

# 直観主義が習慣行動に与える影響

高山明奈<sup>1</sup> 内藤進之介<sup>2</sup> 伊藤陸<sup>3</sup>

## 要約

本研究では、日常における習慣行動に割く時間に着目し、直観主義が強い人ほど習慣行動に割く時間を変更しない傾向にあると考えた。そこで「直観主義が強い人ほど、健康に関して、損失局面にある場合でも習慣行動に割く時間を変更しない」という研究仮説を立てた。アンケート調査の対象を計72人からの有効な回答を得て回帰分析を行った。その結果、歯磨き習慣行動について研究仮説に整合的で、有意な結果を得る事ができた。本結果の分析を進める事で、直観主義者に対する施策に貢献する事ができると考える。

JFL分類番号 : D9

キーワード : 世界観、直観主義、習慣行動、損失局面

---

<sup>1</sup> 慶應義塾大学 経済学部 学部生 haru0914@keio.jp

<sup>2</sup> 慶應義塾大学 経済学部 学部生 7110shin-07010360@keio.jp

<sup>3</sup> 慶應義塾大学 経済学部 学部生 atsushi9961@keio.jp

## 1. イントロダクション

私たちは日々の生活において、睡眠、食事など様々な行動を毎日行っている。その中で行っている行動のうち害を与えるものに関して、人によって対応は異なる。行っている行動が害を与えると知りながらも、行動を変化する人やしない人が存在する。私たちはこのような経済行動の違いに着目し、世界観を用いて説明することを目標とした。世界観について「ひとつの人々の集団が生活を秩序づけるために用いている、現実の性質に関しての認識、感情、判断に関する基礎的な過程と枠組み」と定義する（大垣・田中，2018）。

健康を害する習慣行動に影響を与える世界観として直観主義を挙げる。直観主義の定義を「物事の判断において推論ではなく自身の直観を重視する世界観」とする。私たちは日々の生活では科学的に合理的な行動に基づいて行動しているわけではない。そして仮に正しいとされる情報を得ても行動を変化しない人が多いと考えた。そこでどのような人が行動を変化しないのかを考えたところ、論理性より直観的な思考を重視する人が行動を変えないと考えた。それを踏まえて、「直観主義が強い人ほど、健康に関して、損失局面にある場合でも習慣行動に割く時間を変更しない」という研究仮説を立てた。

## 2. 研究方法

研究はまず学生を対象としたアンケートを実施した。アンケート内容は、直観主義の度合いを測るための質問5個と被験者の現状の習慣行動に割いている時間を聞く質問4個、4つそれぞれの習慣行動において健康を害するという条件を加えた質問4個の計13個である。現状の習慣行動に割いている時間を聞く質問で具体的に自身の生活を想起してもらった後に健康を害すると聞いて自身の習慣行動に割いている時間をどれくらい変えるかを測るために二段階形式の質問を作成した。また、直観主義の度合いを測る問題は論理的にも非論理的にも答えを出せる選択式の質問を行い、回答内容ではなく回答者がその問題に割いている時間を測り、短い人ほど直観主義の度合いが高いとした。これは先行研究である佐野由佳、武田景斗、中村晴美、藤部誠矢（2014）を参考として我々独自に作成した。なお、計測はMicrosoft PowerPoint 2013 のリハーサル機能を用いて選択肢が記載されているスライドを被験者が開いていた時間を回答に際して割いた時間とした。

以上のような形で得られた数値を用いて、直観主義の度合いを説明変数、習慣行動に割く時間を被説明変数として単回帰分析を行った。アンケートは大学生の友人を中心に協力をよびかけて計72名の回答が得られた。

## 3. 研究結果

得られたデータから単回帰分析を行い、有意水準10%以下で有意が得られた結果のみ表1に示す。

説明変数は、世界観を図る5つの質問の合計値の平均とする。

被説明変数	説明変数	係数	P値
あなたはこの後やることは何も無く、寝る前に歯を磨きます。あなたは歯磨きを何秒かけて行いますか？  問2の歯磨きの時間だと健康に良くない面があるが、長く磨くことで健康被害が緩和される正確で科学的な証拠が見つかった。あなたはこの後やることは何も無く、	①～⑤の合計値の平均	0.779	0.044

<p>寝る前に歯を磨きます。  あなたは歯磨きを何秒伸ばしますか？  （ ex. ○ 17秒減らす、87秒減らす ×23-64秒くらい）</p>			
--	--	--	--

表1. 有意な結果を得られたアンケート調査結果

#### 4. 考察

上に示した表1より、習慣行動に割く時間の変化と直観主義の度合いを測る質問への回答間には正の相関が見られることがわかる。直観主義の度合いの測り方として回答時間が短いほど直観主義の度合いが高いとしたため、「直観主義が強い人ほど、健康に関して、損失局面にある場合でも習慣行動に割く時間を変更しない」という仮説と整合的な結果が特定の条件下では得られた。その特定条件下というのは単位が「秒」の場合の習慣行動である。唯一有意である結果を得られた被説明変数の単位が「秒」だったため、被験者の世界観が与える影響が反映されやすくなったと考えられる。

単位が「秒」であることで被験者が習慣行動に割く時間を変えても、従来の生活に与える影響が他の「分」の質問に比べて少ないことで、論理的に考える人と非論理的に考える人に差が生じた。特に直観主義の度合いが弱い人に単位の違いによる行動の変化が見られた。直観主義が弱い人は単位が「秒」の場合、自身の生活に占める割合が少ないため行動を変化しやすかったが、単位が「分」の場合、論理的に考えて変更しようとするが、自身の生活に占める割合が大きいため変化しようとする時間を短く見積もってしまうと考えられる。結果、直観主義が強い人は単位が「秒」だと行動を変化せず研究仮説と整合的な結果となると考えられる。

#### 5. おわりに

この研究から、人間の認知バイアスの一つである単位バイアスにより、直観主義の強さが歯磨きの習慣行動に影響を与えるという仮説を支持する結果が得られた。秒と分の単位が他の経済行動の結果に影響を与えた可能性があるのと、各回答者にそれぞれの行動に使っている時間を聞いているので、変化の割合を計算できることから、今後、割合（パーセンテージ）のデータを用いて分析していく予定である。

#### 付録 アンケート質問票

##### 問1

あなたは今、休日でこのあと何も予定がありません。あなたはその日の昼ご飯を1人で食べるとして、何分かけて食べますか？

##### 問1-A.

仮に「問1の食事時間だと健康に悪いが、より長い時間をかけて食べると、健康被害が緩和される効果があるという正確で科学的な証拠が見つかった」（継続しなくても効果があります）と記事で読みました。

休日でこのあと何も予定がありません。

あなたはその日の昼ご飯を1人で食べるとして

何分伸ばしますか？

( ex. ○ 17秒減らす、87秒減らす ×23-64秒くらい)

問2.

あなたはその後やることは何も無く、寝る前に歯を磨きます。あなたは歯磨きを何秒かけて行いますか？

問2-A.

仮に問2の歯磨きの時間だと健康に良くない面があるが、長く磨くことで健康被害が緩和されると正確で科学的な証拠が見つかった。(継続しなくても効果があります)と記事で読みました。

あなたはその後やることは何も無く、寝る前に歯を磨きます。

あなたは歯磨きを何秒伸ばしますか？

( ex. ○ 17秒減らす、87秒減らす ×23-64秒くらい)

問3. あなたは次の日が休日、昼まで予定は何もありません。あなたは睡眠時間を何時間取りますか？

問3-A.

仮に問3の睡眠時間のままだと健康に良くない面があるが、睡眠時間を減らすと健康被害が緩和されるという正確で科学的な証拠が見つかった(継続しなくても効果があります)と記事で読みました。

あなたは次の日が休日、昼まで予定は何もありません。

あなたは何分睡眠時間を減らしますか？

( ex. ○ 17分減らす、87分減らす ×23-64分くらい)

問4

あなたは娯楽目的で寝る何分前までスマートフォンを使用しますか？

問4-A. 仮に、問4のスマートフォン使用時間だと健康に良くない面があるが、睡眠前のスマートフォンを使用しない時間が長いほど健康被害が緩和されると正確で科学的な証拠が見つかった。

(継続しなくても効果があります)と記事で読みました。

あなたは前問の回答時間から更に何分スマートフォンの使用を減らしますか？

( ex. ○ 17分減らす、87分減らす ×23-64分くらい)

問A. ただいま午後 7 時です。

以下の選択肢のうちどれを最優先で行動しますか

1. 翌日の起床時間
2. 翌日の支度
3. お風呂
4. 夕食

問B. あなたは次のうち1つ超能力が手に入るとしたらどれを選びますか？

- ・ ①半径 2 m以内の心臓の音を聴ける能力
- ・ ②5 秒先まで未来を知ることができる能力
- ・ ③5 0 cm以下の厚さの壁、扉を透視できる能力
- ・ ④5 mまでの距離が瞬間移動できる能力

問C. 動物を組み合わせて新しい生物を作れます。1つ選ぶならどの組み合わせにしますか？

- ・ ①イルカとヘビ
- ・ ②カワウソとザリガニ
- ・ ③クワガタとゴリラ
- ・ ④カラスと猫

問D. 最後の晩餐で1つ選ぶならどれを選びますか？

- ・ ①5年間男子サウナで蒸した卵
- ・ ②10年交換しなかった風呂の水をゼリー状にしたもの
- ・ ③5年間温室で放置した牛乳
- ・ ④牛が踏み荒らした農場の草

問E. 無人島にもし1人だけつれていくなら？

- ・ ①サバイバル経験はないが頭脳で助けてくれそうな理系の東大生
- ・ ②力仕事など身体能力を活かした活躍をしてくれそうなプロスポーツ選手
- ・ ③楽しい雰囲気を作ってくれそうな芸能人
- ・ ④何を考えているかわからないけど、想像を絶することをしてくれそうな有名企業社長

#### 引用文献

Hiebert, P.G., 2008, Transforming Worldviews: An Anthropological Understanding of How People Change, Baker Academic.

大垣昌夫・田中沙織, 2018, 『行動経済学』 有斐閣, 東京.

佐野由佳、武田景斗、中村晴美、藤部誠矢, 2014, 直観主義が期間限定商品の購買行動に与える影響について,

慶應義塾大学経済学部大垣昌夫研究会2014年度研究班論文