

# マイクロ・アグレッションと私たち

～分断から動き出す交流～ 10

朴 希沙 (Kisa Paku)

早いもので、連載を始めてから今回で10回目となりました。この間に、マイクロ・アグレッションという言葉も以前より目にすることが多くなったような気がします。前回は、在日コリアンのためのサポートグループ「それが一人のためだとして」での実践から、マイクロ・アグレッションを乗り越えるための対話 (Respectful Racial Dialogue) について、3つの観点から整理しました。

今回から数回に渡っては、これまでの連載のまとめとして、一旦マイクロ・アグレッションに関するよく聞く疑問や自分も感じていた疑問について Q&A 形式で考えてみたいと思います。私もまだまだマイクロ・アグレッションについては勉強中で、分か

っていないこともたくさんありますが、私がこれまで勉強したり調査をしたりした範囲でまとめてみたいと思います。

## ◎マイクロ・アグレッション Q&A ～よくある疑問～

### Q1. マイクロ・アグレッションとはなんですか？

A. マイクロ・アグレッションとは、意図の有無に関わらず、社会的に抑圧されたり差別されたりしている人々に侮辱と侮蔑を伝える、日常的で認識しづらい敵意や見下し

(定義の詳細は Sue et al., 2007 を参照)のことを指します。

旧来の露骨な差別やヘイトスピーチとは異なり、日常的で曖昧な「現代的差別」とも呼ばれています。現代社会では「差別はいけない」という常識が(特に欧米では)一般の人々の間にも広まりました。しかしその一方で、差別心がなくなったのかというそれはまた別の話です。人々の心の中から差別心がなくなることは非常に難しく、様々なアプローチが必要でしょう。一般的には「差別はいけない」ということになっている。しかし差別心自体は消えはしない。そこで意識的で露骨な差別ではなく、無意識的で曖昧な形になり日常に差別が姿を表すようになった、というのがこの言葉が生まれた背景のようです。ただ日本ではまだまだ公の場で政治家が差別的な発言をしてもそのことがあまり取り上げられなかったり、ヘイトスピーチも規制され始めたばかりで、「差別はいけない」という認識自体がそこまで強固なものではない気がしますので、欧米とは状況が異なるかもしれません。

また、マイクロ・アグレッションの「マイクロ」は「マクロ(巨大)」の反対の意味である「マイクロ(微小な)」というより、むしろ「毎日の」「日々遭遇する」という意味であると解釈した方がいでしょう(Sue et al., 2019)。「マイクロ」と名前はついていますが、その影響は大きく、日常的に繰り返し体験することにより、露骨な差別以上に心理的負荷が高いという研究や、鬱・不安などとの関連も多く示唆されています(例えばAPA, 2016 やNadal, Griffin, Wong, Hamit, & Rasmus, 2014等を参照)。

## Q2. マイクロ・アグレッションと差別の違いはなんですか？

A. マイクロ・アグレッションは大きくは3つに分類されています。それは、①相手を傷つけることを目的になされる暴力的な言葉や行為による攻撃である Microassault (マイクロ・アサルト)、②自覚していないままに侮辱のメッセージを伝える Microinsult (マイクロ・インサルト)、③社会的に弱い立場の人々の経験や感情などを否認し無価値なものとして扱う Microinvalidation (マイクロ・インバリデーション)です。

この中でも①のマイクロ・アサルトには旧来の露骨な差別とほぼ変わらないものも含まれています。一方で例えば③のマイクロ・インバリデーションは一見差別とは見えないものがほとんどです。例えば女性差別を指摘された男性が「何をそんなに過敏に怒っているんだい？僕は人を男女で見たことなど一度もない。女性は今や男性と平等な立場で、社会的にも力が認めているんだよ」等と答えることなどがその例です。

また、入居差別等の例をとっても、例えば「うちは外国人は入れない」「〇〇人はお断り」というようなことは、明らかに差別であると思し、昔からあったでしょう。一方で実際には内心同じような理由(差別的な理由)から入居を断っているにもかかわらず、丁寧に「お客様にはXXの物件や△地域をおすすめいたします。こちらの方がより快適に過ごしていただけたらと思いますよ」等と言われた場合はどうでしょう？この例では、もちろん相手が内心何を考えている

か等は分かりません。しかしいくら丁寧であっても、例えば自分が入りたい物件をやんわりと断られる、(有色人種の人が)白人とレストランに行けば毎回必ず後からサービスを受ける、といったことが日常の中で重なっていくとどうでしょうか?結局は物件を紹介され、サービスを受けているのだからそれは「差別ではない」のかもしれませんが。しかし、例えば白人であれば、日本人であれば、男性であればそのような体験をほとんどしておらず、自分ばかりがその体験をしていたとしたらどうでしょうか。そのような一見差別とは見えないものも含んでいる点が、マイクロ・アグレッションの特徴だと思います。

そのように考えていくと、マイクロ・アグレッションはあくまで被害者の視点にたった概念だということが分かってきます。つまり、マイクロ・アグレッションをしてしまった側にとったら、それは「無意識」で「悪意のないもの」であり、「たった一回」で「偶然」であることがほとんどでしょう。しかし社会的に差別される属性をもった人にはそれが「日常」で「しょっちゅう自分にばかり起こること」であり、「自分の側だけが気づいている」、「日々葛藤や嫌な思いを引き起こさせられる」ことなのです。露骨な差別ではないものの、被害を受けた人のそのような細かな心の動きや日常を表現するための言葉がマイクロ・アグレッションだと思います。そういう意味では、マイクロ・アグレッションという概念にはこれまで差別という言葉では取りこぼされてきた体験も含まれています。

### **Q3. マイクロ・アグレッションと一般的な「からかい」や「いじり」とはどう違うんですか?**

A. よく聞く疑問の中に、「マイノリティだけでなく、マジョリティも日常的にからかわれたりいじられたりすることはある。ささいな傷つきは誰にでもあるものではないですか?」というものがあります。時にはマジョリティや社会の中で特権的な立場にある人(日本人でシスジェンダー、ヘテロセクシャルの健常者男性等)だってからかわれたりすることはあるでしょう。それでは、マイクロ・アグレッションとからかいはどう違うのでしょうか。

まず、Wang, Leu, and Shoda(2011)は、人種差別的なマイクロ・アグレッションと一般的な人種差別に基づかないからかいは、量・質ともに明白に異なることを明らかにしています。また Sue (2019) も、マイクロ・アグレッションと一般的なからかいとの違いを4つの観点で整理しています。それは、①(差別の対象となる人に)人生の中で絶え間なく続くものであること、②累積的であり生涯に渡る苦しみの現れのひとつであること、③自分たちの集団が社会の中で二流市民扱いされている(マジョリティよりも劣っていると社会的にみなされている)ことを絶えず思い出させられること、④政府や一般の市民の人々が行ってきた不正や差別、時には虐殺を思い起こさせる象徴的なものであること、といったものです。

つまり、確かにだれでもからかいや嫌なことを言われる、不愉快な思いをすることはあるでしょう。しかし、その理由や頻度、

内容が象徴するものが社会的に抑圧されているマイノリティとマジョリティとは異なるということです。まず、マイクロ・アグレッションが破壊的なのは、それ単体ではなく日常的に絶えずさらされ続けるという累積性があります。それは、言動のみならず、例えば男女でしか別れていないトイレ、韓国や朝鮮民主主義人民共和国に対する敵対的で継続的な報道、インターネットに氾濫するヘイトスピーチ等も含まれます。また、例えば「地震が起こった時に中国人とか韓国人の人が泥棒に入ったんだって～」等というたわいもない一言が、在日コリアンにとっては過去の関東大震災の時の朝鮮人虐殺を思い起こさせるように、言う側からすれば「たった一言」「何気ない気持ちで」発したことが、マイノリティの千の体験や過去の歴史的差別そして迫害の記憶と結びつくところが、一般的なからかいとは異なると言えるでしょう。

今回は、3つのよくある疑問に、私なりに回答しました。次回も引き続き、マイクロ・アグレッションについてよく聞く疑問を取り上げて考察を続けたいと思います。

#### 【参考文献】

American Psychological Association (APA). (2016). *Stress in America: The impact of discrimination*. Washington, DC: Author.

Nadal, K. L., Griffin, K. E., Wong, Y., Hamit, S., & Rasmus, M. (2014). The impact of racial microaggressions on mental health: Counseling implications for clients of color. *Journal of counseling and Development*, 92, 57-66.

Sue, D. W., Capodilupo, C. M., Torino, G. C., Bucceri, J. M., Holder, A. M. B., Nadal, K. L., & Esquilin, M. (2007). Racial microaggressions in everyday life: Implications for clinical practice. *American Psychologist*, 62, 271-286.

Sue, D. W., Alsaidi, S., Awad, M. N., Glaeser, E., Calle, C. Z., & Mendez, N. (2019). Disarming Racial Microaggressions: Microintervention Strategies for Targets, White Allies, and Bystanders. *American Psychologist*, 74, 128-142.

Wang, J., Leu, J., & Shoda, Y. (2011). When the seemingly innocuous “stings”: Racial microaggressions and their emotional consequences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37, 1666-1678.