

障害者雇用支援従事者に対するEEMMグリッド面談の実践

○三國 史佳（株式会社スタートライン 障害者雇用支援事業 サポーター）

豊崎 美樹・菊池 ゆう子・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)

1 はじめに

近年、Process-based Therapy（以下「PBT」という。）という「診断名・病理名ではなく当事者個人に対して多層的かつ多面的にアプローチする心理療法」が、Steven C. Hayes や Stefan G. Hofmann¹⁾ らによって提唱された。このPBTでは、当事者のプロセスを整理するためにEEMM（Extended Evolutionary Meta-Model；拡張進化論メタモデル）が用いられており、このモデルを実践するツールとしてEEMMグリッドが開発された。

2 目的

障害者雇用支援従事者に対する、EEMMグリッドを用いたアプローチの有意性や活用方法の検討を目的とした。

3 EEMMとEEMMグリッド

EEMMは進化科学に基づく、多面的・多階層的な変化のプロセスの「メタモデル」である。上段6行（情動～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グリッドは、このモデルを実際の対人援助場面で実践できるよう開発されたツールである（図1）。EEMMグリッドでは、6つの次元を上・中段の2行に、2つの階層と文脈を下段の1行に配置している。これらのグリッドを活用し、面談等におけるケースの言動や履歴を分類したり、各次元と各階層を文脈における変異・選択・保持の観点から検討したり、また、病理的なプロセス（不適応）と健康的なプロセス（適応）を表すグリッドを作成したりすることができる。

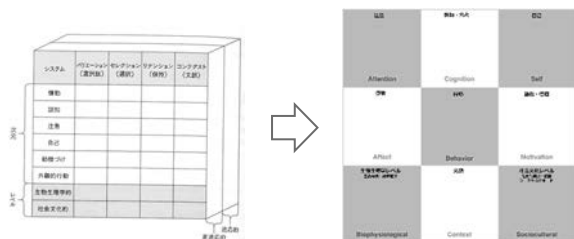


図1 EFMMとEFMMグリッド

左図 : Copyright by Steven C. Hayes and Stefan G. Hofmann

4 EEMMグリッド面談

(1) 対象者 (Aさん) 概要

- ・年齡：29歲

- ・手帳：無所持
- ・性格：真面目、明るい、ポジティブ
- ・生育歴等：4人兄妹の長女。幼い頃から妹2人の世話を
して育ち、保育士を志す。四年制大学卒業後、保育士と
して勤務していたが2度退職。約半年間、海外をまわる
生活を送る。帰国してから弊社農園型障害者雇用支援
サービス『IBUKI』にて契約社員として勤務し、契約
満了後に保育士として再就職。
- ・面談理由：「対人関係について自分は課題がある」と発
言があり、支援者がEEMMグリッド面談を提案し、自
身の振り返りのために実施。

(2) 方法

- ・面談場所：IBUKI内の面談室
- ・所要時間：約90分（60分+30分；計2回EEMMグリッド面談を実施）
- ・面談方法：当研究所で作成したEEMMグリッド面談用紙（A3用紙／横に2つのEEMMグリッドを配置）を使用した。面談では事前に面談用紙を印刷し、今のAさんの思考やそれに係るエピソードについてヒアリングを実施し、その内容を9つのグリッドに分類して記載した（図2）。
- ・効果指標：MPFI（多次元的心理的柔軟性尺度）を面談前後に実施した。

[illegible]

図2 EEMMグリッドシートを利用した面談結果

5 結果

(1) EEMMグリッドによるケース分析結果

面談結果（図2）から、EEMMグリッドのネットワーク図（図3）を作成し、問題の整理・分析を実施した。

これらの整理により、Aさんについて、以下のような行動傾向が見られることが確認された。

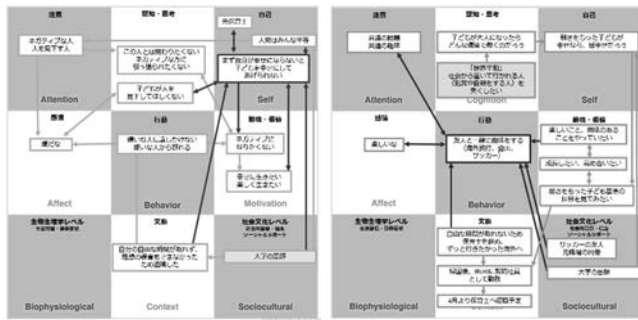


図3 Aさんのネットワーク図

左：不適応スタイル、右：適応スタイル
濃色矢印：重要なコアエピソードと関連している矢印

- (i) 嫌な人・ものから離れるために、退職を繰り返してしまいう行動は「自分が幸せにならないと、子どもを幸せにしていあげられない」という自己ルールに関係している。
- (ii) 世界平和がとても大事であると考えており、その思考は「弱さをもった子どもが幸せなら、皆幸せだろう」という自己ルールに派生している。また、それがAさんの行動選択（IBUKIへの就職等）に影響している。
- (iii) Aさんの自己ルールや子どもに対する思考に関しては、大学の恩師の影響を大きく受けている。

(2) MPFIの結果

MPFIについては、心理的柔軟性と心理的非柔軟性どちらについても、平均得点の増加が見られた（図4）。心理的柔軟性は平均値が7.16から7.66へと変化し、心理的非柔軟性の平均値が5.50から5.66へと変化した。項目の詳細を確認すると、心理的柔軟性では、今この瞬間への意識・アクセプタンス・脱フュージョン・価値の4要素で、心理的非柔軟性では認知的フュージョン・非行為の2要素において増加が見られた。

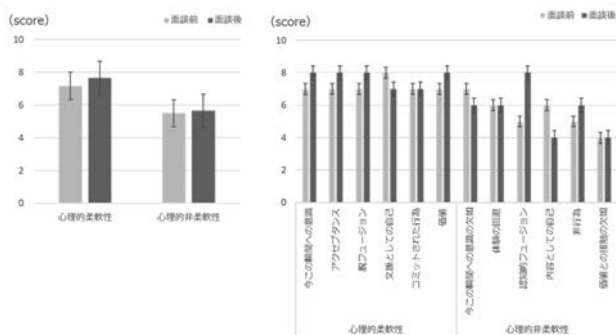


図4 MPFIの質問紙数値変化

左：平均、右：詳細

6 考察

Aさんは、これまで「自分には対人関係に課題がある」と考えており、それによって退職等の逃げる道を選択し続けている、と感じている状況だった。まずEEMMグリッド面談の実施により、Aさんは、なぜそのような選択をす

るのか思考を整理することができ、強い自己ルールや、そのルールが大切な人と関わりがあることに気づくことができた。また、心理的柔軟性の向上もMPFIの数値の変化として見られた。一方で、MPFIでは、心理的非柔軟性の数値についての上昇も見られた。これらの原因として、AさんはEEMM面談後に自身の価値が明確になり、「自分がやりたいことは今の仕事ではない」と考えた可能性があると推測される。その結果、心理的柔軟性の価値の得点が上昇した可能性がある。また、このように自身の価値が明確になったことで、新たなルールが生成され「私はもっとこうしたら良いのではないかと考えることが増え、認知的フュージョンの値も上昇したと考えられる。そのうえ、「価値が明確になったが、価値に沿った行動がとれていない」と考えたことで、非行動の値も増加した可能性がある。

Aさんは、自身の過去や思考を振り返ることで面談中に「そう考えていたのかもしれない」等の気づきの反応もあったことから、EEMMグリッド面談による効果が少なからずあったと考えている。また、結果として契約満了後に保育士の仕事に再度就いているが、これはEEMMグリッドで、ご自身の価値が明確になった結果とも考えられ、今はご本人が大切にしたいこと＝価値を実行できているのではないかと考えている。

7 今後の展望

Aさんは自己ルールに囚われる傾向が高いと考えられるため、今後施策導入をする場合は、不適応スタイルの状態になっている際に、価値に向かう行動を定期的に確認していただくことや、ACT導入による脱フュージョン等の考え方を取り入れることを検討する。

PBTは個人に対して多面的にアプローチできる心理的技法であるため、障害当事者に限定せず活用することが可能である。障害の診断が下りていない方でも、心身の不調を抱え込む場面（仕事や家庭内トラブル、心因性の体調不良等）は存在する。障害の有無に囚われずアプローチできるよう、支援の体系化や実践に取り組んでいきたい。

【参考文献】

- 1) Hofmann, Stefan G., Steven C. Hayes, and David N. Lorscheid. Learning process-based therapy: A skills training manual for targeting the core processes of psychological change in clinical practice. New Harbinger Publications, 2021.