



|                |                           |                                 |                   |
|----------------|---------------------------|---------------------------------|-------------------|
| <b>Negocio</b> | Tirada: <b>60.000</b>     | Sección: <b>-</b>               |                   |
|                | Difusión: <b>60.000</b>   | Espacio (Cm_2): <b>176</b>      |                   |
| Nacional       | Audiencia: <b>210.000</b> | Ocupación (%): <b>18%</b>       |                   |
| Economía       |                           | Valor (€): <b>1.441,45</b>      |                   |
| Diaria         | <b>07/09/2009</b>         | Valor Pág. (€): <b>7.973,00</b> |                   |
|                |                           | Página: <b>30</b>               | Imagen: <b>No</b> |

## ENTRE LIBROS

MARTÍN  
HERNÁNDEZ  
PALACIOS



### Autocontrol

**Título:** Jefes tiranos y ejecutivos agresivos  
**Autor:** Shapiro, Jankowski y Dale



Una de las más difíciles tareas que tiene un directivo es la de bregar con la gente. Pulan por la sociedad una gran cantidad de personas intratables, amargadas, resentidas, acomplejadas, badulaques, pero, ¿qué sucede cuándo es así nuestro jefe?. Este libro de Shapiro, Jankowski y Dale, nos da algunas claves para aumentar el control sobre nuestras emociones.

Afirman los autores que el tratar con una persona compleja puede ser todo un reto, cuánto más se altera uno más se resiente su personalidad, y al contrario, el que controla sus emociones tiene más posibilidad de alcanzar resultados positivos. Una de las mejores citas que proporciona el libro es la de Elizabeth Kenny (una enfermera australiana pionera en el tratamiento de la poliomielitis) para quien "el que te encoleriza, te vence".

El problema es que el enfado depende del momento en que te sorprenda, y si al estrés habitual añadimos un mal día o un problema familiar, las posibilidades de autocontrol, se ven mermadas.

Este ensayo también aporta anécdotas como la del JP Morgan. Era un tirano, sin embargo pagaba muy bien a los empleados. Cuando le preguntaron a uno de estos esclavos por qué seguía trabajando para él, contestó: "Nos tiene agarrados por las limusinas".

Para lidiar con los personajes complejos, los autores proponen un método para enfriar las emociones al que han llamado S.I.T.; aconsejan sintonizar con el personaje problemático, interrogarle a fin de obtener información y tranquilizarle para transmitirle nuestra voluntad de acuerdo. ♦

Martín Hernández-Palacios es director general de Aliter.