

2022年 4月 3日

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

1級受検番号 NO 04F3620054 氏名 M・H (愛知県 在住)

■1級技能士を目指したきっかけ
職場での必要性を感じ、キャリアコンサルタント資格からスタート、同僚のロープレ相手として勉強・取得した2級技能士で満足していましたが、上部機関の研修講師(1級技能士)の補助者を務めたこと、講師から資格取得を目指すことを勧められたことにより、自分もさらに自分自身を磨き、職場・社会への貢献につなげたいと思ったからです。
■当初の勉強法
2級技能士受検の時は学科免除があり、独学でも論述・面接はさほど苦勞せず合格した感がありました。一方、1級技能士に求められる能力・スキル・事例指導の進め方等ほぼ知らず、面接が二重構造になっているところからの学習なので、とても独学では無理だと思い、受検を始めた2016年から対策講座に出席しました。初年度は全不合格。翌年は学科合格したものの実技(面接)が不合格、残り2回の一部免除のチャンスも活かせなかったため、2020年からはスポット的な対策講座だけではなく、もっとしっかり学びなおすことが必要と感じ、1級合格キャリア塾(通学)を受講しました。
■合格のきっかけ
今年は特に、自分自身を変容させなければとの思いから、これまで意識の薄かった「守破離」の「破」と「離」の実践を強く意識しました。 <ul style="list-style-type: none">・事例相談者がどういう思いで何のために相談者への支援を行ったのか傾聴し承認。・事例相談者の発した言葉、特に問題点の自白につながる言葉を聞き漏らさないこと。・事例相談者に根拠をもって示し共有できた問題点から目標につなぐこと、方策としてのレッスンは理論や技法の知識の披露の場のみにならないこと(事例相談者を置き去りにしない)。・受容的な話し方・表情の意識を常に持ち、感情を表す語彙を増やすこと(話し方講座の受講)。・本番さながらシミュレーションではケースごとの事例のテーマにも着目することを講師の方から助言され、本番に生かすことができた。
■学科試験の勉強
今回は一部免除でしたが、昨年合格の時は何度も過去問を解き、問題の傾向を分析、また赤本・青本も活用しました。
■論述試験対策
まず制限時間内に過去の論述問題を書く練習を繰り返し行いました。どの問題にも共通する書くべき要素を抑えておくことは当然ですが、事例に即した書き方も必要であると思います。
■面接試験対策
RPを重ねながら、フィードバックをいただき、振り返り(逐語記録や録音聞き直し)で面接の構造をしっかりと理解し、システムチックアプローチで面談を進めるイメージを自分の中に定着させていけたと思います。 1級合格キャリア塾、単発の対策講座でのRPの他、オンラインの自主練習グループでのRPを通じて自分の面談を振り返るとともに、オブザーバーとしてフィードバックする際には自分で

あればどう対応するのか考えて伝えることを意識しました。講師の方の助言や、他の方の面談でよいフレーズだと思ったものはノートに書き留め、次の機会で使えるものは取り入れてみました。

■受検される方へメッセージ

初めての受検から6回目でようやくの合格です。面接がうまくいかず、他の方と比べてセンスがないのでは？と自問自答しながら殻が破れなかったここ数年でした。何のために1級を目指すのかという初心に帰った時に、自分のためだけではなく、本来「よりよい支援のために」指導を受けに来る事例相談者のためだったと気づき、取り組む姿勢を変える決意を強くしました。その気持ちか試験官にも伝わったのではないかと感じています。

本当に難関で、年1回の機会しかない試験なので大変ですが、モチベーションと体調維持を心掛けていただき、「自分らしい指導」を掴んで臨んでいただければと思います。