

第5回 1級キャリア・コンサルティング技能検定学科・実技試験合格体験記

平成28年3月26日

氏名 K. Y.

1 1級を目指したきっかけ

2級取得後3年経ち、スキルアップするために新しい目標を持ちたいと考えていたとき「1級キャリア・コンサルティング技能士の会」の講座を知りました。

2 どんな準備をいつ頃に行ったか

「1級キャリア・コンサルティング技能士の会」が開催する平成27年度「キャリア塾」(全8回)を受講しました。11月講座終了まで無理のないペースで試験準備ができたと思います。

3 苦労したこと工夫したこと

- ・学科試験準備は、論述・面接対策より早めに終わらせて気持ちに余裕を持ちました。
- ・論述は苦手でしたが、「キャリア塾」へ参加し論述と面接の対策を切り離さずに考える大切さを学びました。「論述の理解」(インプット)が、「面接での実践」(アウトプット)に直結します。論述の理解が深まったあと、面接のコツが身に付いたことを体感できました。
- ・仲間とロールプレイする際、口頭試問で簡潔に応答することを意識し、時間を測りました。

4 学科 (合格)

主に「キャリアの赤本」(問題集)と「キャリアの青本」(テキスト)を使い、試験の半年前から準備しました。5月「キャリアの赤本」(問題集)を終え、9~10月は第3~4回過去問に取り組みました。

11月は「1級キャリア・コンサルティング技能士の会」作成の模擬問題(予想問題)へ取り組み→再度「キャリアの赤本」(問題集)と「キャリアの青本」(テキスト)で復習しました。ほか、通勤電車で「新版キャリアの心理学」(渡辺三枝子著)を読みました。

5 論述 (到達)

論述で求められることは、キャリア・コンサルティングの進め方の体系的理解だと思います。

- ・「キャリアの青本」で「相談実施技法」と「相談実施の包括的な推進と効果的な実施能力」のページを読み込みました。

- ・「キャリア塾」前半では記述する際の文章表現を学びましたが、これが非常に役立ちました。そして「キャリア塾」後半で模擬問題へ取り組み、メンバーと解答例をシェアすることで記述方法のバリエーションが増えたと思います。
- ・「必須問題」と「選択問題」各々で求められる解答の違いを確認→過去問を使い解答用紙に手書きで記述する練習を繰り返し行いました。

6 面接（到達）

「キャリア塾」では、毎回午後にロールプレイを行いました。可能な限り、早い時期から定期的にロールプレイの機会をつくったことが良かったと思います。また、ロールプレイ前は「技能検定実技（面接）試験の評価区分」に目を通し、面接の進め方を頭の中で整理しました。

- ・ 4月～11月はキャリア塾で毎月ロールプレイ
- ・ 11月～1月は受験仲間とロールプレイ4回
- ・ 1月「1級キャリア・コンサルティング技能士の会」の直前面接対策講座へ1回参加
- ・ 面接試験前日はイメージトレーニングのみ

7 これから受検する人へのアドバイス

- ・ 面接対策が最も大変だと思います。ロールプレイでは、初めは面接を上手にまとめるより、どんな質問をすると相手の反応が良いか悪いかを体感し、語彙力を増やすために色々試す練習をお勧めします。
- ・ 私の場合、事例相談者の「出来ていないことを指摘し指導する」より、「良いところへ目を向け、何をプラスするとさらに良くなるか」という視点を持つよう心がけました。自分らしいスタイルを見つけるとロールプレイが楽しくなると思います。

以上