

かのうせい ひろ
あなたとわたしの可能性を広げるために

～アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）について話し合おう～

- 1 アンコンシャス・バイアスってなに？
- 2 アンコンシャス・バイアスについて考えよう
- 3 気づき、対処するためのヒント
- 4 可能性が広がる関わり方について話し合おう



はじめに

和歌山県教育委員会では、保護者の皆さんに様々な人権問題について認識を深めていただくため、保護者用学習教材をシリーズで作成しています。

私たちは、何かを見たり、聞いたり、感じたりしたときなどに、「無意識に“こうだ”と思い込むこと」があります。これを、アンコンシャス・バイアス（unconscious bias）と言い、これが基となり、知らず知らずのうちに他人を傷つけたり、自分や誰かの可能性をせばめたりすることがあります。

この人権学習パンフレットは、誰にでもありうるアンコンシャス・バイアスに気づき、話し合うことを通して、保護者をはじめ、子どもと関わる多くの大人の皆さんに、子どもとの、あるいは大人同士のより良い関係を築いてもらいたいという願いで作成しました。

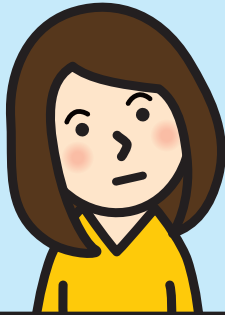
保護者学級やPTA活動、社会教育の研修会など、多くの機会を活用していただき、小さな「気づき」から行動を変えていくことで、より良い社会を生み出す力になることを願っています。

1 アンコンシャス・バイアスってなに？

アンコンシャス・バイアスとは、日本語で「無意識の思い込み」などとも言われるものです。何かを見たり、聞いたり、感じたりしたときなどに、「無意識に“こうだ”と思い込むこと」です。

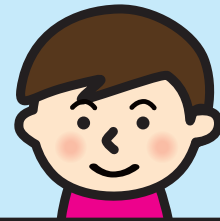
※アンコンシャス・バイアスが潜んでいる可能性がある例

ピンク色の服を選ぼうとした男の子に…



ほんとうにピンクでいいの？

女の子みたいじゃない？



「ピンクといえば、女の子の色だ」というアンコンシャス・バイアスがあるかもしれません

ダンスを習いたいと言うこどもに…



ほんとうに続けられるの？

むずかしそうじゃない？



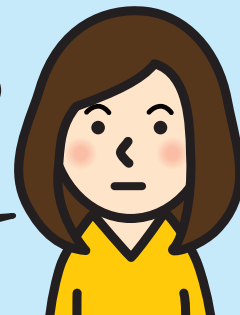
「うちの子にはきっと無理だ」というアンコンシャス・バイアスがあるかもしれません

「夫が休日の食事を担当している」と話したら母親から…



休日くらい休ませてあげたら？

わたしも働いてるけど…



「家事は妻の仕事だ」というアンコンシャス・バイアスがあるかもしれません

2 アンコンシャス・バイアスについて^{かんが}考えよう

つぎ ^{かぞく} 家族の^{かいわ} 会話には、どのようなアンコンシャス・バイアスが^{ひそ} 潜んでいるか、^{かんが} 考えながら^よ 読んでみましょう。

また、これはアンコンシャス・バイアスかもしれないと思^{おも}った箇所に^{かしょ} 線を^{せん} 引いてみま^ひしょう。

とうじょうじんぶつ ^{はは} 母、^{ちち} 父、^{しょうがく} 小学5年生の「ゆうな」、^{ちゅうがく} 中学1年生の「みずき」

ば ^{めん} 面：夜、^{じたく} 自宅にて

はは ^へ 母「^や 部屋の^{かた} 片づけは^お 終わったの？」

ゆうな「まだ^{かた} 片づけできてない。」

はは ^{おんな} 母「^こ 女の子^な なんだから、^{つね} つねに^へ 部屋^や や^み 身の^{まわ} 回りをきれいにしておきなさい！」

ゆうな「…はい。」

ちち ^{あした} 父「^{がっこう} 明日の^{ようい} 学校の^お 用意はもう終わった？」

ゆうな「終わってるよ。そうそう明日、^{あした} 将来の^{しゅうらい} 職業^{しよくぎょう} について^{かんが} 考える^{じゆぎょう} 授業^が あってお^い 医者^{しゃ} さんが^く ゲストで^く 来る^ら んだって。」

ちち ^お 父「^い そうなんだ。お^い 医者^{しゃ} さんでも^{せんもん} 専門^{なにか} はいろいろあるけど^{せんせい} 何科^の 先生^{なん} なんだい？」

ゆうな「たしか、^げ 外科^か って^{たん} 担任^{にん} の^{せんせい} 先生^い が^い 言った。」

ちち ^げ 父「^{かい} 外科^い 医^{だんせい} なら、^い きっと^い 男性^い の^い お^い 医者^{しゃ} さんだろうね。^{しゅうらい} みずきは^{しよくぎょう} 将来^{なに} の^な 職業^に、^{なに} 何^{かんが} か^{かんが} 考^{かんが} えてる？」

みずき「^{しゅうらい} 将来^{しよくぎょう} の^{じつ} 職業^{ほいくし} か…。^{おも} 実^お は^お 保育^お 士^お になり^お たい^お と思^お ってる^お んだ。」

ちち ^{ほいくし} 父「^む 保育^お 士^お …。みずき^お に向^お いて^お る^お とは^お 思^お え^お ない^お な…。^{じよせい} な^お に^お よ^お り^お 女^お 性^お が^お 多^お い^お 職^お 場^お だ^お から、^{にんげんかんけい} 人^{たいへん} 間^だ 関^だ 係^だ が^だ 大^だ 変^だ だ^だ な。」

みずき「^{いま} 今^い から^い そんな^{しかた} こと^よ 言^よ っ^よ て^よ も^よ 仕^よ 方^よ ない^よ …」

ゆうな「あ、^{かあ} お^{あした} 母^{べんとう} さん、^{ねが} 明日^{ねが} お^{ねが} 弁^{ねが} 当^{ねが} お^{ねが} 願^{ねが} い^ね ね！」

はは ^{あした} 母「^{はや} 明日^お 早^お 起^お き^お し^お な^お き^お ゃ、^{しん} しん^ど い^わ わ。」

ちち ^{ぼく} 父「^{つく} 僕^{つく} が^{つく} 作^{つく} ろ^{つく} う^{つく} か？」

みずき「ええっ、^{とう} お^{つく} 父^{つく} さん^{つく} 作^{つく} れ^{つく} る^{つく} の？」

はは ^{とう} 母「^{むり} お^{むり} 父^{むり} さん^{むり} には^{むり} 無^{むり} 理^{むり} よ。
^{あさはや} 朝^お 早^お く^お 起^お き^お て、^{がんば} 頑^{つく} 張^{つく} って^{つく} 作^{つく} る^{つく} わ。」

ゆうな「よろしくね。じゃあ、おやすみ。」



(1) この家族の会話に潜んでいるアンコンシャス・バイアス

- 母：「女の子なんだから、つねに部屋や身の回りをきれいにしておきなさい！」

→女の子は身の回りの整理整頓をするもの

整理整頓に性別は関係あるでしょうか。「女の子だからこうだ」「男の子だからこうだ」といったアンコンシャス・バイアスが潜んでいるかもしれません。

- 父：「外科医なら、きっと男性のお医者さんだろうね。」

→外科医といえば男性だ

職業や職種に対して、性別に関するアンコンシャス・バイアスがあるかもしれません。



- 父：「みずきに向いてるとは思えないな…。」

→自分の子どもは保育士に向いていない

「自分の子どもには向いていない」というアンコンシャス・バイアスがあるかもしれません。決めつけは、子どもの可能性をせばめてしまうかもしれません。



- 父：「女性が多い職場だから、人間関係が大変だな。」

→女性同士は人間関係が大変

「女性の多い職場はきつこうだ」というアンコンシャス・バイアスが潜んでいるかもしれません。このような決めつけは、子どもに先入観を与えたり、誰かを傷つけてしまったりするかもしれません。

- 母：「お父さんには（お弁当を作るのは）無理よ。」

→お父さんには、お弁当は作れない

「男性には料理は難しい」、「この家事は自分にしかできない」といったアンコンシャス・バイアスが潜んでいる可能性があります。実際はできるかもしれません。



●あなた：「みずき」は女性（男性）の名前だ。

→「みずきさん」は女性（男性）にちがいない

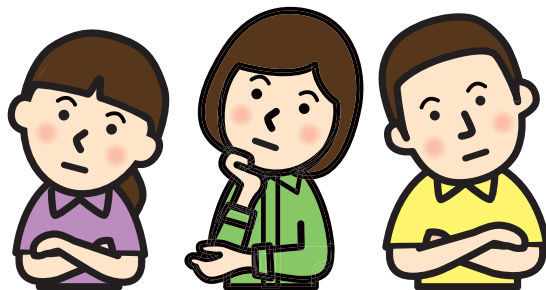
ここまでご覧になって、いかがでしたか？

みなさんは、どちらの性別を想像しながら読んでいたでしょうか。名前に
対するアンコンシャス・バイアスも日常に潜んでいるかもしれません。

「これって、私のアンコンシャス・バイアス？」と気づこうとすることを
大切にしましょう。

(2) 先ほどの会話に潜んでいるアンコンシャス・バイアスに気づかなければ、
この家族にどんな影響が生じる可能性があるかを考えてみましょう。

※右側の二次元コードを読み取ると、参考例が表示されます。→



3 気づき、対処するためのヒント

アンコンシャス・バイアスのネガティブな影響を防ぐための3つのステップ

ステップ STEP 1 気づこうとする

アンコンシャス・バイアスは自分では気づきにくいかもしれません。だからこそ、気づ
こうとすることは、大切なはじめの一歩です。

「これって私のアンコンシャス・バイアスかも？」と一度立ち止まって振り返ってみま
しょう。一呼吸おくことで、見方がかわるかもしれません。

また、表情が曇ったり、声のトーンが変わったりするなどの相手が出す「サイン」は、
アンコンシャス・バイアスに気づくヒントになるかもしれません。

ステップ
STEP 2

き 決めつけない、お 押しつけない

「決めつけ」の例

- ・ 普通は〇〇〇だ
- ・ みんな〇〇〇だ
- ・ これがあたりまえだ
- ・ 言ってもムダだ

など

「押しつけ」の例

- ・ こうするべきだ
- ・ こうでないといけない
- ・ こうあるべきだ
- ・ みんながやっているのだから、
あなたもやるべきだ

など

「自分に対する決めつけ」にも、アンコンシャス・バイアスが潜んでいるかもしれません

- ・ どうせ私には無理だ
- ・ この年齢から始めてもきつとうまくいかない
- ・ 母親（父親）だから〇〇〇しなければならない など

このような言葉を使っている自分に気づいたり、思い浮かんだりした時には、
立ち止まり、振り返ってみましょう。

ステップ
STEP 3

まな 学び、はな あ 話し合っ てたいしょ 対処しよう

自分の考えを家族や友人、職場の同僚に伝え、相手の意見を聞いてみましょう。

話し合うことで、お互いの考え方の違いや無意識の思い込みに気がつき、対処することが
できるかもしれません。



4 可能性が広がる関わり方について話し合おう

●あなたがうちの人の立場なら、空欄A、Bのところで、こどもにどんな声をかけますか？

うちのひと：「今日、授業参観でどうして手を挙げなかったの？」

こども：「どうせ僕が言うことは間違ってるし、恥ずかしいから。」

うちのひと：「そんなのわからないんじゃない？」

こども：「いや、できる子は最初からわかっているから手を挙げられるんだよ。
僕はそういうタイプじゃない。」

うちのひと：

※右側の二次元コードを読み取ると、参考例が表示されます。→



うちのひと：「日曜日、友達と遊びに行くんだよね？」

こども：「うん、ボーリングに行くことになった。」

うちのひと：「え？ボーリングはいやだって言ってなかった？自分の希望は伝えたの？」

こども：「…伝えてない。」

うちのひと：

※右側の二次元コードを読み取ると、参考例が表示されます。→



アンコンシャス・バイアスに気づくことで見えてくること

アンコンシャス・バイアスは、誰の中にもありうるもので、過去の経験や見たり聞いたりしたことに影響を受けています。

アンコンシャス・バイアスに気づかずにいると、誰かの挑戦の機会を奪ってしまうことにつながったり、自分自身の可能性をせばめてしまったり、新しいアイデアの種を見過ごしてしまったり、誰かを傷つけてしまうことにつながるかもしれません。反対にアンコンシャス・バイアスに気づき、立ち止まることができれば、新たな可能性が見えてくるかもしれません。

アンコンシャス・バイアスは本能によるものなので、なくすことはできません。大切なのは、気づこうとすることです。その上で、改めて自分自身を振り返ったり、相手の考えをしっかりと受け止めて対話を重ねたりすることで、自分や相手を縛っていた見えない枠から一歩外に出ることができます。その一歩が、新たな挑戦を可能にし、あなたやあなたのまわりの人の成長へとつながっていきます。私たちの可能性は、気づきの瞬間から広がっていくように思います。

さくせいきょうりよく 作成協力

いっばんしゃだんほうじん
一般社団法人

アンコンシャスバイアス研究所理事

さかもと ようこ
坂本 陽子

もとありだ しりつみやはらしょうがっこうちやう
元有田市立宮原小学校長

しもだ きくえ
下田 喜久恵

けんきゅうしつだいいやう
アクト研究室代表

とりぶち ともこ
鳥淵 朋子

とあ お問い合わせ

わかやまけんきょういくちやう きょういくそう むきよく じんけんきょういくすいしんか
和歌山県教育庁 教育総務局 人権教育推進課

〒640-8585 和歌山市小松原通一丁目1

でんわ ファックス
TEL : 073-441-3719 FAX : 073-425-6450



※これまでに発行してきた人権学習パンフレット（本パンフレットを含む。）の内容などを県教育委員会のホームページに掲載しています。ご活用ください。

リサイクル適性 (A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

