

ECONOMÍA & EMPRESA

ENTREVISTA

Una persona feliz en el trabajo es hasta un 30% más productiva

Héctor Puche Presidente de la Fundación Budhi

Héctor Puche, quien también es miembro de la academia de neurociencia y educación en España (ANE), adelanta una iniciativa que busca ofrecer a las personas y empresas una nueva vía para mejorar el desarrollo de la conciencia a partir del empleo de técnicas neurocientíficas. Hemos hablado con él para conocer en qué consiste una propuesta que practica desde 2008 y que trajo a España en 2014.

¿Qué beneficios aporta a las empresas el desarrollo de la conciencia?

El principio de nuestra metodología se basa en estimular, mediante la formación profesional, cambios internos que

permitan incidir en aquello que favorece a mejorar las condiciones laborales y el desarrollo de las personas que integran las empresas a través de técnicas neurocientíficas. Lo que hacemos es potenciar la descon-

exión de la zona límbica de manera consciente para incidir en el uso del lóbulo prefrontal a la hora de la toma de decisiones ejecutivas y comunicación entre empleados.

¿En qué afectan una y otra zona?

Lo que se busca es que las personas sean menos reactivas y más humanas. Somos animales sociales que respondemos en función del entorno en el que nos encontramos. La zona límbica es la que potencia la competitividad, mientras que el lóbulo prefrontal se centra



Foto: Rosvima

La fundación trabaja para mejorar el entorno de trabajo de las empresas

más en la cooperación o, lo que es lo mismo, la primera es más propensa a responder a entornos hostiles y el segundo a trabajar en otros más amables. Estamos convencidos de que potenciar el desarrollo de la conciencia en un entorno laboral amable hace que las personas rindan más porque se sienten más cómodas.

Hacer felices a los trabajadores...

Eso es. Las empresas deben invertir en la felicidad de los

trabajadores porque está demostrado que una persona feliz en el trabajo es hasta un 30% más productiva. Las técnicas neurocientíficas que empleamos permiten proporcionar a las empresas entornos sanos mental y emocionalmente que permiten al trabajador y a sus directivos sacar la mejor versión de sí mismos. A través del coaching podemos ayudar a crear esos entornos positivos y a mejorar la relación entre jefe/empleado y entre los propios trabajadores.

Pero cada empresa es un mundo.

Sin duda. Por eso lo primero que hacemos es medir los niveles de conciencia del ecosistema que es cada empresa y preguntar qué quieren para saber si el líder desea ese cambio,

porque la imposición es antipedagógica. Es un cambio de paradigma en la relación que suelen entender bien los altos directivos, pero no tanto los mandos medios, que están acostumbrados a un entorno competitivo y hostil.

¿A quién se dirigen estos procesos de coaching?

A cualquier empresa que esté saturada por repetir los mismos fracasos y busque una vía para cambiar a partir de la neuroeducación empresarial para conseguir entornos sanos y seguros basados en la confianza y la cooperación. En la práctica, en la Fundación, trabajamos con despachos de abogados, asociaciones de psicólogos clínicos, clínicas, pymes, consultoras... Es una metodología dirigida hacia las personas, de manera que se adapta a perfiles variados de empresas.

“El futuro es pensar en presente”



FUNDACIÓN BUDHI

www.fundacionbudhi.org

PERFILES PARA TERAPIA

- Profesionales que quieran alcanzar el éxito personal.
- Empresas que inviertan en la felicidad de sus empleados y directivos.
- Colegios/institutos/universidades.
- Entidades gubernamentales.
- Cualquier tipo de persona que esté saturada del sufrimiento.
- Personas que quieran empezar procesos de crecimiento interno.
- Personas que quieran ser facilitadores del desarrollo de conciencia.

EL TIEMPO

Felicidad hace que empresas cambien

Barranquilla. Héctor Puche, director de la Fundación Budhi y miembro de la Academia de Neurociencia y Educación, se encuentra en la capital del Atlántico ofreciendo charlas capacitaciones y seminarios a distintas empresas de la ciudad.

Academia

En la capital del Atlántico ofreciendo charlas capacitaciones y seminarios a distintas empresas de la ciudad.

El comunicador social asegura que en la medida en la que las personas desarrollen su consciencia místicamente hablando su campo mental se amplía, lo que permite que la forma de enfrentar distintas situaciones cambie.

En resumidas cuentas, Puche insiste en la felicidad como una alternativa



Héctor Puche, presidente de la Fundación Budhi. Andrés Artuz F/ETCE

va para que las personas que ejecuten alguna labor la realicen con mayor empeño y se superen los resultados que se esperan.

“Un trabajador que se siente a gusto con lo que hace, independiente de la paga que recibe, va a hacer su trabajo siempre motivado, pero para ello el empleador o dueño de la compañía debe comenzar a entenderlo antes”, explicó.

Agregó que ese tipo de modelos se evidencian en empresas conocidas a nivel mundial como Google.

Viernes 13 de Octubre de 2017 | 7

ACTUALIDAD **adn**

OSCAR BERROCAL / ADN



El barranquillero Héctor Puche García, director de la fundación Budhi, es uno de los conferencistas.

Encuentro por las empresas felices

Herramientas para los ambientes laborales

Javier Franco Altamar
Barranquilla

● ¿Cómo están gestionando la felicidad las organizaciones? ¿Está la ética en el plan de negocios de las empresas? ¿Qué significa realmente cuidar el planeta? Estas y varias inquietudes más serán resueltas en Barranquilla el 20 de octubre en una agenda de conferencistas nacionales e internacionales que se darán cita en el Congreso de Felicidad Empresarial.

Será en el hotel Movich y se realizará este año, bajo el lema ‘Organizaciones con Propósito’. “Traemos las mejores prácticas a nivel mundial y los mejores

286

por ciento ha subido la productividad en casos donde el ambiente de trabajo es de felicidad.

referentes en los temas de Bienestar, Medio Ambiente e Impacto Social”, dice el documento de promoción.

Psicología Positiva, Neurociencia y Programación Neurolingüística estarán presentes como telón conceptual. El barranquillero radicado en Madrid (España) Héctor Puche García,

director de la fundación Budhi, será uno de los conferencistas.

“La cabeza de toda empresa debe entender que es fundamental implementar la felicidad; y eso debe bajar en efecto cascada al resto de la organización. Con mi metodología, garantizo, como mínimo, un aumento del 30 por ciento en la productividad”, sostuvo Puche.

La felicidad, dijo, no es un asunto de momentos ni un estado de ánimo en específico, sino que implica un cambio de conciencia.

Puche dice que las encuestas realizadas ponen los salarios en la parte más baja de los criterios.

Felicidad, la decisión de Héctor Puche

Este barranquillero vive en España hace 16 años. En ese país descubrió la manera de “gestionar” su propia felicidad ayudando a los demás. También trabaja por la conservación del Amazonas.

TEXTO

Alejandro Rosales Mantilla

Twitter: @alejorosalesm

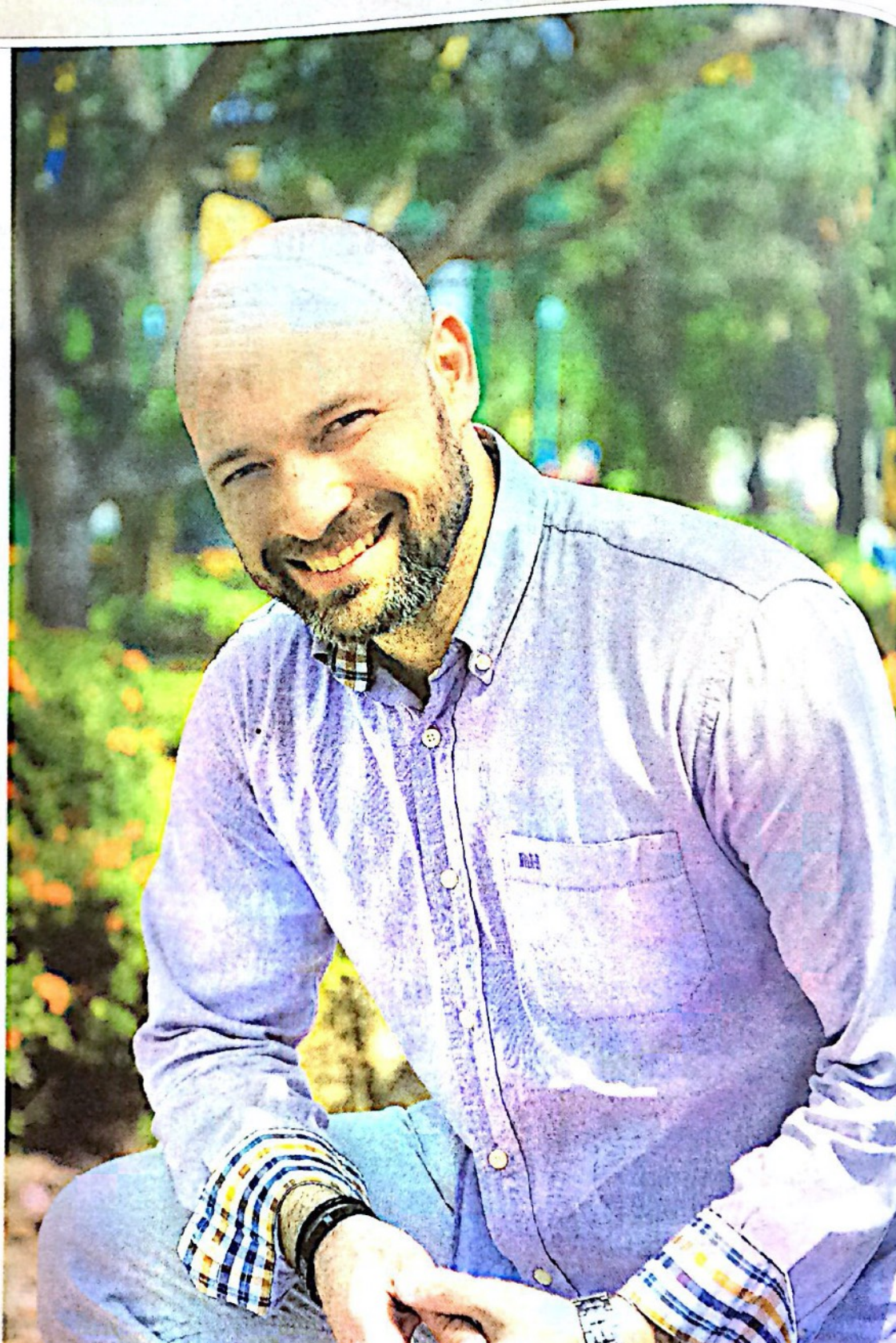
FOTOS

Orlando Amador Rosales

Héctor Puche tomó la decisión de ser feliz. Atrás quedó el accidente automovilístico que sufrió en 1989 con su familia y en el que murieron su padre y su hermana, para él, “su primera pequeña muerte”. Atrás también quedó el desprenderse de su tierra y viajar a España, donde está radicado desde el año 2001; o la frustración de no poder especializarse en Artes Visuales en Estados Unidos. Para este barranquillero, que extraña entrañablemente la musicalidad de lo cotidiano en el Caribe, la felicidad no es un estado emocional, como la tristeza o la alegría, sino una decisión de vida.

Enseñarles eso a otras personas es una de sus misiones. A través de la ...

Héctor es comunicador social de la Universidad del Norte. También es Experto en el Desarrollo de la Consciencia Humana.



EL HERALDO

... fundación Budhi (que en sánscrito quiere decir: "Conocimiento que viene de la fuente"), y de la que es fundador, Héctor imparte sesiones individuales y grupales de *coaching* transpersonal, y dicta talleres para que las personas aprendan a alcanzar la libertad emocional, dentro de las muchas otras cosas que hacen.

En una visita reciente a Barranquilla, Héctor dictó algunos de estos talleres a empresas. El mensaje era sencillo: un empleado feliz rinde más, por ende, la organización será más productiva.

"Si una empresa invierte en la felicidad de sus empleados, en su formación para entender y autogestionar la felicidad, va a tener un incremento de un 30%, mínimo. Hay empresas multinacionales que han llegado a un 65%. Cuando el empleado se levanta con ganas de ir a su trabajo, tiene mayor compromiso, sentido de pertenencia, proactividad, mejora la comunicación, se siente en un entorno seguro. Todas son ventajas", afirma Héctor. Agrega que el proceso comenzará a ser efectivo cuando la cabeza de esa organización se cuestione hasta qué punto él es feliz y sabe gestionar su felicidad. "Si la cabeza no cambia la gente que está por debajo siempre llegará a un tope, porque el que está por encima cree que no tiene que cambiar".

Héctor afirma que algunas de las multinacionales más exitosas en el mundo tienen un *life coach* en su nómina, para entender qué está pasando con su gente, si son felices, si están gestionando su felicidad, si vienen bien o mal desde su casa. Ahí —señala Héctor— se valora el ser, no el currículum, que de seguro es muy bueno, por eso fue contratado.

"Hay que levantarse cada día queriendo hacer lo que nos gusta, eso es fundamental. Si eres periodista, médico o abogado, por ejemplo, y te levantas sin querer ejercer tu profesión, entonces plantéate qué estás haciendo con tu vida", cuestiona el también comunicador social.

EL INICIO NATURAL DE TODO. Un sueño, eso motivó a que Héctor Puche decidiera terminar la empresa que él había creado junto a su "amiga del al-

ma" Lilián Pallares, Twenty for Seven, y concentrarse en la filantropía sin ser multimillonario. En ese sueño —describe— le decían "que tenía que volver a conectarse con la naturaleza".

"Empiezo a investigar y me encuentro con la problemática de la tala de árboles en el Amazonas, la piratería con la madera, las hojas, la explotación del terreno. Sentía que tenía que hacer algo para ayudar a que eso no se acabe. Les comentaba eso a mis amigos y me decían que yo estaba loco".

Entre el 2008 y el 2010 Héctor estuvo investigando sobre cómo desarrollar ese proyecto: nombre, colores, qué debía ofrecer, cuál era la problemática, "que empresas estaban detrás, las buenas y las corruptas".

Después de eso le dio vida al proyecto BeAmazon, del que sus amigos opinaban que seguía siendo una "absoluta locura". En Colombia, como era de esperarse, la idea tampoco recibió apoyo de las entidades oficiales. Esta no contemplaba la repartición de 'mermelada', solo la ayuda desinteresada a las comunidades y al cuidado de la selva. Sin embargo, la visita le sirvió para hablar con líderes indígenas del trapezio amazónico colombiano y cerciorarse del abandono estatal.

LAS MUERTES EN LA EXISTENCIA...

"Hay pequeñas muertes a lo largo de nuestra vida. La clave para renacer es darse cuenta cómo, cuándo y dónde has caído y en qué te quieres convertir cuando te levantes nuevamente".

EL TRABAJO EN EL AMAZONAS

Hoy día la fundación Budhi está a la espera de que la comunidad de Nazaret entregue 4.000 tejas hechas por ellos. La población está ubicada "en el trapezio amazónico colombiano, subiendo de Leticia por el río, dirección a puerto Nariño, aproximadamente a una hora". "La ayuda que les ofrecemos es de formación, porque si yo hago el trabajo no estoy ayudando estoy entorpeciendo su conocimiento", explica Héctor Puche, creador de la fundación.

"Ahí nació la Fundación Budhi, me di cuenta que yo me debía apersonar de eso. La Fundación es una formación constante que rompe paradigmas, quita filtros emocionales. Decidí concentrarme en eso, crear proyectos de desarrollo social sostenible pero que sean principalmente de formación para las comunidades indígenas". Añade que paralelo a eso él seguía con su "viaje de cambio interno". "Me decían que qué estaba fumando o tomando, que me veían en paz y que querían estar como yo. Nos empezamos a reunir dos personas y eso fue creciendo. Sin serlo, empecé hacer labores de *coach*. Me había entrenado yo solo del 2006 al 2010. El grupo pasó a ser de 20 personas y me trasladaba de Madrid a Cádiz, a Navarra y otros sitios para dar charlas sobre lo que yo hacía (...) Ahora ese es el segundo proyecto de la Fundación, la formación para la realidad occidental, realidad social de la gente urbana", expresa Héctor, siempre tranquilo, feliz.

Es claro en asegurar que "el futuro es pensar en presente", porque si se quiere hacer el bien, poner un grano de arena por el bien del planeta hay que empezar ahora, antes de que todo desaparezca, aunque suene trágico. GC



Héctor camina por senderos del parque Los Fundadores, uno de los lugares que más extraña de su natal Barranquilla.

EL HERALDO

LA VIDA PERSONAL DE ALBERT EINSTEIN LLEGA A LA 'TELE'

Geoffrey Rush protagoniza 'Genius', serie que además del aspecto profesional del científico explora las relaciones con sus esposas e hijos.

EN VIDEO QUEDÓ REGISTRADO ATRACO AL GATO BATIPSTA

Fotos: Orlando Amador

Este barranquillero se pasea el mundo enseñando a 'gestionar' la felicidad

EL ESCRITOR HÉCTOR PUCHE ENTREGA LAS CLAVES PARA ALCANZAR EL ÉXITO

Héctor Puche tomó la decisión de ser feliz. Atrás quedó el accidente automovilístico que sufrió en 1989 con su familia y en el que murieron su padre y su hermana, para él, "su primera pequeña muerte". Atrás también quedó el desprenderse de su tierra y viajar a España donde está radicado hace 16 años; o la frustración de no poder especializarse en Artes Visuales en Estados Unidos. Para este barranquillero, la felicidad no es un estado emocional, como la tristeza o la alegría, sino una decisión de vida.

Enseñarles eso a otras personas es una de sus misiones. A través de la fundación Budhi, de la que es fundador, Puche dicta talleres para que las personas aprendan a alcanzar la libertad emocional.

En su más reciente visita a Barranquilla, visitó la redacción de AL DÍA para mostrar un poco de su labor y presentar el segundo volumen del libro *El viaje del elefante*, que define como un viaje que deben realizar los humanos para crecer internamente. "Este texto está enfocado al desarrollo de la con-

ciencia en las relaciones de pareja. No tiene capítulos, sino lecciones de vida que corresponden a determinadas experiencias que he tenido a lo largo de los años".

Este comunicador social que desde el 2006 comenzó a estudiar en una escuela Neoplatónica para mejorar internamente, se considera un entrenador para la vida, al punto que es contratado por varias multinacionales para capacitar a su personal. "Ser feliz es una decisión de vida, algo que nadie va a hacer por ti, ese es el principal mensaje que se debe tener claro. Hay que entender el amor solución a todos los problemas y contemplar siempre la posibilidad de salir vencedores, solo de esta manera crecerá nuestro optimismo y entusiasmo para afrontar la vida", es el principal consejo de Puche.

En cuanto al ámbito empresarial, advierte lo siguiente: "Si una empresa invierte en la felicidad de sus empleados, en su formación para entender y autogestionar la felicidad, va a tener un incremento de un 30%, mínimo. Hay empresas multinacionales que han llegado a un 65%".

