

Хикикомори – люди, которые выпадают из общества на годы

Хикикомори - это страшный термин для описания людей, которые остаются в своих домах или даже только в спальнях, изолированные от всех, кроме своей семьи, в течение многих месяцев и даже лет. Феномен захватил народное воображение благодаря многим статьям, появившимся в средствах массовой информации за последние годы. Однако, как ни удивительно, это явление еще не очень хорошо изучено психологами.

Впервые это состояние было описано в Японии. Однако, с тех пор случаи заболевания были зарегистрированы в таких странах, как Оман, Индия, США и Бразилия. Никто не знает, сколько существует хикикомори (термин относится как к состоянию, так и к людям с ним), но опросы показывают, что 1,79% японцев в возрасте 15-39 лет соответствуют этим критериям. Хотя были сделаны некоторые предположения о факторах риска, основанные на сообщениях о конкретных случаях, демографические исследования не проводились. Новое исследование, опубликованное в *Frontiers in Psychiatry*, помогает узнать больше об этом явлении.

Розелин Йонг и Киоко Номура проанализировали данные опроса 3 287 мужчин и женщин в возрасте 15-39 лет, которые были случайным образом отобраны из 200 различных городских и пригородных муниципалитетов по всей Японии, представляющих срез японского общества.

Участники отвечали на вопросы о том, как часто они покидали свой дом (а для тех, кто этого не делал, как долго они оставались внутри). Исследователи классифицировали как хикикомори всех, кто, по крайней мере, в течение последних шести месяцев, никогда или редко покидал свой дом, если у них не было на то конкретной практической причины. Например, будучи беременной, будучи занятым(ой) домашним хозяйством, были ли они домохозяйками, или же у них был диагноз шизофрения. Респонденты также ответили на демографические вопросы и вопросы о своем психическом здоровье.

Было высказано предположение, что хикикомори - это прежде всего городское явление. Но Янг и Номура в ходе исследования выявили, что это не так. Согласно данным опроса, 1,8 процента респондентов были хикикомори, но они с такой же вероятностью жили в деревне, как и в большом городе. Это заболевание считается более распространенным среди мужчин, и это исследование предоставляет первые эпидемиологические данные, подтверждающие это. Тем не менее, 20 из 58 хикикомори были женщинами.

Янг и Номура не нашли связи с регионом страны, количеством членов семьи или социальным классом. Но один фактор действительно выделялся: проживание в районе, заполненном предприятиями и магазинами.

У хикикомори в выборке было больше шансов пройти психиатрическое лечение, бросить школу и иметь склонность к насилию по отношению к себе (например, причинение себе вреда), но не к другим. Однако наиболее значимым и сильным фактором был высокий уровень межличностных трудностей, измеряемый степенью согласия с такими пунктами анкеты, как “я беспокоюсь о возможности встречи с людьми, которых я знаю”, “я



беспокоюсь о том, что другие могут подумать обо мне” и “я не могу смешиваться с группами”.

Йонг и Номура утверждают: «Эти тревоги могут быть связаны с чувством унижения, которое предполагает, что они боятся быть замеченными в их нынешней ситуации. В отличие от тревог, обнаруживаемых в социальных фобиях или обобщенных социальных тревогах, наше открытие связи между хикикомори и межличностными трудностями показывает, что хикикомори боятся людей и сообщества, которые они знают».

«Путем тщательной оценки страхов, которые у них могут быть, наши данные позволяют предположить, что улучшение коммуникативных навыков и управление ожиданиями может быть полезно для борьбы с хикикомори». Они отмечают, что этот тип стратегии на самом деле уже опробован с некоторым успехом.

Но если эти тревоги удерживают людей в их домах, что же побуждает их убежать туда в первую очередь? Опрос также показал, что хикикомори, скорее всего, бросили колледж или университет. Возможно, поиск способов удержать молодых людей в сфере образования поможет снизить риск.

Данные также показали, что очень высокий процент – 37,9% – хикикомори ранее проходили психиатрическое лечение. «Высокий процент хикикомори, которые зависят от лекарств, также вызывает тревогу», - добавляют исследователи.

Как все эти факторы могут быть взаимосвязаны – как причины или как следствие хикикомори - далеко не ясно. Как подчеркивают исследователи, необходимо дальнейшее изучение данного вопроса.

Сайт: www.псиблог.рф

Оригинальная статья: Emma Young - New Insights Into Hikikomori – People Who Withdraw From Society For Months Or Years On End, May, 2019

Переводчик: Остренко Анна Александровна

Редакторы: Симонов Вячеслав Михайлович, Шипилина Елена Ивановна

Источник изображения: wallhaven.cc

Ключевые слова: клиническая психология, психиатрия, психические расстройства, хикикомори





Воронежский Институт Практической Психологии и Психологии Бизнеса

www.vipsy.ru

Дополнительное профессиональное образование в сфере практической психологии, исследования, тренинги, семинары, мастер-классы, ассессмент, , исследование на полиграфе, реабилитационные группы.