

MINI-SYMPOSIUM HIKIKOMORI



Maastricht University

NITO, JAPANESE MAN VAN 32 JAAR



Hikikomori = 'hiku' ('terugtrekken') and 'komoru' ('afzonderen')

EEN JAPANS FENOMEEN?



- Prevalentie in Japan: 1.2% (man/vrouw ratio 4:1)
- In meer dan 80% begint hikikomori tijdens de adolescentie of de jong-volwassenheid

AARON, 22 JAAR



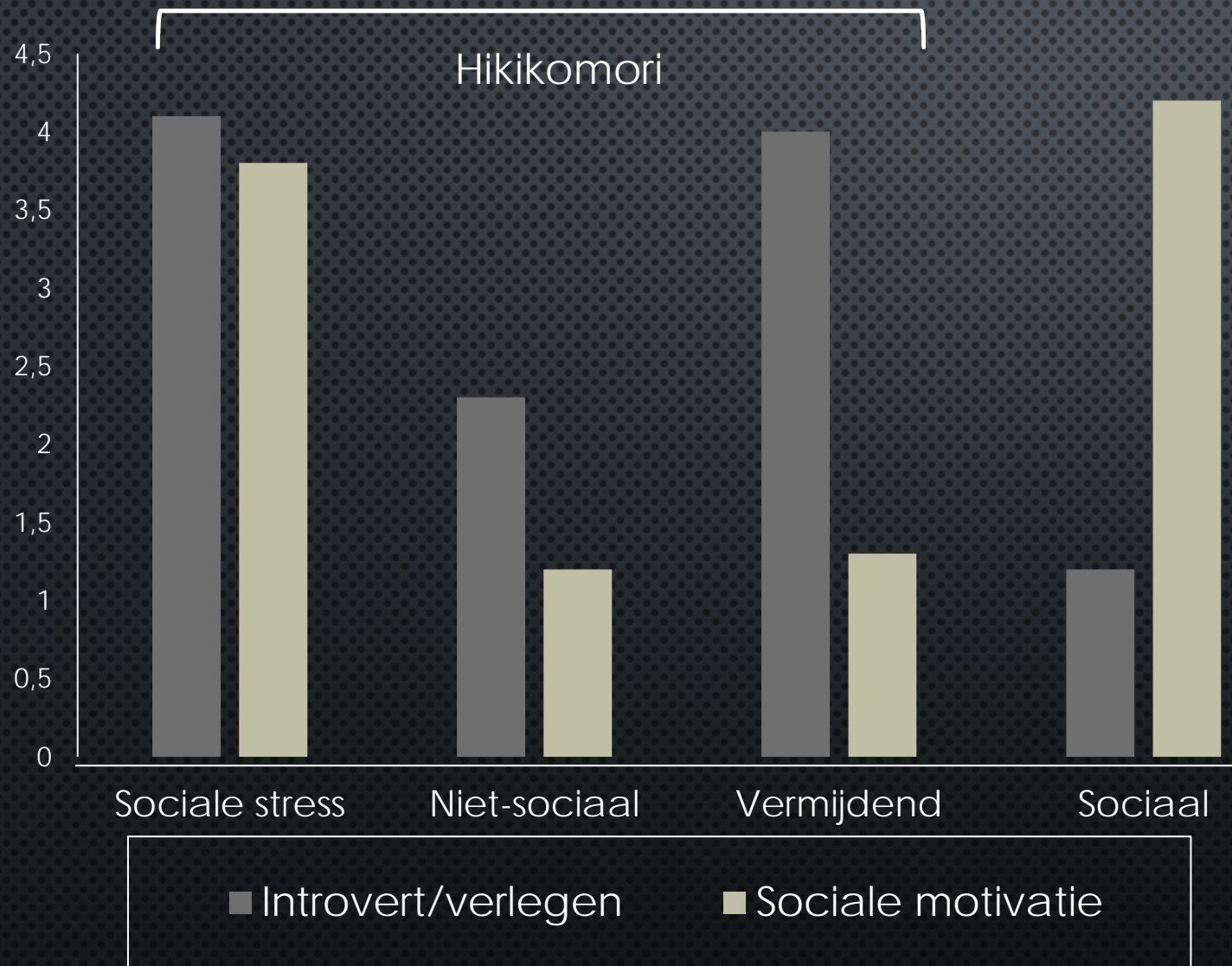
- Verlegen, introvert
- Vader overleden toen hij 12 jaar was
- VWO
- Lui, hekel aan school, ongemotiveerd
- Vaak afwezig van school
- 's Nachts gamen op computer
- Gestopt met studie economie
- Enkele vrienden, maar in toenemende mate geïsoleerd
- Blijft het laatste jaar steeds vaker thuis (meestal in zijn kamer)

HIKIKOMORI



- Sociale isolatie in het eigen huis, op de eigen kamer
- Geen actieve participatie in onderwijs en/of werk
- Beperkte sociale contacten
- Duur minstens 6 maanden
- De social isolatie wordt door de jongere of zijn omgeving als vervelend ervaren en zorgt voor een stilstand van de ontwikkeling

HIKIKOMORI HEEFT MEERDERE GEZICHTEN



IS HIKIKIMORI EEN PROBLEEM?



- 'Need to belong' is een belangrijke motivatie van mensen
- Hikikomori is negatief en moet gecorrigeerd worden
- Positieve motieven, bijv. grotere behoefte om alleen te zijn
- Overleven is moeilijk
- De samenleving heeft mensen die deelnemen aan het leven

WAARSCHUWINGSSIGNALLEN



School verzuim/dropout



NEETs (Not in Employment Education or Training) en freeters (freelance workers)

WAAROM KIEZEN JONGE MENSEN VOOR EEN SOCIAAL ISOLEMENT ?



EEN KLINISCHE BLIK

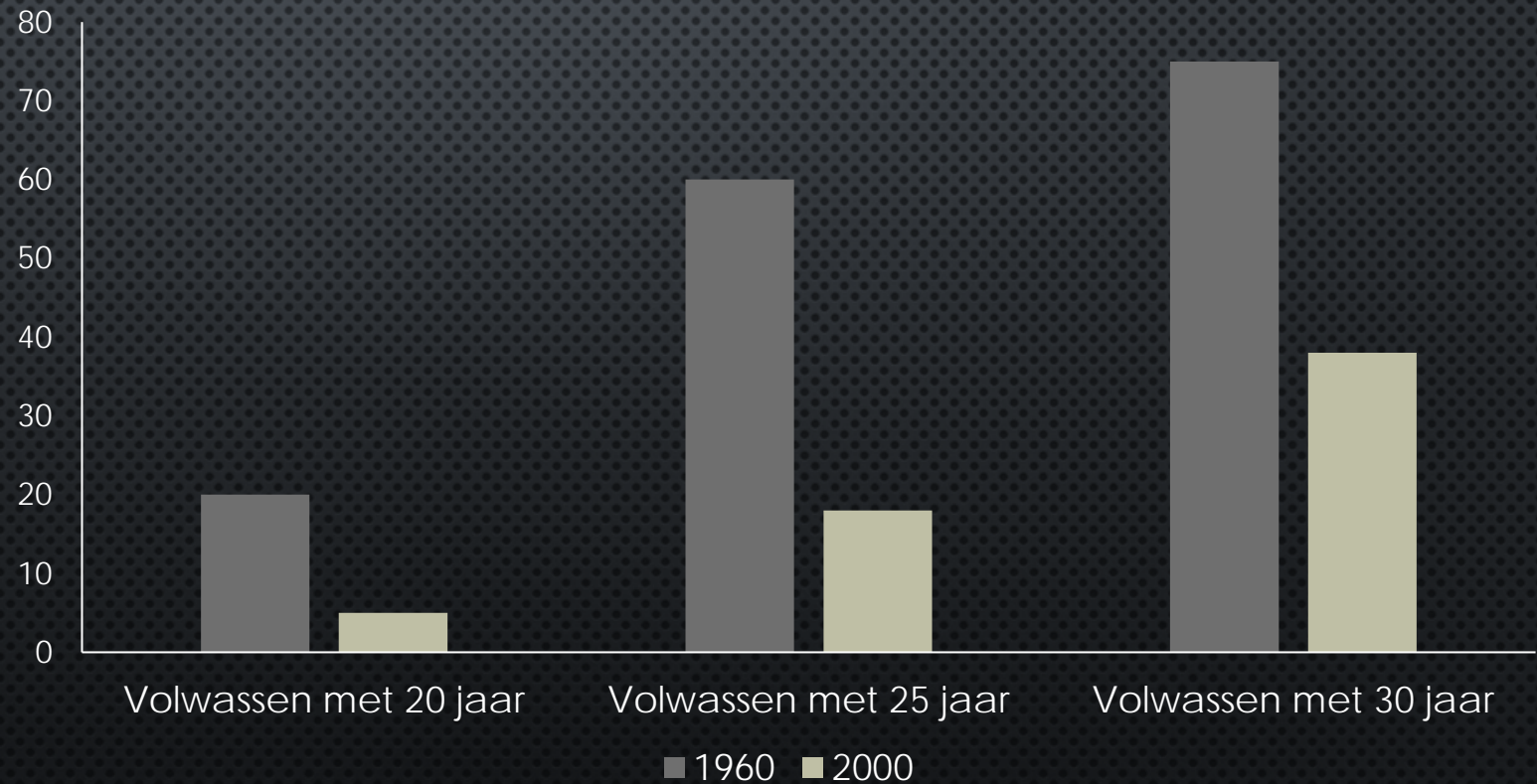
- Sociale terugtrekking is een symptoom dat voorkomt bij verschillende psychiatrische beelden
- Sociale angststoornis
- Depressie
- Autisme spectrum stoornis
- Psychose



INVLOED VAN DE SAMENLEVING: 'ADULTOLESCENCE'



Percentage dat stadium van de volwassenheid bereikt



DE OVERGANG NAAR VOLWASSENHEID IS MEER COMPLEX

- Meer nadruk op een langere/'betere' opleiding
- Moelijk om een vaste, goed betaalde baan te krijgen
- Meer competitie met anderen (globalisatie effect)



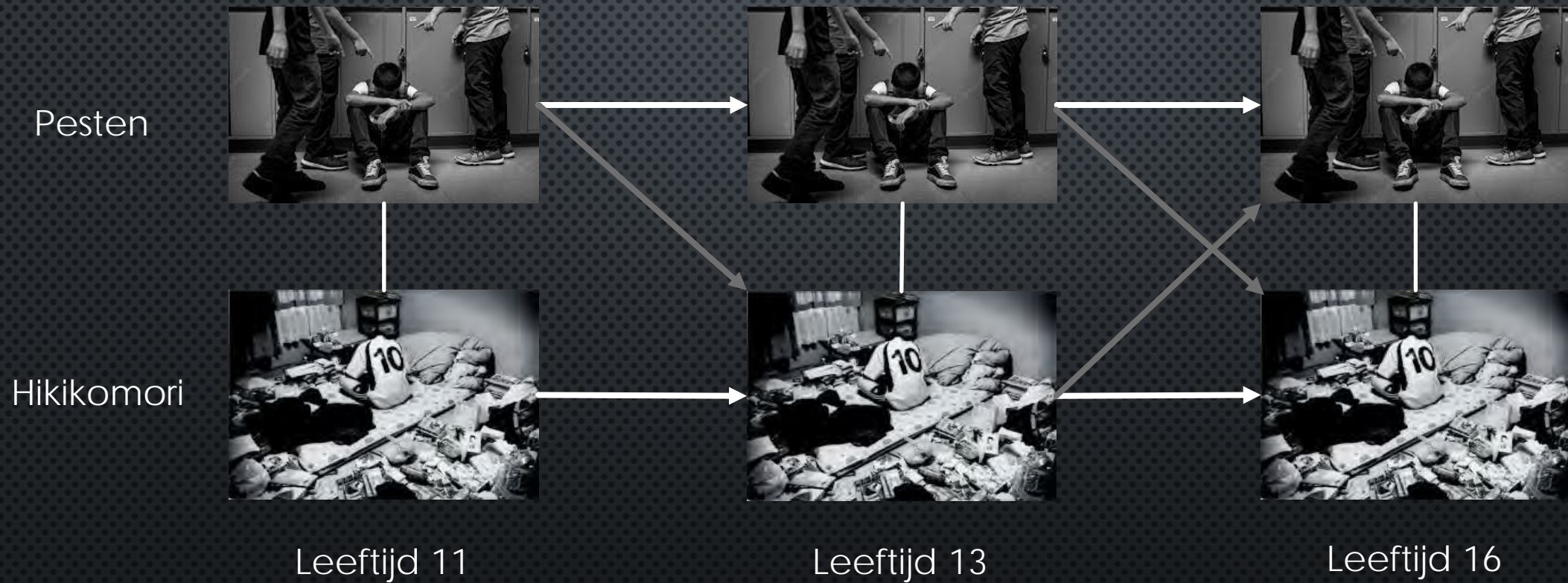
Toegenomen kans
om gemarginaliseerd
te worden

DE ROL VAN OUDERS

- Eigen problemen
- Toegeeflijke/verwennende opvoeding: weinig eisen stellen om het leven van de jongere zo gemakkelijk mogelijk te maken
- Motieven: compensatiegedrag na scheiding, compassie, goede ouder willen zijn
- In Japan spreekt me van 'amae'



HIKIKOMORI ALS GEVOLG VAN PESTEN



INTERNET EN DIGITALE MEDIA



- Veelvuldig gebruik bij jonge mensen
- Positieve en negatieve kanten
- Ondermijning van 'echte' sociale contacten vooral bij jonge mensen die sociaal al minder goed functioneren en dus een neiging hebben het sociale leven te ontvluchten
- Tegelijkertijd is het voor hen ook een 'sociale reddingsboei'

ONTWIKKELINGSPSYCHOPATHOLOGIE

AANNAME 1. CONTINUÛM VAN NORMAAL AND ABNORMAAL GEDRAG



- Hikikomori is een extreme versie van een normaal ontwikkelingsproces
- 'Need to belong' versus 'need to be alone'
- Sociale afzondering is goed voor rust, reflectie, privacy, werk/studie
- Social afzondering wordt problematisch wanneer het vaak en langdurig voorkomt en de voortgang van de ontwikkeling hindert

ONTWIKKELINGSPSYCHOPATHOLOGIE

AANNAME 2. HORDEN IN DE ONTWIKKELING



- Elke fase in de ontwikkeling kent specifieke uitdagingen
- De transitie van adolescentie naar volwassenheid: ontwikkeling van het zelf en de eigen identiteit
- Afstand van ouders, eigen interesses/normen/waarden
- Autonomie
- Relaties aangaan met anderen
- Schooling/opleiding
- Werk

ONTWIKKELINGSPSYCHOPATHOLOGIE



AANNAME 3. MEERDERE OORZAKEN VAN ABNORMAAL GEDRAG (HIKIKOMORI)

- Ontwikkelingshorde wordt niet succesvol genomen
- Meerdere factoren spelen daarbij een rol: naast persoonsgebonden factoren ook invloeden van de omgeving
- Protectieve factoren (bijv. hechte vriendschap)

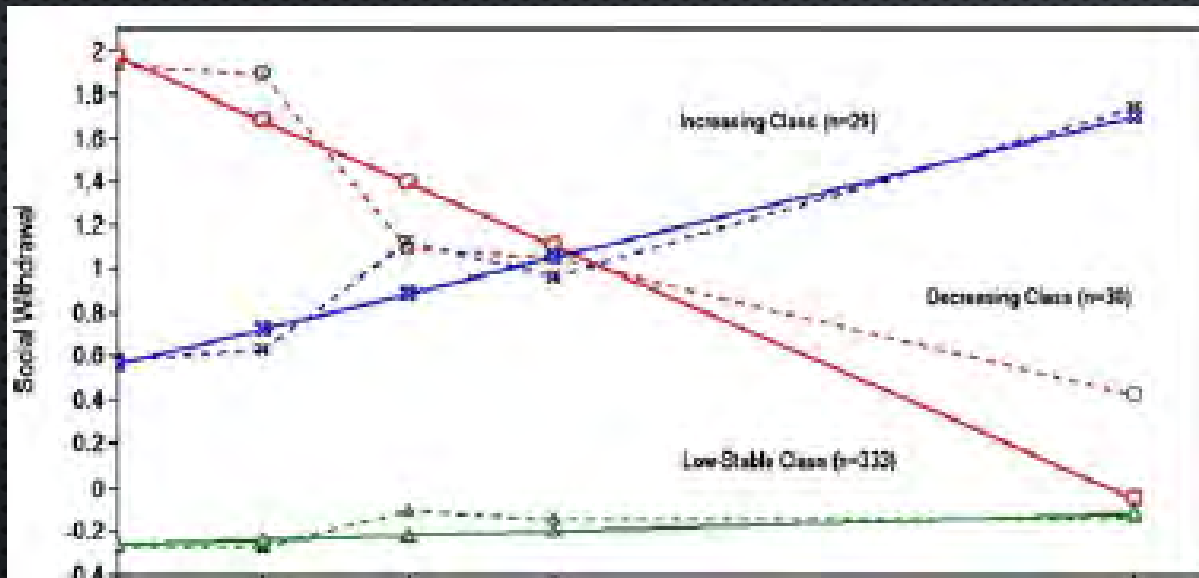


ONTWIKKELINGSPSYCHOPATHOLOGIE

AANNAME 4. ABNORMAAL GEDRAG KAN VERANDEREN MET DE TIJD (ONTWIKKELINGSPADEN)



- Factoren die zorgen voor abnormaal gedrag zijn niet stabiel over de tijd
- Hikikomori-gedrag kan minder worden door persoonlijke ontwikkeling/positieve omgevingsinvloeden



SCREENING VAN HIKIKOMORI

- Vroegtijdige detectie op de middelbare school
- Leerplichtambtenaar
- Mentoren/zorgteam of ondersteuningsteam
- Nagaan waarom de jongere veel verzuimt:
 1. Pesten
 2. Leerproblemen
 3. Psychiatrisch beeld
 4. Zaken die spelen in het gezin
- Universele screening



EERSTE FOCUS OP DE OUDERS

- Moeilijk voor ouders om normale en abnormale ontwikkeling van elkaar te onderscheide
- Terughoudend met hulp zoeken: schaamte, stigma, en doorgaans veroorzaakt hikikomori geen grote problemen
- Gebrek aan kennis over hikikomori



INTERVENTIE VOOR OUDERS

- Ouders zijn wel vaak negatief over het gedrag van de jongere, vermijden echter de echt gevoelige zaken, gaan mee in de vermindering om grote uitbarstingen te voorkomen
- Interventie: kennis over hikikomori vergroten, interacties tussen ouders en jongere verbeteren



AANPAK GERICHT OP DE JONGERE IS VAAK NOODZAKELIJK

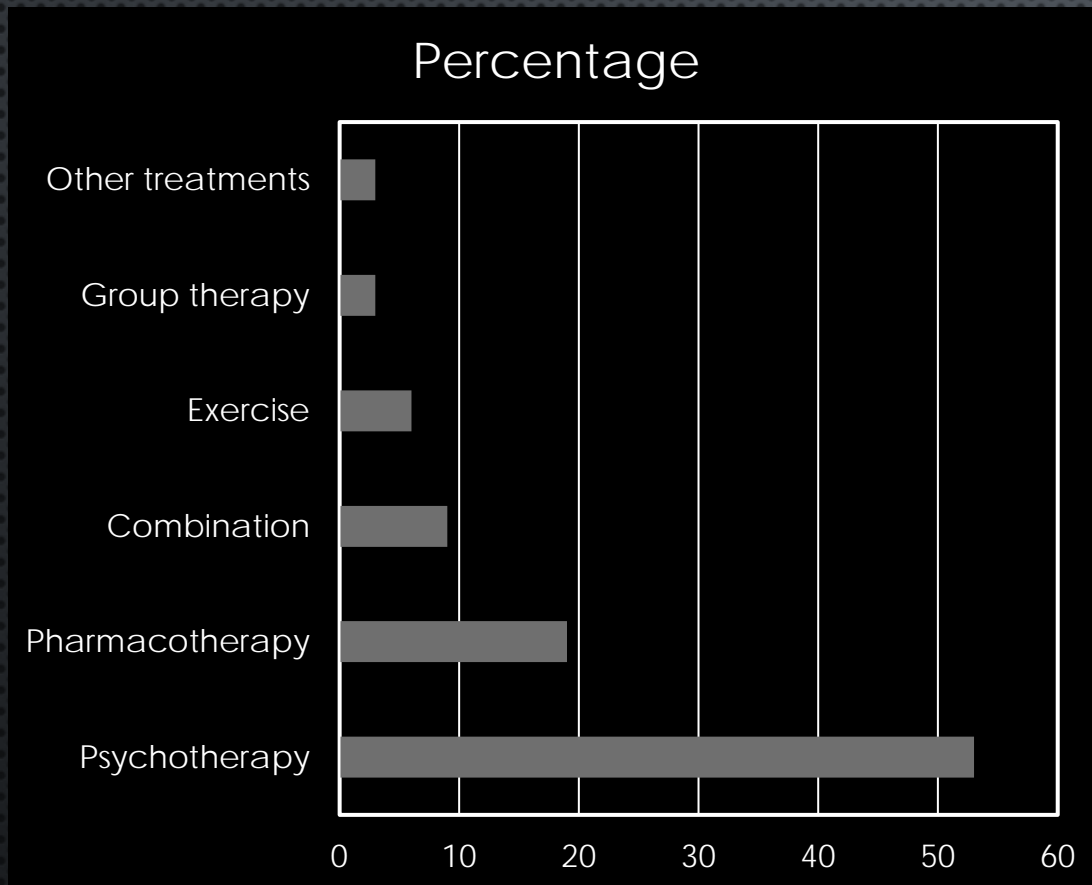


- Regel #1: Huisbezoek
- Regel #2: Loop niet te hard van stapel, eerst investeren in het contact
- Sociale hulpverlening i.p.v. GGZ-benadering
- Geef de jonge persoon de ruimte om te praten over zichzelf en zijn situatie om te komen tot zelf-reflectie en motivatie voor verandering

SPANJE: HUISBEZOEK PROGRAMMA'S VOOR HIKIKOMORI



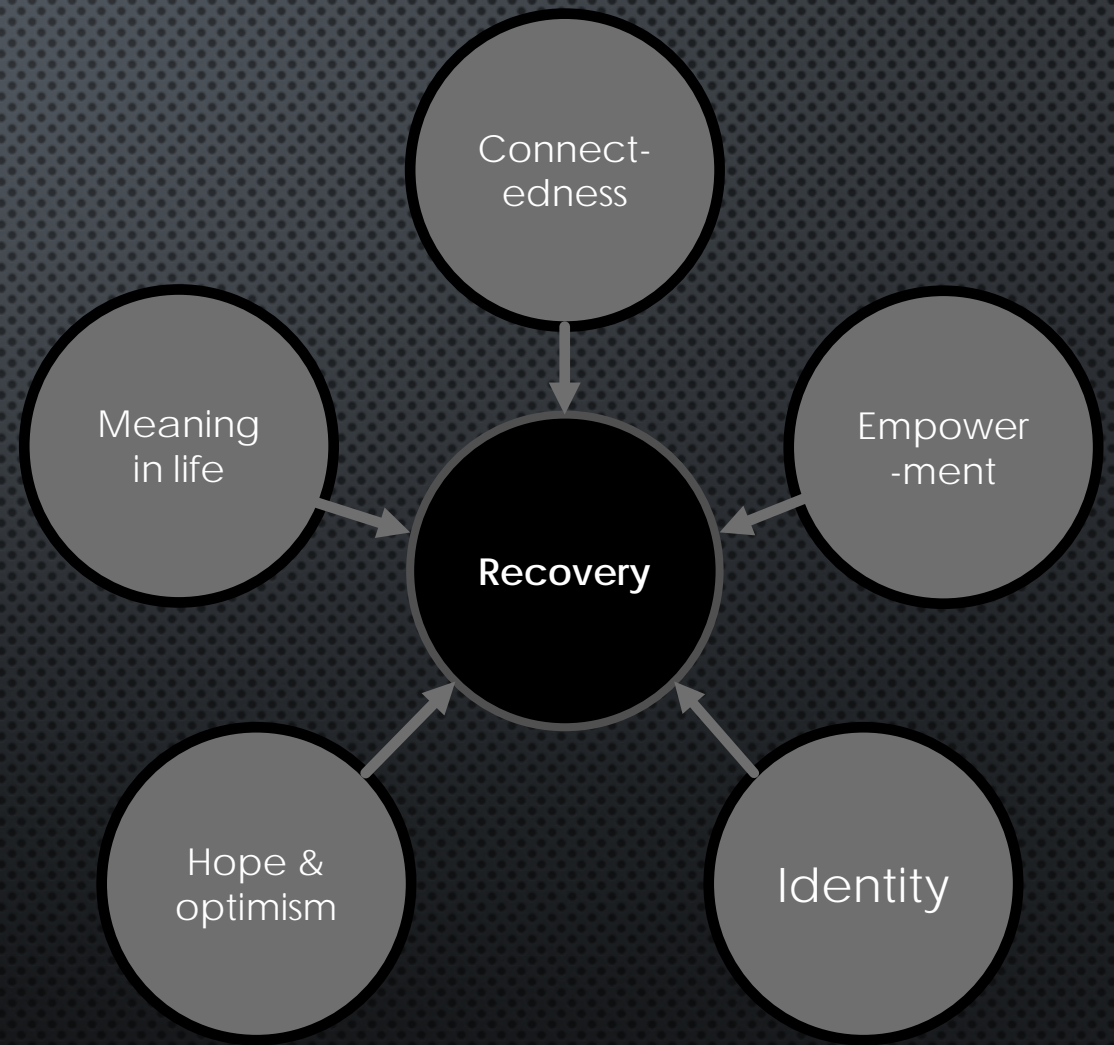
BEHANDELPREFERENTIES VAN HIKIKOMORI MET PSYCHISCHE PROBLEMEN



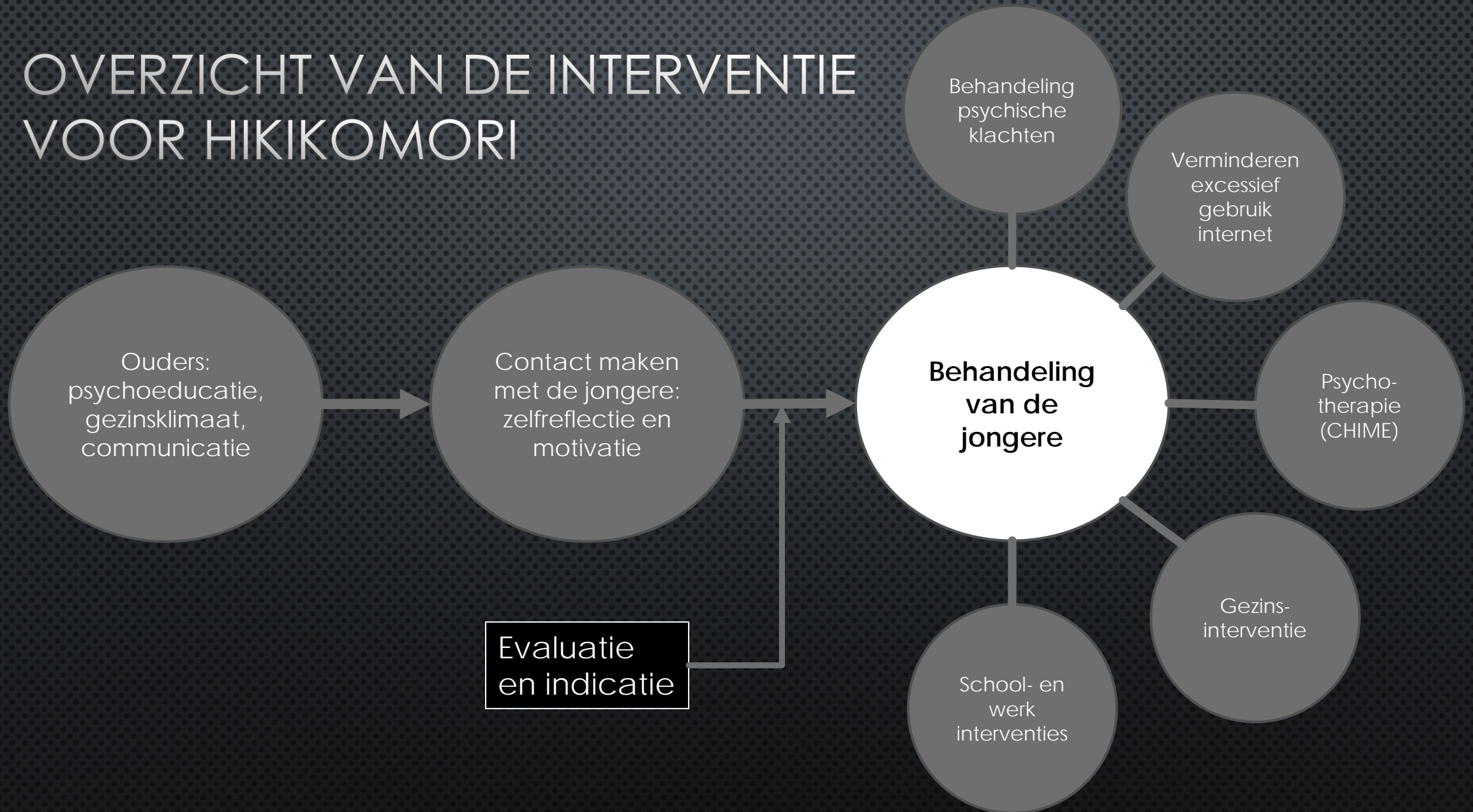
- Prominente psychische problemen behandelen
- Evidence-based interventies
- Social anxiety/depression: cognitieve gedragstherapie
- Psychotische toestandsbeelden: antipsychotische medicatie
- Autisme spectrum problemen: psycho-educatie en sociale vaardigheidstraining

DAARNA: ONTWIKKELING OP GANG BRENGEN

- Psychotherapeutische benadering
- CHIME model
- Door te werken aan verbetering van deze domeinen, kan de situatie van de hikikomori verbeterd worden



OVERZICHT VAN DE INTERVENTIE VOOR HIKIKOMORI



CONCLUSIE



- Hikikomori wereldwijd groeiend verschijnsel, niet alleen in Japan
- Meerdere factoren spelen een rol: psychische problemen, omgeving en zelfs de samenleving
- Interventie complex
- Meer aandacht voor preventie, zorg en onderzoek