

報道関係各位
Press Release



2026年8月18日
コグニティ株式会社

【独自調査】AIロープレは、本当にトレーニングになるのか？

～商用AIロープレ4社の公開デモ・実商用利用2社のデータを独自特許技術で分析、
「おせっかいすぎる相手」が実力以上の評価につながる可能性を検証～

定性情報を定量化する技術を有するコグニティ株式会社（本社：東京都品川区、代表取締役：河野理愛、以下「コグニティ」）は、商用利用されているAIロールプレイング（以下、AIロープレ）について、人間同士のトークとの違いや、トークスキルのトレーニングとしての有効性を検証する独自調査を実施しました。

今回の調査では、商用AIロープレ6社分（公開デモ4社・実商用利用2社）のデータ等を対象に、コグニティ独自の特許技術「CogStructure」を用いてトーク内容を構造化・数値化。人間同士のロープレ・実商談と比較し、「AIはどこまで人間に近づいたのか」「AIロープレにはどのようなクセがあるのか」「社内のどのスキルレベルに適した難易度なのか」を検証しました。

AIロープレの 精度分析

AIは、本当にトレーニングになるのか？

商用 **6** 社分のデータを検証

その有効性と、
チューニング方法を
調査結果を元に共有します

▶ 無料で登録



その結果、2023年の調査時と比べ、人間に近い傾向が見られる一方、AI側が人間の相手より詳しく話し、長く回答し、従業員側が十分にヒアリングしなくても必要な情報を提供してくれる傾向が確認されました。つまりAIロープレは、従業員が十分に質問・深掘りしなくても必要な情報を先回りして提供する、“おせっかいすぎる相手”になっている可能性があります。

本調査の詳細を、2026年8月19日（水）および8月31日（月）開催の無料オンラインセミナー「AIロープレの精度分析—AIは、本当にトレーニングになるのか？」にて公開します。

一般的な対話では、相手が最初から必要な情報をすべて話してくれるとは限りません。ロープレを行う本人が質問し、相手の意図や背景を引き出しながら対話を進める必要があります。ところがAIロープレでは、従業員側が十分に聞いていなくてもAI側から情報が提供されることで、結果として「対話がうまく進んでいる」状態になりやすい傾向が確認されました。

■ AIロープレでは、実力以上に「高評価」になる可能性も

さらに今回、商用AIロープレを導入している企業の社内評価データと、実際のAIロープレ内容をマッピングしました。その結果、AIロープレは全体的に、各社のスキル分布上で「高評価トーク」側に位置する傾向が見られました。しかし、内容を詳細に分析すると、担当者自身のヒアリング力によって高評価になっているだけではなく、AI側が詳細に回答し、必要な情報を自ら提供してくれることで、トーク全体の評価が押し上げられているケースが確認されました。

特に、中間レベル以下の担当者では、AIが会話を補完することで、本来のスキル以上に「評価の高いトーク」として仕上がる傾向が見られました。一方で、もともとスキルの高い担当者では、通常の間人相手なら発揮される「話の流れをつくる力」や「中盤で深掘りする力」が、AIに会話をリードされることで失われているケースも確認されています。

AIロープレの評価点だけを見て「スキルが上がった」と判断すると、実際の対応力との間にズレが生じる可能性があります。

■ AIロープレは「誰に使わせるか」で効果が変わる可能性

今回の分析から、AIロープレがすべての従業員に対して一律に有効、あるいは無効というわけではないことも見えてきました。必要な知識や基本的な話し方がまだ定着していない、スムーズに話せないといった初期段階では、AIロープレをそのまま利用しても、反復練習や基本トークの定着という意味でトレーニング価値がある可能性は高いと考えられます。一方、「相手から必要な情報を引き出す」「相手の意図や背景を深掘りする」「想定外・ネガティブな反応に対応する」「相手に応じて対話を組み立てる」といった、ミドルレベル以上のスキルを鍛える場合には注意が必要です。

AIが「おせっかいすぎる相手」のままでは、練習するほど本人に「できている」と認識させてしまい、実際のスキル向上につながらない可能性があります。そのため、AIロープレを本格的な育成に利用する場合には、実際の間人が持つ対話特性や、各社固有のコミュニケーション傾向を反映したチューニングが重要だと考えられます。

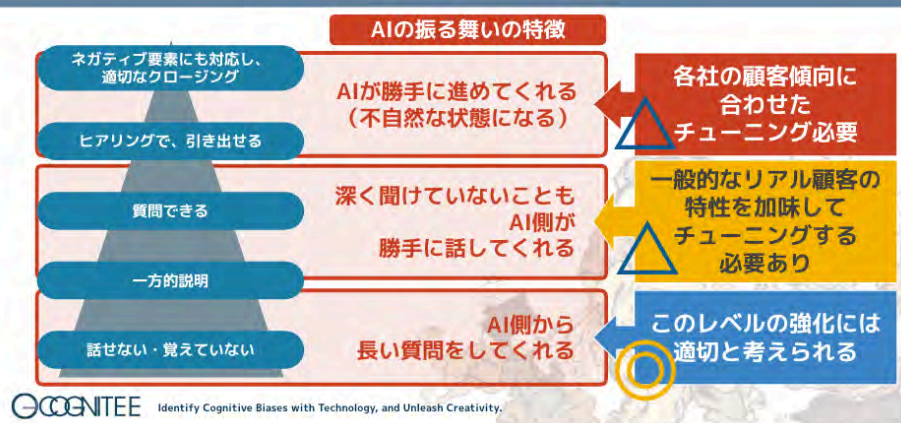
■ AIロープレの「難易度」を、社内のスキルに合わせる

AIロープレ導入時に重要なのは、「AIが自然に話せるか」だけではありません。本当に確認すべきなのは、「そのAIロープレが、自社のどのスキルレベルに適した難易度になっているのか」という点です。

今回コグニティでは、各社の高評価者・低評価者の実際のトークを分析し、そのスキル分布の中にAIロープレをマッピングすることで、AIロープレの難易度を可視化しました。同じAIロープレでも、初級者には適切なトレーニングになっている一方、中上級者にとっては相手役が情報を話しすぎることで、本来鍛えるべきヒアリングや深掘りの機会が失われている可能性があります。

AIロープレの導入効果を高めるためには、単に利用回数やAI側の採点結果を見るのではなく、自社の実際のデータと比較しながら、難易度そのものを検証することが必要です。

AIロープレは「誰に使わせるか」で効果が変わる



■ 調査概要

調査テーマ	AIロープレは、人間を相手にしたトークスキルのトレーニングとして機能するのか
調査目的	商用AIロープレと人間同士のトークを比較し、AI特有の会話パターンやトレーニング上の難易度、利用者のスキルレベルによる影響の違いを検証
対象データ	・ AIロープレデータ：9件 － 商用AIロープレ4社の公開デモ：5本 － 実際に商用利用されているAIロープレ：3本（対象企業2社） － コグニティによる比較実験データ：1本 ・ 人間同士の商談・ロープレデータ：15件 － 好成績者／低成績者の評価情報を含むトークデータ
分析データ総数	計24件（AIロープレ9件、人間同士15件）
主な検証内容	・ AIロープレのトーク内容 ⇔ 人間同士のトーク比較 ・ 実商用AIロープレ ⇔ 公開デモ動画比較 ・ 実商用利用2社におけるAIロープレ ⇔ 人間同士のトーク比較 ・ 各社のスキル分布上へのAIロープレのマッピング ・ 各分析結果の統計的な信頼性検証
分析方法	コグニティ独自の特許保有技術「CogStructure」を用いた分析サービス「COG-SUITE」により、各トークを約70のパラメータに構造化・数値化。話量、質問・回答、話題の密度、ストーリー展開、深掘り、客観根拠などの観点から比較分析を実施。

※企業名・サービス名など、一部情報は守秘義務等の観点から匿名化しています。

※本調査結果は今回取得したサンプルに基づくものであり、すべてのAIロープレサービスに一律に当てはまることを示すものではありません。

【COG-SUITE】

COG-SUITEは、会議、商談、1on1、ロープレ、チャットなど、組織内に存在する音声・文章の定性情報を、独自の特許技術で構造化・数値化し、組織パフォーマンスを左右する要因を可視化するサービスです。感覚や経験だけでは判断しにくい「良い営業」「良い指導」「良い会議」などを同一の評価軸で比較し、成果差を生む要因や改善すべきポイントを特定します。

今回のように、AIロープレと実際のトークを比較することで、AIの振る舞いが自社の育成に適しているか、どのスキルレベルに対して難易度調整が必要かといった検証にも活用できます。

■ 無料ウェビナー「AIロープレの精度分析」を開催

今回の無料オンラインセミナーでは、調査結果の詳細とともに、AIロープレをトレーニングとして機能させるための考え方を解説します。

【開催概要】

セミナー名	AIロープレの精度分析 ～AIは、本当にトレーニングになるのか？～
開催日時	2026年8月19日（水）12:00～13:00 2026年8月31日（月）17:30～18:30
開催形式	オンライン（Zoom Webinar）
参加費	無料
参加特典	セミナー参加者限定「AIロープレ精度分析 調査レポート」
申込ページ	https://cognitee.com/news/21805
内容	1. AIロープレは「人間」に近づいたのか？ 2. データで暴く、AIロープレの「クセ」 3. トークの質を「測る・比べる」技術 4. 商用AIロープレの「難易度」は？ 5. AIロープレで、本当にスキルは鍛えられているのか？

AIロープレをすでに導入している企業はもちろん、今後の導入を検討している経営企画、人材育成、DX、AI活用推進部門の方に向け、「導入するかどうか」ではなく、「どう設計すれば本当にスキル強化につながるのか」をデータから考える内容です。

■ 報道関係者限定で、調査レポート全文を公開

本調査の詳細な分析結果をまとめた「AIロープレ精度分析 調査レポート」を、報道関係者向けに公開します。AIと人間の回答量・質問傾向の違い、人間らしさのスコアリング、商用AIロープレの難易度、利用者のスキルレベルによってAIロープレの作用がどのように変わるのかなど、本リリースでは紹介しきれない分析結果を掲載しています。報道関係者の方は、本プレスリリースのPR TIMESページより調査レポート全文をダウンロードいただけます。

※一般の方には、2026年8月19日（水）および8月31日（月）開催の無料オンラインセミナー参加特典として同レポートを提供します。

【コグニティ株式会社 会社概要】

- 社名：コグニティ株式会社
- パーパス：技術の力で、思考バイアスなき社会を。
- 事業内容：定性情報の定量化技術を使った組織分析サービス
- 本社：〒140-0015 東京都品川区西大井一丁目1番2-208号
- 設立：2013年3月28日
- Web：<https://cognitee.com/>
- 資本金：6億円（準備金含む）
- 従業員：71名（リモートワーカー含む）
- 代表者：代表取締役 河野 理愛
- 受賞歴他：
 - EY Innovative Startup エンタープライズ部門受賞(2019)
 - 第11回 HRアワード 人材開発・育成部門 最優秀賞(2022)
 - 第22回 一般社団法人日本テレワーク協会 テレワーク推進賞 優秀賞受賞(2022)
 - 第3回TOKYOテレワークアワード 推進賞(2023)
 - 一般社団法人生成AI活用普及協会協議員(2023～)

本件に関するお問合せ
コグニティ株式会社 広報担当：奥井
Email: okuinagisa@cognitee.com TEL: 03-4212-8445