作新学院大学臨床心理センター研究紀要
2019　12 号　p.33 – p.34

臨床心理士の資格を取得して――11 期生（平成 29 年度修了生）

小野　薫

１．はじめに

私は、現在、下野市立石橋中学校がベース校でスクールカウンセラーとして勤務しています。(公財) 日本臨床心理士資格認定協会によると､私が受験した平成 30 年度の臨床心理士資格試験の合格者は 1408 人、合格率は 63.6%でした。本稿では、筆者の資格試験に向けた準備から合格までの体験を記しました。今後、受験される方にとって参考になれば幸いです。

２．一次試験に向けての取り組み

（1)M２の 11 月から修了まで(情報収集期)

ネットで試験スケジュールを調べ、学習計画を立てました。試験日の詳細は３月下旬に発表されました。会場に到着しなければ当然合格できません。不測の事態に備え徒歩圏内に前泊することとして宿泊予約を入れました。次に｢臨床心理士資格試験問題集１～４｣と｢新・臨床心理士になるためにH29｣(誠信書房)後に 30 年版も購入し試験の傾向と対策を練りました。試験問題は 100 問中 40 問が公表されます。未公表分が気になり先輩にお話を伺ったり、ネット掲示板で探りました。難しい問題も出題されるとのことでした。また、学内で開催された試験対策講座でも情報を得ました。

（２）１次試験に向けての取り組み

①学内試験対策講座の活用、②予備校各社の模擬試験の活用、③過去問題集演習、④心理学検定の受検で学習を進めました。

① 対策講座では 11 月以降、月に１回のペースで約１年間の学習の機会を得ました。事前に過去問の年度が指定され予習、時間内で過去問を解き、答え合わせ、シェアする流れでした。西谷先生からは過去問は８割を目標に８割をとるために全問正解するつもりで予習して講座に臨むようにとのアドバイスを頂きました。当初は初見で参加、しかし、目標の無い学習では４割～５割弱、４月からは姿勢を切り替えて本格的に学習を開始しました。徹底的に準備したつもりでも全問正解はできず９割程度でした。②公認心理師と臨床心理士の模擬試験（会場・自宅）を６回受験しました。期間をおいて３回、解き直して、出来ない問題をつぶしました。模試では時間配分の感覚がつかめたと思います。③過去問題集は、平成３年から 29 年度までを基礎、人物、統計、検査、心理療法、教育、福祉などの領域に分類して解き、論点ノートの作成。各分類を苦手から得意まで順位付けし、一番苦手と一番得意で組み合わせて、一番苦手得意の組み合わせから学習を開始しました。苦手なものに取り組むと同時に得意なものも取り組むことにより、モチベーションを維持することができました。優先順位をつけて学習することにより、学習の停滞を防ぐばかりでなく後半に行くほど調子が上がる感覚も得ました。一方、模試の結果は、8 月時点まで 5 割強で合格圏外でした。しかし、直前１ヶ月半の学習の密度は上がっていったように思います。④第１回公認心理師が９月にあるためにダブル受験となりました。様々な問題に出会う意味合いで心理学検定を受検。また、厚生労働省主管の精神保健福祉士の心理科目の過去問にも目を通しました。

（３）一次試験当日

初めて目にする論点や検査なども多く、

公表問題とは異なる印象を強く感じました。見直し時間もほとんどありませんでした。速解のトレーニングが必要と感じました。また、午後の論述も同様でした。1001 字以上 1200 字以内と厳格に字数制限が設定され字数外はで二次は受験不可と明示されています。書字スピードから文章構成時間を算出する必要性を感じました。

３　二次試験に向けての取り組み

二次の２週間程前に結果が到着。「新・臨床心理士になるために」には、「求られる臨床心理士像」、「専門性・アイデンティティとは」という問いかけや専門性とは「“生きる“ということ“苦しみ“や“悩み“を、どうその人の人生に組み入れて活かしていくのかにかかわる専門的行為で、ある種の実存的なかかわりであり、基本的に数量的、観察的、二元論的、法則定立的な、いわゆるエビデンス的アプローチのみでは完結し得ない世界への開かれた眼からの専門的行為といえる」とされ、また、「口述面接試験は、面接状況での実際の面接関係を体験するような場面構成で、受験者は、面接試験の場を臨床心理面接のモデル場面とみなして、日頃から臨床実践での備えをしておくことが大切であること」「受験者、面接試験担当者双方にとって、臨床心理面接技能を実地に体験する模擬的な人間関係の場となる」と明記されています。心理士の基本的な構えや臨床を通して何を感じとっているを問われるようなものと捉えて二次までの期間は、これまでの学びや臨床を振り返える期間となりました。牧先生からもこれまで臨床体験を振り返る糸口を、面接に対する具体的かつ詳細な助言を頂きました。また、心理面を支えて頂きました。

４　二次試験

二次は、同じ大学院で同じ時間帯が指定されます。面接室は 20 室ほど、厳密な時間管理の下で同時進行されます。集合から１時間程で終了。質問内容は、経歴、現勤務と臨床との関連性、心理士のアイデンティティ、ケースで学んだこと、今後の希望などについて質問されました。質問は抽象的で、現勤務と関連については疑問の表情で追求されました。一方で今後の希望では、引き出そうとするような姿勢で問われました。動揺や葛藤を感じながら面接に臨みました。まさに「新・臨床心理士になるために」の通り心理士の基本的な姿勢や態度、専門家としての最低限備えておくべき人間関係能力が問われているのだと感じました。

４　試験を振り返って

問題の難しさから、一次試験の合格点は結構の低いのかも？合格点と受験者平均点は近い？とも思います。公表問題にあるような簡単な問題を取りこぼすと、直ぐに不合格圏に入る試験なのかもしれません。西谷先生が過去問を全問正解するくらいまでやるようにというアドバイスに沿って対策したことが良い結果をもたらしたと思います。目標を共有した仲間が集まり、臨床、学習の進捗、勉強方法等の話しができることで、仲間の存在で安心感を感じたり、勉強の励みとなりました。

５　臨床心理士試験に合格して

クリニックでの研究員を経て臨床心理士と公認心理師を取得することでで心理臨床に就くことができました。資格取得したものの知識や経験は絶対的に不足しています。職に就くことできたことはゴールではなくスタートラインに立てたにすぎません。今後は、臨床の現場でとおごることなく、自己研鑽を怠らずに継続して勉強し一つ一つのケースの出会いを大切にして臨床に向かい続けたいと思います。