文脈的行動科学のアプローチを用いた就労支援と今後の展望

〇下山 佳奈（株式会社スタートライン　CBSヒューマンサポート研究所・研究員）
高津　弘明（株式会社スタートライン　就労移行支援るりはり大宮）
刎田 文記 （株式会社スタートラインCBSヒューマンサポート研究所・主幹主任研究員）

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

【就労移行支援るりはりとは】

♦就労移行支援るりはりでは運営会社である株式会社スタートラインのこれまで200社以上と1,850人以上の支援実績から培ってきた、障害者への就労支援や定着支援の支援技術をプログラム化し、その人その人に合ったサポートを考え、就労までの支援を行っている。

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

るりはりで使用している支援ツール

障害者雇用支援の現場で、10年以上かけて培ってきた支援技術やノウハウから、当社独自の職業適性プログラム（アセスメントツール＋模擬業務（ワークサンプル）を用いて、ひとりひとりに合った仕事や働き方の特性を理解するための支援を行っている。まずは障害者特性を整理し、「自分らしく」働ける方法を一緒に考えている。

SAPLI

♦目的
ストレス・疲労を感じた時の心や身体のサインを知る
♦効果
ストレスや疲労をためない対処方法を習得

Enable360

♦目的
健康観察
♦効果
自身の状態や生活習慣を理解し、把握する

M-メモリーノート

♦目的
安定して働くうえで必要なセルフマネジメントスキルの習得、向上を目指す
♦効果
自律的なスケジュール管理や自身による行動管理を促進

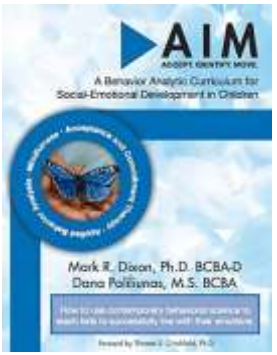
(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

幕張版ワークサンプル

目的
障害特性の把握・障害受容
作業遂行能力の確認 作業場（業務上）での行動傾向の把握

効果
業務に応じた補完手段を習得し、休憩におけるセルフマネジメントを取得し、過集中や疲労を溜め込まないスキルを習得

ACT/AIM

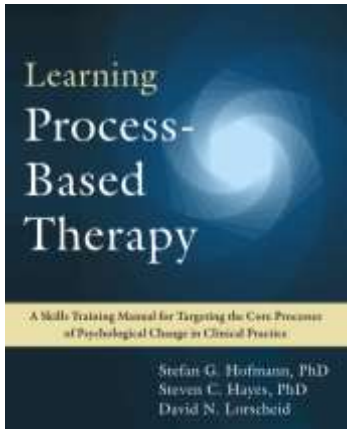


AIMは集団で実施できるACT（Acceptance &Commitment Therapy）の体験型プログラムである。マインドフルネスやABA（応用行動分析）の実践方法が取り入れられており、**ポジティブな行動や言動を形成していく**ことを目的としている。

Accept；今この瞬間に感じていることを受け入れ、
Identify；自分にとって最も重要なことを特定し、
Move；そして行動する

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

PBT(Process-Based Therapy)



・ACTの生みの親であるSteven C. Hayes や Stefan G. Hofmann らによって提唱(2022年)

・診断名や病理名のみによらず、当事者の人生におけるプロセスをつぶさに捉え
「目の前の個人にとって有効な心理療法」をテーラーメイドで組み立てるものである

・進化論的説明のレンズを通して、生物生理学・機能分析・社会文化的背景・過去の文脈等の
個人を取り巻く複雑なネットワークを理解し、臨床家が多次元的かつ多段階的にアプローチする
ことを目的としている

・2023年の国際学会ACBS(Association for Contextual Behavioral Science)においても
各国から研究発表が続いている

■EEMMグリッドとは？

・ Extended Evolutionary Meta-Model

・拡張進化メタモデルをもとにプロセスを多面的・多階層的に整理するツールである

・上段6行(感情～表出行動)は 個人レベルの発達の次元であり、
下段2行(生物生理学、社会文化)の2つの階層の中に入れ子になっている

・EEMMグリッド(通称:イーム)は現場で活用しやすいよう研究所にて作成したシートである

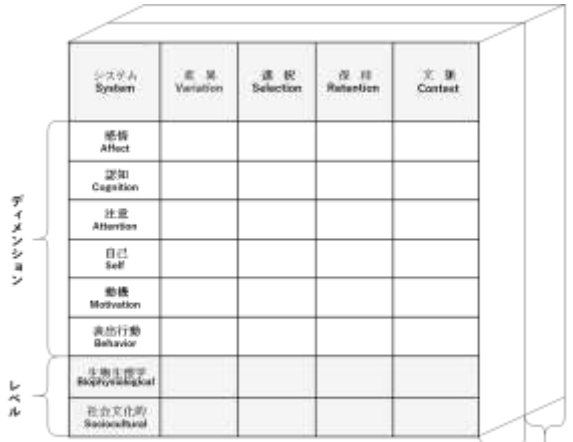
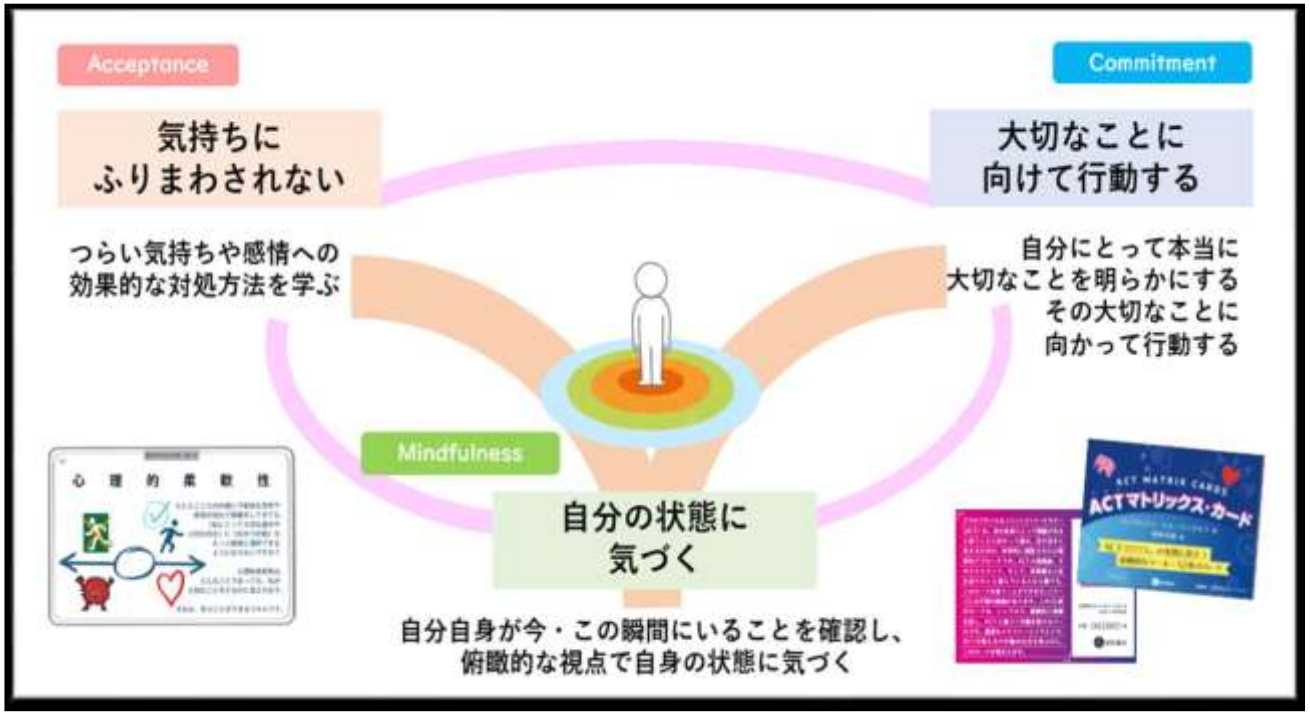


図3.2 拡張進化型メタモデル
(copyright: Steven C. Hayes and Stefan G. Hofmann)

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

学術的根拠のある支援を通して雇用サポートを実現

文脈的行動科学を用いたアプローチを実施。
株式会社スタートラインでは障害者支援技術を習得するための専門部署を社内に開設。障害者のサポートを行うための専門技術を社内だけでなく、社外に向けても発信している。
大学とも連携して新たな支援技術の開発・研究を行っており、書類出版や学会・研究会での事例発表等も行っている。



(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

事例発表①

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

	詳細
記録日	2024年9月11日
拠点名	るりはり大宮
メンバー情報 （手帳／障害名／年代／性別）	40代　女性　精神3級 一人暮らし 気分変調症/不安障害/軽度のパニック症/うつ
事象概要	• 2005年から胸痛で精神科を受診。この時、軽度のパニック障害/不安障害と診断されている。 • 中学を卒業して日本料理屋に住み込みで勤務。調理・接客業を約7年間勤務。多忙さや、ミスの叱責などが重なり退職。 • その後出生地S県に戻り製造業や飲食店に働きながら、1人暮らしを始める。この期間（約3年間）ダブルワークも行い生計を立てるが、体調不良のため働くことを断念。 • 生活保護申請。約10年間、制度を受けながら在宅療養となる。 • その後、派遣会社に登録し、倉庫内作業（軽作業）をスポットで勤務したり、金融機関のコールセンターで勤務したが、毎日お客様対応に緊張し、頭が真っ白になることが多くミスも増え叱責を受け、2023年夏ごろ退職。 • 2023年4月ごろ、心理検査を行い凸凹が見つかり、処理能力が低いと診断を受ける。 • 失業保険で生計を立てながら就労移行るりはり大宮を利用となった。

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

Aさんの年表

家庭環境に恵まれ、笑いのある家庭で育てられた。歯磨き後、母に見せに行くと褒めてもらえて嬉しかったことが印象に残っている。
近所の人々にも可愛がってもらえ楽しかった様子。しかし、両親は離婚。

成績は良く授業が楽しかった。数人、友達ができ休み時間一緒に、難読漢字を書いて楽しかった。その
一方別のクラスメイトから馬鹿にされ頻繁に笑われていた。

WAIS検査で発達障害の疑いを受け、凸凹の特性があることが分かった。自分の適性に合う職種を探している中、るりはりに通所となった。

幼少期 → 小学校 → 中学校 → 就職 → 就労移行

クラスメイトとは打ち解けられず、普通ではないという扱いを受けていた。馬鹿にされ笑われていた。

日本料理店に住み込みで働き板前修業を行う。周囲の環境にも恵まれ、相談などにも向き合ってくれる人がいた。
しかし、その一方、「おどおどするな」と叱責を受けることも度々あった。

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

通所開始後アセスメントや訓練で得られた情報

- ◆ 情報量が多い場合、纏めるまでに時間を要する。
- ◆ 他者とコミュニケーションをとる場面では、相手が不快に思わないか、作業が遅いと思わないか、周囲の反応に注意が向きミスが起きる傾向がある。
- ◆「〇〇しなければいけない。」という考えが強く、出来ないことがあると、自分は無責任だと思い込む傾向がある。
- ◆ 休日でも、仕事のことを考え、自発的な対策・立案を考える時には、事前準備まですることがあった。自身で休息する時間を持てず体調不良になることもある。

〇通所後から欠勤発生まで

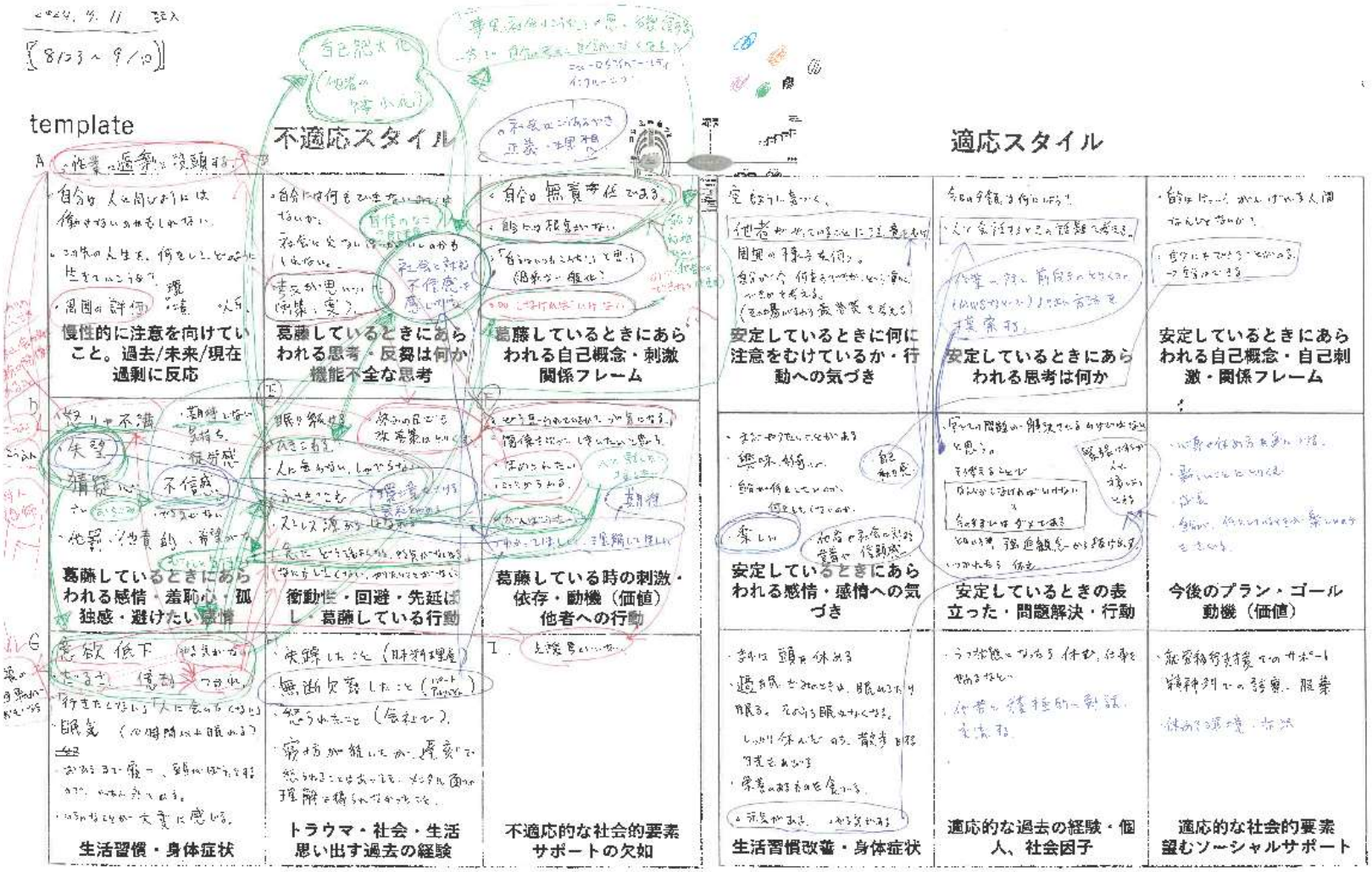
新規プログラム（コーヒー制作）を行うこととなり、Aさんは職員と一緒にプログラムの環境整備やスケジュールなどを整えることとなった。
そのため利用者同士のコミュニケーションが必要になり、他者を気遣う場面が増えた。

あるとき、利用者だけで業務改善検討のMTGを行った。支援員からは、何か要望や改善案などあれば、内容を纏め、職員に何かしらの形で提案するように伝えた。そのMTGの次の通所から、欠勤となった。

- ➢ 鬱症状が悪化し、約2週間程度休養となった。
  この鬱症状のきっかけを探るためEEMMグリッド面談を実施。

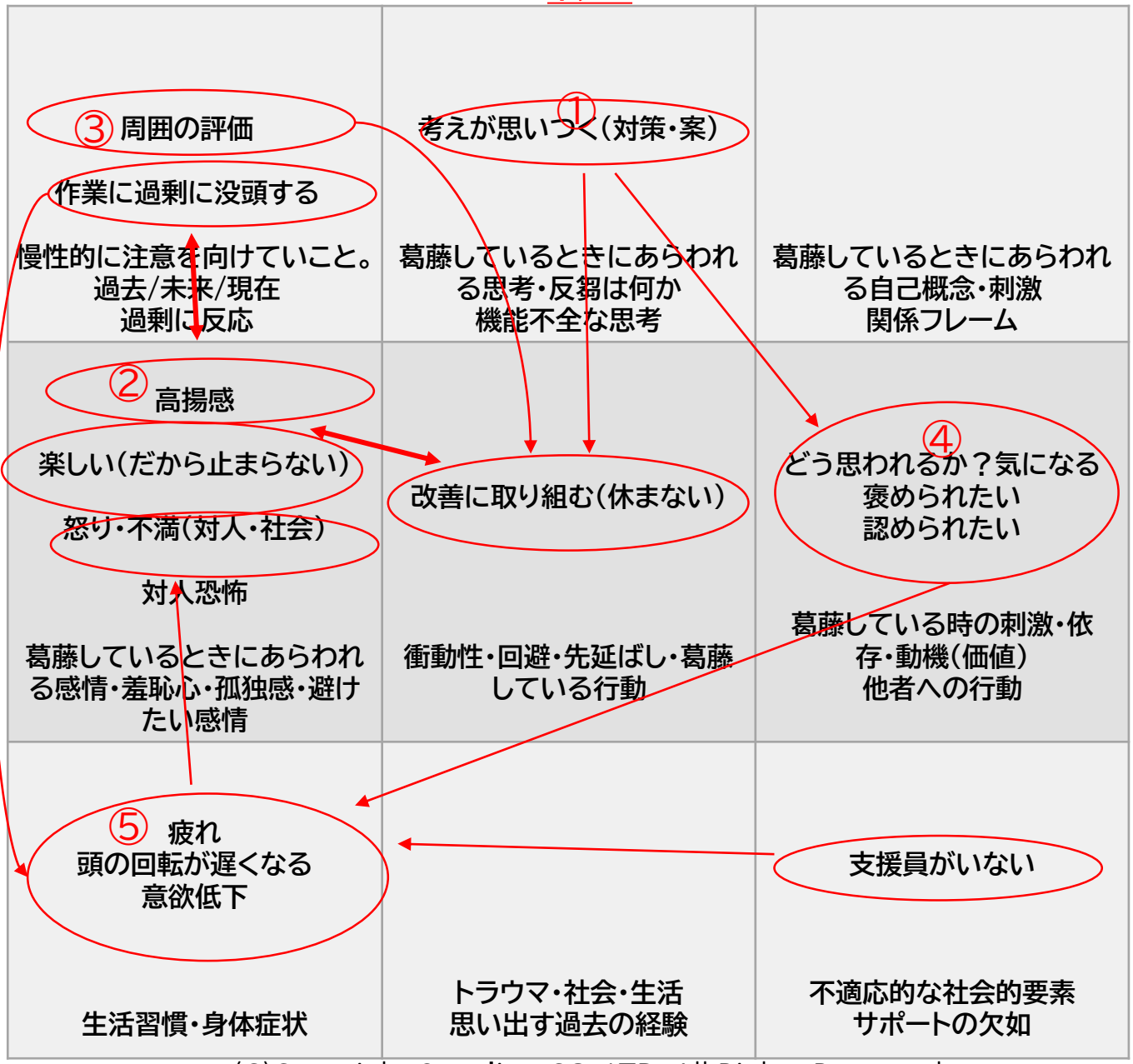
(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

鬱症状の悪化：EEMMグリッド



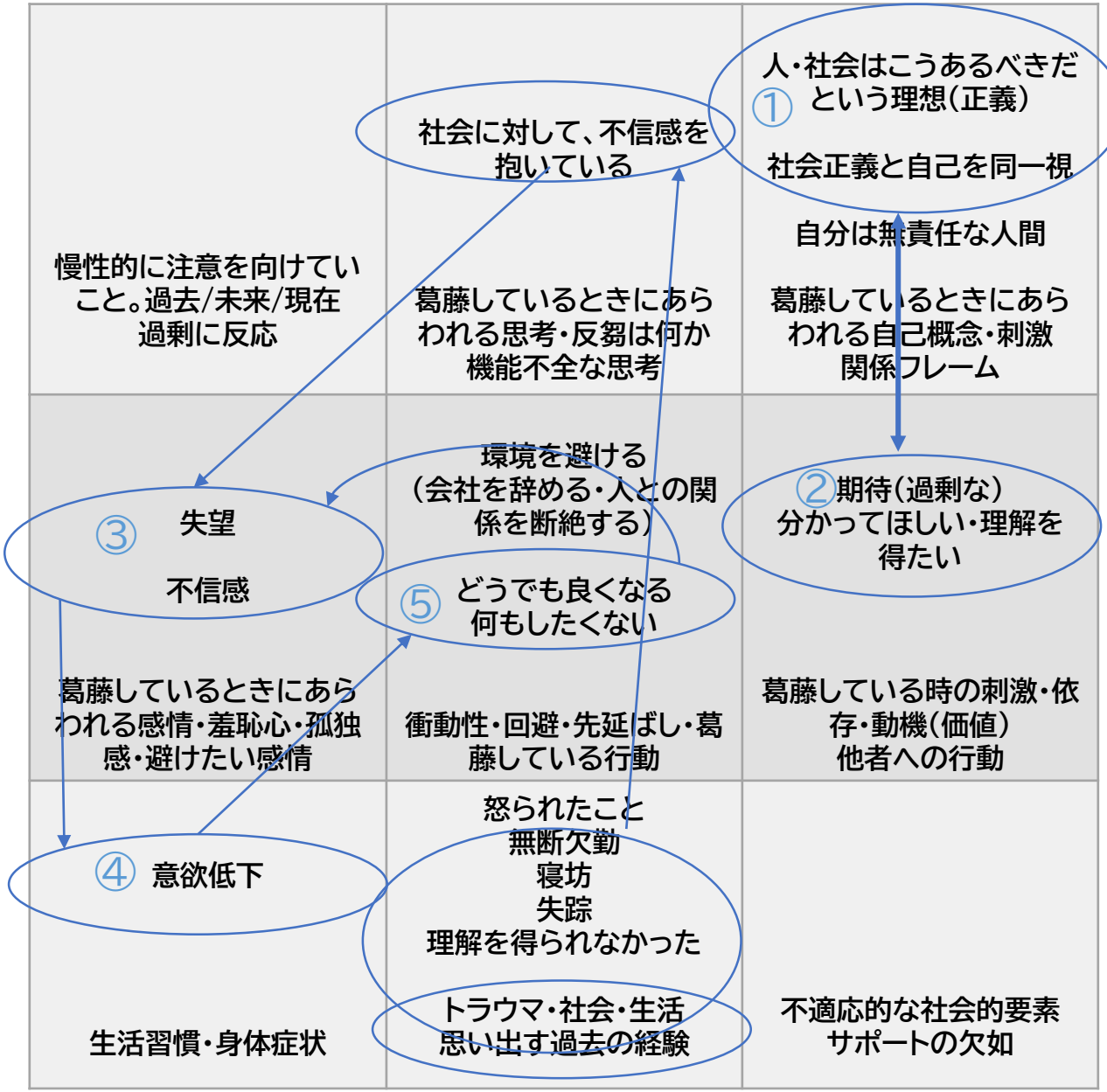
(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

イチゴ

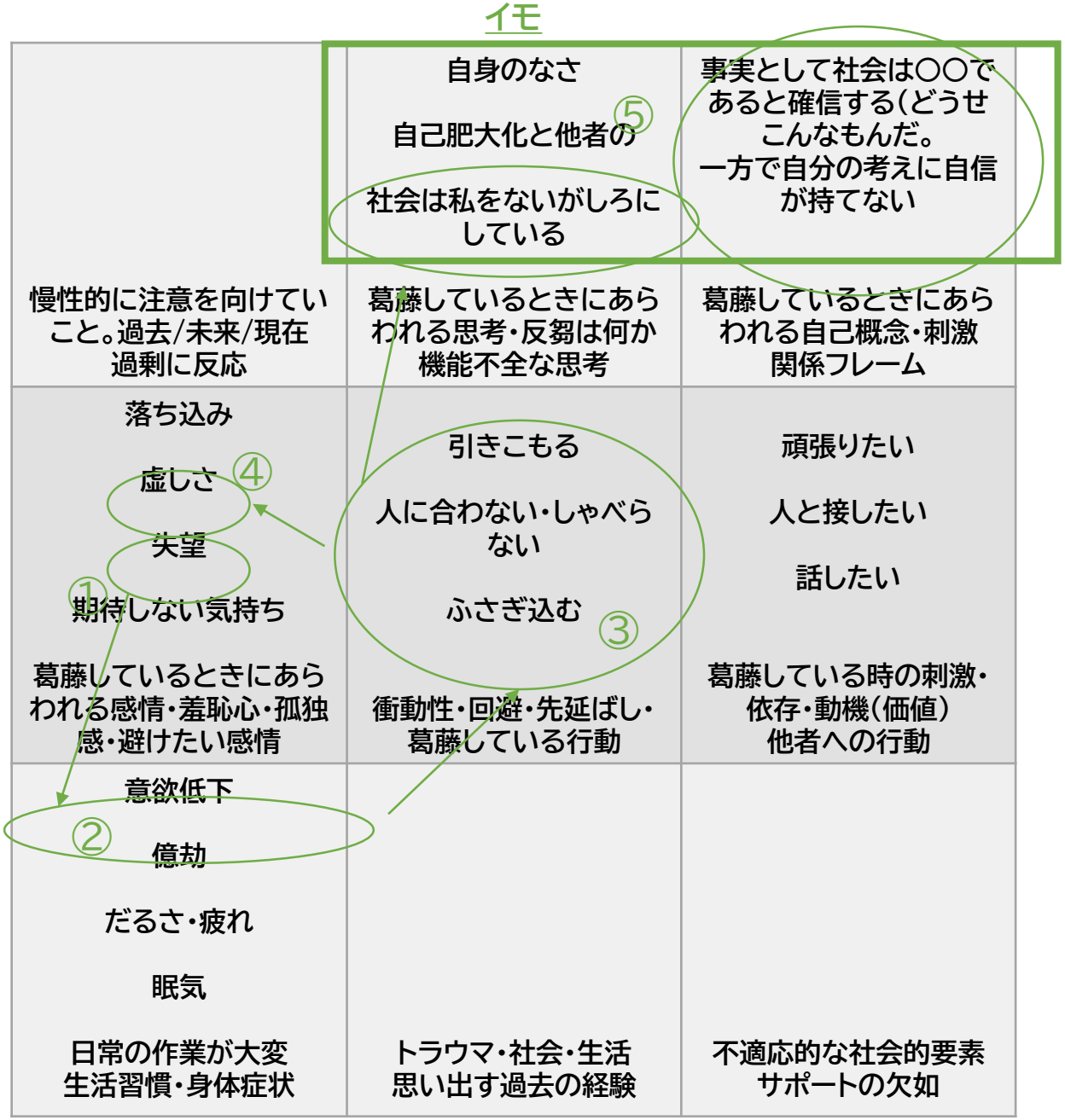


(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

フキ



(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.



(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

EEMMグリッドの色ごとの考察

赤（イチゴ）

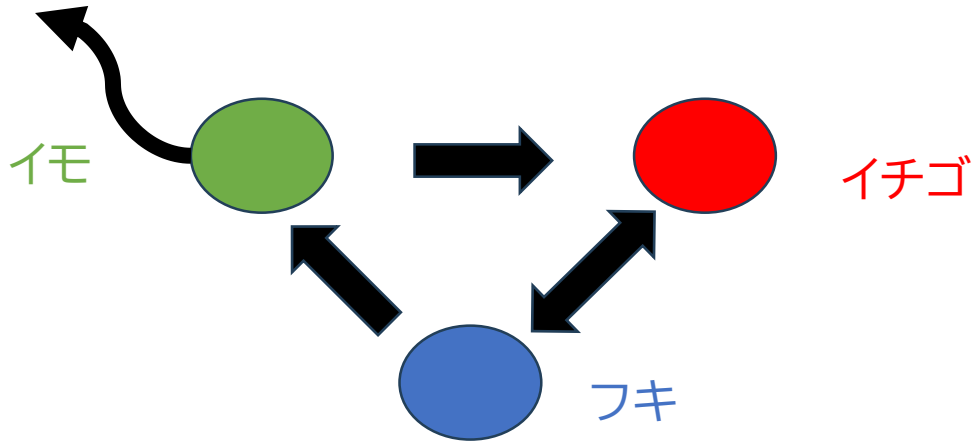
現在、起こっている出来事が表面上に現れたEEMMグリッドとなります。

青（フキ）

赤のEEMMグリッドの内容から、紐づけられる図になりました。
赤と比較すると、過去の私的体験が現在の行動などにも影響されていることが分かりました。

緑（イモ）

青よりさらに深く潜ったEEMMグリッドになりました。こちらも過去の私的体験が現在に影響をされていること。特に過去の嫌だった感情などが出ています。
緑のEEMMグリッドがデットラインとなり、気づきを得ることが適応スタイルに変化するきっかけとなります。



(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

ご本人の感想

・EEMMグリッドを作成することが、自己理解を深めることに役立ちました。

・EEMMグリッドを一緒に作成することで、言葉がけが助けとなり、深く考える動機づけの助けとなることが分かりました。

・これまでの行動パターンが分かり、悪化状態が分かり、抜け出す工夫に役立ったと思われます。

考察

・EEMMグリッドを作成することで、Aさんの体調不良になる前の行動パターンを把握しやすくなった。

・ルール支配行動が不適応行動を引き起こす要因となる可能性が明らかになった。

・支援員の言葉かけが、本質部分まで考え解決への一助になることが分かった。

・ほとんどの面談記録が記入されるため、埋めていくことで面談への動機づけにもなった。

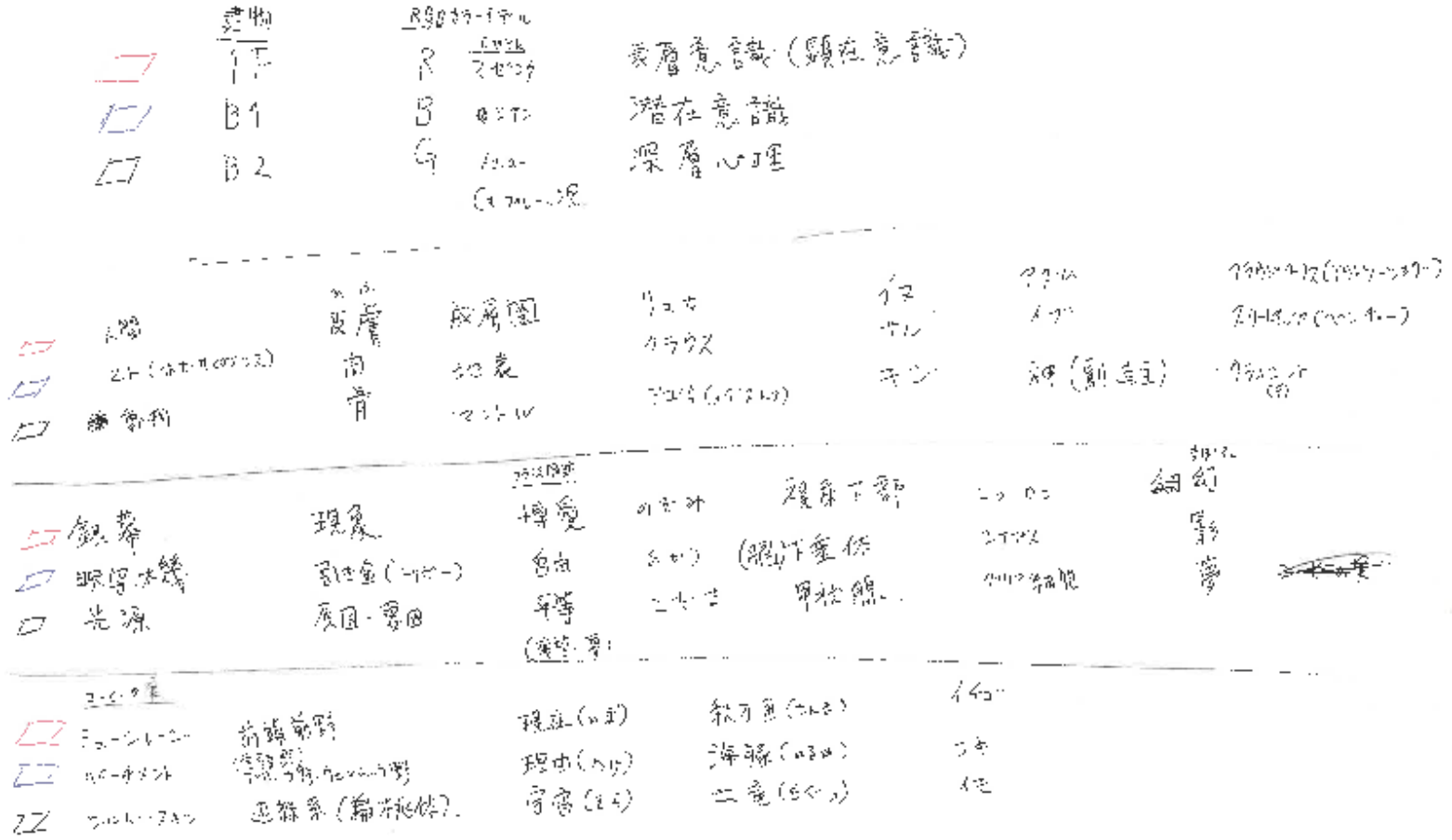
(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

色別毎の図形

図. 色別毎に立体的にグリッドを重ねたAさんのEEMMグリッド立体モデル
上から、赤(イチゴ)⇒青(フキ)⇒緑(イモ)が重ねられ、縦のつながりが示されている。

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

色別毎の名前



(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

その他EEMMグリッドを実施後の利用者の声

男性（40代）

EEMMグリッドを使用したことで、体調を崩すと自分のことばかり責めていたことが分かりました。自分のことばかり考えていたと思っていましたが、他人からどう思われるかに意識が向いていたことに気づいて、驚きました。原因が分かっても、ネガティブな感情は無くならないけれど、体調を崩すことなく行動できるようになりました。

女性（40代）

世代ごとのEEMMグリッドを作成したことで、成長過程で昔は適応行動だったものが、現在では不適応行動になっているということが可視化できました。そうしたことで、冷静に物事を見ることができるようになり、今の最適な行動を選択できるようになりました。

男性（20代）

自分の感情面や行動などを可視化することで、思考の巡り方が分かりました。そうしたことで、考えがグルグルしなくなりました。状況を整理して、今の自分の考えや行動をどのように調整すると、良い行動に繋がるのか分かりました。

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

今後の展望

るりはりでの取り組みでは、様々なプログラムを経験することで、利用者自身が自ら考え意思決定し、行動へと変化していく様子が多く見られた。

心理的なプロセスを、多面的に整理できるEEMMグリッドを活用することで、支援者も対象者も、その人毎の行動傾向を理解することに繋がり、不調のサインに気づきやすくなった。

これは、障害者が自立した社会参加を送る可能性へと繋がる一助となると思われる。

今後もより多くの実践を行っていきたいと考えている。

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.

ご清聴ありがとうございました。

(C)Copyright Startline CO.,LTD. All Rights Reserved.