

## Job総研による『2023年 言動の偏見と意識調査』を実施 8割がストレス “言動に縛り”強まる 結婚の話もNG ～ 40代は意識高め 現代のアンコンシャス・バイアスにメス～

キャリアや就職・転職に特化した匿名相談サービス「JobQ<sup>(※1)</sup>」を開発・運営する株式会社ライボ（本社:東京都渋谷区 代表取締役：森宏記 以下「ライボ」）の調査機関『Job総研<sup>(※2)</sup>』は、784人の社会人男女を対象に「2023年 言動の偏見と意識調査」を実施しました。

同調査は“結婚・育児・恋人”に関するアンコンシャス・バイアスへの意識、注意する話題や相手、また言動を受けた経験とストレス経験の有無、その原因や影響及び言動を受けた話題と相手、そして職場での取り組みの賛否などを調査しました。



### 【性別役割分業からジェンダー平等へ】

性別役割分業が形成されてきた日本でも LGBTQ+など多様性を認める社会へ移り変わっている中、内閣府の調査では、性別による無意識の思い込みを表す「アンコンシャス・バイアス」という言葉の認知度は21.4%であることがわかっています。先日の岸田総理による「女性ならでは」という発言をはじめ、日本全体の様々な場面で性別を意識した言動が変化している昨今で、社会人はアンコンシャス・バイアスについてどのような意識を持っているのでしょうか。

そこで Job 総研では 784 人の社会人男女を対象に、“結婚・育児・恋人”に関するアンコンシャス・バイアスへの意識や注意する話題や相手、また言動を受けた経験とストレス経験の有無、その原因や影響及び言動を受けた話題と相手、そして職場での取り組みの賛否などを調査した「2023年 言動の偏見と意識調査」を実施しました。

#### 【調査概要】

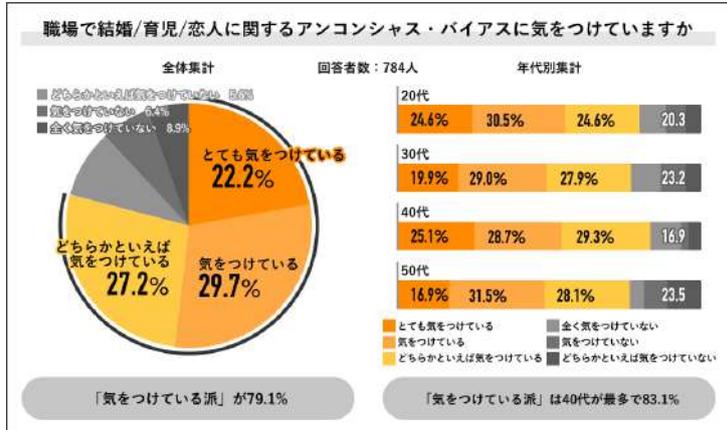
調査対象者	: 現在職を持つすべての社会人 JobQ Town（ジョブキュータウン）登録者
調査条件	: 全国 / 男女 / 20～50代
調査期間	: 2023年9月27日～10月2日
有効回答数	: 784人（男性6 / 女性4）
調査方法	: インターネット調査

#### 【TOPICS】

- ・全体の79.1%がアンコンシャス・バイアスに「気をつけている」と回答 40代意識が83.1%と最多
- ・気をつける話題は「既婚・未婚」が多数 気をつける相手は「同年代の“異性”」が1位
- ・全体の78.1%が言動により「ストレス経験あり」 ストレスを感じる話題は「既婚・未婚」が1位
- ・ストレスを感じる相手は「“同性”の上司/先輩」 言動を受けると「相手への印象低下」が最多
- ・全体の83.4%が職場でのアンコンシャス・バイアス無くす取り組みに「賛成」 賛成派は40代が最

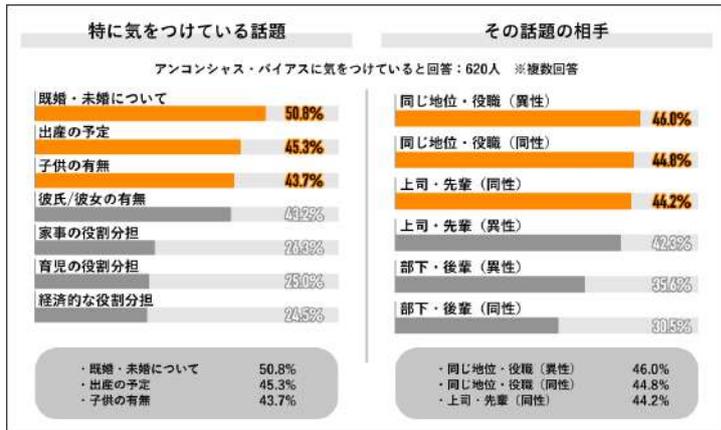
### 【アンコンシャス・バイアスの意識】

回答者全体の784人に職場で“結婚・育児・恋人”に関してアンコンシャス・バイアスに気がついているかを聞くと、「気がついている派」が79.1%と過半数を占め、内訳は「とても気がついている」22.2%、「気がついている」29.7%、「どちらかといえば気がついている」27.2%でした。年代別の回答では40代の「気がついている派」が83.1%で最多となり、次いで20代が79.7%、30代が76.8%、50代が76.5%の結果になりました。



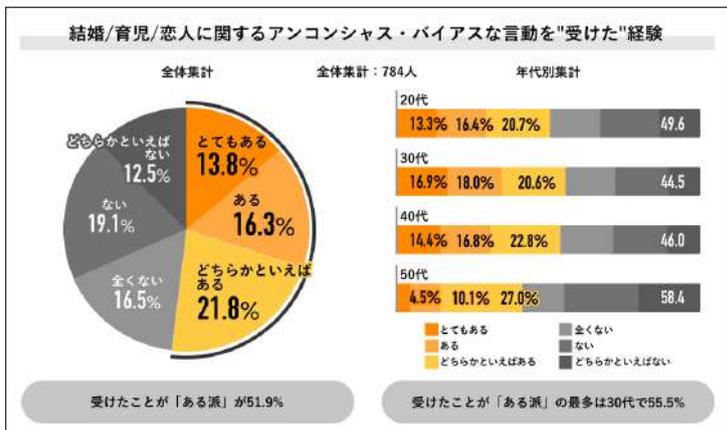
### 【注意する話題と相手】

気がついていると回答した620人に特に気を付けている“結婚・育児・恋人”に関する話題を聞くと「既婚・未婚について」が50.8%で最多となり、次いで「出産の予定」が45.3%、「子供の有無」が43.7%と上位3つの回答となりました。同回答者に誰との会話で気を付けているかを聞くと「異性の同じ地位/役職」が46.0%で最多となり、次いで「同性の同じ地位/役職」が44.8%、「同性の上司/先輩」が44.2%と上位3つの回答となりました。



### 【言動を受けた経験】

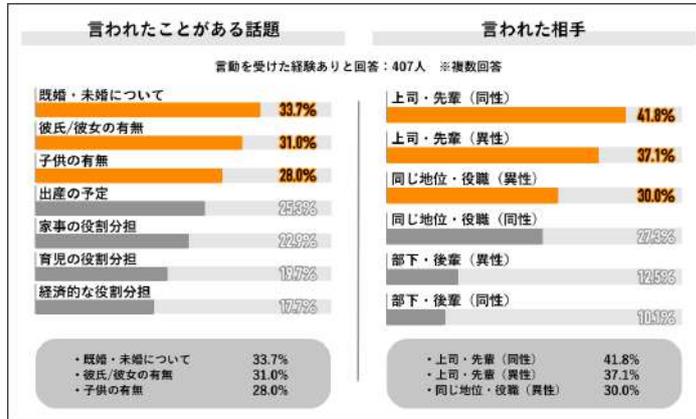
回答者全体の784人に職場で“結婚・育児・恋人”に関してアンコンシャス・バイアスな言動を受けた経験を聞くと「ある派」が79.1%と過半数を占め、内訳は「とてもある」13.8%、「ある」16.3%、「どちらかといえばある」21.8%でした。年代別の回答では30代の「ある派」が55.5%で最多となり、次いで40代が54.0%、20代が50.4%、50代が41.6%の結果になりました。



※更に詳細な集計データは別紙の「2023年 言動の偏見と意識調査 報告書」をご参照ください(※3)

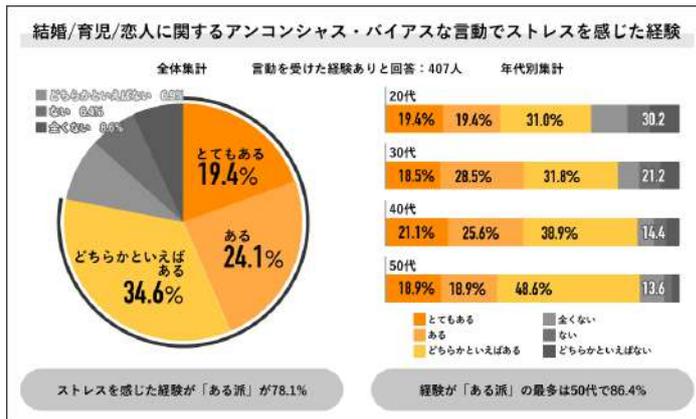
### 【言動を受けた話題と相手】

“結婚・育児・恋人”に関するアンコンシャス・バイアスな言動を受けた経験ありと回答した407人にその話題を聞くと「既婚・未婚について」が33.7%で最多となり、次いで「彼氏/彼女の有無」が31.0%、「子供の有無」が28.0%と上位3つの回答となりました。同回答者に言動を受けた相手を聞くと「同性の上司/先輩」が41.8%で最多となり、次いで「異性の上司/先輩」が37.1%、「異性の同じ地位/役職」が30.0%と上位3つの回答となりました。



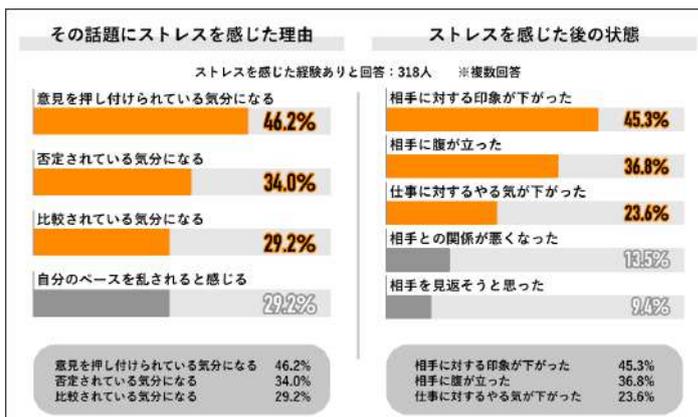
### 【言動によるストレス経験】

職場で“結婚・育児・恋人”に関してアンコンシャス・バイアスな言動を受けた経験ありと回答した407人に、その言動でストレスを感じた経験を聞くと「ある派」が78.1%と過半数を占め、内訳は「とてもある」19.4%、「ある」24.1%、「どちらかといえばある」34.6%でした。年代別の回答では50代の「ある派」が86.4%で最多となり、次いで40代が85.6%、30代が78.8%、20代が69.8%と、年齢層が上がるほどストレスを感じた割合も多い結果となりました。



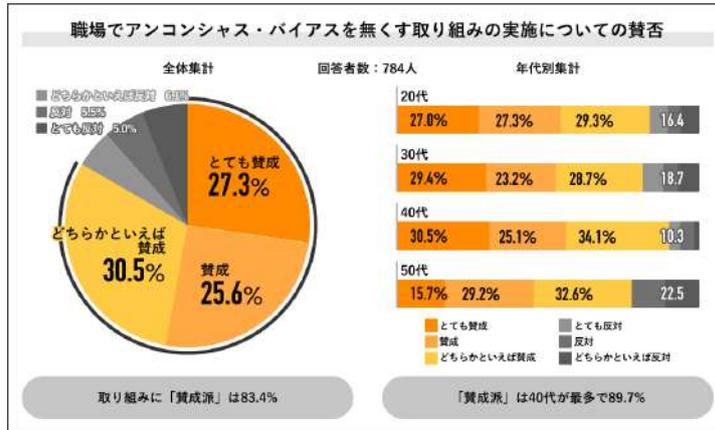
### 【ストレスの理由と影響】

職場で“結婚・育児・恋人”に関してアンコンシャス・バイアスな言動でストレスを感じた経験ありと回答した318人にその理由を聞くと「意見を押し付けられている気分になる」が46.2%で最多となり、次いで「否定されている気分になる」が34.0%、「比較されている気分になる」「自分のペースを乱されると感じる」が同率で29.2%と上位4つの回答となりました。同回答者にストレスを感じた後の状態を聞くと「相手に対する印象が下がった」が45.3%で最多となり、次いで「相手に腹が立った」が36.8%、「仕事に対するやる気が下がった」が23.6%と上位3つの回答となりました。



## 【職場での取り組みの賛否】

回答者全体の784人に職場でのアンコンシャス・バイアスを無くす取り組みの賛否を聞くと「賛成派」が83.4%と過半数を占め、内訳は「とても賛成」27.3%、「賛成」25.6%、「どちらかといえば賛成」30.5%となりました。年代別の回答では40代の「賛成派」が89.7%で最多となり、次いで20代が83.6%、30代が81.3%、50代が77.5%と、中間層の次に若手の賛成派が多い結果となりました。



※更に詳細な集計データは別紙の「2023年 言動の偏見と意識調査 報告書」をご参照ください<sup>(※3)</sup>

## 【回答者自由記述コメント】

アンコンシャス・バイアスの意識を変えるべきというコメントが40代に多く見られました

- ・かつて上司に「女性らしくしなよ」「結婚しないの」と言われて不快な思いをしたことがあります
- ・「男は仕事、女は家庭」の考えでは少子化や人手不足も解消されない。今後変えていくべき考え方
- ・当時は気づかなかったが、男性は、女性は、という言葉で嫌な思いをした人も多いただろう
- ・若い頃先輩に性別で否定される経験をした。我々40代が意識改革をしていく必要があると思う
- ・若いうちに結婚しろ子供を産めと言われた記憶が蘇りますが、今の時代にはそぐわない言動です

※その他、アンコンシャス・バイアスに関するコメントは下記「JobQ Town」にて確認いただけます。  
<https://job-q.me/27083>

## 【調査まとめ】

今回実施した「2023年 言動の偏見と意識調査」では、職場で結婚・育児・恋人の話題に関してアンコンシャス・バイアスに気をつけている人が全体の約8割で、特に既婚状況や子どもに関する話題に注意を払う人が多数でした。その言動を受けた経験のある5割のうち、発言がストレスに感じた人が約8割となり、特にパートナーや子どもの有無の話題でストレスを感じる人が多数と、注意意識とストレスの実態は反比例の結果となりました。

さらに、“同年代”に対して結婚・育児・恋人に関するアンコンシャス・バイアスな言動で気をつけている人が多数である一方、言動でストレスを感じる相手は“同性の上司や先輩”であり、ストレスを感じる言動を受けた後は、「やる気」のみならず「発言相手への印象」も低下することがわかりました。

最後に、全体の約8割強が職場でのアンコンシャス・バイアスを無くす取り組みに「賛成派」を示しており、年代別では40代の9割が賛成しています。上司世代から結婚・育児・恋人に関してストレスを受けた経験でも40代は他年代と比較すると高い割合を占めており、アンコンシャス・バイアス意識が高い世代だと考えられ、これは性別役割分業の働き方が一般的だった時代背景が関係していると考えられます。

結婚・育児・恋人など、未だ“性”の概念が強く関係する話題はプライベート且つパーソナルな内容を含むため、個の価値観に対する多様性が加速していくことを見据えると、幅広い世代が働く職場では今後個人単位でのアンコンシャス・バイアスを見直しながらコミュニケーションをとっていく必要性がわかる調査結果となりました。ライボでは今後も就職・転職・働き方などに関連する様々な調査を実施し、リアルで透明度の高い情報を発信することで個が活躍する社会の実現を目指してまいります。



株式会社ライボ コミュニケーション戦略部 部長  
広報グループ長 兼 Job 総研室長  
堀 雅一（ほり まさかず）

2021年にJob総研を立ち上げる。その後“働く社会人や就活生”を中心に様々な視点から意識や行動について調査研究を実施。市場の現状と未来を分析し、社会へ発信することで働く社会人や就活生の選択機会に貢献できる事を目的としている。

またJob総研の調査をもとに各大学で「キャリア設計」の授業を実施する他、多くのメディアでキャリアや働き方など社会との関連などを解説している。

※取材についてのお問い合わせはプレスリリース最下部にある連絡先からお願いします

### 【※3】2023年 言動の偏見と意識調査 報告書】

<https://job-q.me/articles/15380>

### 【※2】Job 総研について】

Job 総研は就職・転職やキャリア全般に関する研究や各種調査の実施により、市場の現状と未来を分析し、社会へ発信することで就転職関連市場に貢献する事を目的とし立ち上げられました。就職・転職・働き方・ランキング・働く女性など多数のジャンルで信頼できる情報を発信していくことにより、就転職活動に役立てていただくことや、キャリアに関する不安や悩みを解決する一助として“個が活躍する社会により良い選択の機会”を提供し就転職市場に貢献してまいります。

### 【※1】JobQ について】

「あなたが知りたい“働く”は誰かが知っている」をコンセプトに運営する JobQ の累計登録者数は 40 万人を超え、キャリアや転職に関する情報交換と相談ができるサービスです。具体的な企業名を検索して、現役社員や元社員による口コミだけではなく、仕事全般に関する悩みや就職・転職への不安など漠然とした内容も含まれ、匿名によるユーザ同士でコミュニケーションを取りながら、より良い選択をつくる場になっています。

#### ■JobQ“働き方のギモン・悩み”に関する Q&A

<https://job-q.me/categories/career/questions-and-concerns-about-workstyle>

### 【会社概要】

会社名	: 株式会社ライボ
設立	: 2015年2月3日
代表取締役	: 森 宏記 (もり こうき)
所在地	: 〒150-0043 東京都渋谷区道玄坂1丁目19-9 第一暁ビル3階
事業内容	: キャリアや転職に特化した匿名相談サービス「JobQ」の企画・開発・運営
グループ会社	: 2019年3月1日 パーソルキャリア株式会社にグループイン
ホームページ	: <a href="https://laibo.jp/">https://laibo.jp/</a>
JobQ	: <a href="https://job-q.me/">https://job-q.me/</a>

報道関係者様お問い合わせ先 株式会社ライボ 広報担当: 堀 雅一  
Tel・Fax: 03-6416-1760 携帯: 080-4193-1810  
Mail: [masakazu.hori@laibo.jp](mailto:masakazu.hori@laibo.jp)

※現在主にテレワークでの勤務形態をとっておりますので、誠に勝手ながらお問い合わせは携帯電話かメールにてお願い致します