GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Senderos de Silencio invita a reflexionar

Actualidad Empresarial | 19/02/2023 | 00:00

La reflexión ayuda a despejar dudas y encontrar soluciones a problemas que hasta ahora parecían muy difíciles de resolver.

De hecho, reflexionar en silencio es importante para parar por un momento la rutina diaria y evaluar fuera de la caja las razones para estudiar, trabajar y levantarse cada día. Esto resulta indispensable para alcanzar las metas previstas y vivir la vida que realmente se desea vivir.

Senderos de Silencio es una marca especializada en RR. HH. y consultoría que ofrece a las personas un programa profesional para reflexionar en silencio.

Reflexionar en silencio, un proyecto con profesionales

El equipo de profesionales de Senderos de Silencio está compuesto por personas con experiencia en la dirección de recursos humanos y la consultoría para empresas y para particulares en general. Este equipo ha desarrollado un nuevo programa llamado «Reflexionar en el silencio», el cual está pensado para ayudar a las personas a tomarse un tiempo para sí mismas en un ambiente tranquilo y confortable.

Los lugares escogidos para este proyecto están aislados de cualquier tipo de ruido que pueda interrumpir la calma y concentración durante la reflexión. Además, cada una de las actividades que se realizan son guiadas por los profesionales de Senderos de Silencio y están pensadas para potenciar el tiempo de reflexión en soledad o con el equipo de trabajo. Asimismo, también existen momentos para compartir y colaborar con el resto de participantes para promover la ayuda mutua. Durante este programa, no existe un modo de pensar único y los practicantes siempre tendrán a un experto en consultoría para escucharles y apoyarles a analizar con eficacia.

Datos relevantes sobre el programa de reflexión de Senderos de Silencio

En el tiempo de reflexión con el programa de Senderos de Silencio, el equipo de especialistas en consultoría de la empresa propone a los profesionales una serie actividades para desarrollar diversas habilidades blandas. Entre estas habilidades se pueden mencionar: el autoliderazgo, el sentido de la responsabilidad en el trabajo, el liderazgo y la calidad de las relaciones en los equipos. De la misma manera, les asesora y ayuda a evaluar cada uno de sus principios y valores, así como los cambios que necesitan ejecutar para crecer en su ámbito laboral, personal y familiar.

Todo esto está planeado tanto para individuos como para equipos de trabajo y compañías que buscan un poder desarrollar un proceso tranquilo donde reflexionar y ser asesoradas. En el programa se trabaja no solo con textos de carácter profesional, sino también con lecturas de otro tipo de textos que ayudan a facilitar el proceso de reflexión. Textos de Charles Peguy, Winston Churchill, Stanislavski y Viktor Frankl, entre otros. El programa aporta las preguntas necesarias para que ese proceso de reflexión sea fructífero, pudiendo abordar así mejor la realidad de su trabajo, cómo lo hacen y las razones por las que lo hacen.

En conclusión, el tiempo para reflexionar en silencio ofrecido por Senderos de Silencio ayuda a conseguir serenidad y paz interior, a relacionarse de mejor manera con la realidad, visualizar las cosas con mayor eficacia y prepararse para enfrentar situaciones diversas.

Todas las personas necesitan disponer de una foto fija del momento que viven para poder decidir hacia dónde han de dirigirse.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/198002-senderos-de-silencio-invita-a-reflexionar.htm