

Dieter Hoffmann:
Konformismus in Japan

Historische Hintergründe, soziokulturelle Folgen, Widerstand



Seit Jahrhunderten ist der Vorrang des Kollektivs vor dem Individuum fest in der japanischen Gesellschaft verankert. Dies hat weitreichende Folgen für die Persönlichkeitsentwicklung, das soziale Gefüge und die Arbeitswelt. Wie ist es dazu gekommen? Und wie wehren sich die Einzelnen gegen den sozialen Druck, dem sie ausgesetzt sind?

Inhalt

Einführung	4
Starke Spannung zwischen Individuum und Kollekti	5
Hoher Anpassungsdruck.....	5
Die Verkümmernng individueller Freiheitsträume	6
Geistesgeschichtliche Hintergründe des japanischen Konformismus	7
Der Aufstieg der Samurai zur dominierenden Kraft im Staat	8
Bushidō – der Ehrenkodex der Samurai und seine soziale Bedeutung	8
Die japanische Rezeption des Konfuzianismus.....	10
Die Entwicklung des Shintoismus zu einer Staatsreligion	11
Die Sakralisierung der Macht.....	12
Auswirkungen des Konformitätsdenkens auf die Arbeitswelt	14
Rascher Wiederaufbau in Japan nach dem Zweiten Weltkrieg.....	15
Erhöhter Arbeitskräftebedarf in den "Wirtschaftswunderjahren".....	15
Historische Gründe für den Verzicht auf ausländische Arbeitskräfte	16
Westliche Wurzeln des japanischen Imperialismus und Militarismus	17
Verstärkter Druck auf einheimische Arbeitskräfte	19
"Karōshi" – Tod durch Überarbeitung.....	20
Halbherzige Begrenzung von Überstunden.....	20
Schulische Folgen von Anpassungsdruck und Konkurrenzdenken	22
Die Globalisierung als Wirkverstärker	23
Die Schule als "Prüfungshölle"	24
Steigende Zahl an Schulverweigerungen.....	25
Spitzenplatz in der globalen Suizidstatistik.....	25

Abwehrstrategien gegen den Konformitätsdruck	27
Das Kloster als Zufluchtsort?	28
"Inemuri": Kleine Alltagsfluchten	29
Radikale Fluchten aus dem Alltagsleben	30
"Jōhatsu" – Wenn Menschen sich "verflüchtigen"	30
"Hikikomori" – Wenn Menschen sich selbst einsperren	31
Die weibliche Perspektive	33
"Host-Clubs": Verheißung und soziale Falle für japanische Frauen	34
Resümee	36
Toxische Verbindung von Konformismus und Kapitalismus	37
Antikonformistische Tendenzen	37
Notwendigkeit der Verbindung von Struktur- und Bewusstseinswandel....	38
Nachweise	40

Informationen über den Autor finden sich auf seinem Blog (rotherbaron.com) oder auf Wikipedia.

Cover-Bild: Erik Johansson: Büroangestellte zur Rushhour in Tokio; 7. Mai 2009 (Wikimedia commons)

Einführung



Links: Inn: Zen-Garten beim aus dem 14. Jahrhundert datierenden Ankoku-ji-Tempel in der Stadt Kato (Präfektur Hyogo), 2005

Rechts: Pete Stewart: Obdachloser im Tokioter Bezirk Shibuya, 2011
(beide Bilder von Wikimedia commons)

Starke Spannung zwischen Individuum und Kollektiv

Japan: Das sind zum einen der Zen-Buddhismus, die davon inspirierte kontemplative Gartenkunst, eine hoch entwickelte Kochkultur und die Dörfer der Hundertjährigen [1], die ebenfalls von einem gesunden Lebensstil zeugen.

Japan: Das ist zum anderen aber auch ein unmenschlicher Leistungsdruck in Schule und Arbeitswelt, der Jahr für Jahr Tausende Menschen in den Tod treibt.

Aus diesen Widersprüchen ergibt sich eine starke Spannung zwischen Kollektiv und Individuum. Auf der einen Seite stehen die Menschen in Japan unter einem enormen Anpassungsdruck seitens der Gesellschaft. Auf der anderen Seite laden die ausgefeilten Meditationspraktiken aber auch zu innerer Einkehr und damit zu einem bewussten, die Harmonie zwischen Ich und Kosmos in den Mittelpunkt stellenden Leben ein.

Hoher Anpassungsdruck

Da Japan ein demokratisches Land ist, das die individuellen Freiheitsrechte achtet, steht es jedem frei, sich dem sozialen Anpassungsdruck zu entziehen. Allerdings können eben nicht alle Menschen in Japan Mönche werden. Sucht man jedoch jenseits der Klöster einen Weg aus dem gesellschaftlichen Normenkorsett, so sieht man sich gleich mit einem doppelten Dilemma konfrontiert.

Zum einen stellt sich dann die Frage, wie und wovon man leben soll: Außerhalb der Welt abhängiger Arbeit sind die Verdienstmöglichkeiten begrenzt. Zum anderen treffen politische und soziale Realität hart aufeinander: Das verfassungsmäßig garantierte Recht auf indi-

viduelle Freiheit droht an den gesellschaftlichen Erwartungen an den Einzelnen zu zerschellen.

Die Folge ist, dass persönliche Entfaltung oft nur in ähnlicher Weise erfolgen kann wie bei einer Pflanze, die man in einem abgedunkelten Raum wachsen lässt: Das Streben nach individueller Freiheit treibt in einer solchen Situation seltsame Blüten. Es zeugt mehr von dem verzweifelten Wunsch nach Selbstverwirklichung als von der Realisierung dieses Traums.

Die Verkümmernng individueller Freiheitsträume

In vielen Fällen gibt es in Japan für die Schwundformen individuellen Freiheitsstrebens, die so entstehen, sogar eigene Ausdrücke. Dies zeugt davon, wie verbreitet die entsprechenden Phänomene sind. Auf diese oft ins Leere laufenden Versuche, sich des allgemeinen Konformitätsdrucks zu erwehren, wird im letzten Teil dieser Arbeit auch ausführlich eingegangen werden.

Zuvor muss jedoch der Frage nachgegangen werden, woher der ungeheure Konformitätsdruck in der japanischen Gesellschaft kommt: Wie ist er entstanden, und weshalb konnte seine Beharrungskraft jahrzehntelang das politische Freiheitsversprechen konterkarieren?

Geistesgeschichtliche Hintergründe des japanischen Konformismus



*Katorisi: Männer bei der Verbeugung vor einem Shintō-Schrein (2007)
(Wikimedia commons)*

Der Aufstieg der Samurai zur dominierenden Kraft im Staat

Für den starken Anpassungsdruck in der japanischen Gesellschaft gibt es zwei wesentliche Begründungsstränge: einen geistigen und einen historischen. Beide hängen freilich eng miteinander zusammen.

Auf der Ebene der historischen Entwicklung ist insbesondere auf die Kultur der Samurai zu verweisen. Der Begriff geht auf das japanische Wort für "Diener" ("Saburai") zurück. Dies verweist darauf, dass die Samurai ursprünglich als professionelle Krieger dem Kaiser dienen sollten. Als eigene Kriegerkaste ersetzten sie seit dem Ende des achten Jahrhunderts die Wehrpflichtigen, die sich als untauglich für eine erfolgreiche Kriegsführung erwiesen hatten.

Mit der Zeit wurden den Samurai auch Verwaltungsaufgaben übertragen. So fungierten ihre Anführer ("Tōryō") etwa auch als eine Art Landesfürsten in einzelnen Provinzen – anfangs auf Zeit, schließlich aber auch mit vererbaren Adelstiteln. Auf diese Weise wurden die Samurai zu einem immer stärkeren Machtfaktor im japanischen Staat.

Dies kulminierte Ende des 12. Jahrhundert schließlich in der Einführung des Shōgunats. Der Shōgun – ursprünglich nur der oberste militärische Berater des Kaisers (Tennō) – erlangte dabei die eigentliche Macht im Staate, während die Aufgaben des Kaisers sich auf den zeremoniell-repräsentativen Bereich beschränkten [2].

Bushidō – der Ehrenkodex der Samurai und seine soziale Bedeutung

Als führende Kraft im Staat hatten die Samurai auch starken Einfluss auf dessen Kultur und Geistesleben. Prägend war dabei insbeson-

dere der Ehren- und Verhaltenskodex der Samurai. Dessen Name – "Bushidō" – leitet sich von dem Begriff "Bushi" für einen Angehörigen des Kriegerstandes ab und bedeutet "Weg des Kriegers" [3].

Von zentraler Bedeutung in diesem Kodex war die Loyalität gegenüber den jeweiligen Anführern, dem Kaiser, den Eltern und allgemein dem Kollektiv. So wurde die militärische Forderung nach unbedingtem Gehorsam und der Unterordnung des eigenen Lebens unter die Bedürfnisse der Gemeinschaft ein fester Bestandteil des gesellschaftlichen Wertekanons.



An erster Stelle steht so jeweils nicht der Einzelne, sondern das Kollektiv. Entscheidend ist stets die Frage, ob man mit dem eigenen Leben dem Kollektiv dient oder ihm zuwiderhandelt. Letzteres wird – gemäß den strengen Regeln des Bushidō – nicht einfach nur als persönliches Versagen interpretiert. Es gilt vielmehr als Schande, die nicht nur die betreffende Person, sondern auch deren Angehörige betrifft. In der Bushidō-Logik bedeutet ein solcher Gesichtsverlust den sozialen Tod, der angesichts der bestimmenden Bedeutung des Kollektivs kaum anders als im realen Freitod münden kann.

Bild: Ein Samurai der Edo-Zeit (1603 – 1868) auf der Insel Hokkaidō mit Angehörigen des dort heimischen Ainu-Volkes, einer in Japan jahrhundertlang unterdrückten Minderheit; 1775 (Wikimedia commons)

Die japanische Rezeption des Konfuzianismus

Die jahrhundertelange Machtfülle der Samurai bzw. Bushi im japanischen Staat mag dazu beigetragen haben, dass der Bushidō-Kodex einen prägenden Einfluss auf die japanische Kultur entfaltet hat. Allerdings wäre es hierzu wohl kaum gekommen, wenn die in diesem Kodex vertretenen Werte nicht auch von anderen in Japan einflussreichen Lehren verbreitet worden wären.

An dieser Stelle kommen nun der Konfuzianismus und der Shintoismus ins Spiel. Beide haben auf je eigene Weise dazu beigetragen, den Gedanken eines absoluten Vorrangs des Kollektives zu verstärken.

Konfuzius, der von ca. 551 bis 479 vor Christus in China gelebt hat, passt insofern zu dem Bushidō-Kodex, als in seiner Lehre dem menschlichen Zusammenleben eine zentrale Rolle zukommt. Allerdings geht es dabei nicht primär um Unterordnung, sondern um eine Form sozialer Harmonie, die durch gegenseitiges Verständnis und Rücksichtnahme erreicht werden soll. Der Weg führt hier gewissermaßen von der Harmonie im Mikrobereich des sozialen Miteinanders zur übergeordneten Harmonie eines Lebens im Einklang mit dem Ganzen des Kosmos.

Bei der seit dem fünften nachchristlichen Jahrhundert erfolgten Rezeption der konfuzianischen Lehre in Japan wurde allerdings der Aspekt der Achtung vor den Ahnen und den Älteren stark in den Vordergrund gestellt. So wurde der Konfuzianismus hier dazu genutzt, die Loyalität des Volkes gegenüber den Herrschenden religiös zu untermauern. In diesem Sinne wurde er auch im Kontext der Samurai-Kultur rezipiert [4].

Die Entwicklung des Shintoismus zu einer Staatsreligion

Der Shintoismus war ursprünglich eine animistisch geprägte Religionsform, die zugleich eine spezifisch japanische Gründungsmythologie umfasste. Die Shintō-Religion zeichnet sich folglich durch eine polytheistische Ausrichtung aus: Sie kennt eine Vielzahl von Gottheiten ("Kami"), die jeweils in eigenen Shintō-Schreinen verehrt werden. Dabei kann es sich um Naturgottheiten handeln, aber auch um Götter in Menschengestalt [5].



Als höchstes Wesen wird im Shintoismus die Sonnengottheit, Amaterasu, verehrt. Da der japanische Kaiser, der Tennō, als Abkömmling dieser Gottheit angesehen wird, ist er in der Shintō-Religion nicht nur das natürliche geistige Oberhaupt. Er gilt zugleich auch als Gott-Kaiser.

Darüber hinaus ist so im Shintoismus der Keim zur Staatsreligion angelegt. Dies machte sich verstärkt in der so genannten Meiji-Restauration bemerkbar, als nach 1868 unter dem Kaiser Mutsuhito die Herrschaft des Shōgunats gebrochen und der Kaiser wieder zur mächtigsten Instanz des Landes gemacht

wurde. Gemäß seiner propagandistischen Herrschaftsdevise "Meiji" ("aufgeklärte Herrschaft") ist Mutsuhito als "Meiji-Tennō" in die Geschichte eingegangen [6].

Um die Macht des Tennō geistig zu untermauern, wurde seinerzeit der Shintoismus eng mit einer Verehrung des Kaisers verknüpft, also praktisch zu einer Staatsreligion umgewidmet. Dadurch kam es insbesondere zu einer Abwertung des Buddhismus, der lange Zeit synkretistisch mit dem Shintō-Glauben verbunden worden war.



Die Sakralisierung der Macht

Bereits im 18. Jahrhundert hatte es Tendenzen gegeben, den japanischen Glauben von "Fremdeinflüssen" zu reinigen. Dabei hatten sich insbesondere Anhänger des Konfuzianismus hervorgetan. Hierauf konnte die patriotische Einfärbung des Shintoismus Ende des 19. Jahrhunderts aufbauen [7].

Somit verband sich hier die konformistische Auslegung des Konfuzianismus mit der nationalistischen Interpretation des Shintoismus. Dies wirkte sich im Sinne eines verstärkten Appells an Gehorsamspflicht und Unterordnung unter staatliche Autoritäten aus.

Indem fortan jeder Gang zu einem Shintō-Schrein als Verbeugung vor dem Gott-Kaiser galt, wurde die Macht des Tennō und damit letztlich allgemein die staatliche Autorität mit einer Aura göttlicher Entrücktheit und damit Unhinterfragbarkeit umkränzt. Dies erwies sich insbesondere im Zuge des aufkommenden Militarismus im 20. Jahrhundert als fatal.

Nachwirkungen dieser Vereinnahmung des Shintō-Kultes für die Sakralisierung staatlicher Macht sind bis heute zu beobachten. An erster Stelle ist hier der Yasukuni-Schrein zu nennen, an dem neben den Opfern des Krieges auch einiger maßgeblicher Täter – insbesondere der nach dem Zweiten Weltkrieg als Kriegsverbrecher verurteilten japanischen Militärangehörigen – gedacht wird [8].



Yasukuni-Schrein: Kakidai: Die Gebetshalle beim Yasukuni-Schrein mit dem Hoheitszeichen der kaiserlichen Familie (einer stilisierten Chrysanthemenblüte), das auch als inoffizielles Staatswappen gilt (Wikimedia commons)

Bilder S. 11/12:

S. 11: Tsukioka Yoshitoshi: Die mythische Gründung Japans durch den Kaiser Jimmu (auf dem Bild deutlich als Abkömmling der Sonnengottheit Amaterasu dargestellt); Farbholzschnitt aus dem Jahr 1880 (Wikimedia commons)

S. 12: Uchida Kuichi (1844 – 1875): Foto von Kaiser Mutsuhito (Meiji-Tennō, 1852 – 1912), 1873; Cleveland Museum of Art (Wikimedia commons)

Auswirkungen des Konformitätsdenkens auf die Arbeitswelt



*CPO57: Menschen bei der Arbeit in der Matsumoto Bank (2011)
Wikimedia commons*

Rascher Wiederaufbau in Japan nach dem Zweiten Weltkrieg

Nach dem Zweiten Weltkrieg befand Japan sich in einer ähnlichen Situation wie Deutschland: Die Wirtschaft lag zunächst am Boden, konnte jedoch erstaunlich rasch wieder aufgebaut werden.

Der Eigenanteil Japans an dem Wiederaufbau war dabei größer als in Deutschland, wo die US-amerikanischen Hilfen in Form des Marshallplans einen wesentlichen Anteil an der wirtschaftlichen Erholung hatten. Zwar erhielt auch Japan Hilfen aus dem US-Hilfsprogramm GARIOA (Government Aid and Relief in Occupied Area). Diese mussten jedoch erstens zurückgezahlt werden und standen zweitens Reparationsforderungen gegenüber [9].

Der ökonomische Aufschwung verdankte sich daher in Japan eher einer Wirtschaftspolitik, die einerseits den Binnenmarkt durch protektionistische Maßnahmen stützte und andererseits den Export förderte. Hinzu kamen Einspareffekte durch die von den USA erzwungene Abschaffung des Militärs und ein durch hohe Zinsen gefördertes Sparverhalten der Bevölkerung, deren Bankeinlagen so als Kredite an Unternehmen weitergereicht werden konnten. Paradoxerweise profitierte das entmilitarisierte Japan aber auch vom Koreakrieg, für den die USA sich ab 1950 in dem besiegten Land mit kriegswichtigen Gütern eindeckten [10].

Erhöhter Arbeitskräftebedarf in den "Wirtschaftswunderjahren"

In den 1960er Jahren wurde aus dem wirtschaftlichen Aufschwung schließlich ein "Wirtschaftswunder". Die durchschnittliche Wachstumsrate lag nun pro Jahr bei 11 Prozent und war damit höher als in allen anderen westlichen Industrieländern [11].

Dies ging auch mit einem erhöhten Bedarf an Arbeitskräften einher. Dieser konnte nicht allein durch Automatisierungsprozesse und die vermehrte Investition in den Bildungsbereich ausgeglichen werden. In einer ähnlichen Situation befand sich zur selben Zeit auch die deutsche Wirtschaft. Dort löste man das Problem durch Anwerbeprogramme mit süd- und südosteuropäischen Ländern, wo so genannte "Gastarbeiter" rekrutiert wurden.

Historische Gründe für den Verzicht auf ausländische Arbeitskräfte

Dass Japan diesen Weg nicht ging, ist in der Geschichte des Landes begründet. Als Reaktion auf die europäischen – insbesondere portugiesischen und spanischen – Überseeaktivitäten, die man als Bedrohung der eigenen kulturellen und wirtschaftlichen Autonomie ansah, kam es ab Mitte des 17. Jahrhunderts in Japan zu einer rigorosen Abschottungspolitik, "Sakoku" genannt [12].

In der Folge kamen sowohl die Ausreise aus als auch die Einreise nach Japan praktisch zum Erliegen. Lediglich die Niederländische Ostindien-Kompanie durfte noch Handel mit dem Land treiben – dies allerdings auch nur von einer künstlichen Insel in der Bucht von Nagasaki aus.

Erst rund zweihundert Jahre später erzwangen die USA mit einer von Matthew Perry befehligten Flotte die Öffnung des Landes [13]. Dass diese als Armada "Schwarzer Schiffe" in Erinnerung geblieben ist, liegt äußerlich an der dunklen Farbe der Schiffsrümpfe und dem schwarzen Rauch, den die mit Kohle befeuerten Dampfschiffe ausstießen. Der Begriff zeugt aber auch davon, dass die erzwungene Öffnung des Landes als "Schwarzer Tag" in die japanische Geschichte eingegangen ist.



Flotte unter dem Kommando von Matthew Perry bei der zweiten Fahrt nach Japan im Jahr 1854; aus: Gleason's Pictorial Drawing-Room Companion, Band 2, Nr. 20, Seite 305. Boston 1852 (Wikimedia commons)

Westliche Wurzeln des japanischen Imperialismus und Militarismus

Vor diesem Hintergrund ist die distanzierte Haltung gegenüber Fremden in Japan zu sehen. Es handelt sich dabei weniger um Fremdenfeindlichkeit als ein aus der Geschichte erlerntes Misstrauen gegenüber Fremden.

In den Wirtschaftswunderjahren war zudem auch die Erinnerung an die Atombombenabwürfe auf Hiroshima und Nagasaki sehr lebendig. Diese stehen – auch wenn sie 1945 weder militärisch notwendig waren noch in humanitärer Hinsicht zu rechtfertigen sind – zwar in einer Kausalkette zu den Verbrechen der japanischen Armee im und vor dem Zweiten Weltkrieg sowie zu der rücksichtslosen Kolonisierungspolitik Japans in den Nachbarländern. Die Umwandlung des defensiven in einen aggressiv-imperialistischen Nationalismus hat ihre Wurzeln jedoch ihrerseits zumindest teilweise wiederum in

dem westlichen Imperialismus, der das Land in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts in demütigender Weise zur wirtschaftlichen Kooperation gezwungen hat.

Paradoxerweise nutzte das japanische Kaiserreich – das mit seiner Verdrängung des Shōgunats in der "Meiji-Restauration" (s.o.) selbst bereits eine Reaktion auf dessen Scheitern bei der Abwehr des westlichen Imperialismus war – dabei gezielt den westlichen Militarismus, um sich gegen diesen zur Wehr zu setzen. So entsandte Japan ab 1870 regelmäßig Offiziere ins Deutsche Reich, um von dessen militärischem Knowhow zu profitieren. Demnach verband sich hier preußisch-deutscher Untertanengeist mit dem japanischen Obrigkeitsdenken – was die bereits vorhandenen konformistischen Tendenzen in der japanischen Gesellschaft naturgemäß weiter verstärkte [14].



Die kaiserliche japanische Armee im Jahr 1900; Illustration aus dem "Nouveau Larousse Illustré" (1902); Wikimedia commons

Verstärkter Druck auf einheimische Arbeitskräfte

Da man in Japan vor dem Hintergrund der historischen Erfahrungen von einer Anwerbung ausländischer Arbeitskräfte absah, blieb zur Bewältigung des erhöhten Arbeitspensums nur ein Ausweg übrig: Die Menschen mussten mehr und länger arbeiten. So kam es zu einer explosiven Mischung: Das oben beschriebene, im Verlauf der Jahrhunderte fest in die Kultur eingeschriebene Gebot des Gehorsams gegenüber Autoritäten und des Vorrangs des Kollektivs wurde auf das Verhältnis zwischen Erwerbstätigen und Unternehmen übertragen.

Statt – wie es um dieselbe Zeit in anderen westlichen Industrieländern der Fall war – aus der im Prinzip starken Position eines Arbeitskräftemangels Kapital schlagen und kürzere Arbeitszeiten durchsetzen zu können, war daher in Japan das Gegenteil der Fall: Die Verhältnisse aus der Feudalzeit wurden auf eine moderne Industriegesellschaft übertragen. Überlange Arbeitszeiten wurden zur Norm, verbunden mit endlosen Pendelfahrten zwischen Wohnung und Arbeitsplatz.

Die damals übliche lebenslange Anstellung bei einem bestimmten Unternehmen verstärkte dabei zusätzlich den Loyalitätsanspruch der Arbeitgeberseite. Das Unternehmen erhielt so den Rang einer zweiten Familie. Den strengen Arbeitsnormen nicht zu entsprechen, galt folglich nicht einfach nur als Schwäche, sondern als Vertrauensbruch. Hinzu kam ein starker Gruppendruck, der durch Rituale wie abendliche Trinkgelage mit der jeweiligen Arbeitseinheit gezielt intensiviert wurde.

"Karōshi" – Tod durch Überarbeitung

Auf diese Weise ist ein Phänomen entstanden, für das es in Japan einen eigenen Begriff gibt: Karōshi – Tod durch Überarbeitung. Betroffen sind davon keineswegs nur ältere Erwerbstätige. Zwar mögen jüngere Menschen generell leistungsfähiger und belastbarer sein. Dieser Vorteil wird jedoch dadurch ausgeglichen, dass von ihnen als Berufsanfängern auch besonders viel verlangt wird.

Die fatalen Folgen, die sich daraus ergeben können, veranschaulicht der Fall einer 31-jährigen Journalistin, die 2013 an Herzversagen starb, nachdem sie zwei Monate in Folge jeweils rund 200 Überstunden geleistet hatte [15].

Hohe Arbeitsbelastungen sind natürlich auch aus anderen Ländern bekannt. Das kulturelle Umfeld in Japan erhöht jedoch die Gefahr, dass aus dem Burnout ein "Karōshi" wird.

Die Karōshi-Fälle beschränken sich dabei nicht nur darauf, dass Menschen einfach tot umfallen. Es kommt auch immer wieder vor, dass das Gefühl, den Anforderungen nicht mehr entsprechen zu können, in den Freitod mündet.

Ein besonders spektakuläres Beispiel dafür ist der Fall der damals 24-jährigen Matsuri Takahashi, die sich 2015 an Weihnachten vom Dach des Wohnheims ihres Unternehmens in den Tod stürzte. Der Grund dafür waren auch hier die hohen Überstunden, denen die junge Frau sich nicht mehr gewachsen sah [16].

Halbherzige Begrenzung von Überstunden

Die große öffentliche Anteilnahme an dem Freitod führte damals zur Festlegung einer Obergrenze an monatlich zulässigen Überstunden. Die Folge war allerdings, dass die Unternehmen diese Ober-

grenze (45 Überstunden) als von den Erwerbstätigen ohne zusätzliches Entgelt zu leistende Arbeit in den Verträgen festgeschrieben.

In Ausnahmefällen – etwa bei einer besonders hohen Auftragslage – darf die Obergrenze zudem auch weiterhin überschritten werden. Zuletzt hat zudem die neue japanische Ministerpräsidentin Sanae Takaichi die gesetzlichen Überstundenregeln wieder in Frage gestellt, indem sie sich selbst für ihr geringes Schlafbedürfnis gerühmt und dies als Vorbild für andere angepriesen hat **[17]**.

Der Hauptgrund für die Einschränkung der Überstunden scheint ohnehin weniger die Sorge um die einzelnen Menschen als vielmehr die Tatsache zu sein, dass man sich angesichts der schrumpfenden japanischen Bevölkerung den Verlust von Arbeitskräften schlicht nicht mehr leisten kann. Aus demselben Grund ist zumindest im Niedriglohnsektor der Arbeitsmarkt mittlerweile auch verstärkt für ausländische Arbeitskräfte – hauptsächlich aus anderen asiatischen Ländern – geöffnet worden **[18]**.



Pisauikan Latuperissa (Indonesien): Schläfriger Mann (Pixabay)

Schulische Folgen von Anpassungsdruck und Konkurrenzdenken



L'oeil étranger: Morgenappell an einer japanischen Schule (2012)
Wikimedia commons

Die Globalisierung als Wirkverstärker

Die langjährige japanische Praxis der lebenslangen Anstellung bei einem Unternehmen erhöhte zwar den Druck auf die Erwerbstätigen, sich bedingungslos für ihren Arbeitgeber zu engagieren. Dem stand allerdings eine im Vergleich zu anderen Industrienationen hohe Arbeitsplatzsicherheit gegenüber.

Diese Sicherheit ist jedoch bereits seit den 1990er Jahren sukzessive verloren gegangen. Der Grund dafür war zunächst eine längere Phase wirtschaftlicher Stagnation, die sich aus dem Platzen einer Spekulations- und Kreditblase ergab [19].

Ein zusätzlicher Faktor für den Strukturwandel in der Arbeitswelt ist die Globalisierung. Viele japanische Unternehmen verstehen sich mittlerweile als globale Player und passen sich dabei auch internationalen Gepflogenheiten an. Verstärkt wird dies dadurch, dass wichtige multinationale Konzerne aus Tech- oder Bankenbranche längst auch auf dem japanischen Markt aktiv sind.

Die Folge: Der Anteil befristeter und anderer nicht-regulärer Erwerbstätigkeiten ist mittlerweile auf etwa 40 Prozent gestiegen [20]. Manche können sich noch nicht einmal eine eigene Wohnung leisten und müssen als "Net café refugees" in engen Internetcafé-Kabinen übernachten [21].

Dies erhöht zusätzlich den Druck auf die Erwerbstätigen. Für langfristige Arbeitsplatzsicherheit reicht bloße Treue gegenüber dem Arbeitgeber heutzutage nicht mehr aus. Es braucht auch eine Top-Performance und – für Berufsanfänger – Top-Abschlüsse von Top-Universitäten.



Bild S. 23: Chris73: Studierende einer Tokioter Universität lassen einen Neuan-kömmling nach überstandener (Aufnahme-)„Prüfungshölle“ hochleben; **Bild unten:** Kerosene: Älterer Herr im Tokioter Einkaufsviertel Ginza, 2007 (beide Bilder von Wikimedia commons)

Die Schule als "Prüfungshölle"

So wird der Druck aus dem Erwerbsleben weitergereicht bis hinab in den Kindergarten. Schon die Kleinsten werden zu Höchstleistungen angetrieben, um auf angesehene Schulen zu kommen. Und nach der Einschulung bekommt ein Großteil der japanischen Kinder und Jugendlichen ergänzenden Nachhilfeunterricht, um für die späteren Aufnahmeprüfungen an den Elitehochschulen des Landes gewappnet zu sein.

Die Folge: Viele Jugendliche büffeln nach der Schule bis spät in die Nacht. Der Druck, der auf ihnen lastet, ergibt sich auch aus den hohen Ausgaben, welche die Eltern für die zusätzlichen Übungsstunden schultern müssen. Von ihrer Warte aus ist dies wiederum eine Investition in den eigenen Lebensabend, der durch Kinder mit hohem Einkommen besser gesichert werden kann – denn das Rentenniveau ist in Japan vergleichsweise niedrig [22].



Umso größer ist die Enttäuschung, wenn die Kinder den Erwartungen nicht entsprechen. Im Extremfall kann dies sogar zur Anwendung offener Gewalt gegenüber dem Nachwuchs führen [23].

In der Schule geht der Leistungsdruck mit einem hohen Konkurrenzdruck einher, der sich auch in vermehrtem Mobbing niederschlägt.

2024 ergab sich hier mit 769.022 amtlich dokumentierten Fällen ein neuer Höchststand [24].

Steigende Zahl an Schulverweigerungen

Von vielen Kindern und Jugendlichen wird das Bildungswesen folglich als reine "Prüfungshölle" ("shiken jigoku") empfunden. Als Reaktion darauf nimmt die Zahl der Schulverweigerer immer weiter zu. Sie liegt mittlerweile offiziell bei 353.970 registrierten Fällen und liegt damit doppelt so hoch wie zu Beginn der 2020er Jahre [25].

Angestiegen ist zudem auch die Zahl der Suizide unter Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen an Hochschulen. Sie lag 2025 bei 1.074 Fällen [26]. Der Anstieg ist insofern bemerkenswert, als er dem Trend zu abnehmenden Suizidraten in der Gesamtgesellschaft zuwiderläuft. Hier zahlt sich die gezielte Bemühung um Suizidprävention aus, die in Japan seit 2006 gesetzlich geregelt ist und 2022 noch einmal intensiviert wurde [27].

Auf den zunehmenden Schulabsentismus hat die japanische Regierung durch die Einrichtung zusätzlicher Beratungsstellen sowie mit zusätzlichen Stellen für Schulsozialarbeit und schulpsychologischen Dienst reagiert. Auch soll Schulverweigerern durch digitale Angebote eine Brücke zurück in den regulären Unterricht gebaut werden [28].

Spitzenplatz in der globalen Suizidstatistik

Solange der Leistungsdruck in Schule und Arbeitswelt fortbesteht, wird all dies aber nichts Grundsätzliches an der Problematik ändern. Die Gegenmaßnahmen lindern dann nur die Symptome, beseitigen aber die Ursachen der Probleme nicht. So liegt auch die Selbst-

mordrate in Japan trotz unbestrittener Erfolge bei der Suizidprävention noch immer vergleichsweise hoch.

Laut Angaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) lag Japan 2021 mit 17,43 Selbstmorden pro 100.000 Einwohnern auf Platz 17 unter 185 Ländern. Unter den europäischen Industrieländern war nur Belgien mit einer minimal höheren Zahl an Freitoden noch vor Japan eingereicht.

Dagegen lässt sich die deutlich höhere Suizidrate in Südkorea, wo es einen ähnlich hohen Leistungsdruck gibt (27,53 Selbstmorde pro 100.000 Einwohner), als Beleg für den Erfolg der japanischen Bemühungen zur Eindämmung von Suiziden anführen [29].



*Corpse Reviver: Japanische Mädchen in traditioneller Tracht, 2010
(Wikimedia commons)*

Abwehrstrategien gegen den Konformitätsdruck



*Jim Fischer: Obdachloser in Sugamo (Toshima, Großraum Tokio), 2006
Wikimedia commons*



Das Kloster als Zufluchtsort?

Wie es Kinder und Jugendliche gibt, die sich dem strengen Schulsystem verweigern, gibt es auch Erwachsene, die sich der rigiden Arbeitswelt verweigern. Allerdings ist dies weitaus schwieriger als die Schulverweigerung. Denn ein Kind, das nicht mehr zur Schule geht, verliert dadurch ja nicht seine existenzielle Grundversorgung. Einem Erwachsenen, der aus der Gesellschaft aussteigt, droht jedoch genau dies: Er kann ins Bodenlose fallen.

Natürlich könnte man den Ausstieg aus der materiell geprägten Arbeitswelt mit einem Einstieg in die geistige Welt des buddhistischen Klosterlebens verbinden. Was einfach klingt, ist in der Praxis jedoch alles andere als leicht.

Wer buddhistischer Mönch werden will, muss dafür in der Regel zunächst einen Probelauf in einem Kloster absolvieren oder sich von

einem Zen-Meister in die Grundlagen des Buddhismus einweisen lassen. Diese Lehrzeit ist mindestens ebenso streng reguliert wie die Tage in der japanischen Arbeitswelt – wenn auch unter ganz anderen Vorzeichen.

Und nur diejenigen, die sich dabei als gelehrig erweisen und sich den vorgegebenen Ritualen mit innerer Überzeugung unterwerfen, können darauf hoffen, danach in ein Noviziat übernommen zu werden, das wiederum ebenfalls mit langwierigen religiösen Studien und intensiven Exerzitien verbunden ist [30]. Für einen Ausbruch aus dem Gefängnis der Arbeitswelt ist der Weg ins Kloster damit nur bedingt geeignet.

"Inemuri": Kleine Alltagsfluchten

Eine andere Möglichkeit wäre es, sich bestimmte Routinen des japanischen Erwerbslebens für kleinere Fluchten aus dem Arbeitsalltag zunutze zu machen. Zu nennen wäre dabei etwa das so genannte "Inemuri", das die japanische Praxis des Powernappings umschreibt [31].

In Japan sind kurze Nickerchen am Arbeitsplatz nicht nur üblich, sondern sogar sozial erwünscht, da sie als Beleg für das buchstäbliche Arbeiten "bis zur Erschöpfung" gelten und als leistungsfördernde Erholung anerkannt sind. Diese Praxis lässt sich – in begrenztem Umfang – ausdehnen, um die Freiräume während



der Arbeitszeit zu vergrößern. Schließlich kann niemand sehen, wovon man träumt, wenn man die Augen schließt.

In ähnlicher Weise lässt sich die Erwartung an ein langes Verweilen am Arbeitsplatz konterkarieren. Soweit feste Vorgaben für die zu leistende Arbeit fehlen, kann man die Zeit auch schlicht mit anderen als berufsbezogenen Dingen verbringen.

Radikale Fluchten aus dem Alltagsleben

Derartige Alltagsfluchten sind natürlich nur kurze Ausweichmanöver innerhalb des Systems, die nichts an der grundlegenden Situation ändern. Sie ähneln dem Blick des Gefangenen aus seinem Kerkerfenster, der sich dabei ein anderes Leben erträumt.

Wer nach einem echten Neuanfang jenseits der streng regulierten Arbeitswelt sucht, muss einen anderen Weg wählen. Angesichts der Dominanz der Arbeitswelt im modernen Japan führen diese Wege allerdings zumeist ins soziale Abseits – im Extremfall sogar in ein Leben auf der Straße.

Für zwei andere Formen einer radikalen Absage an das bisherige soziale Leben gibt es in Japan sogar spezielle Ausdrücke: Jōhatsu ("Verflüchtigung") und Hikikomori ("sich einsperren"/"Menschen, die sich einsperren"). Beide Begriffe deuten bereits an, worum es bei den entsprechenden Phänomenen geht.

"Jōhatsu" – Wenn Menschen sich "verflüchtigen"

Das Phänomen des "Jōhatsu" bezieht sich auf Menschen, die von einem Tag auf den anderen spurlos verschwinden, sich also buchstäblich "in Luft auflösen" [32].

In Japan ist dies viel verbreiteter als etwa in Deutschland. Hierzulande werden pro Jahr bis zu 36.000 Personen als vermisst gemeldet. Die Hälfte davon betrifft allerdings kindliche oder jugendliche Ausreißer, so dass 80 Prozent der Fälle innerhalb eines Monats aufgeklärt werden können [33].

In Japan dagegen gehen jedes Jahr mehr als doppelt so viele Vermisstenanzeigen ein. Davon entfallen etwa 25.000 Fälle auf Menschen, die ganz bewusst ihrem bisherigen sozialen Umfeld entfliehen [34] – eben dies ist mit "Jōhatsu" gemeint. Dabei können sie sich zudem der Unterstützung spezieller Nachtumzugsunternehmen ("Yonigeya") bedienen, die ihnen bei der Organisation der Flucht helfen.

Die Gründe für eine solche Flucht können in finanziellen Problemen liegen, also etwa dem Bestreben, sich dem Zugriff aggressiver Geld-eintreiber zu entziehen. Daneben können auch private Gründe den Wunsch nach einem radikalen Bruch mit dem bisherigen sozialen Umfeld motivieren – zerrüttete Beziehungen, Stalking oder diverse Formen von familiären Problemen.

Die Entscheidung, sich selbst "verflüchtigen" zu lassen, kann jedoch auch mit zu hohem Leistungsdruck am Arbeitsplatz zusammenhängen. Aus Scham, die Überforderungsgefühle einzugestehen, entscheidet man sich dabei zu einem symbolischen sozialen Tod. Daneben kann es hierfür allerdings auch ganz konkrete Gründe geben – nämlich die Angst vor Strafen für die Nichterfüllung des Arbeitsvertrags.

"Hikikomori" – Wenn Menschen sich selbst einsperren

Eine andere, noch radikalere Form des selbst gewählten Austritts aus den bisherigen sozialen Bezügen ist das Phänomen der "Hiki-

komori". Dabei handelt es sich um Menschen, die sich so vollständig aus der Gesellschaft zurückziehen, dass sie oft für Jahre keinen Fuß vor die Tür setzen [35].

Im Extremfall entspricht die Isolation sogar einer Art selbst auferlegter Gefängnisstrafe, indem die Betroffenen sich im eigenen Zimmer einsperren. Dies funktioniert natürlich nur, wenn es in den entsprechenden Wohnungen noch andere Menschen gibt, die diesen Rückzug –



gewollt oder ungewollt – unterstützen. Meist handelt es sich dabei um nahe Familienangehörige, die den freiwillig Eingesperrten aus purer Hilflosigkeit das Essen vor die Tür stellen oder es tolerieren, wenn diese sich nachts am Kühlschrank bedienen.

Was nach kuriosen Einzelfällen klingt, ist in Japan erstaunlich weit verbreitet. Hochrechnungen zufolge sind von dem Phänomen über eine Million Menschen betroffen. Die wesentlichen Gründe für diese radikale Form des sozialen Rückzugs sind dabei auch hier der starke Leistungsdruck am Arbeitsplatz bzw. an Schule oder Hochschule.

Das Phänomen ist dabei umso bedenklicher, als es ein entscheidendes Element des japanischen Langlebigkeitspotenzials konterkariert. Denn in Studien zu den Gründen für das lange Leben vieler japanischer Menschen hat sich das intakte soziale Netzwerk der Betroffenen – neben anderen Aspekten wie etwa einer gesunden Ernährung und der Überzeugung, ein erfülltes Leben zu führen

("Ikigai") – immer wieder als wesentlicher Faktor herauskristallisiert [36].

Die weibliche Perspektive

Während es sich bei den Hikikomori tendenziell eher um jüngere Menschen handelt, betrifft das Phänomen des Jōhatsu eher Menschen mittleren Alters. Im einen Fall steht also die Weigerung, in das gesellschaftliche Leben einzutreten, im Vordergrund, im anderen der Wunsch, aus ihm auszutreten.

In beiden Fällen ist der Großteil der Betroffenen allerdings männlich [37]. Dies könnte daran liegen, dass Frauen in der japanischen Gesellschaft noch immer die Möglichkeit des Rückzugs auf traditionelle weibliche Rollenmuster bleibt. Für sie existiert also eine sozial akzeptierte Form der Flucht ins Private.

Das heißt allerdings nicht, dass Frauen nicht ebenfalls unter dem auf die Belange der Arbeitswelt fokussierten japanischen Alltagsleben leiden würden. Das liegt zum einen daran, dass viele soziale Netzwerke mit dem Erwerbsleben zusammenhängen. Wer nicht daran teilnimmt, ist automatisch davon ausgeschlossen.

Zum anderen leidet aber natürlich auch das Familienleben unter den überlangen Arbeits- und Schultagen. Wenn die Männer abends erst spät nach Hause kommen und die Kinder bis in die Nacht hinein bei den Hausaufgaben beaufsichtigt werden müssen, bleibt für das Familienleben kaum mehr übrig als ein karger Wortwechsel bei einer abendlichen Mahlzeit. Der Rückzug ins Private muss für die Frauen dann mit einer emotionalen Leere bezahlt werden.

Auch berufstätige Frauen haben es indessen nicht leicht, emotionale Erfüllung in einer Beziehung zu finden. Gerade wenn sie kar-

rierebewusst sind, entsprechen sie nicht dem Idealbild der dienenden Frau und haben es schwer, einen geeigneten Partner zu finden.

"Host-Clubs": Verheißung und soziale Falle für japanische Frauen

Die so entstehende emotionale Leerstelle haben sich in Japan so genannte "Host-Clubs" zunutze gemacht. Dabei handelt es sich um Etablissements, in denen Frauen jene Aufmerksamkeit und Wertschätzung entgegengebracht wird, die sie im Alltag vergebliche suchen.

Das Problem ist nur: Die Erfüllung dieses Traums kostet Geld – viel Geld. Denn die "Hosts" ("Gastgeber"), von denen die Frauen in den Clubs hofiert werden, sind dort einem Ranking unterworfen, das sich nach der Summe der akquirierten Gelder richtet. Je mehr Geld die Männer aus den Frauen herauskitzeln, desto höher steigen sie in der clubeigenen Hierarchie auf. Entsprechend verbessern sich für sie auch Ansehen und Einkommen.

Die einfachste Möglichkeit, die Frauen zum Geldausgeben zu bewegen, besteht – wie in den entsprechenden Nachtclubs für Männer – darin, die Frauen zum Bestellen teurer Getränke zu bewegen. Es kommt aber auch immer wieder vor, dass Hosts die Frauen auf die Bedeutung des Rankings für ihr berufliches Fortkommen hinweisen und ihnen so direkt Geld abpressen. Manche Frauen gehen hierauf auch tatsächlich ein – in der Hoffnung, auf diese Weise den Mann, der ihr das Gefühl gegeben hat, sie zu verstehen und als Frau wertzuschätzen, ganz für sich zu gewinnen.

Die geforderten Summen können dabei so hoch sein, dass die Frauen sich bei Familie und Bekannten Geld leihen müssen, um den Geldbedarf des vermeintlichen Kavaliers zu befriedigen. So geraten sie rasch in eine Schuldenfalle, aus der sie mit ihrem bisherigen Ein-

kommen nicht herausfinden. Viele sehen dann keinen anderen Ausweg, als sich zu prostituieren [38].



*Ein "Prostituierten-Schaufenster" im Tokioter Bezirk Yoshiwara, um 1931;
Kusakabe Kimbei zugeschriebenes Foto (Wikimedia commons)*

Bilder S. S. 29 und S. 32:

S. 29: Wachmann in einer Bank beim Powernapping ("Inemuri"), 2008 (Foto von V85 auf Wikimedia commons)

S. 32: Juno Kwon: Porträt eines jungen Mannes (Pixabay)

Resümee



Tetsuya Murai: Kinder mit der Mala, der buddhistischen Gebetskette, im Anfang des 7. Jahrhunderts begründeten Hōryū-ji-(Heiryūji-)Tempel in der Präfektur Nara auf der Insel Honshū (2016; Wikimedia commons). Der zum UNESCO-Weltkulturerbe zählende Tempel ist für seine alten Holzgebäude bekannt und ist Aufbewahrungsort etlicher nationaler Heiligtümer.

Toxische Verbindung von Konformismus und Kapitalismus

Die japanische Gesellschaft ist ein Beispiel dafür, was passiert, wenn die kapitalistische Wirtschaftsethik auf eine von starker Autoritätsgläubigkeit und Gehorsamsdenken geprägte Kultur trifft. Den Ausbeutungs- und Entfremdungstendenzen, die dem kapitalistischen Denken inhärent sind, sind dann kaum Schranken gesetzt.

Auf der organisatorischen Ebene manifestiert sich dies in der in Japan schwach ausgeprägten Gewerkschaftsbewegung. Durch die enge Anbindung an die Unternehmen ähneln japanische Gewerkschaften eher deutschen Betriebsräten. Sie sind zudem eng mit dem Management der jeweiligen Unternehmen verbunden und wirken damit eher dämpfend auf die Kampfbereitschaft der Erwerbstätigen, als dass sie diese im Kampf für ihre Rechte unterstützen würden [39].

Auf der individuellen Ebene hat der Gedanke eines grundsätzlichen Vorrangs des Kollektivs zur Folge, dass der Wunsch nach persönlicher Entfaltung nur in eingeschränkter Form ausgelebt werden kann. Das Streben nach umfassender Selbstverwirklichung führt – wie die Phänomene des Jōhatsu und der Hikikomori belegen – zwangsläufig ins soziale Abseits.

Antikonformistische Tendenzen

Natürlich gibt es in Japan schon seit der 68er-Revolution immer wieder Tendenzen, die der herrschenden Konformitätskultur entgegenwirken. Hierzu zählen etwa jugendliche Subkulturen wie die Ganguro – junge Frauen, die sich mit starkem Makeup sowie durch den Besuch von Bräunungsstudios absichtlich um einen braunen Teint bemü-

hen, um dem japanischen Schönheitsideal der blasshäutigen Frau entgegenzuwirken [40].

Hinzu kommt, dass die Unternehmen sich angesichts des starken Bevölkerungsrückgangs in Japan – zuletzt verringerte sich die japanische Bevölkerung um über 900.000 Menschen pro Jahr [41] – stärker an die Bedürfnisse der Erwerbstätigen anpassen müssen.

In diese Richtung weist auch die seit einiger Zeit gesetzlich vorgeschriebene Begrenzung der Überstunden. Auch wenn diese im Vergleich zu Arbeitsschutzrichtlinien in anderen Ländern noch immer sehr lax ist, so ist damit doch immerhin anerkannt, dass zu viele Überstunden gesundheitsschädlich sind.

Notwendigkeit der Verbindung von Struktur- und Bewusstseinswandel

Ein Strukturwandel, der sich hieraus womöglich ergeben könnte, kann jedoch nur dann nachhaltig sein, wenn er auch mit einem entsprechenden Bewusstseinswandel einhergeht. Dabei müsste vor allem das bisherige Verständnis der Beziehung zwischen Individuum und Kollektiv grundsätzlich überdacht, um nicht zu sagen: vom Kopf auf die Füße gestellt werden.

Handlungsleitend müsste dabei auch in Japan der Gedanke einer Einheit in Vielfalt sein. Dies impliziert, dass es eine dynamische Wechselbeziehung zwischen Individuum und Kollektiv geben muss, anstatt dass Letzterem der unbedingte Vorrang eingeräumt wird. Ein lebendiges, entwicklungsoffenes Kollektiv setzt immer voraus, dass die in es eingebundenen Individuen ihr persönliches Potenzial entfalten und mit dem der anderen Individuen so optimal wie möglich verbinden können.

Wer dagegen das Individuum vom Kollektiv aus denkt und formen möchte, leistet der Verkümmernng des individuellen Potenzials Vorschub und bringt damit auch die Gesamtgesellschaft um die Entwicklungsmöglichkeiten, die sich hieraus ergeben können.



Pepewk: Ganguro-Girl, 2006 (Wikimedia commons)

Nachweise

- [1] Vgl. Goss, Rob: [Zu Besuch in Japans Dorf der Hundertjährigen](#). In: National Geographic, 29. Juni 2025.
- [2] Zu Kultur und Geschichte der Samurai gibt es einen Überblick auf dem JapanweltBlog von Gunar Fenner: [Samurai – Japans legendäre Krieger aus vergangenen Zeiten](#); 8. Juli 2025.
- [3] Für einen ersten Überblick über die zentralen Elemente des Bushidō-Kodex vgl. ebd. Im Westen ist der Kodex bekannt geworden durch das 1899 erschienene Buch [Bushido – The Soul of Japan](#) von Inazo Nitobe, das im Netz auf verschiedenen Portalen abrufbar ist.
- [4] Zur Konfuzianismus-Rezeption vgl. Elberfeld, Rolf: [Japanische Philosophie in deutscher Sprache](#) (PDF). In: Heisig, James W. (Hg.): Japanese Philosophy Abroad, S. 155 – 171. Nagoy 2004: Nanzan Institute for Religion and Culture. Ein Überblick über [Studien zum Einfluss des Konfuzianismus auf die japanische Kultur und Geschichte](#) findet sich in der Sammlung philosophiegeschichtlicher Literatur der Universität Hildesheim.
- [5] Vgl. Singleton, Chase: Die Ursprünge des Shintoismus. Eine umfassende Erforschung der prähistorischen Wurzeln, der mythischen Ursprünge und der Entwicklung von Japans einheimischer Religion von der Antike bis zur Gegenwart. Kindle Ebook, 2023.
Für eine kurze Einführung in den Shintoismus vgl. Fenner, Gunar: [Shintō-Schrein: Wie funktioniert die japanische Religion?](#) JapanweltBlog, 16. April 2021.
- [6] Vgl. Krebs, Gerhard: Das moderne Japan 1868 – 1952. Von der Meiji-Restauration bis zum Friedensvertrag von San Francisco. München 2009: Oldenbourg.

- [7] Vgl. hierzu den Eintrag im Online-Lexikon der Universität Wien: [Neo-Konfuzianismus und konfuzianischer Shintō](#).
- [8] Zu dem umstrittenen Yasukuni-Schrein gibt es einen Hintergrundartikel mit Bildergalerie auf deutschewelle.com: [Seelenregister mit Kriegsverbrechern](#); 29. Dezember 2016.
- [9] Zu Art und Folgen der Besatzungszeit in Japan vgl. Finn, Richard B.: [Winners in Peace. MacArthur, Yoshida, and Postwar Japan](#). Oakland 1992: University of California Press [PDF in Form einzelner Kapitel].
- [10] Vgl. Forsberg, Aaron: *America and the Japanese Miracle: The Cold War Context of Japan's Postwar Economic Revival, 1950–1960*. Chapel Hill 2003: University of North Carolina Press.
- [11] Vgl. Hiroshi Yoshikawa: *Ashes to Awesome: Japan's 6,000-day Economic Miracle*. Tokio 2021: Japan Publishing Industry Foundation for Culture.
Eine gute Übersicht über die Voraussetzungen des japanischen Wirtschaftswunders findet sich auch auf japan-experience.com: [Nachkriegs-Japan](#).
- [12] Vgl. Laver, Michael S.: *The Sakoku Edicts and the Politics of Tokugawa Hegemony*. Amherst/New York 2011: Cambria Press.
- [13] Vgl. Rabson, Steve: [Perry's Black Ships in Japan and Ryukyu: The Whitewash of History](#). In: *Asia-Pacific Journal* 14 (2016), Nr. 9.
Zu dem Ereignis gibt es auch einen Artikel mit Fotostrecke im *Spiegel*: Neeb, Christian: [US-Kanonnenboote vor Japan: "Brennende Schiffe am Horizont"](#). *Der Spiegel*, 30. März 2016.
- [14] Vgl. Hartmann, Rudolf: [Japanische Offiziere im Deutschen Kaiserreich 1870 – 1914](#) (PDF). In: *Japonica Humboldtiana* 11 (2007), S. 93 – 158 [mit umfangreichem Literaturverzeichnis ab S. 98].

- [15] Über den Fall wird in einer Arte-Dokumentation zu der Thematik berichtet: Sztanke, M. / Alric, J. / Mollard, N.: [Japan: Tod durch zu viel Arbeit](#) (2018).
- [16] Auf den Vorfall und seine Folgen wird detailliert eingegangen in einem Beitrag von Michael Ziegler: [Karoshi bleibt ein Problem. Zehn Jahre nach dem Suizid bei Dentsu: Japans Überstundenproblem bleibt ungelöst](#). In: *Sumikai. News & Hintergründe aus Japan*, 27. Dezember 2025.
- [17] Vgl. hierzu das Gespräch von Taz-Auslandsredakteur Fabian Schroer mit dem freien Journalisten Martin Fritz: [Wie kämpft die Jugend Japans gegen die Überarbeitung?](#) In: Podcast Fernverbindung: Der wöchentliche Auslandspodcast der taz, 19. Dezember 2025 (zur Überstundenregelung ab 8:45). Die Äußerungen von Premierministerin Sanae Takaichi zu dem angeblich überschätzten Schlafbedürfnis ihrer Landsleute waren in den sozialen Medien – u.a. auf [Instagram](#) – auf teils lebhaftere Kritik gestoßen.
- [18] Vgl. McKirdy, Andrew: [Irasshaimase!: Foreign-born clerks are becoming a familiar sight at convenience stores nationwide, but is Japan ready to welcome them?](#) In: Japan Times, 8. Dezember 2018.
- [19] In Japan wird die lange Stagnationsphase von 1990 bis 2010 als "Ushinawareta Nijūnen" ("verlorene Jahrzehnte") bezeichnet. Laut Boye de Mente handelt es sich dabei um einen Schlüsselbegriff für das Verständnis des heutigen Japans (vgl. De Mente, Boye Lafayette: *Japan's Cultural Code Words: 233 Key Japanese Terms and Expressions to Help You Navigate the Culture Successfully*. North Clarendon/Vermont 2011: Tuttle; zuerst 2004).
- [20] Vgl. Ziegler, Michael: [Immer mehr Menschen beantragen Sozialhilfe](#). In: *Sumikai. News & Hintergründe aus Japan*, 5. März 2026.

- [21] Vgl. Suchan, Nadine: [Leben im Internetcafé: Obdachlos in Tokyo](#). In: *Sumikai. News & Hintergründe aus Japan*, 31. Januar 2018.
- [22] Vgl. Fenner, Gunar: [Wie das Rentensystem in Japan funktioniert](#). JapanweltBlog, 26. Juli 2023.
- [23] Vgl. Köhler, Angela: [Japan: Schulstress bis in die tiefe Nacht](#). *Die Presse*, 8. September 2016.
Zum Aufbau des japanischen Schulsystems vgl. Fenner, Gunar: [Japans Bildungs- und Schulsystem einfach erklärt](#). Japanwelt-Blog, 13. Juli 2023.
- [24] Vgl. Ziegler, Michael: [Japan kämpft mit wachsender Zahl an Schülern, die nicht zur Schule gehen](#). Psychische Belastung nimmt zu. In: *Sumikai: News & Hintergründe aus Japan*, 30. Oktober 2025.
- [25] Vgl. ebd.
- [26] Vgl. Ziegler, Michael: [Japans Suizidrate fällt zum ersten Mal unter 20.000. Zahl bei Kindern weiterhin hoch](#). In: *Sumikai: News & Hintergründe aus Japan*, 30. Januar 2026.
- [27] Vgl. Fritz, Martin: [Japans erfolgreicher Kampf gegen den Suizid](#). SWR, 8. Dezember 2025.
- [28] Vgl. Ziegler, Japan kämpft mit wachsender Zahl an Schülern, die nicht zur Schule gehen (s. Anm. 24).
- [29] Vgl. Wikipedia: [Suizidrate nach Ländern](#), basierend auf einer WHO-Statistik aus dem Jahr 2021.
- [30] Mehr Informationen über den Weg zu einem Leben als buddhistischer Mönch finden sich im "Pluralism Project" der Harvard University: [Becoming a Monk](#).
- [31] Vgl. hierzu den Eintrag im Online-Lexikon auf *alles-zum-schlafen.de*: [Was bedeutet Inemuri \(Power Napping\)?](#)

- [32] Für einen ersten Überblick über das Phänomen vgl. Fenner, Gunar: [Jōhatsu – Die Verschwundenen in Japan: Ein Einblick in das Phänomen](#). JapanweltBlog, 4. Juli 2024.
- Ausführlich mit dem Phänomen auseinandergesetzt hat sich Andreas Hartmann. Nachdem er 2024 einen Film über die Problematik herausgebracht hat, hat er sich ein Jahr später auch in einem Radiofeature damit auseinandergesetzt: [Jōhatsu in Japan – Wenn Menschen verdunsten](#). Spurlos verschwundene Menschen in Japan. Deutschlandfunk/ORF/SWR, 20. Dezember 2025.
- [33] Vgl. Bundeskriminalamt (BKA): [Die polizeiliche Bearbeitung von Vermisstenfällen in Deutschland](#) [mit Angaben zu Vermisstenzahlen].
- [34] Vgl. Koyama, Goro: [Johatsu – The Vanishing People in Japan](#). Japanpi.com, 9. September 2022.
- [35] Zu dem Phänomen gibt es ein aufschlussreiches Gespräch mit dem freien Journalisten Martin Fritz im Schweizerischen Rundfunk: [Die Hikikomori: Warum sich Menschen in Japan jahrelang einsperren](#). SRF, "Zwischen den Schlagzeilen", 20. November 2019.
- Einen ersten Überblick zu der Problematik bietet ein AFP-Bericht, der im Deutschen Ärzteblatt abgedruckt ist: AFP: [Hunderttausende Menschen in Japan leben äußerst zurückgezogen](#). Deutsches Ärzteblatt, 5. April 2023.
- [36] Vgl. den Abschnitt zu Okinawa (1.3.3) in dem Beitrag [Blue Zones – Schlüssel zu Langlebigkeit und Wohlbefinden](#) auf der Website der Deutschen Longevity Gesellschaft; ferner den in Anmerkung 1 zitierten Beitrag von Rob Goss.
- [37] Vgl. das in Anmerkung 35 zitierte Gespräch mit Martin Fritz sowie – in Bezug auf Jōhatsu – einen Beitrag auf der Website der

FAM [Family] Investigation Agency: [The Mystery of Johatsu: Japan's Vanishing People Phenomenon](#).

- [38] Das Phänomen der japanischen Host-Clubs wird eindringlich dokumentiert in einem Radiofeature von Kathrin Erdmann: [Japans Host-Clubs. Hübsche Männer, verschuldete Frauen](#). Deutschlandfunk Kultur, "Weltzeit", 15. Mai 2024.
- [39] Beispiele für die kompromisslerische und oft eher regierungsnaher Politik vieler japanischer Gewerkschaften finden sich in einem Beitrag von Carl Simmons für die *Sozialistische Alternative* (SAV): [Japan nach 25 Jahren Stagnation](#); sozialismus.info, 26. April 2016.
- [40] Vgl. Miller, Laura / Bardsley, Jan (Hgg.): *Bad Girls of Japan*. New York 2005: Palgrave MacMillan;
Klippensteen, Kate: *Ganguro Girls. The Japanese "Black Face"*. Mit Fotos von Everett Kennedy Brown. Köln 2001: Könemann.
- [41] Vgl. AFP: [Japans Bevölkerung schrumpft deutlich](#). Deutsches Ärzteblatt, 11. August 2025.