

2級技能士 第30回 セグパパ塾の感想

【目次】

- ・セグパパ塾全体の感想:言いたい事、聞きたい事なんでもお聞きください。
- ・論述基礎講座、添削について、感じたこと、学んだこと、何でもいいのでお書きください。
- ・セグパパのリアル面談を見た方は、感じたこと、学んだことがあるとすれば何ですか？
- ・面談練習でのぶった切りや、一人二役等、いろんな試みがありましたが、良かった、良くなかった等、何でも結構ですので、感じたことをお書きください。
- ・口頭試問への取り組みで学んだことは何ですか？
- ・学科対策用資料についての感想・ご意見

●セグパパ塾全体の感想:言いたい事、聞きたい事なんでもお聞きください。

- ・セグパパ塾に入ったのは、本当によかったです。
自分のロープレに自信がついたこと、楽しくロープレができるようになったこと、そして仲間ができたことが本当に嬉しかったです。
仕事、家族以外で、週に3回くらい顔を合わせるなんてなかなかないので、だんだんセグパパ塾が生活の一部となり、受講生の皆さんに会えることが、私には嬉しいことでした。
本当に楽しい時間でした。ありがとうございました！
- ・根気強く教えて頂き感謝しています。
- ・ZOOMでもリアルでお会いしたことないセグパパやメンバーの皆さんととても良い関係構築ができ、毎回、楽しかったです。どうもありがとうございました。
- ・個別指導は、されていらっしゃるでしょうか。もしくは、少人数でオブザーバーも勉強になります。
- ・結果はどうかはわかりませんが、学びは深まっていると感じています。引き続きよろしく願い致します。
- ・お酒も飲みながら、反省会をzoomでおやりになったらいかがでしょうか？
質問のパターンなどの傾向がわかると思います。
- ・YouTubeなども、情報提供していただき、なかなか自分では捜せなかったもので、有難かったです。
- ・ここまでセグパパに献身的にサポート頂いたのだから、学科も実技も一発合格するのが一番の恩返し、と思って取り組んできました。
きっと、実技は次回もお世話になると思います(笑) 引き続きよろしくお祈りします！

●論述基礎講座、添削について、感じたこと、学んだこと、何でもいいのでお書きください。

- ・36回出しましたが、驚くほど速いスピードで、最適なFeedbackが来ます。
- ・簡潔にわかりやすいように、そして丁寧に焦らずに書く。下書きをサラッと行う。
- ・添削も大変丁寧にいただき、資料など活用させていただきました。
- ・順序立てて理解しやすいように書かれてあり、添削については、何度も書き直しが続く、もっと早めに取りかかれば良かったと途中後悔しました。
- ・論述は、なかなか2級独自の勝手が掴めず、テンプレートを作るのに苦労をしました。
そんな中、何度もセグパパが全力で添削してくださったので、少しずつ自分の型が出来ていったように思います。
何度も提出しましたが、その都度丁寧に添削して頂けたことは、頑張るモチベーションにもなりました。
そして、この論述対策を受講していたお陰で、ロープレ(実技)の口頭試問も答えやすくなりました。
受講して本当によかったです。
- ・添削を1回受ける、「書けていないな」「まとまっていないな」と振り返ってまた添削を受ける。
数回繰り返しているうちに、いちばん初めの解答よりは「書けた」と実感しました。
添削は、繰り返し受けて書けるようになる、という当たり前のことが見えてなかったです。
- ・添削の回数を重ねることにより、自分なりのテンプレートができてきたのは良かったと思う。
あと、自分の答案に対し、少しのことも見過ごさず、色々投げかけて下さるのも勉強になった。
(本番はちょっとイマイチだったので、合格点になっているか微妙ですが)
- ・最初は、基礎講座の資料を見ながら、論述を書き上げるのに2時間以上もかかり、かつ添削で赤ペン入れて頂く量も、半端なく多かったです。
過去の回答例を示してくださったので、たくさんの良い事例から学ぶことができました。
たくさんの良質な事例が蓄積されていて、それを適切なタイミングで示して頂けるのもセグパパ塾ならではの感じました。
とにかく、「こんなに添削をお願いして申し訳ない」と思うくらいまで、何度も何度も添削して頂き、本当に感謝です！

●セグパパのリアル面談を見た方は、感じたこと、学んだことがあるとすれば何ですか？

- ・セグパパの面談は、本当に焦らず自己一致しながら進めていらっしゃるなと思いました。
カウンセラーが分からないと感じた点や気づいた点を確認することや、失敗したりミスがあっても自己一致しながら、状況をクライアントと共有し進めることで、関係がどんどん深くなっていくのだと学びました。
そのおかげで、私も失敗が怖くなくなり、素直な自分のまま、クライアントに向き合おうと思えるようになりました。その結果、面談・ロープレが怖くなくなりました。
- ・端的で、無駄なコミュニケーションがそぎ落とされつつ、メインの大事な箇所は、勿論押さえられたリアル面談。程よい

関西弁が、親しみを余計に感じさせます。

- ・自分が感じた感性で面談をすることです。
どこか、私自身が感じたことは「これでいいのかな？」と自信がなくて正解の応答ばかりCLに求めていました。
また、セグパパが「間違ったら謝ればいいんですよ」と何度も言うことで「面談に限らず、人と話す上での当たり前のことを言われているな～」と違和感なく受け入れることができました。
自分自身を振り返りながら、面談を見ていました。
- ・自分では同じようにはとてもしゃべれないが、こういう言い回しもあるのか、こう来るかという気付きは多かった。あと、なるべく前向きに前進できるような言葉は自分も見習いたいと思う。
寄り添い感が素晴らしく、言葉の言い回しをもっと学びたかったです。
- ・話し方の抑揚、リアリティ、オリジナリティ、覚悟、場慣れ、きちっとした意図のある展開、経験、自信の詰まった面談でした。大変勉強になりました
- ・セグパパが口癖のようにおっしゃっている「言ったことではなく、言いたかったことは何か？」をつかんで伝返しされている、さらに、体言止めでの伝え返しが、相手の懐に入り込んでいっている感じがしました。
また、狙った獲物をのがさないように(笑)、表情の変化、特に良い表情をした時を逃さず、言葉に出して伝えることによって、その後の面談にも良い影響がでるし、口頭試問で話すネタが作れるといった意味でも、効果的だなと思いました。

~~~~~  
●面談練習でのぶった切りや、一人二役等、いろんな試みがありました、  
良かった、良くなかった等、何でも結構ですので、感じたことをお書きください。

- ・一人二役は1回しか味わっていませんが、面白い試みだなと思いました。
- ・動画を見ましたが、分かりやすかったです。
- ・ぶった切りは、わかりやすく。その時のタイミングで考えさせられるので反省しやすかったです。  
二役は、次の答えを考えて質問が出来たので楽しかったです。
- ・事例検討を初めてしました。資料や書き込み用紙を使うことが新鮮で、楽しかったです。
- ・基本、セミナー中は参加者に全員に考えさせる十分な時間を取らせてくれます。
- ・ぶったぎりは良かったと思います。瞬発力が鍛えられると思います。時間があればシンプルなロープレ→総評のようなトレーニングも行いたいと思います。  
また心理的安全性が担保された中で繰り返しられる授業及び様々なFeedbackが、このセミナーの醍醐味です。
- ・ぶった切り！とてもよかったです。ロープレが進んでしまうと、どこかいけなかったか分からないので、その時に止めてもらえるのがよかったです。一人二役も新鮮でよかったです。(毎回ロープレだけだとしんどくなるので)
- ・全部よかったです。記憶に留める訓練にもなりました。改善点としては、メンバー固定することによりロープレのマンネリ感や、多重関係...それらをもとに甘え、馴れ合いがやや生じる場面もあったのではないのでしょうか...難しい課題ですが、改善できたら更に充実すると思います。
- ・最初ぶった切りに慣れるまでは、ペースがつかめなかつたり、なんとなく恥ずかしいような気持ちになりました。ただ、慣れてくるといろんな方の対応を聞いて、これは真似てみたいとか、これは私には合わないなど、吸収できた点があったです。  
また、ぶった切ることで、丁寧に自分の面談を振り返ることができました。CLをやってCCをやった一人二役の試みは、私にはしっかりこなせませんでした(笑)。前の方の話の流れを受けとめた上で、自分の話の流れに戻す質問をするので、グルグルまわっていた感じがしました。狙いが理解できていなかったのかもしれませんが。  
CLの役作り(むっつりな人、かたくなに受け入れない人など)も、本番さながらの良い練習ができました。

~~~~~  
●口頭試問への取り組みで学んだことは何ですか？

- ・口頭試問対策は、皆さんの口頭試問が聞けたり見れたりすることで勉強になりました。
人の良いところを真似したり、参考にできたのは大きかったです。
- ・その都度セグパパが止めて感想をくださったので(口頭試問の時間の長さや、結論がわかりにくいなど)自分の直すべきところが分かりました。
- ・ある程度事前にパターン化して準備することの重要性、メリットを学びました。
- ・参加された皆さんの口頭試問まで、聴けることです。自分では考えもしないことを聞くことができ、視野が広がる。
- ・中身は素晴らしいと思うので、もっと時間をかけて学びたいです。
- ・まず書いて基本を定着するのが重要と学んだ。他の人たちの回答例も参考になった。最初は大人数で、その場で書いたり、宿題で書いたり、全然言葉にしないので、実際にしゃべれるか不安だったが、まず書いて定着させ、最後の仕上げの1週間で、時間も図っていただき練習できたので、ほっとしている。
- ・自分なりの回答パターンを持つ。評価項目にふれる。具体的に根拠をはなす。試験管の気持ちも考える。
- ・口頭試問は、その場でPCに入力は、言語化で残り後の修正がしやすく、みなさんの良い所を盗み勉強になりました。ただ、時間配分が難しかったです。
- ・学んだことは多々ありますが気になった点をひとつ。口頭試問で、もはや目標と方策はどうでしたか？と言う尋ね方はないと思います。今回はキャリアコンとして掲げた問題点に対して、面談中どう対応したいですか？また今後どのように関わりたいですか？的な聞き方でした。
この質問に免疫があったので答えられましたが、初めて聞くとも面を食らい、混乱すると思いますので、この手の聞き方に対する練習もするべきだと思います。他の方も皆さん(4から5名)、同じ内容の聞かれ方でした。

- ・色々な質問のフレーズなど参考になりました。
- ・何度も何度も文字として書くことで、型ができました。
また、他の方の口頭試問を読むことで、より良い対応を取り入れて修正したりしてブラッシュアップできたのが良かったです。
最後まで、書き出すことばかりでしたので、口頭でちゃんと言えるのかな？と心配になり、友人にロールプレイしてもらいましたが、比較的スムーズに話こともでき、書きだすことが口頭で回答する練習にもなっていたのだと効果が実感できました。
- その他、他の人の口頭試問を読むことで、多様な「CC視点の問題点」に触れることができ、そういう捉え方もあるのかと、多くの気づきを頂くことができました。

~~~~~  
**●学科対策用資料についての感想・ご意見**

- ・学科は、資料がかなり多く、圧倒された。印刷するのも大変なので、結局、理論家暗記カードだけ印刷したが、時間を取って覚えるところまでは追いつかず、また、各理論家のまとめをPCで読む余裕もなく、というかなかなか読む気になれず、理論家は正解が少なかった。  
自己理解アセスメントツールは、論述や面接でもイメージできるのでとても役に立った。
- ・学科は、実技面接で紹介いただいたマンダムテレオの模試を入手し過去問以外も直前にやってみた。
- ・キャリアコン試験(4年前)の際に、それなりの知識や私なりの勉強の仕方を身に付けていたので、まずはそのやり方を基本に取り組みました。  
セグパパから頂いた学科用の資料は、わからない時に参照する辞書あるいは参考書のように活用させて頂きました。かなりの情報量でしたので、それを改めて端から端まで読むのではなく、①忘れてしまったこと、②CC試験から今までの4年間に新たに追加された内容、③時事的な情報について、セグパパの対策資料を読むことで効率的に学べたと思います。
- ・資料が膨大すぎたので、残念ながら消化できないまま試験をむかえてしまいました。  
もったいなかったと思います。

~~~~~