



Ressort: Mixed News

## Hikikomori: Die unsichtbare Isolation in Europa

Rom / Berlin, 20.02.2026 [ENA]

Ursprünglich in Japan beschrieben, betrifft das Phänomen der Hikikomori heute auch Tausende junge Menschen in Italien, Deutschland und anderen europäischen Ländern. Der langanhaltende soziale Rückzug wirft Fragen zur psychischen Gesundheit und zu gesellschaftlichen Veränderungen auf.

Der Begriff „Hikikomori“ bezeichnet einen extremen sozialen Rückzug, der Monate oder sogar Jahre andauern kann. Nach der ursprünglichen Definition in Japan handelt es sich um junge Menschen, die Schule, Arbeit und direkte soziale Kontakte systematisch meiden und sich überwiegend in ihrem eigenen Zimmer aufhalten. Was zunächst als kulturell spezifisches Phänomen galt, wird inzwischen auch in Europa beobachtet. Fachzeitschriften für Sozialpsychiatrie weisen darauf hin, dass langanhaltender Rückzug häufig mit Angststörungen, Depressionen oder ausgeprägten sozialen Unsicherheiten verbunden ist.

In Italien schätzt der Verein „Hikikomori Italia“, dass potenziell mehr als 100.000 Jugendliche und junge Erwachsene betroffen sein könnten, auch wenn offizielle landesweite Statistiken fehlen. Viele Fälle werden über Schulen oder durch familiäre Hilferufe bekannt. In Deutschland ist das Phänomen weniger stark medial präsent, doch universitäre Studien und Berichte sozialer Dienste deuten ebenfalls auf eine wachsende Zahl junger Menschen mit schwerem sozialem Rückzug hin, insbesondere in urbanen Regionen. Ähnliche Entwicklungen werden auch in Frankreich und Spanien registriert, was auf eine europaweite Verbreitung schließen lässt.

Experten unterscheiden Hikikomori klar von einer bloß intensiven Internet- oder Videospieldnutzung. Digitale Medien können zwar einen Rückzugsraum bieten, gelten jedoch nicht als alleinige Ursache. Europäische Untersuchungen zeigen Zusammenhänge mit schulischem Misserfolg, Mobbing-Erfahrungen, hohem Leistungsdruck oder Schwierigkeiten beim Übergang in Ausbildung und Beruf. In Deutschland kann das stark strukturierte Ausbildungssystem zusätzlichen Druck erzeugen, während in Italien wirtschaftliche Unsicherheit und prekäre Arbeitsbedingungen häufig als Risikofaktoren genannt werden.

Auf europäischer Ebene wächst die Aufmerksamkeit für die psychische Gesundheit junger Menschen. Institutionen und Gesundheitsbehörden weisen seit der Covid-19-Pandemie auf einen Anstieg von Angst- und Depressionssymptomen hin, wodurch bestehende Tendenzen zur Isolation verstärkt wurden. Fachleute empfehlen frühzeitige und behutsame Interventionen, die psychotherapeutische Begleitung, familiäre Unterstützung und individuell angepasste Bildungsangebote kombinieren. Hikikomori wird zunehmend

### Redaktioneller Programmdienst: European News Agency

Annette-Kolb-Str. 16  
D-85055 Ingolstadt  
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660  
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661  
Email: [contact@european-news-agency.com](mailto:contact@european-news-agency.com)  
Internet: [european-news-agency.com](http://european-news-agency.com)

### Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.



..... International Press Service.....

nicht als individuelles Versagen verstanden, sondern als Ausdruck struktureller gesellschaftlicher Herausforderungen in modernen europäischen Gesellschaften.

Die Diskussion über Hikikomori berührt nicht nur die individuelle Lebenssituation betroffener Jugendlicher, sondern auch grundlegende Fragen zur sozialen Integration in modernen Gesellschaften. Experten betonen, dass langfristige Isolation selten abrupt endet und Geduld sowie koordinierte Unterstützung erfordert. Schulen, Familien und psychosoziale Dienste spielen dabei eine zentrale Rolle. Entscheidend ist es, frühe Warnsignale ernst zu nehmen und Betroffenen einen geschützten Wiedereinstieg in soziale und berufliche Strukturen zu ermöglichen. Das Phänomen gilt zunehmend als Indikator für strukturelle Spannungen in Europa, die weit über einzelne Schicksale hinausreichen.

[Bericht online lesen:](https://fpac.en-a.eu/mixed_news/hikikomori_die_unsichtbare_isolation_in_europa-93084/)

[https://fpac.en-a.eu/mixed\\_news/hikikomori\\_die\\_unsichtbare\\_isolation\\_in\\_europa-93084/](https://fpac.en-a.eu/mixed_news/hikikomori_die_unsichtbare_isolation_in_europa-93084/)

Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Francesco Pace

---

**Redaktioneller Programmdienst:  
European News Agency**

Annette-Kolb-Str. 16  
D-85055 Ingolstadt  
Telefon: +49 (0) 841-951. 99.660  
Telefax: +49 (0) 841-951. 99.661  
Email: [contact@european-news-agency.com](mailto:contact@european-news-agency.com)  
Internet: [european-news-agency.com](http://european-news-agency.com)

**Haftungsausschluss:**

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.