

# **キャリアコンサルティング技能検定2級 学科・実技（面接）試験 体験記**

平成28年9月10日

氏名 K. N. (藤沢市在住)

## **1 試験に向けた準備の状況**

- ・学科試験と実技試験を同時並行で勉強をやりきる自信がなかったので、学科→実技の順番で受検回を分けてチャレンジした。

### **【結果】**

- ・学科：第15回を受検し合格。  
⇒12月の試験に向けた準備は9月から開始。
- ・実技：第16回を受検し合格。  
⇒論述試験（6月19日）および面接試験（7月9日）に向けた準備は、いずれも1級キャリアコンサルティング技能士の会で実施していた対策講座（6月5日、6月26日、7月3日の全3回を受講）から開始。

### **どのような内容を、どの程度行ったか**

- ・学科：12月の試験に向けて9月から主に週末を使って勉強を開始。9月と10月は「キャリアの青本Ⅱ」と「青本Ⅱプラス」の2冊をひたすら勉強し、11月からは「キャリアの赤本」の問題を解き、間違った設問について「青本Ⅱ」で再確認をするということを繰り返し行った。
- ・実技（論述）：6月5日の論述対策講座で学んだ考え方や解答ポイントや時間配分などについて、6月19日の試験日までの2週間、過去問題を解きながら反復勉強した。
- ・実技（面接）：全3回の対策講座を受講して面接の「コツ」を掴み、受講後は頭の中で面接シュミレーションを繰り返した。

### **準備に対する振り返り**

- ・1級キャリアコンサルティング技能士の会の青本、赤本、実技対策講座（全3回）だけで勉強し、結果として、それぞれ1回の受検で合格できたのでとても効率が良かった。
- ・「論述対策での勉強と面接対策の勉強は同じもの」という木村先生のアドバイスは全くその通りであり、大変参考になった。まず、論述対策でカウンセリングの仕組みを頭でしっかり理解し、それを実技面接で実践するという流れが非常に重要なのだと感じた。

### **これから受検する人へのアドバイス**

- ・学科、実技ともに試験の情報が少なく、当初はあれもこれもと欲張り、様々な情報を取り込みたくなりましたが、消化不良になると考え、1級キャリアコンサルティング技能士の会のテキスト、実技対策講座だけに情報を絞ったことが合格に繋がったと思っています。特に面接については、さまざまな視点での個人的な勉強会などもありましたが、1級キャリアコンサルティング技能士の会で教わったことだけを反復訓練することに集中したの

が良かったと感じています。

## 2 試験当日の状況（試験場での様子を思い出しながら、記述または選択して○をつけてください）

・実技試験日：7月9日（日）

### 試験希望日をこの日に設定した理由は何ですか。

・実技対策講座の最終日が7月3日（日）だったので、ロールプレイで指摘された改善点を忘れないうちに早く受検したかったから。

試験官の性別：男性1人、女性1人 事例番号：2の田村さんです。
---------------------------------

## 3 試験の状況（ロールプレイの流れや特徴点について記述してください。その他、試験中に意識したこと、注意したこと、事例相談者の対応など、気づいたことを自由に）

① 導入部	<ul style="list-style-type: none"><li>・時計を自分の見える位置に直した。</li><li>・とにかく最初の10分はラポール形成に努めるという事を強く意識した。</li></ul>
② 基本的態度	<ul style="list-style-type: none"><li>・共感、受容、繰り返しを意識しクライアントとやりとりしたが、クライアントの口数が少なかったことや、こちらの緊張の為、ちぐはぐな受け答えになる場面もあり、クライアントがイライラしていると感じる場面もあった。</li><li>・よって、ラポール形成が十分に出来たとは感じられなかった。</li></ul>
③ 関係構築	<ul style="list-style-type: none"><li>・なるべくクライアントの名前を呼ぶようにした。</li><li>・資格取得などの労をねぎらい、気持ちを受け止めた。</li><li>・ただ、クライアントの問題点を明確化したいというこちらの気持ちが強く、質問責めをしてしまった印象があった。</li></ul>
④ 問題把握	<ul style="list-style-type: none"><li>・10分があつという間に経過したので、やや強引に要約に入った。</li><li>・ここまであまりうまく進んでいないという焦りから、前半で確認したクライアント視点の問題点とは違う点について「～という気持ちなのですね？」と投げかけてしまい、クライアントから「だからさっき言ったようにそうじゃなくて、～なんだよ」と訂正されたが、結果として、クライアントが気持ちを明確化してくれたので、そのままその言葉を「～という気持ちなのですね」と投げ返し、クライアントから「はい、そうです」と同意を得ることが出来た。</li></ul>
⑤ 具体的展開	<ul style="list-style-type: none"><li>・クライアントと問題点を共有できたので、「キャリアコンサルタントとして気づいたことがあるのですがお伝えしていいですか？」と問いかけ、「いいですよ」と同意を得て、具体的な目標設定の提案に入った。</li><li>・「～という点について一緒に考えてみませんか？」との提案にすぐには同意して貰えず、「それはどういった意味があるのか？」といったやり取りがあり、明確な同意を得る前に時間切れで終了。</li></ul>

<p>⑥ 口頭試問の内容と回答</p>	<p><b>【良かった点と改善点は？】</b>  ⇒クライアントとある程度話が出来て、問題点の共有、目標設定の提案までは出来たが、クライアントの表情は硬く十分なラポールが取れなかった。  ⇒資格取得の話題ところで表情が明るくなった場面があったので、そこでもっと深掘りしてラポール形成を進められればよかった。</p> <p><b>【関係構築についてはどうでしたか？】</b>  ⇒十分なラポールが取れなかった点が一番の課題。もう少し感情に寄り添えればよかった。</p> <p><b>【CL視点の問題点とCC視点の問題点は？】</b>  ⇒CLはこんなに現場に精通しているのに昇進できないのはどうしてだろうと思っている。  ⇒CC視点としては、昇進できないのは会社のせいだと持っているところにクライアントのイラショナルビリーフがあるので、自分のできることとできないことを棚卸しして、係長への昇格基準などの情報不足も補い、自己理解を深めることがよいと思った。</p> <p><b>【今後実行しようとしたことは？】</b>  ⇒会社の昇格要件に関する揭示文書などを調べて昇格に対する情報不足を補う他、自分の出来ること出来ないことを明らかにして、自分で決めつけてしまっている部分を具体的な方策を示しながら、一緒に考え、ほぐしていければよいと思った。</p>
<p><b>これから受検する人へのアドバイス</b>  クライアントの反応が今一つであっても、途中でのやりとりがチグハグになっても、焦らず、動揺せずとにかくカウンセリングの形を最後までつくるのが肝心だと思います。  その為には、1級キャリアコンサルティング技能士の会で教わった、一連のカウンセリングの流れを論理的に頭できちんと理解し、それをロールプレイで体に染み込ませ、<b>緊張した場面でも冷静にカウンセリングのステップを進められる準備</b>と絶対に目標設定までやりきるという強い意志を持って臨む事が重要だと思います。</p>	

## 1級キャリアコンサルティング技能士の会分析チームからの「ひとこと」

### ■合格のポイント

- ・学科試験は、試験に出る情報に絞って、「青本Ⅱ」でのインプットと「赤本」でのアウトプット（赤本）を繰り返したことが合格へ直結しました。
- ・論述試験は、当会の講座受講で、実技試験としての論述試験の意味を正確に理解し、解答する際の指針を体得され、本試験でその力を発揮されたことです。
- ・面接試験は、途中であきらめずに、相談者に問いかけをして同意を得ながら、ステップを進めていったことと自分が実施したロープレを客観的かつ適切に評価できていた点です。