Kun maailma ahdistaa

5.11.2020

Hikikomori-ilmiö on alun perin japanilainen ja sama hikikomori perustuu japanin kielen sanaan *hikikomorou*, joka tarkoittaa sisäänpäin kääntynyttä. Hikikomoreiksi luokiteltavat henkilöt ovat sosiaalisesti vetäytyneitä, usein 16-35 –vuotiaita miehiä, jotka pyrkivät katkaisemaan kaikki siteen ulkomaailmaan ja lukkiutuvat kotiinsa. Heidän elämänsä keskeinen sisältö muodostuu tietokonepeleistä ja internetissä surffaamisesta. Netti on pakopaikka ja kommunikaatioväylä, siellä uskalletaan myös kohdata toisia ihmisiä, sen avulla hoidetaan lähes kaikki arjen asiat ja siellä olo on turvallinen ja kotoisa.

Mitä hikikomoreiden mielessä liikkuu?

Miksi ihminen eristäytyy kotiinsa? Nuorten kanssa tekemisissä olevat eri alojen ammattilaiset ovat huomanneet ilmiön ja havainneet sen yleistyvän vuosi vuodelta. Nuoret keskeyttävät opintonsa tai eivät hakeudu jatkokoulutukseen. Myöskään työelämä ei houkuttele. Toki kaikki syrjäytymisvaarassa olevat nuoret eivät ole hikikomoreita, vain osa näistä pudokkaista haluaa vetäytyä sosiaalisesti.

Ilmiön taustalla on useita syitä. Eri tutkimusten mukaan (esim. Haasio 2015; 2018; 2020) monilla sosiaalisesti vetäytyneillä on mielenterveydellisiä ongelmia, jotka johtuvat useista eri syistä. Lähes poikkeuksetta taustalla on pitkään jatkunut koulukiusaaminen ja hyväksynnän puute. Yksinäisyys on myös leimallista näille nuorille. Ystäviä ei ole ja sosiaalisten tilanteiden pelko on suuri.

Aika kuluu koneella

Tietoyhteiskunta mahdollistaa erakoitumisen kotiin entistä helpommin. Valtaosan asioista pystyy hoitamaan netin kautta aina viranomaisasioista ostoksiin. Edes lähikauppaan ei tarvitse lähteä isommissa kaupungeissa: ruoan voi tilata netistä ja se kuljetetaan kotiin. Tai jos tekee mieli pizzaa, pizzataksi tuo sen ovelle.

Olisi helppo syyttää nettiä ja pelaamista sosiaalisesta vetäytymisestä. Tosiasiassa netti ei yleensä selitä sitä, miksi nuori sulkeutuu kotiinsa. Sen sijaan verkko on henkireikä, joka mahdollistaa edes joitain sosiaalisia suhteita, kun reaalimaailman kanssakäyminen ”kuumottaa”, kuten hikikomorit itse asian ilmaisevat. Keskustelupalstalla uskaltaa avautua ongelmista ja sieltä saa vertaistukea. Pelimaailmassa voi saada arvostusta ja kokea edes kerran hyväksyntää. Elokuvat ja muu viihde löytyy myös verkosta – aika ei käy pitkäksi vaikka se kuluukin neljän seinän sisällä.

Mikä avuksi?

Kaikki lähtee jo varhaislapsuudesta. Välittäminen, positiivinen palaute ja ystävyyssuhteet ovat keskeisessä roolissa kun halutaan ehkäistä sosiaalista vetäytymistä. Jos nuori on jo komeroitumassa, on lähdettävä pienin askelin etenemään ja kannustamaan häntä sosiaalisiin tilanteisiin. SeAMKin Ovi auki elämään –projekti on

tästä hyvä esimerkki. Siitä voi lukea lisää hankkeen blogista https://oviaukielamaan.blogspot.com/.

Ari Haasio
Yliopettaja
SeAMK Liiketoiminta ja kulttuuri

ELY-keskus on myöntänyt Euroopan sosiaalirahaston rahoitusta Ovi auki elämään! -hankkeen toteutukseen.

Lue lisää:

Haasio, A. (2020). Hikikomorit-vaiettu vähemmistö. *Tietoa, taitoa ja teknologiaa: kehittämispolkuja sosiaali-ja terveysalalla*. Toim. Mari Salminen-Tuomaala et al. Seinäjoen ammattikorkeakoulu: Seinäjoki. Seinäjoen ammattikorkeakoulun julkaisusarja B. Raportteja ja selvityksiä 157. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/345847/Haasio_Hikikomorit_vaiettu_vahemmisto.pdf?sequence=1

Haasio, A. 2018. *Hikikomorit*. Avain: Helsinki.

Haasio, A. 2015. *Toiseus, tiedontarpeet ja tiedon jakaminen tietoverkon "pienessä maailmassa": Tutkimus sosiaalisesti vetäytyneiden henkilöiden informaatiokäyttäytymisestä.* Tampereen yliopisto: Tampere. Väitöskirja. http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-44-9878-7

Riukulehto, S. & Haasio, A. (toim.). 2020. *Virtuaalinen kotiseutu*. Tietolipas 266. SKS: Helsinki

