

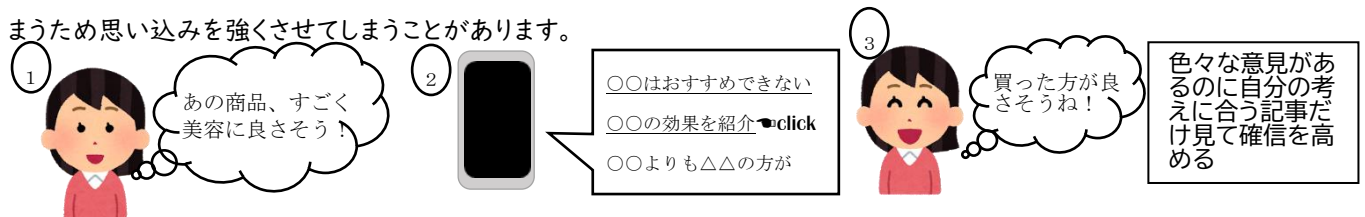


SNSやゲーム、買い物などインターネットは便利で生活を豊かにしてくれる一方でトラブルの原因になってストレスにつながることも多いのではないのでしょうか。インターネット上で起きるトラブルの多くは、私たちの認知的なエラーが関係しています。今回は、認知的エラーについて知って、自分がトラブルに巻き込まれないようにどうしたら良いか考えましょう。

認知的なエラーの一例

確証バイアス

人間は「自分が正しい」と思いたい欲求を持っています。自分の考えを補強する情報ばかりを集めて過大評価し、都合の悪い情報を過小評価することがあります。例えば、インターネット検索では自分の考えに合致する情報ばかりを拾ってしまうため思い込みを強くさせてしまうことがあります。



度を超えた書き込み内容で名誉棄損で訴えられたり、脅迫で逮捕されたりすることがありますが、多くは「確証バイアス」によって正常な判断ができなくなった結果です。ある個人のネガティブな情報ばかり集めてしまうことで相手を極悪人のように思いこんでしまうことで、行動がエスカレートしてしまうことがあります。

楽観主義バイアス

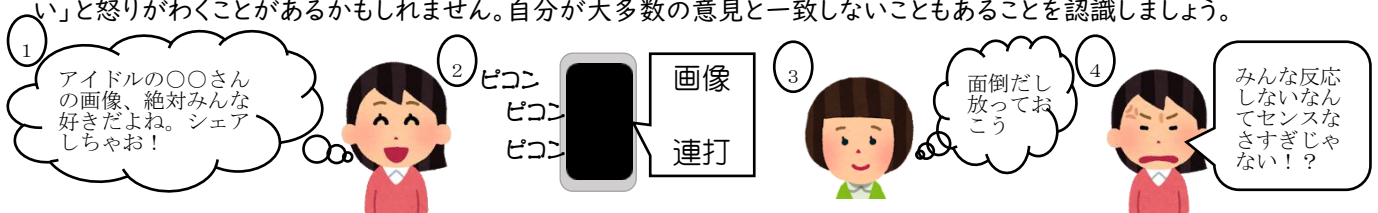
リスクがあるのに自分の都合の良いように楽観視すぎて適切な判断ができなくなることです。「これくらいなら大丈夫」と思って行動したことが重大な判断ミスになるなどがあります。



自分としては軽い気持ちであっても、インターネット上に書き込んだ内容をどう捉えるかは相手次第です。文字だけだからこそ相手はどんな風にも想像できるため意図しない受け取られ方をすることがあります。特に「グチ」と「悪口」の境界線はあいまいです。大勢の目につく可能性のある場では大きなトラブルのもとになりやすいです。

フォールス・コンセンサス

自分と同じ考えを持ったり行動する人の割合を実際より高く見積もってしまうことです。同調者が少ないと「わかってない」と怒りがわくことがあるかもしれません。自分が大多数の意見と一致しないこともあることを認識しましょう。



この記事を読んで、「自分は大丈夫だろう」と思ったあなたは、楽観主義バイアスにはまる才能ありです！普段から自分が認知的なエラーを起こす可能性を考えて、行動する前に自分が見落としていることはないか、相手の気持ちを正しく推し量れているか振り返ってみましょう。