

# BÖLÜM 15

## HİKİKOMORİ

Yakup SARPDAĞI<sup>1</sup>  
Ayşe ELKOCA<sup>2</sup>

### GİRİŞ

*Japonca bir kelime olan Hikikomori* ilk kez 1998 yılında Japon psikiyatrist Tamaki Saito tarafından kullanılmıştır. Japonya'da ortaya çıkan bir düzensizlik biçimini belirtmek için kullanılan bu terim 'hiku' sosyal geri çekilme ve 'komoru' ise sosyal izolasyon anlamına gelmektedir. Hikikomori alta yatan herhangi bir psikopatolojik sebep olmaksızın, minimum altı ay toplumdan izole bir şekilde kendilerini evlerine-odalarına hepseden kişileri tanımlamak için kullanılmıştır. *Hikikomori'nin* ortaya çıkışı iki geniş bakış açısıyla açıklanmıştır. İlk veya klinik bakış açısı olarak nitelendirilen birinci bakış açısı; *hikikomori'nin* uyum bozuklukları, kaygıyla ilgili bozukluklar ve majör depresif bozukluk gibi çeşitli psikiyatrik durumlarla birlikte var olduğunu ileri sürmektedir (1,2). Klinik olmayan bakış açısı olarak nitelendirilen ikinci bakış açısı ise; artan küreselleşmenin gençler arasında eğitim ve istihdam fırsatları için yoğun rekabete yol açtığını, çocuklukta hızlandırılmış öğrenme gelişimini ve bunun sonucunda sosyal geri çekilmeyi gerektirdiğini ileri sürmektedir (2-4).

<sup>1</sup> Arş. Gör., Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği, yakup\_sys@hotmail.com

<sup>2</sup> Öğr. Gör. Dr., Gümüşhane Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Halk Sağlığı Hemşireliği  
ayse.elkoca@hotmail.com

## SONUÇ

Hikikomori Tamaki Saito tarafından tanımlanmıştır. Hikikomori, sosyal yaşamdan soyutlanma veya sosyal hayattan geri çekilme anlamlarına gelmektedir. Hikikomori, alta yatan herhangi bir psikopatolojik neden olmadan, kendilerini en az 6 ay boyunca evlerine veya odalarına kapatan kişileri tanımlamak için kullanılan bir kavramdır. Genel olarak hikikomorinin ortaya çıkmasında rol oynayan bazı risk faktörleri vardır. Uyum bozukluğu, kaygı, depresif bozukluklar, anksiyete bozukluğu, sosyal fobi, ekonomik faktörler, eğitim, aile içi sorunlar ve teknoloji bağımlılığı gibi faktörlerdir. Ayrıca hikikomorili bireylerde; şizofreni, depresif bozukluklar, obsesif-kompulsif kişilik bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu, obezite, hipertansiyon, kas iskelet sistemi hastalıkları, uyku bozuklukları ve gis problemleri gibi sağlık sorunları ortaya çıkmaktadır. Tüm bu sorunları önlemek için, ruh sağlığı merkezleri, terapötik yaklaşımlar ve alternatif ortamlar önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

1. Kato TA, Kanba S, Teo AR. Hikikomori: multidimensional understanding, assessment, and future international perspectives. *Psychiatry And Clinical Neurosciences*. 2019; 73(8): 427-440.
2. Hikikomori, Saito T. Shakaiteki. "Owaranai Shishunki [Social withdrawal: Adolescence without end]." *Tokyo: PHP Kenkyūjo* (1998).
3. Saito T, Angles J. Hikikomori: adolescence without end. University of Minnesota Press.2013
4. Borovoy AJC. Japan's hidden youths: Mainstreaming the emotionally distressed in Japan. *Cult Medicine & Psychiatry*. 2008;32(4):552-576.
5. Suwa M, Suzuki K, Hara K, et al. Family features in primary social withdrawal among young adults. *Psychiatry Clin Neurosci*. 2003; 57(6):586-594.
6. Suwa M, Suzuki K. The phenomenon of "hikikomori"(social withdrawal) and the socio-cultural situation in Japan today. *Journal of Psychopathology*, 2013; 19, 191-198.
7. Henze U, Thomas P. Self and salvation: visions of hikikomori in Japanese manga. *Contemporary Japan*, 2014;26(1): 151-169.
8. Koyama A, Miyake Y, Kawakami N, et al. Lifetime prevalence, psychiatric comorbidity and demographic correlates of "hikikomori" in a community population in Japan. *Psychiatry Research*. 2010; 176(1): 69-74.
9. Director-General for Policy on Cohesive Society National Young Adults Attitude Survey. Tokyo, Japan: Cabinet Office of the Government of Japan. 15.10. 2021 tarihinde <http://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/pdf/gaiyo.pdf/2010> adresinden ulaşılmıştır.
10. Director-General for Policy on Cohesive Society National Young Adults Attitude Survey. Tokyo, Japan: Cabinet Office of the Government of Japan. (2016). 10.15.2021 tarihinde <https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/h27/pdf-index.html/2016> adresinden ulaşılmıştır.
11. Sakamoto N, Martin RG, Kumano H, et al. Hikikomori, is it a culture-reactive or culture-bound syndrome? Nidothrapy and a clinical vignette from Oman. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*. 2005; 35(2):191-198.
12. Ovejero S, Caro-Cañizares I, de León-Martínez V, et al. Prolonged social withdrawal disorder: a hikikomori case in Spain. *International Journal of Social Psychiatry*. 2014; 60(6), 562-565.

13. Lee YS, Lee J Y, Choi TY, et al. Home visitation program for detecting, evaluating and treating socially withdrawn youth in Korea. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2013;67(4):193-202.
14. Stip E, Thibault A, Beauchamp-Chatel A, et al. Internet addiction, hikikomori syndrome, and the prodromal phase of psychosis. *Frontiers in psychiatry*. 2016; 7 (6): 1-8.
15. Wong PW, Li TM, Chan M, et al. The prevalence and correlates of severe social withdrawal (hikikomori) in Hong Kong: A cross-sectional telephone-based survey study. *International Journal of Social Psychiatry*. 2015; 61(4): 330-342.
16. Teo AR, Fetters MD, Stufflebam K, et al. Identification of the hikikomori syndrome of social withdrawal: psychosocial features and treatment preferences in four countries. *International Journal of Social Psychiatry*. 2015; 61(1): 64-72.
17. Furuhashi T, Tsuda H, Ogawa T, et al. État des lieux, points communs et différences entre des jeunes adultes retirants sociaux en France et au Japon (Hikikomori). *L'Evolution psychiatrique*. 2013; 78(2): 249-266.
18. Gondim FAA, Aragão AP, JG HF, et al. Hikikomori in Brazil: 29 years of Voluntary social Withdrawal. *Asian Journal of Psychiatry*. 2017; 30(2017): 163-164.
19. Kondo N, Sakai M, Kuroda Y, et al. General condition of hikikomori (prolonged social withdrawal) in Japan: psychiatric diagnosis and outcome in mental health welfare centres. *International Journal of Social Psychiatry*. 2013;59(1): 79-86.
20. Demir ST. Hikikomori: Toplumsal gerçeklikten dijital yönelimlere modern kültürün kaçış ve izolasyon sorunsalı. *AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*. 2017;8(27): 19-30
21. Krieg A, Dickie JR. Attachment and hikikomori: A psychosocial developmental model. *International Journal of Social Psychiatry*. 2013;59(1): 61-72
22. Umeda M, Kawakami N, World Mental Health Japan Survey Group 2002–2006. Association of childhood family environments with the risk of social withdrawal ('hikikomori') in the community population in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2012;66(2):121-129.
23. Li TM, Wong PWJA, & Psychiatry NZJ. Youth social withdrawal behavior (hikikomori): a systematic review of qualitative and quantitative studies. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry* 2015; 49(7), 595-609.
24. Chong SSC, Chan KM. (2012). A case study of a chinese hikikomorian in canada-theorizing the process of hikikomORIZATION. *The Journal of Special Education and Rehabilitation*. 2012;13(3/4): 99-114.
25. Hattori Y. Social withdrawal in Japanese youth: a case study of thirty-five hikikomori clients. *Journal of Trauma Practice*. 2006; 4(3-4): 181-201.
26. Benarous X, Morales P, Mayer H, et al. (2019). Internet gaming disorder in adolescents with psychiatric disorder: two case reports using a developmental framework. *Frontiers in psychiatry*. 2019;10:1-9.
27. Chan GHY, Lo TW. Hidden youth services: What Hong Kong can learn from Japan. *Children and Youth Services Review*. 2014; 42(2014): 118-126.
28. Teknoloji bağımlılığı ve bir türü olan internet bağımlılığı. 10.09.2021 tarihinde <https://npistanbul.com/amatem/teknolojibagimlilik/2016>. adresinden ulaşılmıştır.
29. İnternet bağımlılığı sonucu gelişen e-hastalıklar: 15.10.2021 tarihinde <https://t24.com.tr/haber/teknoloji-e-hastaliklari-dogurdu-facebook-depresyonu-ego-sorfu-siberhondrik/2014>. adresinden ulaşılmıştır.
30. Yuen JW, Yan YK, Wong VC, et al. A physical health profile of youths living with a "hikikomori" lifestyle. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018; 15(2): 315-328.
31. Wong V, Ying, W. Social withdrawal of young people in Hong Kong: A social exclusion perspective. *The Hong Kong Journal of Social Work*. 2006;40 (01n02): 61-91.

32. Takasu NN, Toichi M, Nakamura W. Importance of regular lifestyle with daytime bright light exposure on circadian rhythm sleep–wake disorders in pervasive developmental disorders. *Japanese Dental Science Review*. 2011; 47(2):141-149.
33. Yong R. Exploring Hikikomori-A Mixed Methods Qualitative Approach. In: *International Journal of Behavioral Medicine*.2010;81-82.
34. Nagata T, Yamada H, Teo AR, et al. Comorbid social withdrawal (hikikomori) in outpatients with social anxiety disorder: Clinical characteristics and treatment response in a case series. *International Journal of Social Psychiatry*. 2013; 59(1): 73-78.