell'apporto affettivo degli altri, delle cose materiali (Albertinelli e Rizzo, 2020) o degli interessi creativi solitari (Storr, 1988).

A questo proposito, direi che pensare che l'esperienza dell'isolamento durante il lockdown sia qualcosa che accomuna tutti alle persone socialmente ritirate può essere un errore.

Durante i confinamenti sperimentati durante la pandemia di Covid-19, soprattutto i più severi, quelli iniziali, in cui l'Italia era sola, prima vittima occidentale e piuttosto disarmata contro al nemico sconosciuto, molti di noi hanno sofferto in quanto si trovavano nell'impossibilità di stare in contatto con persone amate e desiderate.

L'autoconfinamento del ritirato sociale ha un altro sapore; si tratta di un'esperienza che consente di sperimentare il sollievo di sentirsi al riparo dagli altri.

Da questo punto di vista, i due confinamenti non sono la stessa cosa, perché nel primo caso si tratta di una situazione subita e sofferta a causa delle sue implicazioni mentre, nel secondo caso, si tratta di una situazione ricercata attivamente proprio in virtù delle sue implicazioni.

Nel primo caso, ci troviamo davanti a un soggetto che rischia di sentirsi depauperato perché viene affamato dall'assenza dell'amore dell'altro, con conseguente stimolazione dell'emergere di situazioni di crisi.

Nel secondo caso, siamo davanti a un soggetto che si mette al riparo dalla presenza dell'altro, perché è proprio quella a consumarlo e a indebolirlo, in quanto viene avvertita come ingestibile: ci si ritira proprio allo scopo di evitare occasioni di crisi.

## **Identificarsi con il ritiro sociale**

Se vogliamo cercare un'esperienza simile a quella dei ragazzi in autoconfinamento, possiamo pensare al piacere che molti di noi hanno provato a fare alcuni incontri di lavoro a distanza, in particolare alle riunioni via Zoom.

Non solo, però, in quanto si trattava di occasioni utili al mantenimento di una socialità, ma anche perché si tratta di occasioni in cui mi sembra che almeno alcuni di noi abbiano legittimamente sperimentato il piacere di sentirsi al riparo dalle riunioni in sé, in quanto situazioni spesso avvertite come faticose.

Non credo che questa fatica possa essere ricondotta solo al dispendio di tempo impiegato per recarsi presso il luogo dove si svolge una riunione faccia-a-faccia. Credo invece che occasioni come le riunioni di lavoro contengano elementi relazionali la cui elaborazione richiede una certa quantità di lavoro psichico che è indipendente da quello richiesto per portare a termine il compito che si dà un gruppo di lavoro.

Una riunione, anche fra persone che si vogliono sufficientemente bene, può prevedere ad esempio un confronto di idee, da cui alcune usciranno vincitrici e altre sconfitte. Può prevedere anche di dover giudicare quali delle proprie idee siano presentabili e quali sia necessario tenere per sé. Più specificamente, vi si sperimenta anche la necessità di dosare i propri interventi, come si troverebbe in qualsiasi gruppo. Insomma, ciascuna riunione è un'occasione in cui si subiscono piccoli urti narcisistici.

Svolgere queste riunioni via Zoom è qualcosa che può mettere ciascuno dei soggetti coinvolti parzialmente al riparo da questi urti. Non perché il tasso di coinvolgimento personale sia necessariamente meno alto, quando ci si incontra online (altrimenti sarebbe impossibile usare uno strumento come Zoom per combinare qualcosa in psicoterapia), ma perché uno strumento come quello della videochiamata può essere piegato a degli scopi difensivi.

Il semplice fatto di levarsi le scarpe, piacere che difficilmente ci si concederebbe durante una riunione in presenza fisica, può rappresentare una piccola e preziosa manifestazione di indipendenza. Sono cioè io a dettare i modi dell'incontro e sono padrone del mio piacere, meno dipendente dall'influenza che gli altri hanno su di esso. Il fatto di poter sfuggire più facilmente agli sguardi e all'attenzione degli altri e di potersi distrarre più facilmente,

magari con attività parallele, permette di dosare il proprio contatto con la presenza degli altri, limitandone quindi la portata invasiva.

Anche qui c'è una differenza sostanziale da sottolineare, però. Per chi non è tentato dall'esperienza del ritiro sociale, limitare la presenza degli altri è un piacere passeggero, che non contraddice il fatto che l'immagine dell'altro dentro di sé sia una componente fondamentale della propria mente, a cui si è naturalmente, fairbairnamente orientati (Fairbairn, 1952; Albertinelli, 2019). L'altro è ragionevolmente raggiungibile e disponibile a un dialogo in cui sentirsi rispecchiati, grazie a una solidità narcisistica che permette di dare per scontata una reciproca esperienza di rimandi fra soggetti sufficientemente partecipi e coinvolti.

Per i ragazzi in hikikomori, l'immagine di un altro prototipico dentro di sé con cui si può instaurare un buon rapporto non è altrettanto facilmente raggiungibile. L'hikikomori è un rifugio della mente che dialoga a fatica con le altre posizioni kleiniane: è un rifugio in cui si rimane incastrati (Steiner, 1993<sup>4</sup>). La sfiducia nella possibilità di accedere a un naturale rispecchiamento reciproco fa sì che per questi ragazzi giocare con la presenza degli altri sia più difficile di quanto non lo sarebbe per quelle persone che, invece, possono sperimentare il piacere di scomparire e ritrovarsi.

Distrarsi o mettersi comodi a piacimento durante una riunione Zoom è un gioco che è possibile solo se non si può fare appello a un oggetto benevolo e disponibile dentro a se stessi, cioè se è possibile stare soli in presenza dell'altro (Winnicott, 1958). Il ragazzo in hikikomori, invece, deve misurarsi con la presenza di un oggetto interno malevolo, pronto ad additarne le mancanze, costringendolo a una condizione di iperallerta.

Per questi ragazzi, l'altro è paradossalmente una presenza che solo a fatica può essere messa da parte. Il ritiro serve proprio a tentare di dimenticarsene, anche a costo di provare ad allontanarsi dalla percezione delle proprie emozioni almeno quanto ci si allontana dagli altri.

## **Conclusione: trasformare gli scarti**

C'è una situazione del film che mi è rimasta particolarmente in mente. Mike era solito uscire dalla stanza solamente per andare in bagno, di nascosto

<sup>4</sup> Steiner (1993) propone i "rifugi della mente" come concetto costruito su matrice delle posizioni kleiniane e quindi in rapporto dialogico con una posizione schizo-paranoide e una posizione depressiva. Nella salute psicologica, in quest'ottica, si ritrova una dinamica oscillazione fra posizioni, mentre la patologia psicologica è caratterizzata da un disequilibrio nell'impiego delle posizioni e da un irrigidimento su una di esse.



da tutti. Un giorno la mamma trova una bottiglietta di coca-cola piena dell'urina di Mike, lasciata lì affinché lei la svuotasse.

Ecco, quella bottiglia piena dell'urina del ragazzo ritirato, che lì per lì fa pensare alla difesa maleodorante di una puzzola, mi è parsa rappresentare un'occasione preziosa, sul piano relazionale: quella bottiglia fornisce l'occasione di mostrare che si è interessati a prendersi carico dei prodotti che lui considera più ripugnanti.

Il Mike del film si sarà potuto permettere di sperare che la bottiglia sarebbe stata svuotata da una mamma premurosa? La mamma l'avrà potuta sentire la presenza di Mike, in quella bottiglia, o sarà stata trascinata in un vortice di rappresentazioni svalutate di sé, come accade al figlio? È chiaro che a questo punto non stiamo più ragionando del film ma della clinica.

La questione fondamentale è che quella pipì rappresenta un'occasione di rêverie (Bion, 1962) in cui potrebbe essere fondamentale lasciarsi imbrattare, orientandosi verso una presa d'atto condivisa del fatto che ciascuno di noi è fatto anche di naturali componenti negative che possono essere tollerate da chi ci ama<sup>5</sup>.

Nella psicoterapia con questi ragazzi, queste pipì si possono presentare in forma verbale, di atteggiamento sprezzante, disinvestimento o sfiducia nei confronti del terapeuta. Il terapeuta qui può cogliere l'occasione per mostrare che il suo interesse non viene meno, fino a poter trovare uno spazietto in cui installarsi dentro al paziente, come riferimento costante di qualcuno a cui attingere per pensare un'esperienza di valorizzazione di sé che sino a quel momento era mancata.

Credo mi sia rimasta in mente quella situazione della bottiglia piena di urina proprio perché vicina all'atteggiamento prudentemente svalutante che si può ritrovare in alcuni di questi ragazzi e con i quali ho la percezione che il fatto di aiutarli a vedere che sono cattivi e difettati, senza che però caschi il mondo, è un aspetto fondamentale della relazione, più ancora di mostrare che si è in grado di sopportare i loro attacchi o il fatto che i loro attacchi non sono distruttivi come temono. Nell'accettazione della propria imperfezione c'è il grosso sollievo di non dover essere perfetti, come invece suggerisce quella loro parte più intransigente e punitiva che li ha condannati a percepirsi inferiori rispetto ai coetanei.

Questo l'hanno sperimentato anche molte delle persone che hanno vissuto il lockdown; non tanto perché abbiano vissuto l'isolamento ma, semmai,

<sup>5</sup> La pipì del film potrebbe non essere lontana dall'urina velenosa kleiniana (1930) che il soggetto teme distruggerà l'oggetto (Klein, 1935).

perché è più probabile che abbiano fatto un'esperienza viva del desiderio di controllare l'intensità del contatto relazionale con gli altri e che questo sia successo proprio in quanto le diffuse esperienze di relazione a distanza obbligatorie (ad es. Zoom con i colleghi di lavoro o con la scuola dei figli) hanno potuto offrire occasioni in cui sperimentare il sollievo di un (parziale) disinvestimento relazionale.

### Riferimenti bibliografici

- Albertinelli M. (2019). La riabilitazione come realtà del gruppo. Idee di Ronald Fairbairn sui gruppi. *Gruppi*, XX, 2: 83-95.  
DOI: 10.3280/GRU2019-002007
- Albertinelli M. e Rizzo F. (2020). Gruppi in serie? Osservazioni su adolescenza e gruppaltà a partire da “SKAM Italia” e “Thirteen Reasons Why”. *Gruppo: Omogeneità e differenze*, 6: 250-268.
- Bion W.R. (1962). *Apprendere dall'esperienza*. Roma: Armando, 1972.
- Borsetto G. (2022). *Tra connessione e individuazione. Riflessioni psicoanalitiche sulla sindrome “hikikomori”: l'adolescenza e il ritiro sociale*. Limena PD: Edizioni Libreria Universitaria.
- Fairbairn W.R.D. (1952). *Psychoanalytic Studies of the Personality*. Thetford: Routledge & Kegan Paul Ltd. (trad. it.: *Studi psicoanalitici sulla personalità*. Torino: Bollati Boringhieri, 1977).
- Freud S. (1920). *Al di là del principio del piacere*. OSF, 9. Torino: Bollati Boringhieri.
- Kaës R. (2015). *L'extension de la psychanalyse*. Paris: Dunod (trad. it.: *L'estensione della psicoanalisi*. Milano: FrancoAngeli, 2016).
- Khan M. (1963). *The Privacy of the Self*. London: Hogart Press, 1974 (trad. it.: Il concetto di trauma cumulativo. In: *Lo spazio privato del sé*. Torino: Bollati Boringhieri, 1979).
- Klein M. (1930). L'importanza della formazione dei simboli nello sviluppo dell'Io. In: *Scritti 1921-1958*. Torino: Bollati Boringhieri, 1978.
- Klein M. (1935). Contributo alla psicogenesi degli stati maniaco-depressivi. In: *Scritti 1921-1958*. Torino: Bollati Boringhieri, 1978.
- Kohut H. (1971). *The Analysis of the Self. A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. Chicago: University of Chicago Press, 2009 (trad. it.: *Narcisismo e analisi del sé*. Torino: Bollati Boringhieri, 1977).
- Kohut H. (1977). *The Restoration of the Self*. Chicago: University of Chicago Press, 2009 (trad. it.: *La guarigione del sé*. Torino: Bollati Boringhieri, 1980).
- Lancini M. (2019). *Il ritiro sociale negli adolescenti. La solitudine di una generazione iperconnessa*. Milano: Raffaello Cortina.
- Saito T. (2013). *Hikikomori. Adolescence without End*. Minneapolis: University of Minnesota Press.

- Steiner J. (1993). *I rifugi della mente*. Torino: Bollati Boringhieri, 1996.
- Storr A. (1988). *Solitude*. London: Harper Collins Publishers.
- Winnicott D.W. (1949). Ricordi della nascita, trauma della nascita ed angoscia. In: Winnicott D.W. (1958). *Dalla pediatria alla psicoanalisi*. Firenze: Martinelli, 1975.
- Winnicott D.W. (1958). The Capacity to be Alone. In: (1965) *The Maturation Processes and the Facilitating Environment. Studies in the Theory of Emotional Development*. New York: International Universities Press.
- 1000 Arten Regen zu beschreiben (Mille modi per descrivere la pioggia)* (2017). Film, regia di Isabel Prahl. Germania.