

## アンコンシャス・バイアス解消にむけて～実践編～

誰もが自分らしく暮らせる社会の実現のためには、固定的性別役割分担意識をはじめとする固定観念やアンコンシャス・バイアス（無意識の偏見・思い込み）の払拭が欠かせません（パルシティ江東通信 vol.50（2023年1月発行）参照<sup>i</sup>）。これらは無意識のうちに形成され、何気ない発言や行動として現れます。また、自らのバイアスによって、自分にも周りの人にもさまざまな影響を与えてしまうため、とても厄介です。

今回のコラムでは、アンコンシャス・バイアスの解消に向けた実践的なステップを紹介します。

### ステップ ① 自己評価と省察

まずは、自分の思考や行動に潜んでいるバイアスに気づくことが第一歩です。しかし、自然と身につけてしまっているバイアスに自分だけで気づくことはとても困難です。内閣府男女共同参画局公式 YouTube では、調査研究を基に制作した『性別による無意識の思い込みの解消等にむけた普及啓発用動画～Part2～』を令和5年10月に公開しました<sup>ii</sup>。わかりやすいドラマ仕立てになっているので、自身のバイアスをふりかえる材料にしてみてください。

### ステップ ② バイアスによる弊害の理解

例えば、「子育て中の女性には夕方以降の会議に参加させない」という事例で考えてみましょう。「こどものお迎えがあるだろう」「帰って夕食の支度をするだろう」という思い込みから、本人の意思を確認することなく“良かれと思って”このような配慮をしたのだとしても、対象の女性は会議に出席できない事で、責任のある業務を担うチャンスを喪失してしまうかもしれません。また、この配慮は「子育てや家事は女性がするもの」という固定観念によってなされており、女性の活躍にネガティブな影響をもたらします。リーダーにふさわしい能力のある女性が、このように機会を逃してしまうのは組織として大きな損失につながります。思い込みで、誰かの可能性を狭めてしまっていないかを、立ち止まって考えることも大切です。



### ステップ ③ 行動の変化と波及

最も重要なステップは、行動を変えていくことです。自身の中にあるバイアスを認識したら、意識的にバイアスに反する行動を選ぶよう努めることが有効です。「〇〇であるはずだ」と決めつけず、相手とコミュニケーションをとりましょう。また、こどもや若い人たちに、意識的にバイアスのない言葉をかけることで、ジェンダー平等の推進やハラスメントの防止、キャリアの可能性が広がる等、未来の社会に良い影響を与えることができるでしょう。

私たち一人ひとりが自分の中にあるアンコンシャス・バイアスに向き合い、発言や行動に注意を払うことで、少しずつ社会全体が変わっていきます。本コラムをきっかけに、それぞれの立場から周囲を巻き込み、アンコンシャス・バイアスの解消に向けたステップの実践に取り組んでみてはいかがでしょうか。

【出典・引用・参考文献】

i. パルシティ江東通信 vol.50 「気づこう、『アンコンシャス・バイアス』」  
<https://www.city.koto.lg.jp/O55201/palcityinfo/documents/palcitykoto46-50.pdf>

ii. 内閣府男女共同参画局公式 YouTube 『普及啓発用動画 ～Part2～』  
<https://youtu.be/4claY959uhU?si=B00GsO99gT4QOLe3>

