

気づこう、  
アンコンシャス  
・バイアス

アンコンシャス・バイアスとは、無意識の思い込み、偏見のことを言います。これは自分自身の過去の経験などから、あらゆるものを自分なりに解釈してしまうことで、誰にでもあることです。しかし、その思い込みを持って他人に「決めつけ」たり「押しつけ」たりしてしまうと相手を傷つけてしまうこともあります。このアンコンシャス・バイアスを意識して行動することでよりよい職場の実現につながります！

## 身近なアンコンシャス・バイアスの例

- 体力的にハードな仕事を女性に頼むのは可哀そうだと思う
- お茶出し、受付対応、事務職、保育士というと、女性を思い浮かべる
- 「親が単身赴任中」というと、父親を想像する（母親を想像しない）
- DV（ドメスティック・バイオレンス）と聞くと男性が暴力をはたらいていると想像する（女性を想像しない）
- こどもが病気になったときは母親が休んだほうがいいと思う
- 育児中の社員・職員に負荷の高い業務は無理とってしまう
- 定時で帰る人は、やる気がないと思う
- 上司より先に部下が帰るのは失礼だと思う
- 年配（高齢者）の人は頭が堅く、多様な働き方への融通が利かないと思ってしまう
- 「普通は〇〇だ」「それって常識だ」と思うことがある
- パートタイマーは、「主婦が家計補助のために働いている」というイメージがある
- 非正規雇用で働く人は、自分で望んで、その働き方を選択していると思う
- 外国人労働者をみると、出稼ぎなど、一時的な滞在者だと思う
- 外国人労働者は日本の企業文化にあうのか、つい心配になる
- 介護しながら働くのは難しいと思う
- 障がいのある人は、簡単な仕事しかできない、あるいは働くのが難しいだろうと思う
- 病気治療しながら働いている人をみると、仕事をやめて治療に専念した方が良いと思う
- LGBTであると聞くと、戸惑いを感じてしまう
- LGBTの人は一部の職業に偏っていて、普通の職場にはいないと思う
- 「多様性」と聞くと、全ての違いを、なんでも受け入れなければならないことだと思う



連合HPより（監修：一般社団法人アンコンシャスバイアス研究所代表理事 守屋智敬）

まずは自分で自分の思い込みに  
「気づく」ことが大事なのじゃ～

職場にあふれている「アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み・偏見）」に  
気づくことは、真の多様性ある職場への第一歩です！

