

キャリアコンサルティング技能検定1級 面接試験 合格 体験記

2021年 4月5日

1級受検番号 No 03F3520288

氏名 KE (東京都 在住)

■1級技能士を目指したきっかけ
2級に合格できたことで得られた自信を、トップの資格を取得してさらに高めたかったですし、技能を向上させてより良い支援をしていきたいと思ったから、また活動の場を広げていきたいと考えたからです。
■当初の勉強法
合格率の低さからも、我流では太刀打ちできない検定だということはわかっていましたし、2級合格も「1級キャリアコンサルティング技能士の会」の講座を受講したことでやっとつかみ取れたので、迷わず&引き続き、技能士の会の講座を受講する選択しか考えられず、1級キャリア塾（通学）を受講しました。
■合格のきっかけ
キャリア塾で受けた指導と、フィードバックを自分の面談スタイルになじませていくのに苦戦しましたが、型を身につけたうえでの工夫が活き、実技試験の時に今まででの練習RPの中でもできなかったことが実行できました。以下の点が、今回合格を引き寄せたポイントだと思います。 <ul style="list-style-type: none">・システマティック・アプローチの基本の流れを、2級受検の時から身につけることができ、意識せずに面接の構造と流れを実行・再現することができた。・事例相談者のやってきたこと、やれていることを承認、尊重して進めていくことができ、関係構築がしっかりできたため、事例相談者に気づきを促すことができ、自己開示の言葉を引き出した。・1級のRPに必要なレッスンの仕方についても、色々なパターンや対応方法を学ぶことができていたので、スムーズに実行にうつせた。・キャリア塾でのRP毎の先生方、OBOGの方々からの篤いフィードバックが受けられた
■論述試験対策
1級キャリアコンサルティング技能検定 1級実技試験（論述・面接）合格バイブルZで、高得点答案を中心に学びました。過去問を時間内に書き上げる練習を重ねて、合格バイブルZの高得点答案と比較しながら精度をあげていけるようにしました。
■面接試験対策
キャリア塾でのRP、単発のRP 対策講座を受講し（本番さながらシミュレーション1級面接試験対策個別レッスン等）、オブザーバー役の際のフィードバックの仕方も非常に大切な練習の機会だととらえて、どう相手に伝えていくかを考えながらフィードバックをするようにしました。また、自分がSV役の時のRPでは、課題を明確にして臨み、終了後ノートにできた点できなかった点まとめて振り返りをしました。受検仲間とのRP練習もオンラインで行いました。他の方のフレーズや姿勢でよいと思ったものは、どんどん真似をして、自分なりのスタイルを作っていけるように工夫しました。
■受検される方へメッセージ
キャリア塾の初日から最終日まで、他の塾生の方々と比べて自分の実力なさを感じるが多かったのは、事実としてありますが、それをダメな点として×をつけるのではなく、課題としてとらえ、克服するにはどうしていくか？と考え、トライすることを重ねていけたのが、自分の中では大きく変わったところであり、大切なポイントだったと思っています。そのスタンスは、RPで目の前に座っている相談者への姿勢と眼差しにもつながっているように感じています。承認、受容、共感について、1級受検を通して改めて深く学ぶこともできました。 受検することによって得られることは沢山あり、日々の仕事や生活に生きてくることも沢山ありますので、是非、学びを深め挑戦し合格を掴んでいただきたいと思います。