

DOSIER DE PRENSA



## *Lidérate* - Agustín Peralta

El libro del método FASE®. El método definitivo para ser más productivo

Encuadernación:	Rústica con solapas
ISBN:	978-84-17114-08-4
Formato:	x cm
Pág.:	202
Idioma:	español
Colección:	Autenticidad y sentido
PVP:	16,50 € - Ebook: 8,49 €
Fecha de publicación:	13 de enero de 2021

¿TIENES LA SENSACIÓN DE QUE PODRÍAS SER MÁS PRODUCTIVO SI UTILIZARAS LA ESTRATEGIA CORRECTA?

¿TE GUSTARÍA DISPONER DE MÁS TIEMPO PARA ENCONTRAR UN EQUILIBRIO ENTRE VIDA PERSONAL Y PROFESIONAL?

### SINOPSIS Y NUEVO CAPÍTULO

*Lidérate* descubre el **Método FASE**, creado por Agustín Peralta, con el que centenares de personas han conseguido ser más eficientes y efectivos en su trabajo, disponiendo de más tiempo libre para su familia y amigos. Este libro muestra como autoliderarse de forma sencilla, paso a paso, y cómo implementar la metodología en el día a día para llegar mucho más lejos de lo imaginable.

#### 7ª EDICIÓN AMPLIADA Y ACTUALIZADA

Esta 7ª edición, presenta un **nuevo capítulo: "Trabajo en remoto"**. En él se hace una revisión del libro en esta parte final del 2020, pues es evidente que se trata de un año que pasará a la historia como el que marcó el mayor cambio de las reglas de juego del trabajo para muchos. La búsqueda de la efectividad al trabajar en remoto ha sido para muchos líderes y profesionales algo excesivamente complejo pero, sin embargo, *Lidérate* nos invita a la reflexión y la observación de uno mismo, pues ese es el primer paso hacia el cambio efectivo.

## INCLUYE UN NUEVO CAPÍTULO DE TRABAJO EN REMOTO

### EL AUTOR

---

Agustín Peralt es doctor en **Administración y Dirección de Empresas**, MBA por ESADE, **mentor de directivos**, **profesor universitario** y **conferenciante**. Tras más de 15 años de experiencia directiva en multinacionales y empresas familiares con vocación internacional, llevó a cabo una reinención profesional hacia el área de la formación. En el proceso, creó el método FASE, que logra en un tiempo récord que mejores la gestión de tu tiempo, incrementes la eficiencia en tu trabajo y avances hacia el autoliderazgo disfrutando de un estilo de vida más satisfactorio.

En *Lidérate*, el autor nos da las ideas clave para aplicar este método y alcanzar una satisfacción plena en nuestra vida desde su propia experiencia vital y la de muchos de sus clientes.

[www.agustinperalt.es](http://www.agustinperalt.es)



© Rodrigo Márquez

## PRÓLOGO DE NARCIS ROURA, DIRECTOR GENERAL DEL SUR DE EUROPA DE PEPSICO

### FRASES RELEVANTES DEL LIBRO

---

- «Actualmente la sociedad está expuesta a un exceso de información y vive conectada a través de internet veinticuatro horas al día. Esto supone un esfuerzo extra a la hora de gestionar bien el tiempo debido a las distracciones y los malos hábitos que provocan las nuevas tecnologías, sin embargo, poseemos más capacidades de las que creemos para superar obstáculos o afrontar grandes retos».
- «Trabajar de manera efectiva requiere muchas cosas: humildad de querer hacerlo; honestidad con uno mismo; y por supuesto, esfuerzo con acción consistente para cambiar hábitos muy arraigados».
- «La implementación del Método FASE te llevará a alcanzar la eficiencia, de manera que las horas que pases trabajando serán horas reales y no la suma de muchas interrupciones en nuestro trabajo».
- «Sustituyamos las horas de lamentos y crítica por horas para incorporar un método que nos ayude a alinear prioridades, a saber priorizar a nivel individual, a recuperar el trabajo con atención plena de calidad, a saber decir que no de manera asertiva y, sobre todo, a poder aspirar a conciliar con sensación de control y sin estrés ni sentimiento de culpa en ningún sentido».
- «La cuestión es conocer las buenas prácticas, consejos e ideas que nos pueden ayudar a lograr ser efectivos desde los primeros días de teletrabajo».
- «En un breve periodo de tiempo, es posible pasar de lo más profundo del pozo, del caos personal y profesional más absoluto, a una vida felizmente equilibrada.»

## ALGUNAS REFERENCIAS

---

- «Este libro ha supuesto una guía para organizar mi día a día. Me ha ayudado con “recetas” sencillas y realistas a aumentar mi productividad en el trabajo [...]»

**Quique Dacosta**, cocinero y empresario

- «Agustín proporciona una cultura de trabajo personal y de equipo que te permiten tener mayor control, menos estrés, centrarte en lo importante y conseguir mejores resultados»

**Cristina Olabarria**, directora de admisiones y miembro del Comité de Dirección de ESADE

- «Con el método, la adaptación al teletrabajo ha sido muy fluida y la gestión del equipo más eficiente. La adaptabilidad del método FASE al entorno ha sido la clave».

**Pablo Rodríguez**, Managing Director en BMG Iberia - Grupo Bertelsmann

- «El libro de Agustín y su método FASE me han descubierto una forma de gestionar mi tiempo de forma sistemática y he ganado en productividad, en tranquilidad y en autoconfianza».

**Javier Gómez-Ferrer**, director área legal BDO Abogados y Asesores Tributarios. Abogado del Estado en  
excedencia

WEBINAR SOBRE *LIDÉRATE*

JUEVES, 28 ENERO 2021 - 19:00 h



MÉTODO FASE LOGRA EN UN TIEMPO RÉCORD QUE MEJORES LA GESTIÓN DE TU TIEMPO, INCREMENTES LA EFICIENCIA EN TU TRABAJO Y AVANCES HACIA EL AUTOLIDERAZGO DISFRUTANDO DE UN ESTILO DE VIDA MÁS SATISFACTORIO

---

Para concertar una entrevista con el autor, no dudes en contactar. ¡Que disfrutes de la lectura!

Bibiana Ripol - 93 368 84 66 - 607 71 24 08 [bibiana@ripol.es](mailto:bibiana@ripol.es)

Eduarne Sagasti - [brcomunicacion@ripol.es](mailto:brcomunicacion@ripol.es)

