ANALISIS FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB HIKIKOMORI PADA REMAJA DI JEPANG

Zida Wahyuddin
Universitas 17 Agustus 1945, Indonesia

Cuk Yuana
Universitas 17 Agustus 1945, Indonesia

M.Rizki Kurniawan
Universitas 17 Agustus 1945, Indonesia

ABSTRAK

Fenomena di era modern ini, menunjukkan peningkatan yang signifikan pada masalah remaja dalam menghadapi berbagai permasalahan sosial, termasuk kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar yang mengakibatkan mereka mengisolasi diri di dalam kamar mereka. Fenomena ini dikenal dengan istilah "social withdrawal" atau yang lebih dikenal sebagai "hikikomori". Penelitian ini bertujuan untuk memahami faktor-faktor yang menyebabkan fenomena hikikomori pada remaja di Jepang. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan studi pustaka sebagai sumber data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hikikomori meliputi lingkungan sekolah, keluarga, dan lingkungan sosial. Faktor-faktor tersebut termasuk *ijime*, *tookoo kyohi*, *gogatsu byo*, kegagalan dalam ujian, hubungan yang terlalu erat antara orang tua dan anak, konsep amae, anak tunggal/*hitorikko*, tekanan akademik, perubahan sosial ekonomi, peer pressure, dan stigma sosial. Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hikikomori pada remaja di Jepang.

Kata Kunci: *hikikomori, jepang, hitorikko, ijime*

A. PENDAHULUAN

Pada era modern ini, terlihat adanya peningkatan yang signifikan dalam masalah remaja yang meluas di berbagai negara di dunia. Sebagai contoh di Jepang, remaja menghadapi berbagai permasalahan sosial, termasuk kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar atau orang lain, yang mengakibatkan mereka mengisolasi diri di dalam kamar mereka. Fenomena ini dikenal dengan istilah "social withdrawal" atau yang lebih dikenal sebagai "hikikomori". Media telah memberikan perhatian besar terhadap fenomena ini, seperti yang terungkap dalam sebuah artikel di New York Times: "Shutting themself in" (New York Times, 2023).

Istilah "hikikomori" diperkenalkan oleh Saito (1998) yang menjelaskan bahwa hikikomori mengacu pada individu yang telah menghabiskan enam bulan atau lebih dalam keadaan asosial, tidak terlibat dalam pendidikan atau pekerjaan, dan tidak memiliki hubungan dekat dengan orang di luar keluarga inti. Biasanya,

individu hikikomori ini tidak menghadiri sekolah, tidak bekerja, bahkan tidak keluar dari kamar mereka selama berbulan-bulan. Banyak dari mereka yang menyembunyikan diri dari publik untuk menghindari rasa malu dan interaksi sosial, dan lebih memilih untuk menghabiskan waktu berjam-jam di dalam kamar mereka, seperti bermain game, membaca buku atau manga (komik Jepang), menonton video di internet atau TV, serta melakukan berbagai aktivitas lainnya untuk mengisi waktu (Saito, 1998).

Tamaki (1998:6) menjelaskan bahwa hikikomori bukanlah sebuah nama penyakit, melainkan gejala. Dalam bidang psikologi, seharusnya tidak langsung diberikan diagnosis hikikomori, tetapi diagnosis harus diberikan pada gejala yang menyertainya. Dziesinski (2003) mengelompokkan faktor penyebab hikikomori ke dalam empat kategori, yaitu faktor lingkungan sekolah, faktor keluarga, faktor lingkungan sosial, dan faktor individu.

Menurut Kyodo (2019), pada tahun 2015, pemerintah Jepang memperkirakan bahwa jumlah masyarakat Jepang yang mengalami hikikomori dalam rentang usia 15-39 tahun mencapai 541.000 orang melalui survei dari 内閣府 (Naikaku-fu) atau Cabinet of Japan. Namun, menurut pernyataan Saito dalam Japan Foreign Policy Forum (2019), jumlah individu yang mengalami hikikomori diperkirakan dapat meningkat menjadi 2.000.000 kasus seiring dengan meningkatnya masalah hikikomori dari tahun ke tahun.

Di Jepang, orang tua sering kali memiliki harapan yang tinggi terhadap anak-anak mereka untuk meraih prestasi akademik, melanjutkan ke perguruan tinggi, mendapatkan pekerjaan yang baik, dan menjalani kehidupan yang sukses. Namun, terdapat sisi negatif dari tekanan tersebut, dimana harapan yang terlalu tinggi dapat memberikan beban yang berlebihan pada anak-anak. Misalnya, dokter ingin anak-anak mereka mencapai kesuksesan seperti mereka, yang mengakibatkan anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu mereka untuk belajar daripada menikmati masa muda mereka. Tekanan yang berasal dari orang tua dapat membuat anak-anak kehilangan waktu bermain mereka, dan akibatnya mereka cenderung menjauh dari orang tua dan lingkungan sekitar karena beban ekspektasi tersebut.

Contoh lain dari fenomena hikikomori ini terjadi dalam lingkungan kerja. Di Jepang, jika seseorang tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan kerjanya, mereka seringkali akan dikucilkan oleh rekan kerja dan menghadapi tekanan dari rekan kerja dan atasan di kantor. Ini adalah salah satu alasan mengapa beberapa orang memilih untuk mengisolasi diri dari dunia luar, bahkan termasuk keluarga mereka. Menurut laporan Hasegawa (2019), hikikomori saat ini juga banyak dialami oleh orang dewasa. Selain itu, masalah kesehatan mental di Jepang dianggap sebagai dampak negatif, meskipun mereka telah mencari bantuan dari psikolog, mereka masih kesulitan menjalani kehidupan sehari-hari tanpa stres dan kecemasan. Dalam beberapa kasus hikikomori, banyak individu yang mengalami depresi, gangguan kecemasan, atau gangguan kepribadian (Correy, 2012). Semenjak penyebaran COVID-19, terjadi peningkatan jumlah orang yang mengalami hikikomori.

B. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Menurut Thomas dan Nelson (2001), metode deskriptif kualitatif melibatkan penyajian hasil penelitian secara naratif tentang fenomena yang diteliti. Mereka menjelaskan bahwa metode ini berfokus pada pengumpulan dan analisis data yang mendalam, dengan tujuan untuk memahami dan menggambarkan kompleksitas subjek penelitian. Sebelumnya, peneliti menganalisis data dengan mencari informasi yang sebanyak mungkin mengenai objek penelitian. Dalam metode deskriptif kualitatif, peneliti berusaha untuk menggali pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena yang diteliti melalui pencarian informasi yang komprehensif. Dalam mengumpulkan data untuk penelitian ini, peneliti menggunakan metode studi pustaka.

Menurut Maxwell (2013), studi pustaka merupakan proses pengumpulan data dengan memanfaatkan berbagai sumber seperti artikel di internet, laporan penelitian, dan jurnal ilmiah. Sumber data ini memberikan landasan yang kuat untuk memahami fenomena yang sedang diteliti. Berbagai fenomena hikikomori di Jepang, seperti yang ditulis dalam artikel-artikel yang dikaji, diambil dan diteliti untuk mendapatkan pemahaman tentang penyebab seseorang menjadi hikikomori. Hal ini sejalan dengan pendapat Patton (2002) yang menyatakan bahwa penelitian kualitatif bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang subjek penelitian melalui eksplorasi dan interpretasi data yang kaya dan kompleks.

Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendorong seseorang menjadi pelaku hikikomori, digunakan pendekatan fenomenologi. Fenomenologi adalah suatu metode filosofis yang digunakan untuk menyelidiki pengalaman manusia (Hajaroh, 2013:09). Pendekatan ini memiliki tujuan untuk memperoleh pemahaman baru atau mengembangkan pengetahuan yang sudah ada melalui langkah-langkah logis, sistematis, dan kritis, tanpa didasarkan pada asumsi sebelumnya atau prasangka, serta tidak bersifat dogmatis.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini, akan membahas faktor penyebab terjadinya remaja menjadi seorang hikikomori. Ditemukan beberapa faktor yang menyebab seseorang menjadi hikikomori. Faktor-faktor tersebut (dari dalam dan luar) antara lain sebagai berikut:

1. Faktor Lingkungan Sekolah

Saat anak-anak menjalani pendidikan, mereka berinteraksi dengan berbagai elemen di lingkungan sekolah, seperti teman sekelas, senior, dan guru. Lingkungan sekolah dapat menjadi faktor yang menyebabkan remaja menjadi hikikomori. Beberapa faktor dalam lingkungan sekolah termasuk ijime (bullying), tookoo kyohi (menolak bersekolah), gogatsu byo (sindrom bulan Mei), dan kegagalan dalam menghadapi ujian.

a. **"Ijime"** atau bullying adalah tindakan yang sering terjadi di sekolah Jepang. Ijime biasanya melibatkan penghinaan fisik, seperti menggoda anak yang dianggap gemuk, berkacamata tebal, atau kutu buku. Beberapa anak di Jepang yang merasa tidak nyaman dengan ijime ini cenderung menarik diri dari lingkungan sekolah daripada melaporkannya ke keluarga

atau sekolah. Hal ini membuat mereka enggan berkomunikasi dengan teman sekelas dan bahkan menolak pergi ke sekolah.

b. **"Tookoo Kyohi"** atau menolak bersekolah terjadi ketika seorang anak memilih untuk berhenti bersekolah. Sistem pendidikan Jepang yang sangat kompetitif, dengan aturan sekolah yang ketat dan standar penilaian yang tinggi, menekan anak-anak untuk terus belajar dan bersaing dengan siswa lain. Saat memasuki SMA, anak-anak diharapkan untuk melanjutkan ke universitas yang memiliki standar tinggi. Tekanan ini, yang dipaksakan oleh harapan orang tua, dapat menyebabkan stres pada anak-anak, sehingga mereka memilih untuk berhenti sekolah dan mengisolasi diri sebagai hikikomori.

c. **"Gogatsu-Byo"** atau sindrom bulan Mei. Terjadi ketika orang Jepang menghadapi kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru saat memulai aktivitas baru pada musim semi, seperti memasuki sekolah, kuliah, promosi jabatan, atau memulai pekerjaan baru. Gejala-gejala gogatsu-byo termasuk masalah tidur, kelelahan, kelesuan, kegelisahan, dan gejala lain yang menunjukkan kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan baru. Beberapa orang yang merasa tidak mampu bersaing atau beradaptasi dengan lingkungan baru memilih untuk mengisolasi diri dan menjadi hikikomori.

d. **"Kegagalan dalam menempuh ujian"** juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi seorang anak menjadi hikikomori. Ujian seperti ujian sekolah atau ujian masuk perguruan tinggi di Jepang dapat memberikan beban pikiran yang besar bagi anak-anak, sehingga menyebabkan depresi. Untuk masuk ke perguruan tinggi pilihan, anak-anak harus memiliki kualifikasi dan nilai yang baik. Beberapa mungkin memilih untuk belajar lebih banyak, namun ada juga yang memilih untuk diam dan menyendiri, menjadi hikikomori.

2. Faktor Keluarga.

Beberapa elemen dalam keluarga dapat mempengaruhi terjadinya hikikomori, seperti hubungan yang terlalu erat antara orang tua dan anak, konsep hitorikko (anak tunggal), tuntutan yang diberikan oleh orang tua, peran anak laki-laki dalam keluarga, dan kondisi kesejahteraan keluarga serta kamar anak. faktor-faktor berikut dalam lingkungan keluarga, seperti hubungan yang terlalu erat antara orang tua dan anak, konsep amae, serta keadaan menjadi anak tunggal, dapat berkontribusi terhadap terjadinya fenomena hikikomori di Jepang. sebagai berikut:

a. **Amae (甘え)** Dalam keluarga modern di Jepang, terdapat konsep amae (甘え) yang menggambarkan ketergantungan emosional seseorang pada kebaikan orang lain. Konsep ini pertama kali diungkapkan oleh Takeo Doi, seorang psikoanalis Jepang, pada tahun 1971. Terlalu banyak rasa cinta dan kasih sayang yang diberikan oleh orang tua kepada anak dapat menyebabkan seseorang menjadi hikikomori. Amae membuat individu lebih memilih tinggal di rumah bersama keluarga daripada terlibat dalam kegiatan di luar. Dalam hal ini, orang tua memberikan fasilitas-fasilitas di rumah untuk membuat anak merasa nyaman dan mengurangi

kekhawatiran mereka daripada memperhatikan kegiatan di luar rumah. Namun, hal ini juga dapat menyebabkan ketergantungan yang berlebihan hingga individu tersebut enggan untuk keluar rumah bahkan meninggalkan kamar pribadinya. Jika anak merasa jenuh setelah pulang sekolah, orang tua memfasilitasi mereka untuk bermain di dalam kamar dengan memberikan komputer, koneksi internet, atau bahkan televisi sendiri di kamar anak tersebut. Hal-hal tersebut dapat menciptakan rasa kenyamanan yang berlebihan bagi anak dan akhirnya membuat mereka tidak ingin keluar dari kamar.

b. **Anak tunggal atau anak semata wayang / hitorikko (一人子)**. Dalam suatu keluarga, terdapat fenomena anak tunggal atau hitorikko (一人子), di mana ayah bekerja keras untuk mencari nafkah keluarga sementara ibu mengabdikan diri untuk merawat anaknya. Ibu yang tidak bekerja memilih untuk fokus mengasuh anak dengan harapan anak tersebut dapat focus pada pendidikannya. Namun, dampak negatif dari situasi ini adalah anak tidak memiliki kesempatan untuk bermain dengan teman-temannya dan kemampuan sosialisasinya terbatas. Padahal, saat anak berada di sekolah, mereka juga membutuhkan waktu untuk bermain dengan teman sebaya mereka, bukan hanya dipaksa untuk menjadi cerdas dan berprestasi di bidang akademik saja.

3 . Faktor Lingkungan Sosial

Salah satu faktor penyebab fenomena hikikomori pada remaja adalah faktor lingkungan sosial. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan faktor lingkungan sosial berkontribusi terhadap terjadinya hikikomori yaitu tekanan akademik, perubahan sosial ekonomi, peer pressure dan stigma sosial, Kurangnya dukungan sosial.

a. **Tekanan Akademik**: Sistem pendidikan yang kompetitif dan tekanan untuk mencapai tingkat akademik yang tinggi di negara seperti Jepang dapat menyebabkan tingkat stres yang tinggi pada remaja. Beban tugas yang berat, persaingan yang ketat, dan harapan yang tinggi dari orang tua dan masyarakat dapat menciptakan lingkungan yang tidak sehat bagi remaja. Ketika remaja merasa terjebak dalam siklus tekanan akademik ini, mereka mungkin merasa sulit untuk berinteraksi dengan dunia luar dan memilih untuk menarik diri.

b. **Perubahan Sosial dan Ekonomi**: Perubahan sosial yang cepat dan perubahan ekonomi yang tidak stabil dapat mempengaruhi kesejahteraan remaja dan meningkatkan risiko hikikomori. Perubahan dalam budaya-budaya, kecenderungan urbanisasi yang tinggi, perubahan dalam struktur keluarga, dan perubahan teknologi dapat membuat remaja merasa terisolasi dan kehilangan arah dalam hidup mereka. Lingkungan sosial yang tidak stabil atau tidak dapat diprediksi dapat menciptakan ketidakpastian dan kecemasan yang memicu perilaku hikikomori.

c. **Kurangnya Dukungan Sosial**: Lingkungan sosial yang kurang memberikan dukungan sosial yang memadai juga dapat menjadi faktor penyebab hikikomori. Remaja yang merasa tidak didukung oleh keluarga, teman, atau masyarakat cenderung merasa kesepian dan

terabaikan. Kurangnya jaringan sosial yang kuat dapat membuat remaja merasa sulit untuk mengatasi masalah dan menghadapi tantangan hidup, mendorong mereka untuk menarik diri dari masyarakat.

4 . Faktor Individu

Karena karakteristik, pengalaman, dan kondisi mental individu dapat mempengaruhi kecenderungan mereka untuk menarik diri dari interaksi sosial dan mengembangkan perilaku hikikomori. Berikut adalah penjelasan ilmiah mengenai hal ini:

a. **Masalah Kesehatan Mental:** Penelitian menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental seperti gangguan kecemasan, depresi, atau gangguan spektrum autisme sering terkait dengan hikikomori. Gangguan kesehatan mental dapat mempengaruhi fungsi kognitif, emosi, dan perilaku individu, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk berinteraksi sosial secara normal. Misalnya, individu dengan kecemasan sosial yang parah mungkin merasa terintimidasi oleh situasi sosial dan lebih cenderung menghindarinya dengan menarik diri ke dalam ruang mereka sendiri.
b. **Keterampilan Sosial yang Terbatas**: Individu dengan keterampilan sosial yang terbatas atau kurang berkembang cenderung menghadapi kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain. Keterampilan seperti memulai percakapan, membangun dan memelihara hubungan, atau mengatasi konflik sosial penting dalam menjalin interaksi sosial yang sehat. Kurangnya keterampilan sosial ini dapat membuat individu merasa cemas atau tidak percaya diri, sehingga mereka lebih memilih untuk menghindari situasi sosial yang menantang dan mengisolasi diri.
c. **Karakteristik Kepribadian**: Faktor-faktor kepribadian seperti kecenderungan introvert atau ekstrovert yang ekstrem juga dapat berperan dalam hikikomori. Individu dengan kecenderungan introvert yang kuat cenderung menemukan ketenangan dan kenyamanan dalam kesendirian dan mungkin mengalami kesulitan dalam menghadapi tekanan sosial. Di sisi lain, individu dengan kecenderungan ekstrovert yang ekstrem mungkin mengalami kesulitan dalam mengatasi kecemasan sosial atau merasa terlalu terbebani dengan interaksi sosial yang intens. Hal ini dapat mendorong mereka untuk menghindari interaksi sosial dan menarik diri ke dalam dunia mereka sendiri.
d. **Rendahnya Keyakinan Diri dan Ketidakpuasan Diri**: Rendahnya keyakinan diri dan ketidakpuasan diri juga dapat berkontribusi terhadap hikikomori. Individu yang merasa tidak puas dengan diri sendiri, merasa tidak dihargai, atau memiliki gambaran negatif tentang diri mereka cenderung merasa tidak nyaman dalam situasi sosial. Ketidakmampuan mereka untuk memenuhi standar sosial atau mengatasi ekspektasi yang tinggi dapat memicu perasaan cemas, malu, atau ketakutan akan penolakan, yang pada gilirannya mendorong mereka untuk menarik diri dari interaksi sosial.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa fenomena hikikomori di Jepang memiliki beberapa faktor penyebab yang kompleks. Faktor-faktor tersebut meliputi lingkungan sekolah, keluarga, lingkungan sosial, dan faktor individu. Dalam lingkungan sekolah, terdapat beberapa faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya hikikomori. Ijime atau bullying dapat menyebabkan remaja menarik diri dari lingkungan sekolah. Terdapat juga fenomena tookoo kyohi atau menolak bersekolah, yang disebabkan oleh tekanan akademik yang tinggi dan harapan yang berlebihan dari orang tua. Sindrom bulan Mei (gogatsu byo) juga dapat mempengaruhi remaja dalam beradaptasi dengan lingkungan baru, seperti memasuki sekolah atau memulai pekerjaan baru. Kegagalan dalam menghadapi ujian juga dapat menyebabkan stres dan depresi pada remaja. Faktor keluarga juga memiliki peran penting dalam terjadinya hikikomori. Konsep amae, yang menggambarkan ketergantungan emosional pada kebaikan orang lain, dapat membuat individu enggan untuk keluar rumah dan bergantung pada keluarga. Anak tunggal atau *hitorikko* juga dapat mengalami keterbatasan dalam kemampuan sosialisasi karena kurangnya interaksi dengan teman sebaya. Lingkungan sosial juga memberikan dampak terhadap hikikomori. Tekanan akademik, perubahan sosial ekonomi, peer pressure, dan stigma sosial dapat menyebabkan remaja mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar dan memilih untuk mengisolasi diri. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan mengumpulkan data melalui studi pustaka. Pendekatan ini membantu memahami kompleksitas fenomena hikikomori dan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang faktor penyebabnya. Dengan memahami faktor-faktor penyebab hikikomori, diharapkan dapat dilakukan upaya pencegahan dan intervensi yang tepat untuk membantu remaja yang mengalami fenomena ini.

DAFTAR PUSTAKA

Correy, Evan. (2012). *Hikikomori.* Boulder: University of Colorado Boulder.New York Times: Shutting them self in https://www.nytimes.com/2006/01/15/magazine/shutting-themselves-in.html (diakses pada tanggal 12/06/2023)

Hajaroh, Mami. 2013. *"Paradigma, pendekatan dan metode penelitian fenomenologi*. Universitas Negeri Yogyakarta". (diakses pada 19 Februari 2014)

Hikikomori, Samakah dengan Ansos atau Agrofobia? https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/855-hikikomori-samakah-dengan-ansos-atau-agrofobia#:~:text=Penyebab%20Hikikomori&text=Biasanya%20gejala%20berawal%20dari%20kinerja,menerus%2C%20dan%20lain%2Dlain. (diakses pada tanggal 12/06/2023)

Iwadate, Y. (2013). *Bullying in Japanese Schools: Effective Anti-bullying Programs and Challenges*. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 106, 2066-2075.

Mengenal Hikikomori, Fenomena 'Mengasingkan Diri' pada Remaja di Jepang. https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6713036/mengenal-hikikomori-fenomena-mengasingkan-diri-pada-remaja-di-jepang (diakses pada tanggal 12/06/2023)

Mengenal Hikikomori Dan Penyebabnya. https://student-activity.binus.ac.id/himja/2018/12/mengenal-hikikomori-dan-penyebabnya/ (diakses pada tanggal 12/06/2023).

Kyodo. 2019. ―613,000 in Japan Aged 40 to 64 are Recluses, Says First Government Survey of Hikikomori, Diambil dari https://www.japantimes.co.jp/news/2019/03/29/national/ 613000-japan-aged40-64-recluses-says-first-government-survey-hikikomori/#.XoA579IzbIU (diakses pada tanggal 12/06/2023)

Saito, T. (2010). *Relevance of hikikomori syndrome in Japan*. Psychological Medicine, 40(2), 295-302.

Tamaki, Saito. (2019). *Japan Foreign Policy Forum: The Reality of 1 Million "Middle-aged and Elderly Hikikomori" ― The Aging of Hikikomori is a Major Issue for All of Society*. Tokyo: Discuss Japan.

Thomas, D. R., & Nelson, J. (2001). *Research methods in physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Takamatsu,Yuta. Kato, Kazuo (2001).「甘え」,「甘える」,「甘えさせる」とは何か? : 素朴概念の分析を通して. Faculty of Human-Environment Studies, Kyushu University. DOI: //doi.org/10.15017/859

Matsumoto David, 2002 *The New Japana Debunking Seven Cultural* Intercultural Press London.

Japan Times. 2001. *"Perverse Individualist Embraces Opportunity Where Others See Gloom."* 11 March.

Diener, Ed, and Shigehiro Oishi. 2000. *"Money and Happiness:Income and Subjective Well-Being across Nations."* In *Culture and Subjective Well-Being*, edited by Ed Diener and Shigehiro Oishi, 185–218. Cambridge, MA: MIT Press.

Dinnel, Dale. 2001. *"Culture and Self: A Reconceptualization of the Role of Individualism and Collectivism."* Paper presented at a conference in Bath, NSW, Australia.

Ishihara, Shintaro. 1989. *The Japan that Can Say No*. New York: Simon and Schuster.