

無意識の思い込み (アンコンシャスバイアス)

どんな人の話が想像してみよう！

私は保育士をしています。
パートナーは長距離運転
手をしています。



家事・育児は、私がほぼ一人で行っ
ていて毎日しらべて困っています。

右の内容から、話し手をお母さん(女
性)だと思った人はいませんか？実は、
この話し手はお父さん(男性)でした。
「保育士」女性が就く仕事、「
「長距離運転手」男性が就く仕事、「
「家事・育児」母親の役割」などと、
私たちは無意識に思い込んでいること
があります。

このような「無意識の思
い込み」のことを「アンコ
ンシャスバイアス」と言い、
私たちの日常にたくさんあ
ふれているんです！



アンコンシャスバイアス

単身赴任は
男性がする
もの…



年配者はパソコン操
作やSNSが苦手…

A型の人は
几帳面…

無意識の思い込みは、誰にでもあります。
しかし、人の「言動」は「思考」がもと
になっているため、「思い込みが自分
にある」ということに気づかずにいる
と、無自覚のうちに相手を傷つけてし
まうことがあります。

過去の経験・知識・情報・価値観など

思考
無意識の思い込み
(アンコンシャスバイアス)

言動
小さな攻撃
(マイクロアグレッション)

多様性を尊重し合うために

無意識の思い込みは、なかなか気づ
きにくいものです。だからこそ、学習
会や対話を通して、さまざまな考えや
価値観に触れる機会を大切にしましよ
う。まずは自分の中に潜む思い込みや
偏見に「気づく」ことが、多様性を尊
重し合う社会づくりの第一歩です。

無意識の思い込みって
自分にもあるんだ！
気づかなかった！



「普通」や「当たり前」は
人によって違うわよね！
学ぶことで、自分を見直
すきっかけになるわね！



今まで、勝手に
決めつけたりしていた
かもしれないな…



そうじゃない人だって、
たくさんいるよね！
自分の感覚を問い直す
ことも必要なね！

