

日本における「推し活」がもたらす精神的影響

○大越つむぎ¹・河野喬²

(広島文化学園大学大学院人間健康学研究科¹・広島文化学園大学人間健康学²)

目的

本研究は、近年社会的関心の高まりを見せている「推し活」に着目し、その活動が個人に与える精神的・心理的影響について明らかにすることを目的とする。具体的には、比較的近年になって広く用いられるようになった「推し活」という概念を整理するとともに、推し活がもたらす精神的影響に関する先行研究を検討し、既存知見の整理を通して今後の実証的研究に向けた基盤を構築することを目的とする。

方法

本研究では、以下の二段階の手順により推し活に関する分析を行った。

第1に、推し活という語が社会においてどのような目的で言及されているのかを明らかにするため、新聞記事の検索・分析を行った。朝日新聞データベースにおいて「推し活」を検索語として抽出し、得られた記事を対象にテキスト分析ソフトウェアKH Coder (樋口, 2014) を用いて分析を実施した。第2に、推し活がもたらす精神的影響に関する学術的知見を整理することを目的として、先行研究のレビューを行った。具体的には、J-STAGEにおいて「推し活」および「健康」を検索語として文献検索を行い、得られた20件の論文のうち、精神的影響について言及している3件を抽出し、内容の整理と特徴・課題の分析を行った。

結果

近年、「推し活」に関する研究は、幸福感や自己充足感に及ぼす心理的影響を明らかにしてきた (東他, 2023.宮田, 2024)。一方で、「むなしさ」に関する臨床心理学的研究 (桑本, 2025) は、喪失体験や空虚感を人間の普遍的情緒として捉え、その受容や共感の重要性を示している。

先行研究の比較から、推し活は幸福や生きがいの形成に寄与する一方、「むなしさ」は喪失や孤独に伴う情緒として、心の再生に不可欠な過程であることが示唆された。

考察と課題

両者は幸福などの心の充足とむなしさや空虚という対をなす心理現象を扱っており、現代の心の在り方を理解する上で補完関係にあるのではないかと考えられる。また、他者との共存・関係性の中で癒やしが生まれる。音楽・詩など文化的表現は「むなしさ」の言語化を助ける。(桑本, 2025)つまり推し活は虚しさの言語化を助けて、他者との共存で癒しになるのではないかと考えられる。しかし、推し活においては、同じタレントやアイドルなどを応援するファンとの交流を拒否する、「同担拒否」など他人と関わらない、もしくは敵視するタイプの推し活が存在しているため、そのような環境にいる人にとっては癒やしや健康とは逆効果なのではと考える。

今回の研究では、今後の研究のための準備段階となったが、「推し活」「健康」での検索においては検索結果や該当する論文が非常に限られているため、「推し活」のみなど広い検索をする必要があることが大きな課題である。今後は、推し活のポジティブな側面だけでなく、ファン同士の関係性における葛藤や排他性にも注目していきたいと考えている。特に、「同担拒否」や「新規拒否」といった対人関係上の心理的傾向に焦点を当て、それが個人のウェルビーイング (幸福感・孤独感・充実感) にどのように関わるのかを明らかにすることを今後の課題としたい。

参考文献

宮田雅之(2024).幸福感と推し活についての一考察. 敬心・研究ジャーナル, 8(1), 85-92
東美由紀, 島田真希, 嶋田総太郎(2023).応援における個人差:応援傾向尺度の開発とクラスタ分析による検討. 認知科学, 30(4), 479-498
桑本佳代子(2025).「むなしさ」に関する臨床心理学的研究. 山梨英和大学紀要, 23, 17-25