



Interview

「これって、私のアンコンかも？」 アンコンシャス・バイアスに 気づくことから始まる可能性の広がり



鹿児島市では、男女共同参画週間にあわせ、講演会「知ろう！気づこう！アンコンシャス・バイアス～一人ひとりの可能性が広がることを目指して～」を開催しました。

講師

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 智敬さん
2018年、ひとりひとりがイキイキ
する社会を目指し、一般社団法人
アンコンシャス・バイアス研究所を
設立。アンコンシャス・バイアス研修
の受講者はこれまでに10万人を
こえる。著書に『アンコンシャス・
バイアス』マネジメント(かんき出版)
』などがある。

鹿児島市では、男女共同参画週間にあわせて講演会「知ろう！気づこう！アンコンシャス・バイアス～一人ひとりの可能性が広がることを目指して～」を開催しました。講師は、一般社団法人アンコンシャス・バイアス研究所代表理事の守屋智敬さん。アン

コンシャス・バイアスとは何か、社会との関わり、そして私たちができることについて話を伺いました。

アンコンシャス・バイアスとは、何かを見聞きしたときに無意識のうちに「きつこうだ」と思い込むことです。「介護をしている」と聞いて親の介護を想像する、「時短勤務」と聞いて女性を思い浮かべる、「女性ならでは」「若手だから経験不足」と決めつける、さらには「私には無理」「どうせできない」と自分に対して決めつけてしまう。これらには、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。

守屋さんは、「傾向として語れることはあっても、一人ひとりに必ず当てはまるわけではありません。相手を見る前に属性で判断してしまうことに気づくことが大切」だと話します。性別だけでなく、年齢、職業、立場、経験、さらには物事の認識にも存在する自然な働きだからこそ、まずはその存在を知ることが出発点になります。

守屋さんは20年以上にわたり、経営者や管理職向けの研修に携わり、延べ10万人以上と向き合ってきました。その中で多く聞かれたのが、「思ったように部下が育たない」「期待した成果が出ない」という悩みでした。対話を重ねるうちに、一人ひとりに異なる育ちや背景、価値観があり、それらを理解しないまま一方的にコントロールしようとしても変化が生まれにくいことに気づいたといいます。「育成とは相手を変えることではなく、一緒に考えること。その妨げになっているものの一つが、無意識の思い込みではないかと感じまし

た」。こうした気づきは、学びと実践を深めるきっかけになりました。さらに、がんに対するアンコンシャス・バイアスをテーマにしたワークショップでは、「病気になったら働けない」「キャリアを諦めたほうがいい」といった無意識の思い込みに多くの参加者が気づき、研究所設立へとつながったといいます。

アンコンシャス・バイアスは、社会や組織、個人にさまざまな影響を与えます。職場では固定的な性別役割分担や意思決定の偏り、多様な意見が出にくい環境につながり、新しい発想や挑戦が生まれにくくなることがあります。地域や家庭では「誰が担うものだろうか」という役割意識が選択肢を狭めることもあります。個人にとっては「どうせ無理」という自己制限や人間関係の摩擦につながる場合もあります。

守屋さんは大切なのは、なくそうとすることではなく、「これってアンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)かもしれない」と立ち止まることだと話します。特に「〇〇なのに」「普通はこう」「みんなそう」といった言葉や、相手の表情や態度の変化に目を向けることが気づきの入口になるといいます。

市民、企業、行政に共通して必要なのは「対話」です。アンコンシャス・バイアスは完全になくなるものではありませんが、新しい経験や対話を通してこれまでの考え方を上書きしていくことはできます。決めつけず、頭ごなしに否定せず、相手を属性で語らない。その積み重ねが、安心して話せる関係づくりにつながります。

最後に守屋さんは、「『これってアンコン(アンコンシャス・バイアスの略称)かも?』を合言葉にしてほしい。誰かだけが変わるのではなく、みんなで継続して考え、少しずつ行動を変えていくことが大切です」と呼びかけました。

気づくことは誰かを責めるためではなく、自分自身や周囲を大切にするための前向きな一歩。まずは身近な会話の中から「無意識の思い込み」に目を向けてみませんか。