

# Proves de selecció

Són aquelles proves que l'empresa decideix aplicar a les persones participants d'un procés de selecció per tal d'avaluar la seva adequació al lloc de treball. En funció del perfil professional i competencial del lloc de treball, qui et selecciona determinarà quines proves utilitza.

En el mercat de treball actual, les proves de selecció, junt amb la informació del currículum i l'entrevista personal, constitueixen les eines que permeten determinar la idoneïtat dels/les aspirants al lloc de feina. Per tant, és recomanable conèixer les proves de selecció que existeixen per si en algun moment de la teva recerca de feina has de realitzar-ne.

## PRINCIPALS CARACTERÍSTIQUES DE LES PROVES DE SELECCIÓ

Les proves de selecció es configuren a partir de la combinació dels següents paràmetres:

En relació amb el que **mesuren**:

- Coneixements: Avaluen coneixements i capacitats imprescindibles per al lloc de feina.
- Competències: Avaluen competències clau concretes, això és, les habilitats, actituds i comportaments que ha de presentar el/la candidat/a per a desenvolupar les tasques pròpies de l'ocupació.

En relació amb la **forma** d'administrar-les:

- Individuals: L'aspirant al lloc de feina realitza la prova individualment per aconseguir un objectiu marcat.
- Grups: Els aspirants es relacionen entre si per assolir un objectiu comú prefixat.

En relació amb el **temps** d'aplicació:

- Amb temps límit: Tothom disposa del mateix temps per realitzar la prova.
- Sense temps límit: La prova es centra en l'habilitat de la persona i no es considera tan important el temps emprat.

En relació amb la **forma** de realitzar-les:

- Escrites: Formats on l'aspirant ha d'expressar-se per escrit. Per exemple: qüestionaris, exàmens, redaccions...
- Orals: Formats on el que s'aprecia és la manera que té el candidat/a d'utilitzar la paraula per expressar-se. Per exemple: presentacions, exposicions, debats...

En relació amb la **modalitat**:

- Presencials: Es requereix la presència física de la persona en un lloc determinat.
- En línia: Es convoca al candidat a estar connectat a una xarxa de dades o de comunicació per la realització de la prova a través d'una aplicació tipus Teams, Zoom, etc.

En funció del **moment del procés** de selecció:

- A l'inici del procés: Es fan per descartar d'inici als candidats/tes que no compleixen els requisits.
- Al final del procés: La finalitat és complementar i confirmar la informació obtinguda prèviament.

Per preparar-te eficaçment les proves de selecció has de conèixer els diferents tipus que existeixen, les seves característiques concretes i el que l'empresa vol determinar amb cadascuna d'elles.

| PROVA DE SELECCIÓ                                | EN QUÈ CONSISTEIX?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | TIPOLOGIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | RECOMANACIONS                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Proves professionals</b>                      | <p>Proves que mesuren coneixements específics i/o competències tècniques respecte a l'ocupació (per exemple: grau de coneixement d'un programa informàtic).</p> <p>Es tracta de comprovar la capacitat professional de la persona en el desenvolupament de tasques concretes per comprovar si té adquirits els coneixements i el domini necessari per fer la feina.</p> <p>Aquest tipus de proves sovint són dissenyades per les mateixes empreses en funció dels requisits del lloc, com les proves de programació informàtica, traducció, assemblatge de peces o els exercicis de comptabilitat.</p> | <p><b>-Exercicis o proves escrites.</b> Preguntes i exercicis sobre coneixements i continguts relacionats amb la vacant a cobrir.</p> <p><b>-Exercicis o proves pràctiques.</b> Simulacions d'activitats o situacions específiques del lloc de feina (p. ex. introduir dades en un format Excel, escriure un text en un altre idioma, resolució de casos/incidències, etc.)</p> | No només es valora el resultat sinó també el procés, és a dir, "la teva manera de treballar" per aconseguir l'objectiu fixat.                             |
| <b>Proves de cultura o coneixements generals</b> | Proves que mesuren coneixements o cultura general no relacionats directament amb el lloc de feina al que s'està optant, però que donen informació general dels coneixements del/la candidat/a.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Es presenten en forma de <b>qüestionaris</b> . Preguntes i exercicis sobre coneixements generals.                                                                                                                                                                                                                                                                               | Aquestes proves es realitzen normalment en processos de selecció d'oposicions. Per preparar-te normalment hi ha un temari que podràs estudiar prèviament. |

| PROVA DE SELECCIÓ     | EN QUÈ CONSISTEIX?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | TIPOLOGIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | RECOMANACIONS                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Proves psicotècniques | <p>Avaluen aptituds no relacionades amb un coneixement concret, però que són necessàries per a un bon rendiment de la feina.</p> <p>Normalment, aquestes proves són qüestionaris estandarditzats amb respostes tancades i hi ha un límit de temps per realitzar-lo.</p> <p>La interpretació o correcció es fa basant-se en la comparació dels resultats estandarditzats amb els encerts i els errors de les respostes de l'aspirant, i valorant la rapidesa en dur a terme la prova.</p> | <p><b>-Raonament verbal:</b> Comprensió i utilització correcta de les paraules.</p> <p><b>-Creativitat:</b> Donar noves solucions i respostes originals.</p> <p><b>-Memòria:</b> Capacitat per evocar i reproduir la informació processada.</p> <p><b>-Aptituds numèriques:</b> Capacitat per executar tasques que impliquen la utilització de xifres.</p> <p><b>-Espacials:</b> Capacitat per orientar-se i interpretar representacions en tres dimensions.</p> <p><b>-Atenció i percepció:</b> Habilitat per detectar detalls de manera precisa i ràpida.</p> <p><b>-Mecànica:</b> Capacitat de comprensió i d'operar amb els principis físics i mecànics en situacions quotidianes.</p> <p><b>-Raonament abstracte:</b> Capacitat que té una persona per pensar mitjançant formes no verbals.</p> <p><b>-Expressió verbal:</b> Capacitat per parlar fluidament, comprendre un discurs i raonar un argument verbal o escrit.</p> <p>Exemples:<br/>DAT-5 (test d'aptituds diferencials);<br/>D-48 (test de dòmino);<br/>Factor-G (intel·ligència general).</p> | <p>En aquest tipus de proves es té en compte els resultats positius i el temps que inverteixes en fer la prova. Per tant, practica i entrena per tal de familiaritzar-te amb elles.</p> <p>Si hi ha alguna pregunta on trobes dificultats continua i recupera-la més endavant.</p> |

| PROVA DE SELECCIÓ      | EN QUÈ CONSISTEIX?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | TIPOLOGIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | RECOMANACIONS                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Proves d'interessos    | Tracten de definir la predisposició i motivació envers determinades tasques i professions, ja que una persona tindrà un major rendiment a la feina si aquesta encaixa amb els seus interessos professionals.                                                                                                                                                                                                                                      | Normalment, són <b>qüestionaris</b> on es formulen preguntes sobre tasques o activitats de diferents àmbits professionals i cal escollir la preferència personal. Exemples:<br><br>IPR-R (inventario de intereses y preferencias profesionales); CIPSA (cuestionario de intereses profesionales)                                                                                                                                                                          | Davant d'aquestes proves es tracta de ser coherent amb el lloc de feina al qual aspirem.                                                                                                                                                                                          |
| Proves de personalitat | Permeten conèixer la personalitat del candidat, per a comprovar si s'adapta a les exigències del lloc i pot inserir-se amb èxit en la cultura empresarial. Per a un lloc en contacte amb el públic, per exemple, es valoren positivament trets com l'extraversió, la sociabilitat i l'autocontrol.<br><br>Aquestes proves avaluen els trets més rellevants de la personalitat: aptituds socials, motivació, estabilitat emocional, autocontrol... | Existeixen dos tipus de proves:<br><br><b>-Test de personalitat:</b><br>S'han de respondre a una sèrie de preguntes tancades de tipus personal o professional escollint entre unes opcions de resposta limitades.<br><br><b>-Proves subjectives:</b><br>El candidat/a ha de descriure el que veu, dibuixar... Té llibertat per respondre i no ha d'escollir entre alternatives.<br><br>Exemples: 16PF-5 (qüestionari factorial de personalitat); HTP (casa-arbre-persona) | En aquest tipus de prova no hi ha temps prefixat per respondre i no hi ha respostes correctes o incorrectes.<br><br>Si en alguna pregunta de totes les opcions no hi ha cap amb la que t'identifiquis, escull la que més s'aproximi. Es tracta de mostrar una coherència general. |

| PROVA DE SELECCIÓ       | EN QUÈ CONSISTEIX?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | TIPOLOGIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | RECOMANACIONS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Assesment center</i> | <p><i>L'Assessment Center</i> engloba diferents tècniques d'avaluació. Incorpora tant exercicis individuals com de grup, per tal d'identificar nivells competencials o comportaments d'èxit.</p> <p>Integra procediments de simulacions de treball relacionats amb problemes i situacions reals de la feina. Per tant, l'aplicació d'aquest mètode és d'utilitat per conèixer el potencial de les persones i predir el seu rendiment a la feina.</p> <p>Els avantatges d'aquesta prova respecte a altres tècniques és que la seva aplicació és senzilla i té una alta fiabilitat i validesa, ja que s'aconsegueixen òptimes prediccions sobre el comportament dels/de les aspirants.</p> <p>Normalment, l'<i>Assessment Center</i> agrupa de vuit a dotze aspirants observats per tres o quatre professionals en recursos humans que avaluen de forma objectiva les habilitats existents o no del candidat/a, així com la seva relació amb el grup.</p> | <p>Les activitats que es poden incloure són les següents:</p> <p><b>-Redactar un informe:</b><br/>Es proporciona material relacionat amb l'activitat de l'empresa i el candidat/a ha de redactar un informe. Es mesura la capacitat de raonament, d'anàlisi i l'expressió escrita.</p> <p><b>-Fer una presentació:</b><br/>Es tracta de fer una presentació davant de la persona que puntua la prova i/o de les persones aspirants al lloc de feina. Es mesura la capacitat d'estructuració, la comunicació i l'habilitat de parlar en públic.</p> <p><b>-Exercici de la safata:</b><br/>En una safata es proporcionen informes, trucades rebudes, cartes i tota mena de documents relacionats amb la feina. Es tracta d'enllestir les tasques assignades. Es mesura la capacitat de gestió del temps, de resolució, de planificació i de comunicació escrita i verbal.</p> <p><b>-Àpat de negocis:</b><br/>Simula un dinar o sopar de negocis. S'observa l'actitud de la persona, com s'interessa pels altres membres, quines preguntes realitza... En definitiva com reacciona davant d'una situació d'aquest tipus.</p> | <p>Els avaluadors/es donen les instruccions i analitzen el comportament dels candidats/tes. Els interessa comprovar que els aspirants tenen les competències necessàries per realitzar la feina. Per tant, abans d'afrontar aquesta prova tingues clar quines són les competències que es valoren al lloc de feina al qual optes.</p> <p>Algunes de les competències que es mostren amb aquesta prova són:</p> <p>Lideratge, motivació, treball en equip, orientació estratègica, pensament analític i conceptual, comunicació, gestió del temps, flexibilitat, negociació, assoliment i orientació al client.</p> |

| PROVA DE SELECCIÓ         | EN QUÈ CONSISTEIX?                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | TIPOLOGIA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | RECOMANACIONS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Dinàmiques de grup</b> | <p>Aquest tipus de proves avaluen el comportament del subjecte en un grup i en una situació determinada.</p> <p>Es reuneixen tots els candidats/es (entre quatre i dotze persones) i se'ls planteja una situació professional "real" determinada, o un dilema moral específic respecte al qual han de prendre una sèrie de decisions. Hi ha un temps límit per arribar a una conclusió.</p> <p>Les persones que dinamitzen la prova observen el comportament de cada individu en aquesta interacció grupal.</p> <p>Entre altres competències es poden comprovar: la capacitat de lideratge, l'assertivitat, la capacitat de comunicació, argumentació i negociació, l'empatia, el treball en equip, la iniciativa, creativitat, l'adaptabilitat... sempre depèn del perfil al qual opta l'aspirant...</p> | <p>Podem trobar dos tipus de plantejament diferents:</p> <p><b>-Exercicis d'interacció grupal:</b></p> <p>Plantejament d'un tema per a debatre o una situació de feina específica. Es tracta de veure com els individus del grup interaccionen i observar les competències que posen en marxa per tal d'identificar si són les adequades per al lloc de feina a cobrir.</p> <p><b>-Role-playing:</b></p> <p>Cada candidat/a assumeix un rol o paper a representar i ha d'aconseguir assolir els objectius que l'han marcat.</p> <p>Exemples:<br/>Refugio Subterráneo;<br/>la NASA (valors morals i decisions grupals)<br/>Las últimas 15 vacas;<br/>La Naranja (negociació)<br/>La Isla Desierta (anàlisi de problemes i presa de decisions)</p> | <p>Abans de realitzar una dinàmica de grup identifica les competències que requereix el lloc de feina a cobrir.</p> <p>Explora diferents tipus de dinàmiques per tal de familiaritzar-te amb elles i preveure quin és el tipus que et pots trobar segons el lloc de feina al que optes.</p> <p>Una vegada a la dinàmica de grup comporta't de forma natural, participa activament, escolta als altres, treballa per assolir els objectius del grup i sobretot sigues educat.</p> |

## CONCLUSIONS

- Conèixer les diferents tipologies de proves de selecció que existeixen, així com les seves característiques més específiques, t'ajudarà a **familiaritzar-te amb elles**
- **Practicar i entrenar-te** amb les proves et permetrà perdre la por i preparar-te per afrontar-les amb èxit.
- Recorda que els resultats de les proves són una eina més que permet a l'entrevistador/a confirmar tota la informació obtinguda al llarg del procés de selecció. Per tant, és molt important **ser coherent** en totes les fases del procés.
- La realització de proves de selecció constitueix una situació d'avaluació que normalment provoca nerviosisme. En conseqüència, abans de dur a terme les proves, és recomanable **descansar bé i evitar** qualsevol factor **estressant o alterador** que pugui provocar-te nerviosisme afegit.
- Llegir les **instruccions** o **escoltar amb atenció** les indicacions rebudes a l'inici de les proves és clau per tal de poder portar-les a terme. Per tant, si hi ha algun aspecte que no entens, pregunta-ho. Recorda que una de les possibles instruccions d'alguna prova de selecció és que durant la realització d'aquesta no pots fer cap pregunta.
- Les primeres preguntes o fases de les proves normalment són més senzilles i a mesura que avança la prova augmenta la dificultat. Si dubtes o t'encalles en algun moment d'una prova de selecció **avança i intenta** resoldre aquesta qüestió al **final de la prova**.
- **Organitza't i planifica't el temps** que et donen per realitzar la prova.
- La **confiança, la tranquil·litat, la sinceritat** i l'educació han de ser les teves companyes en la realització de qualsevol mena de prova de selecció i et donaran la garantia per obtenir uns bons resultats.
- L'**autoconeixement** és clau a la recerca de feina. Et recomanem que abans d'un procés de selecció facis el test d'interessos professionals a:  
<https://testinteressos.barcelonactiva.cat/>

## PER PRACTICAR

- Aquí podràs practicar tests psicotècnics per tal de consultar-ne i familiaritzar-te amb ells.  
<https://www.psicoactiva.com/test/psicotecnicos/>
- Pàgina web on trobaràs exemples d'exàmens d'oposicions a nivell nacional.  
<https://www.examenesoposiciones.com/>
- Article que defineix que és un Assessment Center i les proves relacionades.  
<https://www.unir.net/empresa/revista/assessment-center/>
- Pàgina web per conèixer millor les dinàmiques de grup en selecció de personal.  
<https://www.synergie.es/blog/dinamicas-de-grupo-seleccion-de-personal/>