



Z世代の承認欲求に関する意識調査

Z世代は実は承認欲求が低め!?
そんな彼らが求める「承認」方法とは..?

株式会社SHIBUYA109エンタテインメント(本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：石川 あゆみ)が運営する若者マーケティング機関『SHIBUYA109 lab. (読み：シブヤイチマルキュウラボ)』は、15~24歳のZ世代を対象に、外部調査パネルによるWEB調査とSHIBUYA109 lab.独自ネットワークによるインタビューから「Z世代の承認欲求に関する意識調査」を行いました。



Z世代の承認欲求に関する意識調査

【Z世代の承認欲求に関する意識調査トピックス】

【1】 Z世代の「承認欲求」の自己採点は平均40点。承認欲求を持つのは悪いこと!?

承認欲求の自己採点の点数は40点となり、30点以下を付けた割合も約4割となっています。また、承認欲求のイメージに関するフリー回答ではマイナスな言葉やSNSに関連する言葉が見られました。

【2】 SNSで承認欲求が満たされるのは少数派。Z世代にとってのSNSの立ち位置とは

SNSでの承認欲求についての設問からは、Z世代がSNSで承認欲求を満たそうとしている様子は見られませんでした。一方で、「承認欲求が高いと思われたくない」という回答も多いことや、他人に対しては「承認欲求が高そうにみえる」と感じられる行動も存在していることがわかりました。

【3】 人前よりも個別で褒められるのを好むZ世代。

承認欲求高め層は周囲の目を気にし、低め層はリスク回避!?

「大勢の前よりも、個別で褒められたい」という回答が多く、中でも、自分の承認欲求に30点以下をつけたグループで特に顕著でした。また、自身の満足度を採点してもらい、その理由を聞いてみると、悪い面は自分自身に、良い面は周りの環境に要因があると考えていることがわかりました。

【4】 SHIBUYA109 lab.所長が分析! : 「目立つ大きな承認」よりも「信頼できる小さな承認」を求める。

不幸は自責、幸福は他責なZ世代、その裏にはセルフ期待値調整も?

周囲の目を非常に気にしていることから、集団から外れた目立つ行動を避けたい、という意識が強い傾向にあります。そのため、「承認欲求が高い」と他者から思われることをネガティブに捉える傾向にあったり、集団から目立ちすぎないようにしたいと考えて、謙遜することで期待値調整をしている実態も見られています。実際の行動の裏側にある意図をしっかりと把握することがZ世代との齟齬のないコミュニケーションの第一歩となります。

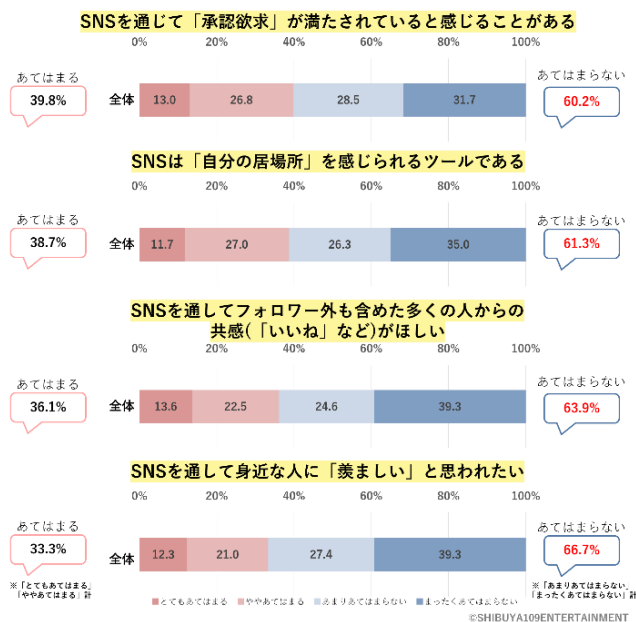
※公開データの引用・転載の際は、『SHIBUYA109 lab.調べ』と明記いただきますようお願い申し上げます。

SHIBUYA109 lab./ <https://shibuya109lab.jp>

※本リリースに記載の会社名、製品名、サービス名等は、それぞれ各社の商標または登録商標です。

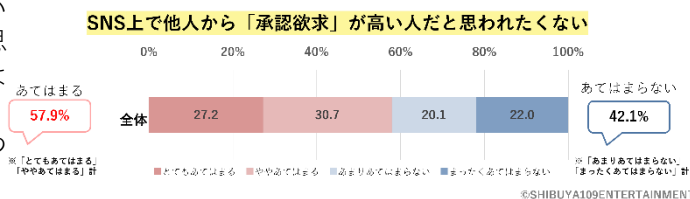
承認欲求に関連するSNSの事柄について聞いたところ、「SNSを通じて『承認欲求』が満たされていると感じることがある」※図5には「あてはまらない」という回答が60.2%と多数派になりました。「SNSは『自分の居場所』を感じられるツールである」「SNSを通して多くの人からの共感(いいねなど)がほしい」「SNSを通して身近な人に『羨ましい』と思われたい」※図5についても6割以上が「あてはまらない」と回答したため、SNSで承認欲求を満たそうとしている様子はこの調査では見られませんでした。

図5次の事柄に関してあなた自身についての評価を教えてください。[単一回答]n=463(男性:228/女性:235/高校生:232/大学・短大・専門学生:231)



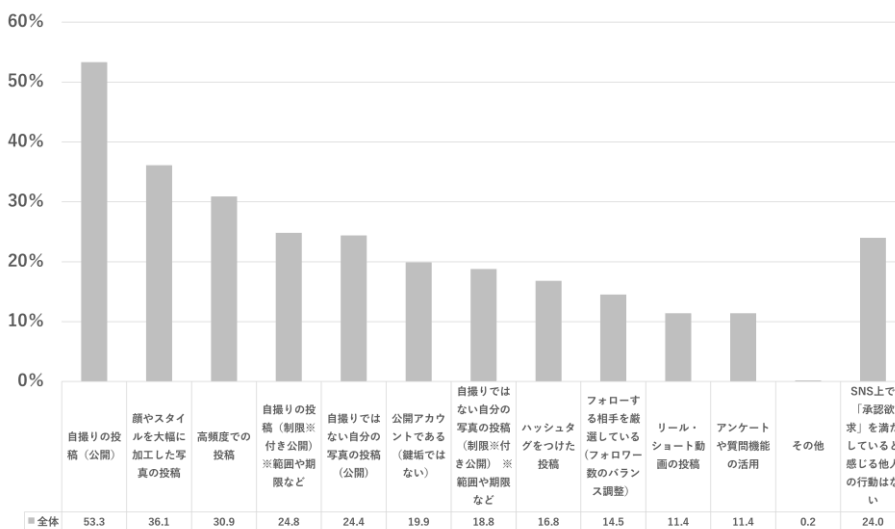
一方で「SNS上で他人から『承認欲求』が高い人と思われたいくない」※図6と57.9%の人が回答し、「承認欲求は高く見られたいくない」という意識がうかがえます。インタビューの中で、承認欲求の高い人について聞いてみると、「プライドが高そう」「ポジティブには思わないが、自分も承認欲求が高いので完全に嫌だとは言えない」などの意見が聞かれており、「承認欲求」についてマイナスなイメージが持たれていることがわかりました。

図6. SNSに対する考え方に関して、あなたにあてはまるものを教えてください。[単一回答]n=463(男性:228/女性:235/高校生:232/大学・短大・専門学生:231)



また、「『承認欲求』を満たしていると感じる他人の行動」※図7においては、「自撮りの投稿(公開)(53.3%)」「顔やスタイルを大幅に加工した写真の投稿(36.1%)」「高頻度での投稿(30.9%)」が挙げられました。SNSは他人の承認欲求を感じる場所であり、そのように受け取られる行為を避けることで自身の承認欲求が高いと思われまいように気を付けているようにも思われます。

図7. SNS上で「承認欲求」を満たしていると感じる他人の行動があれば教えてください。[複数回答]n=463(男性:228/女性:235/高校生:232/大学・短大・専門学生:231)

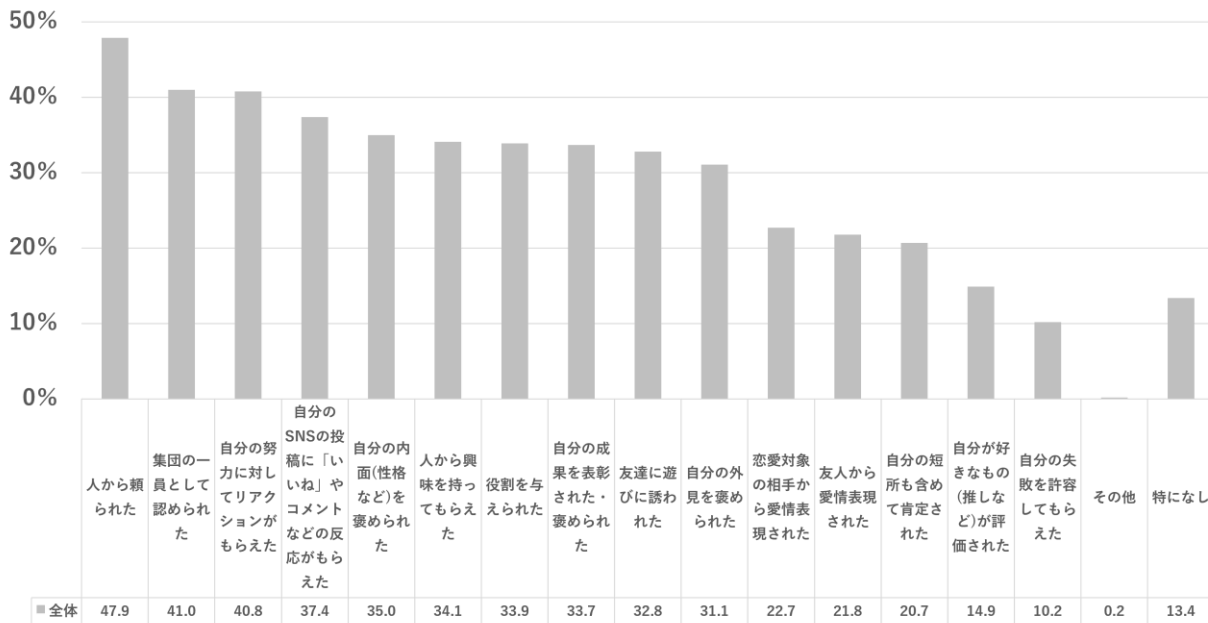


©SHIBUYA109ENTERTAINMENT

【3】人前よりも個別で褒められるのを好むZ世代。承認欲求高め層は周囲の目を気にし、低め層はリスク回避！？

それではZ世代がどうやって承認欲求が満たされたと感じるのか、「日常生活の中で「承認欲求」が満たされた状態だと感じるものを教えてください」※図8という質問で聞いてみると「人から頼られた(47.9%)」「集団の一員として認められた(41.0%)」「自分の努力に対してリアクションがもたらされた(40.8%)」が高くなり、直接的に何かを褒められることよりも、他者から何かしらの良いリアクションが得られることに票が集まりました。

図8.あなたが日常生活の中で「承認欲求」が満たされた状態だと感じるものを教えてください。
[複数回答]n=463 (男性：228/女性：235/高校生：232/大学・短大・専門学生：231)

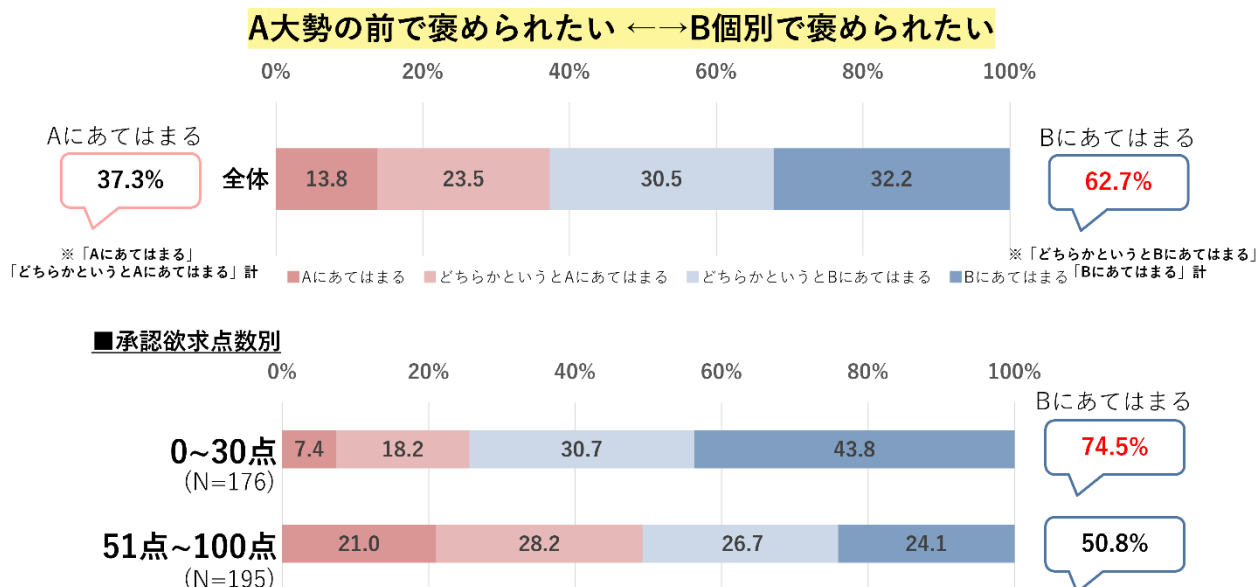


©SHIBUYA109ENTERTAINMENT

求めている褒められ方※図9としては、「大勢の前よりも、個別で褒められたい」という回答が62.7%になっています。この傾向は、承認欲求の点数の平均点(40点台)を基準に承認欲求度が低い(30点以下)グループで特に顕著で、承認欲求度が高い(51点以上)グループでは半数程度なのに対し、30点以下のグループでは、7割以上になっています。

グループインタビューでも、「大勢の前で褒められると嬉しいけど『そこまで大したことじゃないのに』と思う」「大勢の前で褒められるのはちょっと負担かな。目立つし、嬉しさより恥ずかしさが勝ってしまう」などの意見が聞かれました。

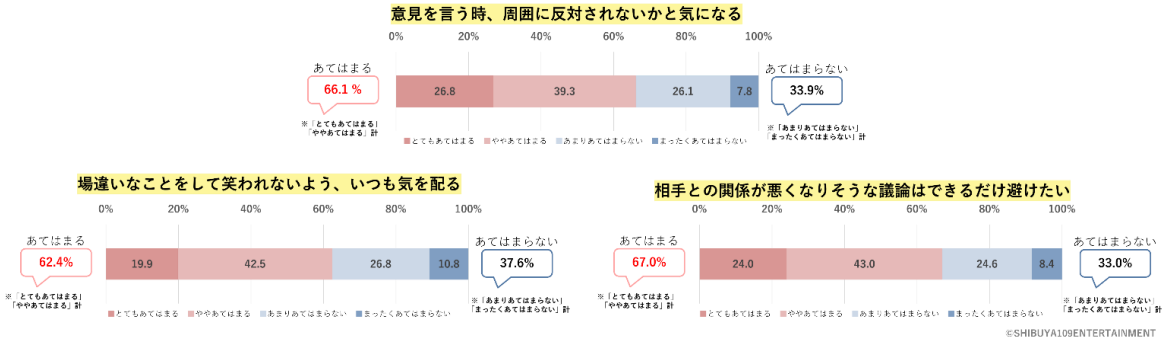
図9.あなたにあてはまるものを教えてください。[単一回答] n=463 (男性：228/女性：235/高校生：232/大学・短大・専門学生：231)



©SHIBUYA109ENTERTAINMENT

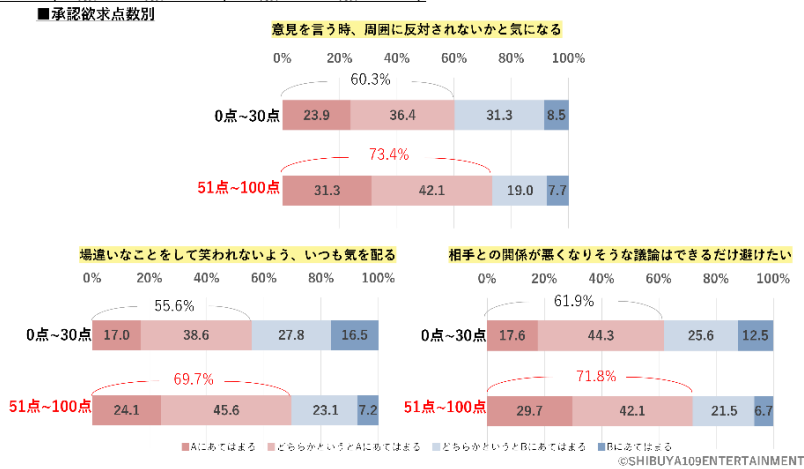
周囲からの見られ方に関する質問※図10については、「意見を言う時、周囲に反対されないか気になる」という設問に「あてはまる」と回答した人数は全体で66.1%、「場違いなことをして笑われないよう、いつも気を配る」という回答は、全体で62.4%、「相手との関係が悪くなりそうな議論はできるだけ避けたい」という回答は全体で67.0%と全体的に周囲の目を気にする傾向がありました。

図10.次のうち、あなたにあてはまると思うものを選択してください。[単一回答]
n=463 (男性：228/女性：235/高校生：232/大学・短大・専門学生：231)



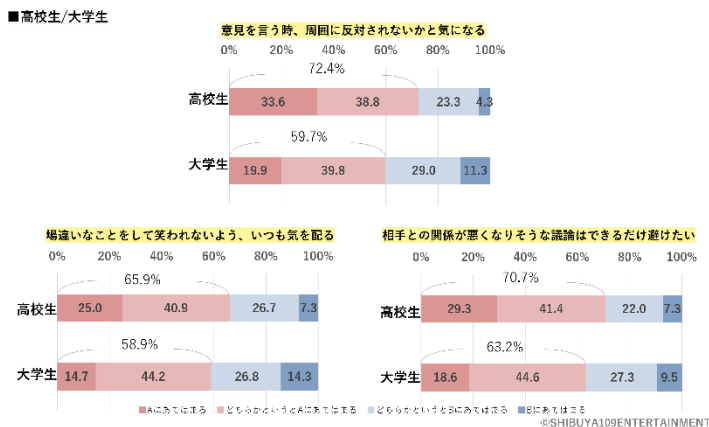
さらに各結果を承認欲求度の高いグループ・低いグループで分類すると※図11、「意見を言う時、周囲に反対されないか気になる」という設問に「あてはまる」と回答した割合は、承認欲求度が高いグループでは73.4%、低いグループでは60.3%、「場違いなことをして笑われないよう、いつも気を配る」という回答は、承認欲求が高いグループでは69.7%、低いグループでは55.6%、「相手との関係が悪くなりそうな議論はできるだけ避けたい」という回答は、承認欲求が高いグループは71.8%低いグループは61.9%となり、承認欲求が高いグループの方がすべての項目で高い割合となり、より周囲の目を気にしていることがわかります。

図11.次のうち、あなたにあてはまると思うものを選択してください。[単一回答]
n=463 (男性：228/女性：235/0点～30点：176/51点～100点：195)



また、同様の設問を職業別で見ると※図12すべての設問で高校生の属性の回答者が当てはまると答える割合が高くなりました。「教室」や「部活」といった限られた友好関係のなかで生活する高校生はより周囲からの見られ方に敏感であることがわかります。

図12.次のうち、あなたにあてはまると思うものを選択してください。[単一回答]
n=463 (男性：228/女性：235/高校生：232/大学・短大・専門学生：231)

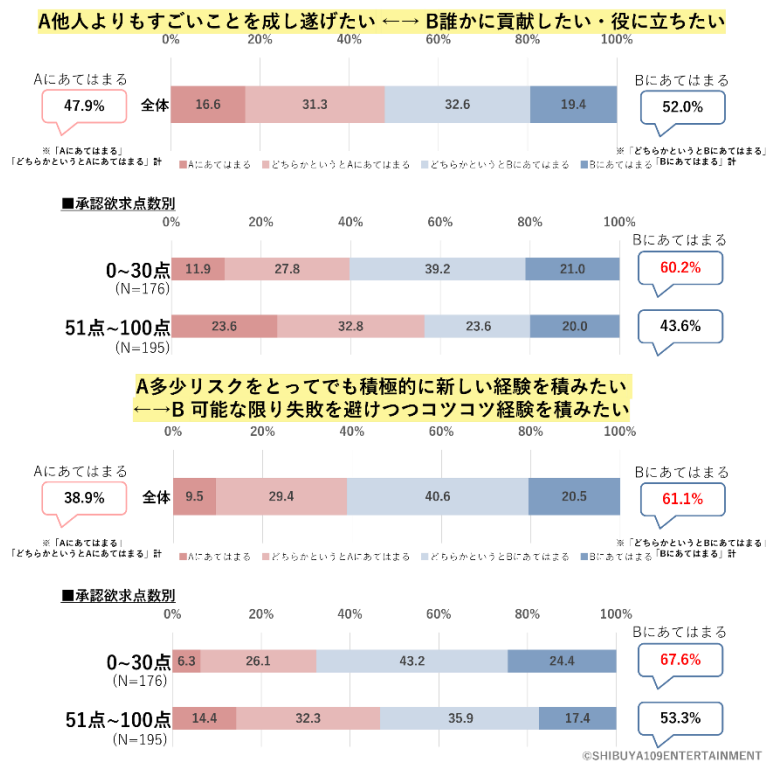


また、目標達成に対する考え方について聞いたところ、自分の承認欲求に51点以上を付けた承認欲求が高いグループは「誰かに貢献したい・役に立ちたい」※図13という回答が43.6%であるのに対して、自分の承認欲求の点数に30点以下をつけた低いグループは60.2%となり、承認欲求の点数に低い点数をつけたグループの方が、目立つ功績よりも、周囲への貢献意識が強い傾向があると考えられます。

「可能な限り失敗を避けつつコツコツ経験を積みたい」※図13についても自分の承認欲求に51点以上を付けたグループは53.3%のところ、自分の承認欲求の点数に30点以下をつけたグループは67.6%となり、承認欲求の点数に低い点数をつけたグループの方が、リスクを避ける傾向があることがわかりました。

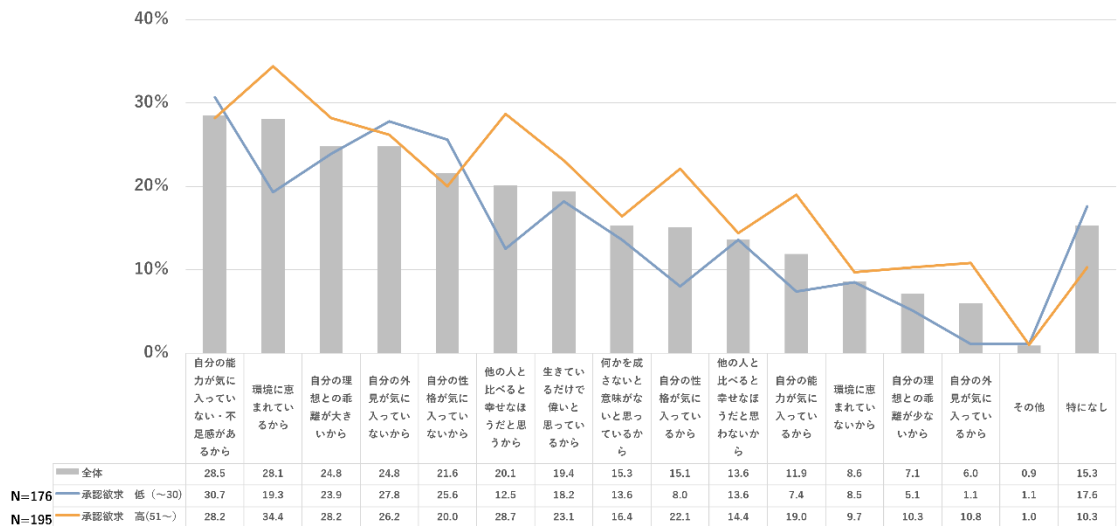
図13.次の選択肢の中からあなたにあてはまるものを選択してください。

[単一回答] n=463 (男性:228/女性:235/高校生:232/大学・短大・専門学校生:231)



ここまで他者からの見られ方や評価について聞いてきたため、最後に自分自身に対する見方や評価を確認するために「自分への満足度」について聞いてみました。自分への満足度への理由※図14をプラス因子とマイナス因子を同時に聞き、グループごとにみると、承認欲求が高いグループは、「環境に恵まれているから (28.1%)」「ほかの人と比べると幸せな方だと思うから (28.7%)」など他者起因の理由が高く、承認欲求が低いグループは「自分の能力が気に入っていない・不足感があるから (28.5%)」「自分の外見が気に入っていないから (27.8%)」など自分起因の理由が高くなっているのが特徴です。悪い面は自分自身に、良い面は周りの環境に要因があると考えていることがわかりました。

図14.自分への満足度としてその点数をつけた理由を教えてください。[複数回答]n=463 (男性:228/女性:235/高校生:232/大学・短大・専門学校生:231)



[4] SHIBUYA109 lab.所長が分析！「目立つ大きな承認」よりも「信頼できる小さな承認」を求める。 不幸は自責、幸福は他責なZ世代、その裏にはセルフ期待値調整も？

SNSネイティブである若者は、不特定多数からの「承認」を求めているイメージが先行しがちですが、彼らの承認欲求は、実際には自分の身近なコミュニティからの承認で満たされています。また彼らは周囲の目を非常に気にしていることから、集団から外れた目立つ行動を避けたい、という意識が強い傾向にあります。そのため、「承認欲求が高い」と他者から思われることをネガティブに捉える傾向にあったり、集団から目立ちすぎないようにしたいと考えて、謙遜することで期待値調整をしている実態も見られています。

若者たちが求めている「承認」や、周りの目を意識した期待値調整をしがちであること等、彼らの実際の行動の裏側にある意図をしっかりと把握することが職場の同僚として、また消費者としてのZ世代とコミュニケーションを行う上での齟齬を防ぐことに繋がります。

SHIBUYA109 lab.のHPより、本WEB調査の無料グラフィックレポートを配布しております。ぜひ、以下よりご連絡ください。

https://shibuya109lab.jp/product/?utm_source=prtimes.jp&utm_medium=referral&utm_campaign=release20240326

■アンケート調査概要

①WEB調査

調査期間：2024年1月

調査パネル：外部調査会社のアンケートパネルを使用

(SHIBUYA109 lab.調べ GMOリサーチプラットフォーム利用の調査)

居住地：一都三県（東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県）

性別：男女

年齢：15～24歳

対象：高校生・大学生・短大・専門学校生

回答者数：463名（男性228名：女性235名）

※回答率(%)は小数点第2位を四捨五入し、小数点第1位までを表示しているため、合計数値は必ずしも100%とはならない場合があります。

②SHIBUYA109 lab.による定性調査

デプスインタビュー

対象者条件：高校生～大学生 男子4名、女子4名 合計8名

・その他過去定性調査をもとに考察

③金沢大学金間ゼミによるご協力

金沢大学融合研究域の金間大介教授及び、ゼミ生（井戸咲希、大内こころ）による協力

(インタビュー分析、定量調査設計、定量調査分析など)

■SHIBUYA109 lab.概要



SHIBUYA109 lab.

株式会社SHIBUYA109エンタテインメントが運営する新しい世代に特化した若者マーケティング機関。SHIBUYA109のターゲットである「around20(15～24歳)」を中心に彼らの実態を調査し、SHIBUYA109独自の視点から分析している。

設立：2018年5月17日

所長：長田麻衣(株式会社SHIBUYA109エンタテインメント所属)

ホームページ：<https://shibuya109lab.jp>

■株式会社SHIBUYA109エンタテインメント概要



SHIBUYA109渋谷店(東京都・渋谷区)を中心とした3つの施設を展開。「Making You SHINE! -新しい世代の“今”を輝かせ、夢や願いを叶える-」の企業理念を掲げ、これからの担う新しい世代の今を輝かせ、夢や願いを叶えるため、商業施設運営に留まらないエンタテインメント事業展開を行う。

設立：2017年4月3日

代表取締役社長：石川 あゆみ

ホームページ：<https://www.shibuya109.co.jp/>