

MBTIの違いによる、環境変化が社会的比較の傾向に与える影響

厚木高等学校 2-D β 2班

➤ 目次

① 背景

② 先行研究と概要

③ 目的

④ 仮説

⑤ 実験方法

⑥ 結果

⑦ 考察

⑧ 今後の展望

⑨ 参考文献

➤ 背景

学校生活においては、

クラス替えや進路選択など**環境の変化**が多い学校生活では

社会的比較の傾向が変化する可能性がある



MBTI (性格タイプ診断)と

社会的比較の程度には関係があるのか？

➤ 先行研究と概要

社会的比較 社会的比較理論¹

1954年に社会心理学者**レオン・フェスティンガー**²によって提唱
自己評価を正確に把握するために、各個人の内部にひとつの**衝動****がある**という習慣
に焦点をあてている。

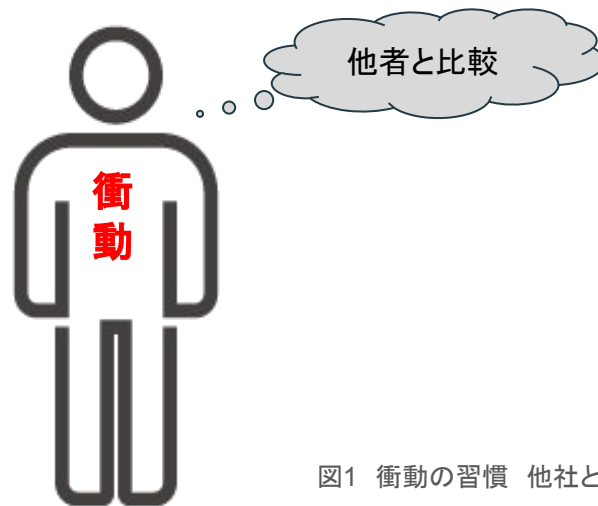


図1 衝動の習慣 他社との比較

➤ 先行研究と概要

社会的比較³

他者と自分を比べることで自分の社会における位置を確かめる

上方比較

自分より優れている人と比べること

成績の良い人と自分を比較して「もっと頑張ろう」と思う



下方比較

自分より下だと思える人と比べること

成績の悪い人と自分を比較して「自分の方がまだマシだ」と思う

図2 社会的比較 上方と下方の比較

➤ 先行研究と概要

MBTI⁴とは

スイスの精神科医カール・グスタフ・ユング⁵の

「人は多様な性格類型 (タイプ)のいずれかに分類できる」

キャサリン・クック・ブリッグス⁴とイザベル・ブリッグス・マイヤーズ⁴が

仮説に基づき

人間の性格を **16タイプ**に分類したもの

本研究においては、MBTIを科学的根拠のある指標であると仮定する

世界45カ国以上で活用され、さまざまな企業や団体、大学などにおいて、有効・有益に活かされています。

➤ 先行研究と概要

MBTI 16タイプ4つの対立軸

1	外向型 (E)	← 興味・関心 →	内向型 (I)
2	感覚型 (S)	← モノの見方 →	直感型 (N)
3	思考型 (T)	← 判断の仕方 →	感情型 (F)
4	判断型 (J)	← 外部との接し方 →	知覚型 (P)

図3 MBTI 4つの対立軸



例えば、INFPは



繊細で理想主義的、共感力が高く、豊かな想像力を持つ性格とされる

図4 MBTI診断 タイプ例

➤ 目的

MBTIの違いによって、**環境変化**が**社会的比較**にどのような**影響を与えるか**を分析する

高校生の**心理的サポート**や、**学習支援のヒント**を
得ることを目指す！

➤ 仮説1

社会的比較に特に関わりがあるMBTIは

思考型 (T)と感情型 (F) →

思考型 (T)は下方比較

感情型 (F)は上方比較

をする**傾向が強い**と考えられる。

1	外向型 (E)	← 興味・関心 →	内向型 (I)
2	感覚型 (S)	← モノの見方 →	直感型 (N)
3	思考型 (T)	← 判断の仕方 →	感情型 (F)
4	判断型 (J)	← 外部との接し方 →	知覚型 (P)

図5 MBTI 4つの対立軸

➤ 実験方法

□ 調査対象は、厚木高等学校に在籍する生徒とする

① MBTIのアンケート⁶ + 簡易的な社会的比較アンケート

→ **事前調査** MBTIのタイプと社会的比較の **頻度**や**強さ**

② 後期中間テストの**前**に社会的比較アンケート

③ 後期中間テストの**後**に社会的比較アンケート

→ **本調査** 個人単位でみた社会的比較の **程度**の**変化量**

④ 5段階評価を用いて数値化

⑤ t検定にかける

➤ 実験方法

【 社会的比較のアンケート 】

「Instagramの利用と幸福度の関係における 社会的比較と承認欲求の影響⁷」

より社会的比較志向性の質問Gibbons and Buunk(1999)を邦訳して採用している

「社会的比較志向性と心理的特性との関連⁸」

より社会的比較志向性の質問Gibbons and Buunk(1999)を邦訳して採用している

「アンケートを用いた質の高い調査研究を行うための手引き⁹」

よりアンケートの信憑性を高める方法

➤ 実験方法

【 アンケート質問項目 】

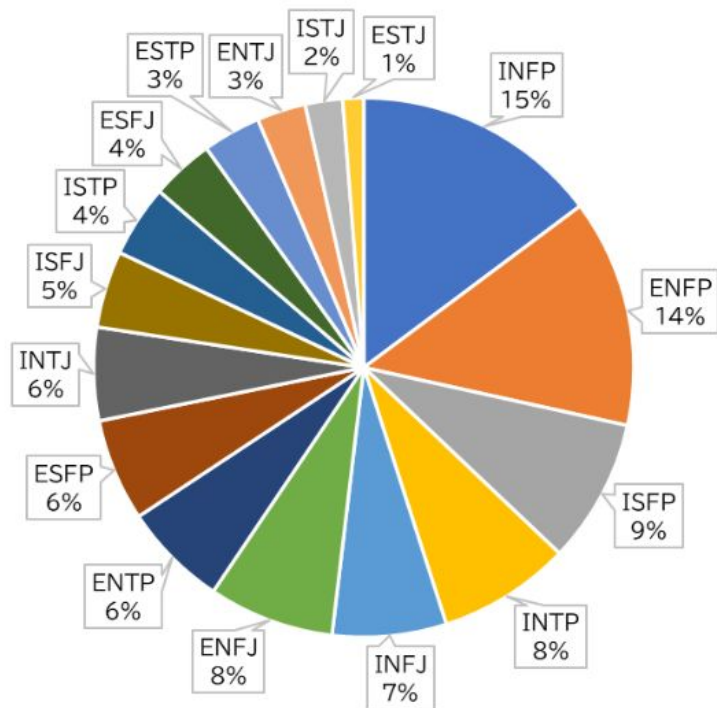
事前調査	
質問項目1	他の人のやり方と比べて自分のやり方はどうであるか、いつも気にしている
質問項目2	自分と似たような課題に直面している人が、何を考えているのかよく知ろうとする
質問項目3	あまり自分と他の人とを比べる方ではない
質問項目4	何かについてもっと知りたいと思うとき、それについて他の人が何を考えているのか知ろうとする
質問項目5	何かについて自分がどのくらい上手くできたかを知りたいときには他の人のやったことと自分がやったことを比べる

本調査	
質問項目1	次のテストではAさんに勝てるよう頑張ろうと思う
質問項目2	Aさんにはこれ以上頑張らなくて欲しいと思う
質問項目3	自分なんかダメだと思う
質問項目4	Aさんを尊敬してる
質問項目5	次のテストでもAさんに勝てるように頑張ろうと思う
質問項目6	Aさんには次のテストでも勝てるように頑張ろうと思う
質問項目7	自分はできると思って安心する
質問項目8	自分の方が良くできて、安心する

図6 MBTI診断アンケート質問項目

➤ 結果 実験①事前調査 厚木高校生のMBTIのタイプ分析

厚木高校生のMBTIのタイプ分布



感情型(F)や直感型(N)を含むタイプが**中心**

判断型(J)は**少数**



日本人のMBTIの割合とほぼ等しい

図7 MBTI診断アンケート結果によるタイプ割合



結果

実験①事前調査 社会的比較の強さの傾向分析

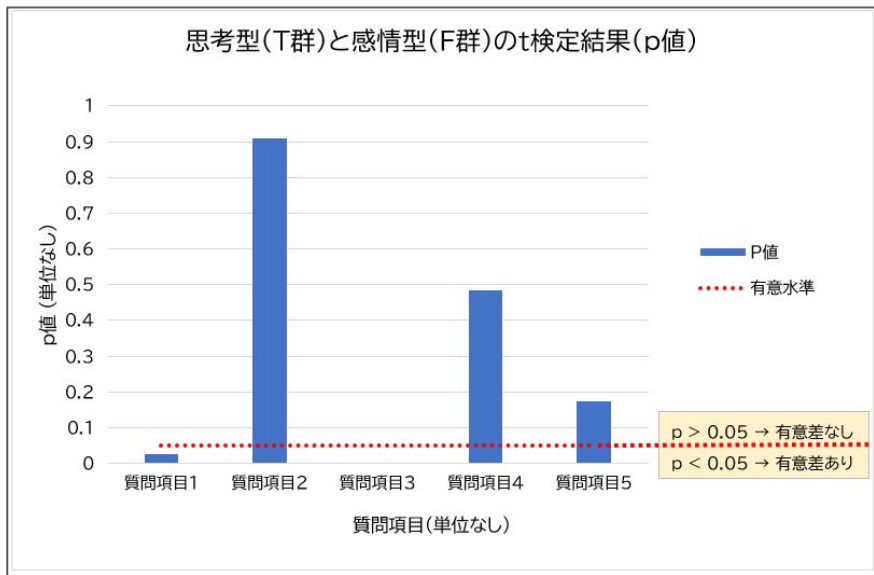


図8 思考型(T群)と感情型(F群)の社会的比較傾向

質問項目1, 3のみt検定のp値に有意差が認められた

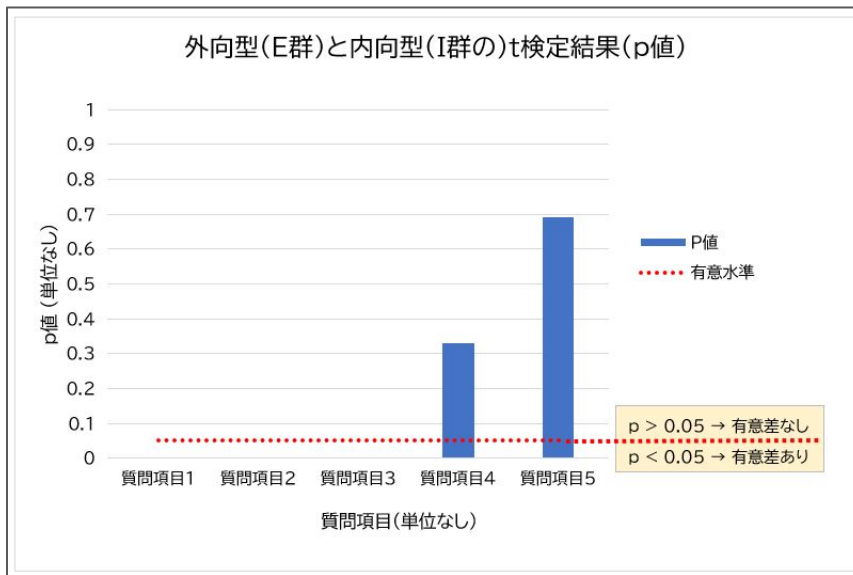


図9 外向型(E群)と内向型(I群)の社会的比較傾向

質問項目1, 2, 3にt検定のp値に有意差が認められた

➤ 考察 実験①事前調査 MBTIのタイプと社会的比較の強さの傾向について

仮説とは異なり、**感情型(F)**と**思考型(T)**に**有意差なし**

結果は、**外向型(E)**と**内向型(I)**で**有意差あり**

外向型(E)は**他者との交流が多く**、比較対象に触れる機会が多いため

→ **社会的比較傾向**が**強くなる**と考えられる

内向型(I)は自己の**内面への関心が強く**、他者との比較を必要としない

→ **社会的比較傾向**が**弱くなる**と考えられる

➤ 仮説2 事前調査①を踏まえた 追加仮説

外向型 (E) は **下方比較**

内向型 (I) は **上方比較**

をする **傾向が強い** と考えられる。

➤ 結果 実験②③ 本調査 個人単位でみた社会的比較の程度の変化量

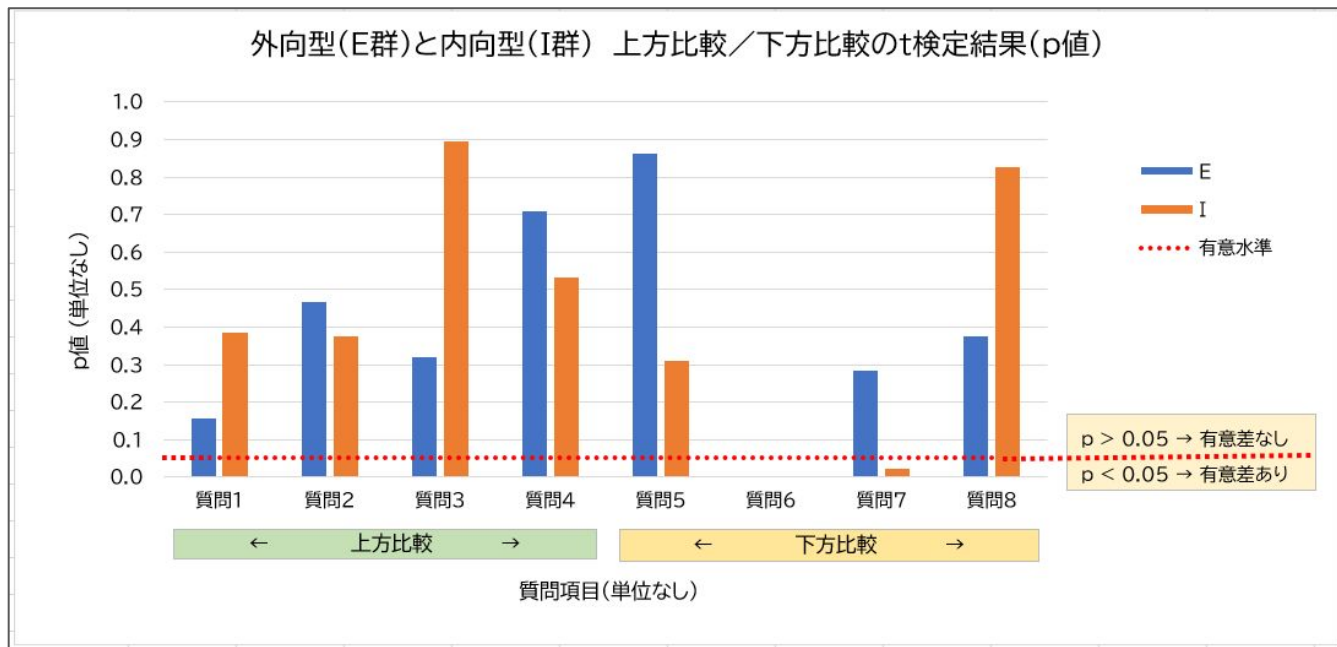


図10 外向型(E群)と内向型(I群) 上方比較/下方比較の変化量

多くの質問項目でt検定のp値に有意差が認められなかった

➤ 考察 実験②③本調査 個人単位でみた社会的比較の程度の変化量について

事前調査の結果を踏まえ、**外向型(E)**と**内向型(I)**により社会的比較の変化に差が生じると予想したが、多くの項目で**有意差は認められなかった**

➔ 本研究の条件・範囲では、外向型(E)と内向型(I)の違いによる**社会的比較**への明確な**影響は確認されなかった**

➤ 仮説3 実験②③本調査 色別について

16タイプのほかに、MBTIには性格タイプを基にした**4色分類**^{6,10}診断も一般的に用いられる

4色は、**共通の特徴**によって**分類**され、各色ごと**異なる行動特性・価値観**をもつ

紫	青	緑	黄色
分析家 知的で理論的	番人 秩序や協調性	外交官 誠実さや理想志向	探検家 柔軟性や行動力
INTJ、INTP、ENTJ、ENTP	ISTJ、ISFJ、ESTJ、ESFJ	INFJ、INFP、ENFJ、ENFP	ISTP、ISFP、ESTP、ESFP

図11 色別性格タイプの一覧表

➤ 仮説3 実験②③本調査 色別について 追加仮説

4色分類の特性の違いにより**テスト前後**に

**社会的比較傾向の
変化量に差が生じる**

と考えられる



結果

実験②③本調査

色別分析

4色分類ごとのテスト前のt検定結果

		テスト前					
		紫×黄	紫×緑	紫×青	黄×緑	黄×青	緑×青
上方比較	質問1	0.000023	0.002907	0.000488	0.002841	0.098127	0.024190
	質問2	0.166029	0.001174	0.080902	0.000674	0.076410	0.016138
	質問3	0.143460	0.117840	0.034449	0.090602	0.023096	0.045663
	質問4	0.159085	0.000181	0.158918	0.000109	0.151101	0.000213
下方比較	質問5	0.000496	0.019647	0.147803	0.009855	0.003457	0.044397
	質問6	0.000076	0.142556	0.021484	0.000003	0.031297	0.014386
	質問7	0.000007	0.083836	0.154956	0.000000	0.000047	0.107242
	質問8	0.000041	0.034376	0.112978	0.000170	0.001178	0.094074

※数値は小数点第6位まで表記(第7位四捨五入)

※有意差あり: 赤色

図12 色別テスト前の検定結果(p値)の一覧表

➤ 結果 実験②③本調査 色別分析

4色分類ごとのテスト後のt検定結果

		テスト後					
		紫×黄	紫×緑	紫×青	黄×緑	黄×青	緑×青
上方比較	質問1	0.005654	0.045256	0.033846	0.023817	0.000643	0.003866
	質問2	0.083120	0.026272	0.116453	0.003847	0.145892	0.019575
	質問3	0.130016	0.023704	0.017884	0.011760	0.012091	0.081189
	質問4	0.160936	0.000704	0.116048	0.000424	0.118455	0.001454
下方比較	質問5	0.024728	0.161116	0.012755	0.015322	0.000941	0.008013
	質問6						
	質問7	0.012896	0.070108	0.120363	0.038470	0.044275	0.135059
	質問8	0.007981	0.085882	0.030480	0.011737	0.131239	0.046052

※数値は小数点第6位まで表記(第7位四捨五入)

※有意差あり: 赤色

図13 色別テスト後の検定結果(p値)の一覧表



結果

実験②③本調査

緑群と黄群の分析

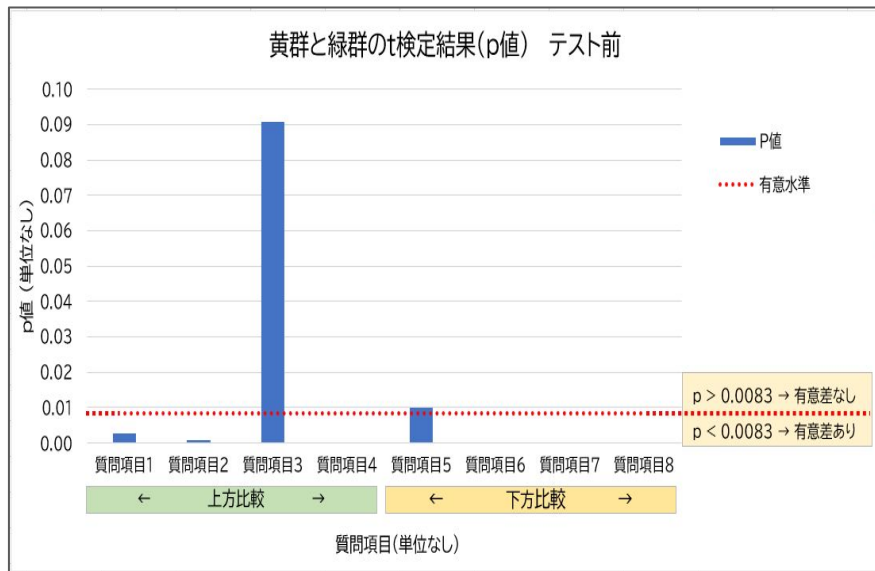


図14 黄群と緑群のテスト前社会的比較

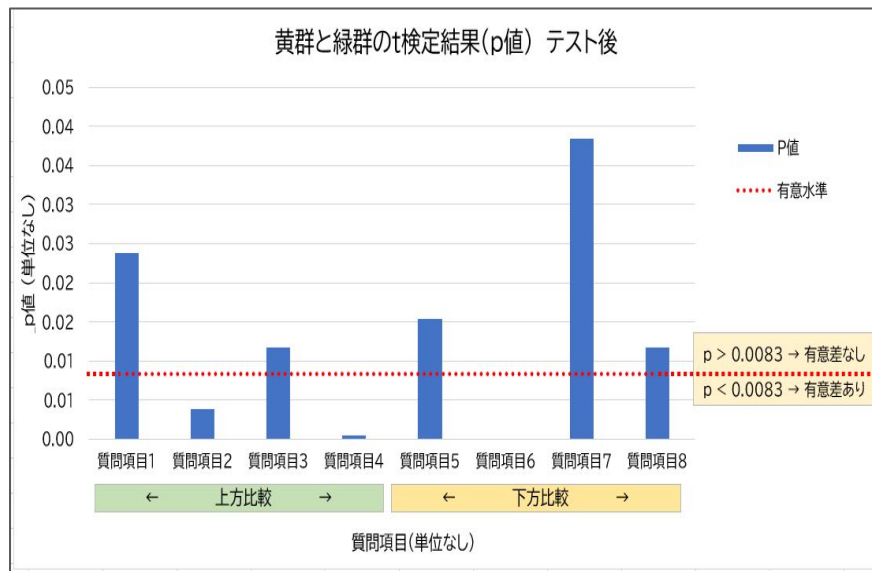


図15 黄群と緑群のテスト後社会的比較

質問項目1, 2, 4, 6, 7, 8のみt検定のp値に有意差が認められた

質問項目2, 4のみt検定のp値に有意差が認められた

➤ 考察 実験②③本調査 緑群と黄群について

ボンフェローニ補正¹¹を用いて、有意水準を 0.05 → 0.0083 に補正

価値観・コミュニケーションスタイル・動機づけ・環境への適応の仕方 など
複数の性格特性を含んでいると考えられ、変化量に差が生じたと考えられる

黄群：状況への適応力が高い傾向 があり

テスト**前後**で**比較の仕方が変化**しやすいと考えられる

緑群：価値・意味を重視する傾向 があり

テスト**前**に**他者比較が強まり**やすいと考えられる

➤ 結果 心理的サポートや学習支援の活用方法

- ❑ 性格を1つの指標ではなく、価値観を含めた分類で変化を捉えやすい
- ❑ 社会的比較は「**性格 × 環境**」の相互作用で変化する可能性
- ❑ 性格タイプに応じた支援が、
心理的負担の軽減と**学習意欲向上**につながる

黄群 → **学習過程・努力を評価する声かけ**

緑群 → **自己評価・振り返りを重視**

➤ 今後の展望

□ 調査対象の課題

学年によってテストの意味づけが異なる可能性

→ 今後: 学年別分析の実施

□ 調査方法の課題

アンケート中心で内面理解が十分に反映できていない

→ 今後: インタビューなど質的調査の併用

今後は**対象や方法を広げる**ことで、より**信頼性の高い分析**につながり、社会的比較が生じる背景をより深く明らかにできると考えられる

➤ 参考文献

1.Webilo辞書 社会的比較理論

https://www.weblio.jp/content/%E7%A4%BE%E4%BC%9A%E7%9A%84%E6%AF%94%E8%BC%83%E7%90%86%E8%AB%96#google_vignette 2025/6/17閲覧

2.Webilo辞書 レオンフェスティンガー

<https://www.weblio.jp/content/%E3%83%AC%E3%82%AA%E3%83%B3%E3%83%95%E3%82%A7%E3%82%B9%E3%83%86%E3%82%A3%E3%83%B3%E3%82%AC%E3%83%BC>

2025/6/17閲覧

Sage Journals Festinger,L.(1954) A theory of social comparison processes

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/001872675400700202> 2025/6/17閲覧

3.臨床心理学用語事典 社会的比較 <http://rinnsyou.com/archives/888> 2025/6/17閲覧

4.一般社団法人日本MBTI協会 MBTIとは <https://www.mbti.or.jp/what/> 2025/6/17閲覧

5.C.G.ユング著.1987年『タイプ論』みすず書房

➤ 参考文献

6. NERIS Analytics Limited 無料性格診断テスト 16Personalities

<https://www.16personalities.com/ja/%E6%80%A7%E6%A0%BC%E8%A8%BA%E6%96%AD%E3%83%86%E3%82%B9%E3%83%88> 2025/6/17閲覧

7. 成蹊大学 QVWDJUDP の利用と幸福度の関係における社会的比較と承認欲求の影響

<https://www.seijo.ac.jp/education/faeco/academic-journals/jtmo420000001jji-att/235-8arai.pdf> 2025/6/17閲覧

8. 筑波大学心理学系 外山 美樹 社会的比較志向性と才む理約特性との関連

<https://tsukuba.repo.nii.ac.jp/record/2753/files/23.pdf> 2025/6/17閲覧

9. 小山 祐樹 川口 敦 志馬 伸朗 アンケートを用いた質の高い調査研究を行うための手引き

https://www.jstage.jst.go.jp/article/jsicm/28/3/28_28_180/pdf 2025/6/18閲覧

10. MBTIラボ MBTIの色分けとは？性格タイプを色で表現する方法について徹底解説！

https://16labo.jp/mbti-color-coding/#google_vignette 2025/12/27閲覧

11. 株式会社データシード いちばんやさしい、医療統計 ボンフェローニ法での補正は多重比較検定で重要！計算方法やメリットデメリット <https://best-biostatistics.com/multiple/bonferroni.html> 2025/12/27閲覧

THANK YOU!
ありがとうございました!