

Cronoprogramación: La Sastrería del Tiempo

Una profesión cuya misión es el diseño de una vida que merezca ser vivida con consciencia y con pasión

“La inteligencia es la habilidad para adaptarse al cambio”

Stephen Hawking

La vida avanza y cambia y no espera a nadie. Adaptarse es, siempre, un requisito imprescindible para la supervivencia. Hoy en día, ser capaz de asimilar las novedades, los nuevos estilos de vida, las tecnologías, los cambios climáticos, la migración, la transculturación (recepción por un pueblo o grupo social de formas de cultura procedentes de otro, que sustituye de un modo más o menos completo a las propias), la incertidumbre laboral, la combinación de vida profesional con vida personal, etc. es un auténtico reto.

Todo sucede muy rápido, y en el proceso de la adaptación constante al medio, falta tiempo para pensar, y a veces incluso, para sentir, para vivir.

Una nueva profesión: la cronoprogramación

La gestión del tiempo define la calidad de la vida que se tiene. Habla de cuestiones íntimas y personales, que abarcan muchas facetas: salud, ejercicio, alimentación, familia, amigos, ocio, formación, profesión, etc.

Organizar el tiempo es organizar la propia vida y requiere planificación. Una planificación estratégica, porque la estrategia va a dictar los pasos a seguir y a asegurar que se toma la decisión óptima en el momento oportuno.

La sociedad actual precisa una nueva profesión: la Cronoprogramación humana que innova, porque rescata la figura del acompañamiento humano; establece una clara contraposición a la actual tendencia a la robotización y a la despersonalización. Las personas no son máquinas, ni aspiran a serlo.

La cronoprogramación es una profesión que traza mediante la colaboración del protagonista (cliente) y el cronoprogramador, el diseño de una vida que merece ser vivida con consciencia y con pasión.

Cronoprogramador o sastre del tiempo.

El cronoprogramador o sastre del tiempo, es un profesional que crea y realiza cronogramas (calendarios de trabajo) que se ajustan al perfil de cada cliente, como un traje a medida, enseñando métodos y técnicas de gestión del tiempo, productividad personal y pensamiento creativo. No sólo

indica la manera más eficiente de hacer las tareas, además, permite distinguir cuáles son las más eficaces, las que consiguen cumplir los objetivos. Acompaña durante todo el proceso, acude para ayudar cuando el cronograma no se puede seguir como estaba pactado porque él, está fuera del bosque y sí puede ver los árboles.

Conoce de primera mano las dudas, las inquietudes y el estrés. Ofrece asesoramiento, compañía y orientación.

Cronograma

El cronograma se diseña conociendo los hábitos y los gustos actuales del cliente, para que se puedan promover los cambios de la forma más natural y activa posible. El cliente es el protagonista de su propia vida. Además, permite ganar tiempo y agilizar tareas repetitivas mediante la implantación de protocolos de actuación personalizados.

Protocolo de actuación

Un protocolo de actuación es una variante de la tradicional disciplina, entendida como la capacidad del carácter para controlar los impulsos, en especial, los que apartan de una meta ardua o inclinan a un goce inmediato. La disciplina, aunada con la rutina, contribuye a la adquisición de costumbre o hábitos que facilitan hacer las cosas con mayor práctica y de forma casi automática.

Resiliencia.

La resiliencia es la capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado de situación adversos. La resiliencia es la habilidad para superar las adversidades de la vida en compañía de otras personas. Siempre exige la presencia de un ser humano que tienda la mano y acompañe.

La compañía del cronoprogramador/a, permite evitar caer en trampas conceptuales como generalizaciones excesivas, creencias negativas, pensamientos catastrofistas, descontextualización del problema viejo en la nueva situación vital; favorece la perspectiva correcta, que contribuye a sanar y restaurar fuerzas para proseguir el propio camino, para elegir qué vida se quiere vivir con una visión realista, sí, pero también optimista.

En la cronoprogramación, vivir es seguir, continuar, avanzar, etc. El tiempo es demasiado valioso para malgastarlo. Es un bien precioso y pasajero.

Web: www.lasastreriadeltiempo.com

Datos de contacto:

Patricia González García

Asesoría sobre gestión estratégica del tiempo

697 706 954

Nota de prensa publicada en: [Donostia](#)

Categorías: [Emprendedores](#) [Recursos humanos](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>