

特集 1. 思考特性を理解する

## 最終回 日本人の家づくりと認知的不協和\*\*

平成 20 年 9 月 1 日

### □ 日本の家づくり

客観的な調査結果はありませんが、日本人は建築思想や家づくり論に感化されやすく、なおかつ依存しやすいように思います。このことは、以下で説明する心理特性と、日本の住宅文化の特性から容易に推測することができます。

具体的な説明の前に、日本の住宅文化に簡単におさらいしてみましょう。日本の住宅文化には以下のような他国にはない特徴があります。

1. 住宅の交換価値が極端に低く、中古住宅市場が成熟していない。
2. 住宅の寿命が短い。
3. **住宅取得回数が極端に少ない**。家は一生に一度の買い物。… etc

この中でも特に重要なのが、最後の特徴、つまり、家づくりの経験が乏しいという特徴なのです。

### □ 不安だらけの家づくり

家づくりの経験が乏しいということは、家づくりに関する既有知識が十分でない可能性が強いのです。つまり家づくりスキーマが十分ではないと推測されるのです。

参照すべき既有の知識体系（家づくりスキーマ）が乏しく「**どうしたら良い住まいをつくれるか分かにくい**」（表 1）状況の中、「**一生に一度の大きな買い物をしなければならない**」をしなければならないのです。こんな板ばさみに遭って、不安にならない人などいないはずです。

### □ 認知的不協和理論とは

このような相反する事柄に遭遇し、心理的な不快な状態になると、ヒトは行動や認知（理解や判断）を変化させ、その不協和を低減しようとすると言われています。これを認知的不協和理論といいます。

\*\* 初めて記事をご覧になる方は、必ず「[利用規約](#)」をご確認ください

表 1 住まいに対する不安・不満<sup>1)</sup>

	人	%
1. 住まいづくりで大切なことが分からない	68	14.8
2. どこで情報を入手すればよいか分からない	78	16.9
3. どこに依頼相談に行けばよいか分からない	136	29.5
4. 入手した情報が正しいかどうか分からない	211	45.8
5. 設計の良し悪しが分からない	195	42.3
6. 工事の良し悪しが分からない	301	65.3
7. 価格の良し悪しが分からない	182	39.5
8. その他	14	3.0
9. 不安なし	51	11.1

\*複数回答

家づくりに対する不満・不安点の調査結果：実際に、日本人の家づくりは分からないことだらけなのです。これは、ほとんどの日本人が家づくりを行うのが初めてであることと関連があると推測されます。

例えば、愛煙家にとって「自分は愛煙家である」という知識と、「喫煙者は肺ガンになりやすい」という知識の間には矛盾（認知的不協和）が生じます。この不協和に直面すると、愛煙家は大きな不快感を感じてしまいます。そして、以下のような方法で、不協和を低減させると考えられるのです。

1. 不協和な関係にある認知要素の一方を変化させる  
禁煙（行動変化）。または喫煙と肺ガンには因果関係が無いという風に解釈を歪曲する（**認知的歪曲**）。
2. 不協和な認知要素の過小評価（または、協和的な認知要素の過大評価）  
肺ガンの発症リスクを過小評価する。タバコは有害であるという情報を避ける（**情報の選択的接触**）。
3. 新しい**協和的認知要素の追加**  
喫煙にはリラックス効果があるなど、喫煙の利点をあげる

本来であれば、禁煙（行動変化）が最良の解決策といえます。しかし、「情報の選択的接触」や「認知的歪曲」など、それ以外の合理的とはいえない方法でも、認知的不協和は解消できるのです。

## □ さらに限定合理的に

さらにヒトは直面する不協和の程度が大きいほど、より強くその不協和を低減しようとすると言われています。

多くの日本人にとって、住宅は人生で一番高額な買い物、一生に一度の買い物なのです。にもかかわらず、どうやって理想の家づくりを行っていけばいいのかが**分からないのです**（表 1）。これは、おそらく人生最大級の認知的不協和だといえるのです。

もともと、ヒトは限定合理的な存在です。それなのに家づくりに際しては、追い討ちをかけるように、巨大な認知的不協和に直面してしまうのです。そのために、合理的とは限らない解決策をとってしまう危険性がさらに増えてしまう。日本人の家づくりには、実はこうした特長があると推測されるのです。

## □ そして外的確実性依存症に

冒頭で、日本人は建築思想や家づくり論に感化されやすいとした理由も、この点にあります。つまり認知的不協和や不安を解消するために、「有名ハウスメーカー（建築家）だから」、「良い材料を使用しているから」などの協和的認知要素（安心要素）をどんどん追加し、心理的な不快感を低減しようとしているのです。

しかし、このように協和的な情報に「選択的に接触」しようとするのが、結局は、技術論や思想家の言動への過信につながり、外的確実性依存症<sup>†</sup>へつながってしまうのです。

## □ 良薬は口に苦し

こうした悪循環を断ち切るためには、「人の意見に振り回されず、理性的で間違いの無い判断をすべき」などと無理<sup>‡</sup>を言うつもりはありません。しかし、より堅実な家づくりのためには、有益な情報は集めるべきだとは思いますが。

ところが、認知的不協和にあるヒトは、有益な情報であっても、不安や不協和を増大させる情報を避ける傾向があります（情報の選択的接触）。そのため、何の意識もしなければ、**単に消費者を安心させるだけの情報**だけを集めてしまいかねないのです。無論、このような偏った情報を基にしては、どんなに理性をはたらかせても堅実な判断などできないのです。

<sup>†</sup> プロローグの**特集 1. 「基本概念の解説」**を参照されたい。

<sup>‡</sup> ヒトはもともと限定合理的な存在で、100 % に理性に基づいて思考している訳ではないからです。

このように考えると、まずは、不安を回避せず意図的に視野を広げていくことが効果的だと思うのです。正当な情報を避け、禁煙せずに寿命を縮めるか、健康被害のリスクを受け止め禁煙をするのか。これと似たような決断を、日本人は家づくりにおいてももしなくてははいけないのです。

\* 記事の感想をお聞かせください

[アンケート画面へ](#)

## 参考文献

- (1) 小林文香. 生活者の住まいへの関心に見る住まいづくりの問題点. 生活協同組合研究, 通号 391, 27-34, 2008.
- (2) 市川伸一. [考えることの科学](#). 中央公論社, 1997.
- (3) フェスティンガー (著), 末永 俊郎 (翻訳). 認知的不協和の理論 社会心理学序説. 誠信書房, 1965.
- (4) 古畑和孝, 岡隆 (編). 社会心理学小辞典. 有斐閣, 2002.

\* 消費者にとって有益だと思われる情報誌を、[リンク](#)のページに載せています。そちらもご参考ください。