

## 無意識の思い込みチェックリスト30

「とてもそう思う」～「全くそう思わない」まで、ご自身が当てはまる所に○をつけてください。

No.	質問	とてもそう思う	そう思う	どちらとも思えない	あまりそう思わない	全くそう思わない
1	年配者はパソコン操作やSNSの使い方に不慣れだ					
2	最近の若者は根性がない人が多く、仕事に対する心構えが甘い					
3	女性は気配りができるから、秘書やアシスタント業務に向いている					
4	政治家はお金に汚い					
5	会議で意見を主張する女性は気が強い					
6	血液型A型の人は真面目で誠実だ					
7	ラテン人は時間にルーズだ					
8	母親は仕事より子供を優先するものだ					
9	父親は一家を支える収入を得るべきだ					
10	長男は親の面倒をみる役割がある					
11	太っている人は自己管理ができていない					
12	離婚した人は人格に問題がある					
13	理系出身の人は論理的に物を考えている					
14	子供がいるから休みが多くても仕方がない					
15	良い大学を卒業した人は仕事もデキる					
16	今までのやり方で上手くいっていればそれを踏襲するのが一番良い					
17	仕事のためにはプライベートを犠牲にしなければいけない					
18	一人前になるためには苦労しなければいけない					
19	一度立てた目標は変更してはいけない					
20	年長者の言うことには従うべきだ					
21	家庭のことをしっかりやらなければ女性は外で働くべきではない					
22	関西人だからお笑いが好き					
23	女性社員は管理職になりたがらない					
24	定時で帰ろうとする同僚にイラっとすることがある					
25	九州出身の男性は亭主関白だ					
26	育児中の社員は子供の用事ですぐに休む					
27	独身者は自由でうらやましい					
28	重要な仕事はやはり男性に頼む方が良い					
29	フレッシュなアイデアを集めるには若者に聞くのが良い					
30	相手が思っていることを察して、先回りして行動するのが良い					

(解説)

「無意識の思い込み」に良い悪いはありませんので、上記チェックリストのどこに○がついても問題ありません。ですが、上記のどの設問も正解不正がなく、それぞれ個人の価値観によって感じ方が異なるものだったり、全体の一部の人にのみ当てはまる傾向だったりするものです。「自分の認識・考えが正しい」と無意識に思っていることで、知らず知らず、自分と異なる価値観をもとに行動をしている人に対してネガティブな態度が出てしまうことがあります。(肩間にシワを寄せる、目を合わせない、意見を取り上げない、など) また、職場によっては、そういった個人的な価値観が評価システムや環境に影響を与え、特定のグループの方にとって居心地の悪い思いをさせてしまうことがしばしばあります。そういった「アンコンシャスバイアス」による悪影響を避けるためにも、普段から特定のグループへの印象で相手を判断せず、「本当にそうかな？」と自分の判断を保留し、「○○さん」個人一人一人を理解しようとする姿勢が最も大切です。

アンコンシャスバイアスに関する知識を深めることは、他者に対する偏見からくる問題行動を減らすため、チームビルディングの観点からも非常に重要です。また、自分自身に対する思い込みを解放し、本来持っている一人一人の能力を発揮しやすくなる効果も期待できます。

自分の「思い込み」に気づき、「より良い職場にするには」「より能力を発揮するには」、という観点から、是非チームで「アンコンシャスバイアス」について意見交換の場を持つことをおすすめいたします。

