



OVIEDO

# «Una persona optimista tiene mejor salud y rinde más en el trabajo»

Fandos anima a los empresarios de la Cámara de Comercio a ser positivos para salir de la crisis

25.09.09 - A. S. | OVIEDO

0 votos

0 Comentarios | Comparte esta noticia »

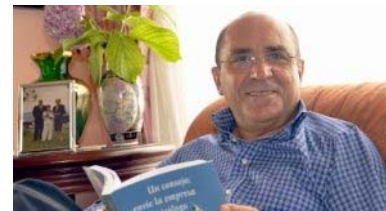
Policarpo Fandos es psicólogo, economista, optimista y feliz. Así se considera. Precisamente de eso habló ayer en la Cámara de Comercio, donde impartió una conferencia organizada por el SECOT, del que es miembro, y titulada 'Psicología positiva en las organizaciones'.

Sostiene que ser optimista «es parte de nuestra voluntad» y que se consigue «intercambiando emociones, siendo generosos, hablando con quienes nos rodean y ayudándoles. El dolor es inevitable pero es opcional, se debe ser positivo. Aunque con cuidado, porque si no caeremos en el optimismo utópico», advirtió este ovetense afincado en Las Palmas de Gran Canaria desde hace más una década.

Fandos se refirió tanto «al aspecto público como al privado de nuestra vida». Una persona optimista «tiene mejor salud y rinde más» y eso afecta al trabajo donde el jefe «es una pieza fundamental en el funcionamiento». A él le compete buscar la armonía del equipo. Y si no lo consigue, «envíe la empresa al psicólogo». Ese es el consejo que les brindó ayer a los empresarios que asistieron a su charla, y el título de su libro, donde recoge cómo afecta el optimismo al desarrollo de una empresa.

Reconoció que «si nos empeñamos en ver las cosas negras, tendremos sobrados motivos, pero no avanzaremos, y eso no nos lo podemos permitir». Más en estos tipos de crisis, pero aún así «hay que ver lo bueno». «Yo me sumo a la corriente de optimismo del presidente del Gobierno porque hay que incorporar confianza».

- Equilibrio:** «Es el motor para conseguir el optimismo. Si se rompe el equilibrio emocional no lo conseguiremos».
- Esfuerzo:** «Hay que esforzarse por ser positivo».
- Perseverancia:** «Para ver las cosas con optimismo».
- Impulsos positivos.**
- Compromiso:** «Con la empresa, para incrementar la productividad. Que el trabajador la sienta como algo suyo».
- Estimular la pasión:** «Hay que vivir cada día de forma apasionada, vibrar con lo que hacemos».
- Autoconfianza:** «Para ser capaces de ver en cada problema una oportunidad»
- 'Resiliencia':** «Es un concepto nuevo que significa tener la fortaleza para salir de cualquier situación difícil sin rasguños, ganando».
- Superación:** «Para hacer cosas bien todos los días».
- Realismo:** «Hay que partir de ahí para ser optimista».



El psicólogo, con su libro ayer en su casa. /J. D.

## ¿SALDREMOS DE LA CRISIS CON ZAPATERO?



Votaciones abiertas

Vota entre los 1000 primeros y gane  
1.000 €uros y un MERCEDES GLK

A los que no tienen trabajo les animó a «salir de casa y buscar, formarse, ampliar su conocimiento». Y a los lectores de EL COMERCIO les ofreció un decálogo en el que «el equilibrio emocional es imprescindible para conseguir el optimismo y también la felicidad».