

臨床社会学の方法(54)

「私ごと」からの脱暴力論

—マイクロアグレッションの理解をとおして—

中村 正

1. 差別と人権をめぐる課題—日常の無意識的コミュニケーション

デラルド・ウィン・スー (Derald Wing Sue)
著『日常生活に埋め込まれたマイクロアグレッション—人種、ジェンダー、性的指向：マイノリティに向けられる無意識の差別』（明石書店、2021年。著者は米国コロンビア大学ティーチャーズカレッジ教授で中国系アメリカ人である）をマイクロアグレッション研究会として翻訳したことは以前から記してきた。在日コリアンの院生や社会人を中心にした勉強会が元になっている。

「マイクロ」は日常の何気ないやりとりという意味である。そこに棘のように感じる「アグレッション（攻撃）」が埋め込まれている。しかも、行為者の、無知、無関心、善意、中立性に基づくもので、曖昧で漠然とした、認識しづらい差別と偏見であり、「あからさまな」差別とは対比される差別的言動のことである。マイクロは、「些細な」「小さい」という意味ではない。この概念

は「無意識のバイアス」とともに普及し、いろいろな領域で使われるようになった。

さらに、差別を見る視点としての概念だけではなく、どうすればよいのかという視点から、「小さな一歩（マイクロアクション）」という言葉を用いて、脱差別のための行動化を促すことも提唱してきた。本マガジンでの関連原稿は次のようである。①「臨床社会学の方法(36)暴力の文化—Micro Action for Violence-Free プロジェクト構想—」（第12巻第4号・通巻第48号、2022年3月）、②「臨床社会学の方法(40)加害者プログラムの試み—京都方式の紹介」（第13巻第4号・通巻第52号、2023年3月）、③「臨床社会学の方法(47)隣人のもつカー日常から生成する脱暴力のエコロジー」（第15巻第4号・通巻第60号、2025年3月）等として論じてきた。

対人暴力は個々人でなんとかできるし、しなければならぬ問題であるが、個人の次元だけでは解決できない面もある。いじめ、ハラスメント、ネットでのヘイト発言

など含めた対人暴力は、すべて社会問題であり、暴力をつくりだす社会構造がある。そのことも視野に入れ、臨床社会学の典型的な対象と位置づけている。

こうした議論に関心を寄せ、マイクロアグレッションを人権教育として位置付けていきたいという教師たちの依頼があり、この原稿を書いている。本稿の内容は、タイトルは異なるが、6割程度の分量に圧縮され、教師や保護者のための『生活教育』（日本生活教育連盟）誌の2026年10月・11号に掲載される予定である。さらに、2の事例は『差別の心理学：マイクロアグレッション』（明石書店、刊行予定）でも紹介する予定である。

2. 「私ごと」から考えるマイクロアグレッションの具体例

在日コリアンの若者たちの日常生活での経験を語りあいながらの翻訳作業となった。若い人たちも幼い頃からたくさんのいじめを受けてきたという。しかも相手は無自覚なものが多いと語る。「日本語上手ですね」「留学生ですか」「日本生まれだったらほぼ日本人じゃん」「ワールドカップどこ応援するの」「日本人とか外国人とか関係ないよ」と言われることがよくあるという。

これらに悪意はない。むしろ善意と無知に支配されている。翻訳しながら、事例がたくさんだされた。悪意のない日常の会話のなかにある「常識」が問題とされる。こうした事例について、私が体験した事例をいくつか紹介し、人権教育の内容にしていくための素材としていきたい。マイクロであるがゆえに「私ごと」として把握しやすい。

2-1. 認識的不正義と無知と善意ーヒジャブの話

「京都の夏は暑いのでそのスカーフをとったらどうなの？」とイスラム教徒の女子留学生に話しかけた大学1回生の男子が、その経験について話をしてくれた。ヒジャブはイスラム教を信仰する女性に着用が義務付けられている頭や身体を覆う布のこと。彼女は困惑していたという。

その後3回生になってからその時のことを反省し、謝罪をしたという。彼女はそのことを覚えていたらしく、謝罪を受け入れたという。時間がかかり過ぎているが彼なりに大学で勉強したのだろう。ようやく修復の実践ができた。1回生の時の経験を思い出したのは、私が担当していた授業（教養ゼミナール）でマイクロアグレッションという言葉に出会ったからだという。そこまで2年かかっている。

善意と無知の合わせ技でこの発言に至ったと振り返った。他のマイクロアグレッションも、意図的な差別的言動というよりも、こうした無知と善意から成り立つことを理解してほしいくて、知らないということや知らされていないことを明らかにするために「認識的不正義（Epistemic Injustice イギリスの哲学者ミランダ・フリッカーが構築している）」という概念があることを話した。

最後の授業で自らにとって教養とは何かについて言語化することを受講生に課した。ムスリムにとってのヒジャブの意味について詳細に調べたらしいが、なによりも彼女に謝罪をするというマイクロアグレッション乗り越えの実践ができたことが教養の力になっていると思うとコメントした。

2-2. マジョリティの多様性－日傘の男

自らの男らしさについて考察する過程でマイクロアグレッションに気づいていく男子学生がいた。筋骨隆々のマッチョな彼の研究テーマは「日傘の男」だ。中学から柔道、高校時代はアメフトもやっていたという。筋肉はもっとつきたい。手の爪は短く切りそろえられ、ホワイトネイルカラーが塗られている。彼は爪が割れやすく、肌も荒れやすいので日焼けやシェーバーのダメージを避けていたという。脱毛をし、日焼け止めや日傘を使い、保湿にも気をつけていた。あくまでもこれはスキンケアやセルフケアなのだという。色白で肌がつやつやしたマッチョな風体の男がそんなことをするのかと父ともめたという。「まともな男になれ」と言われたのだ。

彼は強い肉体という男らしさの象徴的な記号を持っているが、自己認識はマジョリティのはしっこにいる自分だという。友だちも、心の奥底で「男なのに」と感じている人もいるだろうという。「お前女子力半端ないな」といじられることが多いらしい。これはジェンダーのマイクロアグレッションである。「男らしくない男」を批判するための揶揄としてのいじりを多く体験してきた。マイクロアグレッションはマイノリティに向かうだけではない。マッチョな男性はマジョリティだが彼の場合は周辺性を帯びている。そこにマイクロアグレッションが立ち現れる。

2-3. マイクロアグレッションとしてのいじり－いじめを覆い隠す機能

いじりとは、相手の欠点、特徴、失敗等をとらえ、冗談交じりに指摘し、さらにその反応をネタに周囲の笑いを誘い、場を盛り上げるコミュニケーション手法のことである。いじめを覆い隠す機能もある。いじりといじめの境界線は曖昧で、容易にいじめになりうる。やめてと言ったら「ノリが悪い」と無視されることも多い。その人の変えられない特性（容姿、家柄、名前等）を捉えて揶揄する。相手をバカにして自分を優位に見せようとすることもある。そしていじられキャラとして自虐的な対応をすることで仲間集団に加わることもあり、そのように仕向けるのがいじりの特性である。

また、いじりはフレームの混乱を意識すべき事態である。いじめであるにもかかわらず、いじている側が「これは遊びだ」といってフレームや状況を恣意的に定義することがある。「遊びなのにまじめに反応するな」というメッセージを含み、いじめられている側へは、たかがいじりだと指摘し、反論を封じるというダブルバインド状況をもたらす。いじめといじりは連続的であるが、いじめとはまた異なる恐ろしい面、つまり無自覚で無意識的で遊び感覚的な要素がある。同じようなことは、これは愛情なのか暴力・コントロール（愛の鞭という）なのか、しつけなのか虐待なのか、いじめなのかふざけや冗談としてのいじりなのか、体罰なのか指導なのか等、相互に関係を希求しあうところにはこうしたフレームの混乱が生じやすい。いじりには、楽しい、面白いといった感覚がある一方で、会話の中

でしんどさを感じる人がいることには注意が必要である。いじりのなかにはマイクロアグレッションが含まれていて、いじめを覆い隠す。

2-4. 正義の名の下に—他罰性をつくりだす

「有害な男性性」にフォーカスする男子学生がいた。マイクロアグレッションという概念を知ったことで気づいた恋愛経験を話してくれた。

「自分にはDV気質があるのではないかと振り返る。彼は警察官を志望している。研究テーマは正義感と関係している。最終的な論題は「孤独なマッチョ」となった。マイクロアグレッションの概念をとおして自分にも思い当たることがあると感じ、その体験をもとにデート暴力についての論文を書いた。

内容はこうだ。日常生活で、自分がよくいらいだちを感じていたという。たとえば駅で電車を待つときのルールやマナー違反へのいらいだちである。割り込み乗車する人に注意するくらいだ。マイクロアグレッションの学習から、関係の非対称性について応用して考えたという。

元彼女を自分の思うようにさせたいという気持ちがあったことを思い出したという。彼女が自分と同じぐらい努力してくれないと、「俺の彼女なのにどうして」とイライラすることがあったことを思い出したのだ。

たとえば、少しでも待ち合わせの時間に遅れると叱責したことがあり、よくもめたという。怒りのもとにある厳しい正義感を親密な関係性で発揮することがデート暴力

を産みだすことを自覚した。そういえば、友人からのなんらかの助言も「否定された」と受け取りがちだったという。彼女にふられ、友人も離れていく「孤独なマッチョ」の経験である。マイクロアグレッションという言葉ゼミで学びながら、いらいだちを言語化し、整理できるようになったのでずいぶん楽しくなったらしい。

彼の正義の意識は間違っていない面もあるが、異なる使われ方をしている。マイクロアグレッションはこうした正義の感覚をもとにした行為でもある。他罰的な、暴力を肯定する意識として作用している。

2-5. 自分中心の関係性—デート暴力の萌芽

若者に浸透する恋人間暴力は萌芽的な「関係コントロール」のかたちがある。講義の後で女子学生からこんな相談があった。彼氏から、「俺のっている講義が休講になったのでこれから会いたい」と授業が始まる直前にラインメールがきた。彼女はどうかすべきか悩み、またそのことに悩んでいる自分に悩んでしまったという。会わないと愛情が薄いと非難されるかと思うと怖いと話をしに来てくれた。こんなメールがよく入るが、悩んでいるのはいつも彼女で、その関係性は対等とはいえない状態だった。

断ったらどうなるのだろうとその先の不安を感じており、二人の関係性に宿る問題を理論的に整理したいという。一方的にいつも愛情を注いで、相手のことを慮り、要請があったらデートをしないとイケないという役割は、女性の方に割り振られていることが多い。「愛情供給係」のようになって

しまい、ケアすることが当たり前になってしまっている。

暴力の話をするときに「コントロール」ということを学生たちに伝える。殴る蹴るといった有形力の行使というわかりやすい形の暴力だけでなく、とくに親子や男女といった関係における暴力には、コントロール行動が多くある。

女性側が、関係性のあり方に悩むこのケースでは、すでに気持ちがコントロールされているといえる。さらに自分の学習する権利に侵入され、時間主権をおびやかされている。自分の都合のよいようにラインメールで侵入してくるのはやはり相手をリスペクトできていないことになる。暴力的でもあるといえるだろう。彼女は次に会う際に余計な心配をしなければならない。「この前は会えないと言ってごめんなさい」という一言を発するか、彼が授業中と知りながら会いたいとメールをしたことを謝るかのどちらかだろう。現実には前者の方が多いだろう。女性の方がそうした声をかけて会話をすることにならないようにと話をした。コミュニケーションの非対称性である。この関係性の元には彼の無自覚なマイクロアグレッションがある。

2-6.モラルハラスメント

DVや虐待は、身体への暴力が多いが、その背景には心理的な暴力がある。パワーとコントロールという。被害者の話からそうした加害者の行動がみえてくる。被害者からの相談を受けることがある。次のような事例があった。

①自分のものを買うときにいつも一緒に

付いてくる。「僕の好みの女性になってほしい」と言う。自分が自分でなくなっていく感じがする、②交通の便の良くないところに住んでいるので本当は免許が欲しい。必要なのに、免許を取らせてくれない。「運転が下手だから」って言う。だからいつも彼の車で行動することになる。免許をとらせてくれない男性の暴力性である。③習い事をしたいと言うと、それは男性から教わるのかって聞いてくる。④DVを受けているのに彼という方が安全だと思えるような意識になったことがある。実家に逃げていると追いかけてきたり、メールが頻繁に入ったりするので、結局一緒にいることで落ち着くこともあり、しぶしぶ元の関係に戻ってしまう。⑤「今日は何をしていたのかと聞いてくる」、「死んでやると言われると別れられない。元の関係に戻ることが多い」等の相談があった。

もちろんこれらはすべてが直ちに暴力だというわけではない。愛情、配慮、心配の裏返しともいえる。とはいえ、境界域にあるコミュニケーションや行動である。共通していることは「関係をコントロールしようとしている」ことである。親密な関係性では、いまここで起こっていることの意味づけの枠組の混乱が生じやすい。これらの事例の背景にあることは、養っている自分が一番という特権意識、さらに俺の家族や恋人だという所有意識がある。そして自分を怒らせる相手が悪いので自分こそが被害者だという意識もある。こうした関係が長く続くと被害者は、恐怖感や無力感に陥る。責められ続けると自分にも落ち度があったのではないかという「自責の念」を持ちやすくなる。

さらに、DVと虐待の重なりも重大だ。DVは子どもからみたら母への暴力に他ならない。お前の子育てはなっていないとかいいながら、子どもを厳しく躰けしろと命令することがある。母であり妻である女性への暴力といえる。身体的な暴力性ではなく関係性のなかに宿る暴力性である。親密な関係性にはマイクロアグレッションが多く宿っている。

2-7. ルールそれ自体がマイクロアグレッション

子ども虐待でよくある例は、躰のために体罰を用いるという行動である。たとえばルールの混乱がある。ルールを運用する論理が間違っている点がマイクロアグレッション的である。嘘をつく子どもをしつけようとして体罰を用いることが多い。

こんな父親がいた。「我が家のルール（実態はマイルール）」を父親が決める。確かに「うそをつかない」というのは大切なことだ。しかし、成長の過程でまったくうそをつかずに生きていくということを約束させられるのは無理だ。「うそをつかない」というルールはすぐに破られるし、殴られるのがこわくて「うそをついていないといううそ」をつきとおすはめになる。こうしたルールの設定は恣意的なので、どちらにしても「虐待する理由をつくっているルール」として機能する。ルールが守れなかったら「長時間立たせる」という別の体罰が加わる場合もある。耐えられるものではない。その罰も守れなかったら、また虐待が待っている。すべては「矯正」のためということだ。

この場合のルール観は歪んでいる。ルー

ルを破ったときのルールとして暴力を用いることが正当化されているからだ。これはルールとして機能しない。親父のルールでしかない。そのルールについて子どもとは合意していない。暴君として君臨できるだけだ。「これは躰だった」という虐待する親の勝手な言明と行動が浮かび上がっていた。

2-8. ダブルスタンダードージェンダーのマイクロアグレッション

女の子は浪人しなくて良い、看護師や福祉の仕事が向いている、一人暮らしはだめと強く言われ、自宅から通える範囲の大学に限定されたという女子学生がいた。マイクロアグレッションとして積み重なり、女子学生自身の可能性を狭める。その価値観を学生自らが内面化していることもある。キャリア形成にジェンダーのマイクロアグレッションが入り込む。企業の管理職や大学教授に占める女性の割合はまだ少ない。

教壇で立って教え、社会のリーダーは男性という姿を見て育つ。これを支えるような女言葉がある。女の子なのだから僕と言っていけないが典型だ。他にも、女言葉は命令や指示の表現になじみにくい。「～だわ」「～なのよ」「～かしら」など、語尾や言い回しに柔らかさや上品さを持たせる表現は、ジェンダーのマイクロアグレッションとして機能している。それはやさしさの名の下に置かれている。男性的なリーダーシップの言葉ではない。

2-9. ホモソーシャルなエロトーク

女性がいないときに男性だけで話す話題、

つまり「下ネタ」「エロ話」「猥談」は男同士の絆を強め、男性同盟として機能している。この関係をホモソーシャルな関係という。男性同士の下ネタトークは「男同士の連帯感」を強めるためのコミュニケーションツールとして機能している。これを「ヒムパシー（男性同士の共感性を高める行為という意味）」という造語で表現することがある。また、異性愛が前提とされる話題ばかりである。男性の同性愛者が「ホモネタ」として侮蔑される。「女々しい」として脆弱な男性性が笑いの対象になる。

女性がいる場面では言いにくいことを共有し、仲間性を高揚させる。全員が楽しい話題ではなく、いやいやその話を聞いているだけの男性もいるはずなのに、止むことなく続く。堅苦しい会社や学校での緊張をほぐし、話しをはずませるためのガス抜き効果もあり、よく用いられる。もちろん女性たちも下ネタトークをするだろうが、男性同士は絆を強めるためなのでジェンダー秩序に寄与する機能が異なる。下ネタトークはマイクロアグレッションに満ちている。

3. 属性主義と能力主義とマイクロアグレッション

3-1. 属性と業績

人権教育とマイクロアグレッションを考えていく際に強調しておきたいことは、属性主義（本人からみて変更できない属性）と業績主義の見地からの整理が必要な点である。依頼のあった雑誌は教育に関心のある読者が多いと想定されるので、最後にこの点を強調しておきたい。なぜなら、教育と

いう営みは学歴主義を介して業績主義の土台となっていくからである。業績主義の典型は能力主義であり、現代の差別の典型ともなっている。

翻訳書は、人種、ジェンダー、性的指向というサブタイトルからも分かるように、属性的地位を主な対象としている。特段に能力主義とマイクロアグレッションという章を設けていないが、それらとの相互作用について随所に登場する。この点を取り出して強調しておくことは現代の差別問題を検討し、人権教育の内容として編み上げていく際に不可欠だと考える。

属性的なものが差別の主題となるのでやむを得ないと考えるが、日本で考えていく際、能力主義や学歴主義は単独で取り上げてもよいテーマだと思える。その論点を紹介しておきたい。

3-2. 世界人権宣言と憲法の平等

「世界人権宣言」第2条は、「すべて人は、人種、皮膚の色、性、言語、宗教、政治上その他の意見、国民的若しくは社会的出身、財産、門地その他の地位又はこれに類するいかなる事由による差別をも受けることなく、この宣言に掲げるすべての権利と自由とを享有することができる。」と規定している。連動して、「日本国憲法」第14条は、「すべて国民は、法の下に平等であつて、人種、信条、性別、社会的身分又は門地により、政治的、経済的又は社会的関係において、差別されない。」と定めている。いわゆる平等権である。

注目しておきたいことは、前者には「財産」という言葉があるが、後者にはない点であ

る。「財産」は **property** の訳である。「世界人権宣言」における財産の意味は経済的地位による差別の禁止のことである。富裕層であるか貧困層であるか、あるいは土地や財産を持っているか持っていないかといった経済的・所有格差を理由として、人権や自由の享有を制限・差別してはならないことを定めていると解釈されている。

日本国憲法に「財産」が例示されていないのは、資本主義経済（私有財産制）を前提としており、財産の多寡による「合理的な区別」を認める必要があるからだと解釈されている。世界には資本主義国ではない国も存在しているから自ずと異なる規定となっている。

3-3. 「合理的な区別」としての能力主義とされているが

日本では、「財産」の差は「合理的な区別」として認められている。そのためすべての人を同じに扱う「絶対的平等」ではなく、事実上の違いを考慮した「相対的平等」であるとも解釈されている。「財産」の多寡という点での合理的区別に、例えば累進課税制度がある。収入の多い人には高い税率が課されている。社会保障給付も同じように低所得者層を中心に生活保護や手当を支給している。日本国憲法は第29条で「財産権」を保障し、私有財産制を認めている。同時に、財産権は「公共の福祉に適合するやうに、法律でこれを定める」とされており、社会全体の利益のために国が一定の制限や課税を行うことをあらかじめ予定している。

また、経済的平等について日本国憲法は他の権利保障で規定している。第25条（生

存権）「すべての国民に健康で文化的な最低限度の生活を保障する（貧困による見捨ての禁止）」。第44条（選挙権の平等）：選挙に関しては「財産又は収入によつて差別してはならない」と個別で絶対禁止にしている。

このように資本主義社会では、合理的な区別という範疇で、能力の差異による異なる取り扱いが肯定されている。さらに、その能力が社会的構築物であるとする、その具体的な現れとしての学歴による異なる取り扱いも肯定される。時には学歴主義へと至る。この関わり合いが差別と平等を考える独自の領域を日本では成していることを想定すると、マイクロアグレッションを人権教育へと編成していく際にも独自の位置付けをすべきであろう。

業績・能力と属性的な地位の関係は、アメリカの文化人類学者ラルフ・リントン（Ralph Linton）が1936年の著書『人間の研究（The Study of Man）』で提唱した、社会的な「地位（Status）」の獲得様式を表す概念が元になっている。リントンは、社会における個人の地位を以下の2つに大別した。

一つは、アスクリプション（帰属地位/属性地位）である。自分の意思や努力とは関係なく、生まれながらに、または自動的に割り当てられる地位のことである。それは本人の能力で変更することがほぼ不可能な初期設定となっている。具体例としては、血縁・家系、性別、年齢・年代、出生地・人種などである。

二つは、アチーブメント（獲得地位/業績地位）である。個人の選択、努力、能力、競争などによって、後天的に獲得した地位のことである。本人の行動次第で、獲得する

ことも失うことも可能な地位とされている。具体例としては、職業、役職、学歴などである。

しかしそう簡単に二分できない。特に二つ目の業績的地位は、能力主義と重なり、獲得的な地位といえない面もあるからである。その業績を得るまでに属性的なものが相当に役割を発揮していること、さらに自己責任論を中核としたネオリベリズム的な動向を支えるものとして作用している点を見逃すことができないからである。私は、アチーブメントのアスクリプション化と名付けた。業績地位は能力主義と同義であり、その典型が学歴主義となる。

3-4. 能力主義は肯定されるか－マイクロアグレッションとの関係

能力主義は、「勝者の傲慢と敗者の屈辱」のようにして資本主義社会では機能している。成功者は「自分の努力のおかげ」と過信し、弱者を「努力不足」と見下す分断の意識をもたらす。

スーのマイクロアグレッション論では、「能力主義の神話 (Myth of Meritocracy)」というテーマとして、このテーマは重要な分類 (類型) の一つに組み込まれている。「誰もが努力すれば成功できる」「能力のある人が評価されるべきだ」という純粋な能力主義の言説が、現実の社会構造にある人種やジェンダーなどの不平等や特権を覆い隠し、マイノリティを追い詰める微細な攻撃 (マイクロアグレッション) になり得ると指摘している。

具体的には、以下のような事例が紹介されている。「能力主義の神話」がマイクロア

グレッションとなる理由は、構造的差別の隠蔽 (カラーブラインドネスとの連動) となる。「人種や性別は関係ない、実力の世界だ」と主張することは、現実にある制度的差別やスタートラインの不平等を無視 (無効化) することとなる。「努力不足」「無能」という隠れたメッセージ成功できない原因をすべて「個人の努力や能力の差」に帰せられるため、結果としてマイノリティに対して「あなたが成功していないのは、怠惰だからだ／無能だからだ」という潜在的メッセージ (メタコミュニケーション) を伝えることになる。

4. 乗り越えるための小さな一歩－マイクロアクション

マイクロアグレッションは社会構造や制度の問題としてわかりやすく現れる差別の構造ではなく、個人間の日常的なやり取りやコミュニケーションのなかに埋め込まれている。そこから差別の社会構造があぶり出されてくる。マイクロなことをとおして、日常的行動のなかに大きな重量感をもつ社会が埋め込まれており、それが立ち上がってくることで、とりわけマイノリティ側に負荷をかける過程を捉える概念である。マイクロアグレッションを適切に定義し、言葉を与えていくことで、語られていない、私とあなたのあいだに横たわる社会が上昇してくる。

ここでは限られた例示しか紹介できていないが、エピソードとして列記しているだけではなく、理論的な整序がさらに必要となる。翻訳書では、マイクロアグレッションは、攻撃型 (マイクロアサルト)、侮辱型 (マ

イクロインサルト）、軽視・無視型（マイクロインバリデーション）の3つに分類されており、理論化がなされている。

攻撃型は、あそこの地域の人間と関わると面倒だ、男同士でべたべたしてもしかして「そっち」なのか、トランスジェンダーと性犯罪者をどう見分けるのか、日本に不満があるなら国に帰れば等が代表的である。特に、差別的な冗談で嘲笑する、仲間外れにする、SNS等の匿名空間で利用されるという特徴がある。

侮辱型は、たとえば、女性らしい気配りができて素晴らしいね等がある。その中心には、相手の属性を侮蔑する、思い込みや善意のなかにある見下しとして露出する。

軽視・無視は深刻なダメージを相手に与える。たとえば、「私にはLGBTの友だちがいる（から偏見はない）」、「部落差別は昔の話でしょ」、「民族や人種なんて関係ないでしょ。みんな同じ人間なんだから」、「誰だって苦手なことはあるから、障害に負けずに頑張ればいいんだ」、「悪気はないんだから気にしすぎだって」等である。無自覚で無意識、相手の存在の否定になることがある。

マイクロアグレッションを人権学習として体系化する際には、マクロな社会的差別の構造との関連付けが必要となるので、こうした整序が必要になる。「私ごと」として書いてきたことは、気づきを促す目的があり、あくまでも例示的なものである。学習者が体験してきたことを掘り起こす役割があるのでリアリティがあると考えた。

また、マイクロアグレッションをした側の体験とされた側の体験の双方がある。それをきちんと言葉にすることで、「私ごと」

として人権問題が腑に落ちる。社会的差別の学習にはこうした気づきが役立つ。「私ごと」から始まる人権教育である。

さらに男性性ジェンダーの視点からすると、その「私ごと」は「僕ごと・俺ごと」に他ならない点も忘れてはならない。

こうして、マイクロアグレッションに気づくことは身近な日常の「常識」の問い直しから始まるともいえる。気づきは日常生活に埋め込まれた暴力性をもつ相互作用に気づくことに他らない。

さらに理解を促す点は、身体的暴力という有形力の行使だけが暴力ではないことである。心理的な、無自覚の、時には善意や熱意に潜むコントロール行動を考える。それを踏まえ、誰にでもできる行動として、対人場面やコミュニケーションにおける小さな一歩としてのマイクロアクションが意味をもつ。「私ごとからの脱暴力実践」である。そのためには、もちろん意識的な取り組みが必要となる。それをマイクロアクションとして紹介してきた。

立命館大学特任教授
社会病理学・臨床社会学、男性性研究
2026年8月31日受理