



Avda. San Francisco Javier, 9 Edificio Sevilla 2  
Planta 11, módulos 25 - 27. 41018. Sevilla  
Tif. 954 784 411 Fax. 955 796 626  
www.7editores.com  
administracion@7editores.com

## NOTA INFORMATIVA

### **LA MITAD DE LAS PERSONAS QUE SE REGISTRAN PARA PARTICIPAR EN UN CONCURSO OPOSICIÓN NO LLEGA A PRESENTARSE A LAS PRUEBAS**

-El decálogo de consejos para opositores elaborado por un gabinete de expertos vinculados a Editorial MAD llama la atención sobre la importancia de la inteligencia emocional de los candidatos a unas oposiciones.

-Este miércoles, 20 de mayo, expira el plazo para presentarse a la convocatoria de 3.282 plazas de empleo público en el Servicio Andaluz de Salud (SAS), la mayor convocatoria promovida por una administración autonómica desde el inicio de la crisis.

**Sevilla, 18 de mayo de 2015.** La mitad de las personas que se registran para participar en un concurso oposición no llega a presentarse a las pruebas. Y de los que se presentan, el 50% no va lo suficientemente preparado para aprobar. Es una de las curiosidades más llamativas del decálogo elaborado por un gabinete de expertos vinculado a Editorial MAD con el que esta editorial traslada diez valiosos consejos a opositores, en vísperas de que el próximo miércoles, 20 de mayo, expire el plazo para presentarse a la convocatoria de puestos para el SAS, que con 3.282 plazas supone la mayor convocatoria de empleo público promovida por una administración autonómica desde el inicio de la crisis.

Este gabinete de expertos, conformado por pedagogos, formadores y técnicos especializados en preparación de oposiciones, llama la atención en su decálogo sobre la importancia de la inteligencia emocional a la hora de enfrentarse a una prueba de estas características, especialmente cuando, como ahora, la inestabilidad de la crisis convierte el empleo público en una opción muy deseada. Ser equilibrados, fijarse claramente los objetivos y ser muy conscientes de que, a pesar del interés, hay una gran proporción de solicitantes que no cuentan con la preparación adecuada son algunas de las consideraciones de este decálogo.

**1. Meditar.** Según los expertos, el primer paso es meditar muy fríamente la decisión de presentarse a unas oposiciones. Es una decisión nada baladí, que compromete al opositor durante un largo periodo de tiempo, y para lo que hay que estar muy preparado psicológicamente.

**2. Tener información precisa de la convocatoria.** No basta con registrarse para participar en las pruebas: es necesario adquirir una información completa y precisa de

las características de la oposición, resolviendo todas las dudas con carácter previo al inicio de la preparación, de manera que la organización del trabajo resulte lo más adecuada y eficaz en relación con la convocatoria.

**3. Planificar los tiempos de estudio.** Es lo que llamamos diseñar un buen timing: diseño de un cronograma de preparación equilibrado y realista, que constituya la “hoja de ruta” durante el periodo de preparación.

**4. Fijarse objetivos.** En esa planificación que el opositor debe diseñar, es indispensable plantear objetivos. Marcando estos objetivos, algunos a corto y otros a largo plazo, fijaremos hitos en el horizonte. Y alcanzando esos hitos, lograremos premiar nuestra propia conducta a través de metas sucesivas que nos harán el camino más estimulante.

**5. Mantenerse motivados.** Es difícil de lograr, sobre todo cuando normalmente nos enfrentamos a largos periodos de tiempo en los que la máxima principal es el estudio. La motivación se refuerza a medida que vamos “escalando” y comprobando que la base de la montaña queda lejos y la cima cada vez más cerca. La oposición debe considerarse como la jornada laboral del mejor trabajo del mundo, al que no podemos faltar ni un solo día. Un enemigo para la motivación es comprobar el elevado volumen de concurrencia a unas oposiciones. Los expertos tranquilizan echando mano de estadística: sólo el 50% de los aspirantes a una oposición se presenta al examen, y de ellos, solo la mitad se ha preparado lo suficiente para aprobar. Hay que fijarse en la cabeza que uno no se presenta para aprobar, sino para lograr la mejor nota.

**6. Concentración.** Es algo que tiene mucho que ver, según los expertos, con la inteligencia emocional. Para estar concentrados durante el periodo de preparación de unas oposiciones, hay que despejar el horizonte personal de otras preocupaciones y prioridades. Siempre hay problemas, pero durante la fase de estudio sólo debe primar, por encima del resto, una (pre)ocupación: la de prepararse.

**7. Buen ambiente de estudio.** El espacio de estudio durante el periodo de preparación ha de ser para el opositor una catedral. Es el espacio “sagrado” del opositor, el lugar donde más cómodo ha de sentirse. Los expertos tienen claras cuáles son las condiciones del lugar de trabajo: limpieza, orden, confort, luminosidad y silencio.

**8. Confianza en uno mismo.** Si alguien aspira a sacar una plaza, lo primero que debe tener es confianza en sus posibilidades. Encarar de otro modo el reto significa que no se está del todo seguro. Probar por probar puede ser una actitud, pero según los expertos suele conducir, en una alta proporción, al fracaso. “Voy a conseguir mi plaza” es el mantra que debe regir la conciencia del opositor.



Avda. San Francisco Javier, 9 Edificio Sevilla 2  
Planta 11, módulos 25 - 27. 41018. Sevilla  
Tif. 954 784 411 Fax. 955 796 626  
www.7editores.com  
administracion@7editores.com

**9. Relacionarse con el entorno y dejar espacio para el ocio.** Aunque la oposición es el elemento que rige la vida cotidiana del estudiante, hay que huir, matizan los expertos, de la imagen del opositor como un bicho raro que nunca sale de casa y pierde la relación con su entorno. La interacción es saludable, así como el necesario tiempo de ocio, que, aunque más breve, debe ser aprovechado con intensidad. Bien organizado, aclaran los expertos, hay tiempo para todo.

**10. Buen material de preparación.** Una de las claves para preparar la oposición es el material de estudio. Existen manuales en el mercado que integran todo el temario, y en algunos casos, como los manuales de editorial MAD, incorporan actualizaciones de temario de última hora a través de acceso restringido vía Internet. A la hora de escoger el material, hay que asesorarse y decantarse por la que consideremos la mejor opción.

La convocatoria de plazas para distintos puestos del Servicio Andaluz de Empleo fue anunciada el pasado día 14 de abril por la Junta de Andalucía, siendo, con 3.282 plazas, la mayor convocatoria de empleo público promovida por una comunidad desde el inicio de la crisis. El plazo de presentación de solicitudes se abrió el pasado 21 de abril, y se cierra el próximo martes 20 de mayo.

El decálogo de consejos para preparación de oposiciones ha sido elaborado por un grupo de expertos vinculados a Editorial MAD, empresa de referencia a nivel nacional en servicios para preparación de oposiciones desde hace más de 30 años.

**Para más información y contactos:** Daniel Ruiz. Telf.: 618.95.82.51.