

*Хикикомори* — японский термин, обозначающий людей, отказывающихся от социальной жизни и, зачастую, стремящихся к крайней степени социальной изоляции и уединения вследствие разных факторов. Такие люди зачастую не имеют работы и живут за счет родственников. (с) Википедия

Примерно с 1970-х годов в Японии началось такое явление, как «уход от реальности» под названием «хикикомори». В первый раз этот термин был введен психиатром Тамаки Сайто в 1998 году и спустя какое-то время обрел большую популярность в Японии. Мы заинтересовались данной темой, поскольку она является достаточно спорной. Мнения о том, как стоит к этому относиться, различны, а исследователями до сих пор обсуждается вопрос о том, является ли этот синдром ответом на социальные изменения Японии или же общим явлением, существующим в других странах. К тому же, эта проблема остается очень актуальной - по данным отчёта 2010 года, в Японии проживает около 700 000 хикикомори. Однако реальное число хикикомори всё-таки может быть выше официального числа и приближаться к 1,2 млн. Случаи, о которых мы узнаём из газет и государственной статистики, могут быть только вершиной айсберга. «Не потерять лицо» — один из самых известных лейтмотивов в поведении японцев. Принципы «не выносить сор из избы», «не выделяться», «не выставлять на показ» считаются важными добродетелями. Именно из-за этого японцы значительно реже, чем жители других демократических развитых стран, подают иски в гражданские суды, а многие женщины даже не решаются обращаться в полицию — например, при изнасилованиях. Семьи регулярно скрывают от общества наличие болезней или семейных проблем, и даже школы и прочие общественные организации чаще пытаются скрыть проблему внутри себя, чем выставить её на обозрение общества. Семьи с хикикомори чувствуют себя особенно неуверенно, крайне опасаясь, что привлечение внимания общества к их проблеме может навести как позор на семью, так и усугубить под влиянием нездорового внимания посторонних социальные проблемы больного. Те немногие семьи с хикикомори, которые соглашаются говорить с прессой, чаще всего делают это только через много лет после начала болезни, когда отчаявшиеся на решение проблемы самой по себе родственники начинают искать помощи у других. Если же хикикомори живёт один, то, по очевидной причине, о его болезни общество может не узнать никогда.

Первое известное исследование, в котором предполагается термин «хикикомори», датируется ещё 1978г. С тех пор это явление только набирало обороты. Взрослые и подростки (в большинстве – мужчины), «заключенные» в своих спальнях, избегающие социальных взаимодействий и проводящие большинство времени за компьютером. Но речь обычно идет не о лени и желании вести образ жизни "паразита". Стоит выделить основные причины появления «хикикомори»:

1. Психические расстройства (ОКР, расстройство личности, депрессия и тд)

2. Влияние культуры (развитая экономика дает возможность детям жить на попечении родителей; традиция длительного проживания детей с родителями)
3. Влияние социума (давление со стороны общества – жесткая образовательная система, травля в школе, высокие требования, конкуренция, тяжелая работа).
4. Давление со стороны семьи: количество семей, в которых есть только один ребенок, увеличивается. Родители возлагают на ребенка большие надежды, что оказывает сильное давление и в конечном итоге приводит человека к отказу от социальной жизни.

Вопрос о том, являются ли хикикомори явлением, специфичным конкретно для Японии, или же общим течением, имеющим место быть среди подростков и взрослых, все ещё является открытым. Он приобрел особую популярность, когда в 2004 г. в Великобритании большое внимание привлекла проблема NEETs (“Not in Education, Employment, or Training”), т.е. проблема роста числа людей в возрасте от 15 до 24 лет, которые не учатся и не работают. По мнению психиатра Сайто Тамаки, хикикомори и NEET отличаются не содержанием, а именно формой проявления. В целом, причины и правда одни и те же, есть разница лишь в специфике культур. Многие исследователи утверждают, что если люди, относящиеся к NEET, просто не имеют желания вернуться к ведению социально-активного образа жизни, то хикикомори не в состоянии сделать это без чьей-либо помощи т.к. находятся в достаточно специфическом психологическом состоянии, и одного желания может оказаться мало. Как же можно помочь *хикикомори* выйти из сложившейся тяжелой ситуации? Бывали случаи, когда проводилось насильственное вмешательство и *хикикомори* вытаскивали на свет против их воли, но успехом это не увенчалось. За последние несколько лет начали складываться механизмы взаимопомощи сами хикикомори с помощью различной деятельности и сетей. Они работают совместно с психотерапевтами и врачами-психиатрами, сами организуют собрания *хикикомори*, выпускают «Газету *хикикомори*» (где есть статьи и на английском языке). Также такие некоммерческие организации, как New Start, устраивают мероприятия, где хикикомори могут общаться с персоналом, а также друг с другом (на такие собрания приходят даже бывшие хикикомори, чтобы помочь другим людям). Также New Start предлагает такое интересное решение, как rental sister. Так называют женщин, которые регулярно посещают хикикомори, помогая им выйти из комнаты и вернуться в общество. Это, как правило, может быть просто разговором через дверь или совместный обед. К тому же, благодаря консультациям членов семей с психотерапевтами динамизм жизни в подобных семьях меняется. Есть примеры, когда меняются и сами хикикомори. На это требуется время, но, вероятно, другого пути, кроме поиска шансов, связывающих затворника с обществом, постепенного распространения понимания *хикикомори* в обществе и создания принимающей его среды, не существует.