

お金と幸福の関係における判断のゆがみ

廣瀬 琴也

第1章 序論

- 1 研究の背景
- 2 研究目的
- 3 研究方法と対象

第2章 経済心理学の観点から見た貨幣と幸福

- 1 貨幣と幸福に関する先行研究
- 2 幸福感における消費の選択と貨幣の多面的価値
- 3 金銭的意思決定における心理的バイアス

第3章 金銭的意思決定における認知的バイアスと心理的戦略:幸福を最大化するための賢明な選択

- 1 バイアスの可視化と是正 自己理解の基づく合理的な選択へのアプローチ
 - (1) メタ認知とリフレーミング:思考のフレームワークを再構築する
 - (2) 感情制御と意思決定の質の向上:冷静な判断を促す心の鍛錬
- 2 消費と浪費の弁別力 意思決定の質を分ける境界線
 - (1) 消費と浪費の定義とその心理的背景
 - (2) 行動意思決定論から見た浪費と優越構造の重要性

第4章 ポスト消費社会における貨幣的価値観の再構築:豊かさの再定義と持続可能な未来への道筋

- 1 現行の貨幣的価値観の限界 物質主義の飽和と内なる飢餓
- 2 価値観の転換に向けた社会的兆候 新しい豊かさを求める動き
- 3 教育・制度を通じた意識変革の方向性 持続可能な未来を拓くための羅針盤

第5章 優越構造の構築と幸福 行動意思決定の深層を探る

- 1 優越構造探索モデル 選択の物語を紡ぐ心
 - 2 金銭的判断における優越構造 消費と浪費の境界線
 - 3 納得感のある消費明確な優越構造の証
 - 4 浪費と優越構造の未構築 後悔の源泉
 - 5 優越構造の構築を支援する心理的戦略 賢い選択への道
- (1) 意思決定プロセスの構造化による優越構造の意識化
 - (2) 多属性意思決定による優越構造の強化と認知バイアスの抑制
 - (3) 反省戦略としての時間的距離と衝動的選択の抑制
 - (4) 優越構造構築がもたらす金銭的幸福と心理的価値

第6章 幸福を求めて お金との新たな関係

- 1 研究の総括 見えない心の回路を解き明かす
- 2 研究の限界と課題 未来への問い
- 3 今後への展望 幸福への道筋を具体的に描く

要旨

本論文は、現代社会において中心的な役割を果たす「お金」が、人々の「幸福感」に与える影響について、経済学と心理学の学際的な視点から考察する。特に、人間の金銭的判断に内在する「認知的バイアス」が幸福感を歪めるメカニズムを解明し、より持続可能で納得感のある消費行動への道筋を提示することを目的とする。

現代社会では、SNSの普及により他者の消費行動が可視化され、承認欲求や比較優位を求める心理が消費を加速させている。しかし、イースタリンの逆説が示すように、ある一定の所得水準を超えると、物質的な豊かさの増加が必ずしも幸福感の向上に繋がらないというパラドックスが存在する。この乖離の背景には、金銭的意思決定に内在する損失回避、アンカリング効果、ヒューリスティクスといった認知バイアスが深く関わっている。本研究は、金銭的意思決定における認知バイアスが、主観的幸福感に与える影響を詳細に解明し、H.サイモンの「優越構造探索モデル」の考え方を取り入れ、機能的・経済的合理性だけでなく「比較の中で自分が納得できる理由づけを作る」心理プロセスを通して、持続可能で納得感のある消費行動の方向性を提示するこ

とを目指す。

「幸福」を「主観的幸福感 (SWB)」と定義し、先行研究を概観すると、イースタリンの逆説は、所得増加と幸福感の乖離を示唆しており、その背景には相対所得仮説や適応理論が挙げられる。また、物質的消費よりも経験的消費の方が高い幸福感をもたらす可能性が指摘され、お金の「使い方」が幸福感を左右するという重要な視点を提供する。社会学的には、貨幣は社会的地位や権力を象徴し、経済格差が幸福感に影響を与える。倫理的には、拝金主義が精神的な空虚感を招く一方、利他行動が自己効力感を高め、幸福感をもたらす。金銭的意思決定における心理的バイアスとして、プロスペクト理論を詳細に解説する。価値関数における損失回避と感応度逓減、および確率加重関数が、人々の意思決定の非合理性を説明する。これに加え、損失回避、所有効果、心の会計、サンクコスト効果、アンカリング効果といった具体的なバイアスが、金銭的判断を歪め、結果的に幸福感に影響を与えるメカニズムを明らかにする。

認知的バイアスは必ずしもネガティブな側面ばかりではなく、迅速な意思決定を可能にする場合もあるが、長期的な幸福を阻害する誤った判断に繋がる場合は、その克服が不可欠である。自身の思考プロセスを客観的に認識するメタ認知によりバイアスに気づき、問題や状況の捉え方を変えるリフレーミングによって思考のフレームワークを再構築する。「損を回避すること」ではなく、「より良い選択をするチャンス」と捉え直すことで、過度なリスク回避による機会損失を避けることができる。また、感情は意思決定に計り知れない影響を与えるため、マインドフルネスや瞑想を通じて感情を客観的に観察し、冷静な判断を促す心の鍛錬が重要である。本論文の核となる概念の一つが、「消費」と「浪費」の弁別力である。「消費」は自己成長、生活維持、長期的な幸福に資する支出であり、満足感や達成感に繋がる。一方、「浪費」は目的を伴わない衝動的・比較的な支出であり、短期的な快楽や承認欲求を満たすものの、後悔や自己嫌悪に繋がりやすい。浪費行動には損失回避バイアスや即時報酬バイアスが強く関与している。行動意思決定論の視点からは、浪費は情報の探索が不十分なまま、あるいは「優越構造」が十分に構築されないまま行われることが多いと指摘できる。優越構造とは、特定の選択肢が他の選択肢に対して、どのような点で優れているのかを明確に言語化できる構造を指し、この構築が幸福感を最大化する上で鍵となる。

物質主義の飽和と内なる飢餓に直面する現代社会では、物質的な豊かさの増加が必ずしも幸福感の向上に繋がらないというパラドックスが存在する。経済格差の拡大は社会の分断を深め、相対的剥奪感や不公平感を増大させ、幸福度を低下させる。また、過度な消費は環境問題を引き起こし、未来世代の資源を食い潰している現状も深刻である。このような状況から、「足るを知る」という東洋思想が、持続可能な未来を築く

ための羅針盤として再評価されている。価値観の転換に向けた社会的兆候として、ミニマリズム（物質的なモノからの解放と精神的な豊かさの追求）、シェアリングエコノミー（所有から利用へ、モノから体験への価値のシフト）、倫理的消費（環境や社会に配慮した選択）、地域通貨や時間銀行（貨幣一辺倒の価値観に一石を投じるオルタナティブな価値交換システム）が挙げられる。このような社会変化に対応するため、教育・制度を通じた意識変革の方向性として、従来の金融教育に「幸福リテラシー」の概念を統合することが提言される。特に、プロスペクト理論やヒューリスティクスといった経済心理学の知見を導入することで、受講者が自身の内なるバイアスを認識し、コントロールする能力を高めることが期待される。また、ナッジ理論に代表される行動経済学の知見を活用し、デフォルト設定の変更や情報提示の工夫、社会的規範の提示、ポジティブなフィードバックの活用、選択肢の設計といった制度設計を通じて、人々の自発的な行動変容を促すことが重要である。

行動意思決定論の根幹をなす優越構造探索モデルは、私たちが複数の選択肢の中から一つを選ぶ際、単に属性を評価するだけでなく、「なぜこの選択肢が他の選択肢よりも優れているのか」という理由付け、すなわち優越構造を積極的に探索し構築しようとすることを説明する。この納得感が、意思決定後の満足度を高め、後悔を減らす上で不可欠である。納得感のある消費とは、自己投資や計画的な購入など、明確な理由付け（優越構造）が構築されている支出であり、長期的な満足感に繋がる。一方で、衝動買いや見栄のための買い物など、優越構造が曖昧なまま行われる支出は「浪費」となり、後悔の念を抱きやすい。ヒューリスティクスや認知バイアスが優越構造の探索を妨げ、非合理的な金銭的判断を招く。優越構造の構築を支援する心理的戦略として、意思決定プロセスの構造化（「なぜこれを買うのか」「他に良い選択肢はないか」「長期的なメリット・デメリットはどうか」といった問い）、多属性意思決定の活用（複数の属性をリストアップし、それぞれの重要度に応じて重み付けを行い総合的に評価すること）、そして購入前の反省の時間を置くこと（「24時間ルール」など）が挙げられる。これらの戦略は、単なる効率的な意思決定に留まらず、私たちの選択に意味と価値を与え、自己決定感を高め、結果としてより豊かな精神的な幸福を享受するための道標となる。

本研究は、「お金と幸福」の関係における判断のゆがみを、経済学と心理学の視点から深く掘り下げた。イースタリンの逆説が示すように、物質的な豊かさが必ずしも幸福に直結しない現実と、プロスペクト理論が明らかにした認知バイアス（損失回避、アンカリング効果、サンクコスト効果、心の会計）が、私たちの金銭的意思決定を非合理的な方向へと導くメカニズムを詳細に分析した。また、物質的消費よりも経験的消

費が持続的な幸福をもたらすこと、そして「お金の使い方」や利他行動が幸福度を左右するという洞察も強調した。本研究が提唱する核となる概念は、「消費と浪費の弁別力」を高めること、特に「優越構造の構築」が持続的な幸福への鍵であるという点である。浪費が優越構造の未構築によって引き起こされることを指摘し、購入前に立ち止まって熟考する心理的戦略の重要性を論じた。さらに、ミニマリズムやシェアリングエコノミー、SDGsといったポスト消費社会における新たな価値観の台頭を紹介し、これからの時代には、単なる金融リテラシーだけでなく、自身の幸福とは何かを深く洞察し、お金を管理・活用する能力としての「幸福リテラシー」が不可欠であると提言した。教育や社会制度の中に幸福リテラシーを育む仕組みを組み込むことの重要性も強調された。

本研究は先行研究の整理と理論的考察に重点を置いており、実証的な検証が行われていない点、幸福の多面性や認知バイアスの個人差が考慮しきれていない点、お金の価値観が変化する動的な性質を持つ点などが限界として挙げられる。今後の展望としては、実証研究の実施を通じて理論の妥当性を検証すること、個別化された介入プログラム（例：AIを活用したパーソナルファイナンスアドバイザー）の開発、異文化比較研究を通じて普遍性と多様性を探求すること、そして公共政策への貢献（例：年金制度設計、貧困対策におけるナッジの活用）が期待される。本研究は、貨幣を「目的」ではなく「手段」として明確に位置づけ直し、個々人が自身の価値観に基づいた、後悔のない選択をするためのツールとしてお金を使いこなせる社会の構築に向けた一助となることを目指している。