

# アンコンシャスバイアスチェックシート

## アンコンシャスバイアスとは無意識の思い込み、それって悪いこと？

誰もが必ず持っているもので、それ自体に良い悪いはありません！

まずは自分の中にあるアンコンシャスバイアスに気づき、それにとらわれない、相手に押し付けないという意識をもつことが大切です。各項目の違和感を探してみてください。

### 子どもにor学校で

- 男の子がおまごとをするのはおかしい
- 女の子に理系の進路は向いていない
- 肌の色・髪の毛の色がみんなと違うから一緒に遊ばない
- 子どもが熱を出したら母親が看病するもの
- 男性の先生は指導力を発揮し、女性の先生は優しく子どもに接してほしい

### 家庭で

- 妻が外出して、夫が不機嫌になるのは仕方ない
- 男の子なんだから泣いてはいけない
- 女の子にだけ家事の手伝いをさせる
- 男の子は将来のために勉強も部活もがんばらないといけない
- 女の子は結婚して永久就職すればよい
- 親の介護は女性の仕事
- 女性は女性らしく、男性は男性らしくありなさい

### 職場で

- 男性だから育休をとる必要はない
- 育児を優先する男性は仕事へのやる気が低い
- 女性には残業をさせない
- 女性の上司には従えない
- 大きな商談や大事な交渉は男性が担当すべき
- コミュニケーションの一種として、ボディタッチする

### 災害時に

- 避難所リーダーは男性になるべき
- 炊き出しとトイレ掃除は女性の仕事
- 女性が中心的存在で頑張っていると、女性なのに目立ちすぎると思う
- 痴漢に合う女性は、本人に落ち度があったと思われても仕方ない

### その他

- 女性は感情的になりやすい
- 男性はお酒を飲めて当然
- 女性には女性らしい感性がある
- 男性は結婚して家庭をもって一人前
- 女性の幸せは結婚して子どもを産むこと
- 自治会は、実際に参加するのは女性でも、代表は男性が良い

「女だから」  
「男のくせに」  
ふと口にしていませんか？



性別で役割を決めてしまっ  
ては、生きづ  
らい！

「相手を思いやる気持ち」  
「自分の考えを押し付けないこと」  
簡単のように思えるけれど  
・・・あなたはどうか？