

御「宅」族

投稿類別：健康與護理類

篇名：御「宅」族

作者：

姚良昱。國立新竹高商。國二 3 班  
張育欣。國立新竹高商。國二 3 班

指導老師：  
謝玉芬老師

## 壹●前言

### 一、研究動機與目的

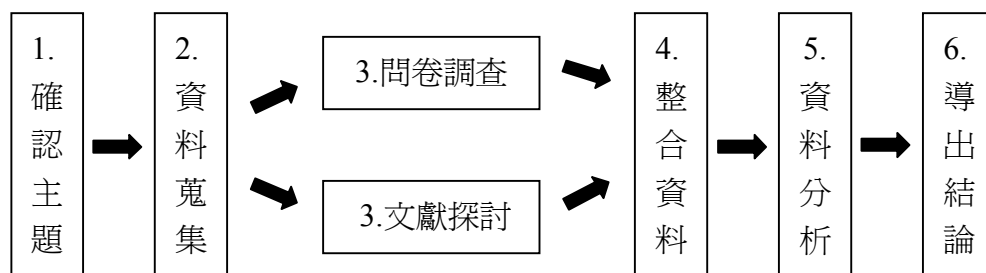
隨著現今社會的演變、科技的進步、電腦的普及與次文化的發展，這些原因讓宅在家的吸引力遠大於外面的世界，這也使得「御宅族」族群漸漸以家為中心。

「御宅族」在台灣的說法就是我們口中的宅男宅女，喜愛待在家中的小小世界，對社會中的壓力失去了抵抗力，也失去了動力。當「御宅族」失去一切可以依附的力量，他們會如何去面對這一切，從而會衍伸出和社會脫節、以及難以融入等人際相關問題。在我們身旁其實有著許多「御宅族」，他們的小小世界究竟存在著甚麼強大的引力，讓他們寧願捨棄外在的花花世界而宅在家中，就讓我們進一步的探討來揭開它神秘的面紗吧！

### 二、調查方式

1. 文獻探討：藉著書籍及資料來了解「御宅族」這一詞的意義。
2. 問卷調查：對身邊熟悉的同學或朋友，利用問卷的方式來調查，藉以了解他們對於「御宅族」的看法與想法。

### 三、研究流程



## 貳●正文

### 一、起源

「御宅族」本是日本字「おたく」〈OTAKU〉的漢字翻譯，是「貴府」及「您」的意思。正巧 1982 年日本放映了一部動畫，其中主角們以「おたく」來稱呼對方，一些熱衷於動漫的愛好者深受其影響，開始使用這個辭彙互相稱呼，後來便以「おたく」作為其族群的代稱。

然而真正使用「御宅族」這一詞的人有兩位，一位是社會評論分析者中森明夫，在 1983 年中期於漫畫月刊《漫画ブリッコ》上連載的《「おたく」の研究》專欄中，初次正式使用這個名詞來稱呼這個族群。而另外一位是 GAINAX(日本動畫製作公司)創始人之一，自稱「御宅王」的岡田斗司夫，他認為：「**想要在諸位理解了禦宅族定義的基礎上，從解除對禦宅族的疑問入手，最終得出『禦宅族才是引領資訊資本主義社會的人群』這一結論。**」(岡田斗司夫，1996)

## 二、社會運動

### 1. 日本「630 秋葉原解放」

2007 年 6 月 30 日，日本「革命的御宅族主義者同盟」、「革命的萌主義者同盟」及「革命的非受歡迎同盟」聯合舉行了「630 秋葉原解放」大遊行，目的是，要求秋葉原中止宣傳對御宅族的偏見，反對有關限制動畫畫面的法案，並責難各鐵路公司及宗教團體，強調御宅族及御宅文化的存在。共約有 500 人參與。以播放動畫歌、跳舞、cosplay(角色扮演)等方式進行，由末廣町站附近的鍛鍊公園至和泉公園，全程約 40 分鐘。



圖 1 日本 630 秋葉原解放

### 2. 香港「329 御宅族宣言」

事源於 2009 年 3 月 15 日，香港無綫電視 (TVB) 的新聞節目《星期日檔案》播出名為「港女·港男」的特輯，節目把港男等同電車男及宅男，引起網民的強烈不滿。節目播出後，以愛好動漫的動漫評論員夏目貝及漫遊者為首，發起了「329 御宅族宣言」遊行，約 30 人於 3 月 29 日，從香港尖沙咀出發至旺角，沿途派發傳單向路人解釋何謂御宅族。傳單內容主要介紹御宅族、澄清誤解，及 5 條宣言「我們出來，我們承認，我們敢言；我們有喜歡動畫的權利，與其他興趣愛好者擁有的權利一樣；我們可以是任何種族、年齡、性別、教育程度、職業、婚姻狀態及身份我們與其他族群一樣擁有優



圖 1 香港 329 御宅族宣言

點與缺點，反對以偏概全；我們反對主流傳媒行使文化暴力，向公眾散佈不盡不實的刻板形象。」(資料來源：329 御宅族宣言)

### 三、發展

御宅原指熱衷博精於動畫、漫畫及電腦遊戲的人，而現在一般泛指對次文化有所熱忱，並對該文化有極深入了解的人。雖然只要對於某種領域的愛好有異於常人的熱衷及知識，就可以稱作「御宅族」，但在華文世界中，「御宅族」這種代稱目前很少會使用在生活中，反而逐漸在我們的生活中演變為「宅男」「宅女」，也由於台灣網路的 KUSO 文化，凡是關在家裡不常出門、愛打線上遊戲的人就被認為是宅男宅女。起初曾有人批評台灣人認知的宅男宅女與日本的御宅族有所差異，引發不少網路筆戰，而到最後台灣的「御宅族」一詞就和日本有所差異。

追溯台灣「宅男」一詞的流行在於西元 2005 年 8 月時開始，台灣批踢踢實業坊的版面開始流行看《電車男》日本短劇，內容是一個不修邊幅的日本御宅族與高挑美女邂逅的故事，台灣批踢踢網友因而在 Hate 板上戲稱在家裡不出門很宅或是那些整天上網的人根本是宅男，從這段時間開始「宅男」一詞便在台灣大肆流行。然而，現在的「御宅族」就成了有所爭議的名詞，也在各國有所不同的看讀與解析，御宅族就漸漸發展出下列幾種類型：

表 1 御宅族的類型

1. 動漫型御宅	現今的年輕人熱忠於動畫漫畫，有人甚至於喜歡到廢寢忘食，樂以忘憂，把動漫當成生活的重心，與朋友交談時也離不開動漫這個主題。
2. 消費型御宅	基於網路愈來愈方便，日常生活中大大小小的事都能透過網路來解決，因此讓購物慢慢發展為網購，不用出門就能購物，讓大家的的生活更加方便，也就出現了所謂的「消費型御宅」
3. 電腦型御宅	在這個資訊通達的時代，電腦已經變得跟我們密不可分，它也成為我們身邊的小幫手，我們可以利用它聽歌、看電視、打遊戲、聊天、交朋友等，也應證了一句話：「秀才不出門，能知天下事」。(《老子》)
4. 電視型御宅	近年來，電視台為了迎合觀眾的口味，各類型電視劇、電視節目層出不窮，這類型的御宅族寧願窩在沙發，吃著零食看著感人至深的電視劇、令人哄堂大笑的綜藝節目在家裡度過一天，也不願到出門。

5. 偶像型御宅	隨著韓流襲捲全球之後，不僅是韓國，世界各地出現愈來愈多的明星，而他們也成為我們茶餘飯後的閒聊話題。越來越多的人開始追星，他們寧願擱下課業，守在電腦或電視機面前，看著自己鍾意的偶像如何在舞台上、電視劇裡嶄露頭角。
6. 創業型御宅	隨著自行創業的風潮，越來越多的年輕人選擇學業有成之後便自主創業，而一部分人為了省去店面的費用，他們將自己的房子改成小型店面，所有宣傳、接單、生產的過程都在家裡進行，這也讓他們寸步不離自己的房子。

#### 四、隱憂與影響

宅在家雖然愜意又能過著清鬆自在的生活，但過於沉溺在一個人的世界其實也隱藏著看不見的危機，許多的隱憂一一浮現，漸漸地影響著我們的生活。「由於網際網路的發展提供了一種新的溝通媒介與活動場域，除了帶來許多新的生活經驗與文明發展的可能性之外，也引發了許多新的人類行為問題與社會秩序的挑戰。」(王智弘，2006)。

##### 1. 網路成癮症

網路、3C 產品的盛行，漸漸縮短人與人之間的距離，使得人們越來越離不開電腦、電視等 3C 產品，甚至達到成癮的地步，「網路成癮症」就是其中一種症狀，以下為「網路成癮症」作詳細的介紹：

「網路成癮症」(Internet addiction disorder，縮寫 IAD)(葛爾·柏格，1996)泛指各種對電腦的過度使用，導致影響到正常作息的情況。有專家學者曾指出「網路成癮症」會具備以下症狀：強迫性地非自由地使用、對人際交往失去興趣、對人際交往失去興趣、被線上及時活動佔據大部分生活的時間、不能自拔等條件，而「網路成癮症」是一種心理疾病，但有時也會被歸類至精神疾病。

##### 2. 購物狂

「購物狂」是指人們因慾望不假思索地瘋狂購買超過生活所需的奢侈品。「在自己偏愛的領域中，『御宅族』一看到想要的商品或服務，即使單價有點高，他們還是會購買。」(江裕真譯，2006)。「購物狂」漸漸地被認為是一種心理疾病，甚至出現針對「購物狂」的藥物治療。而使這一切形成的幕

後推手便是網路商店出現，平面商店式微，「這波衰退澆不熄美國人對奢侈品的熱情，只是買名牌的通路變了。」(吳怡靜譯，2009)。在「購物狂」眼裡，只要輕輕動一下手指，許多自己心儀的裝飾品就可以占為己有，甚至他們不管自己的預算多麼薄弱，在奢侈品面前，一切價格都是隱形的。

### 3. 晚婚、單身

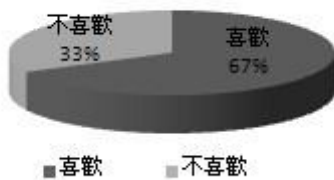
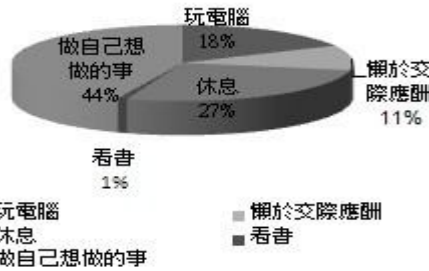
自己待在家的生活都比外面世界還要來的輕鬆自由，因此就有許多人嚮往待在家一個人過日子一個人生活，崇尚單身自由生活。而常常在家不但不常和人們來往交流，慢慢的日子過去了，等到人上了年紀後才會想要結婚，漸漸形成所謂的晚婚更可能就乾脆不結婚單身一輩子。

### 4. 社交恐懼症

長時間關在家中可能會導致自己和社會脫離，讓社交功能漸漸微弱，不敢出去面對人們、害怕和別人溝通，嚴重的還可能導致語言溝通有障礙。「社交恐懼症」又名「社交焦慮症」(social anxiety)、「見人恐怖症」，是種對社交或公開場合感到強烈恐懼或憂慮的精神疾病。患者對於在陌生人面前或需與他人交流互動的社交場合中，有顯著且持久的恐懼，害怕自己的行為和緊張的表現會引起羞辱、難堪。有些患者更可能對於參加聚會、打電話、到商店購物、或詢問權威人士都感到困難。

## 五、問卷調查結果與分析

表 2 問卷分析結果

問題 1：您喜歡一個人待在家裡活動嗎？													
<p>看來比起外面的花花世界，大部分的人還是比較喜歡待在家裡活動。不需要繁雜的喧鬧，有時只要一間寂靜的空間，便可使他們怡然自適。</p>	 <table border="1"> <caption>問題 1 數據</caption> <tr><th>反應</th><th>百分比</th></tr> <tr><td>喜歡</td><td>67%</td></tr> <tr><td>不喜歡</td><td>33%</td></tr> </table>	反應	百分比	喜歡	67%	不喜歡	33%						
反應	百分比												
喜歡	67%												
不喜歡	33%												
問題 2：為什麼喜歡待在家裡？													
<p>許多人認為在家裡遠比在外面自由而不受拘束，也不用在意別人的眼光，這正是大家喜歡待在家裡而不願出門的真正理由，只要時刻想著等會可以做些什麼，玩些什麼，精力立刻充沛起來，這也為御宅族的生活增添幾分愜意。</p>	 <table border="1"> <caption>問題 2 數據</caption> <tr><th>原因</th><th>百分比</th></tr> <tr><td>做自己想做的事</td><td>44%</td></tr> <tr><td>休息</td><td>27%</td></tr> <tr><td>玩電腦</td><td>18%</td></tr> <tr><td>懶於交際應酬</td><td>11%</td></tr> <tr><td>看書</td><td>1%</td></tr> </table>	原因	百分比	做自己想做的事	44%	休息	27%	玩電腦	18%	懶於交際應酬	11%	看書	1%
原因	百分比												
做自己想做的事	44%												
休息	27%												
玩電腦	18%												
懶於交際應酬	11%												
看書	1%												

<p>問題 3：喜歡在家裡從事什麼活動？</p>															
<p>當要使一個人依賴一事物時，便需要許多誘惑，而使人們離不開家裡的罪魁禍首便是電腦電視等 3C 產品；除了電子產品以外，可以沉澱心靈的睡眠也是大家喜愛的從事的活動之一。</p>	<table border="1"> <caption>問題 3 數據</caption> <thead> <tr> <th>活動</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>電腦</td> <td>28%</td> </tr> <tr> <td>聽音樂</td> <td>22%</td> </tr> <tr> <td>看電視</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>看書</td> <td>8%</td> </tr> <tr> <td>網購</td> <td>3%</td> </tr> <tr> <td>睡覺</td> <td>19%</td> </tr> </tbody> </table>	活動	百分比	電腦	28%	聽音樂	22%	看電視	20%	看書	8%	網購	3%	睡覺	19%
活動	百分比														
電腦	28%														
聽音樂	22%														
看電視	20%														
看書	8%														
網購	3%														
睡覺	19%														
<p>問題 4：為什麼不喜歡待在家裡？</p>															
<p>對於宅在家中的生活，有部分人們並不嚮往，他們喜歡出遊，喜歡與朋友結伴出行逛街，呼吸新鮮的空氣，就算散散步也比悶在家裡好。</p>	<table border="1"> <caption>問題 4 數據</caption> <thead> <tr> <th>原因</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>沒有朋友陪伴</td> <td>33%</td> </tr> <tr> <td>想出去透透氣</td> <td>49%</td> </tr> <tr> <td>喜歡逛街</td> <td>15%</td> </tr> <tr> <td>喜歡從事室外運動</td> <td>3%</td> </tr> </tbody> </table>	原因	百分比	沒有朋友陪伴	33%	想出去透透氣	49%	喜歡逛街	15%	喜歡從事室外運動	3%				
原因	百分比														
沒有朋友陪伴	33%														
想出去透透氣	49%														
喜歡逛街	15%														
喜歡從事室外運動	3%														
<p>問題 5：「宅男、宅女」這些詞彙已經被現今社會貼上負面標籤，您同意與否？</p>															
<p>有部分的人認為宅男宅女是負面的詞語，另一部分的人卻覺得被貼上負面標籤是不太能容忍的，大家對宅男宅女的評價認知還是有滿大的差異。同意與不同意的比例差距並不大由此可知這個議題還是有所爭議。</p>	<table border="1"> <caption>問題 5 數據</caption> <thead> <tr> <th>意見</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>同意</td> <td>48%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>52%</td> </tr> </tbody> </table>	意見	百分比	同意	48%	不同意	52%								
意見	百分比														
同意	48%														
不同意	52%														
<p>問題 6：您認為「宅男、宅女」是否與「難以融入現代社會」畫上等號？</p>															
<p>多數人覺得就算宅也可以宅的很自然自適，就算待在家裡也能和社會的軌道接上，也能與時俱進，不見得難以融入現代社會。</p>	<table border="1"> <caption>問題 6 數據</caption> <thead> <tr> <th>回答</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>是</td> <td>12%</td> </tr> <tr> <td>不是</td> <td>88%</td> </tr> </tbody> </table>	回答	百分比	是	12%	不是	88%								
回答	百分比														
是	12%														
不是	88%														
<p>問題 7：當您被套上「宅男、宅女」的稱呼時，您會接受還是拒絕？</p>															
<p>接受與不接受的票數相差不遠，接受者大部分認為那只是朋友的玩笑話，覺得無所謂；而不接受者大部分認為自己並沒有到達宅的地步，也有些人認為自己不被尊重，可所謂相差兩極。</p>	<table border="1"> <caption>問題 7 數據</caption> <thead> <tr> <th>意見</th> <th>百分比</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>同意</td> <td>48%</td> </tr> <tr> <td>不同意</td> <td>52%</td> </tr> </tbody> </table>	意見	百分比	同意	48%	不同意	52%								
意見	百分比														
同意	48%														
不同意	52%														

## 參●結論

經過長時間的探討，我們對「御宅族」有進一步的認知，也對於「御宅族」的種類有了初步性的了解，從一開始熱衷於動漫的人，經歷了許多的社會運動後，發展到台灣人現在口中的宅男宅女。「御宅族」被現今社會貼上負面標籤，全在於外界的刻板印象，拋開這些束縛，「御宅族」只是對於某些領域特別熱衷的人，在這些領域中「他們會以自己的方式去理解自己有偏好的對象，然後把這些解釋系統化（理論化），甚至還會出現創作活動，『補其不足』或『自己創造』。」（江裕真譯，2006）。雖然這些領域不被家人或朋友認可，但他們卻義無反顧，只為心中那份熱忱。

但「御宅族」未來面對的問題卻日益增多，甚至包括早熟、高度近視、內分泌失調，影響生理與心理範圍層面甚廣，花費在網路或 3C 產品上的時間跟金錢也越來越多，不僅影響自己也連累家人。「御宅族」甚至可以在電腦與電視前待上一整天，對身邊的人、事、物不聞不顧，不會去和家人朋友互動，雖然待在他們身旁，但心卻不在他們身上。

「御宅族」選擇待在家的好處是盡情的活在自己的小小天地，可以不用去面對這個社會的險惡、不需去感受人情的冷暖，但這也算是在逃避這個社會，和外界脫軌，人也許可以一生都宅在自己的世界中受保護不被傷害，但經過風雨吹打後的樹才會是如此堅強呀。如果願意開啓你的「宅之窗」，將會發現裡面的世界也是有那美好可愛之處是和自己的天地有所不同地。

## 肆●引註資料

1. 岡田斗司夫(1996)。御宅學入門。太田出版社。
2. 起源、社會運動。資料來源：維基百科  
<http://zh.wikipedia.org/zh-hk/%E5%BE%A1%E5%AE%85%E3.80.8C329.E5.BE.A1.E5.AE.85.E6.97.8F.E5.AE.A3.E8.A8.80.E3.80.8D>
3. 日本 630 秋葉原解放(2007)，圖片。  
<http://akiba-souken.com/article/event/1458/>
4. 香港 329 御宅族宣言(2009)。資料來源：香港網路大典  
<http://evchk.wikia.com/wiki/2009%E5%B9%B4%E9%A6%99%E6%B8%AF%E5%BE%A1%E5%AE%85%E6%97%8F%E6%8A%97%E8%AD%B0%E4%BA%8B%E4%BB%B6>



5. 香港 329 御宅族宣言，圖片。蘋果日報，2009 年 3 月 30 日。
6. 老子。第四十七章：「不出戶，知天下。」衍伸參考。台灣書房出版社。
7. 王智弘(2006)。E 世代網路交往行爲之心理學內涵與相關影響。資料來源：台灣心理諮商資訊網。  
<http://wang.heart.net.tw/paper-new/paper2006f.htm>
8. 葛爾·柏格(Ivan Goldberg, M.D)(1996)。  
<http://www.tafm.org.tw/Data/011/169/190202.htm>
9. 江裕真譯(2006)。瞄準御宅族。商周出版社。
10. 吳怡靜譯(2009)。天下雜誌，430 期。