

## バーナム効果

3年4組33番 安井 実咲  
3年5組26番 藤田 千尋

keywords : 「バーナム効果」「信憑性」「信頼」「犯罪」「心理テスト」「詐欺」「多種多様」

## 1.はじめに

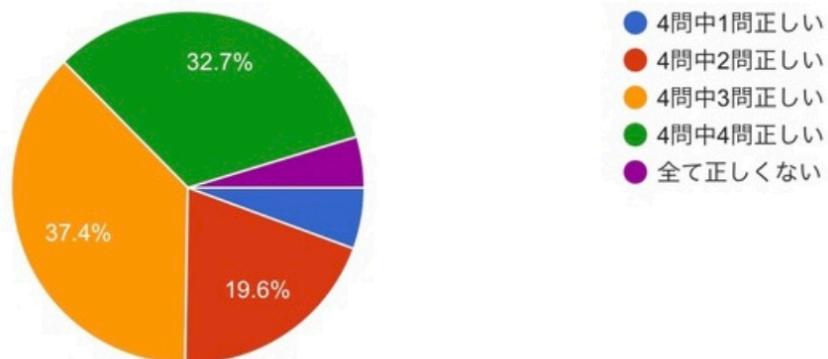
心理テストは、人間の性格や行動、感情の特徴を客観的に知るために用いられるツールである。今までに、心理テストは精神医学や教育、ビジネスなどさまざまな場面で活用されてきた。私たちは、これまで心理テストを活用してきた中で結果が「当てはまる」ことが大半だということに気がついた。そこでこれらのテストに対して信憑性や妥当性、信頼度について私たちは疑問を持ち始めた。多くの人々が心理テストを活用する一方で、結果がどの程度正確にその人の内面を反映しているかについては、疑問視されることがある。私たちは、心理テストが人間にもたらす影響を調べ、現代社会との上手な関わり方を探究した。そこで、私たちはバーナム効果が心理テストの結果に影響しているのではないかと考えた。バーナム効果とは、誰にでも当てはまるような曖昧で一般的な性格の記述を、自分自身に特有なものとして受け入れてしまう心理的傾向のことだ。私たちは正しいバーナム効果の活用法について探究した。心理テストが個人に与える影響や、私たちが心理テストの結果をどのように理解し、活用すべきかについて論じる。

## 2.序論

なぜ人間は心理テストをするのだろうか。自己理解でも他者理解でもあり、娯楽、医学、教育などの分野で活躍することがある。私たちは心理テストは「自分の性格傾向を知ることができる」ものであると位置付けた。他の人と比較して自分の特徴を知ることができ、自分の中での能力のばらつきを知り、今後の生活を送りやすくするためのヒントになるということだ。私たちは心理テストというものがどれぐらいの正確性があるのか疑問に感じ、奈良県立国際高等学校3年生107人に心理テストを受けてもらった。そして最後にテスト4問中何問自分にとって正しいものだったか、という質問をした。

テストの結果が自分自身にとって正しいものでしたか？

107件の回答



このグラフを見る通り、テストの結果が自分自身にとって正しいものだったという人が多数いるのがわかる。人間は多種多様でさまざまな考え方があり、人間を4つの答えだけで分けられるはずがない。でも答えが4通りしかない答えに当てはまるということは少なからずバーナム効果が働いていると考えた。

### 3.本論

そこで私たちは2つの活用法を見つけた。一つ目は、バーナム効果にはコミュニケーションを深化させる効果があるということだ。一般的な情報を相手に合わせて会話することであたかも相手を理解していると思わせることができる。つまり、ここでのバーナム効果は、「私はあなたのこと理解してますよ」ということを相手に思わせることで、相手の警戒を解き、自分に相手を歩みよせることができる。二つ目は広告において利用できるということだ。広告には様々な種類があり、たくさんの人の目に入るものである。誰にでも当てはまる悩みを最初に置くことで、「自分のことかも!」と思ってもらい興味を示してもらえるようになることがある。バーナム効果は「自分にだけ語りかけてくれている」と相手に思わせることが大切なのだ。例えば、ただ単純に「みなさん」と言うのではなく「あなた」など言う相手を特定し、特別感を感じさせる。ここでバーナム効果を高める三つのポイントを私たちがなりに考えた。『特定の相手のみに伝える』『ポジティブな内容を含む』『幅広く解釈できる言葉を使う』色々な相手に使うと「この人みんなに同じことをしてるのだろう」と特定の相手から信頼を失ってしまう。そして内容にポジティブな内容を含むことで、相手が気負うことなくバーナム効果を素直に感じさせることができる。幅広く、大勢に当てはまりそうな内容を含むことで信頼を高める。ここまでを振り返ると、「バーナム効果ってなんか詐欺では?怪しくないか?危ないか?」と思ってしまう。そこで私たちもこれだけ人に影響する効果を詐欺師が使わないわけがないと思い、安全に正しく安心して生活にバーナム効果を広めるために必要なことを考えた。バーナム効果による影響を避けるためには、個人が批判的思考を身につけることが重要である。曖昧で大勢に当てはまる情報に対して冷静に分析し、それが本当に自分に当てはまるかどうかを考える能力は、日常生活においても大切である。このため、批判的思考を養う教育の普及が必要であり、特に若者を対象とした教育の強化に組み込むべきである。つまり、「一度立ち止まって考える」ということが現代を生きる人々にとって必要なスキルなのではないかと考えた。これらを通じて、バーナム効果が持つ影響力を悪用から守り、社会において安心して利用できる環境を作ることが可能となる。

### 4.結論

多くの人が多様な目的で利用する心理テストであるが、その結果にはバーナム効果が少なからず影響している。バーナム効果は、「誰にでも当てはまりそうだが特別に自分に言われているように感じる表現」を活用することで、さまざまな分野で信頼関係や共感を生み出しやすくする強力な手法だ。ビジネスや教育、カウンセリングなど多様な場面で、顧客や相手に「自分のことを理解してくれている」と思わせ、行動を促進したり信頼を深めたりする手段として役立てられる。バーナム効果には良い側面も悪い側面もある。正しく使うと自分にとって利益が生まれる場合もあるが、間違った使い方をすると、最悪の場合犯罪につながってしまう場合もある。そうならないようによく考えて行動し、一歩立ち止まることが大切になってくると私たちは考えた。立ち止まって考えることは、より安全でより良い結果へ導くために非常に有益である。

### 5.おわりに

これから生きていく私たちは必要な力を理解し、スキルを伸ばしていき、大きな影響力を持つバーナム効果を正しく活用し、自分にとっても相手にとっても有意義なものにしていく必要がある。私たちに情報リテラシーは不可欠だ。今後人々の情報リテラシーを高めるためにメディアと連携し、わかりやすい形で信頼性の高い情報を発信したいと考えている。信

頼できるメディアが、情報の裏付けを明確にした上でわかりやすく情報を伝えることで、社会全体が信頼できる情報の特徴を学んでいきたい。

## 6.参考文献、出典

バーナム効果とは？マーケティングでの活用方法やポイントを解説（2023 2.16）

<https://www.profuture.co.jp/mk/column/31743>

心理テストの結果の判断に思い込みは影響しているのか？国際基監教大学（ICU）一般教育科目「物理学の基礎と概念」2007（岡村准教授）自由研究グループ3（3名）

<http://subsites.icu.ac.jp/people/okamura/education/ge/projects/07-6/psycho-test.pdf>

不思議現象—なぜ信じるのか—こころの科学入門 菊池聡・谷口高士・宮元博章編著 北大路書房