

一橋大学審査学位論文

現状維持からの脱却

: 予期的後悔が現状維持傾向に及ぼす影響

木村（道家）瑠見子

一橋大学大学院社会学研究科

Getting rid of the status quo inertia

: The influence of the anticipated regret on the status quo bias

KIMURA (DOHKE) Rumiko

Doctoral Dissertation

Graduate School of Social Sciences, Hitotsubashi University

# 現状維持からの脱却：予期的後悔が現状維持傾向に及ぼす影響

Getting rid of the status quo inertia:

the influence of the anticipated regret on the status quo bias

## 目次

第一部 問題と目的	1
序章 はじめに	2
第1章 現状維持について	7
1. 人の「現状維持志向」について	7
1-1 デフォルト設定が維持される現状維持志向の問題	7
1-2 原発事故後のエネルギー政策に関する現状維持志向の問題	9
1-3 格差社会に対する現状維持志向の問題	10
2. 現状維持傾向を支える心理的メカニズム	12
2-1 現状維持バイアスとは	12
2-2 現状維持バイアスの心理メカニズム	13
第2章 後悔について	16
1. 現状維持と後悔： 後悔を避けようとして現状維持するが、長期的には現状維持することが後悔につながる	16
2. 後悔と予期的後悔： 後悔には過去志向の後悔と未来志向の後悔がある	20
2-1 後悔の働き	21
2-1-1 何を後悔するか	23
2-1-2 後悔の構造的特徴：行為後悔と不行為後悔	28
2-1-3 人生を振り返ったときに不行為後悔を思い浮かべることの 適応的意義	35
2-2 予期的後悔の働き	35
3. 現状維持と予期的後悔： 予期的後悔の内容が現状維持か否かを定める	37
第3章 先行研究の問題点と本論文の目的	43
第二部 実証的検討	47

第4章 研究1：後悔をもたらす現状維持	49
1. 研究1 目的	49
2. 研究1 実証データ	50
2-1 研究1A	50
2-1-1 研究1A 目的	50
2-1-2 研究1A 方法	51
2-1-3 研究1A 結果	53
2-1-4 研究1A 考察	54
2-2 研究1B	56
2-2-1 研究1B 目的	56
2-2-2 研究1B 方法	57
2-2-3 研究1B 結果	58
2-2-4 研究1B 考察	60
3. 研究1 考察	61
第5章 研究2・研究3	
：実験室実験による現状維持バイアスの低減策の検討	63
1. 研究2 「ヘアスタイル変更を題材にした実験室実験」	67
1-1 研究2 目的	67
1-2 研究2 方法	68
1-3 研究2 結果	71
1-4 研究2 考察	76
2. 研究3	
「女性のヘアスタイル変更を題材にした実験室実験（手鏡使用）」	78
2-1 研究3 目的	78
2-2 研究3 方法	79
2-3 研究3 結果	82
2-4 研究3 考察	86
3. 研究2と研究3のまとめ	87

第6章	研究4から研究6	
	：シナリオ実験による現状維持バイアスの低減策の検討	89
1.	研究4 「冷蔵庫の購買選択を題材にしたシナリオ実験」	89
1-1	研究4 目的	89
1-2	研究4 方法	90
1-3	研究4 結果	92
1-4	研究4 考察	93
2.	研究5	
	「冷蔵庫の購買選択と温泉旅行先選択を題材にしたシナリオ実験」	94
2-1	研究5 目的	94
2-2	研究5 方法と結果	95
2-2-1	研究5A 方法	95
2-2-2	研究5A 結果	99
2-2-3	研究5B 方法	102
2-2-4	研究5B 結果	103
2-3	研究5 考察	104
3.	研究6 「冷蔵庫の購買選択と温泉旅行先選択を題材としたシナリオ実験（シナリオ上の情報に変更を加えて）」	106
3-1	研究6 目的	106
3-2	研究6 方法	108
3-3	研究6 結果	112
3-4	研究6 考察	115
4.	研究2から研究6 まとめ	116

第三部 総合考察	121
第7章 本研究の意義（成果、理論的貢献、示唆）	122
1. 知見のまとめ	122
2. 本論文の意義	123
3. 本論文の限界と今後の展望	125
4. 本論文の理論的貢献	127
4-1 意思決定研究への貢献	127
4-2 後悔研究への貢献	128
4-3 自己制御研究への貢献	129
5. 本論文からの示唆	131
5-1 グローバル化社会に向けて	131
5-2 女性の社会進出促進にむけて	132
第8章 結論	135
引用文献	136
付録	

# 第一部

## 問題と目的

## 第一部 問題と目的

---

### 序章

#### はじめに

「現状維持」という言葉を聞いてどのようなことをイメージするだろうか。たとえば「体重は先月と変わらず現状維持」と聞いたとき、健康的な人にとって現状維持という状態は、大きな問題もなくポジティブにさえ響く。ところが、肥満体型でダイエットに取り組んでいる人にとって現状維持という状態は、ダイエットの効果が十分に示されずがっかりするようなネガティブな響きをもつだろう。ダイエット中の人は現状の自分の体型に不満があり、現状から変化することを求めているため、体型が変わらない現状維持はネガティブに感じられる。

多くの場合、現状維持の状態はネガティブには感じられない。現状維持をすることは、今あることを続ければよいということで、問題も起こらず、あれこれ考えたりする労力もそれほど必要とされない。人間は楽できるなら楽をしたいと考えるため、我々の周りには、個人レベルでも社会レベルでも現状維持という状態が多く存在している。

現状を維持しようとする人々の傾向は、現状維持バイアスと呼ばれているが(Samuels & Zeckhauser, 1988)、現状維持という言葉には二種類あると考えられる。一つは、意思決定の際に、選択肢の中に「現状」の選択肢、もしくは「過去に選んだものと同じ」選択肢があったときに、他の選択肢よりもそれらを“選ぶこと”である。もう一つは、意思決定の際に「現状」の選択肢なり、「過去に選んだものと同じ」選択肢を選ぶことによってもたらされる“現状が維持されている状態”である。

本論文では、前者の現状の選択肢を“選ぶこと”の現状維持傾向に焦点を当て、現状維持という選択、意思決定がもたらす問題について検討する。現状維持を選択することは、現状よりも悪い状態になることを避けることができるため、特別な問題は生じないと考えられがちである。しかし、現状維持よりも現状変更をした方が望ましい結果が得られそうであるにもかかわらず、現状維持を選択してしまう傾向は、報酬は大きいがリスクを伴う選択肢を選ぶことや、これまでとは違った新しい可能性にチャレンジしてみることを抑えてしまうことにもなるだろう。これは、得られる可能性があるものを得るチャンスを自ら

逃していることになり、合理的で望ましい意思決定であるとは言い難い。また、人は長期的に過去を振り返った時に、現状維持の選択をしたことや、何も行動や変化を起こさなかったことを後悔しがちであることを考えると、意思決定の際に現状の選択肢が含まれていたときに、現状の選択肢を選ぶことは、のちのち正当化されることもないため、やはり合理的で望ましい意思決定とは言い難い。

本論文では、現状としての選択肢Aと現状変更の選択肢B、この二つの選択肢間で生じる現状維持と現状変更の問題を取り上げる。そして、本論文では、現状としての選択肢Aと、それと同じような選択肢だが、ある側面において選択肢Aよりも優れている選択肢Bがあった場合、現状の選択肢Aの方が選択肢Bよりも高い確率で選ばれる現象を現状維持バイアスと定義する。

現状維持バイアスについて示した Samuelson and Zeckhauser (1988) の研究や、現状維持を受け入れることを意思決定回避現象の一つと位置付けた Anderson (2003)によって、現状維持バイアスがどのようなものかが示されている。しかし、それらの研究の中で、現状維持バイアスから抜け出すにはどうしたらよいかと言う点については明らかにされていない。そこで本論文は、まず、先行研究の知見をまとめ、現状維持バイアスがどのようにして生じるのかについて説明し、現状を変えた方がよい状況で現状維持しがちなとき、どうしたらよいのかという問題について考える。その際、私たちが気づきにくい現状維持バイアスがもたらす問題に焦点を当てた。また、長期的には現状維持が後悔をもたらすことにもふれ、議論を深めていく。本論文では、現状維持に関わる感情として、意思決定前に生じる予期的後悔の働きに着目し、現状維持バイアスの低減方略を探る。本論文では、現状維持をして失敗したと感じたときに経験するだろう後悔を積極的に予期させることが現状維持からの脱却を可能にすることを示す。

## **本論文の概要と構成**

本論文は三部から構成される。第一部では、本論文の問題意識と本論文の目的についてまとめた（第1章から第3章）。第二部では、本論文の問題意識に基づいて行った実証研究について紹介する（第4章から第6章）。第三部は、総合考察とし、本論文の意義、本研究の理論的貢献、本研究からの示唆についてまとめた。

## 第一部 問題と目的

第1章では、我々に現状維持傾向があることを紹介した。その上で、本論文で扱う意思決定状況を、現状の選択肢と、現状とは異なる選択肢の二者択一に限定して、現状維持がどのようにして生じるのか、現状維持バイアスの心理メカニズムをまとめ、議論した。

第2章では、現状維持と後悔の関係についてまとめた。過去の研究を概観すると、現状維持バイアスは、損失回避傾向から生じることがわかっている(e.g., Anderson, 2003; Samuelson & Zeckhauser, 1988)。損失を回避しようとする不確実性下の意思決定において、後になって感じるだろう後悔についてシミュレーション(予期)した結果、人は、その後悔を避けようとして現状維持を選択しがちになると考えられる。また、過去に対して感じる後悔に関する先行研究からは、人生を振り返るような長期的視点では、やらなかったこと、現状維持してきたことを後悔しがちであることが明らかにされている(e.g., Gilovich & Medvec, 1995)。第2章では、現状維持バイアスと後悔の先行研究を概観することで、本論文の仮説を導いていく。本論文では、現状維持よりも現状変更をした方がよい状況において、現状維持傾向から脱却するには、新たに得る利得に敏感になり、現状変更の選択肢の良い点と現状維持の悪い点に注意を向け、現状維持しなければよかったと後悔することになるだろう、と現状維持による後悔を予期する必要があると考えた。

第3章では、先行研究に残されている問題点について触れ、本論文の目的をまとめた。先行研究では、人々に現状維持傾向があることを指摘するものの、停滞をもたらす現状維持傾向からどうしたら抜け出せるのかについて実証的な検討はあまり行われていない。また、意思決定前に想像、予期された後悔が判断に影響を及ぼすことを示した研究はあるものの、どのような後悔を強く予期するかによって、意思決定の方向性が変わってくるという視点での研究はまだ十分でない。そこで、本論文では、停滞をもたらす現状維持傾向から抜け出す方策として、現状維持を選択したことによる後悔を強く予期させることが有効であることを実証することを目的とした。

後悔の予期が意思決定に影響することを示した研究では、後で選択の結果を知らされると教示することで、予期的後悔を導出していた。しかし、この予期的後悔の導出方法では、現状維持バイアスからの脱却について検討することが困難であるという問題が生じる。結果のフィードバックを予期させる従来の予期的後悔の操作方法では、意思決定者は、現状変更をして失敗するかもしれないと想像してしまい、その場合に感じるだろう後悔を予期しやすくなり、現状維持をして失敗した場合の後悔を予期することが難しくなるからであ

る。意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更の失敗ばかりが予期されるような方法では、意思決定者はたいてい、現状維持バイアスを起こしてしまい、そこからの脱却につながらないだろう。また、結果のフィードバックを予期させる従来の予期的後悔の操作方法では、選択の失敗の予期と後悔の予期が同時に操作されている可能性がある。失敗の予期と後悔の予期を区別できない場合、後悔の予期ではなく、失敗の予期が現状維持の選択を促した可能性があるため、予期的後悔による現状維持バイアスからの脱却策を主張することは難しくなるだろう。本論文では、これらの問題を解決するために、予期的後悔を操作する際に、意思決定の結果のフィードバックがあると伝える従来の方法ではなく、「条件設定による反実思考」で意思決定者に後悔という感情の帰結までをシミュレーションさせる新しい方法を用いた。

本論文の仮説は次のとおりである。本論文では、意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更選択肢に対して、ネガティブ情報への注意を減らし、ポジティブ情報に注目させる。一方、現状維持選択肢に対しては、ポジティブ情報への注意を減らし、ネガティブ情報に注意を傾かせる。その上で、「もし、現状維持をしたら後悔するだろう」と現状維持をして失敗した場合の後悔を予期させた条件は、現状維持の失敗による後悔を予期させない条件よりも、現状維持傾向は低減するだろうと仮説を立てた。本論文の仮説は、理論的に考えれば当然の予測であり、新奇な仮説ではない。しかし、これまでの研究ではこのことが実証されてこなかったことを考えれば、検討するに値する仮説と考えられる。

## **第二部 実証的検討**

第4章の研究1では、現状維持を選択して失敗した場合の予期的後悔と、現状変更を選択して失敗した場合の予期的後悔の強さを調べることを目的として、実験を実施した。実験の結果、先行経験がポジティブな場合、現状維持の意思決定による失敗の方が、現状変更による失敗よりも、後悔が弱いと予期された。それに対し、先行経験がネガティブな場合、現状維持の意思決定による失敗は、現状変更による失敗よりも、後悔は強いと予期された。研究1の結果は、現状維持の選択に対して後悔が強く予期される状況を明らかにしており、本論文の仮説を検討するための基礎となる研究として位置づけられた。研究1により、現状維持の選択のネガティブな側面に焦点を当てることで、現状維持が後悔をもたらす選択であると認識可能であることが示唆された。

第5章と第6章の研究2から研究6では、現状維持よりも現状変更した方が望ましい結

果が得られそうにもかかわらず、現状維持を選択してしまい、新しい可能性にチャレンジすることが抑制されてしまうような状況で、現状維持バイアスから抜け出すにはどうしたらよいかについて、実証的に検討した。本論文の仮説を検討するため、実験方法を変えつつ、5つの実験を行った。第5章の研究2、研究3では、実験室実験を行った。ヘアスタイルの変更を題材にした実験を行ったところ、男性データでは仮説を支持する結果を得たが、女性データでは仮説を支持する結果が得られなかった。そこで第6章の研究4、研究5、研究6では実験方法をシナリオ実験に変更して研究を実施した。購買意思決定を題材にしたシナリオ実験を行ったところ、仮説に一致する結果を一貫して得た。

### **第三部 総合考察**

第三部は、総合考察として、第7章では、本論文で検討した6つの研究のまとめを行い、本論文の意義、理論的貢献、本論文からの示唆について述べた。最終章の第8章では結論を述べた。

## 第1章 現状維持について

### 1. 人の「現状維持志向」について

#### 1-1 デフォルト設定が維持される現状維持志向の問題

私たちには、現状に特に大きな問題がない限り、現状を維持しようとする傾向がある (Samuelson & Zeckhauser, 1988)。この現状を維持しようとする傾向は現状維持バイアスとよばれている。現状維持をするか現状変更をするかという意思決定に直面していると思えないような場面でも、実は私たちは知らず知らずのうちに、何もしないことで現状維持を選択している。たとえば、あるサービスを利用しようとして、そのためには会員登録とクレジットカードによる年会費の支払いが必要と言われたとしよう。一回目はそのようにして登録をしてサービスを利用したとしても、その後そのサービスを利用することがほとんどない場合も、会員登録の更新が自動的になされ、年会費を毎年払い続けることがある。もちろん、退会することは自由だが、そのための手続きがたとえ簡単であっても煩わしく感じたり、忘れてしまったりして、年会費を無駄に払い続けてしまうことが多い。このような場合、知らず知らずのうちに現状維持を選択している。

Thaler and Sunstein (2008) は現状維持バイアスを「惰性」のしゃれた言い方だと考えている。そして、私たちが現状維持やデフォルト設定（初期設定）に流されやすいことから、民間企業や政府当局がデフォルトの選択肢を何に設定するかによって、社会に大きな影響を及ぼすことを指摘している。そのことを示す実験として Johnson and Goldstein (2003) の臓器提供に関する同意を題材にした実験がある。

Johnson and Goldstein (2003) は、オンライン調査を利用して、臓器提供に関する質問の仕方を条件に応じて変え、その同意率について調べた。参加者はデフォルトの選択肢を変えた3つの条件のうちの一つに割り振られ、質問に回答した。オプト・イン条件（臓器提供同意＝オプト・イン、を希望する場合には自分で変更せねばならない条件）では、参加者は臓器提供をしないことがデフォルトの選択肢である州に引っ越してきたばかりだという設定がなされ、デフォルトの選択肢に同意するか、それを拒否するかの選択を求められた。オプト・アウト条件（臓器提供拒否＝オプト・アウト、を希望する場合は自分で変更せねばならない条件）は、臓器提供をすることがデフォルトの選択肢である州

に引っ越してきたばかりだという設定で、デフォルトの選択肢に同意するか、それを拒否するかを選択を求められた。二つの条件では、臓器提供しないか、するかデフォルトの設定内容だけが違っていた。三つ目の統制条件は、デフォルトの選択肢はなく、参加者は臓器提供するかしないかをただ選択するだけだった。回答方法は、臓器提供に同意するにせよ、同意しないにせよ、ワンクリックで入力できた。

その結果、デフォルトの選択肢は非常に大きな影響力をもっていることが示された。オプト・イン条件（臓器提供同意＝オプト・イン、を希望する場合は自分で変更せねばならない条件）で臓器提供することに同意する人は42%だったのに対し、オプト・アウト条件（臓器提供拒否＝オプト・アウト、を希望する場合には自分で変更せねばならない条件）で臓器提供することに同意する人は82%と二倍近くになった。デフォルトの選択肢がなかった統制条件では、オプト・アウト条件と同程度で統計的な差はなく、79%の人が臓器提供することに同意選択していた。この結果からも、デフォルトの選択肢が同意率に与える影響がいかに大きいか分かる。彼らは、アメリカではすべての州でオプト・イン条件と同じく、臓器提供をしないことをデフォルトの選択肢に設定しているため、臓器提供への同意率が極めて低くなっているという。

さらにヨーロッパの国々の臓器提供同意率について調べたデータをみたところ、オプト・イン条件と同じく、臓器提供しないことをデフォルトの選択肢として提示され、本人がそのデフォルトの選択肢を受け入れず、臓器提供に同意する意志を示すには書類を送るなどの手続きをせねばならない国々では、概して臓器提供への同意率が非常に低くなっていることがわかった。それに対し、オプト・アウト条件と同じく、多くの国民が臓器提供に同意するだろうということを想定して、臓器提供することをデフォルトの選択肢とした国々では、臓器提供への同意率が85%を超え9割近くになっていることがわかった。

私たちが何も考えずにデフォルトの選択肢を受け入れているわけではないが、デフォルト設定が提示されると、その設定が望ましいもの、多くの人が賛同するものだと推測し、デフォルト設定を変更することなしにすましてしまうのだろう。Johnson and Goldstein (2003) の実験結果から、デフォルト設定がなければアメリカの人々は臓器提供に同意する可能性が高いにも関わらず、アメリカ当局が臓器提供に関する同意を尋ねるのにオプト・イン形式をとっているがために、臓器提供同意率を下げているとも考えられる。さらに、デフォルト設定からの変更には手続きが必要となるとそれを面倒に感じ、多くの人はデフォルト維持、現状維持を惰性で選んでしまうだろう。私たちの現状維持バイアス、デフォル

ト設定の維持傾向を考えると、多くの患者を救うような問題に対し、政策決定に携わる者はどのような選択肢をデフォルトにすべきか慎重にならざるを得ない。

## 1-2 原発事故後のエネルギー政策に関する現状維持志向の問題

2011年3月11日、宮城県沖を震源とする日本国内観測史上最大の東日本大震災が起きた。震源地のマグニチュードは9.0、最大震度は震度7であった。この大震災による津波は福島県にある東京電力の原子力発電所をも襲い、放射性物質が放出されるという大惨事に至った。これにより首都圏では電力不足に陥り、震災後の日常生活や産業に大きな支障をきたした。このようなことが起きたことを背景に、日本のエネルギー需要をどのようにまかなうべきかについて世論調査が実施された。

朝日新聞社は2011年4月16, 17日に電話調査を実施した。そこでの「原子力発電は今後どうしたらよいか」という質問で四つの選択肢から回答を選んでもらった結果、「増やす方がよい」5%、「現状程度にとどめる」51%、「減らす方がよい」30%、「やめるべきだ」11%であった。「増やす方がよい」「現状程度にとどめる」を賛成派とし、「減らす方がよい」「やめるべきだ」を反対派とした場合、賛成派が56%で反対派が41%という結果になった。日本の電力の3割を原子力発電でまかなっていると紹介した上で同様の質問をした2007年の過去の調査データでは、「増やす」13%、「現状程度」53%、「減らす」21%、「やめる」7%で、反対派の合計は28%にとどまっていた。賛成派は2年前の結果と大きく変わっていないが、一連の事故を受けて、反対派が増えた可能性が読み取れる。

また、2011年4月1日から3日に実施された読売新聞社の電話調査による世論調査では、「現在、日本の電力の3割近くは原子力発電によるものだ」と紹介した上で、「今後、国内の原子力発電所をどうすべきだと思うか」をたずね、四つの選択肢から回答を選んでもらった。その結果、「増やすべきだ」10%、「現状を維持すべきだ」46%、「減らすべきだ」29%、「すべてなくすべきだ」12%となった。「増やすべきだ」「現状を維持すべきだ」を賛成派とし、「減らすべきだ」「なくすべきだ」を反対派とした場合、賛成派は56%、反対派は41%であった<sup>1</sup>。

---

<sup>1</sup>朝日新聞と同じような結果を得ているが、読売新聞社に関しては、被災地のうち被害が大きかった岩手、宮城、福島の一部地域を調査対象から除いてあった。

原子力発電所の大惨事が私たちの健康に影響することを考えれば、反対派が増えた点には納得がいく。その一方で、現状維持を含む賛成派が多数派を占めていることは注目に値するだろう。「増やす」「現状維持」を支持した人は、おそらく石炭、石油資源のない日本が震災後の復興を遂げるには、原子力発電に頼らないエネルギー資源獲得は困難である、と考えたり、原子力発電をなくした場合の電力不足などを考慮してそのような意見を表明したのかもしれない。

原発事故から3年が経過した2014年3月15、16日に朝日新聞社が実施した世論調査では、原子力発電所の再稼働について、賛成派が28%で反対派が59%で、反対派が賛成派を大きく上回った。また、原発を段階的に減らし、将来はやめる脱原発については、賛成が77%で反対の14%を大きく引き離れた。2014年の調査では原発反対派が多数を占め、事故直後の世論調査とは結果が変わってきていることが読み取れる。これは、事故直後は、原子力発電に依存せずに現状の暮らしを維持できるのかわからないでいたが、事故後、省エネルギー政策で夏の電力需要を抑えることができたり、原子力発電が停止した状態で日常が送れることがわかったことで、原発反対派が増えていった可能性が考えられる。しかし、2014年の時点では原子力発電が停止していることが「現状」になっているため、その現状を維持する傾向が見られるとも考えられる。原発事故直後は、現状維持を含む賛成派が多数派を占めていたのに対し、事故から3年経った時点での調査では、反対派が賛成派を大きく上回ることになるが、いずれの調査でも「現状維持派」が多数を占めていることは、私たちに現状維持傾向があることを如実に表していると言えるだろう。

### 1-3 格差社会に対する現状維持志向の問題

高度経済成長期から安定成長期まで、日本は一億総中流社会と呼ばれていた。しかしその後、社会経済状況が変化し、格差、不平等問題が浮かび上がり、ついには中流崩壊とまで言われるようになった。社会問題の一つとして指摘される格差社会とは、主に社会的地位、教育、経済の3つについてだが、これらについて社会学的視点、経済学的視点からの問題提起、格差是正に向けた解決策の提案がなされている。そのような中、社会心理学の分野では、人々が格差、不平等問題を是正すべきであるという一般論を支持する一方で、格差を容認する心理に自身の気づかぬうちに支配されているため、現行の社会システムを

変革することには大きな困難が伴うことが指摘されている(池上, 2009, 2010; Kay & Jost, 2003)。

欧米の研究では、「貧乏でも幸せな人」「裕福だが幸せでない人」というような相補的ステレオタイプに一致する事例を見せられると、「貧乏で不幸せな人」「裕福で幸せな人」というような非相補的ステレオタイプの事例を見せられるよりも、社会の現状を公平だと知覚する平等幻想が見られることが報告されている(Kay & Jost, 2003)。相補的ステレオタイプとは、「ある次元でうまくいっている者は、別の次元ではうまくいかない」という暗黙の信念のことである。このような信念をもつことで、ある次元で社会に格差や不平等があっても、別の次元でつり合いがとれるようになるという期待が生じ、この世の中は公正であるという幻想を抱くようになり、現行の社会システムがもつ不条理が見えにくくなると考えられている。Kay and Jost (2003) の結果は、相補的ステレオタイプによって、平等幻想が生成され、格差を生み出す現行の社会システムが正当化されることを示している。

我が国においても、池上(2009) は、能力次元と人柄次元の相補的ステレオタイプ（「有能だが人に嫌われている成功者」「無能だが人に好かれている失敗者」）を用いてある人物の印象評定をさせ、その人物の幸福度の推測をさせると、成功者と失敗者の幸福度は変わらないという平等幻想に基づく認知が生成され、現行の日本の社会システムを肯定的にとらえること（「概して日本の社会は公平である」と思う）を示した。

相補的ステレオタイプが生み出す平等幻想によって、現実社会の不条理は見えにくくなり、格差を生み出す社会システムが支持されるようになる。その結果、格差是正に向けて現状を変えようとする社会変革は抑制され、格差社会を容認する現状が維持されることが考えられる。すべての人が平等に富と幸福を享受できる社会が理想かもしれないが、相補的ステレオタイプがもたらす平等幻想と人々の現状維持志向をあわせて考えると、格差や不平等を解消することの困難さがうかがえる。

## 2. 現状維持傾向を支える心理的メカニズム

### 2-1 現状維持バイアスとは

前節では、現状に特に大きな問題がないと認知したとき、私たちは現状を維持しようとする傾向があることをみてきた。現状を維持しようとするこの傾向は現状維持バイアスとよばれている(Samuelson & Zeckhauser, 1988)。Samuelson and Zeckhauser (1988)の研究では、個人や経営者、政策決定者の直面する意思決定課題を描写した質問紙を用意し、現状維持バイアスが様々な状況で頑健に生じることが示されている。

私たちの日常は意思決定の連続であるが、その意思決定の中には、生死にかかわるような決断から日常の買い物での購買意思決定など、さまざまな質のものが含まれている。さまざまな質の意思決定ではあるが、たいていの意思決定は、現状維持か現状変更かの選択と捉え直すことが可能である。また、現状としての選択肢をAとした場合、現状変更の選択肢はそれ以外のもの全てであり、無数にあるとさえ言えるが、本論文では、現状としての選択肢Aと現状変更の選択肢B、この二つの選択肢間で生じる現状維持と現状変更の問題に限定して実証的に検討する。

本論文では、現状としての選択肢Aと、それと同じような選択肢だが、ある側面において選択肢Aよりも優れている選択肢Bがあった場合、現状の選択肢Aの方が選択肢Bよりも高い確率で選ばれる現象を現状維持バイアスと定義する。Anderson (2003) は、現状維持バイアスが見られたかどうかの基準として、次の二つを挙げている。第一に、多くの人々は、連続する意思決定状況において、最初の決定を繰り返す。第二に、選好が変わっていたとしても、このことが生じる。現状とは、今ある状態と言えるが、もともとは過去のある時点で選択したものである。それゆえ、現状に満足している状態とは、過去の選択経験をポジティブに捉えていること（ポジティブ先行経験）を意味し、現状に不満を感じている状態は、過去の選択経験をネガティブに捉えていること（ネガティブ先行経験）を意味する。

現状に満足していて現状維持を選択することには大きな問題はないが、現状に不満足であるにもかかわらず(選好が変わったにもかかわらず)、現状維持を選択しているとしたら、それは、得るべきものを逃してしまっている問題状況と言えるだろう。現状に不満でも現状維持バイアスが生じるのは、人々が不行為 (inaction)、行動しないことを好むためであ

ると言われている(Anderson,2003; Ritov & Baron, 1992)。

現状維持よりも現状変更をした方が望ましい結果が得られそうであるにもかかわらず、現状維持を選択してしまう現状維持バイアスは、報酬は大きいがリスクを伴う選択肢を選ぶことや、これまでとは違った新しい可能性にチャレンジしてみることを抑えてしまうことにもなるだろう。これは、得られる可能性があるものを得るチャンスを自ら逃していることになり、望ましくない状態であるとも言える。また、人は長期的に過去を振り返った時には、現状維持の選択をしたことや、何も行動や変化を起こさなかったことを後悔しがちであることを考えると、環境の変化が生じて現状維持では問題が生じそうな場合や、現状の選択肢に不満を抱えている場合には、現状維持バイアスから抜け出す必要があるだろう。

本論文では、現状変更した方が確実にポジティブな結果が得られる状況があるのに、現状維持をしてしまう現状維持バイアスを問題として扱い、現状維持バイアスの心理メカニズムをまとめ、現状維持バイアスの低減策について検討することを目的とした。そのためにも、本論文では、意思決定状況を、現状の選択肢と、現状とは異なる選択肢の二者択一に限定して、現状維持がどのようにして生じるのか現状維持バイアスの心理メカニズムを議論する。

## 2-2 現状維持バイアスの心理メカニズム

新しいものを取り入れず、今ある現状を保ち続ける現状維持傾向は、イノベーションを起こし発展する社会においては停滞をもたらす。本論文は、停滞をもたらす現状維持傾向から抜け出す方法について検討することを目的としている。ここでは、現状維持バイアスがどのようにして生じるのかを議論し、現状維持バイアスの心理メカニズムを明らかにすることで、現状維持バイアスから抜け出す方策を探る。

日常生活では、選択を先延ばしにしたり、選択しないことによって、結果的に現状維持になってしまうことがある。本論文では、このような「結果としての現状維持」ではなく、「選択する」選択肢の一つとして、現状維持を扱う。すなわち、現状維持か現状変更かという二つの選択肢がある意思決定状況を用いて、現状維持傾向とそれを回避する方法について検討する。

現状維持の選択肢と現状変更の選択肢があったとき、現状維持の選択肢にも現状変更の選択肢にも、それぞれ様々な側面において良い点と悪い点がある。そのような良い点、悪い点を考慮して、全てを足し合わせることで、その選択肢に対する総合的な評価がなされるだろう。本論文は、現状維持の選択肢と現状変更の選択肢を総合評価で比較し、どちらを選ぶのか、という選択状況を検討する。このとき、現状変更の選択肢が現状維持の選択肢よりも少しでも優れていれば、現状変更するのが合理的な人間の意思決定だと考えられる。

しかし、心理学や行動経済学の先行研究によると、人は、経済学が仮定する合理的な意思決定者とは異なる選択をすることがわかっている (Kahneman, Solvic, & Tversky, 1982; Simon, 1983)。現状維持か現状変更かの選択に直面した意思決定者は、現状変更をしたことで現状を失うことを後悔するだろうと想像し、その損失と後悔を回避しようとして(損失回避、後悔回避)、現状維持を選ぶ傾向がある。これは現状維持バイアスと呼ばれ、頑健な現象として示されている (Samuelson & Zeckhauser, 1988)。現状維持バイアスは、経済学から生まれた合理的な意思決定の立場からは、理論の枠組みからもれ落ちるにもかかわらず、よく観察される行動傾向と説明されてきた。いわば、「人間特有のおかしな行動」とも言える。

その人間特有のおかしな行動意思決定を記述する理論として、プロスペクト理論 (Kahneman & Tversky, 1979) や後悔理論 (Bell, 1982; Loomes & Sugden, 1982) がある。プロスペクト理論は、心理学を基礎とする認知的な立場から提案され、選択肢の価値評価は、参照点と呼ばれる基準点との比較で決まるとされている。これは、視点を変えると、選択肢の価値評価が、もし違う選択をしていたらどうなっていたか、ということと、今、所有している選択肢との比較によって決まるということにもなる。後悔理論は、現実とは異なる想像上の結果と現実との比較、つまり、反実思考(counterfactual thinking) を基礎にして成り立っている。

現状維持バイアスをプロスペクト理論(Kahneman & Tversky, 1979)から説明するとき、損失回避(Kahneman & Tversky, 1984; Thaler, 1980)の心理が働くことを前提としている。プロスペクト理論によれば、現状は参照点として働き、現状変更による損失は、現状変更による利得よりも重みづけられるという。そのため、損失を回避しようとする不確実性下の意思決定で、人々は現状維持へと方向づけられるのである。

現状維持バイアスは後悔理論からも説明されることがある(Bell, 1982; Kahneman & Tversky, 1982)。Kahneman & Tversky (1982) によれば、人は、同じ程度に悪い結果であった場合、何もせずにいた結果の失敗よりも、新しくとった行動の結果の失敗の方が、後悔を強く感じるという。このことを Kahneman & Miller (1986) による規範理論(norm theory)で言えば、新たにとった行動によって引き起こされる悪い結果は、何もせずにいた結果よりも想像しやすく、予期される感情反応も強くなると言える。これに対し、何もせずにいたことによる悪い結果は想像しにくいいため、予期される感情反応は弱くなる。この結果、意思決定者は、新しくとった行動によって感じるかもしれない後悔（現状変更による後悔）を避けようとして、現状変更よりも現状維持を選択しがちになると考えられる。

次章では、現状維持と後悔の関係、そして現状維持と予期的後悔の関係について議論しつつ、先行研究をまとめ、本論文の仮説を導出していく。

## 第2章 後悔について

### 1. 現状維持と後悔：後悔を避けようとして 現状維持をするが、 長期的には現状維持することが後悔につながる

本論文では、現状としての選択肢Aと、それと同じような選択肢だが、ある側面において選択肢Aよりも優れている選択肢Bがあった場合、現状の選択肢Aの方が選択肢Bよりも高い確率で選ばれる現象を現状維持バイアスと定義した。この現状維持バイアスと後悔について、旅行先の選択を例に考えてみる。

例えば、ある夫婦が毎年の旅行でどこに行くかを考えているとしよう。せっかく長期休暇をとって出かけるのであれば、失敗はしたくないと思うのは当然である。このとき、以前に行ったことのある場所、例えば九州にするか、今まで行ったことのないイタリアにするかで迷っているとしよう。仮に次のような魅力をそれぞれに感じているとする。九州のよいところは、日本語が通じると言う点で安全面に問題はない、温泉がある、海の幸と山の幸の両方が美味しい、移動時間も短く時差ボケもしない。イタリアのよいところは、英語も通じないところに行けばまさに異文化に触れられる、ヨーロッパの歴史文化がある、イタリア料理の本場の味が楽しめる、一二週間のまとまった休みがとれないとなかなか行けない。もし、毎年の旅行はこれまで行ったことのないところに行く決めていたのであれば、この二つの選択肢で迷うことはないだろう。しかし、以前、九州に出張で行き、とてもいいところだったのでまたいつかゆっくりと旅行をしたいと思っていたとしたら、九州という選択肢は現状の選択肢として働く。行ったことのないイタリアも魅力的に思えるが、実際に行ってみない事には自分が気に入るのかどうかはわからず、不確実性が伴う。もし、イタリアに行って嫌なことがあったとしたら、九州にしておけばよかったと思うだろう。もちろん、反対に九州に行って以前と比べてがっかりするようなことがあったら、イタリアにすればよかったと思うだろう。しかし、問題となる現状維持傾向は、意思決定の結果がよかったのか悪かったのかを知る前に生じるものである。結果が分かる前に意思決定者はどのように考えるのか。

意思決定として現状維持が選択されやすくなることは、後悔理論からも予測される(Bell, 1982; Kahneman & Tversky, 1982)。Kahneman and Tversky(1982)によれば、人は、

同じ程度に悪い結果であった場合、何もせずにいた結果の失敗よりも、新しくとった行動の結果の失敗の方が、後悔を強く感じるという。例えば、さきほどの旅行先的意思決定でも、旅行先で腹痛に襲われ、その後何日か食事を楽しむことができないという惨事が起きた場合を考えてみよう。そのような腹痛が九州旅行で起きた場合と、イタリア旅行で起きた場合とでは後悔の強さが異なるというのが、後悔理論からの説明である。現状の選択肢である九州よりも、新しくとった選択肢であるイタリアの方が、後悔が浮かびやすくなる。「長時間の飛行機や時差ボケで体調がよくなかったからだ…国内の九州にしておけばよかった」とか、「ヨーロッパの水は自分には合わないのかもしれない…国内の九州にしておけばよかった」というようにいつもと違う点に注意が向かいやすく、そこから後悔が生じやすくなる。つまり、現状の選択肢にしておけばそのような問題は起きなかったのではないかという推測が生じやすくなり、後悔の強さに違いが見られると考えられる。それゆえ、新しい事をして失敗した場合に感じる後悔を避けようとする、現状維持バイアスが引き起こされると考えられる。これは、後悔という感情を避けようとした意思決定の結果として生じる現状維持バイアスである。

また、**Kahneman and Tversky(1979)** のプロスペクト理論によれば、現状は参照点として働き、現状変更による損失は、現状変更による利得よりも重みづけられるという。そのため、損失回避しようとする不確実性下の意思決定で、人は現状維持へと方向づけられると考えられる。つまり、九州に行くことをやめ、イタリアに行く場合を想像したときに、以前の九州でのよい経験を再体験する機会を失うこと(=損失と考えられる)の方が、初めて行くイタリアでのすばらしい経験を得ること(=利得と考えられる)よりも、心理的な反応が大きくなるということである。人は自分が所有しているものを失うことを恐れるため、現状維持の選択肢である九州での経験を失うことを恐れ、九州が選択されやすくなると考えられる。

人々が、所有しているものへの価値を高く見積もるのは、セイラーが命名した所有効果(endowment effect; Thaler, 1980) が働いているからである。所有効果とは、人々があるものや状態を実際に所有している場合には、それを持っていない場合よりもそのものの価値を高く評価することをいう(Kahneman, Knetsch, & Thaler, 1990; Knetsch, 1989; Thaler, 1980)。

概して人は、自分が得たものを所有したいと考えがちである。他人から見ればガラクタに過ぎないような物であっても、所有者にとってはそのようには感じられないのだ。

そのため、あるものを売って手放すとしたら、いくらでその埋め合わせができるのかという価値判断は、同じものに対してそれを購入し得ようとする人が支払ってもよいと思える金額を上回る傾向、所有効果が生じる。

Carmon and Ariely (2000) は、所有効果に関する研究に基づき、人が何かを所有すると、他の人よりもその所有物を高く評価すると予測し、デューク大学の熱烈なバスケットボール・ファンたちが試合観戦のチケットをいくらと評価するかを尋ねる研究を実施した。具体的には、何日もの間テントをはって順番の列に並んで抽選に当たり、やっとの思いでチケットを勝ち取った学生は、同じだけ熱心に並んだにもかかわらず抽選にはずれてチケットを勝ち取れなかった学生よりも、チケットの価値を高く評価するのかどうかを電話調査により調べた。抽選にはずれてチケットを得られなかった学生には、もし、チケットを譲り受けて買うとしたら、最高額としていくらまで出せるかを尋ねた。それに対し、抽選に当たりチケットを勝ち取った学生には、そのチケットを売るとしたら最低額としていくらもらったら売ってもいいと思うかを尋ねた。その結果、チケットがはずれた学生たちは、一枚に約 170 ドル支払う意志をみせたのに対し、チケットが当たった学生たちは、一枚に約 2400 ドルを要求した。売値の平均額(2400 ドル)は、買い手の希望額(170 ドル)のほぼ 14 倍にもなった。

Carmon and Ariely (2000) の研究で、チケットの売値と買値にこれだけの差が見られたのは、まさに抽選に当たりチケットを所有する者とそうでない者との間に生じる所有効果によるものであった。売値が高くなるのは、自分が所有する試合チケットに愛着を感じることに、売ることによって得るお金で手に入るかもしれないもの(例えば洋服や靴を買うこと)よりも、売ることによって失うもの(試合を観たという思い出を失うこと)に注目してしまうこと、取引相手である買い手も自分と同じような気持ちで価値判断をすると思ってしまうことが原因と考えられる。

所有効果と現状維持バイアスは異なる現象ではあるが、両方ともその背景にある心理プロセスは損失回避傾向で同じである。所有効果と現状維持バイアスは、Kahneman & Tversky (1979)のいう損失回避の具体的なあらわれともいえる。所有しているものを売って手放すということは損失であると感じられ、それを買って手に入れるということは利得であると感じられるからである。後悔理論による説明も、プロスペクト理論による説明も、現状維持を選択することを、損失を回避しようとする不確実性下で、後になって感じるだろう後悔についてシミュレーション予期した結果、その後悔を避けようとする意思決定と

位置付けられる。

本論文では、後悔を避けようとして現状維持を選択しても、新しい行動を起こさないでいる現状維持や、何もしないでいる現状維持は、長期的には後悔をもたらす点について考えていきたい。例えば、人が死ぬ前にどんなことを後悔するかと言えば、「健康を大切にできなかったこと」「自分のやりたいことをやらなかったこと」「遺産をどうするかを決めなかったこと」「会いたい人に会っておかなかったこと」「自分の生きた証を残さなかったこと」といったことを後悔するようである(大津, 2009)。これらの後悔の例からもわかるように、「～しなかったこと」といったように、行動を起こさなかったことを、人は死ぬ前に後悔しがちのようである。死が近づき人生を振り返ったとき、行動を起こさずにいる現状維持を人は悔やんでしていると解釈できる。現状維持という選択は短期的には大きな失敗や後悔を避ける適応的な選択かもしれないが、長期的には後悔をもたらす不適応な選択とも言えるだろう。

後悔の定義から現状維持について考えてみると、後悔が現状に対する不満と密接に関係していることがわかる。後悔とは、現状は違う決定をしていればもっとよかったと思う感情で、決定に関する回顧的評価を反映した否定的な感情である、と定義されている(Zeelenberg & Pieters, 2006)。後悔には、明確な自責の念と、現状を変えたいという強い希望が伴っている。後悔を感じているとき、人は現状に対して不満をもっており、そのような現状を引き起こした自分を責めている。

## 2. 後悔と予期的後悔：後悔には過去志向の後悔と未来志向の後悔がある

既述してきた現状維持バイアスでは、過去の失敗に対して感じる後悔ではなく、未来の失敗を避けようとする予期された後悔が、現状維持を生じさせるとされている。ここでは過去に対する後悔と未来に対する予期的後悔について説明し、それぞれの働きについてまとめていく。

後悔は、基本的には過去を解釈する働きをし、過去志向的な(retrospective)感情と言えるが、未来の失敗を避けようとするとき、未来に働きかけるため、未来志向的(prospective)な感情とも言える。つまり、後で後悔しないような意思決定をしたいと思ったとき、私たちの頭には後悔が予期される。そのような後悔は未来に働きかける未来志向的(prospective)な後悔と言え、過去志向的な後悔と区別される必要があるだろう。本論文では、未来志向の後悔を以後「予期的後悔」とよび、過去志向の後悔を「後悔」とよぶ。

後悔だけでなく、他の感情についても、行動や意思決定の結果から生じる「感情(emotion)」と、行動や意思決定の前に生じる「予期された感情(anticipated emotion)」がある。

「感情」と「予期された感情」の違いとしては、感情は行動の結果として経験されるものであるのに対し、予期された感情は、行動に働きかけ、行動の変化をもたらすという点が挙げられる(Baumeister, Vohs, DeWall, & Zhang, 2007)。また、感情と予期された感情では、次のように異なるとされている。感情経験は、行動の結果として生じ、認知的な分析を通じて、こういう状況ではどう行動するのがよいのか人々に考えさせる。そして、時間が経過してその感情経験が過去のものとなり、類似した状況が次に起きた時、過去の感情経験から抽出された教訓が、感情の予期を生じさせる。そこで予期された感情が行動意思決定に影響し、次の行動の変化をもたらす。

## 2-1. 後悔の働き

後悔は、「もし、～だったなら、もっとよかったのに」と考える上向きの反実思考を用いてメンタルシミュレーションし、選択しなかったものの想像上の結果と、選択したものの結果を比較することで生じる (Kahneman & Tversky, 1982, Zeelenberg & Pieter, 2006)。つまり、反実思考によって生じると言える。

後悔と似た感情である落胆もまた反実思考によって生じると言われているが (Zeelenberg, van Dijk, van der Pligt, Manstead, van Empelen & Reinderman, 1998)、後悔と落胆はどのように異なるのだろうか。後悔は、実際の結果と、他の選択肢を選んだ場合に得られたであろう反実思考に基づく結果の比較から生じるのに対し、落胆は、実際の結果と事前に予期していた結果を比較して生じる (Loewenstein & Lerner, 2003)。後悔は、選ばなかったが選べたはずの他の結果と、選んだものの結果を比較して生じる感情であるため、後悔を感じるような出来事では、自分がその出来事を引き起こしたというコントロール感や責任がより大きく感じられる。他方、落胆を感じるような出来事は自分のコントロールを超えたところで予想外に生起しており、自分がその出来事を引き起こしたという感覚は強くない。また、後悔と落胆とでは、意思決定でネガティブな結果が生じた後の行動への影響も異なる。後悔を感じているときには、どう行動していたらうまくいったのかがわかり、未来の類似状況で失敗しないようにできる。しかし、落胆を感じているときには、ネガティブな結果に対するコントロール感がないため、未来の類似状況でどう行動したらよいかまではわからない。

後悔と落胆の違いを踏まえ、「人がなぜ後悔するのか」ということを考えると、後悔には私たちが生きていくのに役立つ働きがあるからではないかと考えられる。そして、過去を振り返り、過去の判断の誤りに対する原因をつきとめ、同じ誤りを繰り返さないようにするため、人は後悔するのではないかという考えに至る。過去を変えることはできないが、未来は変えることができるため、人が過去を振り返って後悔をするのは、未来を操作し、同じ誤りを繰り返さないようにするためなのではないか。

確かに、後悔は痛みを伴う感情で、長い期間にわたって私たちに悩まし、精神的にも健康的にも悪影響を及ぼすことさえある。そのため、多くの人は後悔をできるだけ避けようとする。しかし、後悔や反実思考は、どうしたらその問題を避けられたのか、どうやっていたらうまくいったのか、ということを教えてくれるため、後悔を避けようとするよりも、

後悔をうまく使う方がよいかもしれない。実際にいくつかの研究では、後悔に、誤りから学習させる機能が備わっていることが明らかになりつつある(Coriceli, Critchley, Joffily, O' Doherty, Sirigu, & Dolan, 2005; Epstude & Roese, 2008; 小宮・渡部・楠見, 2010, Markman, McMullen & Elizaga, 2008; Roese, 1994)。

例えば、Roese (1994) では、実験参加者に2回のアナグラム課題を課し、1回目の課題成績が悪かったと伝え、どうやっていたらうまくいったと思うかについて上向きの反実思考を用いて次の課題での問題解決方法について考えさせた。その結果、そのような反実思考をした参加者は、それをしなかった参加者よりも2回目の課題成績が上昇した。この成績向上は、参加者が1回目の課題取り組みについてどうしたらもっとうまくできたのかを考え、それを2回目の課題取り組みにいかした結果と考えられる。この結果は、反実思考が経験からの学習に役立つことを示している。

また、Nasco and Marsh (1999) は、学生の試験成績に対する反応を調査し、一か月後の試験成績で成績向上が見られるかどうかを調べた。学生は、最初のテストの成績を知ったすぐ後に頭に浮かんだ反実思考を書き記すよう求められた。その結果、一ヶ月後の二回目のテストで成績上昇が見られたのは、一回目のテスト後に「～さえしておけば、～さえしなければテストの結果がもっとよかったかもしれない」という上向きの反実思考をした学生であることがわかった。上向きの反実思考で反省した学生ほど、自分の学習習慣を変えるなどして状況を改善する行動をとっていたことが明らかになった。

Cammille, Coricelli, Sallet, Paradat-Diehl, Duhamhel, and Sirigu (2004) は、報酬や比較に反応する眼窩前頭皮質を損傷した患者と健常者のギャンブル課題の取り組みを比べることで、後悔を感じるのには眼窩前頭皮質が関わっていること、後悔が経験からの学習に役立っていることを明らかにした。連続したギャンブル課題として、高リスク高報酬(200 得る可能性は 20%、-50 の可能性は 80%)のギャンブルと、低リスク低報酬(50 得る可能性は 50%、-50 の可能性は 50%)のギャンブルを用意し、参加者にどちらのギャンブルにするかを最初に決めさせた。スクリーン上でルーレットが回り、ギャンブルの結果を知り、そのときの感情を報告するよう参加者に求めた。その際、選択しなかったギャンブルの結果も知らされる条件と、選択しなかったギャンブルの結果は知らされない条件があった。前者は後悔を経験させる条件で、後者は落胆を経験させる条件だった。健常者は、高リスク高報酬ギャンブルで失敗すると後悔を報告し、次のギャンブルでは後悔を予期して、後悔しないような低リスク低報酬ギャンブルに変更することがあった。これは後悔経験から学

習するような判断をしていたことを示唆する。それに対し、眼窩前頭皮質の損傷患者は、後悔を報告することもなく、判断の失敗を予期することもなかった。得られる報酬の高さに反応するような判断を繰り返していた。その結果、最終的な利得は健常者の平均が 366.66 に対して損傷患者の平均はマイナス 110 となった。この結果は、眼窩前頭皮質を損傷した患者は、ギャンブルの違いを比較できず、後悔も感じないため、損失状況から改善するような判断をすることがなかったと解釈できる。

これらの知見は、反実思考や後悔に、失敗経験から行動を改善するよう学習させる働きがあることを示している(Commille et al., 2004; Nasco & Marsh, 1999; Roese, 1994)。失敗時に「～しておけばよかった」と後悔することで、「次は～するようにしよう」と行動変容が促進されている。このことから、後悔することは嫌なことだが、後悔を抑えようとするのではなく、後悔したことを活かすことができれば、よりよい意思決定ができるようになると考えられる。つまり、後悔から学習し、次に同じような状況になったときに同じ失敗を繰り返さないようになるだろう。

### 2-1-1 何を後悔するか

私たちの日常は意思決定の連続である。そのため、うまくいく意思決定もあれば、失敗に終わる意思決定もある。失敗に終わった意思決定については、「あのとき、別の判断をしていればよかった…」と後悔を感じることになる。その後悔の中には、はじめは激しく後悔していたが、時間経過、人生経験の蓄積に伴い、のちには「これでよかったのだ」と後悔したことを肯定するようになることもある。逆に、最初はなんとも思っていなかったのに、のちに大きな意味のある失敗に思えるようになり、激しく後悔するようになることもある。そのように考えると後悔の種類は無数にあるように感じられるが、後悔研究によると、人々の後悔の内容や領域を類型化できることがわかってきた。次に、人々がどんなことに後悔しがちなのかを明らかにした研究を紹介する。

## 人生で後悔すること

人々が何を後悔しているのか、後悔の内容については人それぞれだろう。しかし、人々の後悔の内容を調査してみると、後悔する人生領域というものがあるらしいことがわかってきた。Roese and Summerville (2005) は、それぞれ別個に実施され、1989年から2003年までに公刊された欧米の9つの研究の11データを集計し、アメリカ人が後悔する人生領域をランキングにまとめた(表 1-1. 参照)。集計された一連の研究(DeGenova,1992; Gilovich & Medvec, 1994; Hattiangadi,Medvec,& Gilovich,1995; Jokisaari,2003; Kinnier & Metha, 1989; Landman,& Manis, 1992; Landman, Vandewater, Stewart, & Malley, 1995; Lecci,Okun, & Karoly, 1994; Wrosch & Heckhausen, 2002)では、全ての年代の成人に、人生領域を示し、次のような質問をしていた。「もし昔に戻って人生をもう一度やり直すことができたなら、どうしますか?あなたの人生のどこを変えますか?」

**表 1-1. 人生で後悔している領域のランキング (Roese &Summerville (2005) より作成)**

ランク	後悔している人生領域	割合 (%)
1位	教育	32.2
2位	仕事	22.3
3位	恋愛	14.8
4位	子育て	10.2
5位	自己改善	5.5
6位	余暇	2.5
6位	投資	2.5
8位	家族	2.3
9位	健康	1.5
10位	友人	1.5
11位	宗教関連	1.3
12位	近所づきあい	0.95

(注) ランキングは特定の人生領域に焦点を当てて述べられた後悔すべての割合に基づく

Roese and Summerville (2005) はそれぞれの研究で回答者によって挙げられた後悔を 12 の人生領域(仕事、近所づきあい、教育、子育て、家族、投資、友人、健康、余暇、恋愛、宗教関連、自己改善)にコーディングし、その集計結果を割合で算出し、ランキングにまとめるメタ分析を実施した。

その結果、表 1-1. のように上位四つは、教育、仕事、恋愛、子育てとなった。五位以下については割合として小さいため、多くの人に共通する後悔という枠組みでランキングをとらえるならば、教育、仕事、恋愛、子育てについて後悔することが多いと読み取れる。

Roese and Summerville (2005) の研究結果を踏まえて、Roese (2005)は、教育が第一位となった理由として、教育が仕事やお金、名声、権力などさまざまな面につながっているため、「もっと教育を受けていたら自分の人生はもっとよくなっていたかもしれない」と後悔する人が多いのだらうと考察している。具体的な内容を見てみると、教育についてはもっと教育を受けたかったという内容が中心にあった。一方、仕事に関する後悔については、もっとよい仕事を得たかったという場合もあれば、仕事の時間を減らしたかったという場合もあった。また恋愛については、悲劇的な内容のものからあまり重要でないようなものまでさまざまあるという。第四位の子育てについては、幼い子どもたちと一緒に過ごす時間がとれなかったという後悔と、子どもを作るのが早すぎたという後悔の二種類が多かった。

このランキングにまとめられた後悔には、痛みの強いものから弱いものまでさまざまなものが含まれているだらう。しかし、ここに挙げられた後悔はさまざまな世代の後悔だとしても、おそらく現状にはそこそこ満足している人の後悔であって、不幸のどん底にいる人の後悔でもなければ、死を目前に控えた人の後悔でもない点を考慮して結果を解釈する必要があるだらう。後悔は過去を振り返ったときに生じるが、人が人生の最後に過去を振り返るとき、どんなことを後悔するのだらうか。終末期医療の専門医の大津秀一氏は、多くの患者の死を見届け、死ぬ間際に人はどんなことを後悔するのかを本にまとめている。

## **死ぬときに後悔すること**

大津氏は、緩和ケアと呼ばれる、主のがんの末期の患者の心身の苦痛を取り除く仕事をしている。その仕事の中で見届けてきた患者たちは、何らかの「やり残しの後悔」を抱え

ていることを知った。後悔の内容、程度は人それぞれだが、多くの患者と接していると、人が人生でやり残してしまう後悔にはそれほど違いがないのではないかという考えに至った。彼は、医者として終末期に誰もが必ず後悔することを前もって紹介することで、健康なうちからやるべきことに気をつけることができるようになるだろうという思いのもと、多くの人に共通する 25 の後悔を一冊の本にまとめた (表 1-2. 参照)。ここにまとめられた「やり残しの後悔」から後悔しない人生を送るためのヒントが得られるだろう。

25 の内容を見ていくと、健康・医療、宗教・哲学のカテゴリーの中には、死について考えざるを得ない状況の人々が抱く後悔の特徴が色濃く表れている。しかし、「自分のやりたいことをやらなかったこと」「夢をかなえられなかったこと」といった心理カテゴリーのものや、「記憶に残る恋愛をしなかったこと」「子どもを育てなかったこと」などの人間関係カテゴリーのものは、Roese and Summerville (2005)がまとめたランキングとも共通する後悔である。

この結果から重要な点は、自分の人生や過去を振り返ったときに思い浮かぶ後悔の内容をみると、多くが「やり残しの後悔」である点である。何か過ちを犯してしまったこと、すなわち「やってしまったことの後悔」があってもよさそうなものだが、後悔の内容を見ると「やり残しの後悔」を挙げる人が多いのはなぜなのだろうか。やり残したことを後悔しているということは、何かすべきだったのに行動を起こせずにそのままいたことを悔やんでいると解釈できる。つまり、すべきことを先延ばしにするという現状維持をしてきたことが後悔されていると言える。人生を振り返るような時や死に直面している時には現状維持してきたことが愚かだったと感じるのかもしれない。しかし、人生を振り返るような時ではなく、現状維持を選択しているまさにその時には、現状維持という選択がのちに後悔をもたらすような愚かな選択だと気づくことは難しい。現状維持をするか、現状変更をするかを決めなければならない状況で、もし、すべきことを先延ばしにする現状維持をした場合の後悔が予期されるならば、何らかの行動をとるよう動機づけられ、結果としてより良い方向への変化、成長、豊かな人生がもたらされるだろう。人生を振り返るときに、やり残しの後悔を経験することが多いのはどうしてなのかという問題は、後悔の構造的特徴から考える必要がある。

表 1-2. 死ぬときに後悔すること（大津（2009）より作成）

カテゴリー	後悔していること
健康・医療	1) 健康を大切にできなかったこと 2) たばこを止めなかったこと 3) 生前の意思を示さなかったこと 4) 治療の意味を見失ってしまったこと
心理	5) 自分のやりたいことをやらなかったこと 6) 夢をかなえられなかったこと 7) 悪事に手を染めたこと 8) 感情に振り回された一生を過ごしたこと 9) 他人に優しくできなかったこと 10) 自分が一番と信じて疑わなかったこと
社会・生活	11) 遺産をどうするかを決めなかったこと 12) 自分の葬儀を考えなかったこと 13) 故郷に帰らなかったこと 14) 美味しいものを食べておかなかったこと 15) 仕事ばかりで趣味に時間を割かなかったこと 16) 行きたい場所に旅行しなかったこと
人間関係	17) 会いたい人に会っておかなかったこと 18) 記憶に残る恋愛をしなかったこと 19) 結婚をしなかったこと 20) 子どもを育てなかったこと 21) 子どもを結婚させなかったこと 22) 愛する人に「ありがとう」と伝えなかったこと
宗教・哲学	23) 自分の生きた証を残さなかったこと 24) 生と死の問題を乗り越えられなかったこと 25) 神仏の教えを知らなかったこと

## 2-1-2 後悔の構造的特徴：行為後悔と不行為後悔

私たちは、やってしまったことを後悔することもあれば、やらなかったことを後悔することもある。しかし、Roese and Sumerville (2005) や、大津 (2009) がまとめた人生における後悔を見てみると、やらなかったことを後悔しがちのようである。私たちは、人生を振り返ったときに、やったことに対しては後悔することがあまりないのだろうか。それとも、後悔したとしてもそのこと自体を忘れてしまっているのだろうか。

後悔研究では、後悔の内容構造から、愚かな行動をしてしまったことによる後悔を「行為後悔(action regret)」とよび、賢い行動をしなかったことによる後悔を「不行為後悔(inaction regret)」とよぶ。これまでは後悔研究の中心的な問題として、人々が行為後悔と不行為後悔のどちらをより強く後悔するのか、ということが議論されてきた。

その議論のさきがけともなった研究として、Kahneman and Tversky(1982) の研究を挙げることができる。Kahneman and Tversky(1982) は、株を買い換えずに\$1200 損した投資家ポール氏と、株を買い換えて\$1200 損した投資家ジョージ氏はどちらがより強く後悔を感じているだろうか、という問題をシナリオを用いて人々に尋ねた。実際に用いられたシナリオは以下の通りである。

ポール氏はA社の株を持っていました。彼は数年来、B社の株に買い換えようかと考えてきましたが、そうしないことに決めました。しばらくたって、彼がそのときにB社に換えておけば今より\$1200 多く配当をもらえたことがわかりました。ジョージ氏は、B社の株を持っていました。彼は数年前、A社の株に買い換えました。今やB社の株を持ち続けていたら今よりも\$1200 多く配当をもらえたことがわかりました。ポール氏とジョージ氏のどちらが後悔するでしょうか(Kahneman & Tversky, 1982, p173)。

Kahneman and Tversky (1982) の研究では、92%(N=138)の参加者が、株を買い換えて損をしてしまったジョージ氏であるという回答をした。この結果から言えることは、私たちは、同じ失敗であっても、愚かな行動をとったことによる失敗と賢い行動をとらなかったことによる失敗では、愚かな行動をとったことによる失敗の方がより強い後悔を感じるということだ。Kahneman and Tversky (1982) の研究以降も、多くの研究によって、行為後悔の方が不行為後悔よりも強い後悔をもたらす、という同じ結果が示されてきた

(e.g., Connolly, Ordóñez, & Coughlan, 1997; Gilovich, Medvec, & Chen, 1995; Gilovich, Wang, Regan, & Nishina, 2003; Landman, 1987; N'gbala & Branscombe, 1997; Ordóñez & Connolly, 2000; Ritov & Baron, 1995; 竹村, 1996; 上市・楠見, 2004; Zeelenberg, van Dijk, & Manstead, 1998,2000)。

不行為後悔よりも、行為後悔の方が強いという研究結果が多くの研究から得られているが、このことは長期的な視点で過去を振り返らないことに原因があるだろう。多くの研究に共通する手法は、参加者にシナリオを読ませ、そのような状況では行為後悔と不行為後悔のどちらを強く感じるだろうかと尋ねるものである。この場合、長期的な視点で参加者自身の人生経験を振り返る必要はなく、参加者は、与えられた情報から状況をシミュレーションし、どう感じるであろうかと考える。このような手法とは別に、参加者自身の身のまわりで起きた出来事や人生経験での後悔を尋ねた場合には、やり残しの後悔、すなわち不行為後悔が強いかもしれない。

Gilovich and Medvec(1994)は、シナリオ調査ではなく、電話調査によって人々の後悔を調べた。その結果、シナリオを用いた場合の行為後悔と不行為後悔の結果とは異なる結果を得た。Gilovich and Medvec(1994)は、回答者を電話帳からランダムに選んだ。回答者の平均年齢は 40.3 歳であった。回答者は、電話で「自分の人生経験を振り返ってみた時、あなたが後悔しているのは、すべきでなかったのにやってしまったことに対する後悔と、すべきだったのにやらなかったことに対する後悔ではどちらが多いですか。」と質問された。調査の結果、75%(60 名中 45 名)の回答者が、やってしまったことに対する後悔よりもやらなかったことに対する後悔の方が多いと回答していた。この結果は、Kahneman and Tversky(1982) の研究知見とは異なり、人々はやってしまったことよりも、やらなかったことを後悔していることを示している。

Gilovich and Medvec (1995) は、Gilovich and Medvec (1994) などの一連の研究結果を受け、人は、最近のことを振り返るような短期的な視点に立った時、行為後悔を思い出しやすく、人生を振り返るような長期的な視点に立った時、不行為後悔を思い出しやすいということがわかった。このことを考慮すれば、Gilovich and Medvec (1994) の研究は、今までの後悔研究の知見と一貫した結果を示したものと言える。

さらに、Gilovich, Wang, Regan, and Nishina (2003) は、人生を振り返るような長期的視点に立ったとき、不行為後悔を思い浮かべやすいことが、中国、日本、ロシアでも見られることを確認した。この傾向は、アメリカのような個人主義的文化圏だけでなく、中国、

日本、ロシアといった集団主義的文化圏でも見られるもので、文化を超えた傾向であると考えられた<sup>2</sup>。また、道家(2004)も日本人大学生 70 名（平均年齢 20.8 歳）に対して、最近後悔したことと人生で後悔したことを調査した。最近の後悔と人生における後悔をそれぞれ 3 つ記述するように求め、それぞれの後悔で最も後悔したものがどれかも示すよう求めた。分析には、記述された後悔のうち、最も後悔したものをを用いた。コーディング方法は Gilovich and Medvec (1994) を参考にし、記述された内容を二人のコーダーが、行為後悔、不行為後悔、中間、に分類した。分類の結果は、表 1-3. のようになった。分析の結果、道家(2004)でも、最近の後悔といった短期的視点では、行為後悔が不行為後悔よりも思い出しやすいが、人生における後悔という長期的視点では、不行為後悔が行為後悔よりも思い出しやすいという後悔の時間的変化が見られた。

まとめると、人々は自分の人生を振り返るような長期的視点に立って後悔していることを考えると、やり残しの後悔、不行為後悔が頭に浮かびやすく、最近の出来事を振り返るような短期的視点に立って後悔していることを考えると、やってしまったことの後悔、行為後悔が浮かびやすいと言える。

それでは、なぜ、過去を振り返る視点が異なると後悔の内容が異なってくるのだろうか。これに対しては、二つの方向からの説明が可能である。一つは、ツァイガルニク効果からの説明で不行為後悔が強まり、不行為後悔が思い浮かびやすくなるというもので、もう一つは、心理的免疫システムの働きによって行為後悔が弱まり、不行為後悔が思い浮かびやすくなるというものである。

表 1-3. 時間と後悔タイプの関係（道家(2004)より作成）

時間	後悔			合計
	行為後悔	不行為後悔	中間	
最近	39 (.57)	26 (.38)	3 (.04)	68
人生	14 (.22)	43 (.67)	7 (.11)	64
合計	53	69	10	

1) 数値は人数. 記述の無い 8 名(最近 2, 人生 6 名)を除いた. 2) ( )内数値は各行の周辺度数を分母とした相対度数.

<sup>2</sup> ただし、日本人サンプルに関しては、この傾向がはっきりとした傾向としては認められなかったが、他の文化圏サンプルと合算して、不行為後悔が長期的な視点で人生を振り返るときに見られたと結論が出されている。

## ツァイガルニク効果によって不行為後悔が強まる

長期的視点に立って後悔していることを考えたときに、やらなかったことへの後悔、つまり不行為後悔が浮かびやすいことの原因の一つとして、ツァイガルニク効果 (Zeigarnik effect) と呼ばれるものがある。人々には、未完了の課題についてはよく記憶することができるが、完了した課題については完了するとすぐに忘れてしまう傾向がある。このことを1920年代にツァイガルニクが発見し、ツァイガルニク効果と呼ばれている。ツァイガルニク効果が生じるのは、やるべきことを成し遂げていない状態が続くと、そのことに注意が向き、やるべきことに関連する情報処理がされやすくなるからだろう。そして、一度、そのやるべきことが成し遂げられると、そのことへの注意は向かなくなり、他のことへ注意資源を使うようになる。このように考えると、不行為後悔は、やらなかったこと、未完了の事柄であるため、完了した事柄とも言える行為後悔よりも、注意が向きやすくなっていると考えられる。それゆえ、やらなかった事に対して、「もしそれをやっていたらどうなっていたらどうか…もっと良い結果が得られていたらどうか…」と考えてしまい、不行為後悔が長期にわたって人々を悩ませることになる。

Savitsky, Medvec, and Gilovich (1997) は、後悔の時間的パターンにツァイガルニク効果が重要な役割を果たしていることを主張した。彼らは、大学職員 55 名 (平均年齢は 39.2 歳) に実験に参加してもらい、不行為後悔の方が行為後悔よりも未完了のこととみなされ、反芻されやすいことを示した。参加者は、まず大きな後悔を行為後悔と不行為後悔につきそれぞれ 3 つずつ、想起し、それらの痛みの強さ、完了の程度を評定した。その 4 週間後、追跡調査として再び実験室に来てもらい、4 週間前に想起した後悔を思い出してもらった。またその思い出しやすさについても答えてもらった。その結果、4 週間後に思い出された後悔は、行為後悔よりも不行為後悔の方が思い出される割合が多かった (57.6% vs 75.2%)。また、思い出しやすさについては、75% もの人が行為後悔よりも不行為後悔の方が思い出しやすいと答えていた。さらに、参加者自身によって「未完了である」と考えられていた不行為後悔は、他の後悔と比べて、4 週間後にも正確に思い出されていた。

このことから、未完了の事柄であるやらなかったことの後悔は思い出されやすくなっていることがわかる。やらなかったことの後悔は、やったことの後悔よりも長く続き、何

年もの間、人々を悩まし続けるのにはツァイガルニク効果が関係していると考えられる。

## 心理的免疫システムの働きによって行為後悔が弱まる

前項では、長期的視点で過去を振り返ったときに、不行為後悔の方が行為後悔よりも思い出されやすい理由として、ツァイガルニク効果をあげた。ツァイガルニク効果は不行為後悔を思い出しやすくし、後悔の痛みを強めている可能性がある。しかし、もう一方で、不行為後悔の方が行為後悔よりも思い出されやすい理由として、行為後悔が思い出されにくくなり、弱まっているという可能性も指摘できる。

人は、つらい状況に直面したとき、状況の解釈の仕方を甘くしたり、事実を歪めて解釈したりして、つらい状況を乗り切ろうとする。つらい状況の中に希望を見い出したり、都合良く解釈するのだ。

Gilovich and Medvec (1995) は、短期的には行為後悔が強く、長期的には不行為後悔が強いという後悔の時間的パターンが生じる理由として、行為後悔に対して心理的な不協和を低減させる方略が用いられるためであると考えている。彼らは、行為後悔の対処方略として、a) 心理的対処：失敗したがよい経験になったと自分の行動を正当化することで心理的に不協和を低減する方略、b) 行動的対処：失敗を取り戻す行動をとることで後悔を減少させる方略(行動の改善)、を挙げている。行為後悔に対して、前者の心理的対処をすることは、後悔するような嫌な出来事をポジティブにとらえなおすことを意味している。これには、意識的に後悔するような出来事を解釈しなおす作業が必要になる。

自分自身に生じた不都合を都合よく解釈する心理プロセスは、もちろん、行為後悔の心理的対処のように、意識的、意図的になされるとも考えられるが、Gilbert と Wilson たちの研究グループは、人々の正当化プロセスは本人が意識していなくても、不都合なことが生じた直後に自動的に働きだすと主張している。私たちの身体の免疫システムは、私たちの意識や意図とは別に働き、病原菌の感染を防いでくれている。Gilbert たちは、身体の免疫システムが病原菌から身体を守ってくれるのと同様に、心にも免疫システムが働いて私たちの心が傷つくのを守ってくれると考え、不都合を都合よく解釈する心理プロセスを「心理的免疫システム」と名付けた(Gilbert, Pinel, Wilson, Blumberg, & Wheatley, 1998)。

Gilbert, Morewedge, Risen, and Wilson (2004) は、心理的免疫システムの働きによっ

て、後悔が弱められることを示した。彼らは、半分の参加者には、クイズに僅差もしくは大差ではずれて魅力的賞品を逃したときの後悔の程度を予測させ、残り半分の参加者には、クイズに僅差もしくは大差ではずれて魅力的賞品を逃したときの実際の後悔の程度を報告させた。その後悔の予測値と経験値を比較した。クイズは、スーパーマーケットで売っている7つの商品を値段の高い順に並び替えるというもので、クイズに正解した場合、40ドル相当の賞品がもらえると言われた。参加者は、正しいと思う並び順を二通り作るよう言われ、二つの並び順のうち最終的な自分の答えをどちらにするかを決めた。選択後、予測条件の参加者は、自分の答えが不正解とわかった3分後にどのくらい後悔すると思うかを予測した(後悔の予測値)。経験条件の参加者は、実際に自分の答えが不正解だったことを知らされ、その3分後、どのくらい後悔しているかを報告した(後悔の経験値)。後悔の予測条件も経験条件も、クイズのはずれ方に、僅差と大差の2種類があった。僅差のはずれは、最終的な答えは不正解だが、選択しなかったもう一方は正解だったという場合であった。大差のはずれは、最終的な答えも選択しなかったもう一方の答えも不正解だったという場合であった。実験の結果、大差ではずれた場合は、予測条件も経験条件も同じくらい後悔の程度は弱かった。しかし、僅差ではずれた場合は予測条件の方が経験条件よりも後悔は強くかった。この結果から、特に僅差のはずれの状況では、心理的免疫システムが働き、後悔が弱められた可能性が考えられる。

僅差のはずれでは、うまくいった場合の反実思考がうかびやすく、そのことに注意が向き、選択の結果が失敗かどうかまだわからない段階での後悔の予測値が高くなったと考えられる。しかし、実際に失敗したことがわかったとき、心理的免疫システムの働きにより、後悔は弱められていた。そのため、僅差ではずれた場合でも実際の後悔の経験値は弱くなった。一方、大差のはずれは、うまくいった場合の反実思考がうかびにくいため、最初から後悔の予測値は高く見積もられなかったのだろう。

Gilbert et al. (2004) ではクイズにはずれた3分後の後悔の程度を調べていた。クイズにはずれたことを知った3分後であれば、後悔の心理的対処として、はずれてしまったという結果を「大した問題ではない」と意味づけをする時間が十分にある。しかし、クイズにはずれたことを知った直後であれば、「大した問題ではない」と意味づけをする時間はほぼないに等しい。そこで、道家・村田(2009) は、Gilbert et al. (2004) と同様の手続きを用いた実験を行い、後悔の測定タイミングを変更してクイズにはずれた直後の後悔の程度を調べた。その結果、直後であっても、僅差ではずれた場合の実際の後悔(経験値)は予

測された後悔（予測値）よりも弱かった（図 1-1. 参照）。この結果が示すように、クイズにはずれた直後に後悔が弱まっていることから、後悔に対処するために心理的免疫システムがかなり早い段階から自動的に作動していることが明らかになった。

まとめると、行為後悔に対しては、まず、後悔することが生じた直後から心理的免疫システムが自動的に働き、後悔の程度が弱められる。そしてさらに時間が経過すると、意識的に後悔する出来事をポジティブに解釈されることが考えられる。それに対し、不行為後悔は行為後悔と違って、何も行動を起こしていないため、正当化するべく行動の結果がなく、正当化プロセスが働きにくい。そのため、不行為後悔は行為後悔よりも正当化されることがなく、後悔の程度が弱められにくい。これらのことから、不行為後悔の方が行為後悔よりも思い出されやすいのは、行為後悔が正当化されることで弱まり、思い出されにくくなっているためと指摘できる。

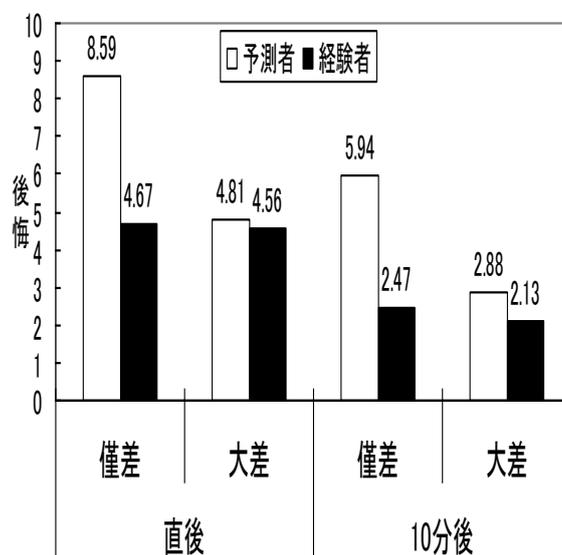


図 1-1. 道家・村田(2009)より作成

### 2-1-3 人生を振り返ったときに不行為後悔を思い浮かべることの適応的意義

ここまで、人生を振り返った場合には、やり残しの後悔、すなわち、不行為後悔を経験することが多いことを見てきたが、最後に、その適応的意義について考えてみたい。人生を振り返ったときに不行為後悔を思い浮かべることが、生存、生き残りに有利に働くのだろうか。

生物が常に環境の変化にさらされていることを考慮すると、やるべきことをやらずにいること、つまり、現状維持は環境の変化への対応の遅れにつながる。一個人が、ある時期に人生を振り返ったとき、やり残してきたことへの後悔を思い浮かべることによって、やり残してきたことや、これまでやってこなかった新しいことに気づき、やるべきことを遂行しようと動機づけられ、環境の変化に応じて積極的に自身を変化させ、環境の変化に適応できるようになるだろう。このことは、現代生活においても生存、生き残りに有利に働くだろう。現状維持を停滞とみなし、たえず変化していくことは、自己の成長をもたらす。環境の変化に適応して成長していく者は、他者からも高く評価され、様々な恩恵を得ることにつながっていくだろう。環境の変化が著しいビジネスの世界で考えてみても、経営者が経営意思決定をする際、これまでを長期的に振り返ったときに、やり残しの後悔、やらなかったことへの後悔を思い浮かべることによって、現状維持から抜け出し、革新的なアイデアが生み出される可能性がある。それは厳しいビジネス界での生き残りを左右することにもなるだろう。

## 2-2. 予期的後悔の働き

誰でも人生を左右するような重大な選択に直面することがある。どの大学へ進むべきか、どんな仕事に就くべきか、いつ結婚するか、家を買うか、など、重大な選択に直面した時、我々はその選択肢を選ぶことで生じる結果を想像して、自分にどのくらい幸せをもたらされるのか、後悔することはないだろうか、と未来に得られるであろう幸せの量を計算する。そして少しでも多くの幸せをもたらしてくれると思える選択肢を選び、後悔しない選択をしようとする。

経済学の分野で言う「期待効用」とは、選択することで得られるだろう幸せの量を指す。そして、期待効用理論では、人が期待効用を最大化する選択をすると仮定されている。幸せの量を最大化する選択とは別に、後悔の量を最小化する選択については、意思決定研究の分野の後悔理論で研究が進められてきた(Bell, 1982; Loomes & Sugden, 1982)。

意思決定研究者たちは、「感情は合理的意思決定を阻害するもの」ととらえてきた。しかし、近年、意思決定における感情の役割を重要視するようになり、意思決定の際の感情の予期は合理的な意思決定をもたらす、という考えが広まりつつある(Loewenstein, Weber, Hsee, & Welch, 2001)。意思決定における感情の中で最も彼らの注目を集めているのが、「予期的後悔」である。

予期的後悔は、行動意思決定に働きかけ、後悔の量を最小化する選択を促す働きがある。後悔を最小化する選択は、言いかえれば、慎重でリスク回避的な選択、安全な選択と言える。例えば、Ritov and Baron (1995, experiment 4)の参加者は、自分が海外の公的な機関の保健担当官で、そこでの駐在期間が終わろうとしているが、自分の地区の子供たちにインフルエンザのワクチンを接種するかどうかを決めねばならない立場にあるとして、シナリオを読んでワクチン導入に関する意思決定をした。その際、不確実な結果として、ワクチン導入後に予期せぬ副作用が生じる可能性がある、と言われていた。実験の結果、「もし、違った決断をしていたらどうなっていたのかも知ることができる。」と言われた結果のフィードバック予期あり条件は、「あなたは、自分の意思決定の結果としてどのようなことが起こるかを知ることにはできない。」と言われた結果のフィードバック予期なし条件よりも、ワクチン接種をして問題が生じた場合の後悔を強く見積もるため、ワクチン接種を控えたことがわかった。つまり、違う決断をしていたらどうなっていたのかを後で知らされると思っていた場合、ワクチン接種をして問題が生じた場合の後悔の予期が最も強まり、その後悔を避けるためにワクチン接種をしないでおこうと判断することが示された。

また、消費者行動の研究では、Simonson(1992) が、消費者にビデオデッキを買った後の後悔を予期させると、後々の後悔を避けるために、選択理由の正当化が簡単にできる有名ブランドの商品を選択することを示した。具体的には、参加者に、自分が選んだものと選ばなかったものの結果を後で知る機会があると思わせることで後悔を予期させた。参加者には、ビデオデッキの買い物場面を想定させ、提示された二つの商品のうちどちらを買いたいと思うか選ばせた。二つの商品情報の基本的な特徴はほとんど同じであったが、ブランドの知名度だけが変えられていた。参加者に商品情報に基づいてビデオデッキを選ば

せた場合、有名ブランドを選ぶか無名ブランドを選ぶかは、半々であった。しかし、「後で消費者調査の雑誌を読んでもらうので、どの商品がよいものであるかを正確に知ることができる」と教示された条件では、自分が賢い選択をしたかどうかを知ることになると参加者は思われ、予期的後悔が導出された。そのため、この条件では、その後悔を避けようとして有名ブランドを選択する人が多かった。これは、消費者は予期的後悔が高まると、安い無名ブランドよりも、有名で高品質とされるブランドを選びがちになることを示している。有名ブランドを選ぶという無難で失敗の少ない安全な選択をすることで、あとで生じるかもしれない後悔を回避しようとしていると解釈できる。

以上の研究から、予期的後悔は、人々に後悔を最小化する選択、または後悔することを避けた安全で無難な選択をさせることが考えられる。Ritov and Baron (1995) や Simonson (1992) での予期的後悔は、後で選択の結果を知らされると教示することで導出された。この実験操作では、選択の失敗の予期と後悔の予期が同時に操作されている可能性がある。失敗の予期と後悔の予期を区別できない場合、後悔の予期ではなく、失敗の予期が後悔を最小化する選択を促した可能性があるため、後悔を最小化する選択をさせるという予期的後悔の働きを主張することは難しくなるだろう。また、結果のフィードバックを予期させるこの操作方法で、予期的後悔を操作できていたとしても、その予期的後悔が、行為(action)の選択を促す不行為後悔なのか、不行為の選択(inaction)を促す行為後悔なのかまではわからない。予期的後悔の内容が選択の方向性（例えば、行為の選択か不行為の選択か、現状維持の選択か現状変更の選択か）を決定するため、予期的後悔の内容を明確にすることは重要である。先行研究には、予期的後悔の内容を明確にして予期的後悔のみを導出する実験操作をしていないという問題が残されている。予期的後悔の働きを示すには、予期的後悔の内容を明確にし、予期的後悔を導出する実験操作が必要である。この点に関しては、次に予期的後悔と現状維持の関係について検討した研究を概観した後で、先行研究の問題点と本論文の目的のところでも再度議論する。

### 3. 現状維持と予期的後悔：予期的後悔の内容が現状維持か否かを定める

意思決定の前に意思決定者が行うメンタル・シミュレーションで、将来の選択結果を想像しているときに感じられる後悔は、予期的後悔と呼ばれる。後悔が、ある選択をしてそ

れが失敗であったと事後にわかり、「別のものを選んでいたらもっとよかったのに」と反実思考したときに生じる感情であるのに対し、予期的後悔は、ある選択をする前のメンタル・シミュレーションの中で行われる反実思考により生じる。

これまでの後悔研究では、現状変更をして失敗した場合の後悔は、現状維持をして失敗した場合の後悔よりも強いとされてきた (e.g., Gilovich & Medvec, 1995; Kahneman & Tversky, 1982; Landman, 1987)。例えば、Landman(1987)は、実験で、毎年恒例の年末旅行で天気が悪い日がずっと続いたとしても、いつもと違う旅行先にしてしまった場合は、いつもと同じ旅行先にしてしまった場合よりも、後悔が強いと推測されることを示した。つまり、同じネガティブな経験であっても、現状維持を選択したことによる失敗よりも、現状変更による失敗の方が後悔は大きいことが明らかになった。このことから、意思決定の前に意思決定者が行うメンタル・シミュレーションでも、現状維持を選択した失敗よりも、現状変更を選択した失敗の方が後悔を強く想像してしまうと言えるだろう。

それでは、なぜ、意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更をして失敗した場合の後悔を強く想像してしまうのだろうか。意思決定者は、現状の選択肢の良い点について熟知しており、現状維持の選択肢の悪い点よりも良い点に注目しがちになるため、現状を維持して失敗するかもしれないと想像することがほとんどない。これに対し、現状変更の選択肢は、未だ手にしていない未知のものであり、良い点だけでなく悪い点も吟味の対象になる。このとき、人は、悪い点に注目しがちであり、判断や評価において重視しやすいことが知られている (Kahneman & Tversky, 1979, 1982)。そうすると、現状変更を選んだら失敗するかもしれないと想像しがちになるだろう。このため、意思決定前のメンタル・シミュレーションでは、現状維持を選んで失敗する状況よりも、現状変更を選んで失敗する状況の方が、後悔を思い浮かべやすく、そして後悔を強く想像しやすいのである。

一方、Inman and Zeelenberg (2002) は、Landman(1987) が示したことは逆の場合もあることを示した。Inman and Zeelenberg(2002)は、決定に対して、正当な理由があれば、いつもと違うことをしてネガティブな結果に終わっても、いつもと同じ選択をした場合よりも、後悔が弱くなる考えた。彼らは、繰り返し選択することが可能な消費者行動の文脈で、商品やサービスのネガティブな経験に関するシナリオ（飛行機、リュックサック、ホテル）を用いて、実験を行った。シナリオ中の登場人物の先行経験の結果（ポジティブ・ネガティブ）と意思決定（現状維持・現状変更）を操作し、選択の結果がわかった

後の登場人物の後悔の程度を推測させた。その結果、先行経験がネガティブな場合は、現状変更よりも現状維持によるネガティブ経験の方が後悔は強く、先行経験がポジティブな場合は、現状維持よりも現状変更によるネガティブ経験の方が後悔は強いと推測されることが示された。Inman and Zeelenberg (2002)は、意思決定に対して正当な理由がある場合（先行経験がポジティブなときに現状維持の選択をする、先行経験がネガティブなときに現状変更の選択をする）は、そのような理由がない場合（先行経験がポジティブなときに現状変更の選択をする、先行経験がネガティブなときに現状維持の選択をする）よりも後悔が弱められると考察した。

Inman and Zeelenberg (2002) は、現状維持もしくは、現状変更を選択して、失敗した場合の後悔が強いと推測される状況を明らかにしたといえる。現状維持・現状変更の選択をして失敗した場合の後悔の程度を推測させたと言う点で、現状維持・現状変更の選択が、予期的後悔に及ぼす影響を実証している。しかし、予期的後悔が現状維持・現状変更の選択傾向に及ぼす影響を明らかにしたわけではない。後悔理論に基づけば、私たちは、現状維持・現状変更の選択で失敗した場合の後悔を想像、推測し、そのようにして予期された後悔を考慮して、後悔を回避するような意思決定を行うと考えられる。つまり、現状変更で失敗した場合の後悔を想像したら、その後悔を回避するために現状維持の選択へと傾くだろう。一方、現状維持で失敗した場合の後悔を想像したら、その後悔を避けるために現状変更の選択へと傾くのではないか。判断前に、どのような後悔を想像するかによって、最終的な判断の方向が現状維持なのか、現状変更なのかと変わってくるだろう。

本論文は、Inman and Zeelenberg (2002) の知見をもとに、たとえ現状維持バイアスが頑健な現象だとしても、現状維持を選択したことによる後悔を強く予期させる条件を設定すれば、その後悔を回避するために、現状変更へ選択を移行させることができると考えた。

ところで、現状維持バイアスは、怠慢バイアス(omission bias; Ritov & Baron, 1990)、不行為のものぐさ(inaction inertia; Tykocinski, Pittman & Tuttle, 1995)と並んで、意思決定回避の一形態と位置付けられている(Anderson, 2003)。Anderson (2003) は、意思決定回避の合理的・感情的モデル(rational-emotional model) の中で、意思決定回避に寄与する要因をまとめているが、意思決定回避の先行因として重要なものの一つに、予期的後悔を挙げている。意思決定者は、意思決定後の後悔を予期し、後悔を最小化しようとして、現状維持を選択したり(Inman & Zeelenberg, 2002)、選択を拒否したりする(Ritov & Baron, 1990)。

後悔には、過去志向的な後悔と未来志向的な予期的後悔があることについては先に触れたが、現状維持を引き起こしているのは、二つの後悔のうちの予期的後悔である。これまでの研究では、予期的後悔が強まると現状維持バイアスが生じると議論されてきたが (Anderson, 2003)、予期的後悔の内容構造について、つまり、現状維持バイアスを引き起こしているのは、行為後悔の予期なのか、不行為後悔の予期なのかという点について十分な議論がされてきたわけではなかった。意思決定者が意思決定後の後悔を予期し、その後悔を回避しようとして現状維持を選択するのであれば、そのときに予期されているのは、現状の選択肢をやめ、現状とは異なる選択肢をとった場合に生じる後悔（「現状維持でこれまで通りにしておけばよかった…」）だろう。しかし、このような意思決定場面で、現状の選択肢をとり、現状とは異なる選択肢をとらなかつた場合に生じる後悔（「現状変更しておけばよかった…」）が強く予期されるならば、現状維持ではなく、現状変更へと選択が変わってくる可能性がある。

現状維持バイアスと似た現象である怠慢バイアス(omission bias)と不行為のものぐさ(inaction inertia)に関する研究では、怠慢バイアスと不行為ものぐさを引き起こす予期的後悔について、行為後悔と不行為後悔に分け、それらが意思決定にどのように影響するかを検討したものがある(e.g., Chung, Kim, & Sohn, 2014; Sevdalis, Hauey, & Yip, 2006)。

怠慢バイアスとは、行動しないこと(omission)を行動すること(commision)よりも好む傾向と定義されている(Ritov & Baron, 1990)。怠慢バイアスを最初に提唱した研究者である Ritov & Baron (1990) は、ワクチン接種のシナリオを用いて検討していたが、その中で、行動しないことは、誰かが死んでしまうのをそのままにしておくようなことであり、行動することは、誰かを能動的に殺してしまうようなことであると説明している。さらに、行動しないことは無視した結果であり、行動することは悪意のある意図を含んでいるという。

Chung et al., (2014) は、道徳的判断の怠慢バイアス(omission bias)における予期的後悔の役割について検討した。Chung et al. (2014) は、制御焦点の個人差が怠慢バイアスに影響することと、予期的後悔が制御焦点と怠慢バイアスの関係を媒介すると予測した。個人差として予防焦点傾向の強い人は、ネガティブな結果や損失に敏感であるため、行動を起こしたことによる失敗に対する後悔を強く予期し（行為後悔の予期）、怠慢バイアス（行動を起こさない傾向）を示すだろうと予測した。それに対し、促進焦点傾向の強い人は、

ポジティブな結果や利得に敏感であるため、行動を起こさなかったことによる失敗に対する後悔を強く予期し(不行為後悔の予期)、行動を起こす傾向があるだろうと仮説を立てた。

Chung et al. (2014, study2) の参加者は、工場の汚水システムの導入に関して、工場に雇われている者の立場に立ってシナリオを読み、質問に回答する形で意思決定をした。具体的には、参加者は、経営者が工場のコスト削減のため、環境汚染を引き起こすような汚水システムを導入しようとしているというシナリオを読んだ。そして、以前のシステムへ戻すよう調整役として働きかけるか(行動を起こすか)、働きかけないか(行動を起こさないか)参加者に決断させた。シナリオを読んだ後の質問には、決断を問う質問の他、予期的後悔の項目があった。その際、調整役として働きかけた場合の後悔、それをしなかった場合の後悔に分けて尋ねた。最後に参加者は制御焦点尺度へ回答した。媒介分析の結果、予測していた通り、予防焦点傾向が強いと、行動を起こした後の後悔、つまり行為後悔の予期が強まり、それが、行動を起こさない傾向である怠慢バイアスにつながることを示された。促進焦点傾向が強い場合に関しては、仮説を支持する十分な結果が得られなかった。

Sevdalis et al., (2006) は、教科書を友人から買う機会を逃した後、次の機会として本屋のセールで買うかどうかというシナリオを用いた実験を実施し、不行為のものぐさについて検討した。不行為のものぐさ(inaction inertia)とは、Tykocinski, et al. (1995) によると、最初の機会に行動することを逃してしまうと、次に同じような機会があってもそれを見送りがちになることと定義されている。Sevdalis et al., (2006) の実験では、最初の購入機会と次の購入機会との値段差の大きさを操作し、不行為のものぐさが生じるかどうか、つまり、二度目の機会に買わないかどうか検討した。その結果、二度目の機会に買いか買わないかは、最初の機会と次の機会の間で値段差が大きい場合には、予期的後悔によって予測された。その際、参加者は二つのタイプの後悔を予期していた。二度目の機会で購入しなかった場合の後悔の予期(不行為後悔の予期)と、二度目の機会で購入した場合の後悔の予期(行為後悔の予期)の二つであった。

以上のように、現状維持バイアスと似た現象である怠慢バイアス(omission bias)と不行為のものぐさ(inaction inertia)に関する研究では、怠慢バイアスと不行為のものぐさを引き起こす予期的後悔について、行為後悔と不行為後悔に分け、それぞれの意思決定への影響の仕方を検討している(e.g., Chung, Kim, & Sohn, 2014; Sevdalis, Haevey, & Yip, 2006)。これらの研究結果を踏まえると、現状維持バイアスに関する研究においても、行為後悔の予期と不行為後悔の予期に分けて、意思決定への影響を詳しく調べる必要がある

だろう。本論文では、先行研究(Chung, Kim, & Sohn, 2014; Sevdalis, Haevey, & Yip, 2006) の結果を踏まえ、現状維持バイアスの低減策を検討するにあたり、不行為後悔の予期の効果に期待した。行為後悔の予期、つまり現状変更した場合の後悔の予期が現状維持傾向を引き起こし、不行為後悔の予期、つまり現状維持した場合の後悔の予期が現状変更を引き起こすだろう。もし、このような予測が成り立つのであれば、現状維持バイアスの低減策として、現状維持をした場合の後悔を予期することが有用と考えられる。

### 第3章 先行研究の問題点と本論文の目的

これまでの研究では、人々に現状維持傾向があることを指摘するものの、停滞をもたらす現状維持傾向からどうしたら抜け出せるのかについて実証的な検討はあまり行われていない。また、意思決定前に想像、予期された後悔が判断に影響を及ぼすことを示した研究はあるものの、どのような後悔を強く予期するかによって、意思決定の方向性が変わってくるという視点での研究はまだ十分でない。そこで、本論文では、停滞をもたらす現状維持傾向から抜け出す方策として、現状維持を選択したことによる後悔を強く予期させることが有効であることを実証することを目的とした。

後悔の予期が意思決定に影響することを示した研究では、後で選択の結果を知らされると教示することで、予期的後悔を導出していた。例えば、Ritov and Baron (1995) では、自分の選択の結果を知らされる条件は、結果を知らされない条件よりも、自分の決定によって生じる問題について考え、後悔の予期が最も強まり、何もしないでおこうと判断することが示された。このように、結果のフィードバックが予期される条件では、自発的に悪い結果を想像しやすく、そのため後悔の予期が強まり、現状維持の選択（行為しないことを選択）がされやすかったと考えられる。Ritov & Baron (1995)は、意思決定者が、自分の選択とは別の結果、もう一方の選択肢の結果を知ることになるだろうと予期した場合、特に予期的後悔が意思決定に影響すると主張した。つまり、起こりうる結果に対する知識がある場合に、予期的後悔が意思決定に影響するということである。

しかし、この予期的後悔の導出方法では、現状維持バイアスからの脱却について検討することが困難であるという問題が生じる。結果のフィードバックを予期させる従来の予期的後悔の操作方法では、意思決定者は、現状変更をして失敗するかもしれないと想像してしまい、その場合に感じるだろう後悔を予期しやすくなり、現状維持をして失敗した場合の後悔を予期することが難しくなるからである。意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更の失敗ばかりが予期されるような方法では、意思決定者はたいてい、現状維持バイアスを起こしてしまい、そこからの脱却につながらないだろう。本論文では、この問題を解決するために、予期的後悔を操作する際に、意思決定の結果のフィードバックがあると伝える従来の方法ではなく、「条件設定による反実思考」で意思決定者に後悔という感情の帰結までをシミュレーションさせる新しい方法を用いた。

本論文で用いた、「条件設定による反実思考」について説明する。反実思考とは、「もし、X だったら、Y だろう」という形をとり、X には事実とは異なる状況や行動意思決定が入り、「事実と異なる状況であったならば、Y となるだろう」と想像することである。Y の帰結部分には、状況や行動、意志、感情、といったあらゆるものが入る。通常考えられる反実思考は、事実とは異なる状況 X には、選択肢が入り、「～を選んだら」という形をとるだろう。そして、帰結の Y には、ポジティブ結果かネガティブ結果が入り、「うまくいこう」「失敗するだろう」となるだろう。これに対し、本論文で用いた条件設定による反実思考は、X の部分に、選択肢とそれがもたらす結果までを入れ、Y の部分には、感情の帰結をあてはめる。X 部分を「もし、～を選んでうまくいったら（失敗したら）」というようにし、選択肢とその結果までを想定する条件設定とする。そして、Y 部分を「うれしいだろう・ほっとするだろう」「嫌だろう・がっかりするだろう・後悔するだろう」というようにし、ポジティブ感情もしくはネガティブ感情の推測を帰結とする。

感情の推測、予期のシミュレーションと行動判断の関係については、Baumeister et al., (2007) の感情フィードバック理論にまとめられている。Baumeister et al., (2007) によれば、行動の結果として、感情は経験され、その感情経験は将来の行動に対する学習（認知的な分析を通じて、こういう状況ではどう行動するのがよいのか考えさせる）を促進する。さらに、その感情経験が過去のものとなると次の行動に影響する。そして、次の類似した状況において、過去の感情経験から学習され抽出された教訓からつくられた if-then ルールが、感情の予期を生じさせ、予期された感情が行動に働きかけ、行動の変化をもたらすという。

ここで、選択の際に自発的に行われる反実思考における感情価による違いについて考えてみる。選択の際に行われる反実思考によるシミュレーションでは、ネガティブよりもポジティブな予期の方が優勢だろう。「これを選んだら、うまくいこう」「これを選んでうまくいったら、うれしいだろう」とシミュレーションして、「だから、これを選ぼう」となるだろう。しかし、時に慎重になるべき選択では、意識的にネガティブな予期をすることも必要だろう。「これを選んだら失敗するだろう」「これを選んで失敗したら、かなしいだろう」「これを選んで失敗したら、これを選ばなければよかったと後悔するだろう」とシミュレーションして、「だから、これは選ばないようにしよう」となる。このようにシミュレーションされた後悔により、意思決定者がその後悔を避けるような選択をする、というのは、後悔理論そのものである (Bell, 1982; Loomes & Sugden, 1982)。

意思決定前のメンタル・シミュレーションで、自発的にポジティブな予期をしてしまうとするならば、現状維持に対するメンタル・シミュレーションでは、自発的にポジティブ結果とポジティブ感情を予期しがちになると考えられる。しかし、現状変更に対するメンタルシミュレーションでは、人々に損失回避傾向が働くため、ポジティブな結果と感情の予期よりも、ネガティブな結果と感情の予期をしがちになるだろう。

本論文では、意思決定前のメンタル・シミュレーションで、選択肢の属性情報への焦点の当て方を変え、現状維持を選択した場合の後悔を予期させ、現状変更を選択した場合のポジティブ感情を予期させることができれば、停滞をもたらす現状維持の選択傾向から抜け出すことができるだろうと考えた。現状維持傾向が強く見られるのはなぜかという点、既述のとおり、意思決定者が、現状維持の選択肢のポジティブな属性情報について、すでによく知っていて、現状変更の選択肢のネガティブな属性情報にばかり注意を向け、現状変更をして失敗した場合の後悔を予期してしまうからである。もし、意思決定者が、現状変更しようとしている選択肢のポジティブな属性情報をしっかりと認識し、現状維持の選択肢のネガティブな属性情報に注意を傾けるようになれば、現状維持をして失敗した場合の後悔を予期するようになり、現状維持傾向から抜け出すことができるだろう。

本論文では、現状変更の選択肢のポジティブな点と、現状維持の選択肢のネガティブな点の二つの点に注意を向けることで、現状維持後悔の予期が生じ、現状維持傾向から脱することができると考えているが、それぞれが独立に効果をもつことはないのか議論しておく。後悔の予期を引き起こすのは、「もし、ある選択をして失敗したら、どう感じるだろうか」というメンタル・シミュレーションである。このようにしてネガティブ情報について考え、それを選んだら失敗したとを感じるだろうと考えたとき、予期的後悔が生起する。そのため、本論文の仮説としても、現状維持傾向から抜け出すには、現状変更の選択肢のポジティブ情報に注目するだけでは、現状維持を選択した場合の後悔を予期させることはできないと考えた。現状変更の選択肢のポジティブ情報を得た上で、現状維持の選択肢のネガティブ情報に注目することで、現状維持後悔が予期され、現状維持傾向から脱することができるだろう。したがって、本論文では、現状変更選択肢のポジティブ情報への注目だけで、現状維持傾向を低減させることはなく、現状変更選択肢のポジティブ情報と現状維持選択肢のネガティブ情報への注目がそろったときのみ、現状維持後悔の予期が生じ、現状維持傾向から抜け出すことができると考えた。

よって、本論文は、意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更選択肢に対しては、ネガティブな情報への注意を減らし、ポジティブ情報に注目させ、現状維持選択肢に対しては、ポジティブ情報への注意を減らし、ネガティブな情報に注意を傾かせる。その上で「もし、現状維持をしたら後悔するだろう」と現状維持をして失敗した場合の後悔を予期させた場合、現状維持の失敗による後悔を予期させない場合よりも、現状維持傾向は低減するだろうと仮説を立てた。

## 第二部

# 実証的検討

## 第二部 実証的検討

---

現状維持を選択することは、現状よりも悪い状況になることを避けることができるため、特別な問題も生じないと考えられがちである。それゆえ、現状維持が後悔をもたらすことがある点に人々は気づきにくくなっているだろう。意思決定者の外部環境に変化が生じて、これまでやってきたようにしては、もっと良いものを得るチャンスを逃してしまうようなときにも、現状維持バイアスが働いてしまうとしたら、それは大きな問題だろう。本論文では、停滞をもたらす現状維持の弊害に焦点を当て、望ましくない現状維持バイアスから抜け出すにはどうしたらよいかを問題とし、実証的に検討することを目的とした。

研究1は、本論文の仮説を検討する予備的な研究として位置づけられた。研究1では、Inman and Zeelenberg (2002) の概念的追試を行い、一般化可能性を高めるとともに、現状維持を選択して失敗した場合の予期的後悔と、現状変更を選択して失敗した場合の予期的後悔の強さを調べることを目的として二つの実験を実施した。

研究2から研究6では、本論文の仮説、現状維持バイアスの低減策について検討した。現状維持よりも現状変更した方が望ましい結果を得られそうにもかかわらず、現状維持を選択してしまい、新しい可能性にチャレンジすることが抑制されてしまうような状況で、現状維持バイアスから抜け出すにはどうしたらよいかについて、実証的に検討した。本論文では、「もし、現状維持をしたら後悔するだろう」と現状維持をして失敗した場合の後悔を予期させた条件は、現状維持の失敗による後悔を予期させない条件よりも、現状維持傾向は低減するだろうという仮説を立てた。この仮説を検討するため、実験方法を変えつつ、5つの実験を行った。

## 第4章 研究1 後悔をもたらす現状維持<sup>3</sup>

### 1. 研究1 目的

研究1の目的は、Inman and Zeelenberg (2002) の概念的追試を実施し、その一般化可能性を高めつつ、現状維持を選択して失敗したときの予期的後悔の強さと、現状変更を選択して失敗したときの予期的後悔の強さを調べることである。それによって、現状維持を選択すれば後悔が弱いだらうと予期される状況と、現状維持を選択したら後悔が強いだらうと予期される状況が明らかになる。

意思決定研究では、現状の選択を維持した方が現状を変更するよりも後悔が弱いことが知られている。たとえば、Landman (1987) は、同じネガティブな経験であっても、現状維持を選択したことによる失敗よりも、現状変更による失敗の方が後悔が大きいことを示した。その実験では、毎年恒例の年末旅行で天気が悪い日がずっと続いたとしても、いつもと違う旅行先にしてしまった場合は、いつもと同じ所に行った場合よりも後悔すると推測されることを示した。

これに対して、Inman and Zeelenberg (2002) は、決定に対して正当な理由があれば、いつもと違うことをしてネガティブな結果に終わっても、いつもと同じ選択をした場合よりも後悔が弱められると考えた。彼らは、繰り返し選択することが可能な消費者行動の文脈で、商品やサービスのネガティブな経験に関するシナリオ（飛行機、リュックサック、ホテル）を用いて、実験を行った。シナリオの中で登場人物の先行経験の結果（ポジティブ・ネガティブ）と意思決定（現状維持・変更）を操作し、選択の結果がわかった後の登場人物の後悔の程度を推測させた。その結果、先行経験がネガティブな場合は、現状変更よりも現状維持によるネガティブ経験の方が後悔は強く、先行経験がポジティブな場合は現状維持よりも現状変更によるネガティブ経験の方が後悔は強いと推測されることが示された。Inman and Zeelenberg (2002) は、意思決定に対して正当な理由がある場合（先行経験がポジティブなときに現状維持の選択をする、先行経験がネガティブなときに現状変更の選択をする）は、そのような理由がない場合（先行経験がポジティブなときに現状変

---

<sup>3</sup> 研究1Aと研究1Bは、次の論文に掲載されている内容を博士論文の論旨に沿って構成し直したものである。道家瑠見子・村田光二 2007 意思決定における後悔：現状維持が後悔を生むとき 社会心理学研究, 23(1), 104-110.

更の選択をする、先行経験がネガティブなときに現状維持の選択をする)よりも後悔が弱められると考察した。

研究1 Aでは、決定に対して正当な理由がある場合は、そのような理由がない場合よりも後悔が弱められることを明らかにした、Inman and Zeelenberg (2002) の概念的追試を実施した。研究1 Aでは、現状維持を選択して失敗したときの予期的後悔が弱いと考えられている状況と、現状維持を選択して失敗したときの予期的後悔が強いと考えられている状況を明らかにすることを目的とした。研究1 Bでは、意思決定が失敗に終わったとき、現状維持の方が現状変更よりも予期的後悔が強くなる現象がより顕著に見られる条件を明らかにすることを目的とした。実際の研究の中では、実験参加者にシナリオを提示し、シナリオ中の人物が感じるだろう後悔の程度を推測させた。本研究では、実験参加者によって推測された後悔を予期的後悔として扱うこととした。

## 2. 研究1 実証データ

### 2-1 研究1 A

#### 2-1-1 研究1 A 目的

研究1 Aでは、Inman and Zeelenberg (2002) の知見の一般化可能性を高めるため、消費行動でのネガティブ経験に関するシナリオ（温泉旅館，CD プレーヤー，スニーカー）を新たに作成し、概念的追試を実施した。シナリオの中で登場人物の先行経験の結果（ポジティブ、ネガティブ）と意思決定（現状維持・変更）を操作し、参加者にシナリオ中のターゲット人物の後悔を推測させた。本研究でも、先行経験がポジティブな時は、現状維持の方が現状変更よりも後悔が弱いと推測される現象が見られ、先行経験がネガティブな時は逆に、後悔は現状維持の方が現状変更よりも強いと推測される現象が見られるだろうと予測した。

## 仮説

先行経験がポジティブな時は、後悔は現状維持の方が現状変更よりも弱いと推測されるが、先行経験がネガティブな時は逆に、後悔は現状維持の方が現状変更よりも強いと推測されるだろう。

Inman and Zeelenberg (2002) の研究では、先行経験に関する情報がなかった統制条件でも、ポジティブ条件と同様に、現状維持の方が現状変更よりも後悔が弱いと推測される現象が一貫して認められた。この結果は、先行経験に関する情報がない場合には、結果がポジティブであったと想定される傾向に由来すると解釈された。本研究でも、先行経験について情報のない統制条件では、ポジティブ先行経験条件と同じような結果が得られることを予測した。

## 2-1-2 研究 1 A 方法

### 参加者

一橋大学の「臨床心理学」受講生 92 名(男性 64 名, 女性 28 名, 平均年齢 22.2 歳)が講義中に実験に参加した。参加者には講義の出席点が与えられた。

### 実験に用いたシナリオと独立変数の操作

研究 1 A では、「温泉旅館」、「CD プレーヤー購買」、「スニーカー購買」に関するネガティブ経験を記述したシナリオを作成した。シナリオの構成は、まず先行経験がどんなであったかが記述され、現在の意思決定場面があり、その結果、ネガティブな経験（「露天風呂に入れない」）をするというものだった。この中で独立変数を以下のように操作した。まず、先行経験に関するポジティブ情報、ネガティブ情報を提示した。また、シナリオ中のターゲット人物が、先行経験と異なる選択をするもの（現状変更）と、同じ選択をするもの（現状維持）を用意した。実際に用いた「温泉旅館」のポジティブ・現状維持条件のシナリオは以下の通りであった。括弧内に他の条件のシナリオを示した。

実験で実際に用いた質問紙は**付録 1**にまとめた。

露天風呂の大好きな水野さんは、毎年スキー旅行に行っています。去年のスキー旅行で泊まった旅館には露天風呂がありました。露天風呂は広さも十分で、湯かげんも最高で、水野さんはとても気に入りました。(ネガティブ条件：しかし、露天風呂は非常に混んでいて、水野さんは嫌な気分になりました。統制条件：なし。)今年のスキー旅行では、水野さんは去年と同じ旅館(現状変更条件：去年と違う旅館)に泊まることにしましたが、今年その旅館の温泉は一部改装中で、露天風呂には入れませんでした。

### 従属変数

従属変数はシナリオ中のターゲット人物が感じている後悔の推測で、現状維持(現状変更)を決定してどれくらい後悔していると思うかを、「全然後悔していない」から「非常に後悔している」までの9件法で回答してもらった。以後、この従属変数を「後悔推測」とよぶ。

**操作チェック** 先行経験がポジティブ、ネガティブと認識されていたかを確認するため、登場人物の前回の意思決定に対する前回の時点での満足の程度を「全然満足していなかった」から「非常に満足していた」の9件法で回答してもらった。

**手続き** 「意思決定場面における感情に関する調査」として講義終了15分前に実験冊子を配布した。実験冊子には、三種類のシナリオが全て含まれ、提示順は次のようになった。各条件の半分の参加者は最初に「温泉旅館」を読み、残り半分の参加者は最初に「CDプレイヤー」を読んだ。「スニーカー」のシナリオはどの参加者も最後に読んだ。参加者は同じ条件の三種類のシナリオを読んだ。一つのシナリオを読み終えた参加者は、ターゲット人物の後悔の程度を推測し、従属変数と操作チェックに回答し、次のシナリオに進んだ。

表 2-1. 研究 1 A 満足度（操作チェック項目）の平均値

	温泉旅館	CD プレーヤー	スニーカー
ポジティブ先行経験	7.72 (1.19)	6.79 (1.84)	7.13 (1.37)
ネガティブ先行経験	3.91 (2.26)	5.53 (1.90)	6.03 (1.99)
統制	6.84 (1.37)	6.55 (1.36)	6.29 (1.88)

(注) 表中の数値は先行経験の時点での満足度(1-9の値をとり得る)の平均値であり、数値が高いほど満足度が高いことを表わす。括弧内の数値は標準偏差。

### 2-1-3 研究 1 A 結果

#### 操作チェック

操作チェック項目の先行経験の満足度の平均値は表 2-1. のようになった。この値に対してシナリオ毎に一元配置の分散分析を行うと、「温泉旅館」と「CD プレーヤー」では統計的に有意な先行経験の効果が見られた ( $F(2,89) > 4.72, p < .05$ )。また、「スニーカー」でも先行経験の効果に有意に近い傾向が見られた ( $F(2,89) = 2.96, p = .06$ )。全てのシナリオにおいてポジティブ先行経験条件で満足度が高く、ネガティブ先行経験条件で満足度が低くなっており、その中間点に統制条件の満足度が位置しているため、先行経験の操作は成功したと考えられた。

#### 後悔推測測度

シナリオごとの後悔推測の平均値は表 2-2. のようになった。シナリオ毎にこの値に対して、3 (先行経験; ポジティブ/ネガティブ/統制) × 2 (意思決定; 現状維持/現状変更) の分散分析を行った。全てのシナリオにおいて、先行経験と意思決定の交互作用のみが有意だったので ( $F(2,86) > 7.31, p < .005$ )、単純主効果検定を行った。その結果、どのシナリオも一貫して次のような結果が得られた。ポジティブ先行経験条件では、現状維持の選択の方が現状変更の選択よりも後悔が弱かった ( $F(1,86) > 4.55, p < .05$ )。ネガティブ先行経験条件では現状変更の選択の方が現状維持の選択よりも後悔が弱かった ( $F(1,86) > 9.25, p < .005$ )。

表 2-2. 研究 1 A 後悔推測の平均値

	温泉旅館		CD プレーヤー		スニーカー	
	現状維持	現状変更	現状維持	現状変更	現状維持	現状変更
ポジティブ先行経験	5.15(2.51)	7.19(1.17)	6.08(1.38)	8.00(0.82)	5.46(2.18)	7.31(2.06)
ネガティブ先行経験	7.38(1.89)	5.00(2.61)	8.31(0.79)	5.38(2.90)	7.50(1.59)	5.00(2.73)
統制	5.75(2.11)	6.53(1.81)	5.44(4.58)	7.47(1.73)	5.44(2.80)	6.20(2.34)

(注)表中の数値は後悔推測の平均値で、1-9 の値をとり得る。

数値が高いほど強い後悔が推測されたことを表わす。括弧内の数値は標準偏差。

よって、どのシナリオにおいても予測していた交互作用が有意で仮説は支持された。統制条件では、ポジティブ先行経験と同様の結果が得られると予測していたが、CD プレーヤーシナリオにおいてのみ、ポジティブ先行経験条件と同様、現状変更の方が現状維持よりも後悔が強かった( $F(1,86)=8.97, p<.005$ )。他の二つのシナリオにおいては、平均値パターンはポジティブ先行経験条件と同様のものだったが、現状変更と現状維持の間に統計的に有意な差は見られなかった( $F_s(1,86)<1.12, ns$ )。

#### 2-1-4 研究 1 A 考察

以上の結果から仮説は支持された。先行経験がネガティブな時、後悔は現状変更の方が現状維持よりも弱くなると推測され、仮説通りの結果が得られた。これはどのシナリオにも一貫して見られた。また、先行経験がポジティブな時、後悔は現状維持の方が現状変更よりも弱くなると推測され、従来の研究と同様のパターンが認められた。統制条件では、現状変更の選択と現状維持の選択の間に統計的に有意な差は見られなかったが、平均値パターンとしては、ポジティブ先行経験条件と同様の結果が得られた。

Inman and Zeelenberg (2002) 以前の多くの先行研究では、現状維持の方が現状変更よりも後悔が弱いと推測されることが示されてきた。そのため、Inman and Zeelenberg (2002)、そして本研究は、その逆パターンを示した数少ない研究の一つである。研究 1 B

では、Inman and Zeelenberg (2002) の知見をさらに深めるため、現状維持の方が現状変更よりも後悔が強いことが顕著に見られる条件を明らかにする。

## 2-2 研究 1 B

### 2-2-1 研究 1 B 目的

研究 1 B では、現状維持の方が現状変更よりも後悔が強いと推測される現象が顕著に見られる条件を明らかにすることを目的とした。Inman and Zeelenberg (2002) の研究で現状維持の方が現状変更よりも後悔が強くなる現象が見られたのは、先行経験がネガティブなときであった。Inman and Zeelenberg (2002) は、先行経験がネガティブな時には現状変更の選択をすると、意思決定は正当な理由によって支持されるため、現状維持よりも後悔が弱まると主張した。しかし、これまでの研究では、後悔と責任の間の正の相関関係が示され、後悔を感じるのは意思決定の責任が重い場合で、責任が軽いほど後悔も弱まることが知られている(Zeelenberg, van Dijk, & Manstead, 1998)。後悔と責任に正の相関関係が示されたことから、本研究は、「責任の重さ」が現状維持の方が現状変更よりも後悔が強いと推測される現象を強く引き起こす原因の一つであると考えた。本研究では、意思決定における責任を、得られる決定結果に及ぼすコントロール感であると概念的に定義した。そして、本研究は、Inman and Zeelenberg (2002) が見出した現状維持の方が現状変更よりも後悔が強いと推測される現象も、意思決定の責任が軽く決定結果に対するコントロール感が弱い時には認められにくく、責任が重く、結果に対するコントロール感が強い場合にははっきりと認められるだろうと予測した。なお、本研究では「責任の重さ」を、Inman and Zeelenberg (2002) が主張する理由の正当性とは独立に、現状維持の方が現状変更よりも後悔が強いと推測される現象に影響を及ぼす要因と位置づけている。研究 1 B では、先行経験と、その次の意思決定結果の両方をネガティブなものとして固定した上で、意思決定者の責任の程度を操作した。

### 仮説

意思決定者の責任が重い方が軽い場合よりも、現状維持の方が現状変更よりも後悔が強いと推測される現象が顕著に見られるだろう。

## 2-2-2 研究1B 方法

研究1Bでは、研究1Aで見られた現象（現状維持の方が現状変更よりも後悔が強いと推測される現象）における調整要因として、責任の果たす役割を検討した。研究1Bでは、意思決定者の責任が重い場合は、軽い場合よりも現状維持の後悔が強いと推測されるだろうという仮説を検証した。本研究では、研究1Aの「温泉旅館」シナリオに変更を加え、責任の重さを操作した。旅行先を決定するには、幹事ではない人よりも幹事の方が、決定結果に対するコントロール感を強く持つだろう。また、シナリオの読み手である参加者も同じように責任の重さの違いを読みとるだろう。そのため、本研究では、責任の重い条件ではシナリオ中のターゲット人物を旅行の幹事とし、責任の軽い条件ではターゲット人物は幹事ではない人とした。

### 参加者

国立音楽大学の「心理学」受講生96名(男性6名、女性90名、平均年齢=20.0歳)が講義中に実験に参加した。参加者には出席点が与えられた。参加者は、2（意思決定；現状維持/現状変更）×3（責任；重/中/軽）の6条件のうちの一つにランダムに割り当てられた。

### 実験に用いたシナリオと独立変数の操作

研究1Aで用いた温泉旅館での経験を記述したシナリオの先行経験がネガティブな場合を用いた。研究1Bにおいてはその中で、意思決定者の責任が重い条件は、ターゲット人物が旅行の幹事で、どの旅館に泊まるかを一人で決定する状況を描写した。責任の中程度の条件では、ターゲット人物が友人と三人で旅行の幹事となり、旅館を三人で決定する状況を描写した。責任の軽い条件では、ターゲット人物は旅行の幹事ではなく、友人が旅行の幹事となって旅館を決定する状況を描写した。このとき、ターゲット人物は意思決定に直接関わらなくても、旅館選択に対し反対もしくは賛成する権利はあったと考えられるような状況に設定した。

### 従属変数

研究1Aでは、ターゲット人物が感じている後悔推測を一項目で測定したが、研究1B

では、後悔という主観的な感情を他の側面からとらえるため、間接的な指標を二つ加え、三項目に増やした。具体的には1) 現状維持(現状変更)を決定してどれくらい後悔するか、2) もし、やり直せるのなら意思決定を変えるか、3) もし違う意思決定(現状維持、現状変更)をしていたらどのくらい幸せだったか、の三項目である(それぞれ10件法)。

### 操作チェック

意思決定者の決定結果に対するコントロール感の程度が操作できているかを確認するため、ターゲット人物には旅館を決めるのにどのくらい決定権があったと思うかを「全然決定権がなかった」から「非常に決定権があった」の7件法で回答してもらった。

### 手続き

講義終了20分前に、「意思決定における感情に関する調査」と称して実験冊子を配布した。参加者はシナリオを読んだ後、ターゲット人物の後悔の程度の推測を測定する三項目と操作チェック項目に回答した。

## 2-2-3 研究1B 結果

### 後悔推測測度

後悔推測の平均値は、表2-3.のようになった。この値に対して、2(意思決定;現状維持/現状変更)×3(責任;重/中/軽)の分散分析を行うと、意思決定の主効果が有意で( $F(1,90)=5.64, p<.05$ )、現状維持( $M=7.89$ )の方が現状変更( $M=6.90$ )よりも後悔が強かった。これは仮説に沿った結果である。しかし、責任の主効果と予測していた交互作用( $F_s(2,90)<1, ns$ )は有意ではなかった。

責任重/中/軽のどの条件においても、現状維持の意思決定の方が、現状変更の意思決定よりも後悔が強かった。意思決定者の責任が重い場合に、責任が軽い場合よりも現状維持の後悔が強まるだろうという仮説は支持されなかった。

表 2-3. 研究 1 B 後悔推測と反実幸福の平均値

	後悔推測		反実幸福	
	現状維持	現状変更	現状維持	現状変更
責任 重	7.56(1.03)	6.80(2.08)	6.81(1.33)	4.13(1.46)
責任 中	8.06(1.98)	7.18(2.56)	7.63(1.09)	4.47(2.00)
責任 軽	8.07(1.98)	6.71(2.37)	6.47(1.85)	6.12(1.90)

(注) 表中の数値は後悔推測と反実幸福の平均値で 1-10 の値をとり得る。

数値が高いほど推測された後悔，反実幸福が強いことを表わす。

括弧内の数値は標準偏差。

### 反実幸福測度

後悔推測の直接的な指標で，有意な交互作用が見られず，仮説が支持されなかったため，他の二項目に対しても同様の分析を行った。その結果，反実幸福(もし，違う選択をしていたらどのくらい幸せか)の項目で，仮説を支持する結果が得られた。反実幸福の平均値は，表 2-3 のようになった。この反実幸福に対して，2 (意思決定；現状維持/現状変更) × 3 (責任；重/中/軽) の分散分析を行ったところ，意思決定の主効果が有意で( $F(1,90)=37.60$ ,  $p<.001$ )，現状維持( $M=6.98$ )の方が現状変更( $M=4.94$ )よりも後悔は強かった。責任の主効果は有意ではなかったが( $F(2,90)=2.05$ , ns)，予測していた意思決定 × 責任の交互作用が有意だった( $F(2,90)=6.70$ ,  $p<.01$ )。

交互作用が有意だったので，単純主効果検定を行ったところ，責任重条件において，現状維持と現状変更の間に有意な差が見られ，現状変更( $M=4.13$ )の方が現状維持( $M=6.81$ )よりも反実幸福が弱く( $F(1,90)=20.53$ ,  $p<.001$ )，同様に責任中条件においても，現状変更( $M=4.47$ )の方が現状維持( $M=7.63$ )よりも反実幸福が弱かった( $F(1,90)=30.29$ ,  $p<.001$ )。後悔指標と反実幸福の間には有意な正の相関が見られていたことから( $r=.35$ ,  $p<.01$ )，反実幸福が後悔測定の間接指標であるとする，責任重条件と中条件において，現状維持の後悔が強まっていたと言える。しかし，責任軽条件においては，現状維持と現状変更の意思決定によって反実幸福に差は見られず( $F(1,90)<1$ , ns,  $M_s=6.47$  vs 6.12)，現状維持の後悔は弱かったと考えられる。

## 2-2-4 研究1B 考察

研究1Bでは、後悔の直接的指標では仮説を支持する結果が得られなかったが、反実幸福という後悔の間接的指標で仮説を支持する結果が得られた。後悔指標と反実幸福の間には有意な正の相関が見られていた。予測していた結果は、責任が重い状況では、現状維持よりも現状変更の方が後悔は弱くなるが、責任が軽い状況では現状維持でも現状変更でも後悔は同程度だろうというものだった。

後悔の直接指標でも仮説通りの結果が得られるとしたら、責任軽・現状変更条件の後悔は、責任軽・現状維持条件と同程度に評定されるはずであった。そのような結果が得られなかった原因として、参加者がターゲット人物の友人への気遣いをも考慮してターゲット人物の後悔を推測していた可能性がある。本研究で用いたシナリオは、責任軽条件はターゲット人物の友人が旅行の幹事で旅館を決定するものだった。そのため、直接指標で「強く後悔している」と回答することは、幹事の友人を責めることになってしまうとも考えられる。責任軽条件で先行経験がネガティブなのに現状維持を選択した場合は、幹事の友人を責めるもっともな理由があるが、現状変更を選択した場合は、友人がベストを尽くしたことがわかるため、後悔を感じていても友人を責めることには気が引け、仮説とは異なり後悔の評定が低かったのかもしれない。しかし、現状の不満を表す反実幸福の間接指標は、そのような友人への気遣いの影響なしに後悔を表明できるため、仮説に一致した結果が得られたのかもしれない。

### 3. 研究1 考察

研究1は、Inman and Zeelenberg (2002) の概念的追試を実施し、その一般化可能性を高めつつ、現状維持を選択して失敗した場合の予期的後悔と、現状変更を選択して失敗した場合の予期的後悔の強さを調べることを目的として行われた。

研究1 Aでは、消費行動でのネガティブ経験に関するシナリオを新たに作成し、Inman and Zeelenberg (2002) の概念的追試を実施した。本研究でも、シナリオの中で登場人物の先行経験の結果（ポジティブ、ネガティブ）と意思決定（現状維持・変更）を操作し、参加者にシナリオ中のターゲット人物の後悔を推測させた。その結果、仮説を支持する結果が得られ、先行経験がポジティブな時は、現状維持の方が現状変更よりも後悔が弱いと推測される現象が見られ、先行経験がネガティブな時は逆に、後悔は現状維持の方が現状変更よりも強いと推測される現象が見られた。これは、Inman and Zeelenberg (2002) の知見と一致するものだった。

研究1 Bでは、研究1 Aで見られた現象（現状維持の方が現状変更よりも後悔が強いと推測される現象）における調整要因として、責任の果たす役割を検討した。研究1 Bでは、意思決定者の責任が重い場合は、軽い場合よりも現状維持の後悔が強まるだろうという仮説を検証した。研究1 Bでは、後悔の直接的指標では仮説を支持する結果が得られなかったが、反実幸福という後悔の間接的指標で仮説を支持する結果が得られた。反実幸福の測度が推測された後悔をよく反映しているとする、責任が軽い条件では、意思決定の結果が失敗に終わった時、現状維持でも現状変更でも後悔の強さは同程度に推測された。この結果は、意思決定者の責任が重い時、責任が軽い時よりも現状維持の後悔が強いと推測されるだろうという研究1 Bの仮説を支持する結果であった。

研究1 Aで得られた結果は、Kahneman and Miller (1986) の規範理論(norm theory)で説明することも可能である。Kahneman and Miller (1986) は、例外的なこと(abnormal)をして失敗した場合は、いつも通りのこと、普通のこと(normal)をして失敗した場合よりも感情反応が強くなるという。一般的に人は、過去にポジティブな経験をしたのに現状を変更することと、過去にネガティブな経験をしたのに現状を維持することは「例外的なこと(abnormal)」と考える。規範理論に基づくと本研究の知見も、例外的なことをして失敗した方が、普通のことをして失敗するよりも後悔が強められていたために生じたものと解釈することもできる。

後悔研究では、行為(action)による失敗と不行為(inaction)による失敗ではどちらを強く後悔し、またどちらが思い出されやすいのか、ということに関して研究が進められてきた(e.g., Gilovich & Medvec, 1995; Kahneman & Miller, 1986; Kahneman & Tversky, 1982; Landman, 1987; Zeelenberg, van Dijk, & Manstead, 1998)。これらの研究では、人生を振り返るような長期的視点でない限り、同じ失敗だとしても「行為」による失敗の方が「不行為」による失敗よりも後悔が強いという一貫した結果を示している。現状を変更することを「行為」、現状を維持することを「不行為」とみなした場合、先行経験がネガティブなとき、現状維持の方が後悔が強くなる状況を示した本研究の知見は、数少ない研究としても意味をもつと考えられる。ただし、本研究での「現状変更」も「現状維持」も両方とも「行為」を伴う点には注意が必要である。厳密な意味での「不行為」は、意思決定を先延ばしにし、決定を回避することであるからだ。

研究1 A, 研究1 Bから、先行経験がネガティブな時、現状維持を選択して失敗に終わった場合、現状変更を選択して失敗に終わった場合よりも後悔が強いと推測されることが示された。概して、現状維持は失敗や後悔を避けることができると考えられているのに対し、本研究の結果は、現状維持が失敗だった場合には後悔を引き起こすことを示している。このことは、人々の気がつきにくい現状維持のマイナス面を明らかにした研究の一つと言えるだろう。これまでの研究では、停滞をもたらす現状維持バイアスの負の側面に関する議論が十分にされてこなかったという問題があった。同じ失敗をするにしても、現状変更よりも現状維持の方が後悔は強くなる状況があることが明らかになったのであれば、次に考えるべきことは、現状維持バイアスに陥らないようにするためにはどうしたらよいかということだろう。本論文では、現状維持バイアスの低減策について、研究2以降で実証的に検討する。

## 第5章 研究2から研究3

### 実験室実験による現状維持バイアスの低減策の検討

#### 研究2から研究6について

研究2から研究6では、現状維持よりも現状変更した方が望ましい結果が得られそうにもかかわらず、現状維持を選択してしまい、新しい可能性にチャレンジすることが抑制されてしまうような状況で、現状維持バイアスから抜け出すにはどうしたらよいかについて、実証的に検討した。

研究2から研究6は、予期的後悔の働きに着目し、予期的後悔が弊害をもたらす現状維持バイアスを低減するのに役立つことを示すことを目的とした。現状維持を選択することは、現状よりも悪い状態になることを避けることができるため、特別な問題は生じないと考えられがちである。しかし、現状維持よりも現状変更をした方が望ましい結果が得られそうであるにもかかわらず、現状維持を選択することは、報酬は大きいがリスクを伴う選択肢を選ぶことや、これまでとは違った新しい可能性にチャレンジしてみることを抑えてしまうことにもなるだろう。これは、得られる可能性があるものを得るチャンスを自ら逃していることになり、望ましくない状態であるとも言える。

本研究は、このような望ましくない現状維持傾向を打破し、現状変更できるようになるには、現状維持よりも現状変更をした方がよい状況において現状維持傾向から脱却するには、新たに得る利得に敏感になり、現状変更の選択肢の良い点と現状維持の悪い点に注意を向け、現状維持しなければよかったと後悔することになるだろう、と現状維持による後悔を予期する必要があると考えた。もし、判断前に、現状変更の選択肢のポジティブな側面と現状維持の選択肢のネガティブな側面に注意が向いたならば、予期的後悔は、現状維持後悔の予期となり、現状維持バイアスは見られなくなるだろう。

後悔の予期が意思決定に影響することを示した研究では、後で選択の結果を知らされると教示することで、予期的後悔を導出していた(e.g., Ritov & Baron, 1995; Siomonson, 1992)。しかし、この予期的後悔の導出方法では、現状維持バイアスからの脱却について検討することが困難であるという問題が生じる。結果のフィードバックを予期させる従来の予期的後悔の方法では、意思決定者は、現状変更をして失敗するかもしれないと想像してしまい、その場合に感じるだろう後悔を予期しやすくなり、現状維持をして失敗した場

合の後悔を予期することが難しくなるからである。意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更の失敗ばかりが予期されるような方法では、意思決定者はたいてい現状維持バイアスを起こしてしまい、そこからの脱却につながらないだろう。本論文では、この問題を解決するために、予期的後悔を操作する際に、意思決定の結果のフィードバックがあると伝える従来の方法ではなく、「条件設定による反実思考」で意思決定者に後悔という感情の帰結までをシミュレーションさせる新しい方法を用いた。

本論文で用いた、「条件設定による反実思考」について説明する。反実思考とは、「もし、Xだったら、Yだろう。」という形をとり、Xには事実とは異なる状況や行動意思決定が入り、事実と異なる状況であったならば、Yとなるだろう、と想像することである。Yの帰結部分には、状況や行動、意志、感情、といったあらゆるものが入る。通常考えられる反実思考は、事実とは異なる状況 X には、ある選択肢が入り、「～を選んだら」という形をとるだろう。そして、帰結の Y には、ポジティブ結果かネガティブ結果が入り、「うまくいこう」「失敗するだろう」となるだろう。これに対し、本論文で用いた条件設定による反実思考は、Xの部分に、ある選択肢とそれがもたらす結果までを入れ、Yの部分には、感情の帰結をあてはめる。X部分を「もし、～を選んでうまくいったら（失敗したら）」というようにし、ある選択肢とその結果までを想定する条件設定とする。そして、Y部分を「うれしいだろう・ほっとするだろう」「嫌だろう・がっかりするだろう・後悔するだろう」というようにし、ポジティブ感情もしくはネガティブ感情の推測を帰結とする。

本論文では、意思決定前のメンタル・シミュレーションで、選択肢の属性情報への焦点の当て方を変え、現状維持を選択した場合の後悔を予期させ、現状変更を選択した場合のポジティブ感情を予期させることができれば、停滞をもたらす現状維持の選択傾向から抜け出すことができるだろうと考えた。現状維持傾向が強く見られるのはなぜかという点、既述のとおり、意思決定者が、現状維持の選択肢のポジティブな属性情報について、すでによく知っていて、現状変更の選択肢のネガティブな属性情報にばかり注意を向け、現状変更をして失敗した場合の後悔を予期してしまうからである。もし、意思決定者が、現状変更しようとしている選択肢のポジティブな属性情報をしっかりと認識し、現状維持の選択肢のネガティブな属性情報に注意を傾けるようになれば、現状維持をして失敗した場合の後悔を予期するようになり、現状維持傾向から抜け出すことができるだろう。

よって、本論文は、意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更選択肢に対しては、ネガティブな情報への注意を減らし、ポジティブ情報に注目させ、現状維持選択

肢に対しては、ポジティブ情報への注意を減らし、ネガティブな情報に注意を傾かせる。その上で「もし、現状維持をしたら後悔するだろう」と現状維持をして失敗した場合の後悔を予期させた場合、現状維持の失敗による後悔を予期させない場合よりも、現状維持傾向は低くなるだろうと仮説を立てた。

## 仮説

研究2から研究6の仮説は次の通りである。

**「もし、現状維持をしたら後悔するだろう」と現状維持をして失敗した場合の後悔を予期させた条件は、現状維持の失敗による後悔を予期させない条件よりも、現状維持傾向は低くなるだろう。**

研究2以降では、上記の仮説を検証するため、5つの研究を実施した。研究2、研究3では、ヘアスタイルの変更を題材にした実験室実験を行った。研究4、研究5、研究6では、購買意思決定場面を題材にしたシナリオ実験を実施した。

本論文の仮説において、現状維持をして失敗した場合の後悔を予期させる条件の比較対象となる統制条件をどのように設定するのかを議論しておく。そもそも、本論文では、後悔を「ある選択をしてそれが失敗であったとわかり、別のものを選んでいたらもっとよかったのに、と反実思考したときに生じる感情」と定義をしている。この定義によれば、後悔と失敗は切り離すことはできない。失敗が生じないときに後悔が生じることはない。そう考えると、現状維持の失敗による後悔を予期させない条件として考えられるのは、1) 現状維持の失敗を予期させない条件、2) 現状変更をして失敗した後悔を予期させる条件である。前者の現状維持の失敗を予期させない条件とは、失敗を予期させないのであるから、後悔も予期させない条件である。本論文では、研究2、研究3において、このような統制条件を設置し、仮説を検討した。そして、後者の現状変更をして失敗した後悔を予期させる条件だが、これは、現状維持の後悔ではなく、現状変更の後悔を予期させることになる。ただし、この場合に、現状維持傾向が高まった、低まった、と論じるには、いずれの後悔も予期をすることがない状態で、現状維持傾向がもともとどの程度なのか、

基準値を測定しておく必要がある。もともとの現状維持傾向の基準値を測定した上で、仮説を検討したのが、研究4、研究5、研究6である。

研究2では、一部データにおいて仮説を支持する結果を得たが、仮説を支持しない結果もあったため、研究3では実験手続きを変更し、再度実験を行った。しかし、研究3でも仮説を支持する十分な結果が得られなかったため、実験の題材、方法を改め、再度仮説検証のため研究4、研究5、研究6を実施した。研究4、研究5、研究6では、仮説を支持する結果を一貫して得たが、それぞれの研究でいくつかの問題点が残されており、その点について考察をし、実験を重ねた。最後に残された問題点については、第6章の4. 研究2から研究6のまとめに記した。

## 1. 研究2「ヘアスタイル変更を題材にした実験室実験」<sup>4</sup>

### 1-1. 研究2 目的

研究2では、ヘアスタイルの選択を題材とし、研究2の仮説を検討した。ヘアスタイルの選択を題材としたのは、身だしなみに気を使う大学生、短大生にとって関心の高い事柄である点が一つ目の理由である。二つ目の理由としては、著者の通う美容室にて尋ねたところ、多くの客は前回と同じような髪型を希望し、大きくヘアスタイルを変える人は少ないと聞いたことにある。このような点からもヘアスタイルの選択を題材とするのは、現状維持バイアスの低減策を検討するのに適していると判断した。

現実の現象として、特に女性は髪型を大きく変えることにためらいがあり、変更して似合わなかった場合の失敗のリスクを大きく見積もっている可能性がある。髪型の選択には現状維持バイアスが大きく働いていると言えるだろう。現在の髪型よりも似合って素敵に見える髪型があった場合、前回と同じ髪型を希望して現状維持することで、もっとよい結果を得る可能性を逃していると言える。髪型を変更することへのためらいの程度には男女差があると考えられたため、本研究では男女別に実験を行った。

また、本研究の仮説は現状に不満を持っている人ほどあてはまると考えた。そもそも、現状に満足している人は、特に現状を変えたいとは思っていないだろう。そのため、現状に満足している人が現状維持することの後悔を想像することは難しいだろう。それに対し、現状に不満を抱いてはいるものの、現状維持をしたところで大きな問題は生じていないので現状維持を選ぶ、と考えている人がいたとしたら、それは現状維持バイアスに陥っている問題状況と言えるだろう。そのような人ほど現状維持のネガティブな側面に注意を向け、現状維持後悔を予期すれば、現状維持バイアスから抜け出すことができるだろう。

本論文では、現状維持バイアスを低減させるのに現状維持後悔の予期が有効であるという仮説を検証し、主張するため、「条件設定による反実思考」という方法を用いて、意思決定者に後悔という感情の帰結までをシミュレーションさせる新しい方法を用いた。

「条件設定による反実思考」について説明する。反実思考とは、「もし、Xだったら、Y

---

<sup>4</sup> 研究2は、次の学会大会で発表された研究データを再分析して博士論文の論旨に沿って構成し直したものである。道家瑠見子 2013. 予期的後悔が現状維持からの脱却に及ぼす影響 日本社会心理学会第54回大会発表論文集、p.444 (2013.11.3. ポスター発表@沖縄国際大学)

だろう」という形をとり、**X**には事実とは異なる状況や行動意思決定が入る。そして、**Y**には、事実と異なる状況でどうなったかという帰結が入る。この帰結部分には、状況や行動、意志、感情といったあらゆるものが入る。本論文で用いる条件設定による反実思考では、**X**の部分に、ある選択肢とそれがもたらす帰結までをあてはめ、**Y**の部分には、後悔感情の帰結をあてはめる。研究2では、もし現状維持の選択をした場合、あとでどんな後悔をしそうかを考えるよう教示をした。

具体的には、ヘアスタイルを今のままにするか、変更するかを決めるとき、現状維持後悔予期条件の参加者は、今の髪型のままであった場合に感じるだろう後悔について考えるよう教示した。これに対し、統制条件の参加者には、今の髪型のままであった場合や試してみたい髪型にした場合に感じるだろう後悔について考えないようにするため、しりとり課題に取り組んだ。

## 作業仮説

現状維持後悔予期条件の参加者は、それを考えない統制条件の参加者よりも、現状維持可能性の評定は低くなるだろう。この傾向は、現在の髪型に不満を持っている人ほど顕著だろう。

## 1-2. 研究2 方法

### 参加者

亜細亜大学短期大学部の「社会心理学」受講生 103 名（男性 23 名,平均年齢 19.16 歳, $SD=2.41$ , 女性 80 名, 平均年齢 18.68 歳, $SD=0.78$ ) が講義中に実験に参加した。参加者には出席平常点に実験参加点が付与された。

### 独立変数の操作

ヘアスタイルの選択に関する質問紙に沿って回答する中で、参加者に髪型を変えるかどうかを決める状況を想定させ、現状維持後悔の予期のありなしを操作した。現状維持後悔の予期あり条件の参加者には、「条件設定による反実思考」により今と同じ髪型であった場合の後悔を考えるよう実験教示した。現状維持後悔の予期をしない統制条件の参加者

には、自発的に後悔を予期することを防ぐため、しりとり課題を行わせた。

## 従属変数

従属変数は、現状維持する可能性の評定により測定した。

## 操作チェック

現状維持後悔の予期の操作チェックとして、独立変数操作時の気分評定の中に「後悔した」という項目を含めた。現状維持後悔予期条件で、統制条件よりも後悔の得点が高くなれば、操作は成功したと考えられる。

## 手続き

参加者は、1セッションにつき30名ほどで実験に参加した。参加者は「選択の心理プロセスに関する実験」に参加してもらおうと説明を受け、実験参加の同意書に署名した。

実験冊子が配布された参加者は、実験参加ID、性別、年齢を記入した。実験冊子は男性用と女性用があった。実験者は、「選択の心理プロセスについて調べるために、ヘアスタイルの選択について質問する」と教示した。実際に実験で用いた質問紙は**付録2**にまとめた。参加者は、**問1**で、現在の自分の髪型をイラストで示すよう言われた。その上で、その髪型をどのくらい気に入っているかを、非常に気に入っているから、全く気に入らない、までの6件法で評定した(**問2**)。これは、ヘアスタイルの選択における「現状」と「現状への満足度」を把握するための質問であった。

次に、実験者からヘアカタログが配られた(**付録2**参照)。カタログは、A4サイズの用紙の両面に印刷されており、24種類のヘアスタイルが掲載されていた。女性用のカタログには、ショートスタイルが7つ(うち、パーマスタイルが3つ)、ミディアムスタイルが9つ(うちパーマスタイルが4つ)、ロングスタイルが8つ(うち、パーマスタイルが5つ)掲載されていた。カタログ作成の際には、ショート、ミディアム、ロングがそれぞれ同数程度含まれるようにした。

男性用のカタログには、ショートスタイルが11(うち、パーマスタイルが1つ)、ミディアムスタイルが11(うち、パーマスタイルが2つ)、ロングスタイルが2つ(2つともパーマスタイル)掲載されていた。カタログ作成の際には、ショートとミディアムがそれぞれ同数程度含まれるようにし、男性のロングスタイルは、もともとロングの人も

希望する人も少ないだろうと推測し、少なめにした。

**問3**では、配布されたカタログを見て、今現在の自分の髪型に近いものを一つ選ぶよう求めた。これはカタログ上での「現状」のヘアスタイルを把握するための設問であった。

**問4**では、配布されたカタログを見て、今とは異なる髪型にするとしたら、どの髪型にしたいかを尋ねた。これはどの髪型を「現状変更」の選択肢として考えているかを把握するための設問であった。

その後、**問5**から**問8**では、ヘアスタイル、ヘアケアに関する質問をした。(問5：美容院、理髪店へ行く頻度、問6：新しい髪型に挑戦するのにどのくらい抵抗があるか、問7：美容院、理髪店でよく受けているサービス、問8：1回あたりの支払料金)

**問9**では、独立変数である、現状維持後悔の予期を操作した。参加者は、髪が伸びてきて美容院(理髪店)に行く必要が出てきたとして、今と同じ髪型にするか、今とは違う髪型にするか考えるよう教示された。そして、問4で選んだ、今とは違う髪型の写真カードを、カタログと一緒に配布されたカードの束から抜き取り、質問紙上に置くよう求められた。その上で、現状維持後悔の予期のありなしを操作した。**現状維持後悔の予期あり条件**の参加者は、現状維持するか現状変更するかを考える際に、「今と同じ髪型のままであった場合、あとでどんな後悔をしそうか考えてください」と教示された。現状維持後悔の予期あり条件の参加者は、1分間、現状変更の候補となる髪型を見ながら、現状維持の後悔について考え続けた。**現状維持後悔の予期なし条件(統制条件)**の参加者は、現状維持するか現状変更するかを考える際に、「髪型(かみがた)から、しりとりをしながらどちらにするか考えてください」と教示された。これは、現状維持の後悔や現状変更の後悔について意識的に考えさせないための操作であった。参加者は1分間、現状変更の候補となる髪型を見ながら、しりとりの結果を質問紙に記入した。

**問10**では、**従属変数を測定**した。現状維持する可能性、現状変更する可能性を評定させた。最初に、現状維持をする可能性について、今の気持ちに最も近い数値を0から100%で答えた。次に、現状変更する可能性についても、今の気持ちに最も近い数値を0から100%で答えた。

**問11**では、独立変数を操作していた際の気分を評定し、具体的にどのようなことを考えていたかを自由記述で尋ねた。気分評定の感情項目としては、ポジティブ感情が、楽しい、幸せな、うれしい、元気な、満たされた、安らいだ、機嫌のよい、の7つ、ネガティブ感情が、不安な、つまらない、後悔した、がっかりした、はずかしい、緊張した、くよ

くよした、の7つあり、全部で14項目あった。それぞれ、1=全くない、2=ほとんどない、3=少しあった、4=たくさんあった、の4件法で測定した。この中の「後悔した」は予期的後悔のありなしの操作チェック項目であった。

実験は、10分程度で終了した。終了後、実験内容についてのディブリーフィングをした。

### 1-3. 研究2 結果

#### 分析対象者

分析対象者は、男性21名、女性76名であった。男性データにおいて、変更候補の髪型がないと回答した者1名と日本語を母語としない留学生1名の合計2名を分析から除外した。女性データにおいては、変更候補の髪型がないと回答した者2名、実験に疑念を抱いた者1名、統制条件で教示に従わず、しりとりを行わなかった者1名の合計4名を分析から除外した。

#### 現状維持可能性指標の算出

従属変数の現状維持可能性は0から100%までで回答してもらっていたが、現状変更の可能性についても同時に0から100%までで回答してもらっていた。現状維持可能性を仮に60%と回答した場合、たいていの回答者は、現状変更可能性は100から60を引いた40%と回答していた。しかし、それぞれ独立に数値を回答することも可能で、たとえば現状維持可能性を60%と回答し、現状変更可能性も60%と回答することもある。現状維持すべきか現状変更すべきか迷っている場合などはこのようにそれぞれ独立に可能性の評定をすることがある。そこで、本研究では、現状維持可能性の評定と現状変更可能性の評定の両方を使って現状維持可能性指標を算出することにした。分析に用いる現状維持可能性指標は、 $\text{現状維持可能性評定} / (\text{現状維持可能性評定} + \text{現状変更可能性評定}) \times 100$ で算出した。

先の例で、現状維持評定60、現状変更評定40の場合、現状維持可能性指標は、 $60 / (40 + 60) \times 100$ で算出すると、60になる。一方、現状維持評定60、現状変更評定60の場合、現状維持可能性指標は、 $60 / (60 + 60) \times 100$ で算出し、50になる。同じ現状維持可能性評定60でも五分五分という意味での50%の50と同等価値と考えられる。現状維持可能性と現状

変更可能性を独立に評定した場合にはこのような修正が必要と考えるため、本研究では、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値を「現状維持可能性指標」とし、分析に用いた。

男性データ、女性データの条件ごとの現状維持可能性指標の平均値は表 2-4. のようになった。男性データにおいて、現状維持後悔予期条件は ( $M=35.38$ )、統制条件 ( $M=56.67$ ) よりも現状維持可能性が低かったが、統計的には有意な差ではなかった ( $t(21)=1.64$ , ns)。女性データにおいて、現状維持後悔予期条件は ( $M=46.50$ )、統制条件 ( $M=46.28$ ) と現状維持可能性が同程度であった ( $t(77)<1$ , ns)。

## 【男性データ】

### 操作チェック

現状維持後悔の予期が操作できているかを確認するため、気分評定項目に含めていた「後悔した」の得点を操作チェック項目として分析した。男性参加者のデータにおいて「後悔した」の平均値は、現状維持後悔予期条件 ( $M=1.91$ ,  $SD=0.44$ ) の方が、統制条件 ( $M=1.83$ ,  $SD=0.84$ ) よりも高かったが、条件間には有意な差は見られなかった ( $t(21)<1$ , ns)。この結果から、操作が十分でなかった可能性も考えられた。

表 2-4. 研究 2 現状維持可能性指標の平均値

	現状維持後悔予期条件		統制条件	
	平均値	(標準偏差)	平均値	(標準偏差)
男性データ	35.38	(35.59)	56.67	(26.31)
女性データ	46.50	(32.29)	46.28	(29.53)

注) 数値は、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値。

値が高いほど現状維持可能性を高いことを表す。

注) 男性データにおいて、現状維持後悔予期条件は n=11, 統制条件は n=12

女性データにおいて、現状維持後悔予期条件は n=43, 統制条件は n=36

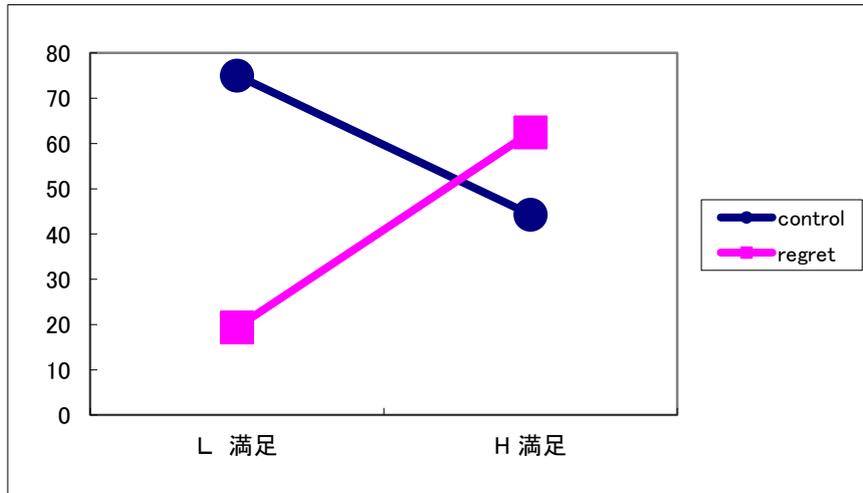


図 2-1. 研究 2 男性データ 現状満足の±1SD 地点での現状維持可能性指標

### 仮説検証

本研究の仮説は、現状に不満がある人ほどあてはまると考えられたため、今の髪型をどのくらい気に入っているかを示す現状満足の項目（問1）の得点を分析に含めることにした。現状満足( $M=2.68$ ,  $SD=0.78$ )をセンタリングし、統制条件を-1, 現状維持後悔予期条件を+1 とエフェクト・コーディングした。センタリングした現状満足, コーディングした後悔予期, およびそれらの積の項目を独立変数, 現状維持可能性を従属変数とした一般線形モデルによる分析を行った。その結果, 後悔予期の主効果( $F(1,18)=2.50, ns$ ), 現状満足の主効果( $F(1,18)<1$ ,  $ns$ )は有意ではなく, 現状満足×後悔予期の交互作用効果が見られた( $F(1,18)=9.33, p<.01$ ; 図 2-1.)。

そこで現状満足の  $M\pm 1SD$  の地点ごとに後悔予期の効果を検討したところ, 現状満足低 ( $M-1SD$ ) の地点での後悔予期の効果は有意で ( $F(1,18)=10.87, p<.005$ ), 現状維持の後悔を予期したときの方が, そのような予期をしない統制条件よりも, 現状維持する可能性は低かった。一方, 現状満足高 ( $M+1SD$ ) の地点での後悔予期の効果は有意ではなかった ( $F(1,18)=1.15, ns$ )。これは仮説を支持する結果であった。

## 【女性データ】

### 操作チェック

女性データにおいても、男性データと同様、現状維持後悔予期の操作がうまくいったかどうかを分析した。女性参加者のデータにおいて「後悔した」の平均値は、現状維持後悔予期条件 ( $M=2.21$ ,  $SD=1.07$ ) の方が、統制条件 ( $M=1.83$ ,  $SD=0.91$ ) よりも高い傾向が見られた( $t(76)=1.68$ ,  $p<.10$ )。この結果から、操作はおおむね成功したとも考えられた。

### 仮説検証

本研究の仮説で想定している現象は、現状に不満があるほど顕著に見られると考えられたため、今の髪型に対する満足度の得点(問1)を分析に加えた。現状満足 ( $M=2.89$ ,  $SD=1.04$ ) をセンタリングし、統制条件を-1、現状維持後悔予期条件を+1 とエフェクト・コーディングした。センタリングした現状満足、コーディングした後悔予期、およびそれらの積の項目を独立変数、現状維持可能性を従属変数とした一般線形モデルによる分析を行った。その結果、現状満足の主効果は有意ではなく ( $F(1,75)=2.44$ , ns)、後悔予期の主効果も有意ではなかった ( $F(1,75)<1$ , ns)。また、現状満足×後悔予期の交互作用効果も有意ではなかった ( $F(1,75)<1$ , ns, 図 2-2. 参照)。

現状満足の  $M\pm 1SD$  の地点ごとの予測値パターンは図 2-2 のようになった。現状満足と現状維持可能性の間に有意な相関は見られなかった ( $r=.19$ , ns)。現状満足が低いときに、現状維持の後悔を予期した条件で現状維持の可能性が低まるということではなかった。よって仮説を支持する結果は得られなかった。

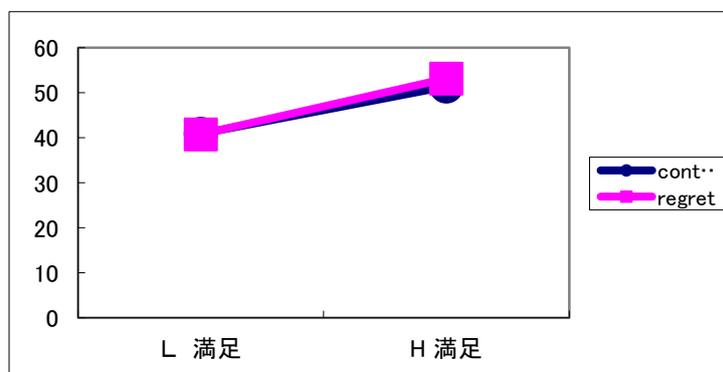


図 2-2. 研究 2 女性データ 現状満足の±1SD 地点での現状維持可能性指標

### 女性データ補足分析

条件操作よりも前に測定していた個人差変数；新しい髪型に挑戦するのにどのくらい抵抗があるか（抵抗感）と、従属変数である現状維持可能性指標との間に正の相関がみられた( $r=.47, p<.001$ )。抵抗感( $M=1.54, SD=.91$ )を平均値でセンタリングし、統制条件を-1, 現状維持後悔予期条件を+1 とエフェクト・コーディングした。センタリングした抵抗感, コーディングした後悔予期, およびそれらの積の項目を独立変数, 現状維持可能性を従属変数とした強制投入法による重回帰分析を行った。その結果, 条件の主効果, 交互作用は有意ではなかったが( $ts(75)<1, ns$ )、抵抗感の主効果が有意だった( $B=15.91, t(75)=4.51, p<.001$ , 図 2-3. 参照)。抵抗感の強い人ほど, 現状維持する可能性が高かった。

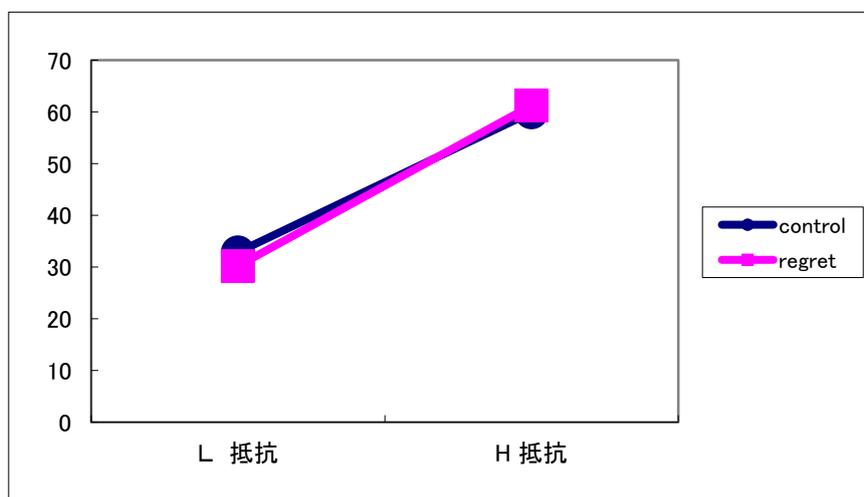


図 2-3. 研究 2 女性データ 抵抗感の±1SD 地点での現状維持可能性指標

#### 1-4. 研究2：考察

研究2では、先行研究における予期的後悔の操作方法では現状維持後悔を予期させられないという問題を解決するため、「条件設定による反実思考」によって後悔をシミュレーションさせる新しい方法を用いた。ヘアスタイルの選択を題材にした研究2の現状維持後悔予期条件では、「もし、今と同じ髪型だった場合、あとでどんな後悔をするだろうか」を考える反実思考をした。それに対する統制条件では、ヘアスタイルの選択について考える時間に、後悔について考えないようにさせるため、しりとり課題に取り組みさせた。研究2では、上記のような「条件設定による反実思考」により、現状維持後悔の予期を操作し、統制条件と比較して、現状維持後悔予期条件の現状維持する可能性が低くなるかどうかを検討した。

その結果、男性データにおいて、現在の髪型に不満を感じている人に限り、仮説を支持する結果を得た。男性参加者のうち、現在の髪型に不満を感じている人ほど、現状維持の後悔を予期した場合、そのような後悔を予期しない場合と比べて、現状維持を望んでいなかった。それに対し、現在の髪型に満足している人は、現状維持の後悔を予期しても、しなくても、現状維持の可能性の評定に違いは見られなかった。この結果は、現在の髪型に不満を感じている人のみに当てはまり、その人数もわずかであるため、結果の解釈には注意が必要である。

一方、女性データにおいては、仮説は支持されなかった。現在の髪型に対する満足、不満足や現状維持後悔の予期の有無によって、現状維持可能性が影響を受けることはなかった。補足分析から読み取れるのは、現状維持をするか現状変更をするかに影響していたのは、もともとの個人差として、髪型を変えるのに抵抗があるかないかという性質だった。ヘアスタイルチェンジに抵抗のある人は現状維持を望み、抵抗のない人は現状変更を望んでいた。残念ながらそこに、現状維持の後悔の予期をしようがしまいが、現状維持・現状変更の選択に変化は見られなかった。

研究2の問題点として、独立変数の操作がうまくいかなかった可能性が考えられる。研究2では、現状維持後悔予期の操作チェック項目として、気分評定に含めた「後悔した」の項目を分析に用いた。操作チェック項目の結果として、男性データでは、現状維持後悔予期条件の方が、統制条件よりも気分として後悔を強く感じているということではなかった。男性参加者は人数も少ないため、仮説を支持するような結果が得られたとは言え、独立変

数の操作がうまくいったかどうかは確かではない。男性の場合、女性よりも髪を切る頻度は多く、ヘアスタイル変更に女性ほど抵抗感がなかったため、男性データにおいては仮説を支持する結果が得られたのかもしれない。

女性参加者データでは、操作チェック項目の結果は予測に沿ったもので、現状維持後悔予期条件の参加者は、統制条件よりも、気分として後悔を感じていた。しかし、女性参加者データに関しては、補足分析の結果からもわかるようにヘアスタイルの大きな変更に抵抗がある人となない人とがいて、そのような個人差がヘアスタイルを変更するかしないかを決めていた。ヘアスタイルを変更するかどうかは、後悔の予期よりも、もともとの個人差としてヘアスタイルを変えることに抵抗のありなしに影響を受けていた。女性を対象として実験を実施する場合、独立変数の操作方法をあらためる必要があるだろう。

また、研究2で用いた実験操作では、現状維持後悔を予期させることができたとしても、現状変更選択肢の良い点に関する情報を処理せずに、反実思考をしてしまう可能性も考えられる。そこで、研究3では、現状変更選択肢の良い点について情報処理した上で、「条件設定による反実思考」により現状維持後悔を予期させる方法に変更を加えて実験を実施した。

## 2. 研究3「女性のヘアスタイル変更を題材にした実験室実験（手鏡使用）」<sup>5</sup>

### 2-1. 研究3 目的

研究2では、男性データにおいて、現状に不満を持つ者に限定的ではあるが、仮説を支持する結果を得たが、女性データにおいては仮説を支持する結果が得られなかった。研究3では研究2と同じくヘアスタイル選択を題材とし、女性を対象として実験手続きを何点か変更し、再度研究2の仮説を検証することを目的とした。

研究3での研究2からの手続き上の変更点は次のとおりである。まず、独立変数の操作が適切でなかったと考えられたため、研究3では独立変数の操作を変更した。研究2では、現状維持後悔予期あり条件の参加者に対して、「今と同じ髪型のままであった場合、あとでどんな後悔をしそうか考えてください」と教示をし、1分間、現状変更の候補となる髪型を見ながら、現状維持の後悔について考えさせた。この操作では、現状維持の後悔について考える際に、現状変更候補の良い点に注意が向かない可能性が考えられた。そこで研究3では、現状変更候補の良い点に注意が向き、現状維持の後悔について考えやすくするため、現状維持後悔予期あり条件の参加者には、手鏡を配り、鏡を見ながら変更候補となる髪型にした場合を想像しやすくなるようにした。また、統制条件では研究2と同様、しりとりをさせる手続きにしたが、しりとりの始めのフレーズを「かみがた」の「た」からではなく、「似合うかな？」の「な」からしりとりをさせた。しりとりをさせるのは、統制条件において、現状維持の後悔や現状変更の後悔について意識的に考えさせないようにするためだ。さらに、研究3では、しりとりの始めのフレーズを「似合うかな？」として、似合うことに対して「?（疑問符）」を付けることで、現状維持の後悔や現状変更の後悔について意識的には考えないが、無意識的なデフォルトとして現状変更の後悔が浮かびやすく現状維持が生じやすくなるようにした。

また、研究2では独立変数操作の直前にヘアスタイルやヘアケアに関する質問をしていたが、研究3ではヘアスタイルやヘアケアに関する質問を独立変数の操作と従属変数の測定の後にした。これは、変更候補のヘアスタイルを選んだ後、ヘアスタイルやヘアケアに

---

<sup>5</sup> 研究3は、次の学会大会で発表された研究データを再分析して博士論文の論旨に沿って構成し直したものである。道家瑠見子 2015. 予期的後悔が現状維持からの脱却に及ぼす影響（2）日本社会心理学会第56回大会発表論文集、p.127（2015.10.31. ポスター発表@東京女子大学）

関する質問に回答することで、現状選択肢と現状変更選択肢に関して独立変数の操作を受ける前に考えていることを中断されることを防ぐためである。

### **作業仮説**

後悔について考える現状維持後悔予期条件の参加者は、それを考えない統制条件の参加者よりも、現状維持可能性の評定は低くなるだろう。この傾向は、現在の髪型に不満を持っている人ほど顕著だろう。

## **2-2. 研究3 方法**

### **参加者**

津田塾大学で社会心理学Aを受講する女子大学生 45 名(平均年齢 20.29 歳、 $SD=2.53$ )が講義中に実験に参加した。参加者には出席平常点として実験参加点が付与された。

### **独立変数**

研究2と同じく、現状維持の後悔の予期あり・なしを独立変数として操作したが、操作方法に変更を加えた。研究3でも、現状維持後悔予期条件では「条件設定による反実思考」により今と同じ髪型であった場合の後悔を考えさせた。研究3の現状維持後悔の予期条件では、現状変更選択肢については良い点を、現状維持選択肢については悪い点を考えるよう教示した。その際、イメージが鮮明になるよう手鏡を用いて、髪型を変えた場合、変えなかった場合を想像するよう教示した。一方、現状維持後悔予期をしない統制条件では、研究2と同様、しりとり課題に取り組んだ。

### **従属変数**

研究2と同じ方法を用いて、現状維持する可能性の評定により測定した。

### **操作チェック**

研究2と同じ方法で、気分評定に「後悔した」という項目を含めた。これを現状維持後悔の操作チェック項目とした。

## 手続き

参加者は、1セッションにつき 25 名ほどで実験に参加した。参加者は「選択の心理プロセスに関する実験」に参加してもらおうと説明を受け、実験参加の同意書に署名した。

実験冊子が配布された参加者は、実験参加 ID、性別、年齢を記入した。実験者は、「選択の心理プロセスについて調べるために、ヘアスタイルの選択について質問する」と教示した。参加者は、**問1**で、現在の自分の髪型をイラストで示すよう言われた。実際の実験で用いた質問紙は**付録3**にまとめた。さらに、全体の長さ（あごより上、肩より上、肩くらい、胸くらい、腰くらい）とパーマのありなしを尋ねた。その上で、その髪型をどのくらい気に入っているかを、非常に気に入っているから、全く気に入らない、までの6件法で評定した（**問2**）。これは、ヘアスタイルの選択における「現状」と「現状への満足度」を把握するための質問であった。

次に、実験者からヘアカタログが配られた。カタログは、A4 サイズの用紙の両面に印刷されており、24 種類のヘアスタイルが掲載されていた。女性用のカタログには、ショートスタイルが7つ（うち、パーマスタイルが3つ）、ミディアムスタイルが9つ（うちパーマスタイルが4つ）、ロングスタイルが8つ（うち、パーマスタイルが5つ）掲載されていた。カタログ作成の際には、ショート、ミディアム、ロングがそれぞれ同数程度含まれるようにした。

**問3**では、配布されたカタログを見て、今現在の自分の髪型に近いものを一つ選ぶよう求めた。これはカタログ上での「現状」のヘアスタイルを把握するための設問であった。

**問4**では、配布されたカタログを見て、今とは異なる髪型にするとしたら、どの髪型にしたいかを尋ねた。これはどの髪型を「現状変更」の選択肢として考えているかを把握するための設問であった。

**問5**では、独立変数である、現状維持後悔の予期を操作した。参加者は、髪が伸びてきて美容院に行く必要が出てきたとして、今と同じ髪型にするか、今とは違う髪型にするか考えるよう教示された。そして、問4で選んだ、今とは違う髪型の写真カードを、カタログと一緒に配布されたカードの束から抜き取り、質問紙上に置くよう求められた。その上で、現状維持後悔の予期のありなしを操作した。**現状維持後悔の予期あり条件**の参加者には、スタンド式で顔が十分に映る大きさの手鏡（大きさ 11cm×14cm）を配った。そして参加者は「この髪型に変えたら、どんな雰囲気の自分になれるそう？まわりから良い反応と

して、どう言われそう？今と同じ髪型のままだったら、あとでどんな後悔をしそう？」と教示を受け、その点について考えるよう求められた。現状維持後悔の予期あり条件の参加者は、1分間、現状変更の候補となる髪型と鏡を使って自分の髪型を見ながら、現状維持の後悔について考え続けた。統制条件である、現状維持後悔の予期なし条件の参加者は、選択の心理プロセスとして、選んだ髪型のカードを見ながら、しりとりをさせた。（「似合うかな？」の「な」から、しりとりをさせた。）これは、現状維持の後悔や現状変更の後悔について意識的に考えさせないための操作であった。参加者は1分間、現状変更の候補となる髪型を見ながら、しりとりの結果を質問紙に記入した。なお、統制条件の参加者には手鏡は配布していない。

問6では、従属変数を測定した。現状維持する可能性、現状変更する可能性を評定させた。最初に、現状維持をする可能性について、今の気持ちに最も近い数値を0から100%で答えた。次に、現状変更する可能性についても、今の気持ちに最も近い数値を0から100%で答えた。

問7では、独立変数を操作していた際の気分を7項目の感情語に対して4件法で（1=全くない、2=ほとんどない、3=少しあった、4=たくさんあった）で評定し、具体的にどのようなことを考えていたかを自由記述で尋ねた。気分評定の感情項目としては、ポジティブ感情が、楽しい、幸せな、うれしい、の3つ、ネガティブ感情が、不安な、後悔した、恥ずかしい、緊張した、の4つあり、全部で7項目あった。この中の「後悔した」は予期的後悔のありなしの操作チェック項目であった。

問8では、ヘアカタログに掲載されていた髪型の数について多いと感じたか少ないと感じたかを尋ねた（非常に多い、やや多い、ちょうどよい、やや少ない、少ない）。

その後、問9から問12では、ヘアスタイル、ヘアケアに関する質問をした。（問9：美容院へ行く頻度、問10：新しい髪型に挑戦するのにどのくらい抵抗があるか、問11：美容院、理髪店でよく受けているサービス、問12：1回あたりの支払料金）

実験は、10分程度で終了した。終了後、実験内容についてのディブリーフィングをした。

## 2-3. 研究3 結果

### 分析対象者

分析対象者は、実験の意図に気がついた1名を分析から除外し、44名であった。

### 操作チェック

問7での気分評定項目のうち、「後悔した」は予期的後悔ありなしの操作チェック項目であった。「後悔した」の平均値は、統制条件 ( $M=1.77$ ,  $SD=0.97$ ) よりも現状維持後悔予期条件 ( $M=2.32$ ,  $SD=0.95$ ) の方が高かった。これに対し、対応のないt検定を実施したところ、条件間に有意傾向差が認められた ( $t(42)=1.89$ ,  $p<.07$ )。操作におおむね成功したと考えられた。

### 現状維持可能性指標の算出

研究2と同様の理由から、研究3でも、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値を「現状維持可能性指標」とし、分析に用いた。

### 仮説検証

条件ごとの現状維持可能性指標の平均値は表 2-5. のようになった。

現状維持後悔予期条件は、統制条件よりも、現状維持可能性が低くなると予測していたが、そのような平均値のパターンは見られなかった。むしろ、平均値パターンとしては仮説と逆の結果になった。

表 2-5. 研究3 現状維持可能性指標の平均値

	現状維持後悔予期条件		統制条件	
	n=22		n=22	
	平均値	(標準偏差)	平均値	(標準偏差)
現状維持可能性指標	44.38	(31.07)	42.87	(25.12)

注) 数値は、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値。

値が高いほど現状維持可能性を高いことを表す。

ただし、現状への満足感が低いときに上記のような結果が得られると考えていたので、現状満足 ( $M=2.80$ ,  $SD=1.11$ ) をセンタリングし、統制条件を-1、現状維持後悔予期条件を+1 とエフェクト・コーディングした。センタリングした現状満足、コーディングした現状維持後悔予期、およびこれらの積の項目を独立変数、現状維持可能性指標を従属変数とした一般線形モデルによる分析を行った。

現状維持可能性を従属変数として分析を行った結果、現状維持後悔予期の主効果は有意ではなかった( $F(1,40)<1$ , ns)。現状満足の主効果は有意だった( $F(1,40)=16.56$ ,  $p<.001$ )。現状維持後悔予期×現状満足の交互作用は有意ではなかった( $F(1,40)<1$ , ns)。よって仮説は支持されなかった。

現状満足の  $M\pm 1SD$  地点ごとの予測値パターンは図 2-4. のようになった。現状満足と現状維持可能性指標との間に有意な相関がみられた( $r=.53$ ,  $p<.001$ )。パターンとして、現状満足が低いときに、現状維持の後悔を予期した条件で現状維持可能性が低まるという結果を示していたが、統計的に有意な結果ではなく、仮説は支持されなかった。

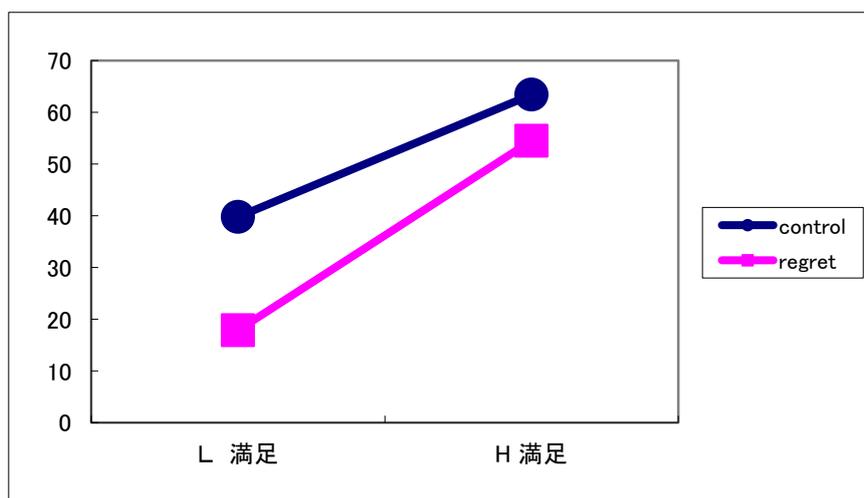


図2-4. 研究3 現状満足±1SD地点での現状維持可能性指標

### 補足分析 抵抗感と現状維持

研究2と同様、個人差変数である抵抗感(新しい髪型に挑戦するのにどのくらい抵抗感があるか)と従属変数である現状維持可能性指標との間に正の相関がみられた( $r=.38, p<.05$ )。抵抗感( $M=1.55, SD=.73$ )を平均値でセンタリングし、センタリングした抵抗感、コーディングした後悔予期、およびそれらの積の項目を独立変数、現状維持可能性指標を従属変数として強制投入した重回帰分析を行った。その結果、条件の主効果、交互作用は有意ではなかったが( $t(40)<1, ns$ ), 抵抗感の主効果が有意だった( $B=14.59, t(40)=2.63, p<.05$ , 図2-5参照)。抵抗感の強い人ほど、現状維持する可能性が高かった。

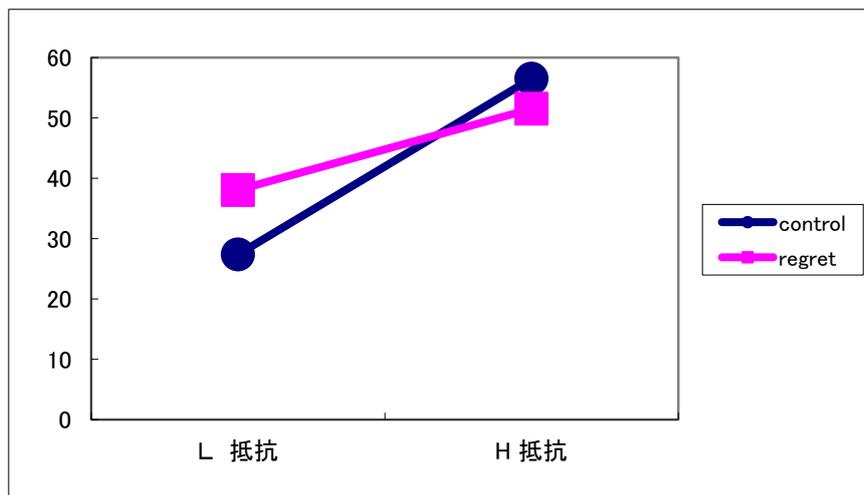


図2-5. 研究3 抵抗感±1SD地点での現状維持可能性指標

### 補足分析 現状維持現状変更の判断中の感情状態

操作チェック項目であった「後悔した」以外の項目も含めた、気分評定の平均値は以下の表 2-6. のようになった。統制条件よりも現状維持後悔予期あり条件の方がネガティブ感情は高まっていたことがわかった。

表 2-6. 研究 3 気分評定の感情項目の平均値

	統制条件	現状維持後悔予期条件	統計的検定
<b>ネガティブ感情</b>			
後悔した	1.77 (0.97)	2.32 (0.95)	$t(42)=1.89, p<.07$
不安な	2.18 (0.91)	2.82 (0.66)	$t(42)=2.66, p=.01$
恥ずかしい	1.68 (1.09)	2.59 (1.10)	$t(42)=2.76, p<.01$
緊張した	1.64 (0.95)	2.32 (1.04)	$t(42)=2.27, p<.03$
<b>ポジティブ感情</b>			
楽しい	2.95 (1.00)	2.86 (0.77)	$t(42)<1, ns$
幸せな	2.55 (0.86)	2.73 (1.03)	$t(42)<1, ns$
うれしい	2.55 (1.06)	2.59 (0.73)	$t(42)<1, ns$

注) 表中の数値は感情項目の平均値。1=全くない, 2=ほとんどない, 3=少しあった, 4=たくさんあった, の4件法。値が高いほどその感情を感じていたことを示す。括弧内数値は標準偏差。

## 2-4. 研究3 考察

研究3において残念ながら、仮説を支持する結果は得られなかった。現状維持後悔予期条件は、統制条件よりも、現状維持可能性が低くなると予測していたが、そのような結果は得られず、現在の髪型に満足していなくても、現状維持可能性は両条件間で同程度だった。操作チェック項目から、現状維持後悔予期条件において、操作はおおむね成功し、参加者の感情状態もネガティブになっていたが、その感情に基づき、現状維持を回避しようとする判断にまでは至らなかったと考えられる。後悔予期よりも判断に影響を与えたのは、研究2と同様、現状満足と抵抗感の可能性が高かった。補足分析の結果は、「現状に満足しているほど、現状維持する。」、「抵抗感が高いほど、現状維持する。」ということを示していた。

もう一つの補足分析から、判断中の感情状態は、実験条件の影響を受けていたことがわかった。概して、実験条件は統制条件よりも、ネガティブ感情が強まっていた。ポジティブ感情は実験条件も統制条件も同程度であった。現状維持の後悔を予期させる条件で、現状変更のよい側面に注意が向き、ポジティブな感情状態になると考えていたが、そのようにはならなかった。

また、鏡を使って、現状維持のよくない点について考えるようにしたつもりだったが、鏡を使うことで、現状変更した場合をシミュレーションしやすくなり、「この新しい髪形は似合わないのではないか？」という不安をあおり、現状変更の失敗した場合を考えやすくなってしまったかもしれない。つまり、実験条件において、現状維持の後悔ではなく、現状変更の後悔を予期させてしまった可能性が考えられた。

### 3. 研究2 研究3 まとめ

研究2、研究3では、先行研究における予期的後悔の操作方法における問題を解消することを目的に、「条件設定による反実思考」という新たな操作方法を用いた。先行研究では、あとで意思決定の結果を知ることになると伝える方法を用いてきた。しかし、先行研究の方法では、現状変更による失敗と後悔を予期してしまい、現状維持の失敗と後悔を予期することが難しいという問題があった。その場合、現状維持バイアスから抜け出すことはできないだろう。

研究2では、ヘアスタイルの選択を題材とし、「今と同じ髪型だった場合、あとでどんな後悔をするだろうか」と考える反実思考を促した。研究3では、「もし、髪型を変えたら、どんな雰囲気自分になれるだろうか、まわりから良い反応としてどう言われるだろうか」と考えさせ、現状変更選択肢の良い側面に注意を向けるよう促した後、「今と同じ髪型だった場合、あとでどんな後悔をするだろうか」と考える反実思考を促した。

研究2、研究3の実験結果からは、仮説を支持する結果を十分に得ることはできなかった。研究2の男性参加者データで、現状に不満をもつ者に限り、仮説に沿った結果を得たが、限定的でデータ数も少ないため、この結果を解釈するには注意が必要である。研究2の女性データでは、仮説を支持する結果が得られず、女性参加者に対して再度検討した研究3でも、仮説を支持する結果は得られなかった。

まず、研究2、研究3で用いた「条件設定による反実思考」によって独立変数である現状維持後悔の予期の操作がうまくいったのかどうかについて考える。女性参加者を対象にした研究2と研究3の操作チェック項目の分析では、現状維持後悔予期条件は、統制条件よりも「後悔した」の平均値は統計的に有意に高い傾向が見られた。このことから独立変数の操作はおおむね成功したと言えそうだが、注意が必要である。なぜなら、独立変数の効果が従属変数に認められず、仮説を支持する結果を得ていない点をまず挙げられるからである。さらに、ここで用いた操作チェック項目は気分評定の中の「後悔した」であって、回答者が予期的後悔として答えたか、回顧的後悔として答えたか、現状維持後悔として答えたか、現状変更後悔として答えたか、どれに該当するのか不明確である。そのため、この操作チェック項目が適切だったかどうかという問題が残っている。

次に、研究2、研究3で要求特性が働いた可能性があることを、残された問題として挙げておく。研究2、研究3では、「条件設定による反実思考」でどんな後悔をしそうかシミュレーションさせたが、「後悔」という言葉を直接的に用いたことで、参加者が仮説を予測してしまい、要求特性が働いた可能性がある。参加者は、後悔を考えるよう教示を受け、現状維持後悔を予期したら、後悔を避けるために、現状維持は選択しないでいた方がよいのだろう、と実験の仮説を推測しやすくなるだろう。

女性参加者を対象としたヘアスタイルの選択を題材にした場合、ヘアスタイル変更に大きな抵抗感がある人となない人とがいて、そのような個人差がヘアスタイルを変更するかしないかの決定因になっていた可能性がある。女性参加者を対象としたヘアスタイルの選択を題材にした場合、上記のとおり、統制しきれない変数が多く存在すると考えられる。引き続き本論文の仮説を検証するにあたり、実験操作で操作する変数以外の変数を統制しやすいシナリオ実験に方法を変え、研究4、研究5、研究6を実施する。

## 第6章 研究4から研究6：シナリオ実験による現状維持バイアスの低減策

### 1. 研究4「冷蔵庫の購買選択を題材としたシナリオ実験」<sup>6</sup>

#### 1-1. 研究4 目的

研究4以降は、研究2、研究3での問題点を踏まえ、実験方法を変えて本論文の仮説について引き続き検討する。

研究4は、研究5、研究6の予備的研究として位置づけられる。シナリオ実験で用いるシナリオの適性を確認するため、少人数の参加者を対象に実施した。シナリオ上で独立変数を操作し、その直後に従属変数を測定した。

研究4では、現状維持と現状変更の選択肢のポジティブ情報とネガティブ情報をシナリオ上に提示し、この情報から現状維持による後悔、現状変更による後悔を予測させる方法を用いた。現状維持後悔を予測させる操作方法として、研究4の現状維持後悔予測条件では、現状維持選択肢のネガティブ情報と現状変更選択肢のポジティブ情報を提示した。そして現状維持後悔予測条件の比較対象として、現状変更後悔予測条件を設置した。現状変更後悔予測条件では、現状維持選択肢のポジティブ情報と現状変更情報のネガティブ情報を提示した。

研究4では、シナリオ実験で冷蔵庫の購買選択を題材に扱った。現状維持選択肢である冷蔵庫は、譲ってもらったもので、気に入っていたが故障したという状況とした。現状変更選択肢は、現状選択肢と同等の価格ではあるが、機能面で現状維持選択肢よりも優れているものとした。単純に考えるならば、機能が優れている現状変更選択肢にした方がよさそうだが、口コミ情報として、現状維持選択肢のポジティブ情報と現状変更選択肢のネガティブ情報に触れる現状変更後悔予測条件では、現状維持傾向が強まると予測される。しかし、現状維持選択肢のネガティブ情報と現状変更選択肢のポジティブ情報に触れる現状維持後悔予測条件では、現状維持傾向は弱まり現状変更の方向へと傾くだろう。

---

<sup>6</sup> 研究4は未発表データである。

## 作業仮説

現状維持による後悔を予期した現状維持後悔予期条件の参加者は、現状変更による後悔を予期した現状変更後悔予期条件の参加者よりも、現状維持をする可能性を低く見積もるだろう。

## 1-2. 研究4 方法

### 参加者

都内私立大学の大学生 21 名（男性 13 名、女性 8 名、平均年齢 21.00 歳、 $SD=1.30$ ）が社会心理学の演習時間内に質問紙に回答した。

### 独立変数

現状維持後悔の予期を操作し、現状維持後悔予期条件の比較対象として、現状変更後悔予期条件を設けた。現状維持後悔予期条件では、シナリオ中に現状維持選択肢のネガティブ情報と現状変更選択肢のポジティブ情報を提示した。現状変更後悔予期条件では、現状変更選択肢のネガティブ情報と現状維持選択肢のポジティブ情報を提示した。

### 従属変数

現状維持可能性の評定により従属変数を測定した。現状選択肢を購入する場合を現状維持とし、その可能性を 0 から 100% までで回答してもらった。具体的には次のように尋ねた。「今まで使ってきた物と同じ冷蔵庫を買う可能性と、外国メーカーの冷蔵庫を買う可能性は、それぞれどのくらいでしょうか。それぞれ、0%から 100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。」

### 操作チェック

研究4では操作チェック項目は設けなかった。研究4では、シナリオ情報が参加者に適切に理解されているかを確認するため、現状維持可能性を判断するときどの情報を重視したのか、判断の理由を自由記述で求めた。自由記述内容は**付録4**にまとめた。

## 手続き

参加者は、演習時間内に設けられた時間で、各自のペースで質問紙に回答した。実際に用いた質問紙は付録4参照。質問紙には、シナリオが冒頭部分に提示され、現状維持選択肢と現状変更選択肢のそれぞれを選ぶ可能性を判断し、最後に判断の理由を時由記述形式で回答を求めた。

### 研究4で用いたシナリオ：現状維持後悔予期条件（括弧内は現状変更後悔予期条件）

一人暮らしを始めるにあたり、先輩から冷蔵庫を譲ってもらった。それは国内の大手メーカーのもので、4年前に買ったばかりといわれていた。譲ってもらった冷蔵庫は、デザイン、サイズ、機能ともに満足のいくもので気に入っていた。しかし、それを使い始めて半年後、突然壊れ、新しい冷蔵庫を買うはめになった。どれにしようかと情報を集めていくと、選択肢が二つにしぼられた。

一つは、これまで使っていた冷蔵庫と同じもので、それは古いモデルであるため、かなり安く売られていた。しかし、購入者の口コミを見ていくと、数年で故障した例がちらほら見られ、寿命が短いのではないかと思った。（現状変更後悔予期条件；購入者の口コミを見ていくと、概して満足度は高く、問題はなさそうだった。）

もう一つは、同じくらい安い価格で売られている外国メーカーのものだった。サイズ、デザインは、これまで使っていたものとほとんど同じで気に入りそうだった。ただし、機能に関しては、新しい便利な機能が追加されていて、こちらの方が優れていた。購入者の口コミを見ていくと、概して満足度は高く、問題はなさそうだった。（現状変更後悔予期条件；しかし、購入者の口コミを見ていくと、数年で故障した例がちらほら見られ、寿命が短いのではないかと思った。）

### 1-3. 研究4 結果

#### 現状維持可能性指標の算出

研究2と同様の理由から、研究4でも、現状維持可能性評定／（現状維持可能性評定＋現状変更可能性評定）×100で算出した値を「現状維持可能性指標」とし、分析に用いた。

#### 仮説検証

条件ごとの現状維持可能性指標の平均値は表2-7.のようになった。現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件（ $M=19.35$ ）は、現状変更後悔予期条件（ $M=66.50$ ）よりも低かった。現状維持可能性指標に対し、対応のないt検定を実施したところ、予測通り、現状維持後悔予期条件は、現状変更後悔予期条件よりも、現状維持可能性の評定は低かった（ $M_s=19.35$  vs  $66.50$ ,  $t(19)=4.35$ ,  $p<.001$ ）。これは仮説に一致する結果であり、現状維持後悔を予期したことで、現状維持バイアスが低減することを示している。

#### 判断の理由の自由記述

従属変数の測定後に、質問紙の問2として、現状維持、現状変更の判断の理由を自由記述形式で回答を求めた。その結果のまとめは付録4参照。自由記述の内容をみると、判断理由として、参加者がどの情報を重視したかがわかるが、「～を選ぶと後悔しそうだ」というような後悔に言及するものは見当たらなかった。

表 2-7. 研究4 現状維持可能性指標の平均値

	現状維持後悔予期条件		現状変更後悔予期条件	
	n=11		n=10	
	平均値	(標準偏差)	平均値	(標準偏差)
現状維持可能性指標	19.35	(19.41)	66.50	(29.63)

注) 数値は、現状維持可能性評定／（現状維持可能性評定＋現状変更可能性評定）×100で算出した値。  
値が高いほど現状維持可能性を高いことを表す。

#### 1-4. 研究4 考察

研究4では、現状維持後悔予期条件で、現状変更後悔予期条件よりも、現状維持可能性の評定は低く、現状維持後悔を予期したことで、現状維持バイアスが低減することを示す結果を得た。これは仮説を支持する結果だが、研究4にはいくつかの問題点が残されている。まず、統制条件を設けていなかったため、現状維持バイアスが低減したのかどうか十分に示すことができていない。また、研究4で得られた結果は、ネガティブ情報を受け、そのネガティブな結果を避けようとした結果として現状維持や現状変更が生じた可能性があり、後悔の予期がなされていない可能性も残されている。

そこで、研究5では、研究4の問題点を解決する形で実験を実施した。現状維持後悔を予期する前と後とは、現状維持可能性が低まるのかどうかを確認できる実験手続きにした。具体的には、まずネガティブ情報を提示せずに現状維持選択肢と現状変更候補選択肢の基本情報を提示し、その時点で現状維持と現状変更のどちらを選択する可能性が高いかを調べることにした。次に、後悔予期条件では、現状維持後悔の予期、または、現状変更後悔の予期をさせる情報を提示し、このような情報を得た場合、選択を変えるかそのままにしておくかを尋ねる。このとき与えられた情報から、「もし～ならば…だろう」と反実思考させる方法を取り、後悔を予期させることで、研究4の問題点として挙げられた後悔の予期がなされていないという可能性を排除する。後悔の予期がされていない可能性があるという問題は、失敗の予期と後悔の予期が同時に操作されているということであり、先行研究に残された問題点でもあった。研究5では、それを研究2、研究3で用いた「条件設定による反実思考」の方法を改良し、現状維持後悔もしくは現状変更後悔を予期させる実験手続きに変更した。

## 2. 研究5「冷蔵庫の購買選択と温泉旅行先の選択を

### 題材にしたシナリオ実験」<sup>7</sup>

#### 2-1. 研究5 目的

研究4では、仮説を支持する結果を得たが、いくつかの問題点が残されていた。まず、研究4の方法では、現状維持傾向の変化をみる基準点がないため、現状維持後悔または現状変更後悔を予想することで現状維持可能性が高まったのか、低まったのかが明らかではない。つまり、現状維持後悔を予想することによって、現状維持傾向が低減するという仮説を十分に示せてはいない。また、研究4の結果は、現状維持選択肢のネガティブ情報を処理することで失敗が予想されたにすぎず、現状維持の後悔が予想されなかった可能性も考えられた。

そこで、研究5では、現状維持後悔を予想する前後で、現状維持可能性が低まるのかどうかを確認できる実験計画、実験手続きに変更した。さらに、研究5では、研究2、研究3で用いた「条件設定による反実思考」の手続きを改良した。研究5では、現状維持後悔予想条件も、現状変更後悔予想条件も、まずネガティブ情報が提示されていない現状維持選択肢と現状変更選択肢の基本情報に基づき、現状維持可能性の判断をした。次に、「条件設定による反実思考」により、後悔の予想を操作した。「もし、現状維持（現状変更）選択肢に関する別のネガティブ情報を得た場合、あなたはどのようにするでしょうか」と問いかけ、現状維持（現状変更）の後悔を予想させた。その後、従属変数である現状維持可能性の判断をさせた。現状維持可能性の判断を被験者内要因として測定することにより、実験操作である後悔予想によって現状維持可能性が高まるのか低まるのかを確認できるようにした。

予測として、選択肢の基本情報だけで最初に現状維持するかどうかを判断したときには、現状維持バイアスが見られ、現状維持可能性の評定は偶然確率の50%よりも高くなると考えた。その後、「条件設定による反実思考」によって、現状維持可能性を判断したときには、独立変数の要因の効果があらわれ、現状維持後悔予想条件は、現状変更後悔予想条件よりも、現状維持可能性が低くなると考えた。

研究2、研究3で用いた「条件設定による反実思考」は、「現状維持選択肢を選んだ場合にあとでどんな後悔をしそうか考えて下さい」と教示するものだった。これにより現状維

---

<sup>7</sup> 研究5は未発表データである。

持後悔は予期されたと考えられるが、現状維持後悔を予期した結果として現状維持は選びにくくなるだろうと、実験参加者が実験の仮説を推測しやすくなってしまった可能性も考えられた。そこで研究5では、直接的に「後悔」ということばを含めて「現状維持選択肢を選んだら、あとでどんな後悔をしそうか考えて下さい」と教示するのではなく、現状維持選択肢を選んだことによる後悔が生じそうな情報、つまり、現状維持選択肢のネガティブ情報に焦点を当て、そのような状況で自分がどうするかを考えさせ、後悔を予期させる教示を行った。

### 作業仮説

よって、研究5の作業仮説は次の通りである。

現状維持による後悔を予期した現状維持後悔予期条件は、現状変更による後悔を予期した現状変更後悔予期条件よりも、現状維持をする可能性を低く見積もるだろう。

研究5では実験参加者を変えて二度、実験を実施したため、それぞれ研究5A、研究5Bとして報告する。

## 2-2. 研究5 方法と結果

### 2-2-1. 研究5A 方法

#### 参加者

亜細亜大学経営学部で「組織心理学」を受講する学生71名（男性39名、女性32名、平均年齢20.99歳、 $SD=0.77$ ）が講義時間内に質問冊子に回答した。冷蔵庫シナリオには36名（男性22名、女性14名、平均年齢20.81歳、 $SD=0.79$ ）が回答した。温泉シナリオには35名（男性17名、女性18名、平均年齢21.17歳、 $SD=0.71$ ）が回答した。

#### 独立変数の操作と実験計画

研究4と同じく、現状維持後悔を操作し、現状維持後悔予期条件の比較対象として、現状変更効果予期条件を用いた。研究5では、シナリオ上に提示される情報を読んだ後、「条

件設定による反実思考」により、現状維持後悔を予期させた。

研究5では、現状維持バイアスによって現状維持が選好されたとしても、「条件設定による反実思考」を用いて現用維持後悔を予期すれば、現状維持傾向が低減することを示すため、現状維持可能性の判断を二度測定する実験計画とした。研究5では、シナリオ中に示される基本情報だけで、最初の現状維持可能性の判断を求め、その次にシナリオに提示される選択肢の情報から条件設定による反実思考をさせ、後悔を予期させた。最後にもう一度、現状維持可能性の判断を行った。よって、研究5の実験計画は 2（判断のタイミング；事前・事後）×2（後悔予期：現状維持後悔・現状変更後悔）とした。前の要因は反復測定の被験者内要因で、後ろの要因は被験者間要因である。

### **従属変数**

現状維持可能性の評定を従属変数とし、現状維持を選択する可能性を0から100%までで回答してもらった。

### **手続き**

参加者は、授業時間内の講義開始前の時間に質問紙に回答した。最初に年齢、性別に回答した後、各自のペースでシナリオの文章を読み、質問に答えた。調査は15分程度で終了し、最後に調査内容に関する用紙を配り、ディブリーフィングをした。

### **質問紙の構成**

シナリオは、研究4で用いた冷蔵庫シナリオと、新たに作成した温泉旅行シナリオの2種類あった。いずれのシナリオもまずは二つの選択肢の基本情報だけを提示し、それに基づき、最初の現状維持可能性の判断を求めた。その後、現状維持選択肢または現状変更選択肢のネガティブな口コミ情報を知った場合を反実思考することで後悔を予期させ、その場合に現状維持可能性はどの程度になるか判断を求めた。最後に、判断の理由を自由記述形式で回答を求めた。実際に用いた質問紙は、**付録5**参照。

## ①シナリオで選択肢の基本情報を提示

### 冷蔵庫シナリオ

一人暮らしを始めるにあたり、先輩から冷蔵庫を譲ってもらった。それは国内の大手メーカーのもので、4年前に買ったばかりといわれていた。譲ってもらった冷蔵庫は、デザイン、サイズ、機能ともに満足のいくもので気に入っていた。しかし、それを使い始めて半年後、突然壊れ、新しい冷蔵庫を買うはめになった。どれにしようかと情報を集めていくと、選択肢が二つにしばられた。

一つは、これまで使っていた冷蔵庫と同じもので、それは古いモデルであるため、かなり安く売られていた。

もう一つは、同じくらい安い価格で売られている外国メーカーのものだった。サイズ、デザインは、これまで使っていたものとほとんど同じで気に入りそうだ。ただし、機能に関しては、新しい便利な機能が追加されていて、こちらの方が優れていた。

### 温泉旅行シナリオ

毎年、自分を含め4人グループで友人たちと温泉旅行をしている。正直なところ、去年の旅館はいまいちだった。それに対し、2年前の旅館はかなりよく、これまでで一番よかったのではないかとさえ思う。メンバーは、旅館に対する評価には厳しいので、満足のいく旅館を探す必要がある。幹事をやるときには大変だ。これまでの旅行で、以前行ったことのある旅館にもう一度泊まることもあった。メンバーは、毎年違うところでないと言わない。今年は、自分が幹事で、どこにしようかと宿を探した結果、選択肢が二つにしばられた。行く先は幹事が自分で決めることになっている。

一つは、2年前に行ったところで、価格も予算内で、料理、部屋、温泉、温泉街の町並み、全て満足のいくものだったと記憶している。実際、今年調べてみてもなかなかよさそうである。

もう一つは、初めて行くところだ。価格も予算内で、料理、部屋、温泉、温泉街の町並みも同じくらいよさそうである。ただし、こちらの旅館は予算オーバーにはなるが、追加料金を払うことで、海を一望できる景色のよい部屋を予約できる点では、こちらの旅館の方が優れていた。

## ②最初の現状維持可能性の判断【事前】

### 冷蔵庫シナリオ

今まで使ってきた物と同じ冷蔵庫を買う可能性と、外国メーカーの冷蔵庫を買う可能性は、それぞれどのくらいでしょうか。

それぞれ、0%から100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。

### 温泉旅行シナリオ

2年前に行った旅館を予約する可能性と、初めて行く旅館を予約する可能性は、それぞれどのくらいでしょうか。

それぞれ、0%から100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。

③後悔予期の操作と従属変数の測定【事後】

冷蔵庫シナリオ

**現状維持後悔予期条件**

これまで使っていた冷蔵庫と同じもの（現状変更後悔予期条件；二つ目の候補に挙げた外国メーカーの冷蔵庫）について調べていたときに、もし、購入者の口コミの中に数年で故障した例がいくつか見られたとしたら、あなたはどのようにするでしょうか今まで使ってきた物と同じ冷蔵庫を買う可能性と、外国メーカーの冷蔵庫を買う可能性は、それぞれどのくらいでしょうか。それぞれ、0%から100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。

温泉旅行シナリオ

**現状維持後悔予期条件**

二年前に行った旅館（現状変更後悔予期条件；二つ目の候補の初めて行く旅館）について調べている時に、もし、宿泊者の最近の口コミで「料理は期待していたほどおいしくはなかった」というものがあつたとしたら、あなたはどのようにするでしょうか。二年前に行った旅館を予約する可能性と、初めて行く旅館を予約する可能性は、それぞれ、0%から100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。

## 2-2-2. 研究5A 結果

### 分析対象者

現状維持可能性、現状変更可能性の質問に対し、事前事後両方を答えていない者が各条件に1名ずついたため、現状維持後悔予期条件は16名、現状変更予期条件18名が分析の対象となった。

### 現状維持可能性指標の算出

本研究でも、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値を「現状維持可能性指標」とし、分析に用いた。

### 研究5A 冷蔵庫シナリオ

現状維持可能性指標の条件ごとの平均値は図 2-6(付録7 表 2-8) のようになった。事前の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件も現状変更後悔予期条件も同程度だが ( $M_s=35.31$  vs  $38.8$ )、事後の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件( $M=18.75$ )は、現状変更後悔予期条件( $M=64.2$ )よりも低かった。ただし、事前の現状維持可能性の判断で現状維持バイアスが見られたかという点、評定値は偶然確率の 50%よりも低く、事前の判断で現状維持バイアスは認められなかった。

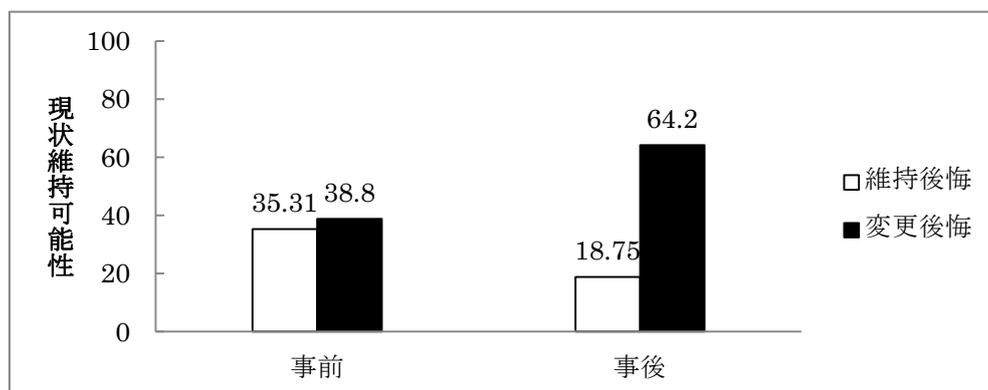


図 2-6. 研究5A 冷蔵庫シナリオ 現状維持可能性指標の平均値

注) 数値は、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値  
値が高いほど現状維持可能性を高いことを表す。

現状維持可能性指標に対し、反復測定を含む、2（判断のタイミング；事前・事後）×2（後悔予期：現状維持後悔・現状変更後悔）の分散分析を実施した。その結果、後悔予期の主効果が有意で( $F(1,32)=7.73, p<.01$ )、判断のタイミングの主効果は有意ではなかった( $F(1,32)=2.07, ns$ )。予測していた、後悔予期×判断のタイミングの交互作用は有意だった( $F(1,32)=46.65, p<.001$ )。

事前の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルの t 検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件と現状変更後悔予期条件の間には、有意な差は認められなかった( $M_s=35.31$  vs  $38.80, t(32)<1, ns$ )。また、選択肢の基本情報だけを提示されたときにも現状維持バイアスが見られるかどうかを調べるため、現状維持可能性の平均値( $M=37.16$ )と評定値の理論的中央値50.5の間に有意な差があるかどうかを検討した。その結果、現状維持可能性は50.5よりも有意に低く( $t(33)=2.89, p<.05$ )、偶然確率よりも現状維持可能性が低く評定されていることがわかった（参加者は、事前評定において現状変更の選択肢を選好している可能性があった）。よって、残念ながら、基本情報だけを提示した場合の事前の現状維持可能性の評定には現状維持バイアスが見られなかった。

事後の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルの t 検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件( $M=18.75$ )の方が、現状変更後悔予期条件( $M=64.20$ )よりも現状維持可能性が有意に低かった( $t(32)=4.90, p<.001$ )。これは、現状維持後悔を予期すると、現状維持バイアスが低減し、現状維持可能性が低くなることを示しており、仮説に一致する結果であった。

## **研究 5A 温泉旅行シナリオ**

温泉旅行シナリオにおいても、現状維持可能性指標を算出し、分析に用いた。現状維持可能性指標の条件ごとの平均値は図 2-7(付録 7 表 2-9) のようになった。事前の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件も現状変更後悔予期条件も同程度だが ( $M_s=41.04$  vs  $45.00$ )、事後の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件( $M=33.44$ )は、現状変更後悔予期条件( $M=67.19$ )よりも低かった。ただし、事前の現状維持可能性の判断で現状維持バイアスが見られたかということ、評定値は偶然確率の 50%よりも低くかった。

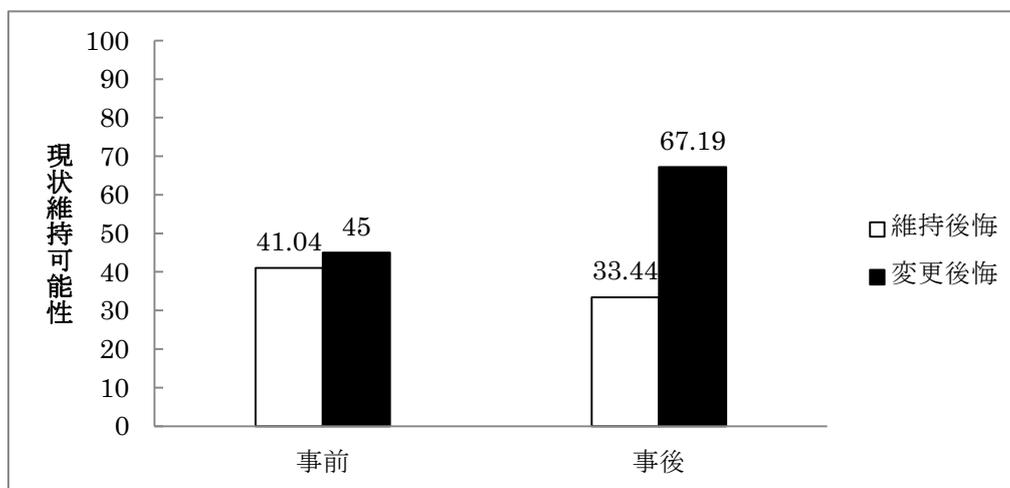


図 2-7. 研究 5 A 温泉旅行シナリオ 現状維持可能性指標の平均値

注) 数値は、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値。  
値が高いほど現状維持可能性を高いことを表す。

現状維持可能性指標に対し、反復測定を含む、2 (判断のタイミング ; 事前・事後) × 2 (後悔予期 : 現状維持後悔・現状変更後悔) の分散分析を実施した。その結果、後悔予期の主効果が有意で ( $F(1,30)=6.57, p<.05$ )、判断のタイミングの主効果には有意な傾向が認められた ( $F(1,30)=4.25, p<.05$ )。予測していた、後悔予期 × 判断のタイミングの交互作用は有意だった ( $F(1,30)=17.74, p<.001$ )。

事前の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルの t 検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件と現状変更後悔予期条件の間には、有意な差は認められなかった ( $M_s=41.04$  vs  $45.00, t(30)<1, ns$ )。また、選択肢の基本情報だけを提示されたときにも現状維持バイアスが見られるかどうかを調べるため、現状維持可能性の平均値 ( $M=43.02$ ) と評定値の理論的中央値  $50.5$  の間に有意な差があるかどうかを検討した。その結果、現状維持可能性は偶然確率よりも現状維持可能性が低く評定されている傾向が見られた ( $t(31)=1.95, p<.10$ )。参加者は、事前評定において現状変更の選択肢を選好している可能性があった。よって、残念ながら、研究 5 でも、基本情報だけを提示した場合の事前の現状維持可能性の評定には現状維持バイアスが見られなかった。

事後の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルの t 検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件 ( $M=33.44$ ) の方が、現状変更後悔予期条件 ( $M=67.19$ ) よりも現状

維持可能性が有意に低かった ( $t(30)=3.95, p<.01$ )。これは、現状維持後悔を予期すると、現状維持バイアスが低減し、現状維持可能性が低くなることを示しており、仮説に一致する結果であった。

### **判断理由の自由記述**

従属変数の測定後に、質問紙の問4として、現状維持・現状変更の判断の理由を自由記述形式で回答を求めた。その結果は**付録7**にまとめた。

## **2-2-3. 研究5B 方法**

### **参加者**

青山学院女子短期大学で「社会心理学」を受講する女子学生62名（平均年齢18.93歳， $SD=0.75$ ）が実験に参加した。参加者のうち、32名が現状維持後悔予期条件に、30名が現状変更後悔予期条件にランダムに割り振られた。参加者が取り組んだのは冷蔵庫シナリオの1種類のみであった。

### **独立変数と実験計画**

研究5Aと同様、2（判断のタイミング；事前・事後）×2（後悔予期：現状維持後悔・現状変更後悔）の実験計画とした。前の要因は反復測定 of 被験者内要因で、後ろの要因は被験者間要因である。

### **従属変数**

現状維持可能性の評定を従属変数とし、現状維持を選択する可能性を0から100%までで回答してもらった。

### **手続き**

参加者は、授業時間内の講義終了後の時間に質問紙に回答した。最初に年齢、性別に回答した後、各自のペースでシナリオの文章を読み、質問に答えた。調査は15分程度で終了し、最後に調査内容に関する用紙を配り、ディブリーフィングをした。

## 質問紙の構成

シナリオは、研究5Aで用いた冷蔵庫シナリオの一種類であった。シナリオ内の情報や従属変数の測定、独立変数の操作などすべて、研究5Aと同じであった。

### 2-2-4. 研究5B 結果

#### 分析対象者

現状維持可能性、現状変更可能性の質問に対し、事前事後両方を答えていない者が現状変更後悔予期条件に2名いたため、現状維持後悔予期条件 32名、現状変更後悔予期条件 28名が分析の対象となった。

#### 研究5B 冷蔵庫シナリオ

研究5Bでも、現状維持可能性指標を算出し、分析に用いた。現状維持可能性指標の条件ごとの平均値は図2-8(付録7表2-10)のようになった。

事前の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件も現状変更後悔予期条件も同程度だが ( $M_s=35.70$  vs  $34.87$ )、事後の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件( $M=14.46$ )は、現状変更後悔予期条件( $M=63.73$ )よりも低かった。ただし、事前の現状維持可能性の判断で現状維持バイアスが見られたかという点、評定値は偶然確率の50%よりも低くかった。

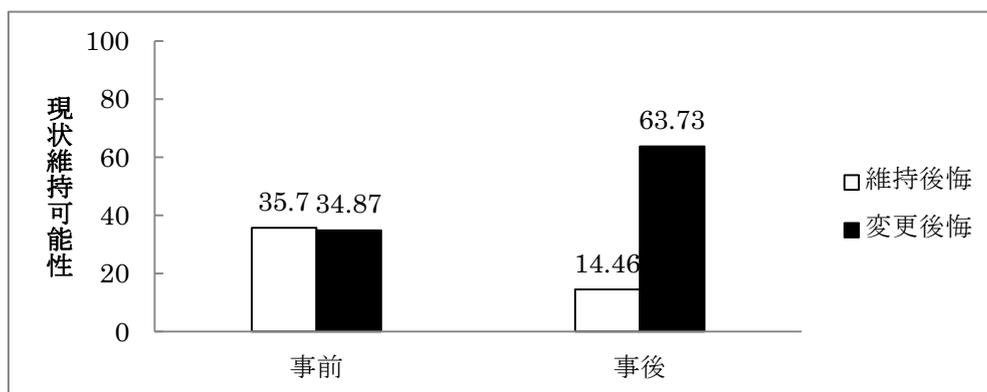


図2-8. 研究5B 冷蔵庫シナリオ 現状維持可能性指標の平均値

注) 数値は、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100で算出した値。

値が高いほど現状維持可能性を高いことを表す。

現状維持可能性指標に対し、反復測定を含む、2（判断のタイミング；事前・事後）×2（後悔予期：現状維持後悔・現状変更後悔）の分散分析を実施した。その結果、後悔予期の主効果が有意で( $F(1,58)=23.05, p<.001$ )、判断のタイミングの主効果は有意ではなかった( $F(1,58)=1.90, ns$ )。予測していた、後悔予期×判断のタイミングの交互作用は有意だった( $F(1,58)=82.20, p<.001$ )。

事前の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルのt検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件と現状変更後悔予期条件の間には、有意な差は認められなかった( $M_s=35.70$  vs  $34.87, t(58)<1, ns$ )。また、選択肢の基本情報だけを提示されたときにも現状維持バイアスが見られるかどうかを調べるため、現状維持可能性の平均値( $M=35.31$ )と評定値の理論的中央値50.5の間に有意な差があるかどうかを検討した。その結果、現状維持可能性は偶然確率よりも有意に低く評定されていることがわかった( $t(59)=5.51, p<.001$ )。参加者は、事前評定において現状変更の選択肢を選好している可能性があった。よって、残念ながら、基本情報だけを提示した場合の事前の現状維持可能性の評定には現状維持バイアスが見られなかった。

事後の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルのt検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件( $M=14.46$ )の方が、現状変更後悔予期条件( $M=63.73$ )よりも現状維持可能性が有意に低かった( $t(58)=8.31, p<.001$ )。これは、現状維持後悔を予期すると、現状維持バイアスが低減し、現状維持可能性が低くなることを示しており、仮説に一致する結果であった。

### **判断の理由の自由記述**

従属変数の測定後に質問紙の問4として現状維持・現状変更の判断の理由を自由記述形式で回答を求めた。その結果は**付録7**にまとめた。

## **2-3. 研究5 考察**

研究5では、研究4での方法上の問題点を改善し実験を実施した結果、研究4と同様の結果を得ることができた。仮説に一致して、現状維持後悔を予期すると、現状変更後悔を

予期した場合よりも、選択として現状維持をする可能性が低くなっていた。このことは、現状維持バイアスを低減させるのに現状維持後悔の予期が有効であることを示唆していた。また、新たに作成した温泉旅行シナリオにおいても、冷蔵庫シナリオを同様の結果を得ることができた点で研究の意義があったといえる。

研究5で用いた「条件設定による反実思考」により後悔を予期させる方法は、「あなたは どうするでしょうか」と問いかけることで、「あなたは、それを選んだら後悔する でしょうか」というように、直接的に後悔を予期させることを回避した。これにより、研究2、研究3で問題となった点、参加者が仮説を推測してしまう可能性、後悔予期に要求特性が働く可能性を排除することができたと考えられた。

しかし、現状維持選択肢、もしくは現状変更選択肢のネガティブ情報を受けて「あなたは どうするでしょうか」という問いかけによる反実思考で現状維持後悔と現状変更後悔を 本当に予期できたのかどうかを考えなくてはならない。研究2、研究3から独立変数の操 作方法に変更を加えた研究5にも、独立変数の操作方法は適切だったのかどうかという問 題が残された。これについては、操作チェック項目があれば解決できた問題かもしれない が、シナリオ実験において、操作チェック項目は設けていなかった。この問題については 研究6の考察でも再度触れる。

さらに、研究5には他にも問題が残されていた。選択肢の基本情報だけで判断をしたと きに現状維持よりも現状変更が選好される結果となり、最初の段階で現状維持バイアスが 生じていなかったことは大きな問題である。このことは、基本情報の提示後に現状維持可 能性を測定することで明らかになったことであり、基本情報の提示後に現状維持可能性を 測定していなかった研究4ではわからなかったことであった。

最初の段階で現状維持バイアスが生じなかった原因として考えられるのは、現状維持の 選択肢と現状変更の選択肢の間で、現状変更の選択肢の方が少し優れているように提示し た点にあるかもしれない。現状変更の選択肢の方が優れていると明記してしまったために、 現状維持と現状変更のどちらかを選ぶ際に、現状変更のメリットが判断の根拠として利用 された可能性が考えられる。つまり、現状維持の選択肢に少しもメリットがないのに対し、 現状変更の選択肢には何も問題点がなくメリットが際立つように感じる状況を設定してし まった可能性が考えられた。そのような状況では、現状変更を選ぶことになり、現状維持 バイアスは生じないだろう。

### 3. 研究6「冷蔵庫の購買選択と温泉旅行先の選択を題材にしたシナリオ実験 (シナリオ上の情報に変更を加えて)」<sup>8</sup>

#### 3-1. 研究6 目的

研究5では、研究4での方法上の問題点を改善し、研究4と同様の結果を得ることができた。仮説に一致して、現状維持後悔を予期すると、現状変更後悔を予期した場合よりも、選択として現状維持をする可能性が低くなっていた。これは、現状維持後悔の予期が現状維持バイアスを低減させるのに役立つことを示唆している。しかし、選択肢の基本情報だけで判断をしたときの最初の段階で現状維持バイアスが生じていないという問題が残されていた。

研究6では、選択肢の基本情報を提示した後の現状維持可能性の判断で現状維持が生じるような方法に改善し、再度、現状維持バイアスから脱却するのに予期的現状維持後悔が役立つことを示すことを目的とする。方法の改善策として、シナリオで提示する現状維持選択肢と現状変更選択肢の情報を変更した。まず、冷蔵庫シナリオでは、シナリオ中人物の使用期間を長くすることで現状維持選択肢である冷蔵庫への愛着が読み取れるようにする。シナリオ中人物の先輩が使っていた年数を「4年」から「1年」に減らし、シナリオ中人物の本人が使っていた年数を「半年」から「3年」に増やした。次に、現状変更選択肢への不確実性への不安要素を追加するため、「外国メーカー」という情報を「中国メーカー」とした。家電製品では安くて優良な中国メーカー品も出てきている昨今だが、日本の家電製品への信頼性が高く評価され続けているのも現実だろう。

温泉旅行シナリオでも、現状変更選択肢への不確実性への不安要素を追加するため、次のような変更をした。シナリオ中の最後の一文を「ただし、こちらの旅館は予算オーバーにはなるが、追加料金を払うことで、海を一望できる景色のよい部屋を予約できる点では、こちらの旅館の方が優れていた。」から「ただし、こちらの旅館では予算内の部屋に限りがあり、予約できるかどうか不確実である。もし、ワンランク上の海を一望できる景色のよい部屋になってしまった場合、追加料金が発生して予算オーバーになってしまう。」に変更

---

<sup>8</sup> 研究6は、次の学会大会で発表された研究データを再分析して博士論文の論旨に沿って構成し直したものである。道家瑠見子 2016. 予期的後悔が現状維持からの脱却に及ぼす影響 (3) 日本社会心理学会第57回大会発表論文集、p.199 (2016.9.18. ポスター発表 @関西学院大学)

した。また、本質的な問題点の改善につながる変更ではないが、温泉旅行シナリオの独立変数の操作で後悔を予期させるとき、口コミの提示方法を次のように変更した。研究5では「もし、宿泊者の最近の口コミで「料理は期待していたほどおいしくはなかった」というものがあつたとしたら、あなたはどうするでしょうか」としていたが、研究6では「もし、宿泊者の最近の口コミの中に、料理はおいしくはなかったという内容がいくつもみられたとしたら、あなたはどうするでしょうか」と変更した。研究5の口コミの提示方法では、ネガティブな具体的な口コミが1件あつたととらえられてしまう可能性があるが、研究6の提示方法に変更することで、ネガティブな口コミがいくつあつたと読み取れるようにした。カギ括弧つきで「料理は期待していたほどおいしくなかった」とすると具体的な口コミを提示する形になってしまうが、研究6では、カギ括弧をはずすことで、料理はおいしくないという抽象的な情報が回答者に伝わり、回答者がいくつかの具体的な口コミを想像するようにした。

研究6でも、研究5と同じく、後悔の予期を要因として操作し、現状維持後悔予期条件と現状変更後悔予期条件を比較した。また、研究5と同じく、現状維持可能性の判断を被験者内要因として二度測定する実験計画にした。シナリオ中に示される選択肢の基本情報だけで最初の現状維持可能性を判断したときに、現状維持バイアスが見られ、現状維持が偶然確率の50%よりも高くなると予測した。その後、「条件設定による反実思考」により後悔を予期させ、後悔予期の現状維持可能性評価への影響を検討した。参加者には、現状維持選択肢もしくは、現状変更選択肢のネガティブ情報を得たという条件設定で、そのような状況で自分がどう考えるかを想像させ、後悔を予期させた。最後に従属変数として現状維持可能性の判断への回答を求めた。

## **作業仮説**

研究6は、研究5で用いたシナリオ情報に変更を加えたものであるため、作業仮説は以下の通り、研究5と同じである。

現状維持後悔予期条件は、現状変更後悔予期条件よりも、現状維持をする可能性を低く見積もるだろう。

## 3-2. 研究6 方法

### 参加者

津田塾大学で「社会心理学B」を受講する女子大学生43名(平均年齢20.67歳,  $SD=2.57$ )が実験に参加した。参加者には実験参加点が付与された。研究6では実施上の都合で、一人の回答者が冷蔵庫シナリオを読んで質問に回答した後、続けて温泉旅行シナリオを読んで質問に回答するという手続きをとった。その際、冷蔵庫シナリオと温泉旅行シナリオでは、後悔予期の条件が異なっていた。

### 独立変数と実験計画

独立変数は、後悔の予期であり、現状維持後悔予期条件と現状変更後悔予期条件を設けた。研究5と同じく、2(判断のタイミング; 事前・事後) × 2(後悔予期: 現状維持後悔・現状変更後悔)の実験計画とした。前の要因は反復測定 of 被験者内要因で、後ろの要因は被験者間要因である。

### 従属変数

現状維持可能性の評定を従属変数とし、現状維持を選択する可能性を0から100%までで回答してもらった。

### 手続き

参加者は、授業時間内の講義終了後の時間に質問紙に回答した。最初に年齢、性別に回答した後、各自のペースでシナリオの文章を読み、質問に答えた。調査は15分程度で終了し、最後にディブリーフィングをした。

### 質問紙の構成

実際に用いた質問紙は付録6にまとめた。シナリオは、2種類あり、一人の回答者が冷蔵庫シナリオを読んで質問に回答した後、続けて温泉旅行シナリオを読んで質問に回答するという手続きをとった。その際、冷蔵庫シナリオと温泉旅行シナリオでは、後悔予期の条件が異なっていた。研究6では、シナリオ中のいくつかの点が研究5と異なるが、シナリオの基本的な構成は研究5と同じであった。いずれのシナリオもまずは二つの選択肢の

基本情報だけを提示し、それに基づき、最初の現状維持可能性の判断を求めた。その後、現状維持選択肢または現状変更選択肢のネガティブな口コミ情報を知った場合を反実思考させ、その場合に現状維持可能性はどのようになるか判断を求めた。また、最後に判断の理由を自由記述形式で回答を求めた。

研究5と異なるシナリオ中の情報は以下に斜体で記した。

## ①シナリオで選択肢の基本情報を提示

### 冷蔵庫シナリオ

一人暮らしを始めるにあたり、先輩から冷蔵庫を譲ってもらった。それは国内の大手メーカーのもので、1年前に買ったばかりといわれていた。譲ってもらった冷蔵庫は、デザイン、サイズ、機能ともに満足のいくもので気に入っていた。しかし、それを使い始めて3年後、突然壊れ、新しい冷蔵庫を買うはめになった。どれにしようかと情報を集めていくと、選択肢が二つにしばられた。一つは、これまで使っていた冷蔵庫と同じもので、それは古いモデルであるため、かなり安く売られていた。もう一つは、同じくらい安い価格で売られている中国メーカーのものだった。サイズ、デザインは、これまで使っていたものとほとんど同じで気に入りそうだ。ただし、機能に関しては、新しい便利な機能がいくつか追加されていて、こちらの方が優れていた。

### 温泉旅行シナリオ

毎年、自分を含め4人グループで友人たちと温泉旅行をしている。正直なところ、去年の旅館はいまいちだった。それに対し、2年前の旅館はかなりよく、これまでで一番よかったのではないかとさえ思う。メンバーは、旅館に対する評価には厳しいので、満足のいく旅館を探す必要があり、幹事をやる時には大変だ。これまでの旅行で、以前行ったことのある旅館にもう一度泊まることもあった。メンバーは、毎年違うところでないかと嫌だとは言わない。今年は、自分が幹事で、どこにしようかと宿を探した結果、選択肢が二つにしばられた。行く先は幹事が自分で決めることになっている。一つは、2年前に行ったところで、価格も予算内で、料理、部屋、温泉、温泉街の町並み、全て満足のいくものだったと記憶している。実際、今年調べてみてもなかなかよさそうである。もう一つは、初めて行くところだ。価格も予算内で、料理、部屋、温泉、温泉街の町並みも同じくらいよさそうである。ただし、こちらの旅館では予算内の部屋は数に限りがあり、予約できるかどうか不確定である。もし、ワンランク上の部屋で、海を一望できる景色のよい部屋になった場合、追加料金が発生して予算オーバーになってしまう。

## ②最初の現状維持可能性の判断【事前】

### 冷蔵庫シナリオ

今まで使ってきた物と同じ冷蔵庫を買う可能性と、中国メーカーの冷蔵庫を買う可能性は、それぞれどのくらいでしょうか。

それぞれ、0%から100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。

### 温泉旅行シナリオ（研究5と同じ）

2年前に行った旅館を予約する可能性と、初めて行く旅館を予約する可能性は、それぞれどのくらいでしょうか。

それぞれ、0%から100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。

### ③後悔予期の操作と従属変数の測定【事後】

#### 冷蔵庫シナリオ

##### **現状維持後悔予期条件**

これまで使っていた冷蔵庫と同じもの（現状変更後悔予期条件；二つ目の候補に挙げた中国メーカーの冷蔵庫）について調べていたときに、もし、購入者の口コミの中に数年で故障した例がいくつか見られたとしたら、あなたはどのようにするでしょうか今まで使ってきた物と同じ冷蔵庫を買う可能性と、中国メーカーの冷蔵庫を買う可能性は、それぞれどのくらいでしょうか。それぞれ、0%から100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。

#### 温泉旅行シナリオ

##### **現状維持後悔予期条件**

二年前に行った旅館（現状変更後悔予期条件；二つ目の候補の初めて行く旅館）について調べている時に、もし、宿泊者の最近の口コミの中に、料理はおいしくはなかったという内容がいくつか見られたとしたら、あなたはどのようにするでしょうか。二年前に行った旅館を予約する可能性と、初めて行く旅館を予約する可能性は、それぞれ、0%から100%でどのくらいか、今のあなたの気持ちに最も近い数値をお答えください。

### 3-3. 研究6 結果

#### 分析対象者

参加者 43 名全てが分析対象者であった。

#### 現状維持可能性指標の算出

本研究でも、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値を「現状維持可能性指標」とし、分析に用いた。

#### 研究6 冷蔵庫シナリオ

冷蔵庫シナリオの現状維持可能性指標の条件ごとの平均値は図 2-9(付録8 表 2-11)のようになった。事前の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件も( $M=48.77$ )現状変更後悔予期条件( $M=60.67$ )も 50%から 60%の評定値であった。事後の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件( $M=28.90$ )の方が、現状変更後悔予期条件( $M=77.81$ )よりも低かった。ただし、事前の現状維持可能性の判断で、現状維持バイアスが見られたかということ、評定値は、偶然確率の 50%と同程度であり、現状維持バイアスは見られなかった。

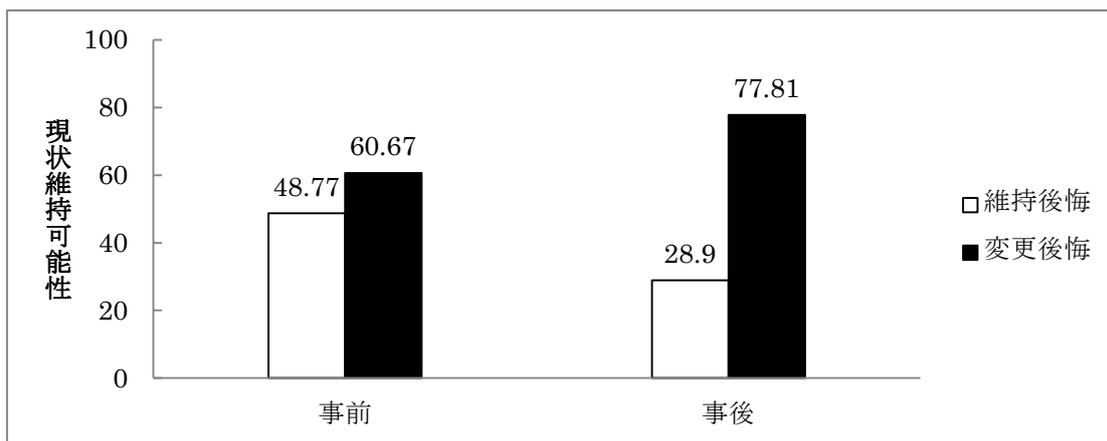


図 2-9. 研究6 冷蔵庫シナリオ 現状維持可能性指標の平均値

注) 数値は、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値。

値が高いほど現状維持可能性を高いことを表す。

現状維持可能性指標に対し、反復測定を含む、2（判断のタイミング；事前・事後）×2（後悔予期：現状維持後悔・現状変更後悔）の分散分析を実施した。その結果、後悔予期の主効果が有意で( $F(1,41)=16.20, p<.001$ )、判断のタイミングの主効果は有意ではなかった( $F(1,41)<1, ns$ )。予測していた、後悔予期×判断のタイミングの交互作用は有意だった( $F(1,41)=68.18, p<.001$ )。

事前の現状維持可能性指標に対し、独立したサンプルの t 検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件と現状変更後悔予期条件の間には、有意な差は認められなかった ( $M_s=48.77$  vs  $60.67, t(41)=1.34, ns$ )。また、選択肢の基本情報だけを提示されたときにも現状維持バイアスが見られるかどうかを調べるため、現状維持可能性指標の平均値 ( $M=54.58$ )と評定値の理論的中央値50.5の間に有意な差があるかどうかを検討した。その結果、現状維持可能性は50.5と有意な差は認められなかった ( $t(42)<1, ns$ )。偶然確率よりも現状維持可能性が偶然確率よりも高く評定されてはいないことがわかった。よって、残念ながら、基本情報だけを提示した場合の事前の現状維持可能性指標には現状維持バイアスが見られなかった。

事後の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルの t 検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件 ( $M=28.90$ )の方が、現状変更後悔予期条件 ( $M=77.81$ )よりも現状維持可能性が有意に低かった ( $t(41)=7.24, p<.001$ )。これは、現状維持後悔を予期すると、現状維持バイアスが低減し、現状維持可能性が低くなることを示しており、仮説に一致する結果であった。

## **研究6 温泉旅行シナリオ**

温泉旅行シナリオにおいても、現状維持可能性指標を算出し、分析に用いた。現状維持可能性指標の条件ごとの平均値は図 2-10 (付録8 表 2-12)のようになった。事前の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件も ( $M=51.67$ )現状変更後悔予期条件 ( $M=53.86$ )も50%程度の評定値であった。事後の現状維持可能性は、現状維持後悔予期条件 ( $M=34.29$ )の方が、現状変更後悔予期条件 ( $M=71.18$ )よりも低かった。ただし、事前の現状維持可能性の判断で、現状維持バイアスが見られたかという点、評定値は、偶然確率の50%と同程度であり、現状維持バイアスは見られなかった。

現状維持可能性指標に対し、反復測定を含む、2（判断のタイミング；事前・事後）×

2（後悔予期：現状維持後悔・現状変更後悔）の分散分析を実施した。その結果、後悔予期の主効果が有意で( $F(1,41)=8.44, p<0.1$ )、判断のタイミングの主効果は有意ではなかった( $F(1,41)<1, ns$ )。予測していた、後悔予期×判断のタイミングの交互作用は有意だった( $F(1,41)=37.74, p<.001$ )。

事前の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルの t 検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件と現状変更後悔予期条件の間には、有意な差は認められなかった( $M_s=51.67$  vs  $53.86, t(41)<1, ns$ )。また、選択肢の基本情報だけを提示されたときにも現状維持バイアスが見られるかどうかを調べるため、現状維持可能性指標の平均値( $M=52.79$ )と評定値の理論的中央値50.5の間に有意な差があるかどうかを検討した。その結果、現状維持可能性指標は50.5との間に有意な差は見られなかった( $t(41)<1, ns$ )。よって、残念ながら、基本情報だけを提示した場合の事前の現状維持可能性の評定には現状維持バイアスが見られなかった。

事後の現状維持可能性指標の評定値に対し、独立したサンプルの t 検定を実施したところ、現状維持後悔予期条件( $M=34.29$ )の方が、現状変更後悔予期条件( $M=71.18$ )よりも現状維持可能性が有意に低かった( $t(41)=4.88, p<.001$ )。これは、現状維持後悔を予期すると、現状維持バイアスが低減し、現状維持可能性が低くなることを示しており、仮説に一致する結果であった。

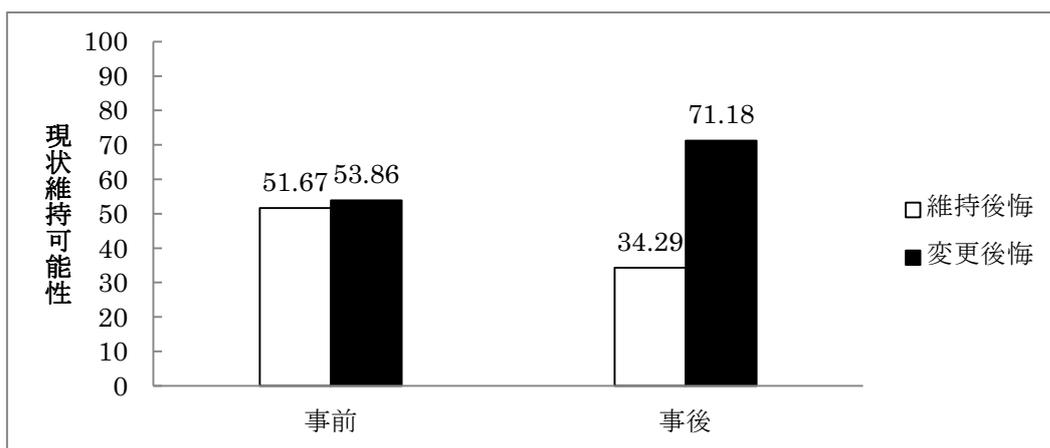


図 2-10. 研究 6 温泉旅行シナリオ 現状維持可能性指標の平均値

注) 数値は、現状維持可能性評定 / (現状維持可能性評定 + 現状変更可能性評定) × 100 で算出した値。

値が高いほど現状維持可能性を高いことを表す。

## **判断の理由の自由記述**

従属変数測定後に質問紙の間4として、現状維持、現状変更の判断理由を自由記述形式で回答を求めた。その結果は**付録8**にまとめた。

### **3-4. 研究6 考察**

研究6では、選択肢の基本情報だけで判断したとき、冷蔵庫シナリオの現状維持可能性指標の平均値 ( $M=54.58$ )、温泉旅行シナリオの現状維持可能性指標の平均値 ( $M=52.79$ ) は、評定値の理論的中央値 50.5 よりも大きな値となり、平均値パターンとして、現状維持選択肢の方が現状変更選択肢よりも好まれるという結果を得たが、統計的に有意な結果ではなかった。しかし、研究5からシナリオ上の情報をいくつか変更することで、現状維持選択肢の方が好まれるよう改善した結果、このような結果が得られたと解釈することができる。そして、研究4、研究5と一貫して、現状維持後悔の予期をすると、現状変更後悔を予期する場合よりも、現状維持を選択する可能性が低くなるという結果を得た。これは、現状維持後悔の予期が現状維持バイアスを低減させる効果があるという仮説を支持する結果であった。

しかし、研究6にも問題が残されている。独立変数の操作が本当にうまくいったのか、現状維持選択による後悔感情を予期させることができたのかと言う問題である。研究6でも後悔予期を操作するのに「条件設定による反実思考」を用いた。具体的には、現状維持（変更）の選択肢について調べている時に、それに関するネガティブな情報を得たしたら、あなたはどうするだろうか、と考えさせた。その上で現状維持（現状変更）を選ぶ気持ちがどの程度あるか答えるという方法であった。もちろん、選択肢のネガティブな情報に触れれば、その選択肢を選ぶことへの失敗が想像・予期されるだろう。これを選んだら失敗だと思うだろう。本研究ではそのようなとき、あなたはどうかと考えさせる「条件設定による反実思考」を方法として用いていた。これを選んで失敗したらどう感じるだろうかというメンタルシミュレーションは、後悔の予期を引き起こすだろう。そのため、後悔予期の操作はうまくいったと考えられるが、現状維持の失敗の予期だけでも現状変更へと選択を促すことができるのではないか、という批判が考えられるだろう。この問題については、次の「研究2から研究6 まとめ」の項で議論をする。

#### 4. 研究2から研究6 まとめ

研究2から研究6では、停滞をもたらす現状維持傾向から抜け出す方法について実証的に検討した。Inman and Zeelenberg (2002) の概念的追試を行った研究1の結果から、たとえ現状維持バイアスが頑健な現象だとしても、現状維持を選択したことによる後悔を強く予期させる条件を設定すれば、その後悔を回避するために、現状変更へ選択を移行させることができると考えられた。これまでの研究では、人々に現状維持傾向があることを指摘するものの、停滞をもたらす現状維持傾向からどうしたら抜け出せるのかについて実証的な検討はあまり行われていない。また、意思決定前に想像、予期された後悔が判断に影響を及ぼすことを示した研究はあるものの、どのような後悔を強く予期するかによって、意思決定の方向性が変わってくるという視点での研究はまだ十分でない。そこで、本論文では、研究2から研究6において、停滞をもたらす現状維持傾向から抜け出す方策として、現状維持を選択したことによる後悔を強く予期させることが有効であることを実証することを第一の目的とした。

そして、第二の目的は、予期的後悔の操作方法として、意思決定者に後悔という感情の帰結までをシミュレーションさせる新しい方法、「条件設定による反実思考」を用いて、仮説を検討することであった。これまでの研究では、予期的後悔を操作する際、意思決定の結果のフィードバックがあつたのである、と伝える方法を用いていた。しかし、この方法では、選択の失敗の予期を操作しているが、現状維持の後悔の予期を操作できないという問題があった。研究2から研究6で用いた「条件設定による反実思考」では、例えば、「もし、～を選んで失敗したら、後悔するだろう」というように、条件設定の部分にある選択肢とそれがもたらす結果までを含め、帰結部分に後悔感情の推測を含めた。

本論文は、意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更選択肢に対しては、ネガティブな情報への注意を減らし、ポジティブ情報に注目させ、現状維持選択肢に対しては、ポジティブ情報への注意を減らし、ネガティブな情報に注意を傾かせる。その上で「もし、現状維持をしたら後悔するだろう」と現状維持をして失敗した場合の後悔を予期させた場合、現状維持の失敗による後悔を予期させない場合よりも、現状維持傾向は低減するだろうと仮説を立てた。

研究2から研究6では、本論文の仮説を検証するため、方法を変えつつ、5つの研究を

実施した。研究2，研究3では実験室実験を実施した。ヘアスタイルの変更を題材にした実験を行ったところ，男性データでは仮説を支持すると解釈できる結果を得たが，女性データでは仮説を支持する結果が得られなかった。そこで，研究4，研究5，研究6では実験方法をシナリオ実験に変更して研究を実施した。購買意思決定を題材にしたシナリオ実験を行ったところ，仮説に一致する結果を一貫して得た。現状維持の後悔を予期した場合，現状変更の後悔を予期した場合よりも，現状維持可能性が低くなるという結果を得た。

研究2から研究6の意義としてまず挙げられるのは，現状維持に陥った状況から抜け出す方法として，現状維持の後悔を予期することが有効であることを示唆する結果を得た点である。これまでの研究において，現状維持バイアスが頑健な現象である点については繰り返し示されてきたが，現状維持バイアスを、停滞をもたらす問題行動として指摘する研究も少なく，その改善策を具体的に示した研究も少なかった。そのような中，本論文が示した知見は，現状維持に関する意思決定研究において大きく貢献するものと考えられる。さらに、感情の予期が選択行動に影響を及ぼすという研究枠組みで本研究を捉えると，現状維持後悔の予期が現状変更を促す可能性を示す本研究は，感情研究の中でも予期的感情の働きに焦点を当てる研究にも貢献すると考えられる。

しかし，本研究にもいくつかの問題点が残されている。第一に、いくつかの研究で仮説を支持する結果を得たものの，十分な実証データが示されたとは言い切れない点が挙げられる。研究2，研究3の女性データの実験室実験においては，現状維持傾向の強い人たちは，現状維持をするか現状変更をするかの選択に直面したとき，現状維持後悔の予期によって現状変更するということはなかった。研究4，研究5においては，仮説を支持する結果を得たものの，現状維持後悔を予期させる前の段階で，現状維持が生じておらず，現状維持よりも現状変更の方が選好されていた点も重大な問題である。研究6においては，研究4，研究5のこの問題点を改善するために手続きを変更した効果が多少なりとも見られた。現状維持後悔を予期させる前の段階で，現状変更の方が選好されることはなくなった。しかし、現状維持が生じていることを強く示すデータを得ることはできなかった。この点について，今後研究を重ねて検討していく必要がある。

第二に，現状維持バイアスの低減という現象を示すときに，何と比較して低減したと論じるのかという統制条件の設置に関する問題が残されている。研究2，研究3では，後悔の予期を妨げる干渉課題に取り組みさせる条件を統制条件とした。しかし，統制条件において現状維持が生じていたことを示すデータを得たとは言い難い。研究4，研究5，研究6

では、現状維持後悔を予期させる前の段階での現状維持傾向を基準値として測定することで統制条件の代わりとしたにもかかわらず、現状維持後悔予期の前の段階で現状維持が生じていることを十分に示すことができなかった。

第三に、現状維持後悔を予期させる方法についても問題が残されている。現状維持を解消するのに現状維持後悔の予期が役立つと主張するならば、本来は自発的に現状維持後悔が予期されるような操作を考えるべきだろう。しかし、本論文では、「条件設定による反実思考」により現状維持の後悔を予期させた。この方法に対して、実験操作として恣意的であるという批判もあるだろう。この点は本論文の限界点であり、総合考察でも議論する。

最後に、研究2から研究6を通じて、独立変数の操作が本当にうまくいったのかどうか、現状維持による後悔を予期させることができたのかという問題が挙げられる。この点について次に議論をまとめておく。

#### **独立変数の操作はうまくいったのか、現状維持後悔を予期させられたのか**

研究2、研究3においては操作チェック項目の結果から独立変数の操作がうまくいったかどうか考えることができる。研究2の男性データでは、気分評定に含めた「後悔した」の操作チェック項目の結果は、現状維持後悔予期条件の方が、統制条件よりも後悔が強い平均値パターンであった。しかし、統計的に有意な差ではなかった。研究2の女性データ、女性参加者のみを対象とした研究3のデータにおいては、操作チェック項目である「後悔した」は、現状維持後悔予期条件の方が、統制条件よりも強い傾向が統計的に認められた。以上の結果から、研究2と研究3では、現状維持後悔の予期の操作はおおむね成功したと考えられる。ただし、気分評定に含めた「後悔した」という項目が操作チェック項目として妥当かどうかの問題は残されたままである。ここでの後悔を回答者が、想定したとおりの現状維持後悔の予期として答えたのか、もしくは想定外の現状変更後悔の予期として答えたのか、回顧的後悔として答えたのかはわからない。

それではなぜ、研究2、研究3において独立変数の効果が従属変数にあらわれなかったのか。それは実験題材として扱ったヘアスタイルの変更では、髪型をあまり変えたくないという個人差の影響が強くあらわれたためと考えられた。そこで、研究4から研究6では、実験題材と実験方法を変更して、再度仮説を検討した。

研究4から研究6では、方法をシナリオ実験に変更し、研究2、研究3で用いた「条件設定による反実思考」を改良して現状維持後悔の予期を操作した。研究2、研究3で用い

た「条件設定による反実思考」では、現状維持を選択した後にどんな後悔をしそうか考えさせた。ここでどんな後悔をしそうかと教示することで、参加者に要求特性が働いた可能性が考えられた。このような教示を受けることで、参加者は、現状維持選択肢と後悔を結び付け、現状維持を避けるよう促していると、仮説を推測しやすくなってしまったかもしれない。

そこで、研究4から研究6では、「条件設定による反実思考」で予期的後悔を操作するとき、「後悔」ということばを含まないようにした。研究4から研究6のシナリオ実験では、シナリオ中に現状維持選択肢と現状変更選択肢のポジティブ情報とネガティブ情報を提示し、それらの情報から実験参加者が自発的に後悔を予期するようにした。これにより、研究2、研究3の実験室実験で後悔予期における要求特性が働く可能性を排除することを試みた。

しかし、こうすることで新たな問題がまた生じた。研究4から研究6で用いた「条件設定による反実思考」の方法は、「現状維持選択肢のネガティブな情報に直面したとき、あなたはどうするか」と参加者に考えさせるもので、参加者に自発的に現状維持後悔を予期させるものだった。このとき、現状維持後悔が予期されたかどうかを確認する操作チェック項目は研究4から研究6にはなかった。代わりに、従属変数測定直後に、現状維持可能性の判断をする際にどのように考えたか判断の理由をたずねた。この結果は、**付録4、付録7、付録8**にまとめた通りである。この判断の理由の記述をみると、「後悔しそうだから」というような記述は見当たらない。そのため、操作が成功したかどうかをこの記述から補足的にも確認することはできなかった。

選択肢のネガティブ情報に直面すれば、人はその選択肢をとると失敗しそうだと想像するだろう。研究5、研究6では、「そのようなとき、あなたはどうするか」と考えさせる「条件設定による反実思考」を独立変数の操作として用いた。自発的に後悔を予期させるこの方法の問題点は、後悔よりも先に失敗が予期され、後悔ではなく失敗の予期が現状変更もしくは現状維持を促したという代替説明が成立する可能性がある点である。

この代替説明を排除するには、残念ながら本論文の実証データでは不十分である。本論文に続く研究として、操作チェック項目に、現状維持後悔、現状変更後悔がどの程度、頭の中に浮かんだのかの回答を得ることが必要だろう。また、現状維持による失敗だけを予期させる条件を統制条件として、現状維持による後悔を予期させる条件と比較する実験方法を考えていく必要があるだろう。本論文では、現状維持選択肢と現状変更選択肢の2択

の状況に限定して検討してきた。そのため、現状維持をして失敗したがその後悔を予期させない統制条件を設定することが難しかった。なぜなら、現状維持をして失敗したという状況は、もう一方の現状変更の方がよかったという反実思考を含んでいる。もう一方の選択肢との比較が後悔を生起させてしまい、本論文では「現状維持を選んで失敗したが後悔を予期させない統制条件」を成立させることができなかった。この点は、本論文の限界であり、今後の研究で検討すべき課題である。

## 第三部

### 総合考察

### 第7章 本研究の意義（成果、理論的貢献、示唆）

#### 1. 知見のまとめ

本論文は、現状維持バイアスがたとえ頑健な現象だとしても、現状維持を選択したことによる後悔を強く予期させることができれば、その後悔を回避するために、現状変更の選択を促すことができると考えた。先行研究では、現状維持バイアスが存在することを指摘するものの、停滞をもたらす現状維持傾向からどうしたら抜け出せるのかについて実証的な研究はあまり行われていない。本論文の仮説は、理論的に考えれば当然の予測であり、新奇な仮説ではないが、これまでの研究ではこのことが実証されてこなかった。本論文の第一の目的は、停滞をもたらす現状維持傾向から抜け出す方法として、現状維持をした場合の後悔を強く予期することが有効であることを実証することである。

そして第二の目的は、予期的後悔を操作するのに、これまでの研究で用いられてきた方法の問題を解消することにある。先行研究では、予期的後悔を操作する際、意思決定の結果のフィードバックがあると伝える方法を用いていた。この方法では、選択の失敗の予期を操作しているが、現状維持の後悔の予期を操作できていないという問題があった。これに対し、意思決定者に後悔という感情の帰結までをシミュレーションさせる新しい方法、「条件設定による反実思考」を用いて検討した。条件設定による反実思考法では、例えば、「もし、～を選んで失敗したら、後悔するだろう」というように、条件設定の部分に選択肢とそれがもたらす結果までを含め、帰結部分には感情の推測を含める。本論文は、この条件設定による反実思考法を用いて後悔を予期させることで、失敗の予期でもなく、現状変更の後悔の予期でもなく、現状維持の後悔の予期が現状維持バイアスを低減させることを示した。

研究1では、Inman & Zeelenberg (2002) の概念的追試を行った。実験の結果、先行経験がポジティブな場合は、現状維持の選択から予期される後悔は弱い、先行経験がネガティブな場合は、現状維持の選択から予期される後悔は強まることがわかった。研究1は、本論文の仮説を検討するための基礎となる研究と位置付けられた。研究1の結果から、現状維持の選択のネガティブな側面に焦点を当てることで、現状維持の後悔を予期できる可

能性が示唆された。

研究2、研究3では、ヘアスタイルの選択状況を用いた実験室実験を実施し、本論文の仮説を検討した。実験の結果、男性参加者において、現状に不満を感じているとき、現状維持後悔予期条件は、現状維持後悔予期なし条件よりも、現状維持可能性が低いという結果を得た。女性参加者ではそのような結果は得られなかった。研究2、研究3では、一部のデータにおいて仮説を支持する結果を得たものの、実験要因以外の個人差変数の影響を十分に排除できなかった。

研究4、研究5、研究6では、実験方法をシナリオ実験に変更して本論文の仮説を検討した。これらのシナリオ実験では、シナリオ中に現状維持選択肢と現状変更選択肢のポジティブ情報、ネガティブ情報を提示し、それらの情報から実験参加者が自発的に後悔の予期をするようにし、研究2、研究3の実験室実験での後悔予期の操作における要求特性の働きを排除することを試みた。具体的には、一度、現状維持選択肢と現状変更選択肢のポジティブ情報とネガティブ情報を処理し、現状維持するかどうかを考えた後、「もし、現状維持（もしくは現状変更）の選択肢に関する別のネガティブ情報を得た場合、あなたはどのようにするでしょうか」と問いかける「条件設定による反実思考」により予期的後悔を操作し、現状維持を選択する可能性の判断を求めた。実験の結果、現状維持後悔予期条件は、現状変更後悔予期条件よりも、現状変更する可能性が高まるという結果を一貫して得た。

## 2. 本論文の意義

本論文の第一の意義は、停滞をもたらす現状維持傾向から抜け出す方法として、現状維持をした場合の後悔を強く予期することが有効であることを実証したことにある。意思決定に影響する予期的感情に関する研究では、予期的後悔の働きに注目が集まっている(e.g., Baumeister et al., 2007)。本論文は、予期的後悔が意思決定に影響し、意思決定の方向性を決めることを示した先行研究(e.g., Lechner, de Vries & Offermans, 1997; Reb & Connolly, 2009; Ritov & Baron, 1995; Simonson, 1992)と並んで、予期的後悔がより良い意思決定へと意思決定者を導くという予期的後悔の働きについて明らかにした数少ない研究の一つとして位置付けることができる点においても、本論文の貢献は大きいと考えられる。

第二の意義としては、意思決定前のメンタル・シミュレーションの方法として、「条件設定による反実思考」によって後悔という感情的な帰結までをシミュレーションさせる新しい方法を用いた点を挙げることができる。これまでの研究では、予期的後悔を操作するのに、後で意思決定の結果を知らされると教示する方法が用いられてきた(e.g., Ritov & Baron, 1995; Simonson, 1992)。しかし、この予期的後悔の導出方法では、意思決定者は、現状変更して失敗するかもしれないと想像してしまい、その場合に感じるだろう後悔を予期しやすくなり、現状維持をして失敗した場合の後悔を予期することは難しい。意思決定前のメンタル・シミュレーションで、現状変更の失敗ばかりが予期されるような方法では、意思決定者はたいてい、現状維持バイアスに陥り、そこからの脱却にはつながらない。本論文では、この問題を解決するために、予期的後悔を操作する際に、意思決定の結果のフィードバックがあると伝える従来の方法ではなく、「条件設定による反実思考」で意思決定者に後悔という感情の帰結までをシミュレーションさせる方法を新たに用いた。

また、第三の意義として、現状維持バイアスに陥った状態と現状維持バイアスから抜け出した状態を示す指標として、現状維持可能性という心理変量を指標として用いた点も挙げることができる。従来の研究では、現状維持の選択と現状変更の選択のうちどちらを選ぶのかという選択行動の判断指標を用いることが多く、選択行動の判断として現状維持を選ぶ人が多いということで現状維持バイアスが生じた、としてきた。しかし、この指標の測定方法では、現状維持と現状変更の選択肢の間での心理的な葛藤を抽出することは難しい。本論文では、頑健な現象としての現状維持バイアスから抜け出すことができるかどうかを測定するには、現状維持と現状変更の選択肢があったときに、それぞれに対してどの程度、それを志向する気持ちがあるのかという心理変量を測定する方法が適切であると考えた。これは、現状維持バイアスについて、社会心理学の観点から検討した本論文ならではの貢献と言える。

### 3. 本論文の限界と今後の展望

本論文は、現状維持バイアスについて議論し、その低減策として予期的後悔が果たす役割を実証的に検討した。6つの実証研究を通じて、概して本論文の仮説は支持されたと言えるが、いくつかの問題点が残されている。

第一に、現状維持バイアスの低減策として現状維持の後悔予期が有効であることを明らかにするには実証的な証拠がまだ十分でない点である。研究2、研究3において一部のデータでのみ仮説を支持する結果を得たにすぎない。続く研究4、研究5、研究6においても現状維持後悔予期条件に対する統制条件はなく、現状変更後悔予期条件を比較条件としていた。現状変更後悔予期条件は、現状維持バイアスを強める条件とも解釈できる。現状維持後悔予期条件と現状変更後悔予期条件を比較して差があったとしても、現状維持バイアスが強まったのか、弱まったのか明らかではない。つまり、現状維持後悔予期の効果があったのかわからない。今後、どのような統制条件を設けたらよいかを考え、実証研究を蓄積して検討していくことが必要である。

第二に、予期的後悔の働きによって現状維持バイアスが低減するという本論文の仮説を示すにあたり、実験の題材としてどんな意思決定状況を用いるのが妥当なのか不明確な点が挙げられる。本論文中でも、現状維持バイアスが頑健で、現状維持後悔を予期しても、現状維持から現状変更へと選択が変わりにくい実験題材（たとえばヘアスタイルの選択）がある一方で、そもそも現状維持バイアスが生じにくい実験題材（冷蔵庫の選択、旅行先の選択）があった。仮説を検討するにあたり、実験題材の適性を見極めていくことも今後の課題である。

第三に、予期的後悔の操作方法として「条件設定による反実思考」を新たに用いたが、この独立変数の操作方法が恣意的ではなかったかという問題がある。本論文では、現状維持バイアスを低減させるのに予期的現状維持後悔が役立つことを明らかにしようとしたが、その際、予期的現状維持後悔の操作と意思決定の従属変数の測定の間、要求特性が働いた可能性も少なからずあるだろう。

そもそも、現状維持後悔について人々は気がつきにくいいため、実験の中で現状維持後悔を自発的に予期させることには困難が伴う。またこのテーマについて検討した先行研究もないため、本論文においても、予期的現状維持後悔、予期的現状変更後悔の操作方法をい

くつか検討したが、操作方法が確立できたかどうかにはまだ疑問が残る。「条件設定による反実思考」という本論文の方法では、実験操作に要求特性が働く可能性も残されている。要求特性が働くことを排除するために、意思決定課題とは無関連な課題として後悔の自伝的記憶を想起させたり、後悔の概念をプライミングしたりする操作方法も有効かもしれない。今後、予期的後悔の操作方法については、研究を重ねて検討すべき課題である。

例えば、Martinez, Zeelenberg, and Rijisman (2011) は、後悔の自伝的記憶の想起をさせて後悔を導出すると（後悔したことを思い出してその出来事を詳細に記述させる方法）、与えられたマグカップの価値判断において、所有効果が消えることを示した。この結果は、後悔が、後悔を引き起こした状況に対して責任を感じさせ、行動をやり直したい気持ちにさせることと、後悔が対人状況において協力的な行動を人々に引き起こすことから予測されるものだった。つまり、後悔を導出すると、売り手と買い手の交渉を協力的に成立させようとするため、売値は低くなり、買値は高くなり、所有効果は消えたと考えられる。

また、Reb and Connolly (2009) は、後悔の概念をプライミングする手法を用いて、後悔がギャンブル課題において学習効果を促進する働きがあることを示した。その際、ギャンブル課題に取り組む前に、後悔の中でも、自責後悔(self-blame regret) と定義した後悔を乱文構成課題においてプライミングしていた。自責後悔は、正当化できないような意思決定（たとえば、急いで決めてしまったとか、不十分な情報に基づいて決めてしまったという意思決定）と関連するもので、そのような意思決定は自責の念と類似した後悔感情を導出するという。このような後悔がプライミングされて頭の中で使われやすくなると、次の無関連と思われるギャンブル課題において、選択しなかった選択肢の結果を知り学習しようとするようになると考えられる。実際、実験2において、自責後悔をプライミングされた条件は、そのようなプライミングを受けなかった統制条件よりも、もう一方の結果を知ろうとしていたし、50回繰り返し行われるギャンブル課題の後半25回のパフォーマンスの平均もよくなっていた。確かに、このプライミングという手法は、後悔について意識的に考えさせる方法よりも、要求特性も働かず有効かもしれない。しかし、乱文構成課題に用いられた自責後悔に関連する単語<sup>9</sup>が、自責後悔や後悔を表していないとも解釈でき、手法の確立と結果の再現可能性の問題が残されている。

---

<sup>9</sup> 自責後悔に関連する単語としてプライミングされたのは、worried, carefully, wish otherwise, pain, poor choice, foregone, mistake, blame self, compared loss, regret.

最後に重要な問題として、本論文で用いた、「条件設定による反実思考」によって、現状維持の後悔の予期こそが現状変更を促したと言えるのかどうかという問題がある。これは、実験条件に対する統制条件として何と比較しているのかという問題である。実験条件で用いた「条件設定による反実思考」では、条件設定の中に失敗をも含めているため、全体として後悔の予期だけでなく、失敗の予期も含まれている。失敗の予期ではなく、現状維持をした後悔の予期こそが現状変更を促すのだと主張するのであれば、統制条件として、現状維持をした後悔を予期させずに失敗の予期だけをさせた条件を設けるべきだという批判があるかもしれない。しかし、「現状維持をして失敗したが、その後悔を予期させない」統制条件を設定するのは現実的には困難であった。なぜなら、「現状維持をして失敗をした」という状況は、もう一方の選択肢である現状変更の方が現状維持の選択肢よりもよかったという反実思考を含んでいる。そのため、もう一方の現状変更の選択肢との比較による反実思考から後悔が必然的に生じてしまう。よって、本論文では、統制条件として「現状維持をして失敗をした場合」、つまり単なる失敗を予期させる条件は、適切な比較条件とは成立しないため、設置しなかった。

本論文は、先行研究で十分に検討されてこなかった、現状維持バイアスからの脱却方法について、実証的に検討したものである。本論文にはいくつかの問題点が残されているが、さらなる実証データの蓄積が望まれる新しい研究テーマに取り組み、一部ではあるが問いに対する解を得たという点は、本論文の貢献として考えられる。今後の検討により問題点の解消が望まれる。

## **4. 本論文の理論的貢献**

### **4-1 意思決定研究への貢献**

本論文の理論的貢献として、まず、意思決定研究への貢献が挙げられる。私たち人間は、経済学が仮定するような完璧な意思決定者ではなく、たくさんの情報が与えられてもその全てを処理することができない。限られた処理能力しかもたない私たちは、ときに間違っただけの判断をしてしまうことはあっても、簡便な処理方法ともいえるヒューリスティックに基づく判断をし、限られた時間の中で多くの判断をこなす術を身につけている。これは人間

を経済学で仮定するような完璧なる合理的意思決定者にとらえるのではなく、人間を限られた合理性を備えた存在としてとらえる、ハーバート・サイモンの限定合理性と呼ばれる考え方である(Simon, 1967)。

これまで多くの研究によって、人間の判断にバイアスがかかっていることが明らかにされ(e.g., Gilovich, Griffin, & Kahneman, 2002)、そのバイアスの一つに、現状維持バイアスがある(Samuelson & Zeckhauser, 1988)。本論文は、この現状維持バイアスと現状維持バイアスの低減方略について実証的に検討したという点で、意思決定研究に貢献する知見をもたらしたと考えられる。

## 4-2 後悔研究への貢献

本論文から得られた知見で、現状維持バイアスを低減するのに、現状維持した場合の後悔を予期することが有効であるという知見は、後悔研究、とりわけ予期的後悔研究に大きく貢献すると考える。なぜなら、本論文が、予期的後悔がより良い意思決定へと意思決定者を導くという予期的後悔の働きについて明らかにした数少ない研究の一つと言えるからである。予期的後悔の働きについて検討してきたこれまでの研究では、予期的後悔の操作方法について、予期的後悔を操作できているのかどうか不明確であるという問題が残されてきた。

例えば、Simonson (1992) は、参加者に、自分が選んだものと選ばなかったものの結果を後で知る機会があると思わせることで後悔を予期させた。Simonson (1992) は、消費者行動研究の文脈で、人々が後々の後悔を避けるために有名ブランドの商品を選択するかどうかを調べた。Simonson (1992)は、参加者に電化製品の買い物場面を想定させ、提示された二つの商品のうちどちらを買いたいと思うか選ばせた。二つの商品情報の基本的な特徴はほとんど同じであったが、ブランドの知名度だけが変えられていた。商品情報に基づき、選ばせた場合、有名ブランドを選ぶか無名ブランドを選ぶかは、半々であった。しかし、「後で消費者調査の雑誌を読んでもらうので、どの商品がよいものであるかを正確に知ることができる」と教示された条件では、自分が賢い選択をしたかどうかを知ることになると思われ、予期的後悔が導出され、その後悔を避けるために有名ブランドを選択する人が多かった。選択をした後で、自分の選んだものと選ばなかったものの両方の結果を知

ることになると言われたとき、多くの参加者の頭には、自分の選択が良い選択だったと知って安心するかもしれないし、失敗だったと知って後悔するかもしれないという思いが浮かんだだろう。そうしたときに、もし、失敗だったときに言い訳ができるような選択をしておけば、後悔したとしてもその後悔は弱いものに終わるだろう。その結果、自分の選択を正当化してくれる選択肢は、無名ブランドではなく、有名ブランドであると考え、有名ブランドを選択する人が多くなったのだろう。このようにして、後悔を回避するために、予期的後悔の働きによって有名ブランドを選択したのだとしたら、それはそれでよい意思決定をしたと言えるかもしれない。

しかし、このような操作方法では、予期的後悔を導出したのか、不確実性を回避したい気持ちを導出したのかがはっきりしない。選択の後で選んだものと選ばなかったものとの両方の結果を知ることになると言われれば、不確実性の伴う選択肢は避けられ、結果の不確実性が伴わない選択肢である有名ブランドや、デフォルトの選択肢、現状が選ばれやすくなるだろう。つまり、このような予期的後悔の操作を用いた場合、不確実性回避の欲求が高まったために、有名ブランドやデフォルトの選択肢、現状が選ばれやすくなったと結果を解釈することが可能となってしまう。このような代替説明を排除し、予期的後悔の働きを示すには、「選択肢 A を選んでうまくいったらどう感じるか」「選択肢 A を選んで失敗したらどう感じるか」を意識的にシミュレートさせる操作が必要だろう。本論文は、「条件設定による反実思考」を用いてこの問題を解消したという点でも、予期的後悔研究に貢献する。

### 4-3 自己制御研究への貢献

本論文で用いた「条件設定による反実思考」は、自己制御研究にも貢献するだろう。「甘いものを食べたいけれど、今は我慢しておこう」「勉強したくないけど、やっぱり勉強しておこう」といった経験は、誰にでもあるのではないか。このように自分の目標と照らし合わせて、感情や思考、行動を調整、制御していくことは自己制御(self-regulation)と言う。ダイエットするという目標に向かって「甘いものを食べたいけれど、今は我慢しておこう」と考え、それを実行することは、自分自身が決めた目標状態に向かって自分を近づけてい

く行動である。しかし、多くの人がダイエットに取り組んで何度も失敗を経験することを考えればわかるとおり、自己制御は常にうまくいくとは限らない。目標状態に向かって努力しているときに、誘惑はたくさん存在し、誘惑に負けてしまうこともしばしばあるからだ。また、自分が立てた目標が重要であり、それに向かって努力すべきことはわかっているにもかかわらず行動を起こせないでいる場合も、自己制御の失敗を引き起こすだろう。

Gollwitzer たちの研究グループは、自己制御を成功させる方略として、実行意図 (implementation intentions) の形成に注目している (Achtziger, Gollwitzer, & Sheeran, 2008; Bayer, Gollwitzer, & Achtziger, 2010; Gollwitzer & Sheeran, 2009; Webb & Sheeran, 2003)。Gollwitzer (1999) は、If-then 形式で表わされる具体的な計画を実行意図と呼び、抽象的な目標に対する行動意図 (goal intentions) と区別した。実行意図は、「もし、状況 Y になったら、行動 X をする！」というように、環境内の状況手がかりを目標志向行動と If-then 形式で結びつけることによって形成される。実行意図を形成しておけば、未来に状況 Y が生じた時に目標志向行動 X をすばやく効率的に行うことができる。例えば、Achtziger et al. (2008) は、ダイエット目標に関する実行意図を形成させ、その後一週間にわたり、実行意図が高カロリー菓子の消費量を減少させることを示している。これまでは、誘惑に打ち勝ち自己制御を成功させるためには、まずは強い意志をもつことが重要であると考えられてきた。しかし、If-then 形式で具体的な実行意図を形成しておけば、目標関連状況が検出されたときに自動的に目標志向行動が引き起こされ、自己制御に成功する可能性が高まるだろう。

ところで、反実思考も実行意図と同様、If-then 形式で構成されている。反実思考は、「もし～だったら、…だろう」という思考で、現実や事実とは異なる状況を想像する思考である。さらに詳しく見ていくと、「もし～だったら、…だろう」の「もし(If)～」の部分は、個人の判断や行動を含み、「…だろう(then)」の部分は、こうあってほしかった理想や目標状態を含んでいるだろう。このように考えると、反実思考も実行意図のように目標追求を促進するかもしれない。Smallman and Roese (2009) は、反実思考が自己制御や目標追求に役立つプロセスとして、次のようなステップを考えている。1) ネガティブな結果や問題状況が反実思考を活性化する、2) その反実思考内容が目標にそった行動意図を活性化する、3) そしてその行動意図は目標に一致した行動を引き起こす。

本論文では、この反実思考と後悔の関係について、反実思考をすることで後悔が生じると論じ、反実思考を後悔の先行因の一つとした。反実思考を自己制御に役立たせ、個人が

目標追求に集中できるような状況にさせるには、Smallman and Roesse (2009) が想定したステップ 1) 2) は、「これからネガティブな結果が起きるとしたら…」というように未来を想定することが重要だろう。その場合、反実思考に伴って生起する後悔は、未来に対するシミュレーションの中で生じる予期的後悔となるだろう。このように考えると、予期的後悔が頭の中で活性化していれば、目標状態から離れてしまいそうなとき、つまり自己制御に失敗しそうなとき、行動意図を目標状態に近づけることができるかもしれない。

本論文の「条件設定による反実思考」は If-Then の帰結の部分に行動ではなく、後悔感情をあてはめるものである。「もし、これを選んで失敗したとしたら…」と考えたとき、反実思考によって生じる予期的後悔が頭の中で活性化していれば、自己制御に失敗しそうなとき、目標状態から離れてしまいそうなとき、行動を目標状態に近づけることができるかもしれない。そのように考えると、予期低後悔が自己制御に果たす役割は大きく、本論文の知見は自己制御研究にも貢献するものと言えるだろう。

## 5. 本論文からの示唆

### 5-1 グローバル化社会に向けて

日本社会、日本経済において「グローバル化」が言われるようになってから久しい。それ以前の日本では、終身雇用と年功序列を軸にした安定した雇用関係が企業にはあり、安定した社会関係の中での安定した生活が保証されてきた。しかし、そのような安定社会は崩壊し、人、物、金、すべてにおいてグローバル化の波が一気に押し寄せてきた。

日本が直面しているグローバル社会、グローバル経済は、否応なしに私たちに変革を求める。これまで、現状維持で問題のなかったことが大きな問題として浮き上がってくる。ビジネスのグローバル展開を考えた場合、日本語しか話せないようでは大きな支障となる。ここ最近、社内公用語を英語に切り替えた企業もいくつかあるが、グローバル展開を考えれば当然のことと考えられる。しかし、その現場にいる社員たちは、突然の環境の変化に対応しきれないこともあるかもしれない。英語習得に気を奪われ、日常の業務にこれまで以上に時間がかかってしまうこともあるだろう。このような状況では、英語を駆使できないという現状を維持することはもはや許されず、社員一人一人に変革の意識をもたらすだ

ろう。社内公用語が英語に切り替わっていない環境にいたならば、日本にいて日本でビジネス展開しているという閉ざされた意識が、暗黙のうちに多くのことに対して現状維持をもたらしていた可能性がある。それに対し、公用語が英語に切り替わるという環境の変化は、グローバル化に際し、言語以外にも多くのことに対して現状維持では通じないという危機感に気づかせてくれるだろう。

ビジネスのグローバル展開を考え、社内公用語を英語に切り替えるという意思決定を下す際、経営者の頭の中では、「社内で日本語を使い続けることを許していたら、グローバル経済から遅れをとって競争に負け、生き残れなくなるだろう」という現状維持の後悔が予期されたのかもしれない。日々、イノベーションや変革を求められるビジネスの世界において、現状維持の後悔について心に留めておくことは、創造的なアイデアの産出に役立つと考えられる。

## 5-2 女性の社会進出促進に向けて

我が国では近年、働く女性が増え、共稼ぎ社会へと移行しつつある。その背景には、男女共同参画社会基本法や育児・介護休業法などのさまざまな法的整備がある。人的資源管理という視点から見ても、小野(2011)は、女性の戦力化は必要であり、そのためには長い勤続年数や経験をもった働く女性の確保も不可欠であり、既婚でしかも子どもを持つ働く女性の活用を念頭においた道を探るのが妥当であると言う。その際、女性がキャリアを積んでいくためには、仕事生活と仕事以外の家庭生活やプライベート生活とのバランスをとるというワーク・ライフ・バランスについて考えていくことが重要であるとも言う。女性の就業特徴として、就業率が年齢に沿ってM字カーブ<sup>10</sup>を描くことが知られている。このM字カーブは先進諸外国でもかつては見られた女性労働の特徴であったが、今日、多くの欧米諸国ではM字は消滅しているのに対し、日本では、男女雇用機会均等法施行以降、そのM字カーブの推移の動向が議論されている(今田, 2009)。

最近の傾向として、女性にとって、結婚、出産を経て、仕事と子育ての両立を考えることが自然なことになりつつある。日本能率協会の『2012年度新入社員「会社や社会に対す

---

<sup>10</sup> 20代で第一の山を、40代で第二の山を、そしてその中間に谷を形成するM字のカーブを描き、谷間の年齢層では出産、育児のために一時退職する傾向を表わしている。

意識調査』<sup>11</sup>では、「将来子どもが生まれた場合、仕事を続けたいと思うか」という質問に対し、女性の回答に限っては、「ぜひ続けたい」が 33.9%と 2007 年の設問設定以来、過去最高となった。また、「続けられる環境（家族の理解、託児所など）がそろえば続けたい」が 51.4%であり、「ぜひ続けたい」派と合わせると 85.3%もの女性がキャリアの継続を希望していた。この背景には、待機児童解消に向けての地方自治体の取り組みや、公共交通機関でのエスカレーター、エレベーターの設置、ベビーカー利用が認められたこと、紙おむつの普及、離乳食商品の充実など、子育て環境の変化があるだろう。また、政府の経済成長戦略の一つとして、女性活躍推進策が掲げられていることも今後もこの流れを後押しすることになるだろう。政府は、出産、子育てによる女性の離職を低下させること、指導的地位に占める女性の割合を増やすことも、女性の活躍を経済成長戦略とする具体的目標として挙げている。この経済成長戦略において、結婚、出産によって一度は退職した主婦層の再就職が労働人口として経済成長を下支えする存在としてとりわけ期待されている。

しかし、現実には、自分の職場の制度、文化、風土によって、女性が結婚、出産後に働き続けられるかどうかは異なってくる。もちろん、先進的な企業にはすばらしい制度が整いつつあるだろう。その一方で性別役割分担が当たり前のままの文化の企業もあるだろう。働く女性の結婚や出産、育児に伴う離職を防ぐには、女性の就業環境の整備が必要不可欠ではあるが、女性が働き続ける際の最大の障害は、育児や介護を含む家事の負担が大きいことにあると考えられている(小野, 2011)。そのように考えると、職場に制度の改革を求める声を上げる一人ひとりの勇気と努力、そして、家族やパートナーに家事役割の協力と理解を求めていく働きかけが、何よりも重要なことと考えられる。

現状を変え、働きたいと考える女性が社会で活躍できるようにするにはどうしたらよいかを考えていくと、職場の風土や一人ひとりの意識の問題へと帰結してくる。そのようなとき、本論文が主張する現状維持の後悔を予期することが、一人ひとりの意識改革へとつながるだろう。現状を受け入れることはたやすいことである。現状維持をした場合の後悔について考えつつ、結婚、出産、育児、介護、それぞれのライフステージにそった働き方を念頭に置いたキャリアプランを、人生という長いスパンの中で立てることが重要だろう。

---

<sup>11</sup> 日本能率協会の新入社員向け公開教育セミナー参加者と、日本能率協会の研修を活用している企業の新入社員 1309 人(男性 921 人、女性 383 人、無回答 5 人)に対して、2012 年 3 月 29 日から 4 月 10 日の間に実施された。

もちろん、仕事と子育てを含む家事の両立は女性だけの問題ではない。全ての働く人の問題である。男性も、家事や育児に従事、参加してこそ、満足度の高い人生を送ることができるだろう。子どもと過ごす時間はわずかであると考え、働き続けるという現状維持によって子どもとの貴重な時間を失うことの後悔を予期すれば、男性の育児休暇取得にかかわる周りの理解が深まることや育児休暇取得率そのものの増加も期待できるかもしれない。

## 第8章 結論

本論文では、現状を変更することで良い結果を得られる可能性があるのに、現状を維持することによりその可能性が閉ざされている問題を追究した。そして、現状維持バイアスから抜け出すために、現状維持をした場合の後悔を予期することが、現状変更への行動を導くのに役立つことを本論文は主張する。

確かに、現状のままであっても大きな問題がないならば、現状を変えようと思うことは難しいかもしれない。スーパーでたくさん並んだ商品群の中からいつものブランドを選んでもおけば、どれにしようかと悩まされることもない。更新の時期が来たときに、もっといい部屋があるかもしれないけれど、探すのも引っ越すのも面倒くさいので今のところに住み続けてしまう。もっと安い料金プランがあるのかもしれないけれど、今まで通りのプランで大きな問題はないと思ってしまう。不健康な食生活だとわかっていながら、死に至ることはないと思い、食べ続けてしまう。勉強しなくてはいけないとわかっていながら、遊び続けてしまう。このように私たちの日常生活を見渡してみると、現状維持をしている例がたくさん見つかる。現状維持を選択すれば、複雑な判断から解放され、問題を単純化して考えることができる。現状維持が一概に私たちに悪影響をもたらすとは言えないのは確かだ。しかし、その分、現状維持のもたらす問題点に気がつきにくくなっているのも事実だろう。

本論文から得られた知見は、個人の日常生活や人生設計に役立つばかりでなく、ビジネスの経営戦略、政策決定など幅広く役立つインパクトをもつと考えられる。本研究の知見が、現状維持の負の側面に人々が気づきにくい事に警鐘をならし、意思決定者が現状維持か現状変更かという判断に迫られているとき、現状維持の後悔を予期することで、効果的な計画立案ができるようになることの一助となれば幸いである。

## 引用文献

- Achtziger, A., Gollwitzer, G. M., & Sheeran, P. (2008). Implementation intentions and shielding goal striving from unwanted thoughts and feelings, *Personality and Social Psychology Bulletin*, **34**, 381-393.
- Anderson, C. J. (2003). The psychology of doing nothing: Forms of decision avoidance result from reason and emotion. *Psychological Bulletin*, **129**, 139-167.
- Baumeister, R. F. Vohs, K. D., DeWall, C. N., & Zhang, L. (2007). How emotion shapes behavior: Feedback, anticipation, and reflection, rather than direct causation, *Personality and Social Psychology Review*, **11**, 167-203.
- Bayer, U. C., Gollwitzer, P. M., & Achtziger, A. (2010). Staying on track: Planned goal striving is protected from disruptive internal states, *Journal of Experimental Social Psychology*, **46**, 505-514.
- Bell, D. E. (1982). Regret in decision making under uncertainty. *Operations Research*, **30**, 961-981.
- Camille, N., Coricelli, G., Sallet, J., Paradat-Diehl, P., Duhamel, J., & Sirigu, A. (2004). The involvement of the orbitofrontal cortex in experience of regret. *Science*, **304**, 1167-1170.
- Carmon, Z., & Ariely, D. (2000). Focusing on the forgone: How value can appear so different to buyers and sellers. *Journal of Consumer Research*, **27**, 360-370.
- Chung, E. K., Kim, S. J., & Sohn, Y. W. (2014). Regulatory focus as a predictor of omission bias in moral judgment: Mediating role of anticipated regrets. *Asian Journal of Social Psychology*, **17**, 302-311.
- Connolly, T., Ordóñez, L. D., & Coughlan, R. (1997). Regret and responsibility in evaluation of decision outcomes. *Organizational Behavior and Human Decision Process*, **70**, 73-85.
- Coricelli, G., Critchley, H. D., Joffily, M., O'Doherty, J. P., Sirigu, A., & Dolan, R. J. (2005). Regret and its avoidance: A neuroimaging study of choice behavior. *Nature Neuroscience*, **8**, 1255-1262.
- DeGenova, M. K. (1992). If you had your life to live over again: What would you do

- differently? *International Journal of Aging and Human Development*, **34**, 135-143.
- 道家瑠見子 (2004). やってしまった後悔、やらなかった後悔—後悔の時間的変化と対処方略に関する調査— 日本社会心理学会第 45 回大会論文集、pp400-401.
- 道家瑠見子・村田光二 (2009). 後悔の過大推測：ネガティブ・フィードバック直後と時間経過後の予期的後悔と経験後悔 実験社会心理学研究, **48**(2), 150-158.
- Epstude, K., & Roese, N. J. (2008). The functional theory of counterfactual thinking. *Personality and Social Psychology Review*, **12**, 168-192.
- Gilbert, D. T., Morewedge, C. K., Risen, J. L., & Wilson T. D. (2004). Looking forward to looking backward: The misprediction of regret. *Psychological Science*, **15**, 346-350.
- Gilbert, D. T., Pinel, E. C., Wilson, T. D., Blumberg, S. J., & Wheatley, T. P. (1998). Immune neglect: A source of durability bias in affective forecasting. *Journal of Personality and Social Psychology*, **75**, 617-638.
- Gilovich, T., Giriffin, D. W., & Kahneman, D. (2002). Heuristics and biases: the psychology of intuitive judgment. New York, Cambridge University Press.
- Gilovich, T. & Medvec, V. H. (1994). The temporal pattern to the experience of regret. *Journal of Personality and Social Psychology*, **67**, 357-365.
- Gilovich, T., & Medvec, V. H. (1995). The experience of regret: What, when, and why. *Psychological Review*, **102**, 379-395.
- Gilovich, T., Medvec, V. H., & Chen, S.(1995). Commission, omission, and dissonance reduction: Coping with regret in the “Monty Hall” problem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **21**, 182-190.
- Gilovich, T., Wang, R. F., Regan, D., & Nishina, S. (2003). Regret of action and inaction across cultures, *Journal of Cross-Cultural psychology*, **34**, 61-71.
- Gollwitzer, P. M. (1999). Implementation intentions: Strong effects of simple plans, *American Psychologist*, **54**, 493-503.
- Gollwitzer, P. M. & Sheeran, P. (2009). Self-regulation of consumer decision making and behavior: The role of implementation intentions, *Journal of Consumer Psychology*, **19**, 593-607.
- Hattiangadi, N., Medvec, V. H., & Gilovich, T. (1995). Failing to act: Regrets Terman’s

- geniuses. *International Journal of Aging and Human Development*, **40**, 175-185.
- 池上知子 (2009). 社会システム正当化における相補的ステレオタイプの役割 日本社会心理学会第 50 回大会・日本グループ・ダイナミックス学会第 56 回合同大会発表論文集, 464.
- 池上知子 (2010). 学歴階層社会の正当性を支える認知基盤としての相補的ステレオタイプ 日本心理学会第 74 回大会発表論文集, 240.
- 今田幸子 (2009). 女性の就業継続の現状と課題 ビジネス・レーバー・トレンド, 9 月号, 2-4.
- Inman, J. J., & Zeelenberg, M. (2002). Regret in repeat purchase versus switching decisions : The attenuating role of decision justifiability. *Journal of Consumer Research*, **29**, 116-128.
- Johnson, E. J., & Goldstein, D. (2003). Do defaults save lives? *Science*, **302**, 1338-1339.
- Jokisaari, M. (2003). Regret appraisals, age, and subjective well-being. *Journal of Research in Personality*, **37**, 487-503.
- Kahneman, D., Knetsch, J. L., & Thaler, R. H. (1990). Experimental tests of the endowment effect and the coase theorem. *Journal of Political Economy*, **98**, 1325-1348.
- Kahneman, D., & Miller, D. T. (1986). Norm theory: Comparing reality to its alternatives. *Psychological Review*, **93**, 136-153.
- Kahneman, D., Slovic, P., & Tversky, A. (1982). *Judgment under Uncertainty: Heuristics and biases*. Cambridge U. K.: Cambridge University Press.
- Kahneman, D. & Tversky, A. (1979). Prospect theory: An analysis of decision under risk, *Econometrica*, **47**, 263-291.
- Kahneman, D., & Tversky, A. (1982). The psychology of preferences. *Scientific American*, **246**, 160-173.
- Kahneman, D., & Tversky, A. (1984). Choice, values and frames. *American Psychologist*, **39**, 341-350.
- Kay, A. C. & Jost, J. T. (2003). Complementary justice: Effects of “poor but happy” and “poor but honest” stereotype exemplars on system justification and implicit activation of justice motive. *Journal of Personality and Social Psychology*, **85**,

823-837.

Kinnier, R. T. & Metha, A. T. (1989). Regrets and priorities at three stages of life, *Counseling and Values*, **33**, 182-193.

Knetsch, J. (1989). The endowment effect and evidence of nonreversible indifference curves, *American Economic Review*, **79**, 1277-1284.

小宮あすか・渡部幹・楠見孝 (2010). 後悔の社会的適応メカニズムに関する研究の概観と展望：他者損失状況における後悔に着目して 心理学評論, **53**, 153-168.

Landman, J. (1987). Regret and elation following action and inaction : Affective responses to positive versus negative outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **13**, 524-536.

Landman, J. & Manis, J. D. (1992). What might have been: Counterfactual thought concerning personal decision, *British Journal of Psychology*, **83**, 473-477.

Landman, J., Vandewater, E. A., Stewart, A. J., & Malley, J. E. (1995). Missed opportunities: Psychological ramifications of counterfactual thought in midlife women, *Journal of Adult Development*, **2**, 87-97.

Lecci, L., Okun, M. A., & Karoly, P. (1994). Life regrets and current goals as predictors of psychological adjustment, *Journal of Personality and Social Psychology*, **66**, 731-741.

Lechner, L, de Vries, H. & Offermans, N. (1997). Participation in a breast cancer screening program: Influence of past behavior and determinants on future screening participation. *Preventive Medicine*, **26**, 473-482.

Loewenstein, G. & Lerner, J. S. (2003). The role of affect in decision making. In R. J. Davidson, K. R. Scherer, & H. H. Goldsmith (Eds.), *Handbook of Affective Sciences*. (pp. 619-642). Oxford: Oxford University Press.

Loewenstein, G. F., Weber, E. U., Hsee, C. K., & Welch, N. (2001). Risk as feelings. *Psychological Bulletin*, **127**, 267-286.

Loomes, G. & Sugden, R. (1982). Regret theory: An alternative theory of rational choice under uncertainty. *Economic Journal*, **92**, 805-824.

Markman, K., D., McMullen, M. N., & Elizaga, R. A. (2008). Counterfactual thinking, persistence, and performance: A test of the reflection and evaluation model.

- Journal of Experimental Social Psychology*, **44**, 421-428.
- Martinez, L. F., Zeelenberg, M., & Rijisman, J. B. (2011). Regret, disappointment and the endowment effect. *Journal of Economic Psychology*, **32**, 962-968.
- Nasco, S. A. & Marsh, K. L. (1999). Gaining control through counterfactual thinking. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **25**, 556-568.
- N'gbala, A., & Branscombe, N. R. (1997). When does action elicit more regret than inaction and is counterfactual mutation the mediator of this effect? *Journal of Experimental Social Psychology*, **33**, 325-343.
- 日本能率協会 (2012). 『2012 年度新入社員「会社や社会に対する意識調査」』 労政時報 第 3827 号 89 頁.
- 大津秀一 (2009). 『死ぬときに後悔すること 25』 致知出版社
- 小野公一 (2011). 『働く人々の well-being と人的資源管理』 白桃書房
- Ordóñez, L. D., & Connolly, T. (2000). Regret and responsibility : A reply to Zeelenberg et al.(1998). *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **81**, 132-142.
- Reb, J., & Connolly, T. (2009). Myopic regret avoidance: Feedback avoidance and learning in repeated decision making, *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **109**, 182-189.
- Ritov, I. & Baron, J. (1990). Reluctance to vaccinate: Omission bias and ambiguity. *Journal of Behavioral Decision Making*, **3**, 263-277.
- Ritov, I. & Baron, J. (1992). Status quo and omission bias. *Journal of Risk and Uncertainty*, **5**, 49-62.
- Ritov, I., & Baron, J. (1995). Outcome knowledge, regret, and omission bias. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **64**, 119-127.
- Roese, N. J. (1994). The functional basis of counterfactual thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, **66**, 805-818.
- Roese, N. J. (2005). *If only*. New York: Broadway Books. [ローズ, N. J. (著) 村田光二 (監訳) 『後悔を好機に変える イフ・オンリーの心理学』 (2008) ナカニシヤ出版]
- Roese, N. J. & Summerville, A. (2005). What we regret most...and why. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **31**, 1273-1285.
- Samuelson, W. & Zeckhauser, R. (1988). Status quo bias in decision making. *Journal of*

- Risk & Uncertainty*, **1**, 7-59.
- Savitsky, K., Medvec, H. V., & Gilovich, T. (1997). Remembering and regretting: The Zeigarnik effect and the cognitive availability of regrettable actions and inactions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, **23**, 248-257.
- Sevdalis, N., Harvey, N. & Yip, M. (2006). Regret triggers inaction inertia but which regret and how? *British Journal of Social Psychology*, **45**, 839-853.
- Simon, H. A. (1967). Motivational and emotional controls of cognition. *Psychological Review*, **74**, 29-39.
- Simon, H. A. (1983). *Reason in human affairs*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Simonson, I. (1992). The influence of anticipating regret and responsibility on purchase decisions. *Journal of Consumer Research*, **19**, 105-118.
- Smallman, R., & Roese, N. J. (2009). Counterfactual thinking facilitates behavioral intentions, *Journal of Experimental Social Psychology*, **45**, 845-852.
- 竹村和久 (1996). 意思決定の心理：その過程の探求 福村出版
- Thaler, R. H. (1980). Toward a positive theory of consumer choice. *Journal of Economic Behavior and Organization*, **1**, 39-60.
- Thaler, R. H., & Sunstein, C. R. (2008). *Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness*. New Haven, CT: Yale University Press. [セイラー, R. H. サンステーション, C. R. (著) 遠藤真美(訳) 『実践 行動経済学—健康, 富, 幸福への聡明な選択』 (2009) 日経 BP 社]
- Tykocinski, O. E., Pittman, T. S., & Tuttle, E. E., (1995). Inaction inertia: Forgoing future benefits as result of an initial failure to act. *Journal of Personality and Social Psychology*, **68**, 793-803.
- 上市秀雄・楠見孝 (2004). 後悔の時間的変化と対処方法：意思決定スタイルと行動選択との関連性 心理学研究, **74**, 487-495.
- Webb, T. L. & Sheeran, P. (2003). Can implementation intentions help to overcome ego-depletion? *Journal of Experimental Social Psychology*, **39**, 279-286.
- Wrosch, C. & Heckhausen, J. (2002). Perceived control of life regrets: Good for young and bad for old adults, *Psychology and Aging*, **17**, 340-350.

- Zeelenberg, M. & Pieters, R. (2006). Looking backward with an eye on the future: Propositions toward a theory of regret regulation. In L. J. Sanna and E. C. Chang (Eds.), *Judgments over time: The interplay of thoughts, feelings, and behaviors*. (pp. 210-229). New York: Oxford University Press.
- Zeelenberg, M., van Dijk, W. W., & Manstead, A. S. R. (1998). Reconsidering the relation between regret and responsibility, *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **74**, 254-272.
- Zeelenberg, M., van Dijk, W. W. & Manstead, A. S. R. (2000). Regret and responsibility resolved? Evaluating Ordóñez, and Connolly's (2000) conclusions. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **81**, 143-154.
- Zeelenberg, M., van Dijk, W. W., van der Pligt, Manstead, A. S. R., van Empelen, P., & Reinderman, D. (1998). Emotional reactions to the outcomes of decisions: The role of counterfactual thought in the experience of regret and disappointment. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **75**, 117-141.