

Zeitschriftenartikel

Begutachtet

Koordinator*in:

PD Dr. Astrid Wonneberger

HAW Hamburg, Deutschland **Redaktion**J.Georg Brandt PD Dr. Astrid Wonneberger HAW Hamburg, Deutschland **Erhalten:** 30. November 2023**Akzeptiert:** 10. Januar 2024**Publiziert:** 24. April 2024**Datenverfügbarkeit:**

Alle relevanten Daten befinden sich innerhalb der Veröffentlichung.

Interessenskonfliktstatement:

Die Autorinnen erklären, dass ihre Forschung ohne kommerzielle oder finanzielle Beziehungen durchgeführt wurde, die als potentielle Interessenskonflikte ausgelegt werden können.

Lizenz:

© Dr. Sabina Stelzig, Prof. Dr. Katja Weidtmann.

Dieses Werk steht unter der Lizenz Creative Commons Namensnennung 4.0 International (CC BY SA 4.0).

**Empfohlene Zitierung:**

Stelzig, Sabina, und Katja Weidtmann (2024)

Extremer sozialer Rückzug junger Menschen in ihre Familien. Ein Forschungsprojekt über „Unsichtbare“. *STANDPUNKT : SOZIAL* 34 (1), 2024, Infoteil, S. 1-8.

DOI: <https://doi.org/10.15460/spsoz.2024.34.1.179>

Extremer sozialer Rückzug junger Menschen in ihre Familien

Ein Forschungsprojekt über „Unsichtbare“

Sabina Stelzig^{1*}  **und Katja Weidtmann^{2*}** 

1 Dr. Sabina Stelzig, Wissenschaftliche Mitarbeiterin, HAW Hamburg

2 Prof. Dr. Katja Weidtmann, Professorin, HAW Hamburg

: Die Autorinnen sind Mitarbeiterinnen der HAW Hamburg 

* Korrespondenz: redaktion-standpunktsozial@haw-hamburg.de

Zusammenfassung

Kurzvorstellung eines interdisziplinären aktuellen Forschungsprojekts an der HAW Hamburg, das darauf abzielt zu erforschen, inwiefern das aus Japan stammende Konzept des „Hikikomori“ mit seinen Ansätzen der Ent-Psychiatisierung und interprofessionellen Hilfen dazu genutzt werden kann, das Verständnis von und den Umgang mit einem extremen sozialen Rückzug von jungen Erwachsenen in ihre Familien in Deutschland zu verbessern.

Schlagwörter: Sozialer Rückzug, Forschungsprojekt, HAW Hamburg, Hikikomori

Extremer sozialer Rückzug junger Menschen in ihre Familien

Ein Forschungsprojekt über „Unsichtbare“

Sabina Stelzig und Katja Weidtmann



„Wenn nachts dann alles dunkel ist, geht in einem Zimmer im Haus plötzlich wieder ein Licht an.“ Dieser Satz stammt aus einem Interview mit einer Mutter, deren erwachsener Sohn über Jahre nur nachts aus seinem Zimmer im elterlichen Haus gekommen ist.

Extremer sozialer Rückzug beginnt oft schleichend und wird vom Umfeld der Betroffenen zunächst nicht als sehr problematisch eingeschätzt. Einem längeren sozialen Rückzug¹ junger Menschen in ihre Familien können individuell sehr unterschiedliche Gründe und Auslöser zugrunde liegen. Zu unterscheiden ist ein mehrmonatiger („extremer“) Rückzug von lediglich vorübergehenden Phasen des Antriebsmangels und der Verminderung des Interesses an sozialen Kontakten sowie von einem Rückzug als Folge von Erkrankungen. In der Fachliteratur wird unter einem extremen sozialen Rückzug eine Selbstisolation von mehr als sechs Monaten verstanden (Saito/Angles 2013), das heißt, Kontakte außerhalb der Familie bestehen nicht, und es findet keine Teilnahme an sozialen Aktivitäten statt, Ausbildung und Arbeit eingeschlossen.

Der extreme soziale Rückzug wird bereits seit den 1990er Jahren insbesondere in Japan als „Hikikomori“ untersucht und dort vielfach mit dem Ansatz der Ent-Psychiatisierung verstanden und behandelt. Oft ist er zunächst kein Symptom einer psychischen Störung. Gleichwohl können psychische Störungen wie eine Autismus-Spektrum-Störung oder Schizophrenien in diesem Zusammenhang eine Rolle spielen, und mit Zunahme der Dauer des Rückzugs wird die Entstehung von psychischen Störungen wie z. B. Depressionen oder Angst- und Zwangsstörungen wahrscheinlicher. Abseits klinischer Argumentationen werden Formen des Protests und der Revolte der betroffenen jungen Menschen gegen das Erwachsenwerden bzw. gegen die Übernahme von Verantwortung für die eigene und andere Personen quasi als eine Verweigerung an der Gesellschaft als Gründe für den langanhaltenden sozialen Rückzug diskutiert (Kato et al. 2020).

In beiden Fällen werden die Entstehung und der Verlauf des Rückzugs von Faktoren der Betroffenen und ihres sozialen Umfelds bestimmt. Zum einen können dies individuelle wie auch familiäre Faktoren sein, zum anderen aber auch gesellschaftliche Aspekte wie zunehmende Individualisie-

1 Engl. social withdrawal: Zu diesem Themenfeld liegen insbesondere im englischsprachigen Raum bereits zahlreiche Publikationen vor.

zungstendenzen, ein insgesamt gestiegener Leistungsdruck oder die Omnipräsenz medial aufbereiteter Inhalte bzw. eine Mischung aus all diesen Faktoren. Eine Vielzahl an Untersuchungen in Japan zeigt, dass der Leidensdruck der Betroffenen hoch ist, ebenso wie die Hilflosigkeit, sich aus der Isolation zu befreien (Ueda et al. 2020).

Zahlreiche internationale Studien gehen davon aus, dass das Phänomen inzwischen weltweit und damit auch in Europa auftritt (Castelpietra et al. 2021), unabhängig von der jeweiligen Kultur und dem vorhandenen Wohlstand des Landes (Saito/Angles 2013; Kato et al. 2020). Eine Zunahme der Zahl von Betroffenen durch das Pandemiegeschehen seit dem Frühjahr 2020 mit den erlassenen Maßnahmen zur Eindämmung wie Ausgangssperren, Kontaktbeschränkungen und Schließung von Bildungseinrichtungen ist wahrscheinlich. Besonders junge Menschen mit bereits bestehenden Rückzugstendenzen könnten dadurch in einen längerfristigen Rückzug geraten sein (Rooksby et al. 2020).

Bislang gibt es jedoch kaum Untersuchungen zu der Frage, wie viele (junge) Menschen in Deutschland von einem mehrmonatigen oder mehrjährigen sozialen Rückzug betroffen sind, was unter anderem auch darauf zurückzuführen ist, dass „sozialer Rückzug“ ein ungenauer und in vielen unterschiedlichen Zusammenhängen verwendeter Begriff ist. Seine Definition und genaue Kriterien sind selbst in Japan nicht einheitlich, so dass einschlägige Forschungsergebnisse häufig nicht zu vergleichen sind (Kato et al. 2016).

Allgemein kann als eine der wenigen Möglichkeiten, mit denen die „unsichtbaren“ Betroffenen erreicht werden können, das Internet gelten. Internetbasierte Anwendungen wie Virtuelle Realitäten (Rooksby et al. 2020) und das Spiel Pokémon-Go (Kato et al. 2017) sowie der online-Einsatz einer fiktiven Story bzw. von Videospiele haben sich in Japan für Interventionsbemühungen bei extremem Rückzug junger Menschen bereits als erfolgreich erwiesen (Panto et al. 2022; Hussain 2018). Nach ersten Erkenntnissen japanischer Forscher reicht es allerdings nicht aus, die Betroffenen spielerisch aus ihrem Rückzug „herauszulocken“ (Kato et al. 2017). Als langfristig erfolgsversprechend hat sich ergänzend unter anderem die onlinegestützte Vernetzung von Betroffenen erwiesen (Rooksby et al. 2020), die auch online Peer-to-Peer-Dialoge fördert (Yokoyama et al. 2019). In Bezug auf die Intervention speziell von extrem Zurückgezogenen bzw. „Hikikomori“ gibt es dazu bislang in Europa bzw. in Deutschland noch keine Untersuchungen.

Die Entwicklung von Interventionen ist in Japan am weitesten fortgeschritten. Mit Blick auf „konventionelle“ analoge Formate überrascht es angesichts der Komplexität und Heterogenität des Phänomens nicht, dass insgesamt ein multidimensionales Vorgehen, häufig unter Einbezug der Familie, als indiziert betrachtet wird (Kato et al. 2016). Neben den erst in jüngerer Zeit eingesetzten o.g. technologiegestützten Ansätzen haben sich insbesondere aufsuchende Angebote durch Fachkräfte als wirkungsvoll herausgestellt (Funakoshi/Miyamoto 2015). Das 4-Stufen-Modell (Watanabe 2011) z. B. besteht aus der Unterstützung der Familie und dem Kontakt zu den

Betroffenen, gefolgt von individueller Unterstützung, einer Gruppentherapie und abschließend der sozialen Re-Integration.

Der Einbezug der Familien in die Hilfen kann insgesamt sehr unterschiedliche Formen annehmen: Angesichts des häufig fehlenden Wissens um das Phänomen kommt der Psychoedukation große Bedeutung zu (Kato et al. 2016; Ranieri/Luccherino 2018), diese erfolgt teils nach spezifischen Ansätzen wie Mental Health First Aid (Haasio/Salminen-Tuomaala 2021). Eine niedrigschwelligere Möglichkeit besteht in der Stärkung gemeinsamer Aktivitäten der betroffenen Familien (Castel Pietra et al. 2021). Eine familienbezogene Beratung kann Ziele wie den Aufbau, die Verbesserung und die Aufrechterhaltung der Beziehung zum betroffenen Kind, die Herstellung einer friedlicheren Atmosphäre und das Aufdecken verdeckter Konflikte adressieren. In Anlehnung an das Community Reinforcement and Family Training, ein auf der kognitiven Verhaltenstherapie basierendes Familientherapieprogramm aus der Suchthilfe, wurde ein nachweislich wirksames Programm für Angehörige entwickelt (Funakoshi et al. 2022; Haasio/Salminen-Tuomaala 2021).

Das Forschungsprojekt „Extremer sozialer Rückzug junger Menschen in ihre Familien“ am Department Soziale Arbeit der HAW Hamburg sammelt, dokumentiert und analysiert zurzeit entsprechende Fälle. Erste Ergebnisse deuten darauf hin, dass es auch in Deutschland junge Menschen gibt, deren Situation sich sehr gut mit dem Konzept des extremen sozialen Rückzugs beschreiben und analysieren lässt. Insbesondere der Frage der Existenzsicherung von Betroffenen bei Wegfall der überwiegend durch die Familien gewährten Versorgungsleistungen kommt bei der Problematisierung aus Sicht der Angehörigen eine hohe Bedeutung zu.

Das interdisziplinäre Projekt zielt zusammenfassend darauf ab zu erforschen, inwiefern das aus Japan stammende Konzept des „Hikikomori“ mit seinen Ansätzen der Ent-Psychiatisierung und interprofessionellen Hilfen dazu genutzt werden kann, das Verständnis von und den Umgang mit einem extremen sozialen Rückzug von jungen Erwachsenen in ihre Familien in Deutschland zu verbessern. Basierend auf Erfahrungen und Beobachtungen von hiesigen Fachkräften aus Bereichen wie psychosoziale Beratung, Psychiatrie und Soziale Arbeit sowie von Familienangehörigen soll ein (technologiegestütztes) Interventionskonzept für junge Menschen im extremen sozialen Rückzug entwickelt werden zur Unterstützung ihrer Rückkehr in wesentliche gesellschaftliche Bereiche wie soziale Beziehungen, Ausbildung und Freizeit. Wesentliche zu verzahnende Komponenten sind dabei die analogen ambulanten Hilfen der Familienberatung und familientherapeutischen Ansätze sowie Formen der Gruppenintervention einerseits und andererseits, innerhalb des digitalen Zugangs, die Vernetzung von Betroffenen, der „Gaming“-Bereich und die Online-Beratung.

Wenn Sie Fragen haben oder an der Mitwirkung bei der Untersuchung interessiert sind, melden Sie sich gerne, wir freuen uns.

Ansprechpersonen

Dr. Sabina Stelzig
(Soziologin, M. A., und Projektleitung)
Alexanderstraße 1
20099 Hamburg
Tel.: 040-42857-7157
sabina.stelzig-willutzki@haw-hamburg.de

Prof. Dr. Katja Weidtmann
(Dipl.-Psychologin)
Alexanderstraße 1
20099 Hamburg
Tel.: 040-42857-7155
katja.weidtmann@haw-hamburg.de

Patrick Wöckel
(Sozialpädagoge, B. A., und Familienwissenschaftler, M. A.)
Alexanderstraße 1
20099 Hamburg
Tel.: 040-42857-7157
patrick.woeckel@haw-hamburg.de

Literatur

Castelpietra, Giulio, Alessandra Nicotra und Diego De Leo (2021) The Hikikomori Phenomenon: Could Loneliness Be a Choice of Self-Restriction from Society? *Open Journal of Psychiatry* 11, S. 47-62. DOI: 10.4236/ojpsych.2021.111005.

Funakoshi, Akiko, und Yuki Miyamoto (2015) Significant factors in family difficulties for fathers and mothers who use support services for children with hikikomori. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 69 (4), S. 210-219. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/pcn.12230> (abgerufen am 21.11.2022)

Funakoshi, Akiko, Masako Saito und Midori Suzuki (2022) Home visiting support for people with hikikomori (social withdrawal) provided by experienced and effective workers. *International Journal of Psychiatry* 68 (4), S. 836-834 <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/00207640211009266> (abgerufen am 21.11.2022)

Haasio, Ari, und Mari Salminen-Tuomaala (2021) Suicide Motives and Protective Factors Contributions from a Hikikomori Discussion Board. *Issues in Mental Health Nursing* 42 (5), S. 417-429

Hussain, Wan Mohd Hirwani Wan (2018) Augmented Reality Games and Pokémon Go: Preventing Hikikomori in Malaysia. *International Journal of Civil Engineering and Technology (IJCIET)* 9 (5), S. 1128-1135

Kato, Takahiro A., Shigenobu Kanba und Alan R. Teo (2016) A 39-Year-Old "Adultolescent" Understanding Social Withdrawal in Japan. *The American Journal of Psychiatry* 173 (2), S. 112-114

Kato, Takahiro, Alan R. Teo, Masaru Tateno und Shigenobu Kanba (2017) Can "Pokémon GO" rescue shut-ins (hikikomori) from their isolated world? *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 2017, 71, S. 70-76, <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/pcn.12481> (abgerufen am 21.11.2022)

Kato, Takahiro A., Shigenobu Kanba und Alan R. Teo (2020) Defining pathological social withdrawal: proposed diagnostic criteria for hikikomori. *World Psychiatry* 19, S. 116-117

Panto, Francesco, Tamaki Saito, Nobuaki Morita, Nobuaki Morita und Yasukazu Ogai (2022) Mental health care for young people using video games: a pilot RCT on the development of a new intervention method toward Hikikomori and Futōkō. *F1000Research*, <https://f1000research.com/articles/11-574> (abgerufen am 21.11.2022)

Ranieri, Fiorenzo, und Luciano Luccherino (2018) Hikikomori: debating a XXI century phenomenon from a clinical point of view. *Scandinavian Journal of Child and Adolescent Psychiatry and Psychology* 6 (1), S. 72-79

Rooksby, Maki, Tadaaki Furuhashi und Hamish J. Mcleod (2020) Hikikomori: a hidden mental health need following the COVID-19 pandemic. *World Psychiatry* 19 (3), S. 399-400

Saito, Tamaki, und Jeffrey Angles (2013) *Hikikomori: Adolescence without end*. Minneapolis: University of Minnesota Press.

Ueda, Michiko, Andrew Stickley, Hajime Sueki und Tetsuya Matsubayashi (2020) Mental health status of the general population during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional national survey in Japan. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 74 (9), S. 505-506. <https://doi.org/10.1111/pcn.13105> (abgerufen am 18.11.2022)

Watanabe Koichiro (2011) Anxiety disorders – highlighting Futoko and hikikomori. *Japanese J. Pediatr.* 64, S. 871-879

Yokoyama, Taizo, Akira Kawasaki, Tomoe Mitsumiya und Cong Xu Yokoyama (2019) Impact of Online Workshop for Youth Empowerment: Applying CBED to Hikikomori Support in Japan. *Education Quarterly Reviews* 2 (4), S. 857-865

Die Autorinnen

Dr. Sabina Stelzig promovierte nach ihrem Abschluss in Soziologie über das Thema Frauenmigration und war an der Universität Hamburg und am Hamburgischen Weltwirtschaftsinstitut (HWWI) als wissenschaftliche Mitarbeiterin in Forschung und Lehre in den Bereichen Familie sowie Migration tätig. Ab 2012 war sie am Aufbau des Masters Angewandte Familienwissenschaften an der HAW Hamburg beteiligt und lehrt dort sowie im Bachelor-Studiengang Soziale Arbeit Soziologie und empirische Methoden. Von 2018 bis 2022 forschte sie im Rahmen des BMBF-Projekts POMIKU zu „postmigrantischen Familienkulturen“.

✉ sabina.stelzig-willutzki@haw-hamburg.de

Prof. Dr. Katja Weidtmann war nach ihrem Studium der Psychologie und Kinder- und Jugendpsychiatrie an der Universität Hamburg als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Medizinischen Fakultät sowie an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf beschäftigt. Hier promovierte sie auch mit einer Evaluationsstudie der Spezialambulanz „Hochbegabten-Zentrum“. Nach Tätigkeiten als Schulpsychologin in Niedersachsen und Hamburg sowie in einer Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie wurde sie 2012 wissenschaftliche Mitarbeiterin an der HAW Hamburg, baute dort den Weiterbildungsmaster Angewandte Familienwissenschaften mit auf und ist seit 2016 Professorin für Familienpsychologie und Familienberatung. Sie ist außerdem Leiterin des Masters Angewandte Familienwissenschaften und des Forschungsprojekts POMIKU.

✉ katja.weidtmann@haw-hamburg.de