

キャリアコンサルティング技能検定1級 学科・論述・面接試験 体験記

平成 31年 3月 30日

1級受検番号 NO. 03F3120388 氏名: K.F (神奈川県 在住)

■1級技能士を目指したきっかけ
自分の面談がこれで良いのかと日々模索していた中、スーパービジョンを受ける機会があり、そこで出会ったスーパーバイザーが素晴らしく、「自分もこんな指導者なれたら・・・」というロールモデルがいたこと。また、2級取得後3年が経ち、自分の領域を広げてみたいという思いが強くなりました。
■当初の勉強法
2回目受検での合格でした。初回は学科合格を目指し、学科勉強に集中しました。実技は準備不足のまま受験し、不合格でした。2回目は試験の構造を知ることが必要だと痛感し、1級技能士の会の書籍や論述添削、ロープレ講座で1級試験で求められていることを体系的に学びました。
■合格のきっかけ
講座（ロープレ三昧）に参加したことで、評価区分で求められていることがしっかりと理解できたこと、30分間のロープレの流れや口頭試験でのポイントが学べたことです。また、普段の相談業務においても、常に4つの評価区分を意識しながら、振り返りを行いました。
■学科試験の勉強
問題を解くことから始めました。「キャリアの赤本」と過去問を解いてみて、間違えた箇所や選択肢で分からなかった用語は「キャリアの青本」やインターネットで徹底的に調べました。過去問や問題集は100%正答できるまで何度も繰り返しました。総仕上げに「学科在宅模試」を受け、そこで90点以上取れたことで、本試験はある程度自信をもって挑めたと思います。
■論述試験対策
「合格バイブル本」の解答例は非常に参考になりました。論述は「型」が重要なため、本書の解答例で「パターン」をインプット。論述添削合格指導個別レッスンを受け、添削してもらったことで、自分がどのレベルにいるのか把握することができました。論述は「手書き」に慣れることが必要なため、時間内に解答ができるよう「紙」と「ペン」で繰り返し練習しました。
■面接試験対策
「合格バイブル本」のDVDを繰り返し視聴したことで、ロープレの流れや組み立てを理解することができました。実際にケースを使ったロープレの練習をしたのは、1級技能士の会の「ロープレ三昧」「本番さながらシミュレーション面接試験」の2日間だけです。たった二日間の受講でしたが、講座の内容がとても濃く、他の参加者のロープレやフィードバックもとても参考になりました。自分のロープレが思うようにできず、落ち込みましたが、先生に「“一般化”と“目標設定”は出来ているのだから、あと一步。試験まであと1週間、準備期間はあるのだから諦めないこと。」とっていただいたことが、励みになりました。
■受検される方へメッセージ
1級試験は年々合格率が下がっていますが、最後まで諦めないことが重要だと思います。試験では、目の前の事例相談者をリスペクトする気持ちを忘れず、同じキャリアコンサルタントとして、どうしたら今後より良い支援ができるのかを一緒に考えてみるのが大切だと思います。試験対策を通して実力をつけ、日々の面談に役立つこともできると思います。皆様の合格をお祈りしています！