

# 最大化と満足化が選択後の後悔と満足度に及ぼす影響

岡澤美紅\*・竹橋洋毅\*\*

## Effects of Maximizing and Satisficing on Regret and Satisfaction of Choice

Miku OKAZAWA\* and  
Hiroki TAKEHASHI\*\*

This study examined how maximizing (looking for best outcomes) and satisficing (looking for something that crosses the threshold of acceptability) affect regret and satisfaction of choice. Ninety undergraduates were randomly assigned to either a maximizing or satisficing condition. They were given "tips of better choices" to manipulate their thought style. Presented with a scenario, they were asked to choose one of eight options. They rated regret and satisfaction of their choice. Results indicated that the participants in satisficing condition showed lower regret and higher satisfaction for their decision than those in maximizing condition. The discussion considers the possible applications.

**Key words:** decision-making, maximizing, satisficing

### 問題と目的

人生には数多くの選択があり、後悔のない満足な選択をすることは重要であるため、そのような選択を支える心理やよい選択方略を知ることの応用的価値は高い。この問いに関し、Schwartz, Ward, Monterosso, Lyubomirsky, White, & Lehman (2002) は、選択する際のスタイルとして最大化（最良の結果を求める）と満足化（自分が満足できる基準を満たす選択肢を見つけたらそれを選び、判断を終える）を提唱し、これらを両極とする一次元の尺度を作成した。彼らの研究の結果、最大化が強い人々は、それが弱い満足化の人々と比べ、上方比較を多く行うため、人生や選択に後悔しやすく、満足感が低いことが示唆された。しかし、日本では最大化と後悔が無相関であるという知見もあり、文化差が論じられているが（都築, 2008）、後悔や最大化が生じる判断対象は人により異なるため、その影響を統制することで、日本においても最

大化と後悔の関係が文化普遍的にみられる可能性もある。また、日本を含め、最大化の研究は尺度による調査研究が主であり、実験的手法による因果的影響の検討は殆どなされていない。そこで本研究では、選択場面を具体的に設定し、選択対象へのこだわりなどの個人差を統制した上で、実験により最大化が選択後の後悔や満足感にもたらす因果的影響について検討する。

### 方 法

**参加者と実験計画** 国立女子大学の学生 90 名（年齢は  $M = 20.5$  歳,  $SD = 1.0$ ）。実験計画は、選択スタイル（最大化、満足化）の一要因参加者間計画であった。

**実験操作** 本実験では、参加者に「よい選択の秘訣」を教示した後、「友達と行く卒業旅行の宿泊先」選択場面を提示した。参加者は重視する選択基準を 15 項目（夕食、朝食、大浴場、露天風呂、値段、宿の規模、新しさ、部屋の綺麗さ、宿の種類、オシャレさ、駅からの経路、部屋からの景色、コンビニの有無、サービスの良さ、他）から選んだ後、宿泊先を選択した。選択スタイルの操作は「よい選択の秘訣」の教示と、重視する選択基準により行い、前者は Schwartz らの定義に基づくものであった。最大化条件では、よい選択を「しっかり考え抜き、選択肢から自分の理想の基準をすべて満たす最高の 1 つを見つけ出せること。決して妥協しないこと」と教示した。重視する選択基準としては、「宿泊先を決める際、最高の判断をするために欠けてはいけないと思う観点に少しでも当てはまるもの」をいくつでも挙げるように求めた。満足化条件では、よい選択を「一番よいものではなく、自分が満足できそうと思うものを選ぶこと。自分にとって重要な判断軸を満たす物は全て正解と考えること」と教示した。重視する選択基準としては、「宿泊先を決める際、最も重視したい項目」を 1 つだけ挙げるように求めた。

**質問項目** 従属変数は次の 2 つだった。(1) **選択満足** Ma & Roese (2014) の最大化実験に基づき、「選んだ宿泊先に満足している」の 1 項目を用いた。(2) **選択後悔** Ma & Roese (2014) に基づき、「他の宿泊先の方がよかったかもしれないと後悔している」の 1 項目を用いた。統制変数は 2 つだった。(3) **特性後悔** 道家・村田 (2006) の後悔尺度の 11 項目のうち因子負荷量の低い 2 項目を除く 9 項目 ( $\alpha = .81$ ) の平均を尺度得点とした。(4) **宿泊先のこだわり** 「旅行をする際の宿泊先を決めるときはいつも、自分なりのこだわりを持って選んでいる」、「宿泊先については、自分の中で重要視したい項目の優先順位が決まっている」の 2 項目 ( $r = .55, p < .01$ ) の平均値を尺度得点とした。評定は、7 件法 (1. 全く当てはまらない—7. 非常に当てはまる) であった。

**手続き** 集団実験の形式で行った。まず、性別、学年、年齢、特性後悔、旅行時の宿泊先のこだわりをたずねた。次に、実験参加者を最大化条件、満足化条件にランダムに振り分け、

\* 無所属

\*\* 奈良女子大学大学院、人間文化総合科学研究科  
Graduate School of Humanities and Sciences, Nara  
Women's University, Kitauoyahigashimachi, Nara, Nara  
630-8506, Japan.

よい選択の秘訣を提示した後、理解確認のためによい選択の秘訣について自由記述形式で回答を求めた。そして、卒業旅行先を8つから選ぶ場面を提示し、宿泊先を決める際に重視する選択基準の項目を挙げさせた上で、宿泊先を1つ選ぶよう求めた。各旅行先には11種の情報(宿の種類、値段、夕食、朝食、大浴場、露天風呂、部屋数、創業年、コンビニ有無、部屋からの景色、経路、高評価レビュー、低評価レビュー)が示されたが、各選択肢は一長一短だった。その後、選択満足と選択後悔の項目に回答を求めた。最後に内省報告を求め、ディブリーフィングで実験概要と仮説を説明し、実験は終了した。

**倫理的配慮** 本研究は所属機関の倫理審査を受けていないが、それは本所属では卒業研究への倫理審査が一般的でないためだった。著者らは応用心理学研究倫理規定を確認し、問題がないことを確かめた。実験目的、参加者の権利(回答の中断可、プライバシー保護)、データ使用・公表について事前に説明し、同意した人だけがGoogleフォーム上の「次へ」のボタンを押し、実験に参加した。

結 果

**操作チェック** 操作チェックのため、よい選択の秘訣として提示した教示と参加者の自由記述が対応しているかを確認した。その結果、6名が教示と無関連な内容を記述していた。これらを除外し、84名分のデータを分析対象とした(最大化条件  $n=39$ 、満足化条件  $n=45$ )。

**仮説検証** 記述統計と相関係数を Table 1 に示す。選択スタイル操作の影響を検討するため、選択満足と選択後悔のそれぞれを従属変数、条件を独立変数、特性後悔と宿泊先のこだわりを統制変数とする共分散分析を行った。結果を Figure 1 に示す。選択満足では条件の効果が有意であり ( $F(1, 80) = 5.36, p = .02, d = 0.50$ )、満足化条件では最大化条件よりも選択満足が高かった。選択後悔においても、条件の効果が有意で ( $F(1, 80) = 4.22, p = .04, d = 0.45$ )、満足化条件では最大化条件よりも選択後悔が小さかった。

考 察

本研究では、選択スタイル(最大化、満足化)の操作が選択満足と後悔に及ぼす影響について検討した。その結果、満足化条件のほうが最大化条件よりも選択満足が高く、後悔が小さかった。この結果は、Schwartz et al.(2002)の流れを汲んだ最大化に関する先行研究の知見と一致する。最大化は客観的な評価から一番良いものを求める考え方であるのに対して、満足化は主観的な評価が基準となるため、満足度や後悔という主観的な感情経験を評価対象とする場合については満足化のほうが良好となると考えられる。

本研究の制約としては、まず、サンプルが国立女子大学の学生のみであったことが挙げられる。知見の一般化可能性を

明らかにするため、今後は性差や年齢差についても検討が必要であると考えられる。また、選択場面として卒業旅行という限定的なものしか扱っていないため、例えば、就職先や結婚相手の選択など、より深刻さが増す選択場面についての検討が求められる。

このような制約はあるものの、本研究から最大化がもたらす因果的影響が明らかになった。これは、ももとの特性によらず、選択スタイルを変えることによって、選択への満足度や後悔を変容できることを意味する。本研究では、選択スタイルを教示と選択基準により操作するための具体的な手法を明らかにしており、選択への満足度や人生満足感を高めるための介入方法を開発する上での示唆を与える。客観的な正解がなく自身が満足すればよい事柄、例えば旅行先の決定や洋服の購入などについては、最高の選択ではなく、自分が満足できるかに焦点を向けさせる支援が選択者の悩みを軽減しうる点で有益だと考えられる。

Table 1 各変数の記述統計と相関係数

	M	SD	r		
			2	3	4
1. 選択満足	5.6	1.1	-.39 **	-.13	.12
2. 選択後悔	2.4	1.4		.06	-.27 *
3. 特性後悔	4.4	1.1			-.08
4. 宿泊先の こだわり	5.0	1.5			

\*\*  $p < .01$ , \*  $p < .05$

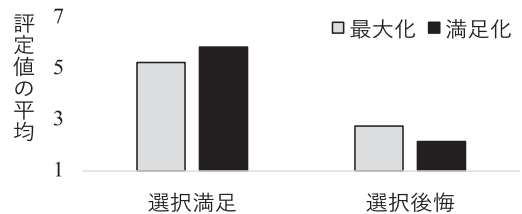


Figure 1 選択スタイル操作が選択満足と選択後悔に及ぼす効果

引用文献

道家瑠見子・村田光二 (2006). 後悔経験の個人差尺度作成の試み 日本心理学会第70回大会発表.  
 Ma, J., & Roese, N. J.(2014). The maximizing mind-set. *Journal of Consumer Research*, **41**, 71-92.  
 Schwartz, B., Ward, A., Monterosso, J., Lyubomirsky, S., White, K., & Lehman, D.(2002). Maximizing versus satisficing: Happiness is a matter of choice. *Journal of Personality and Social Psychology*, **83**, 1178-1197.  
 都築誉史 (2008). 追求—後悔尺度による意思決定スタイルの測定：尺度の信頼性と自己肯定意識尺度との関係に関する検討 応用社会学研究, **50**, 93-104.

(受稿：2022.8.2；受理：2022.11.20)