

# 一人ひとりが大切にされ つながり合うまちづくり

多様性社会推進課 928・1006  
ID 338914

## 気付こう、アンコンシヤス・バイアス

### (無意識の思い込み・偏見)

無意識の思い込み・偏見について  
考えてみませんか？



福山市人権啓発リーフレット2024 表紙

## 「アンコンシヤス・バイアス」って何？

普段の生活の中で、見たり聞いたり、または誰かと話したり、何かを感じたりした時に、無意識に「きっと○○だ」と思い込んだり、決めつけたりすることはありますか？

自分では気付いていない思い込みや偏ったものの見方を「アンコンシヤス・バイアス」と言い、何げない発言や行動として現れます。

アンコンシヤス・バイアスは、これまで培ってきた経験や知識、育った環境、周囲から見聞きしたことの影響を受けて自然

に刷り込まれた、誰にでもあるものです。これは、あらゆるものを「自分なりに解釈する」という脳の機能によって引き起こされるものです。



例えば、次のようなことを思った経験はありませんか？

- ☑ 血液型で性格を想像することがある
- ☑ 「親が単身赴任中」と聞くと、父親を思い浮かべる
- ☑ 営業職と聞くと、男性をイメージする
- ☑ 「男らしく」「女らしく」と思うことがある
- ☑ 挑戦する前に「自分には無理」と思うことがある

ここに挙げたことは、日常や職場で見られるアンコンシヤス・バイアスとなる可能性があることの一例です。「無意識の思い込み」であるが故に、そこから生まれた言動が知らず知らずのうちに相手を傷つけたり、相手や自分自身の可能性を狭めたりすることにつながります。

### まずは気付くことから始めましょう

アンコンシヤス・バイアスは私たちの周りにあふれていて、誰にでもあります。ただ、あることと体が悪いわけではなく、完全になくすることもできません。問題なのは、自分では気付かないうちに「決めつけ」たり「押しつけ」たりしてしまうことなのです。自身の日頃の行動に潜むアンコンシヤス・バイアスに「気付く」ことが大切です。

「どうせ無理だ」「みんな○○だ」「こうあるべきだ」といった言葉に気付いたら「もしかしてアンコンシヤス・バイアスかな？」と一度立ち止まり、自分自身の心を客観的に見つめ直してみましよう。アンコンシヤス・バイアスへの気付きは、多様性を認め合う社会を実現するための第一歩です。

「アンコンシヤス・バイアス」啓発動画 配信中



9/30は

## 「福山市人権尊重のまちづくり条例」 公布・施行日です

～差別のない、誰もが真に大切にされる  
人権尊重のまちづくりを進めていきましょう～