

2026年3月28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 合格体験記

1級受検番号 NO 03F1520137 氏名 T.S. (東京都 在住)

■1級技能士を目指したきっかけ
箔をつけたかったから。不純な動機かもしれませんが、目指すからには一番上を目指したい気持ちで最後までモチベーションになったと思います。また、自分自身のキャリアを考えたときに、他の人にはない強みを身につけることが、差別化要因になるだろう、とも考えていました。(今、振り返ると漠然としたキャリア不安みたいなものも抱えていたと思います)
■当初の勉強法
キャリアコンサルタント養成講座で使用していたテキストをベースに独学で勉強していました。初めての1級受検で論述・面接に不合格となり、独学の限界を感じ、1級キャリアコンサルティング技能士の会の「1級合格キャリア塾(全11回)」に通うことにしました。
■合格のきっかけ
「1級合格キャリア塾」で学んだことやロールプレイを行ったこと、またそのときの仲間とともに研鑽したことが大きいと思います。私は計5回受検しており、1年目は独学、2年目は「1級合格キャリア塾」、3年目は「何度も受検しても合格に至らない人のための特訓個別レッスン」をメインに対策をしてきました。おかげさまで、3年目を受検を終えたときに、これはいけそう、という感覚がありました。(先生方の仰る守破離の“破”ができそうな感じ) 以降は、普段の仕事の中で、傾聴を心掛けたり、気づきを促す質問をしてみたり、ときには、基本的な態度を指摘したりすることで、アウトプットを意識していました。(あまりうまくできず、ストレスに感じることも多かったですが…)
■論述試験対策
1級技能士の会だけです。具体的には「1級合格キャリア塾の論述対策」、オプションの「1級論述対策10点アップ講座」、「1級論述添削在宅個別レッスン」の3つです。対面の講座を受講したことで理解はしたつもりでしたが、実際問題を解こうとすると筆が止まったり、在宅個別レッスンも真っ赤に添削されて返ってきたり、アウトプットに苦労しました。ただ、解答を参考にしながら、何度も書き直すことによって、自分なりの形ができていったと思います。 試験10日前からは集中期間と決めて、毎日過去問を解くようにして頭と手に覚えこませていました。60点ギリギリのこともありましたが、合格ラインは超えていたので、それ以上の対策はやりませんでした。
■面接試験対策
1級技能士の会、特に「1級合格キャリア塾」と「何度も受検しても合格に至らない人のための特訓個別レッスン」がメインです。他にも2~3個、1級対策の講座を受講して、指導していただきました。また、キャリア塾の仲間とグループLINEを作って、自主勉強会も実施しました。 「1級合格キャリア塾」で初めてロールプレイをしたときは、何をやったよいか分からず、苦しい時間を過ごすことになった(途中でギブアップ…)のですが、これらの対策を通じて、自分なりの型を身につけることができたと思います。(守破離の“守”) 私の場合、それでもなかなか合格には至らなかったのですが、今振り返ると、私の型に押し入れようとし過ぎていたり、OOをやらなきゃと意識してしまったりして、目の前のクライアントさんに集中できていなかったように思います。一旦、試験対策の受講をやめて、キャリア塾で学んだことを普段の仕事に活かすように取り組んでみました。私は、企業領域で、キャリア相談を受ける立場

ではあったのですが、あまり面談の機会がなかったり、他のキャリアコンサルタントを指導する場面もなかったりしたので、グループ会議や 1on1 ミーティングの際に、キャリアコンサルティングやスーパービジョンの考え方を活かすようにしていました。(守破離の“破”と“離”を模索していた)

加えて、試験本番で心の拠り所になったのは、論述試験対策だったと感じています。キャリア塾の中で先生が「論述試験は実技試験」と仰っていたのですが、まさにそのとおりだったと思います。色々バラバラだったものが統合されて、面接試験の場で発揮された、と感じています。

■受検される方へメッセージ

まず「1 級技能士を目指そう」と思った今の気持ちを大切にしてくださいと思います。受ける前から諦めたり、受けようとすらしらない方も多い中で、一歩踏み出そうとした勇気を称えたいと思います。一方、私は、苦しい思いも悔しい経験もしてきたので、大変な世界によろこそ、という気持ちもあります。

また、キャリア塾を通じて、素敵な仲間に出会えたと感じています。最近は越境学習に取り組む企業も出てきていますが、異なる立場の人たちが、同じ目標に向かって、自主的に集まってきて、努力するという機会はあまりないように思います。ぜひ、このような機会を有意義に活用していただきたいと思います。

最後に、私自身も研鑽を続けていきたいと思いますので、もし何かの機会にご一緒することができたら、そのときはよろしく願いいたします。