

## “Sin claridad y foco en las personas, es imposible sostener resultados a largo plazo”: la visión de Mònica Moles, consultora empresarial

Moles explica cómo el desarrollo de las personas se ha convertido en una palanca estratégica para mejorar el rendimiento en las organizaciones

**E**n un entorno empresarial marcado por la prisa constante, la sobrecarga mental y la presión por obtener resultados, muchas organizaciones empiezan a notar que algo no encaja, aunque los números sigan saliendo. Es en ese punto donde interviene el trabajo de Mònica Moles, consultora empresarial especializada en acompañar a pymes y despachos profesionales que necesitan mejorar rendimiento sin sacrificar a las personas.

**Durante años vi cómo el estrés y la presión sostenida afectaban a las personas y a las organizaciones, y busqué herramientas para aportar más claridad y equilibrio al día a día profesional”**

Economista de formación, Moles inició su trayectoria profesional en el ámbito de la fiscalidad y la contabilidad, e incluso llegó a fundar su propia asesoría. Con el tiempo, empezó a detectar que detrás de muchos problemas empresariales no había solo cuestiones organizativas o falta de recursos, sino personas con un alto nivel de exigencia, poco margen para parar y tomando decisiones en automático, lo que acaba impactando en el foco, la comunicación y el rendimiento. “Durante años vi cómo el estrés y la presión sostenida afectaban a las personas y a las organizaciones, y busqué herramientas para aportar más claridad y equilibrio al día a día profesional”, explica. Ese proceso la llevó a formarse en coaching, programación neurolingüística, mindfulness y gestión emocional, hasta consolidar un enfoque profesional claro: acompañar a organizaciones que buscan trabajar mejor, con mayor claridad, foco y equilibrio. En 2014 dio forma a Zentrum Coaching, un proyecto que hoy integra consultoría y formación con un enfoque humano, práctico y orientado a resultados.



**Las personas van muy rápido, hacen muchas cosas, pero sin pararse a revisar prioridades, criterios de decisión o el impacto real de su forma de trabajar”**

Zentrum Coaching trabaja principalmente con pymes y despachos profesionales que afrontan retos muy concretos: saturación, falta de concentración, estrés acumulado y dificultades para sostener un ritmo de trabajo saludable. “Las personas van muy rápido, hacen muchas cosas, pero sin pararse a revisar prioridades, criterios de decisión o el impacto real de su forma de trabajar”, explica Mònica Moles. Ese funcionamiento automático, añade, genera ruido mental, tensiones internas y una pérdida progresiva de sentido, que no puede resolverse sin revisar cómo se trabaja, se decide y se desarrollan las personas dentro de la organización. Uno de los grandes errores que detecta en las organizaciones es intentar abordar el estrés sin revisar qué lo provoca. “Antes de hacer un curso, hay que mirar cómo se trabaja, cómo se comunican las personas, cómo están definidos los roles o cómo se toman las decisiones”, afirma Mònica Moles, para quien el bienestar debe entenderse como parte de un sistema que

incluye la forma de trabajar, decidir y desarrollar a las personas dentro de la organización.

Su metodología se apoya en la integración de bienestar, gestión emocional, desarrollo de las personas y eficiencia como factores estratégicos de rendimiento. Lejos de aplicar soluciones estándar, diseña acompañamientos ajustados a cada organización, con impacto en el alineamiento, la comunicación, la calidad del servicio y la sostenibilidad del negocio.

**Las circunstancias no siempre se pueden cambiar, pero sí la manera de responder a ellas”**

Los resultados, explica, no tardan en aparecer. “Lo primero que cambia es la conciencia”, asegura. Tras los procesos de

e empresas de  
VANGUARDIA

Una iniciativa de La Vanguardia  
para dar voz a las PYMES

DESCUBRE MÁS EN  
[www.lavanguardia.com](http://www.lavanguardia.com)