



アンコンシャス・バイアス（無意識の偏見）に気付こう

アンコンシャス・バイアスとは、過去の経験などからあらゆるものを自分なりの解釈で見えてしまう偏ったモノの見方の事を言います。「血液型で性格を想像する」「出身校で能力を判断する」など日常の様々な場面で起きており、特別なことではありません。しかし、そのような無意識下に行われる偏った思い込みによる些細な言動が、結果として相手に不快な思いをさせる事もあります。

みなさんは普段「普通これぐらい出来るだろ？」とか「こんなの常識でしょ？」等、口にしたり言われてムッとしたりした事はありませんか？

■ アンコンシャス・バイアスから生まれる“〇〇付け”

「普通はこうだ」という価値観の決めつけ、「相手(自分)には無理だ」という能力の決めつけ。

「こうであるべき」という理想の押し付け、「そんなはずはない」という解釈の押し付け（違う解釈を受け入れない）。これらは全てアンコンシャス・バイアスから起こる言動になります。



アンコンシャス・バイアスはなくせばいいという訳ではない

アンコンシャス・バイアスは、様々な状況に対する判断を自動的に処理しようとする脳の働き的一种で、この働きのおかげで迅速な判断が可能になるという側面もあります。

また、「松葉杖をついている人に席を譲ろう」とするなどの気配りなども「松葉杖=足を怪我している」というアンコンシャス・バイアスから起こる言動の一つです。

無意識の偏見と言われる事が多いため、悪い事のように思われがちですが、アンコンシャス・バイアス自体に良し悪しはありません。

例えば「母親は育児が大変だから、大きな仕事を割り当てるのはやめておこう」として、やる気のある女性のモチベーションを下げてしまう事があったとします。確かに、悪影響を及ぼしていますが、その気持ち自体は善意であり、その女性にとっては不満であったとしても「ありがたい」と思う母親もいるかもしれないという点は忘れてはいけません。

もし、このアンコンシャス・バイアス自体が悪いものと決めつけてしまえば、本当に育児が大変な母親にも一律に同じ量の仕事を与える事が正しい事になってしまいますよね。

大切なのは「知る事」「気づく事」「向き合う事」

アンコンシャス・バイアスは私たちが過去の経験等から培われた「価値観」であり、誰にも否定はされるものではありませんが、その一方で、そこからくる言動は悪影響を及ぼすこともあります。

だからこそ、一人一人が自分の持つアンコンシャス・バイアスを元に相手を決めつけていないのか？と考え、気付こうと意識する事が重要です。

先ほどの例で言うなら、「母親に仕事は無理というのは、自分の思い込みかもしれない」と気づき、相手の女性に「自分はこう思うけど、あなたはどうか？」と一言確認をとるのが良いでしょう。

“今までも同じだったからと言って、目の前の人と同じとは限らない” そう意識して一人の個人としてコミュニケーションをとっていく事を大切にしていきましょう。

