

# 若者における「推し」の意義と心理的効果

The meaning of having “favorites” and the psychological effects on young people

(キーワード：推し，若者，心理的効果)

(Keywords: Favorite, Young people, Psychological effect)

森山咲希，吉岡聖美（明星大学）

## 1. 研究の背景と目的

20代の約7割は今の生活に満足しているという内閣府の調査結果が示されている一方で（注1），半数以上の若者が自身を幸福だと感じながらも同時に不安だと考えている。また，現状以上に自分が幸せになると思えない人が今は幸せだと感じたり，少し先の未来すら予測困難な社会を生きる若者はイマココのみの幸せを大切にしている傾向にある，といった報告がある（注2）。そのような若者の欲求を満たし，楽しく過ごすために最適なものが「推し」の存在である。本研究では，「推し」がある若者と「推し」がない若者の楽しさや幸福感の対象，不安やストレスへの対処法などを調査し，「推し」の意義について考察することを目的とする。

## 2. 「推し」の意義

### 2.1 若者の二つの欲求を満たす「推し」

「推し」を応援する活動のほとんど全てにおいて喜びを得られるということが示されており（注3），「推し」活動を営むことは，現代の若者が求めるイマココの幸せ，すなわち現在享楽欲求（=思いのままに今の快楽を味わいたいという欲求）に応える最適なものと考えられる。また，「推し」活動は自身の価値を高める動機で行われ，自己愛的心理欲求を充足する心理が関連していると考えられている（注4）。若者がインターネットを介して特定の対象を「推す」ことによって，現在享楽欲求と自己愛的心理欲求を手軽に満たすことが可能であることが，若者が「推し」活動にハマる要因の一つと考えられる。

### 2.2 関係性・体験型からみる「推し」

社会の変化やソーシャルメディアの発展と共に，人が「推し」に求めるものも変化してきた。欲しいモノを簡単に手に入れられる時代になったことで，モノから体験を求めるように変化し，応援し続けたい関係性や体験価値をいかに構築できるかが課題とされている。SNSの普及により，高頻度・中距離のコミュニケーションで並走ストーリーのある「推し」の支持率が高まっている（注5）。「推し」自身もSNSのアカウントを持つようになり，会いに行けるアイドルをコンセプトにしたり，コロナ禍によって直接対面する機会は減少したがビデオ通話を介して「推し」と一対一で話せるファンミーティングが多く企画された。これは，「推し」とファンとの間に強い関係性や体験価値を提供する取り組みである。また，「推し」が努力する姿を見て自分も勇気づけられ，より応援したいと感じる並走ストーリーの体験を求めるファンも増えてきた。

これは，完成され多大な人気を獲得したアイドルAよりも自分（ファン）の応援が必要だと思えるアイドルBを支持する事でリアルな共感が多くの人々の心を捉えるといった心理によるとされる（注6）。SNSを駆使した「推し」とファンの関係性と体験は，ファンを掴んで離さない様々な工夫がみられる。

## 2.3 「推し」のファンコミュニティ

「推し」とファンとのコミュニケーションは，SNSの普及により距離感が縮まっても基本的にはマスメディアを通じた間接的な関係性が主である（注7）。そのため，同じものを好きになり応援することは個性的に生きたいという願いと共に自分と同じ感性を持った他者と繋がりたいという人間が本来持っている相反しがちな欲求を同時に叶えることのできる行動でもある（注8），といった心理から，同じ「推し」を持つファン同士がファンコミュニティで繋がることを求める。「推し」の応援活動を共有することによって，自分という存在が受け入れられ自信に繋がり，対象の魅力をより深く感じて新たな幸福感や自己高揚感に繋がると考えられる。

## 3. 「推し」の有無とストレス解消に関する調査

### 3.1 調査内容

「推し」がある若者と「推し」がない若者のストレス解消について調査するために，20代の男女30人に対して「推し」の有無，楽しさや幸福を感じる時，不安やストレスを感じた時の対処法などについてWebアンケートを実施した。

### 3.2 結果と考察

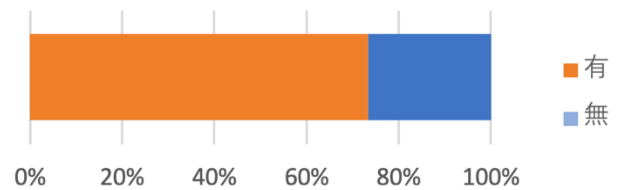


図1 「推し」の有無

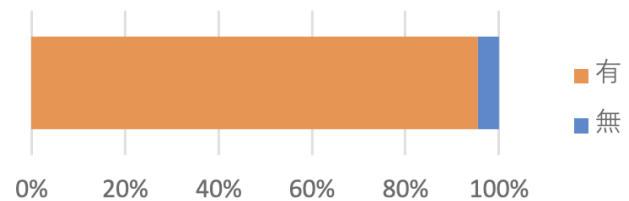


図2 「推し」がある若者の「推し」活動による気持ちの変化

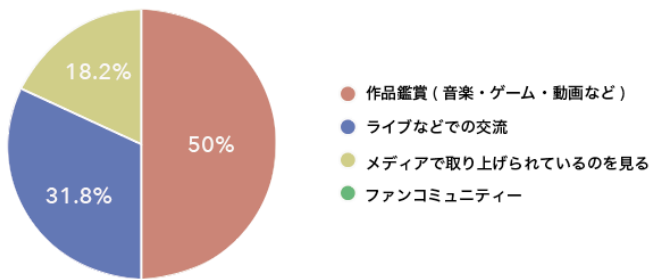


図3 楽しさや幸福を感じる「推し」活動の内容

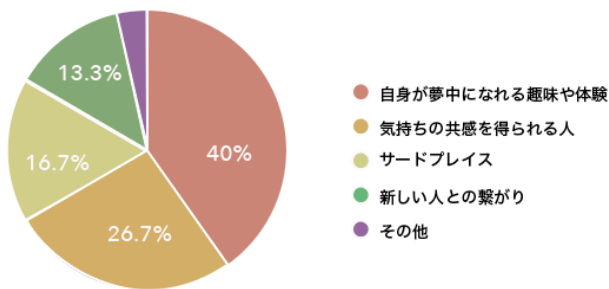


図4 不安やストレス解消のためにあったらよいもの

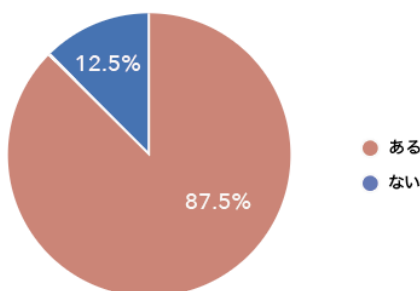


図5 「推し」がない若者が夢中になれるもの

表1 「推し」がない若者が不安やストレスを感じた時の対処法

回答内容
運動すること、心を許せる人と話すこと
映画を観る
アロマの香りをたくこと
睡眠をとる
買い物をする
アニメ鑑賞
カラオケ

若者における「推し」の有無、楽しさや幸福を感じる時、不安やストレスを感じた時の対処法などについてWebアンケートを実施した結果、「推し」があると回答した若者は約73%となり多くの若者に「推し」があることを確認した (図1)。また、

「推し」がある若者の約96%が「推し」活動によって気持ちが変化し、楽しさや幸福などを感じていることが示された (図2, 3)。楽しさや幸福などを感じる「推し」活動としては、「推しに関する作品鑑賞 (音楽・ゲーム・動画など)」という回答が半数であった。

「推し」の有無に関わらず、不安やストレス解消のためにあったらよいものとして、夢中になれる趣味や体験、気持ちの共感を得られる人、多くの割合を占めた (図4)。「推し」がある若者にとって「推し」活動は、夢中になれる趣味や体験、気持ちの共感を得られる人との交流の場となり、不安やストレス解消のためのツールとして位置付けられていると考えられる。これらの「推し」がある若者における回答では、第2章の先行研究を裏付ける結果が得られた考えることができる。

「推し」がない若者では、約88%が趣味やスポーツなど何か夢中になれるものを持っており (図5)、同様に不安やストレスを感じた時の対処法を持っていることが示された (表1)。「推し」がない若者は、夢中になれる趣味やスポーツによって不安やストレスを解消していると考えられる。また、「推し」がない若者は、全員が自宅や学校以外に第三の居場所となるサードプレイスがあると回答しており、「ボランティア団体」「バイト先」「浜辺」「下北沢」「恋人」など、コミュニティや特定の場所や人を第三の居場所としていた。

#### 4. まとめ

「推し」がある若者と「推し」がない若者の楽しさや幸福の対象、不安やストレスへの対処法などを調査した結果、「推し」がある若者のほとんどが「推し」活動によって楽しさや幸福などを感じていることが示された。「推し」がある若者にとって、「推し」活動は、夢中になれる趣味や体験、気持ちの共感を得られる人との交流の場となっており、不安やストレス解消のためのツールとして一定の役割を担っていると考えられる。

#### 参考文献

1. 内閣府の国民生活における世論調査  
<https://survey.gov-online.go.jp/index-ko.html>  
(2010年度「現在の生活について」調査結果)
2. 古市憲寿：絶望の国の幸福な若者たち：講談社+文庫，p98，2015
3. 大山翔平，長田麻衣：「ヲタ活」に見る若者の消費行動と心理— 享樂志向と承認欲求が支える献身的消費 —，日本マーケティング学会カンファレンス・プロシーディングス，vol. 9，2020
4. 吉田未来：自己愛傾向とファン行動との関連性について，北星学園大学大学院論集，1，pp. 113-126，2010
5. 辰野アンナ/電通報  
<https://dentsu-ho.com/articles/7144> (2021. 6. 1)
6. 植田康孝：アイドル・エンタテイメント(3)，江戸川大学紀要，29，2019
7. 小城英子：ファン心理の構造(1)，関西大学大学院人間科学，社会学・心理学研究，61，pp. 191-205，2004
8. 菅野仁：つながりの哲学，NHK 出版，2003