

¿Padece usted de «jefobia»?



Por M. Forest

Un jefe excesivamente autoritario y exigente no sólo puede arruinar la carrera de cualquier persona, sino que es capaz de destruir la autoconfianza de los que trabajan para él y, además, dañar la economía de una familia al ser el causante de que un empleado renuncie a su posición. Sin embargo, a veces la culpa no es toda de él. Debido a la falta de comunicación se crea una relación entre jefe y subalterna en la que el temor se sobrepone a actitudes racionales.

Si alguna vez usted se ha sentido atrapada en una situación de temor-al-jefe, sabrá lo que representa tener frente a usted a un señor que le pregunta si ha terminado lo que le encomendó hace sólo una hora, sin darse cuenta de que poco antes le había pedido hiciera varias gestiones (¡urgentemente!) que por lo menos requerían medio día de trabajo. ¿Qué ha hecho en esos casos? ¿Temblar como una hoja, sin poder evitar que sus manos suden copiosamente...? ¿O ir a llorar al cuarto de baño, como hace cada vez que piensa que la van a despedir porque no hace nada bien?

Hasta cierto punto es lógico que en nuestros primeros días en un trabajo estemos un poquito nerviosas... pero si alimentamos ese estado, estaremos creando una condición negativa. Para poder superar esa etapa decisiva en nuestro futuro (generalmente, el resultado del trabajo realizado el primer mes, determina si nos quedamos o no en una empresa) debemos tener en cuenta los siguientes puntos:

¡Controle sus emociones! El temor generalmente bloquea el entendimiento. Si usted es de las que se aterra cuando su jefe la llama o le está dando instrucciones... ¡está perdida! Trate, por todos los medios, de mantenerse serena... y no dude en preguntar si no ha entendido algo. Recuerde que su superior también tiene que acostumbrarse a usted. ¿Una idea? Cada vez que su jefe la llame, lleve un cuaderno para que anote lo que le pida; si son varias cosas, pídale un «orden de prioridades».

Tome medidas si le toca un jefe que no se comporta correctamente. Aunque casi siempre las dificultades de esos primeros días tiene su origen en el desconocimiento de las nuevas funciones y en el ajuste de personalidades que tiene que surgir entre supervisor y empleado, en ocasiones no somos culpables de otras situaciones anormales. Está el caso del jefe que no simpatiza con su nueva secretaria o asistente... o el del que simpatiza demasiado, y hasta llega a sobrepasarse en sus atenciones. En cualquiera de estas dos posiciones, va a ser muy difícil que se establezca una relación sana; para evitar males mayores. Hay que tomar precauciones. Diríjase al supervisor general o a la persona que se

encarga de los asuntos del personal, y dé las quejas. Si es posible, ¡pida un traslado!
Sea, cortés con su jefe, ¡pero siempre mantenga la distancia! Por muy buenas que sean las relaciones entre jefe y empleado, nunca se deben confundir los términos. Fuera de la oficina, hasta puede ser su mejor amigo... pero dentro de ella, es sólo la persona que administra ocho horas de su vida, y a quien usted debe tratar con mucho respeto (sin que esto quiera decir que le tema). Después de todo, él es un ser humano igual que usted, y si a alguno de los dos no le conviene relacionarse con el otro. ¡Hay otros caminos!

Dra. Zoila E. Padilla CIRUJANO DENTISTA

Consulta: 8 a 12 m. y 2 a 6 p.m.
Horarios especiales por cita

Calle Arce N° 808
Entre 9a. y 11a. Av. Norte
Tel. 71-1491

DR. ROBERTO A. CASTRO GARCIA CIRUGIA ORAL Y MAXILOFACIAL

Post Grado Hospital Universitario, San Juan Puerto Rico
• MEDICINA Y CIRUGIA DE ENFERMEDADES DE LA BOCA
• TRATAMIENTO DE FRACTURAS DE LOS MAXILARES
• CORRECCION DE LAS ALTERACIONES DEL CRECIMIENTO DE LOS MAXILARES
Centro Profesional Los Héroes, 23a. C. Pte. y Blvd. de Los Héroes L-30, San Salvador. Lunes a viernes 2 a 7 p.m. Sábado 8 a.m. a 1 p.m. Teléfonos Clínica 25-3844 Residencia 26-8892

CENTRO MEDICO SANTA ANA

DR. OSCAR A. GOMEZ

Miembro S.O.C. BRAS DE ORTOPEdia Y TRAUMATOLOGIA
Graduado - Post Grado - Universidad Sao Paulo, Brasil
Deformaciones de Pie - Artritis - Columna - Fracturas - Luxaciones
Niños - Adultos
Emergencias toda hora. Radio Control. Tel. 40-0684
Residencia 41-3586. CENTRO MEDICO 40-2144

Dr. René Eduardo Vargas Morán

GASTROENTEROLOGIA - MEDICINA INTERNA - ENDOSCOPIA DIGESTIVA
POST-GRADO CENTRO MEDICO LA RAZA
INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL

CLINICA: Condominio Médico B
Primera Planta, Local N° 7,
Boulevard Tutunichapa.

Teléfono Clínica: 26-9179
Radio Búsqueda: 23-1133
Unidad 2448

CONSULTAS:

Lunes a viernes:
Mañana: 9:00 a.m. a 12:00 m.
Tarde: 3:00 p.m. a 6:00 p.m.
Sábados:
de 9:00 a.m. a 12:00 m.

DR. JULIO ALEJANDRO MURRA SACA GASTROENTEROLOGIA Y MEDICINA INTERNA

Diplomado por el State of California
Board of Medical Quality Assurance

Endoscopia del aparato digestivo, enfermedades del aparato digestivo, tratamiento de hemorroides por método moderno sin dolor, sin anestesia en la clínica.

Edificio Centro Scan 3er. Piso Urb. La Esperanza Fte. Ginecológico. Tels. 26-8545, 26-5358, 26-9777 26-1235, Ext. 271

En Santa Tecla

CENTRO OFTALMOLOGICO

7a. Av. Norte 2-7 Santa Tecla. Frente al Cafetalón.
Dr. ERNESTO LAZO AMAYA, DR. DANILO CASTRO MARIN
Médicos Oftalmólogos.

— Enfermedades de los ojos, adultos y niños — Cirugía de los ojos, sin hospitalización. — Cataratas, Pterigión, Cirugía Plástica de los ojos y párpados.

Horario: de lunes a viernes: 9 a.m. 12 m.; 2 p.m. a 6 p.m.
Sábados: de 9 a.m. a 12 m. Tel. 28-0553

Quejas de los peluqueros

Cualquier estilista del mundo, aun el más amable y capacitado, ha tenido que soportar críticas, a veces injustas, de sus clientes descontentas. Sin embargo, muy raras veces una cliente ha tenido que enfrentarse al juicio severo de un peluquero respecto a sus caprichos o sus intromisiones.

Una encuesta realizada recientemente en Francia, en muchos salones de belleza de ese país, reveló algunas de las quejas más corrientes que tienen los estilistas (mujeres y hombres) de sus clientes. Veamos cuáles son:

* Esperar que un nuevo estilo de peinado resuelva todos sus problemas de belleza. Muchos peluqueros se quejan de que ciertas mujeres piensan que un profesional puede ponerles las manos en la cabeza y que, tras unos toques mágicos, puede resolverles todas las insatisfacciones que tengan con respecto a su rostro y su apariencia general, o que lo culpen del poco éxito que logren después de salir del salón de belleza. Según ellos, lo más importante en cualquiera es un buen carácter y una personalidad agradable y positiva. Contando con estos ingredientes, un corte, un tinte y un peinado sí pueden obrar milagros.

* Las que maltratan su pelo regularmente y luego suponen que el estilista, como por encanto, les restaurará una cabellera ejemplar. Esto es imposible. Cada mujer tiene la responsabilidad de su propio pelo y a ella le corresponde, pues, su cuidado y mantenimiento. Si se lo cuida adecuadamente en todo momento, a los estilistas les gustará tratarlo y usted obtendrá mejores resultados.

* Las que quieren usar siempre lo que está de última moda y pretenden que todo quede bien. Este error es muy corriente. Lo ideal es que



la cliente le sugiera a su peluquero el estilo que prefiere y que, de acuerdo con esto y sus rasgos factales, el estilista le haga lo que más la favorece. No le lleve nunca una foto, demandando que su pelo le quede como una copia exacta del modelo. Si acaso, preséntesela como una sugerencia, y nada más.

DR. LUIS VASQUEZ

ENFERMEDADES DEL COLON, RECTO Y ANO

Tratamiento de HEMORROIDES, sin hospitalización ni anestesia

PLAZA MEDICA LA ESPERANZA (frente Embajada Americana), Edif. "J" N° 211 Tels. 21-5815, 21-5816. Radio 23-1133. Unidad 2805

MINUSCAL

EL UNICO TRATAMIENTO ADELGAZANTE EFECTIVO A BASE DE HIERBAS NATURALES SIN CONTRAINDICACIONES.

Distribuidor exclusivo:
Farmacia San Nicolás
Mayoreo
1a. Calle Poniente 550
Tels.: 22-6777, 22-6900

El Tratamiento Adelgazante MINUSCAL es un programa completo a base de tabletas de hierbas naturales que ofrece resultados a corto plazo y no tiene contraindicaciones.
MINUSCAL viene para que usted comience ya mismo su camino hacia una figura esbelta.
Indicado para hombres y mujeres de cualquier edad.