

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～ 12

朴 希沙(Kisa Paku)

前回は特別緊急企画として、新型コロナウイルスに関する基礎知識やよくある疑問、コロナ流行によって社会がどのような影響を受けたのかについてスペシャルゲストの某Iさんをお招きしてお話をうかがいました。

今回からは、また元のテーマに戻り、現代の曖昧な差別「マイクロアグレッション」について考察を深めていきたいと思います。第10回目の連載ではマイクロアグレッションに関してよく聞く疑問や私自身も感じていた疑問についてQ&Aの形式で考えました（前回のQ&A内容：Q1.マイクロ・アグレッションとはなんですか？、Q2.マイクロ・アグレッションと差別

の違いはなんですか？、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？）。今回も引き続き、マイクロアグレッションに関してよく聞く疑問を取り上げ考えてみたいと思います。

Q. マイクロアグレッションでは、小さなことを大きさに言いすぎなのではないですか？

マイクロアグレッションに対する批判の中に、「(無意識的な) マイクロアグレッションを問題にするマイノリ

ティは、針小棒大なのではないか？」
「マイクロアグレッションを気にする人は、敏感過ぎるのではないか？」
といったものがあります。何気ない日常の一言、悪意のない無意識的なマイクロアグレッションを問題にすることは、「小さなことを大げさに言い過ぎる」話なのでしょう。実際、マイクロアグレッションにモヤモヤした場合でも、それを問題にすれば「敏感過ぎる/怒りっぽいマイノリティ」というレッテルをはられてしまうのではないかと恐れ、当事者が何も言わないこともしばしばあります。

マイクロアグレッションに関する議論が盛んに行われている米国においても、「マイノリティはマイクロアグレッションに対して不釣り合いに過敏に反応する傾向がある」とか、「感情的な反応が過剰で馬鹿げているように思える」とかいった批判が存在します(例えば Thomas, Lillienfeld 等)。このテーマに関して、Keon West(2019)は、このような主張をする人々はマイノリティが本当に過敏であるか、実際には調査したことがないことを指摘した上で、有色人種を例にとり、本当に有色人種の人々が白人に比べて過敏なのかを調査した面白い調査があります。

この調査では、いくつかの質問紙を組み合わせ、有色人種および白人の調査協力者の①マイクロアグレッションを経験した頻度、②人種・民族的アイデンティティとは無関係の否定的経験をした頻度、③生活全体の満足度

を評価する調査を行いました。またマイクロアグレッションの形をとったネガティブな体験をする想像をし、その時の気分について質問されました。これらの調査は、本当に人種・民族的マイノリティがマジョリティよりもマイクロアグレッションに対して、より否定的な反応を示すのかを調べるためのものです。もしこの仮設が正しいなら、人種・民族的マイノリティの方がマジョリティよりもマイクロアグレッションとネガティブな心理的反応との間により強い関連性が見られるであろうからです。

調査の結果は、いわゆる「マイノリティは過敏」説に反するものでした。まず、いくつかの質問紙を組み合わせた調査においては、マイノリティはマジョリティよりも多くのマイクロアグレッションを経験していることは明らかになりました。一方で、人種・民族的アイデンティティとは無関係の否定的経験をした頻度や生活全体の満足度を評価する調査においては、両者の違いはみられませんでした。また、マイクロアグレッションの形をとったネガティブな体験を想像することは、確かにポジティブな感情を減少させ、ネガティブな感情を増加させましたが、こちらも当事者がマイノリティであるかどうかはその感情の強さに関係しませんでした。

これらの結果から浮かび上がってくることは、(一部の)人種・民族的マイノリティは、些細な、あるいは無害な出来事に対して「過敏に」で反応

しているだけであるという米国では繰り返し主張されてきた「過敏症仮説」を支持する証拠は見いだされなかった、ということです。調査においては、人種・民族的マイノリティとマジョリティとの間に「感じ方」の違いはなく、両者における唯一の違いはマイクロアグレッションを受ける「頻度」でした。

しかし、米国では実際にマイノリティはより敏感なのかを調べる調査がなかったにも関わらず、このような主張が繰り返されてきました。もしかすると、私たちはその事実により注目すべきなのかもしれません。つまり、さしたる根拠がないにも関わらず、なぜ多くの人々は「マイノリティは敏感」という俗説に乗ってしまいやすいのでしょうか？そこには、マジョリティのどのような心理的願望や背景が隠されているのでしょうか？それを探ることで、むしろマジョリティの心性に関する新たな発見が得られるかもしれません。

Q. マイクロアグレッションにはどのような影響がありますか？

マイクロアグレッションは日常的で、比較的些細な出来事に見えるかもしれませんがその悪影響はストレスやトラウマ、抑うつ、希死念慮などを含むほど深刻であることがいくつもの調査において繰り返し明らかになってきています。

またその影響は生涯に渡ることが指摘されており、例えば母親における孤独感との関連、出生時の低体重体重児の増加、幼少期の適応不良、大学生におけるアルコール関連の問題等も指摘されています。また高齢者を対象とした縦断的研究では、日常的な差別という形でのマイクロアグレッションは、感情的な健康に強い負の影響を及ぼすことが明らかになっていますし、高齢者における記憶力の低下を予測することも指摘されています。

さらにその影響は身体にも及ぶことが徐々に明らかになっています。例えば、マイクロアグレッションは心疾患の増加を予測することが調査により明らかになっていたり、心臓病、痛み、呼吸器疾患などの慢性疾患も予測されたりしています。

また米国における 5000 人以上の黒人のアメリカ人に関する全国規模のデータを用いた研究では、人種による差別は人種以外の原因によるネガティブな経験と比較して、深刻な心理的苦痛を発生させることを明らかにした研究もあります (Chae, Lincoln, & Jackson, 2011)。

これらの調査から明らかになったことは、社会的マイノリティのストレスは固有のものであり、すべての人が経験する一般的なストレス要因に付加的なものであるということ、したがって、社会的マイノリティはより多くの適応努力を必要とするということです。

以上、今回はマイクロアグレッションに関して、よく聞く疑問の中から「マイクロアグレッションでは、小さなことを大げさに言いすぎなのではないか」「マイクロアグレッションにはどのような影響があるか」について取り上げて主にこれまでの調査で明らかになってきたことを紹介しました。

様々な調査が、マイクロアグレッションは明らかに心身にネガティブな影響をもたらし、社会的マイノリティに固有の負荷を与えることを示しています。それにも関わらず、「マイクロアグレッションはとるに足らないこと」「マイノリティは過敏」といった俗説が流れたり人々がそれを容易に信じたりしてしまうのはなぜなのでしょう。先にも述べたように、今後の調査ではむしろそのような心性に関する調査や研究が待ち望まれているのかもしれませんが。

【参考文献】

- Chae, D. H., Lincoln, K. D., & Jackson, J. S. (2011). Discrimination, attribution, and racial group identification: Implications for psychological distress among black americans in the national survey of american life (2001–2003). *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(4), 498-506.
- Lilienfeld, S. O. (2017). Microaggressions: Strong claims, inadequate evidence. *Perspectives on Psychological Science*, 12, 138-169.
- Thomas, K. R. (2008). Macrononense in multiculturalism. *American Psychologist*, 63, 274-275.
- West, K. (2019). Testing Hypersensitive Responses: Ethnic Minorities Are Not More Sensitive to Microaggressions, They Just Experience Them More Frequently. *Personality and Social Psychology*, 45(11), 1619–1632