こども教育宝仙大学

相談室だより

2025 年度　秋学期第 2 号
学生相談室カウンセラー
中島絵美

相談室だよりのテーマは心理テスト！ということで、MBTI 診断についてご紹介します。

MBTI 診断はユングのタイプ論という考えがベースになっています。ユングは人によって、心のエネルギーの向かい方（内向・外向）や情報の処理の仕方（思考-感情/感覚-直観）にタイプがあることに気が付きました。心のエネルギーが自分の内側に向かう人を内向、人や環境など外側に向かう人を外向としました。さらに、向かったエネルギーをどう処理するかで 4 つのタイプに分かれます。思考と感情は真逆の機能。感覚と直観も真逆の機能になります。その中で自分の軸になっている主機能が性格傾向を表しているとされています。例えば、物を購入するときにスペックを大事にする人は思考機能、可愛い！が大事な人は感情、着心地を大事にする人は感覚、ピン！ときたら買う人は直観といったような具合です。「感情も感覚もあるんだけど、どっち？」という方は、絶対自分が選択しない買い方の逆の機能（思考-感情/感覚-直観）、例えばスペック（思考）をほとんど気にしない人は感情（かわいい）が主に、ピン！（直観）では買わない方は感覚が主といった具合です。MBTI は内向外向→主機能、補助機能とアルファベットが割り当てられ、そこまではユングのタイプ論と似ています。最後に P と J のいずれかがつくのが MBTI 独自の考え方のようです。開発されたのは 1950 年頃！それが 2020 年代に流行るとは…。MBTI を作成したキャサリンブリッグスもさぞびっくりしていることでしょう。

・・・相談室開放イベントのご報告・・・

11 月 4 日（火）お昼休みにコモンズ（5 号館 1 階）にて相談室開放イベントを実施しました。

秋の相談室イベントは「バウムテスト（心理テスト）」でした。バウムはドイツ語で「木」のこと。つまり、木を描いてもらう心理テストになります。

スイスのカール・コッホという心理学者が考案したテストです。木を一本描くだけの、紙と鉛筆と消しゴムさえあればできてしまう簡単な検査ではありますが、侮るなかれ、そこから見えることはかなり多くの心理状態や性格などを反映します。投影法とよばれる検査で、誰もが見て結果がすぐわかるものではありません。結果を読み解くには少し経験と勉強が必要になります。

本来は、ちゃんと聞き取りして実施し、絵を描いた後にさらに質問して結果を出すものなのですが、なかなかその時間を確保するのは難しいので、今回は聞き取りと質問を省いて絵だけで心理テストを実施しました。ですので、正確な結果ではないかもしれませんが、「当たっている！」とお声を多くいただきましたので、それなりに結果を読み解けたのではないでしょうか！

最近、私（中島）担当の時は心理テストとしてバウムテストを実施することが多いのですが、今年は恋愛相談色になりました。毎年、違ったテーマになることに私自身、とても楽しい経験となっております。

たくさんの方にご参加いただきました。ありがとうございました！

1・2・3月の
学生相談室開室時間と開室日

※長期休暇中は開室時間も変更していますのでご注意ください。

中島カウンセラー　火曜日担当

11：30～19：30（2 月と 3 月は 9：00～17：00）

1 月：6 日、13 日、27 日
2 月：3 日、17 日
3 月：3 日、10 日、17 日

満田カウンセラー　水・金曜日担当

13：00～18：00（2 月と 3 月は 9：00～17：00）

1 月：7 日（水）、9 日（金）、14 日（水）、16 日（金）、21 日（水）、23 日（金）、30 日（金）
2 月：4 日（水）、18 日（水）、27 日（金）
3 月：4 日（水）、11 日（水）、13 日（金）、18 日（水）、25 日（水）、27 日（金）

【連絡先・場所】

相談室の場所や相談申し込み方法は、

「学生生活ハンドブック（31P）」、

あるいはポータルで配信された内容を確認してください