

# MÉTODO STAR PARA CONTESTAR PREGUNTAS POR COMPETENCIAS



Los talleres de preparación para el trabajo son posibles gracias al auspicio de



La palabra STAR corresponde a las siglas del acrónimo: Situación, Tareas, Acción y Resultados.

El método o modelo STAR es una técnica diseñada para evaluar comportamientos que evidencien si el entrevistado posee o no la competencia que se pretende evaluar.

Siguiendo los conceptos que están en las palabras que componen el acrónimo, el asunto es plantear o definir una situación en el pasado, las tareas que la persona evaluada tuvo que realizar ante dicha situación, las acciones que tomó y cuáles fueron los resultados alcanzados.

Para contestar con coherencia a este tipo de pregunta, es necesario que sigas un orden lógico. Por ejemplo:

## **Situación**

Describe lo mejor posible qué, cuando, dónde pasó. Es decir, tienes que delinear muy bien el contexto, proveyendo detalles relevantes.

## **Tarea**

Relata con exactitud qué se esperaba de ti en la situación y además, no te olvides de dar a conocer las medidas que tomaste de manera particular para resolver dicha situación.

## **Acciones**

Explica a través de conductas acompañadas de competencias lo que decidiste hacer para resolver la situación. Enmarca correctamente las acciones que te llevaron a tener el resultado obtenido, añadiendo el motivo por el cual decidiste aplicar dichas acciones y por qué dejaste de lado otras que para ti no eran relevantes y por último, añade a esta explicación qué recursos utilizaste y cómo los aplicaste.

## **Resultado**

Comenta cuál fue el resultado que obtuviste como fruto de tus decisiones, si lo puedes cuantificar mucho mejor. Además, relata las consecuencias, lo que aprendiste, cómo fue percibido este resultado en tu entorno o si recibiste algún tipo de reconocimiento.



## Método Star

Afrontar este tipo de entrevistas, es todo un reto. Para ello, tienes que prepararte mentalmente para contestar certeramente este momento. Para esto, sigue estas recomendaciones:

- Realiza un análisis de todas aquellas situaciones laborales donde pudiste demostrar tus competencias y ordénalas dependiendo de las competencias que describan.
- Averigua qué competencias requiere el puesto de trabajo, que en muchos casos se especifica en la oferta de empleo.
- Exprésate en positivo, muestra buena actitud y proyecta confianza en lo que dices.
- Sé breve.
- Si tienes cuantificado los resultados, mucho mejor.