

ЭПИДЕМИЯ ОДИНОЧЕСТВА В ЦИФРОВОМ ОБЩЕСТВЕ: ХИКИКОМОРИ КАК КУЛЬТУРНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН

А.Е. ВОЙСКУНСКИЙ*,
ФГБОУ ВО МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия,
vae-msu@mail.ru

Г.У. СОЛДАТОВА**,
ФГБОУ ВО МГУ имени М.В. Ломоносова,
Московский Институт психоанализа, Москва, Россия,
soldatova.galina@gmail.com

В статье обсуждается проблема десоциализации — одиночества в юном и молодом возрасте — в связи с феноменом хикикомори. К хикикомори относят представителей молодежи, не покидающих родительский дом (не менее 6 месяцев), не имеющих друзей, не контактирующих даже с ближайшими родственниками, отказывающихся учиться и работать. Рассматриваемая разновидность одиночества наиболее ярко проявляется в Японии. Ряд японских психиатров считают, что хикикомори страдают ранее не диагностировавшимся специфичным для японской культуры психическим заболеванием.

Для цитаты:

Войскунский А.Е., Солдатова Г.У. Эпидемия одиночества в цифровом обществе: хикикомори как культурно-психологический феномен // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 3. С. 22—43. doi: 10.17759/cpp.2019270303

* *Войскунский Александр Евгеньевич*, кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник факультета психологии, ФГБОУ ВО МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия, e-mail: vae-msu@mail.ru

** *Солдатова Галина Уртанбековна*, член-корр. РАО, доктор психологических наук, профессор факультета психологии, ФГБОУ ВО МГУ имени М.В. Ломоносова; Московский институт психоанализа, Москва, Россия, e-mail: soldatova.galina@gmail.com

Рассмотрены особенности процессов социализации, характерные для японского общества. Проведенный анализ связан со спецификой применения современных цифровых технологий хикикомори, использующих, в частности, сетевые технологии для общения и обмена информацией. Если традиционной социализацией хикикомори пренебрегают, то цифровая социализация для них вполне приемлема: они становятся в большей степени социальными, чем их предшественники в доцифровую эпоху. Вывод: специалистам в области психического здоровья предстоит все чаще работать с представителями молодежи, именующими себя хикикомори и хотя бы частично принявшими стиль жизни, характерный для данного сообщества.

Ключевые слова: одиночество, хикикомори, цифровые технологии, нарушения социальной адаптации.

Может показаться, что стремительное развитие социальных сетей и мобильной связи — отличное средство от одиночества: действительно, ведь в любой момент и в любом месте имеется возможность вступить в контакт с конкретным человеком или с целой аудиторией. Однако это не так: тяжкий гнет одиночества продолжает преследовать множество людей, в том числе представителей цифрового поколения. Возможно, их число увеличивается — об этом свидетельствует название одной из монографий выдающегося исследователя в области киберпсихологии Ш. Теркл: «Одинокие вместе» [35]. Достаточно традиционной для филологии и психологии проблематика человеческого одиночества видоизменяется, приобретая новые оттенки в наступившем цифровом обществе. В нем, не признающем государственных границ, одиночество — явление глобальное: и хотя в данной работе оно будет рассмотрено применительно к реалиям японского общества, одиночество — в том числе оцифрованное — по-прежнему характерно для всех культур Земли и является одним из феноменов десоциализации, парадоксом цифровой социализации.

Предварительно остановимся на некоторых известных взглядах на данную проблему. В литературе чаще рассматривается не насильственная изоляция, а добровольный уход человека из своего окружения: подобная изоляция может быть длительной или кратковременной, разовой или многократной, в последнем случае циклы уединения и возврата в общество могут подчиняться некоему внутреннему графику индивида. Теоретиком и, что важно в данном случае, практиком добровольной двухлетней изоляции, предпринятой ради сосредоточения на самом себе, являлся американский трансценденталист Г.Д. Торо [8]. Он же критиковал попытку протянуть по дну океана трансатлантический подводный телеграфный кабель, прозорливо предвидя, что средства массовой информации станут во множестве сообщать о малозначимых событиях, отвлекающих мысля-

щих людей от близости к природе, самососредоточения и попыток понимания, в чем заключается истинная суть их жизни. Тем самым одного из виднейших авторов по проблеме одиночества никак не отнесешь к адептам информационно-коммуникативных технологий.

Акция Г.Д. Торо — смелый выход из зоны комфорта — имела подтекстом протест против нарастающего урбанизма, конкурентной экономики и отхода от пасторальной справедливости. С его позицией сближаются С. Кьеркегор, понимавший одиночество как путь к самосознанию и обретению собственного Я, а также экзистенциалисты А. Камю и Ж.П. Сартр. Для последних одиночество означает свободу от воздействий «другого», или «постороннего», так что именно добровольная изоляция открывает путь к самопознанию. Соединяя идеи экзистенциализма и психоанализа, трагизм и ужас одиночества, неспособность строить полноценные отношения с людьми ярко раскрыл в своих трудах Э. Фромм.

Экзистенциальный анализ свидетельствует о «страдании одиночества», его можно изучать в космическом, культурном, социальном и межличностном измерениях, которые раскрыты в разработанной У. Садлером феноменологической модели переживания одиночества [2, с. 31]. Первое измерение, самое сложное, по признанию авторов, для описания и оценки, связано со следующими формами самовосприятия: «(1) постижения себя как цельной реальности, благодаря которому человек соотносится с природой и космосом; (2) причастности к мистическим, таинственным аспектам жизни, предельно близким к Богу или к глубинам бытия; (3) веры человека в уникальность своей судьбы или причастности к великим историческим целям» [2, с. 33]. Культурное измерение означает разьединенность человека с традициями, разрыв поколений, невозможность принятия новых ценностей, особенно в периоды быстрых социальных преобразований. Социальное измерение связано с моментами непризнания со стороны определенных социальных групп — как тех, на членство в которых человек считает себя вправе претендовать, так и тех, к которым он исконно принадлежит. В таких случаях «сам себе он видится изгнанником, посторонним, одиночкой, лишним человеком» [2, с. 41]. Межличностное измерение — традиционное для психологов, ряд его форматов (включая кейсы) подробно рассмотрены, например, в сборнике «Лабиринты одиночества» [2].

Автор современной монографии, посвященной проблеме одиночества, утверждает, что последние полвека должны быть признаны уникальными для человечества, поскольку реализуется невиданный «социальный эксперимент» [1]. А именно, сложилась «новая и очень одинокая» социальная реальность: точка невозврата пройдена, люди показали свою способность, а может и предрасположенность проводить

жизнь — или значительные отрезки жизни — вне социальных отношений, не более чем минимально коммуницируя с себе подобными. Среди причин одиночества — жизненные трагедии (преждевременная потеря близких), урбанистическая практика («одиночество в толпе») вместе с развитием индустрии комфорта, наличие рынка труда «на дому», не требующего посещения офиса (в частности, благодаря развитию цифровых технологий), болезненный опыт жизни с нелюбимым человеком, неживчивый характер, физические или косметические уродства, длительный «поиск себя» людьми, не испытывающими неудобств от одиночества «неодиноких» [2, с. 315] и удовлетворенных подобным статусом-кво людей, столкновение с жестокой травлей (буллинг) или троллингом в подростковом или взрослом возрасте, а также многочисленные психические отклонения. Возможно, следует лишь принять как факт, что временное или постоянное (в том числе пожизненное) одиночество — один из существующих статусов современной жизни, и тогда принципиально уединенное поведение отчасти теряет флер скандального вызова традиции и для кого-то может даже становиться если не предметом зависти, то модным брендом.

Жизни вне социальных отношений в офлайне безусловно способствует применение Интернета, в частности, тот особый формат общения — не очень обязательный, не очень навязчивый, исключая влияние дополнительных факторов, который формируется в процессе электронных контактов. Можно предположить, например, что люди, предпочитающие одиночество, особенно охотно приняли в 1980-е гг. исторически первый сервис Интернета — режим общения посредством электронной почты, в том числе в составе больших групп, объединенных заинтересованностью в определенной теме обсуждения (телеконференции в рамках *Usernet*). Элвин Тоффлер — автор термина «футурошок», еще в 1970 г. заметил, что все мы оказались окружены «заранее составленными» сообщениями: каждое из них «... стремится стать более плотным, более сжатым, ... чтобы устранить излишние повторения. ... Образец газетной речи или диалог из фильма тщательно отредактированы, обтекаемы. Они передают сравнительно неповторяющиеся мысли. Они грамматически более правильно построены, чем обычный разговор, и, если передаются устно, стремятся к более отчетливому произношению» [9, с. 126]. В то же время «... случайный разговор наполнен повторами и паузами. Мысли повторяются несколько раз ... в разных вариациях» [9]. Следуя наблюдению Э. Тоффлера, можно добавить, что не только в протокольных, но зачастую и в бытовых взаимодействиях мы часто ограничиваемся «заранее составленными» шаблонными речевыми средствами, лишенными неподдельной эмоциональности и прощительных для спонтанной (и устной, и письменной) речи повторов, недоговорок,

жаргонных оборотов, ошибок и описок — такого рода парапраксис рассмотрен З. Фрейдом в «Психопатологии обыденной жизни».

«Одиноким в толпе» людям тем не менее приходится как-то встраиваться в регламентированную часть социальной жизни общества, например, ежедневно готовить служебные документы в строгом соответствии с утвержденными трафаретами; в перерывах обмениваться с сослуживцами шаблонными фразами; по радио или телевидению слушать правильно построенные аккуратно отредактированные высказывания, насыщенные чуждыми для них смыслами и эмоциями. Но в нерегламентированной части общения, в том числе, в Интернете, они могут уйти от напрягающих их формальных отношений в обыденной жизни офлайн: хотя бы в режиме онлайн отчасти компенсируется присущая живому общению непосредственность, так что получается некий суррогат неформального общения. В силу сказанного вовсе не удивительна та готовность, с которой люди, склонные к одиночеству, встретили возможность спонтанно и нерегламентированно писать и читать электронные письма — с ошибками и опечатками, с ускользающей логикой, грамматически «корявые», но зато без надоевшего «канцелярита», со сквозящей в них нескрываемой заинтересованностью, иногда страстностью. Таким образом, если продолжить мысль Э. Тоффлера, в историческом аспекте цифровые технологии, с одной стороны, сыграли роль одного из инструментов избавления от одиночества — социальная изоляция в реальном мире компенсируется (нередко иллюзорным) общением в виртуальном, с другой стороны, они выступили причиной роста числа социальных «одинок», прячущихся в сети. В настоящее время завсегда социальными сетями сталкиваются скорее с упреками в эскапизме и склонности подменять реальные отношения в социуме совсем другими отношениями — неосозаемыми (виртуальными), безопасными (поскольку их можно в любой момент разорвать) и мало к чему обязывающими.

Одиночество и цифровые технологии в кросс-культурной перспективе

Будучи глобальной и межкультурной, проблематика одиночества имеет вместе с тем особенности, обусловленные конкретными культурными и этническими различиями. В связи с современным этапом развития цифровых технологий значительный интерес вызывает отношение к уединению и одиночеству в современной Японии.

Традиционная японская культура обогатила словарный запас других наций рядом терминов, зачастую не имеющих аналога в иных языках — например, харакири, гейша, якудза, кимоно, камикадзе, икебана, саму-

рай. Суперсовременная японская культура также побудила носителей других языков широко пользоваться наименованиями, пришедшими из Японии, — например, покемон, анимэ или эмодзи. Легко заметить, что если на любом языке говорить об явлениях, свойственных Интернету, то обойтись без японской терминологии было бы затруднительно. В последнее время в число терминов, приобретающих хождение во всем мире, все более уверенно входит японское слово «хикикомори» [15; 22; 25]. Данное слово наряду с сокращенным американизированным наименованием «хикки» обозначает людей, которые встречаются не только в Японии, однако уже сейчас очевидно, что в популярной и научной литературе их именуют именно на японский манер. Например, опубликован сравнительный анализ австралийских и американских хикикомори [26], а в русскоязычных сетях «Телеграм» и «ВКонтакте» наличествуют соответствующие канал и паблики (напр., <https://vk.com/hikkikomorii> или <https://vk.com/lastchancefordeath>) с сотнями тысяч русскоязычных подписчиков. При этом следует иметь в виду, что написание латиницей, да и кириллицей часто разнится, это во многом дело вкуса, малограмотности или желания хоть чем-то (например, удвоением буквы либо отказом от такого удвоения) отличаться от других.

В русскоязычной литературе известны наблюдения об образе жизни хикикомори отечественных японоведов и журналистов, изложения статей японских специалистов в научно-популярных изданиях и блогах, имеются пространная страница в «Википедии», ряд статей в научной периодике. В англоязычной литературе — педагогической, социологической, медицинской — можно почерпнуть больше информации на этот счет. Содержание публикаций на японском языке для авторов данной статьи недоступно.

Проанализировав доступные нам материалы, можно сделать вывод о том, что на японском языке хикикомори — это обозначение тех, кто добровольно пребывает в уединении: их тянет внутрь (в самих себя, в убежище, в конкретное место в доме или в квартире), а не наружу, не навстречу другим людям, даже самым близким. Общество пугает хикикомори, они становятся затворниками и добровольно отказываются выполнять ожидания общества — такие, как помогать старшим, учиться или работать, зарабатывая на жизнь. При этом они не являются умственно отсталыми и не имеют психических заболеваний, препятствующих общению. Считается, что в большинстве своем хикки испытывают дискомфорт и стрессы от собственной слабости характера и низкой жизнестойкости, их угнетает невозможность вернуться к традиционному для японской семьи конфуцианскому стилю жизни. Будучи не в состоянии сблизить образ «Я» и «идеальное Я», они готовы «признать поражение, даже не вступая в борьбу» [28, р. 194]. Важно отметить, что для части

хикикомори избранный ими способ существования есть отражение экзистенциальной трансценденции и высокой степени самосовершенствования. Для Японии хикикомори — это явление, которое имеет «культурные и исторические корни. Исторически одиночество для японцев — это проявление аскетичности и самопознания. Поэтому, начиная с 70-х гг. прошлого века, в Японии возобновился интерес к древнему культу хики-отшельников» [4, с. 86].

Как правило, хикки живут на иждивении родителей либо других родственников (в редких случаях — на пособие по безработице), которые не только не понимают их, но и стесняются сообщать другим об образе жизни своего сына (про хикикомори женского пола нет отчетливых сведений) и тем самым «потерять лицо»; при этом, однако, они не отказывают непутевому отпрыску в питании и в лежанке. В бедных семьях, как часто подчеркивается, хикикомори не встречаются: для них прокормить взрослого сына — дело проблематичное. Поскольку просторное жилье в Японии доступно не каждой семье, то далеко не все хикикомори имеют отдельную комнату: некоторые довольствуются углом в кухне, в силу своей молчаливости постепенно превращаясь чуть ли не в предмет мебели. В Японии не принято приглашать гостей в дом, так что безвылазное пребывание сына в жилище удастся скрывать от соседей и близких в течение весьма длительного времени — вплоть до десяти лет и даже более. Первое поколение хикикомори, о которых стало известно исследователям в последние десятилетия XX века, насколько можно судить, довольно редко имели компьютер и пользовались им. В настоящее время, как отмечают специалисты в Японии, хикки почти всегда пользуются смартфонами, планшетами, компьютерами, часто они находят друг друга в пространстве интернета. Вероятно, можно говорить о развитии сетевых отношений внутри сообщества хикикомори.

Наиболее существенными моментами для отнесения кого бы то ни было к числу хикки обычно признаются самоизоляция хикикомори в течение не менее полугода, очевидная социофобия и практически полный отказ от социальных обязательств, а также — и это подчеркивают большинство авторов — совместное проживание с родителями или иными родственниками [19; 25]. Между тем имеются эмпирические данные, согласно которым у взрослых людей, продолжающих жить совместно с одним или двумя родителями, в анамнезе наблюдается период, когда детско-родительские отношения были испорчены, а кроме того, такие люди отличаются склонностью к стрессам и относительно низкой способностью к психологической адаптации [14]. Для молодых взрослых жизнь с родителями признается фактором риска развития паттерна хикикомори [12], что препятствует нормальному психосоциальному развитию, в частности, развитию автономии, а также может привести к раз-

виту психологических зависимостей. Отказ от общения даже с самыми близкими людьми говорит в большинстве случаев об отсутствии чувства привязанности, пониженной самооценке и неуверенности в себе, недостаточной сформированности коммуникативных навыков, что выступает помехой во взаимодействиях как со сверстниками, так и со старшими. При этом хикикомори характеризует эгосинтония, т. е. психическое состояние, при котором индивид ощущает гармонию с нестандартными качествами своей личности [32].

Следует добавить полное отсутствие у хикки друзей из числа одноклассников, что отчасти объясняется программной для японской образовательной среды организацией конкуренции между соучениками — при том, что в основу обучения положен принцип реализации коллективных проектов [5]. Наряду со «страшным прессом экзаменационной конкурентности» [10, с. 12], т. е. жесткой соревновательностью в рамках школы и при приеме в университеты, определенную роль играет также информационная насыщенность школьной программы: японская образовательная система пользуется репутацией одной из самых сложных на планете [4]. В последнее десятилетие прошлого века общественное внимание привлек феномен «футоко» — прекративших посещать школу детей; подобных детей теперь уже по большей части не считают лентяями или невротиками, признавая при этом их право посещать частные школы. Футоко отказываются от посещения школы, а не от социальной жизни, однако в «небольшой группе детей-футоко, не покидавших родительский дом, нашлись те, кто продолжил свою изоляцию от общества в течение всего подросткового возраста» [18, с. 126]. Опубликовано мнение, согласно которому 15—20% футоко плавно превратились в хикикомори, в то время как 90% хикикомори пережили опыт футоко [18, с. 126].

Не выглядят надуманными попытки объяснить образ жизни хикикомори как неприятие высоконкурентной среды, типичной для школьного и университетского образования в Японии, или как реакцию на недостаток экономического роста в стране, что сказывается на отсутствии вакансий для представителей новых поколений (отцы большинства хикикомори начинали свою карьеру в более благоприятном экономическом климате). Еще одно объяснение состоит в том, что такое поведение — результат характерного для старших школьников во все времена и во всех странах отсутствия готовности повторять жизнь собственных родителей, которая может показаться довольно унылой и как бы «расписанной». Так, в японской профессиональной культуре нередко хорошо известно, через сколько лет может рассчитывать на очередной карьерный скачок добросовестный и при этом не хватающий звезд с неба служащий. Как известно, в Японии еще не вполне отжила практика заключения пожизненного контракта служащего с организацией, которая

приняла его в свои ряды, так что служебные продвижения в рамках этого контракта действительно могут быть названы — пусть с некоторым преувеличением — заведомо предписанными. Для плавного карьерного роста предстоит также освоить формальные нормативы изысканно-вежливой речи (включая специфический лексикон обращения младшего коллеги к старшему и учтивые поклоны вместе с другими формами невербального поведения), в том числе посещающая специальные тренинги [6].

Таким образом, поведение хикикомори можно считать эскапизмом, или «тихим бунтом», представителей молодежи против искусственно культивируемой конкуренции в школе и при поступлении на работу, с одной стороны, и предписанной карьерой при обязательном условии безусловной верности своей организации, послушании и гипертрофированной учтивости — с другой стороны. Элементы подобного бунта специалисты прослеживают в некоторых популярных в Японии кинофильмах и романах, в ставших достоянием СМИ судьбах — и успешных, и трагических — отдельных хикикомори. Однако затруднительно оценить, насколько отражена глобальная картина молодежного бунта в рамках отдельной семьи в произведениях художественной культуры. Впрочем, термин «хикикомори» давно уже стал популярным международным мемом, как об этом свидетельствует, к примеру, исследование [24] содержания разноязычных твитов с хештэгом #hikikomori.

Даже в столь коллективистском обществе, как японское, пробиваются ростки закрепления новых стилей жизни. Характерное для хикикомори расстройство социальной адаптации способно перерасти в акты агрессивности: известны случаи, когда хикикомори охватывали приступы жестокости и они убивали своих матерей, соседских детей или случайных прохожих. В некоторых случаях, как сообщается, крайние формы агрессии стали следствием попыток родителей госпитализировать хикикомори с тем, чтобы их вылечили: как уже отмечалось, родители редко понимают природу «заболевания» своего ребенка, для которого неизменность сложившегося статуса-кво представляет собой едва ли не самую важную часть имплицитного внутрисемейного расклада. В японской семье воспитанием детей занимаются по большей части матери, между ними и детьми, как считается [19], складываются отношения одновременно не только близости, но и специфической эмоциональной зависимости, называемой в Японии «амаэ» (*amae*). Последняя включает в себя такие поведенческие стили, которые характеризуются беспомощностью и преданностью. «Эмоциональное и мягкое материнское воспитание препятствует активности ребенка и формирует покорных и интровертных несовершеннолетних» [10, с. 215]. Склонность матерей к паническим атакам является фактором риска для развития детей по типу хикикомори, в особенности в семьях с получившими образование отца-

ми [36]. На основе проведенного эмпирического исследования, базирующегося на теории привязанности, высказана точка зрения, что становление хикки — результат двойного отторжения: сначала родительского, а потом — со стороны сверстников [19]. Хикикомори, как показано в недавней публикации, испытывают затруднения в обретении эмоциональной независимости от значимых других [21].

Хикикомори как интернет-мем и хикикомори как живые люди

Психиатр Тамаки Сайто (его написанная еще в конце прошлого века книга переведена на английский язык [25]) несколько голословно предположил, что в Японии не менее 1% населения (более миллиона человек) ведут образ жизни хикикомори. Официальные инстанции в Японии считают данную оценку сильно преувеличенной; тем не менее представление о полумиллионе или о сотнях тысяч хикикомори является распространенным [19]. Хотя сам термин «хикикомори» появился в конце прошлого века, не следует думать, что до этого периода в Японии не было проблемных представителей молодежи. Так, выше уже упоминался феномен футоко. В 1970-е гг. психотерапевт Оконоги Кэйго предложил называть не желающих взрослеть юных японцев «мораторию нингэн» («человек-мораторий»): он воспользовался термином Э. Эриксона [11] «психосоциальный мораторий», понимаемым как даруемая обществом подростку старшего возраста временная отсрочка на пути к обретению своей идентичности. Во времена экономического подъема, когда о «людях-мораториях» перестали вспоминать, в японской прессе заговорили об «отстраненной» молодежи. А в настоящее время некоторых безработных и склонных к так называемому дауншифтингу представителей молодежи называют «фурита» — не имея амбиций и карьерных устремлений, многие японские фрилансеры время от времени подрабатывают, но не пытаются найти ни престижное, ни даже постоянное место работы. В отличие от «фурита», поступивших на постоянную работу и при этом продолжающих жить вместе с родителями представителей молодежи могут называть «таопаппа», что отчасти соответствует понятию «маменькин сынок»: предполагается, что о бытовой стороне их жизни продолжают заботиться их матери.

Следует заметить, что высказана точка зрения, согласно которой наиболее негативно относятся к феноменологии хикикомори те специалисты в области возрастной психологии, которые стоят на позициях теории привязанности. В то же время специалисты, разделяющие взгляды Э. Эриксона на психосоциальное развитие, находят в поведении хикки элементы самопознания и потому отзываются о них не столь критично

[22]. Таким образом, терминология достаточно разнообразна [3]. Однако именно слово «хикикомори» благодаря эпохе глобализма превратилось в общеупотребительный интернет-мем.

Было бы не совсем правильно в контексте данной статьи обсуждать психиатрические диагнозы многочисленных хикки, тем более что соматические заболевания также не обошли их стороной, если учитывать результаты исследования гонконгских специалистов [38]. Но все же некоторые общие моменты стоит упомянуть. Среди собственно психиатрических диагнозов, согласно некоторым эпидемиологическим медицинским отчетам, попавшим в общественное поле, встречаются депрессия, фобии, нарциссизм, алекситимия, тревожные расстройства личности и, возможно, расстройства аутистического спектра, шизофрения, обсессивно-компульсивное расстройство, а также травматический опыт как результат буллинга [19; 25; 27; 30]. Впрочем, подобные диагнозы могут характеризовать разве лишь «вторичного хикикомори», согласно одной из классификаций, у «первичного» же «не может быть диагностирована сколько-нибудь серьезная психопатология, и тем не менее он не способен стать членом общества или адаптироваться к своему окружению» [28, р. 193]. Сообщается, что уже собраны [32] кумулятивные данные (в частности, кейсы и материалы медицинской и педагогической статистики), опираясь на которые планировалось апеллировать к руководству Американской психиатрической ассоциации, ответственной за составление пятой редакции официального справочника *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, о признании хикикомори самостоятельным культурно обусловленным заболеванием (правда, попытка не удалась, так что в настоящее время на очереди — 6-я редакция, т. е. *DSM-6*). Трудно отрицать, заявляют авторы [32], что в согласии с принятыми медицинскими критериями, собранные данные не позволяют отнести всю сумму синдромов к числу уже известных заболеваний, так что речь может идти о самостоятельном заболевании.

Подобную точку зрения даже в Японии разделяют не все медики и психологи [29]. Значительное число опрошенных специалистов по психическому здоровью полагают возможным диагностировать данную феноменологию в рамках привычных заболеваний [30]. Кроме того, сообщается, что сходная симптоматика встречается и в ряде других стран [19]. Так, опубликовано кейс-исследование с описанием многолетнего затворничества, сопоставимого с поведением хикки, в Испании [23]; аналогичные данные опубликованы французскими [13], канадскими [27], финскими [16] специалистами. Аргументировано мнение, согласно которому для обитателей Гонконга хикки-феноменология актуальна не в меньшей степени, чем для японцев [37]. В Национальном университете Сингапура 23 ноября 2017 г. был проведен симпозиум по теме «Хикикомори: синдром потерянной юности».

Так или иначе встречается призыв к международному сообществу присоединиться к фронту ведущихся исследований. Призыв был услышан: к примеру, в рамках одного из транснациональных исследований в Индии, Японии, Южной Корее и в США были обнаружены потенциальные хикки в количестве 36 человек: все они не менее 6 месяцев не покидали дом, избегали социальных ситуаций и социальных отношений, а также испытывали стресс. Согласно их ответам на вопросы нескольких шкал (а именно, оценки степени одиночества, ограниченного участия в социальных сетях и субъективной оценки тяжести функциональных нарушений), международные участники опроса могут быть объединены в специфическую группу с характерной симптоматикой. Более трех четвертей из опрошенных признали, что нуждаются в помощи, желательно (различие значимо) психотерапевтической, а не фармакологической; они готовы принять психотерапевтическую помощь также в режиме онлайн [33].

Хикки и Интернет

Опираясь на научные публикации в этой сфере, попытаемся рассмотреть реальную (в отличие от предполагаемой) связь между поведенческим паттерном, известным как «хикикомори», и применением цифровых технологий — в частности, участием в работе социальных сетей, просмотре кинофильмов, телепередач и мультфильмов в онлайн-режиме, игре в компьютерные игры.

Действительно, применение интернет-технологий меняет представление о хикки как о бесконечно одиноких существах, которые решительно отказываются от общения с кем бы то ни было. В настоящее время известно, что хикикомори находят друг друга в закрытых социальных сетях, обмениваются впечатлениями и оценками событий своей жизни. Они скачивают и слушают музыкальные произведения. Многих можно назвать завзятыми киноманами — особый интерес у них вызывают мультфильмы анимэ. Они обмениваются рисунками и фотографиями, используя имиджборды. Многие хикки «вылавливают» в пространстве Интернета порнографические материалы. Наконец, немалое число хикки увлечены компьютерными играми [26; 31].

Именно цифровые технологии способствуют превращению эскапизма японских хикикомори в явление поистине международное, глобальное. Как уже отмечалось, множество не-японцев проявляют готовность демонстрировать мировосприятие и поведение, характерное для хикки. Так, в недавней эмпирической статье [26] исследовались различия между хикикомори из США и из Австралии, играющими в компьютерные игры и проявляющими склонность к психологической зависимости от

компьютерно-игровой активности. Вероятную склонность хикикомори к психологической зависимости от интернета предполагают многие специалисты, например, подобное исследование осуществили канадские авторы [27]. В недавно опубликованной работе показано, что склонность к поведению типа хикки коррелирует ($r = 0,39$) с показателями интернет-зависимости и чрезвычайно слабо коррелирует ($r = 0,16$) с зависимостью от смартфона [31]. Подобный результат не выглядит удивительным, поскольку в исследовании принимали участие студенты, не имеющие опыта ухода от общества. Склонность к типичному для хикки поведению измерялась посредством опросника NQ-25 из 25 вопросов [34], включающего три субшкалы: социализации, изоляции и эмоциональной поддержки. Одно из любопытных исследований [17] опирается на применение структурированного диагностического интервью, а кроме того, в нем предпринимается попытка связать поведенческие и личностные характеристики хикикомори с показаниями диагностических биомаркеров крови. Следует также отметить пилотажное исследование, в котором делается попытка проанализировать существенные характеристики личности хикикомори с применением шкалы Роршаха [20].

Любопытные результаты представлены в работе, выполненной в рамках межкультурной платформы [26]. В ней с опорой на публикацию [33] предпринята попытка разработать механизм оценки тяжести состояния хикикомори. В связи с этим в методическом инструментарии были представлены вопросы, связанные с характерными поведенческими паттернами (применена шкала Лайкерта), задавался отдельный вопрос о наличии коморбидных заболеваний (ответ бинарный: «да» или «нет»), изменялась также разработанная на Тайване и адаптированная шкала измерения степени интернет-зависимости. В исследовании ставилась цель сравнить группы хикки в США и в Австралии в аспекте их участия в компьютерных играх, при этом — в многопользовательских онлайн-играх (типа ММО), требующих коллективного участия и согласованных действий путем вхождения игроков в команды (отряды, легионы), т. е. того, что затруднительно для хикикомори в реальной жизни.

В исследовании приняли участие молодые взрослые геймеры из двух стран. Среди австралийских геймеров было больше, по сравнению с США, тех, кто продолжали жить вместе с родителями. Одна из обнаруженных тенденций состоит в том, что участники с высокими показателями по шкале хикикомори имеют высокие показатели и по шкале зависимости от компьютерных игр. Это характеризует и американских, и австралийских геймеров. В рамках данного исследования было установлено, что хикикомори способны строить эмоциональные отношения, эффективно коммуницировать и сотрудничать в онлайн-играх, в отличие от аналогичного поведения в офлайн-реальности; кроме того,

было обнаружено, что потенциально аддиктивные качества компьютерных игр воздействуют на хикикомори сильнее, чем на других игроков. Участие в компьютерных играх во многом компенсирует для них ту аффективную сферу, которую они не способны получить во взаимодействиях с глазу на глаз. Обосновано также предположение, что подростки-изоляты — вероятные кандидаты в группу зависимых от интернета молодых взрослых.

Хикки в России?

Итак, хикикомори встречаются в самых разных странах, хотя следует ожидать, что больше всего их среди японцев. Проживающие в разных уголках Земли хикикомори должны различаться между собой — возможно, заметным образом, однако такие различия не стали еще предметом исследования. Если хикки не вступают в общение с окружающими, это не значит, что они вовсе лишены интереса к коммуникации и к эмоциональным отношениям с другими людьми. Более того, можно ожидать, что жизнь хикки в полной мере насыщена отношениями с другими людьми, просто эти отношения относятся не к офлайн реальности, и не к смешанной реальности, поэтому их нелегко заметить. Кроме того, можно ожидать, что среди хикки много интернет-зависимых игроков в компьютерные игры.

Если хикикомори — явление международное, то каковы перспективы этого в силу разных причин модного стиля жизни в нашей стране? Думается, что перспективы, как это ни печально, имеются. Так, более полу-миллиона участников социальных сетей подписаны на тематически связанные с хикикомори (равно как с хикки, хиккарями, хикканами и др.) паблики во «ВКонтакте», чаты, каналы в «Телеграме». В них повествуется о душевной боли, утрате смысла жизни, отсутствии любви и привязанностей, желанности смерти. Правда, по счастью, многие подписчики пока еще активно переписываются, готовы друг с другом познакомиться. Они образуют своеобразную молодежную субкультуру, и одна из специфических для российских хикки тем общения — возможность заработка, желательность необременительного трудоустройства, предпочтительно посредством Интернета [7]. Кроме того, в стране немало подростков и молодых взрослых, которых можно с полным правом отнести к числу зависимых от компьютерных игр. Среди них немало безработных или тех, кто работает от случая к случаю; встречаются и отказывающиеся посещать школу в результате буллинга. Наконец, еще больше тех, кто даже в зрелые годы продолжает жить в родительском доме. Пересечение всех указанных подвыборок заставляет ожидать, что российским психотерапевтам уже

вскоре предстоит профессиональная работа с изрядным количеством российских хикки или тех, кто считает себя таковыми.

Печальный момент заключается вот в чем — воспользуемся формулировкой одного из российских хикикомори, представленной в соответствующем паблике. Этот человек написал: «Знаете, те из нас, кто живет с родителями, заранее планируют свою смерть или часто о ней говорят. Поскольку когда родители умрут, то останутся только “взрослые дети”, которые неспособны выжить и принять внешний мир».

Выводы

Цифровые технологии способствуют изменению уклада жизни самых разных групп населения; в наибольшей степени это относится к представителям молодежи, особенно к тем из них, кто испытывает сложности в социальном взаимодействии и трудности социальной адаптации. Уклоняющиеся от общества, замкнутые и лишённые амбиций хикикомори проживают в разных странах и в разных семьях.

В качестве причин появления представителей молодежи, которых принято называть хикикомори, можно отнести не только специфические культурные особенности, стимулирующие это явление, и характерные для всех культур универсальные психологические характеристики, присущие определенным группам людей, но и схожие в разных культурах факторы влияния цифровизации.

Доступность цифровых технологий существенно преобразовала жизнь международного сообщества хикикомори — на смену традиционной социализации, которой они в большинстве случаев пренебрегали, пришла более приемлемая для них цифровая социализация, позволяющая становиться даже более социальными в новой «цифровой социальности», чем в предшествующую доцифровую эпоху. Отшельники-хикикомори имеют теперь возможность смотреть фильмы (в том числе особо любимые ими мультфильмы анимэ), играть в компьютерные игры (включая многопользовательские онлайн-игры, требующие согласованных действий больших групп игроков), находить друг друга в социальных сетях (предположительно закрытых) и общаться, обмениваясь впечатлениями и опытом. Тем не менее они жестко выстраивают границы и минимизируют контакты. Принятый ими стиль жизни стал, благодаря интернету, широко известен подрастающим поколениям, так что среди молодых людей наблюдается определенная мода на этот стиль и на принятие термина «хикикомори» в качестве самоназвания. В ближайшие годы психотерапевтам и социальным работникам все чаще придется работать с представителями молодежи, именующими себя хикикомори и

принявшими если не полностью, то частично стиль жизни, характерный для данного сообщества.

Благодарности

Работа выполнена при поддержке гранта РФФ № 18-18-00365.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Кляйненберг Э.* Жизнь соло: Новая социальная реальность: пер. с англ. М.: Альпина нон-фикшн, 2014. 284 с.
2. *Лабиринты одиночества* / Под ред. Н.Е. Покровского. М.: Прогресс, 1989. 624 с.
3. *Молодяков В.Э.* Растерянное поколение: старые и новые проблемы японской молодежи // Япония: экономика и общество в океане проблем / Под ред. Д.В. Стрельцова. М.: Институт востоковедения РАН; Ассоциация японоведов; Японский фонд, 2012. С. 114—126.
4. *Нагорнова А.Ю.* Характеристика ценностей японской молодежи и синдром хикикомори // Социальная компетентность. 2018. Т. 3. № 3 (9). С. 84—88.
5. *Нанивская В.Т.* Система «морального воспитания» в японской школе // Япония: идеология, культура, литература / Под ред. В.Н. Горегляда, В.С. Гривнина. М.: Мысль, 1989. С. 69—75.
6. *Новикова О.С.* Возрастная идентичность в современной Японии — социально-философский аспект // Идеи и идеалы. 2018. Т. 2. № 4. С. 207—218. doi:10.17212/2075-0862-2018-4.2-207-218
7. *Познина Н.А., Коломоец И.В.* Феномен хикикомори в современном обществе // Образование. Наука. Инновации: Южное измерение. 2014. Т. 2 (34). С. 178—183.
8. *Торо Г.Д.* Уолден, или Жизнь в лесу: пер. с англ. М.: Издательство Академии наук СССР, 1962. 240 с.
9. *Тэффлер А.* Фугурошок: Пер. с англ. СПб: Лань, 1997. 461 с.
10. *Уэда К.* Преступность и криминология в современной Японии: пер. с яп. М.: Прогресс, 1989. 256 с.
11. *Эриксон Э.* Идентичность: юность и кризис: пер. с англ. М.: Прогресс, 1996. 344 с.
12. *Bowker M.H.* Hikikomori as disfigured desire: Indulgence, mystification, and victimization in the phenomenon of extreme social isolation in Japan [Электронный ресурс] // Journal of Psycho-Social Studies. 2016. Vol. 9 (1). P. 20—52. URL: <http://www.psychosocial-studies-association.org/wp-content/uploads/2017/01/Matthew-Bowker-Hikikomori-as-Disfigured-Desire.pdf> (дата обращения: 5.06.2019).
13. *Chauliac N., Couillet A., Faivre S., et al.* Characteristics of socially withdrawn youth in France: A retrospective study // International Journal of Social Psychiatry. 2017. Vol. 63 (4). P. 339—344. doi:10.1177/0020764017704474
14. *Dubas J.S., Petersen A.C.* Geographical distance from parents and adjustment during adolescence and young adulthood // New Directions for Child and Adolescent Development. 1996. Vol. 196 (71). P. 3—19. doi:10.1002/cd.23219967103

15. *Furlong A.* The Japanese hikikomori phenomenon: Acute social withdrawal among young people // *The Sociological Review*. 2008. Vol. 56 (2). P. 309—325. doi:10.1111/j.1467-954X.2008.00790.x
16. *Husu H.-M., Välimäki V.* Staying inside: social withdrawal of the young, Finnish ‘Hikikomori’ // *Journal of Youth Studies*. 2017. Vol. 20 (5). P. 605—621. doi:10.1080/013676261.2016.1254167
17. *Hayakawa K., Kato T.A., Watabe M., et al.* Blood biomarkers of Hikikomori, a severe social withdrawal syndrome [Электронный ресурс] // *Scientific Reports*. 2018. Vol. 8 (1). doi:10.1038/s41598-018-21260-w. URL: <https://www.nature.com/articles/s41598-018-21260-w> (дата обращения: 5.06.2019).
18. *Horiguchi S.* Are children who do not go to school “bad”, “sick” or “happy”? Shifting interpretations of long-term school non-attendance in post-war Japan // *Japanese Education in a Global Age. Sociological Reflections and Future Directions* / A. Yonezawa, Y. Kitamura, B. Yamamoto, et al. (eds.). Singapore: Springer, 2018. P. 117—136.
19. *Kato T.A., Kanba S., Teo A.R.* Hikikomori: experience in Japan and international relevance // *World Psychiatry*. 2018. Vol. 17 (1). P. 105—106. doi:10.1002/wps.20497
20. *Katsuki R., Inoue A., Indias S., et al.* Clarifying deeper psychological characteristics of hikikomori using the Rorschach Comprehensive System: A Pilot Case-Control Study [Электронный ресурс] // *Frontiers in Psychiatry*. 2019. Vol. 10. doi:10.3389/fpsy.2019.00412. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2019.00412/full> (дата обращения: 10.06.2019).
21. *Krieg A., Dickie J.R.* Attachment and hikikomori: A psychosocial developmental model // *International Journal of Social Psychiatry*. 2013. Vol. 59 (1). P. 61—72. doi:10.1177/0020764011423182
22. *Li T.M., Wong P.W.* Youth social withdrawal behavior (hikikomori): A systematic review of qualitative and quantitative studies // *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*. 2015. Vol. 49 (7). P. 595—609. doi:10.1177/0004867415581179
23. *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. Vol. 60 (6). P. 562—565. doi:10.1177/0020764013504560
24. *Pereira-Sanchez V., Alvarez-Mon M.A., Asunsolo del Barco A., et al.* Exploring the extent of the hikikomori phenomenon on Twitter: Mixed methods study of western language tweets [Электронный ресурс] // *Journal of Medical Internet Research*. 2019. Vol. 21 (5). doi:10.2196/14167. URL: <https://www.jmir.org/2019/5/e14167/> (дата обращения: 20.06.2019).
25. *Saito T.* Hikikomori: Adolescence Without End. Minneapolis, MN: University of Minnesota Press, 2013. 216 p.
26. *Stavropoulos V., Anderson E.E., Beard C., et al.* A preliminary cross-cultural study of Hikikomori and Internet Gaming Disorder: The moderating effects of game-playing time and living with parents [Электронный ресурс] // *Addictive Behaviors Reports*. 2019. Vol. 9. doi:10.1016/j.abrep.2018.10.001. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352853218300877> (дата обращения: 15.07.2019).
27. *Stip E., Thibault A., Beauchamp-Chatel A., et al.* Internet Addiction, Hikikomori Syndrome, and the Prodromal Phase of Psychosis [Электронный ресурс] // *Frontiers in Psychiatry*. 2016. Vol. 7. doi:10.3389/fpsy.2016.00006. URL: <https://>

- www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2016.00006/full (дата обращения: 5.06.2019).
28. *Suwa M., Suzuki K.* The phenomenon of “hikikomori” (social withdrawal) and the socio-cultural situation in Japan today // *Journal of Psychopathology*. 2013. Vol. 19. P. 191—198.
 29. *Tajan N.* Social withdrawal and psychiatry: A comprehensive review of Hikikomori // *Neuropsychiatrie de l’Enfance et de l’Adolescence*. 2015. Vol. 63 (5). P. 324—331. doi:10.1016/j.neurenf.2015.03.008
 30. *Tateno M., Park T.W., Kato T.A., et al.* Hikikomori as a possible clinical term in psychiatry: a questionnaire survey [Электронный ресурс] // *BMC Psychiatry*. 2012. Vol. 12 (1). doi:10.1186/1471-244X-12-169. URL: <https://bmcpsychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-244X-12-169> (дата обращения: 19.05.2019).
 31. *Tateno M., Teo A.R., Ukai W., et al.* Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young Adult: Social Isolation and Social Network [Электронный ресурс] // *Frontiers in Psychiatry*. 2019. Vol. 10. doi:10.3389/fpsy.2019.00455. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2019.00455/full> (дата обращения: 20.07.2019).
 32. *Teo A.R., Gaw A.C.* Hikikomori, a Japanese Culture-Bound Syndrome of Social Withdrawal?: A Proposal for DSM-5 // *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 2010. Vol. 198 (6). P. 444—449. doi:10.1097/NMD.0b013e3181e086b1
 33. *Teo A.R., Feters M.D., 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. Vol. 61 (1). P. 64—72. doi:10.1177/0020764014535758
 34. *Teo A.R., Chen J.I., Kubo H., et al.* Development and validation of the 25-item Hikikomori Questionnaire (HQ-25) // *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2018. Vol. 72 (10). P. 780—788. doi:10.1111/pcn.12691
 35. *Turkle S.* *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books, 2010. 360 p.
 36. *Umeda M., Kawakami N.* Association of childhood family environments with the risk of social withdrawal (‘hikikomori’) in the community population in Japan // *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2012. Vol. 66 (2). P. 121—129. doi:10.1111/j.1440-1819.2011.02292.x
 37. *Wong P.W., Li T.M., 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. Vol. 61 (4). P. 330—342. doi:10.1177/0020764014543711
 38. *Yuen J.W.M., Yan Y.K.Y., Wong V.C.W., et al.* A Physical Health Profile of Youths Living with a “Hikikomori” Lifestyle [Электронный ресурс] // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018. Vol. 15 (2). doi:10.3390/ijerph15020315. URL: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/4/546/htm> (дата обращения: 21.05.2019).

EPIDEMIC OF LONELINESS IN A DIGITAL SOCIETY: HIKIKOMORI AS A CULTURAL AND PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

A.E. VOISKUNSKII*,
Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia
vae-msu@mail.ru

G.U. SOLDATOVA**,
Lomonosov Moscow State University,
Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia,
soldatova.galina@gmail.com

The article discusses the problem of desocialization, namely, loneliness at a young age in relation to the hikikomori phenomenon. Hikikomori are young people who have not left their parental home for at least 6 months, have no friends, refuse to study and work and are not in contact with their closest relatives. This kind of loneliness manifests most vividly in Japan. A number of Japanese psychiatrists believe that hikikomori suffer from a previously non-diagnosed mental disease specific to the Japanese culture. The peculiarities of socialization processes characteristic of the Japanese society are considered. We analyze the specifics of hikikomori's application of digital technologies, namely, their use of the Net for communication and information exchange. While hikikomori shy away from traditional socializing, they accept digital socializing and socialize more than their peers did before the digital era. Conclusion: mental health professionals are going to come across more young people identifying themselves as hikikomori and adopting their lifestyle if only in some ways.

Keywords: loneliness, hikikomori, digital technologies, social maladjustment.

Acknowledgements

This work was supported by Russian Science Foundation, grant № 18-18-00365.

For citation:

Voiskunskii A.E., Soldatova G.U. Epidemic of Loneliness in a Digital Society: Hikikomori as a Cultural and Psychological Phenomenon. *Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya [Counseling Psychology and Psychotherapy]*, 2019. Vol. 27, no. 3, pp. 22—43. doi: 10.17759/cpp.2019270303 (In Russ., abstr. in Engl.).

* *Voiskunskii Aleksandr Evgen'evich*, Ph.D., Leading Researcher, Psychology Department, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia, e-mail: vae-msu@mail.ru

** *Soldatova Galina Urtanbekovna*, Corresponding Member of the Russian Academy of Education, Doctor in Psychology, Professor, Psychology Department, Lomonosov Moscow State University; Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia, e-mail: soldatova.galina@gmail.com

REFERENCES

1. Klinenberg E. Zhizn' solo: Novaya sotsial'naya real'nost' [Going Solo: The Extraordinary Rise and Surprising Appeal of Living Alone]. Moscow: Al'pina non-fikshn, 2014. 284 p. (In Russ.).
2. Pokrovskii N.E. (ed.). *Labirinty odinochestva* [*Labyrinths of solitude*]. Moscow: Progress, 1989. 624 p.
3. Molodyakov V.E. Rasteryannoe pokolenie: starye i novye problemy yaponskoi molodezhi [Confused generation: old and new problems of Japanese youths]. In Strel'tsov D.V. (ed.). *Yaponiya: ekonomika i obshchestvo v okeane problem* [Japan: economics and society in the ocean of problems]. Moscow: Institut vostokovedeniya RAN; Assotsiatsiya yaponovedov; Yaponskii fond, 2012, pp. 114—126.
4. Nagornova A.Yu. Kharakteristika tsennosti yaponskoi molodezhi i sindrom khikikomori [Characteristics of values of Japanese youths and a hikikomori syndrome]. *Sotsial'naya kompetentnost'* [*Social Competence*], 2018. Vol. 3 (3), pp. 84—88.
5. Naniivskaya V.T. Sistema "moral'nogo vospitaniya" v yaponskoi shkole [The system of "moral education" in the Japanese school]. In Goreglyad V.N., Grivnin V.S. (eds.). *Yaponiya: ideologiya, kul'tura, literatura* [*Japan: ideology, culture, literature*]. Moscow: Mysl', 1989, pp. 69—75.
6. Novikova O.S. Vozrastnaya identichnost' v sovremennoi Yaponii — sotsial'no-filosofskii aspekt [Age Identity in Modern Japan — Socio-Philosophical Aspects]. *Idei i idealy* [*Ideas and Ideals*], 2018. Vol. 2 (4), pp. 207—218. doi:10.17212/2075-0862-2018-4.2-207-218
7. Poznina N.A., Kolomoets I.V. Fenomen khikikomori v sovremennom obshchestve [Phenomenon of hikikomori in modern society]. *Obrazovanie. Nauka. Innovatsii: Yuzhnoe izmerenie* [*Education. The Science. Innovation: The Southern Dimension*], 2014. Vol. 2 (34), pp. 178—183.
8. Thoreau H.D. Uolden, ili Zhizn' v lesu [Walden; or, Life in the Woods]. Moscow: Izdatel'stvo Akademii nauk SSSR, 1962. 240 p. (In Russ.).
9. Toffler A. Futuroshok [Future Shock]. Saint Petersburg: Lan', 1997. 461 p. (In Russ.).
10. Ueda K. Prestupnost' i kriminologiya v sovremennoi Yaponii [Crime and criminology in modern Japan]. Moscow: Progress, 1989. 256 p. (In Russ.).
11. Erikson E. Identichnost': yunost' i krizis [Identity: youth and crisis]. Moscow: Progress, 1996. 214 p. (In Russ.).
12. Bowker M.H. Hikikomori as disfigured desire: Indulgence, mystification, and victimization in the phenomenon of extreme social isolation in Japan [Elektronnyi resurs]. *Journal of Psycho-Social Studies*, 2016. Vol. 9 (1), pp. 20—52. Available at: <http://www.psychosocial-studies-association.org/wp-content/uploads/2017/01/Matthew-Bowker-Hikikomori-as-Disfigured-Desire.pdf> (Accessed 5.06.2019).
13. Chauliac N., Couillet A., Faivre S., et al. Characteristics of socially withdrawn youth in France: A retrospective study. *International Journal of Social Psychiatry*, 2017. Vol. 63 (4), pp. 339—344. doi:10.1177/0020764017704474
14. Dubas J.S., Petersen A.C. Geographical distance from parents and adjustment during adolescence and young adulthood. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 1996. Vol. 1996 (71), pp. 3—19. doi:10.1002/cd.23219967103

15. Furlong A. The Japanese hikikomori phenomenon: Acute social withdrawal among young people. *The Sociological Review*, 2008. Vol. 56 (2), pp. 309—325. doi:10.1111/j.1467-954X.2008.00790.x
16. Husu H.-M., Välimäki V. Staying inside: social withdrawal of the young, Finnish ‘Hikikomori’. *Journal of Youth Studies*, 2017. Vol. 20 (5), pp. 605—621. doi:10.1080/13676261.2016.1254167
17. Hayakawa K., Kato T.A., Watabe M., et al. Blood biomarkers of Hikikomori, a severe social withdrawal syndrome [Elektronnyi resurs]. *Scientific Reports*, 2018. Vol. 8 (1). Available at: <https://www.nature.com/articles/s41598-018-21260-w> (Accessed 5.06.2019). doi:10.1038/s41598-018-21260-w
18. Horiguchi S. Are children who do not go to school “bad”, “sick” or “happy”? Shifting interpretations of long-term school non-attendance in post-war Japan. In Yonezawa A., Kitamura Y., Yamamoto B., et al. (eds.). *Japanese Education in a Global Age. Sociological Reflections and Future Directions*. Singapore: Springer, 2018, pp. 117—136.
19. Kato T.A., Kanba S., Teo A.R. Hikikomori: experience in Japan and international relevance. *World Psychiatry*, 2018. Vol. 17 (1), pp. 105—106. doi:10.1002/wps.20497
20. Katsuki R., Inoue A., Indias S., et al. Clarifying deeper psychological characteristics of hikikomori using the Rorschach Comprehensive System: A Pilot Case-Control Study [Elektronnyi resurs]. *Frontiers in Psychiatry*, 2019. Vol. 10. Available at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2019.00412/full> (Accessed 10.06.2019). doi:10.3389/fpsy.2019.00412
21. Krieg A., Dickie J.R. Attachment and hikikomori: A psychosocial developmental model. *International Journal of Social Psychiatry*, 2013. Vol. 59 (1), pp. 61—72. doi:10.1177/0020764011423182
22. Li T.M., Wong P.W. Youth social withdrawal behavior (hikikomori): A systematic review of qualitative and quantitative studies. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 2015. Vol. 49 (7), pp. 595—609. doi:10.1177/0004867415581179
23. 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. Vol. 60 (6), pp. 562—565. doi:10.1177/0020764013504560
24. Pereira-Sanchez V., Alvarez-Mon M.A., Asunsolo del Barco A., et al. Exploring the extent of the hikikomori phenomenon on Twitter: Mixed methods study of western language tweets [Elektronnyi resurs]. *Journal of Medical Internet Research*, 2019. Vol. 21 (5). Available at: <https://www.jmir.org/2019/5/e14167/> (Accessed 20.06.2019). doi:10.2196/14167
25. Saito T. Hikikomori: Adolescence Without End. Minneapolis, MN: University of Minnesota Press, 2013. 216 p.
26. Stavropoulos V., Anderson E.E., Beard C., et al. A preliminary cross-cultural study of Hikikomori and Internet Gaming Disorder: The moderating effects of game-playing time and living with parents [Elektronnyi resurs]. *Addictive Behaviors Reports*, 2019. Vol. 9. Available at: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352853218300877> (Accessed 15.07.2019). doi:10.1016/j.abrep.2018.10.001
27. Stip E., Thibault A., Beauchamp-Chatel A., et al. Internet Addiction, Hikikomori Syndrome, and the Prodromal Phase of Psychosis [Elektronnyi resurs]. *Frontiers in*

- Psychiatry*, 2016. Vol. 7. Available at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2016.00006/full> (Accessed 5.06.2019). doi:10.3389/fpsy.2016.00006
28. Suwa M., Suzuki K. The phenomenon of “hikikomori” (social withdrawal) and the socio-cultural situation in Japan today. *Journal of Psychopathology*, 2013. Vol. 19, pp. 191—198.
 29. Tajan N. Social withdrawal and psychiatry: A comprehensive review of Hikikomori. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 2015. Vol. 63 (5), pp. 324—331. doi:10.1016/j.neurenf.2015.03.008
 30. Tateno M., Park T.W., Kato T.A., et al. Hikikomori as a possible clinical term in psychiatry: a questionnaire survey [Elektronnyi resurs]. *BMC Psychiatry*, 2012. Vol. 12 (1). Available at: <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-244X-12-169> (Accessed 19.05.2019). doi:10.1186/1471-244X-12-169
 31. Tateno M., Teo A.R., Ukai W., et al. Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young Adult: Social Isolation and Social Network [Elektronnyi resurs]. *Frontiers in Psychiatry*, 2019. Vol. 10. Available at: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2019.00455/full> (Accessed 20.07.2019). doi:10.3389/fpsy.2019.00455
 32. Teo A.R., Gaw A.C. Hikikomori, a Japanese Culture-Bound Syndrome of Social Withdrawal?: A Proposal for DSM-5. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 2010. Vol. 198 (6), pp. 444—449. doi:10.1097/NMD.0b013e3181e086b1
 33. Teo A.R., Fetters M.D., 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. Vol. 61 (1), pp. 64—72. doi:10.1177/0020764014535758
 34. Teo A.R., Chen J.I., Kubo H., et al. Development and validation of the 25-item Hikikomori Questionnaire (HQ-25). *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 2018. Vol. 72 (10), pp. 780—788. doi:10.1111/pcn.12691
 35. Turkle S. *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books, 2010. 360 p.
 36. Umeda M., Kawakami N. Association of childhood family environments with the risk of social withdrawal (‘hikikomori’) in the community population in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 2012. Vol. 66 (2), pp. 121—129. doi:10.1111/j.1440-1819.2011.02292.x
 37. Wong P.W., Li T.M., 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. Vol. 61 (4), pp. 330—342. doi:10.1177/0020764014543711
 38. Yuen J.W.M., Yan Y.K.Y., Wong V.C.W., et al. A Physical Health Profile of Youths Living with a “Hikikomori” Lifestyle [Elektronnyi resurs]. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2018. Vol. 15 (2). Available at: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/4/546/htm> (Accessed 21.05.2019). doi:10.3390/ijerph15020315