

## PROBLEMAS MAS FRECUENTES DEL OPOSITOR

### 1º).-DEFICIT DE FORMACIÓN ACADÉMICA:

La formación académica no sólo nos indica la titulación obtenida, también es una prueba fehaciente de lo que ha estado haciendo esa persona y además, que eficiencia ha tenido en el desarrollo de las tareas.

La experiencia en otros retos de formación y sus resultados puede ser un buen índice a la hora de hacer el pronóstico de cómo va a discurrir y evolucionar en la Oposición, no obstante, cabe la posibilidad de **rectificar las actitudes ante la nueva tarea** y de alguna forma, modificar los resultados en el futuro.

*Ejemplo: racionalización de fracasos previos, tomar conciencia de las aptitudes personales, ser consciente de las dificultades de las tareas, diferenciar actividades, etc...*

### 2º).-EDAD DEL OPOSITOR LÍMITE:

La vida es un ciclo biológico, en que cada etapa, esta condicionada por distintos factores que presentan ciertas características.

Los estudios experimentales han demostrado que la memoria empieza a decaer muy pronto (no tanto la memoria sino la capacidad de aprender) , o sea que la memoria "fluida" decae casi en paralelo con el vigor físico, permaneciendo la memoria "cristalizada" (acumulativa), relativamente estable hasta edades más avanzadas.

Como la mayoría de los opositores comienzan tarde su preparación (25-28 años), podríamos considerar que ya se encuentran en fase de decadencia (respecto a las condiciones óptimas), esto, implica una toma de conciencia y un sobreesfuerzo a la hora de afrontar las tareas que siempre hay que tener en cuenta. Sin embargo **el factor edad puede ser un elemento clave a la hora de establecer las estrategias de afrontamiento** que lógicamente se basan en las experiencias previas.

*Ejemplo: dedicar más tiempo a algunos temas, utilizar técnicas que nos funcionaron en el pasado, mejorar la estrategia de estudio, etc...*

### 3º).-NO TENER TIEMPO DISPONIBLE:

La mayoría de las personas que inician la preparación de una Oposición están trabajando, esta circunstancia le resta un tiempo extraordinario que no pueden dedicar a la formación, indudablemente, este factor (tener que trabajar) que es negativo desde el punto de vista del tiempo disponible, **lo podemos convertir en positivo en el ámbito motivacional del refuerzo**, simplemente, pensado y visualizando la consecución del objetivo (aprobar la oposición), siendo esta, una forma especial de librarse de un trabajo que no nos gusta pero que nos vemos obligado a realizar.

*Ejemplo: establecer un calendario de tiempo, ajustar las dificultades a la hora del día en que se estudie, corregir falta de concentración, etc...*

### 4º).-LA SITUACION CIVIL DEL OPOSITOR:

A lo largo de la vida pasamos por varias etapas y cada una es propicia (óptima) para realizar un tipo de actividades.

No es igual estar soltero que casado con hijos, las obligaciones son diferentes y los elementos que van a perturbar el curso de la formación también, de este modo, los compromisos o cargas familiares se pueden convertir en un problema que no solo afecte al rendimiento en el estudio sino a nuestra propia personalidad, generándonos estrés, ansiedad, problemas de autoestimas, etc., que luego reflejaremos en los test de personalidad que tenemos que realizar y superar. **Se considera fundamental que la persona adopte el "Roll de Opositor"**, esto quiere decir simplemente, que la prioridad básica es la formación, dejando lo demás en un segundo orden.

*Ejemplo: dividir las funciones del hogar, regular las responsabilidades respecto a los hijos, crear un espacio propio para el estudio, concienciar a los demás, etc...*

### 5º).-CARECER DE HABITOS DE ESTUDIO:

Son los responsables de lo que hacemos y como lo hacemos, podríamos decir que "controlan" nuestra vida.

Un gran número de personas comienzan a preparar la oposición careciendo de hábitos de estudio, de utilización del tiempo disponible y de técnicas elementales de aprendizaje que, obviamente, **si no se corrigen**, dificultan de forma considerable su propósito de aprobar la Oposición.

*Ejemplo: organización del material, distribuir el tiempo de estudio, elaboración de calendario, rotación de temas, etc...*

## 6º).-EXPERIENCIAS PREVIAS DE ÉXITOS O FRACASOS:

La mayoría de las personas perciben los fracasos (suspender una oposición) como una derrota personal, esto tiene grandes implicaciones a nivel psicológico y de cara a la consecución de futuros retos un efecto devastador, siempre que, no se tome conciencia adecuada del tema, **estableciendo un sistema de “atribución” adecuado**, delimitando y relacionando las causas del fracaso internas-externas y aprendiendo la dinámica del proceso.

*Ejemplo: tomar conciencia de la dificultad de la prueba, conocer las peculiaridades a superar, pensar que es algo nuevo cuyo resultado depende de nosotros, etc...*

## 7º).-FALTA DE MOTIVACIÓN:

Se dice en Psicología que todo comportamiento esta motivado, por lo tanto, se supone que cualquiera que realiza una conducta esta incentivado para realizarla, el que prepara una oposición le impulsa la meta de conseguir ser lo que se ha propuesto.

El problema de la motivación es que está sometida a muchas variables y causas que la pueden modificar, rasgos de personalidad, sistema de refuerzo, hábitos, etc... **cuando controlamos estos factores podemos decir que estamos preparados para iniciar una Oposición**. Indudablemente para el opositor seria bueno que tuviera una “motivación intrínseca”, dado que no hay refuerzo externo, pues éste siempre estaría al final del proceso (aprobar la oposición).

*Ejemplo: autorreforzarnos en base a lo aprendido, visualización de la meta, pensar que el querer es poder, ser realista con las metas, etc...*

## 8º).-ALTERACION DE LA ESTABILIDAD EMOCIONAL:

La estabilidad del estado anímico es un buen índice del éxito en casi todas las actividades y en el resultado de la Oposición fundamental.

Las personas pasamos a lo largo de la vida por diferentes etapas, situaciones y dificultades, el estilo de afrontamiento que utilizemos en la resolución de las mismas determinará y conformará nuestra personalidad, las personas inestables, de alguna manera, no han sabido elaborar de forma adecuada estas situaciones y por lo tanto no han aprendido nada de ellas.

*Ese es el objetivo a priori de la psicología, considerando por tanto, que es una condición necesaria para que el opositor rentabilice su tiempo de formación en la Academia.*

*Ejemplo: realización de tests de Personalidad, determinar los rasgos que definen su personalidad, modificación de conducta, consejo terapéutico, etc...*

**\*Juan Antonio Gil Sánchez, Psicólogo Colegiado M-12510**

