

KSCA 会報

Vol.18 2019.1.15

目次

PAGE 1 - 3

(1) 公認心理師を受験して

PAGE 3

(2) KSCA連絡先

(1) 公認心理師を受験して

1) 公認心理師受験体験談

齋藤 梓

まずは、今年公認心理師試験を受験された皆様、大変お疲れ様でございました。個人的な所感としましては、様々な情報と書類に振り回された一年だった、と感じております。大学に勤務しているため、カリキュラム変更や読み替え科目書類の作成などに追われ、情報を追いかけるだけで精一杯な時間でした。

今回の受験で、私にとって印象深かったことは、現任者講習会です。私は、中国地方で現任者講習会を受講しました。現任者講習会については、開催された時期や会場によって様々なお話を耳にします。しかし幸いなことに、会場を準備された先生方のご尽力により、私が受講した会はとても過ごしやすい環境でしたので、安心して多くのことを学ばせていただくことができました。

ビデオによってテキストの内容が読み上げられるだけ、という形式は少し退屈にも思いましたが、自分があまり関わって来なかった分野について学ぶことは楽しく、ライブで講義をしてくださった先生方のお話は臨床に根差していて興味深かったです。グループディスカッションの時間は、私のグループは皆さま真摯に臨床に取り組んでこられた方ばかりだったこともあり、いろいろな分野の方の視点をうかがうことができました。振り返ると、様々なケースのディスカッションをし、臨床のことだけを考えて過ごす4日

間は、日常の業務から離れた贅沢な時間だったようにも思います。

私はここ10年以上のあいだ、被害者支援に携わっています。今回、司法・犯罪分野で被害者支援が取り上げられたことはとても画期的だと感じましたが、ブループリントを見て、本来の被害者支援が理解されていないようにも感じ、ショックを受けました。現任者講習会でも、司法・犯罪分野で被害者支援について触れられることは少なく、事例においても、被害者が取り残されているような印象を受けました。しかし、被害者支援に携わる方々からは同様の感想を聞きましたし、現任者講習会の会場で、長年被害者支援に携わっている一人の先生が、被害者支援の視点の不足をご指摘くださいました。また、本番の公認心理師試験では、被害者支援に関する事例、ご遺族に関する事例なども含まれていました。被害者支援は、その制度も支援の在り方も、まだまだ十分に知られているとは言えませんが、関わっている先生方の熱意は高く、10年前と比べると、理解は大きく広がっていると感じています。

今回の公認心理師試験を巡る一連の講習や勉強、試験は、自分自身の臨床を振り返り、新しく他の領域を学びなおすと共に、自分の関わる領域についても、これまでやこれからの在り方を考える機会となりました。公認心理師の資格が、より実践的で、良いものとなっていくように、自分にできることを少しでも行っていきたいと思います。

2) 公認心理師受験体験記

稲垣 智則

今年度受験をされた皆様、誠にお疲れ様でございました。私の体験記を記させていただきます。

私の現在の仕事には公認心理師資格は直接関係がないのですが、いろいろ計算すると「試験を受けることが可能」であることがわかりましたので、関係書類を集めました。

その中で、ある自治体におけるSC勤務を証明してもらうためには、委任状が必要であることがわかりました。私がその自治体でSCとして働いていたのは2003年4月から2011年3月までです。しかし、その自治体では記録を「5年間しか保管していない」ということで、私は勤務実績を証明してもらうことができませんでした。ただし、各自が委任状を保管していれば、それを元に証明することができるそうです。私は委任状を破棄してしまっていたので、「こういう場合に必要になるのか」と猛省致しました。その他の勤務先で証明書を集めることができましたので受験できましたが、これから受験をしようとなさっている方はお気をつけ頂きたいと思います。

現任者講習は、基本的には教科書に沿って講義されているようでした。多くの方は教科書に線を引いたり書き込んだりしていましたが、私はその方法で受講すると眠くなってしまうため、話される内容やスライドで提示される内容を書ける限りノートに書いていく方式を採りました。5日間でCAMPUSのB5サイズ5ミリ方眼ノート（40枚）が3冊消費されました。目で見ただけではなく、実際に手を動かして書くだけでも脳裏に焼き付いているものもあるだろうとは思われます（手続き記憶）。5日間も拘束されますので、その場で勉強を済ませてしまうぐらいの気持ちの方が良いだろうと思ったのです。

十数年にわたってボールペンや万年筆ばかりを使用し、「鉛筆」を使うことがなくなっておりましたが、なにせ試験当日は鉛筆を使います。そのため、ノートへの筆記にも鉛筆を使用し、手を慣れさせました（符号化特異性）。速記に際してはHi-uniのHBも良かったのですが、MONO100のHBはかなり向いている印象でした。鉛筆を削るときには、カール事

務器の「手動鉛筆削り器」を使用しました。芯部分が長く出るように削れるので持ちが良く、芯の密度の高いHi-uniやMONO100との相性も良いようです。ただ、試験当日は安全を期してuniのマークシート用HBの鉛筆を使用しました。

試験対策としては、直前2週間前から『心理学検定 一問一答問題集A領域編』『心理学検定 一問一答問題集B領域編』の2冊を3回通して読み、妻も受験しましたので、問題を出し合ったりしておりました。最終的には72%の得点率でしたので、直前2週間のみの勉強のわりには、悪くはないように思われました（でも、妻には1%負けました）。

3) 試験対策ランキング

林 幹夫

12月16日（日）に追加試験を受けられた方は、1月31日（木）が合格発表ですが、ひとまず第1回公認心理師試験が終わりましたね。次回受験される方のために、少しでも参考になればと思い、超個人的な「試験対策に役立ったことランキング」をお伝えします。

第5位：『公認心理師試験 これ1冊で！最後の肢別ドリル』（辰巳法律研究所）の無料読者プレゼントを読んだ

ブループリントと現任者講習会テキストを活用するための小冊子です。いきなり申し訳ありませんが、応募・ダウンロード可能期間は、本試験次の日の9月10日まででした。ここで私が言いたいことは、「多くの方と情報交換し、積極的に書籍を購入しましょう」ということです。私はこの書籍は、仕事仲間の方に教えていただきました。そして無料読者プレゼントを知り、手に入れました。次回の試験までに、おそらくまた様々な書籍が発行されると思います。アンテナを高くされることをお勧めします。

第4位：心理学検定を3年連続受検した

グループスーパービジョンでお世話になっている先生から「今度、公認心理師という資格ができる。取得するためには全員、学科試験を受験する必要がある

り、その問題は心理学検定の問題が参考になる」というお話を伺ったのが、およそ3年前。それから毎年心理学検定を受検しました。心理学検定は①原理・研究法・歴史、②学習・認知・知覚、③発達・教育、④社会・感情・性格、⑤臨床・障害、⑥神経・生理、⑦統計・測定・評価、⑧産業・組織、⑨健康・福祉、⑩犯罪・非行の10科目領域から成っており、公認心理師試験の法律問題以外は、ほぼ網羅されています。一度に受検できるのは8科目までなので、私は前年受けなかった科目や偏差値の低かった科目を中心に受けました。心理学全般を学習し直すモチベーションの維持や、力試し、公認心理師試験の模試代わり（毎年8月なので）としてもお勧めです。

第3位：『公認心理師必携テキスト』（学研）を毎日持ち歩き、少しずつ読んだ

重い、重すぎる。試験が終わった今では、絶対に持ち歩きたくありません。逆に試験前の暑い日、なんで持ち歩けたんだろう？ともあれ「基礎的な知識を少しでも身につけねば」という思いから、空き時間に少しずつ読んでいました。試験前日までに一通り読み終えましたが、目には見えない底力になったかもしれません。

第2位：『公認心理師試験 これ1冊で！最後の肢別ドリル』（前述）と『公認心理師基礎用語集 よくわかる国試対策キーワード117』（遠見書房）を繰り返し読んで、最後の追い込みをかけた

試験前1週間は、ひたすらこの2冊を読んでいました。学会にも試験会場にも持って行きました。試験直前は、なるべくシンプルで、問題形式に近いものを読むと良いのかもしれませんが。

第1位：京都コムニタスの模試を2回受け、解答や解説を見直した

「模試の問題が本試験で出なかった」なんて言う人もいますが、模試の問題がそのまま出るとは稀だと思います。そこまで期待せず、出題範囲や傾向、試験の雰囲気がつかめれば充分なのではないでしょうか。私は役に立ったので、模試を受けて良かったです。ちなみに模試の情報は、現任者講習会の帰り道、ビラをもらって知りました。

以上ですが、これはあくまでも超個人的なランキングです。次回受験される方が試行錯誤される中で、少しでも参考にいただければ幸いです。試験が終わったからといって浮かれてばかりもいられず、色々考える問題がありそうですが、それはまたいずれかの機会にお付き合いください。ありがとうございました。

（4）KSCA連絡先

メール：office_KSCA@yahoo.co.jp

ホームページ：<http://www.ksca.info/>

（google検索：「神奈川県スクールカウンセラー協会」）