

身近にある「思い込み」の例



家庭

「料理や子育ては女性が得意」
「家族を養うのは男性」
「子どものことは母親がよく分かっている」



仕事

「リーダーは男性が向いている」
「女性は事務や接客に向いている」
「女性は結婚、出産したら辞めるだろう」
「男性なのに、1年も育児休業？」



学校

「男子は理系、女子は文系」
「女子は運動が苦手」
「男子は我慢するもの」



メディア

「イケメンは仕事ができる」
「女性は買い物・美容が好き」
「男性は車・機械が好き」

その人を知る前に
決めつけて
いませんか？

あなたは、なぜ、そう思った？

2ページで考えた4つの場面。あなたが選んだ答えには、どんな「こうだろう」が隠れていたでしょうか。
「男の子なら、泣かないだろう」
「男性だから、リーダーを

私たちは、相手のことをよく知る前に、性別など、目に入った情報から「こういう人だろう」と判断することがあります。しかし、本当にそれでよいのでしょうか。性別だけでは、その人のことは分かりません。

家庭・学校・職場でも、私たちは知らず知らずのうちに「こうだろう」と相手を見てることがあります。「きっとこうだろう」
「普通はこうだろう」
そんな何気ない判断の中に、無意識の思い込みが隠れていることがあります。誰かを傷つけようとしてい

「きっと、こうだろう。」に、気付くには？

人は、毎日の生活の中で、経験や周囲から得た情報、社会の中にあるイメージなどをもとに、物事を素早く判断しています。これまでの経験から「こういうものだ」と考えること自体は、誰にでも起こり得ることです。そのため、相手のことをよく知らないうちに、「こういう人だろう」「普通はこうだろう」と無意識に決めつけてしまうことがあります。例えば、「男性だからリーダーが得意そう」「女性だから子育てを優先するだろう」といった考えも、その一つです。

では、こうした「きっとこうだろう」に気付くには、どうすればよいのでしょうか。大切なのは、「男だから」「女だから」と決めつける前に、「本当に、そうかな？」と一度

立ち止まってみることです。自分の考えを振り返り、「この人はどう考えているのだろう」「本当はどうしたいのだろう」と、相手自身に目を向けてみましょう。

女性財団では、啓発紙「ぶっくばらんす」の発行やセミナーなどを通して、こうした思い込みについて考える機会をつくっています。思い込みをなくそうとすることよりも、まずは「自分にもあるかもしれない」と気付くことが大切です。

思い込みをなくすことがゴールではありません。思い込みに気付いたとき、どう対応するか。その選択によって、性別などの属性だけで判断せず、その人らしさに目を向けることができます。

特集

男だから、女だから。

きっと、こうだろう。

こんな場面に出会ったら、あなたは どうしますか？ まずは、直感で選んでみてください。

CASE 01

「男の子なんだから、泣かないの。」



泣いている子どもに、
あなたならどんな声をかけますか？

- A 男の子なら、泣くなと言う
- B 女の子なら、なぐさめる
- C どうしたのか、理由を聞く

POINT

「男の子なら…、女の子なら…」と考えたとしたら、性別ごとに「こうあるべき」というイメージがあるのかもしれない。

CASE 03

「子どもが熱を出しました。」



仕事中、保育園から電話がきました。「発熱しました、お迎えをお願いします。」まず、誰に連絡がいくと思いますか？

- A 父親
- B 母親
- C 家族によって違うので分からない

POINT

家庭の役割は、それぞれ違います。「母親だから」「父親だから」ではなく、その家庭ではどうしているのかを知ることが大切です。

CASE 02

「男性だから、お願いしよう。」



ある仕事で、リーダーを1人決めることになりました。候補は、男性と女性の2人。あなたなら、どうしますか？

- A 男性
- B 女性
- C 経験や本人の意向で決める

POINT

これまでの経験や得意なこと、本人がどうしたいのかなど、さまざまな視点から考えることが大切です。

CASE 04

「将来、〇〇になりたい！」



子どもから、こんな言葉を聞きました。「将来、花屋さんになりたい！」あなたはどう感じますか？

- A 男の子なら、意外だと思う
- B 女の子なら、自然だと思う
- C 性別関係なく、応援したい

POINT

「この仕事は男性向き」「この仕事は女性向き」というイメージが、私たちの中にあるのかもしれない。

あなたの答えに
無意識の思い込みが
あるかも？

どの選択肢を選んだとしても、それだけで「良い・悪い」と決まるものではありませんが、なぜその答えを選んだのでしょうか。

私たちは、相手の性別や年齢、職業、見た目、これまでの経験、周囲から受け取った情報、社会の中にあるイメージなどから、知らないうちに「きっとこうだろう」「普通はこうだろう」「男性はこうだろう」「女性はこうだろう」と無意識に考え、決めつけてしまっていることがあります。こうした「こうだろう」は、誰にでも起こり得ることです。

このような無意識の思い込みを「アンコンシャス・バイアス」といいます。
今号では、身近な「男だから・女だから」という思い込みを入口に、私たちの中にあるアンコンシャス・バイアスについて、一緒に考えます。

interview



新潟県女性財団
おぐまようこ
小熊洋子さん(写真左)
むねむらみずえ
宗村瑞枝さん(写真右)

◀啓発紙「ぶっくばらんす」



過去に開催した
セミナーの様子▶

