

CÓMO APROBAR UNAS OPOSICIONES

Técnicas de estudio y organización del trabajo

Joaquín Garrido Granado
José Miguel Garrido Granado

CAPÍTULO DE PRUEBA - CEAPRO

¿CÓMO RECORDAR MEJOR?

Los datos que debemos recordar para aprobar la oposición **deberán encajar** en alguna de las categorías del cuadro anterior. **Y si no encajan en ninguna de esas categorías, tendremos que hacer nosotros que encajen.** ¿Cómo? Muy fácil. Manipulando la información hasta convertirla en algo que entre en alguna de las categorías del cuadro. Antes de asimilar una materia y memorizarla tenemos que convertirla en algo tangible. Por tanto, cuando tratemos de memorizar algo, tenemos que comprenderlo e intentar que la información encaje en algunas de las categorías que hemos citado en el cuadro anterior. Para ello, tendremos que modificar mentalmente la información. Recuerda que dos de las fases del ciclo de Kegan hacen referencia a la experiencia y a la aplicación del conocimiento a la realidad. Es decir, nos hablan de la necesidad de manipular, utilizar la información para convertirla en conocimiento.

Evidentemente, antes de memorizar nada lo primero que tenemos que hacer es comprenderlo. Si comprendemos, tenemos gran parte del camino andado. Si no comprendemos, no tenemos ningún camino que andar. Antes de intentar implicar a la memoria propiamente dicha, debes hacer un trabajo previo de análisis de la materia a estudiar, buscando su perfecta comprensión, el descubrimiento de su estructura interna y tratando de relacionar el material entre sí. Los distintos pasos de nuestro método de estudio te han debido facilitar esta labor de comprensión.

Debes tener en cuenta que, para favorecer el recuerdo lo mejor es una **actitud de alerta relajada**, esto es, debes mantener un cierto nivel de atención, pero sin permanecer en la ansiedad. Para mantener esta actitud es fundamental que tengas una regla de oro cuando estudies (y cuando estés haciendo cualquier otra cosa en la vida):

Concéntrate en lo que estás haciendo en cada momento.

Determinar claramente lo que debemos estudiar es otro factor clave. La memoria debe focalizarse hacia aquellos elementos que realmente debemos memorizar, pasando por alto los que no.

Como Danielle C. Lapp indica, cuando estamos estudiando no podemos adoptar nunca una actitud pasiva. Al contrario, cuando estemos estudiando una determinada ley, debemos adoptar una postura totalmente activa. Hay que procurar por todos los medios que nuestra mente cree imágenes mentales que puedan ser vistas posteriormente y trate la información de tal forma que quede claramente fijada en nuestro cerebro, de manera que cuando en el futuro tengamos que recuperar esa información nos resulte fácil hacerlo. Recuerda siempre la siguiente frase: **estudiar es crear pistas para que la información pueda ser recuperada en el futuro.**

Supongo que ya a estas alturas te habrás dado cuenta de que ponerte delante de un libro a leerlo pasivamente durante horas y horas es una de las formas más estúpidas de perder el tiempo que existen. Si lees pasivamente no estás transformando nada la información, no estás creando ninguna pista y por supuesto, no recordarás nada pasado un cierto tiempo, ya que tu cerebro habrá considerado que esa información no era digna de ser archivada. Debes indicarle a tu cerebro que sí archive esa información y la forma de hacerlo es **trabajando activamente**. El rato que estés estudiando (que, dicho sea de paso, cuanto mayor sea, mejor) debe ser un rato de actividad intensa, al objeto de que la información se logre fijar en tu mente y por ello se conserve, en principio, permanentemente.

Pongamos algunos ejemplos de esta idea expuesta en el párrafo anterior. Cuando estés leyendo una ley, debes plantearte el porqué de cada uno de sus artículos. Debes buscarle una lógica a cada artículo. Debes plantearte si tú lo hubieses redactado de otra manera y si te parece lógica la redacción dada por el legislador.

TÉCNICAS DE MEMORIZACIÓN.

A continuación, te exponemos algunas técnicas para favorecer la memorización. Procura ponerlas en práctica mientras estés estudiando. Sé constante. Recuerda lo que hemos expuesto sobre la plasticidad neuronal: cuanto más utilices estas técnicas, más fácilmente darán resultado y con más rapidez. Puedes memorizar información.

VISUALIZACIÓN.

Si estás estudiando la figura del Defensor del Pueblo, debes **visualizar** y "ponerle cara" a la persona que ostenta ese cargo. Debes visualizar el edificio en el que tiene su sede. Hoy día tenemos la tremenda facilidad, como ya indicamos anteriormente, de poder acudir a Internet y obtener muchas de esas informaciones. Otra de las máximas que debes seguir en tu proceso de estudio es la siguiente: **todo lo que estudies debes ser capaz de visualizarlo en tu mente de alguna manera**.

Cuando estés estudiando la tramitación de una queja ante el Defensor del Pueblo, imagínate a ti mismo presentando una en el Registro de la institución, e imagínate todos los pasos que daría ese documento dentro del edificio. Piensa en los plazos que establece la ley para tramitar ese papel. ¿Te parecen cortos o largos? Como ves, la memorización tiene mucho que ver con la

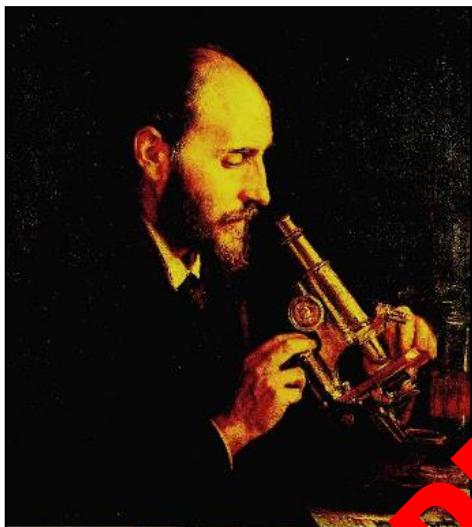
IMAGINACIÓN

Cuando estés haciendo el examen y aparezca una pregunta sobre el Defensor del Pueblo, cierra los ojos y piensa en "tu documento". Seguro que recordarás con facilidad el dato que, en cada caso, te estén preguntando.

EPÍLOGO. ¿Y SI AL FINAL NO APRUEBO?

Pues no pasa absolutamente nada. A trabajar más duro todavía para la próxima vez. Si no aprobaste, seguramente lo único que ha ocurrido es que el puzzle continúa sin piezas en su sitio. Hay que continuar trabajando para terminar tu misión. No aprobar no quiere decir necesariamente que se ha fracasado. Simplemente, puede que todavía no haya llegado tu momento. En una oposición los tiempos son muy importantes. Pero si continúas trabajando bien, sin duda llegará la recompensa. En mis alumnos, veo a menudo cómo una determinada persona queda muy mal situada un año, a pesar de estar trabajando bien. Esos alumnos, al año siguiente suelen quedar mucho mejor situados y si tampoco ese año aprueban, mejoran en el siguiente. Otros, por el contrario, comienzan muy bien, aparentan saber muchísimo, pero se quedan o andan faltos de humildad y al final se estancan y nunca logran sus objetivos.

Puede ocurrir incluso que, aún estando preparado sobradamente, no apruebe. Las oposiciones son un sistema ideado y ejecutado por seres humanos y por tanto, no es un sistema perfecto. No siempre se selecciona a los mejores. Te pongo dos ejemplos clarísimos.



Don Santiago Ramón y Cajal tuvo que participar en 7 oposiciones y no todas las aprobó. Para él fue muy doloroso no aprobar las oposiciones a las cátedras de Anatomía de Zaragoza y Granada a las que aspiraba. Pero no se dedicó a lloriquear por la pérdida sino a trabajar con mayor rabia aún y finalmente ganó el puesto de Director de los Museos de Anatomía de la Facultad de Medicina de Zaragoza y pudo así cumplir su sueño de casarse con Silveria Fajardo, la mujer que lo acompañó toda la vida.

Santiago Ramón y Cajal es un ejemplo claro de humildad suma y trabajo honrado y sin cuento. Él siempre se concentraba al máximo en la investigación que estaba efectuando en cada momento y nunca alardeaba de sus éxitos, sino que más bien trataba de ocultarlos.

El segundo ejemplo lo encontramos en don Severo Ochoa. Fue convencido por don Juan Negrín, famoso fisiólogo y antiguo maestro suyo, para que se presentase a unas oposiciones que se habían convocado para cubrir la plaza de catedrático de Fisiología en la Universidad de Santiago de Compostela. El presidente del tribunal era el propio Negrín y uno de sus miembros era un amigo íntimo de don Severo desde el bachillerato, José María García Valdecasas. Evidentemente, de los tres opositores que se presentaron, don Severo era de largo, el mejor. Con estos antecedentes, cualquiera de nosotros hubiese apostado una importante cantidad de dinero a que lograría la plaza, dinero que habríamos perdido, ya que otro de los opositores era el hijo del catedrático de Fisiología en la Universidad de Barcelona. No hace falta que te cuente como terminó la historia. Baste para que te des cuenta de que, en ocasiones, en las oposiciones ocurren cosas que no dependen de ti. Pero eso es así y así hay que aceptarlo. De todas formas, generalmente los tribunales están compuestos por personas íntegras y honradas. El ejemplo te lo pongo sólo para que



te des cuenta de que siempre existe la posibilidad de que algo falle. Lo importante es cómo vas a reaccionar tú en ese caso. Don Severo Ochoa reaccionó continuando sus trabajos como si nada hubiese pasado.

Los casos de don Santiago Ramón y Cajal y don Severo Ochoa deben servirte de ejemplos. Los dos, por diversas razones, suspendieron unas oposiciones. Su reacción no fue la de emplear su tiempo en lloriquear, quejarse y patalear. Siguieron trabajando y los dos llegaron a ser premios Nobel...



CAPÍTULO DE PRUEBA - CEAPRO