

## 公務員・資格試験

駿河台大学大学院心理学研究科では、心理学の基礎的知識と技能を習得し、社会における実際的な問題に対して、心理学的な対処ができる高度職業専門家を養成しています。進路指導の一環として、公務員の専門職に就くことや公認心理師・臨床心理士の資格を取得する

ことを目指す在学生・修了生が参加して、公務員試験対策や資格試験対策の講座や勉強会が行われています。

↓ [公務員試験結果](#)

↓ [体験記](#)

### 公務員試験結果

#### ▼2021年度 犯罪心理学専攻修士課程院生 公務員試験結果

試験名	結果	人数
国家公務員総合職（人間科学）	最終合格	1名
	一次合格	1名
法務省専門職員（人間科学） 矯正心理専門職	一次合格	1名
埼玉県職員採用上級試験（心理）	最終合格	1名
	一次合格	1名
埼玉県警	最終合格	1名
	一次合格	1名

※修士課程 6名（2年生2名、1年生4名）

#### ▼2020年度 犯罪心理学専攻修士課程院生 公務員試験結果

試験名	結果	人数
国家公務員総合職（人間科学）	最終合格	1名
	一次合格	3名
法務省専門職員（人間科学） 矯正心理専門職	最終合格	2名
	一次合格	1名
法務省専門職員（人間科学） 法務教官	最終合格	1名
法務省専門職員（人間科学） 保護観察官	一次合格	1名
埼玉県職員採用上級試験（心理）	最終合格	1名
栃木県職員採用上級試験（心理）	最終合格	1名
栃木県新規採用教員選考試験	最終合格	1名

※修士課程 6名（1年2名、2年生4名）

# 体験記

↓ [Vol.1 法務省専門職員](#)

↓ [Vol.2 法務省専門職員](#)

↓ [Vol.3 法務技官](#)

↓ [Vol.4 臨床心理専門職](#)

↓ [Vol.5 臨床心理専門職](#)

## Vol.1 法務省専門職員

犯罪心理学専攻修士2年 戸田 茜 (2019年 中央大学法学部卒業)



### 公務員試験準備スタート

公務員試験を受験しようと思ったのは、大学院に入学した年の4月でした。この年の公務員試験を受験するため、勉強できる期間はわずかの3か月程で、週に2日、同じ公務員志望の同期たちと集中して勉強する以外は、自力で勉強しなければいけませんでした。私が受けたのは法務省専門職員試験で、将来は少年院または刑務所で、非行少年や犯罪者に向き合う仕事に就きたいと思っていました。ただ、心理学の知識がかなり必要になるので、大学時代に心理学の専攻ではなかった私にとって、この試験は大きな壁と思えました。

### 過去問は数をこなすことが大切

受験までわずかな期間しかなく、大学院の授業の予習・復習に割いた時間を除くと、公務員試験の勉強をする時間があまりありませんでした。そこで福祉や教育等の専門分野に勉強時間を費やすのではなく、配分が比較的重い心理学と一般教養をメインに勉強しました。過去問を解いていくと、一般教養の中でも自分の得意な分野、不得意な分野がどこかがわかってきたので、不得意な科目については市販の受験対策の教科書を読んで、大事なポイントを覚えていました。そして、覚えたポイントを適切に運用できるかを確認するために、問題を解きました。一般教養分野では、よく言われているように、問題数をこなすことが特に大事だと思いました。

### 勉強会に参加

専門分野は、法務省専門職員試験志望の学生が集まって勉強できる勉強会に参加しながら、すすめました。勉強会で先生が準備してくれた配布資料等のなかから、わからなかった単語や概念があったときには、それを理解するために勉強会が終わった後に心理学辞典やネットで検索しました。また、択一問題以外にも論述問題が出題されますが、どのテーマが出るはわからないので、基礎中の基礎である論述の書き方を繰り返し練習しました。

### エネルギーを高めてチャレンジ

これまで記述したことは一次試験についてですが、一次試験に合格したら、次は二次試験の面接があります。面接の対策として、聞かれそうな質問を事前にノートに書き、それに対する答えを事前に準備しておくのが必要だと思いました。実際に聞かれた質問のなかには、私が事前に準備していた質問と同じものがありました。幸いなことにその質問に流暢に答えることができ、面接中の緊張感を緩和させることができました。

2019年度の試験には合格したものの、採用には至りませんでした。十分エネルギーを高めて、今年もう一度受験します。時間が昨年より多いので、数的処理等の不得意な分野も今年はできる限り対策してから試験に挑もうと考えているところです。



### 法務省専門職員への想い

私は、学部生だったころは教員を目指していました。大学3年生の時に受講した「生徒指導」という講義で、非行や犯罪を減らすため尽力している法務省専門職員という職業があることを知りました。もともと、教育実習をする中で、クラスの雰囲気や勉強についていけず反抗してしまう児童や、愛着に問題を抱えていると思われる児童を見た経験などから、環境に恵まれない子どもたちを支援する仕事がしたいという想いがありました。そんな中、講義で法務省専門職員のことを知り、私のなりたい職業はこの仕事であると考え、目指すことを決意しました。

### スタートのタイミングや対策方法

公務員試験の勉強は1月中旬から始めましたが、本腰を入れたのは4月からでした。2月と3月は、大学内で受講できるキャリアカレッジの「公務員講座」を受講し、1日4時間ほど講座で勉強していました。一般教養は公務員講座を中心に対策を行い、専門科目の勉強を市販の参考書を使って並行して行いました。わからないところは講座の解説を確認するとともに、友人に尋ねるなどして、きちんと解法を理解していくことを意識しました。

私は公務員試験、教員採用試験と6つの試験を併願していたので、時間の使い分けとウェイトの振り分けが大きな課題でした。そのため、1限から6限まで毎日各科目を振り分けた時間割を作成し、大学に通っている感覚で勉強できるように工夫しました。また、試験日の直前期には、勉強したい分野を1日ずつに振り分けたメモを作り、達成したら消していくという方法に変えることでスピードアップを図りました。友達とGoogleMeetを繋ぐことで互いに進捗を見張りながらの勉強も行いました。

面接や集団討論については、苦手意識が強かったため、とにかくキャリアセンターが主催する面接、討論練習に積極的に参加し、数を重ねることを意識しました。また、それに加えて大学時代に通っていた別大学にお願いをし、教員採用試験用の面接、討論練習も行いました。面接練習の前や後には友人とリモートで面接練習を何度も行い、自分の課題を把握したうえで本番に臨みました。面接というものに慣れることを第1に対策しました。

### 受験に際して苦労したこと

1番苦労したことは、6つの試験を併願していたことです。新型コロナウイルスの影響で延期が相次ぎ、6月後半から8月前半まで毎週日曜日が試験になり、勉強の配分に苦労しました。また、試験の間に面接や集団討論も入っていたので、時間の使い分けがとても難しかったです。試験の内容は一つひとつ異なるので、自分が受験をする試験内容を早めに調べて対策を始めることをおすすめします。

また、本命であった法務省専門職員の専門試験に出題される社会、福祉の2分野は完全に未修であったため、基礎から学習しなければなりません。まずは自分に合った参考書を見つけるところから始め、全く学んでいない分野を独学で学習することが大変でした。

### 受験に際して工夫したこと

工夫したことは、試験中のコンディションを万全に整えることです。私は小さい頃からとても冷房が苦手で、冷房が効いた部屋だとお腹を壊してしまったり、寒くて集中できないことが多くあります。なので、まずは勉強の対策の前に、自分が1番良いパフォーマンスを発揮出来る服装を考えました。

たとえば、自分なりに寒くならない服装を考え、部屋の設定温度を試験で設定されるであろう最低温度に設定して1日試験日に着ていく服装で勉強をしたり、スーパーマーケットに行って強い冷房でも寒く感じないか、お腹は冷えてしまわないかななどを詳細に分析し、試験日に最善を尽くせるようにしました。また、持ち物なども気分が上がるものを持っていったり、小腹が空いて集中力が欠けないようすぐに食べれるものを持参したり、自分が最高のパフォーマンスをできるようにすることを第1に考えて準備をしました。

### 今後の目標

試験に合格し、学部生の頃から目指していた法務省専門職員、法務教官になる事ができました。4月からは、少年院で家庭や環境に恵まれない子どもたちの矯正教育に携わります。今後は非行や犯罪、愛着障害や発達障害などについての勉強をさらに重ねながら、少年たちへの理解を深めることに力を入れたいと思います。そして、1日でも早く少年の更生の力になれる職員になれるよう力を尽くしていきたいと思っています。



### 法務技官を目指したきっかけ

私は、学部生の頃に参加した施設見学で、少年非行に関する職業があることを知り、法務省の専門職員になりたいと思い、大学院に進学しました。犯罪心理学に興味があり、学部生のころに様々な施設を見学してきた中で、近所の子と変わらないように見えるのに、なぜ非行にはしてしまったのか、問題を抱えている子の支援や更生の手伝いができないかと考え、法務技官を目指しました。

### 試験勉強のかたわら面接練習に参加

公務員試験の勉強は1年の秋学期から講義でも扱っていたので、少しずつ始めていましたが、本格的に始めたのは春休み頃からでした。心理学は、自分の知らない人物や理論について本を読み、ノートにまとめました。他にも、大学院の入試で使用した用語集や、心理学検定で使用したテキストを用いて勉強しました。苦手な科目である判断推理や数的処理は、簡単なテキストを先生から教えていただき、まずはそれをできるように練習しました。すべての科目について、過去問集を購入し、同じような問題が出てきたときに対応できるように繰り返し解きました。面接については、キャリアセンターの面接練習に参加し、自己PRや大学時代のエピソードなどのアドバイスをいただきました。

### 大学は勉強する環境に最適

勉強する環境についてですが、自宅では誘惑が多く集中することができなかったので、院生室で1日勉強していました。私は「今日は〇時間勉強する」という方法では、勉強ができないので、その日興味のある科目をきりの良いところまで決めて勉強していました。興味のある科目は偏りがちですが、気分転換に苦手な問題を1問解いてみようと思えたりして、意外と全体的に勉強することができました。院生室で勉強するメリットは、誘惑されるものがなく、静かで勉強に集中できること、メディアセンターが近くにあることでした。わからないことがあるときにすぐにメディアセンターに行って本を読めるので、疑問がすぐに解決出来ると思います。

### 公務員試験期間中の心構え

公務員試験は全部で7つ受験しました。4月から6月まで、毎週のように試験がありました。受験するものにより若干試験内容が違うので、1週間前はその試験に集中した内容にしぼり、実際の試験と同じように時間を計りながら勉強をしました。私はぎりぎり、心理学に関係ありそうな試験を申し込んだこともあり、試験内容を把握するのが大変でした。なので、本命はもちろん、練習で受けるつもりでの試験についても早めに内容を把握しておく準備がしやすいと思います。

受験期間中は試験への緊張や、勉強が上手く進まないなどのストレスが溜まりやすいので、切り替えや気分転換を大事にしました。24時間勉強モードだと疲れてしまうので、「今日は院生室以外では勉強しない」「今日は自分の部屋以外では勉強しない」など、その日に合わせて勉強する場所を決めてその間だけ集中するようにしました。気分転換については、食べるのが好きなので、普段あまり行かないご飯屋さんに入ってみたり、いつもより少し豪華にしてみたりなど、小さいことですが楽しみにして、勉強を頑張っていました。

4月から埼玉県心理職として働いています。まだ始まったばかりで、わからないことしかなく、勉強の日々ですが、今まで学んできたことを活かせる職に就けたことが嬉しく、新しい生活がとても楽しみです。

## Vol.4 臨床心理専門職

2018 年度 駿河台大学 心理学研究科臨床心理学専攻卒業 珍田 悠輔



### 臨床心理専門職への想い

私は、高校生の頃から臨床心理士の仕事に憧れはありましたが、大学・大学院へ入学する前は、漠然としたイメージでした。そのため、臨床心理士になることのイメージは、大学・大学院での授業や実習を通して、より具体的になっていったと感じています。特に大学院の2年間は『困っている人に寄り添うこと』がどういうことなのか真剣に考える時間になったと思います。

### 資格試験合格までの道のり

大学院を卒業した年に公認心理師、そのよく年に臨床心理士に合格しました。公認心理師は、大学院在学中にできた国家資格であったため、臨床心理士資格と並行して勉強することに不安もありました。卒業して1年目は、大学病院の精神科で実務研修を行いながら試験勉強に取り組んでいました。勉強時間を確保することは大変でしたが、同期の仲間と勉強時間を報告しあったり、大学付属の心理カウンセリングセンター先生方から勉強のアドバイスや小論文の添削などをしていただき、充実したサポートの下で公認心理師に合格することが出来ました。勉強と研修の両立の難しさはありましたが、翌年も同様に手厚いサポートをいただきました。また、周囲の応援や現場での経験も役立ち、無事、臨床心理士試験にも合格することができました。

### 今後の目標

今後は精神科の病院やクリニックで、カウンセリングなどの心理職の仕事をさせていただく予定です。大学院生活で学んだ『困っている人に寄り添うこと』を常に意識して、臨床活動が続けていきたいです。また、専門家としてはまだスタート地点に立った段階なので、大学院時代に培った勉強の習慣を継続し、今後も自己研鑽を続けていきたいです。

## Vol.5 臨床心理専門職

2020 年度臨床心理学専攻修士課程修了 野島 朋華



### 臨床心理専門職への想い

私は、自分が中学生の時のある体験から、「子どもの目線で、悩み事を一緒に考えてくれる大人がいれば」と感じ、自分がそんな大人になりたいと思い、子どもに関わる心理職に興味を持ちました。スクールカウンセラーを目指し、学部や大学院では心理学の基本的な姿勢や考え方を学びました。特に大学院では、外部実習として様々な領域で実習させていただいたり、大学院付属のカウンセリングセンターでケースを持たせていただいたりと、多くの実践的な経験を積むことができました。今まで自分が学んできた理論や学びを、「こころの専門家」として、困っている人の支援に活かせたら、と考えています。

### 試験合格までの道のり

大学院を卒業した年の秋に、公認心理師を受験し、合格しました。卒業直後から、小・中学校の「さわやか相談員」として働きながら実践経験を積み、空き時間は過去問を解き、理解が難しい複雑な概念は自分でノートにまとめるなどして試験勉強を進めました。私は在学時代、珍しく1学年1名で入学し、同期がいない学年でしたので、心細い気持ちもありましたが、先輩や後輩との強いつながりがあったので、安心できました。わからない点は先輩に教えてもらおう一方で、自分が後輩に何か教える際には、自分自身の理解も深まり、試験勉強をより充実させることができました。また、大学付属のカウンセリングセンターの先生も、試験勉強の進捗状況を細かく気にかけてくださいました。カウンセリングセンターには心理学に関する書籍や、実際の心理検査の道具等も多く置いてあるので、それらも活用しながら試験勉強を進め、充実したサポートの下で公認心理師に合格することができました。

### 今後の目標

今後は、教育関係の心理職に就く予定です。様々な方のサポートのおかげで、無事に公認心理師に合格することができました。しかし、大学院や試験勉強で得た心理学の知識を、いざ実践に繋げる、という点は、ますます研鑽に努めなければならない課題だと感じております。今後は、より知識を深めることはもちろん、知識を持っているだけでなく、それを積極的に活かし、自ら動き、困っている人のお役に立てるよう、活躍していきたいらと思います。