

こんにちは！川崎南部就労援助センターです！みなさまへセンターからのお知らせなどをおつたえします



## 11月のお知らせ

就職サポート説明会

第10回

2021年11月10日(水)

10:00~11:30

第11回

2021年11月22日(月)

13:30~15:00

参加ご希望の方は

当センターへ

お問い合わせください

川崎南部就労援助センター

〒210-0024

川崎市川崎区日進町5-1

川崎市複合福祉センター

ふくふく3階

TEL:044-201-8663

まずはお電話でお気軽にお問い合わせ、  
ご相談ください

URL:<http://www.aitori-y.jp/kawasaki-south-syuro/>

## キラパタ

多様な人たちがキラキラ輝くための  
のパターン・ランゲージとは

多様な人たちがキラキラ輝くためのパターン・ランゲージを、川崎市では「キラパタ」と呼んでいます。これは、障害のある人や雇用している企業等で、実際に行っている工夫や秘訣、解決方法から取り出したヒントをまとめたものになります。

今回は、本人側のパターンをひとつご紹介させていただき、みなさんにも活用していただけたらと思います。

### 働く自分を準備する…「小さな成功体験」

例えば、企業で働くために一歩を踏み出してみました。しかし一生懸命取り組んでも、最初から失敗ばかりが積み重なっていく。そうすると「やっぱり自分にはできない」と消極的になってしまいませんか？それらの現実にはショックなことですし、自分の思っていた働く姿とのギャップから、落胆してしまうかもしれません。だんだんと、こうなりたい姿に向かって進んでいく意欲もなくなってしまいます。

#### そこで！

まずは、できるだけ成功体験を積み重ね、自信や喜びを実感してみましょう。

- できるだけ得意なものや興味を持っていることから始めてみましょう。
- 失敗体験をするより先に、小さなことでも確実に取り組むことで成功体験を感じられるようにしましょう。たとえば、職場体験や就労の実習をしたときに、今日できたことを書き出して振り返ってみることも良いかもしれませんね。
- 他の誰かから評価してもらうことも、自分には見つけにくい成功体験に気づくきっかけとなるでしょう。

#### そうすると…

このようにしてできた小さな成功体験の積み重ねが、自信と成長につながっていくのです。就職した後にも、仕事の中で失敗をしたときに、自分のできることを再確認して、前向きに動いていく力となっていきましょう。

↓川崎市ホームページ「キラパタ（パターン・ランゲージ）」より  
<https://www.city.kawasaki.jp/350/page/0000068524.html>

