

LA CREATIVIDAD



Nuestros personajes y el observador

Ejercicio

Vamos a detectar a los personajes que nos cohiben de nuestra creatividad. Nos cortan las alas. Escribe a continuación los personajes que viven dentro de ti.

Ejemplo: El censorador, el perfeccionista, el miedica, el criticón, el futurista, el preocupado...

- | | |
|----|----|
| 1. | 4. |
| 2. | 5. |
| 3. | 6. |

Una vez que los tengas localizados y visualizados fuera de ti, ponte en el papel de un observador que puede ver a esos personajes actuando. Ahora imagina que tu ser es como una casa y que dejas entrar a los personajes que tú quieres.

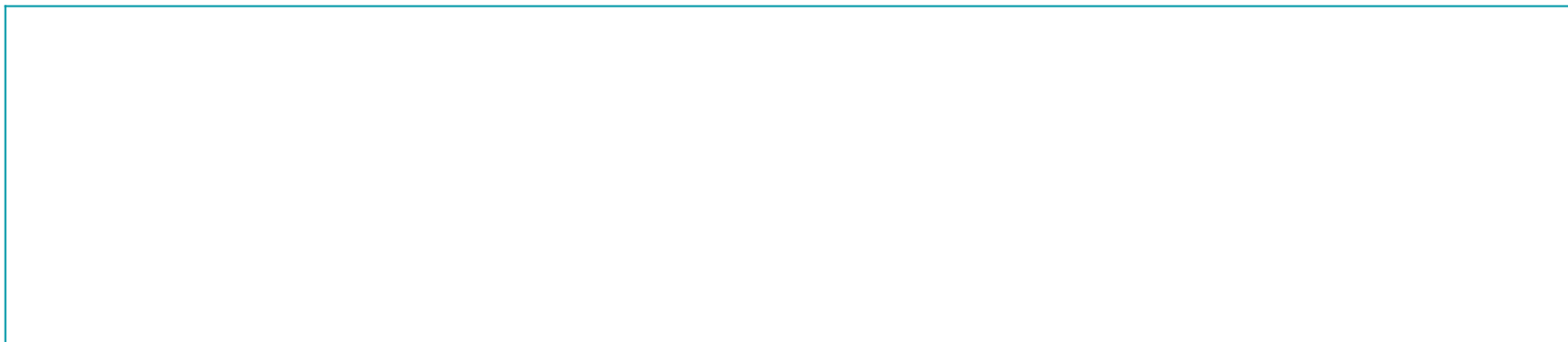
¿A quién te gustaría dejar pasar? Si alguna vez uno de tus personajes entra sin llamar y se apodera de ti, comprende que es eso, un personaje, y que tú lo puedes sacar fuera de tu casa.

Cuando te gusta tu trabajo, la creatividad fluye, las ideas aparecen.

Ejercicio

¿Cómo vas a conseguir que te apasione tu trabajo?

Ejemplo: voy a crear material creativo, mis clases se van a basar en películas, voy a enseñar a japoneses porque me interesa su cultura, voy a debatir con mis alumnos temas que a mí me interesen y a ellos también...



HÁBITOS PARA DESPERTAR LA CREATIVIDAD

Escribir al levantarte

Ejercicio

Pautas:

1. Escribir nada más despertarte cuando el cerebro no está despierto del todo. Se conecta mejor con el interior y se escribe con más libertad.
2. Escribir a mano 3 hojas de manera fluida y automática.
3. No debe salir ni bien ni mal, simplemente debes escribir sin censurar.
4. Que nadie lea lo que escribes. Es un espacio en el que nadie juzga y eres libre.

Meditación diaria

Ejercicio

Elige una de estas aplicaciones para meditar, practicar mindfulness y ganar bienestar.

<http://crearsalud.org/siente/>

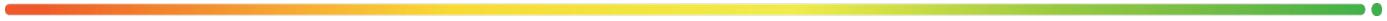
<https://www.petitbambou.com/es>

<https://www.headspace.com/>

<https://insighttimer.com/>

También puedes practicar la meditación activa pintando, paseando...

UNA MARCA CON ALMA



Descubriendo lo realmente importante para ti.

Ejercicio

Cierra los ojos y visualiza un momento del pasado en el que fuiste muy feliz, un momento concreto.

Cuando lo tengas, trata de encontrar 3 palabras que definan ese momento.

Estas palabras explican lo que para ti es importante. Siempre y cuando tu proyecto te haga sentir como en esa situación querrás continuar con él.

Ejemplo: tranquilidad, diversión y libertad.

Para mí es importante divertirme trabajando y que al mismo tiempo me sienta tranquila y libre. En el momento en que dejo de divertirme, o siento que no tengo la libertad de poder dirigir el negocio según mis prioridades, no me siento motivada y necesito volver a poner como prioridad lo que me hace feliz.

- 1.
- 2.
- 3.

Tu web, tu casa virtual, tu escaparate

Ejercicio

¿Cómo vas a atraer para que quieran entrar? Experiencias, intereses...

¿Cómo la quieres decorar?

¿Quién quieres que entre?

Sentirte bien vendiendo

Ejercicio

¿Cuál va a ser el gran valor que vas a aportar a tus estudiantes y por el que van a pagarte?

¿Qué precio vas a poner a tus clases?

¿Cómo vas a sentirte orgulloso y seguro de tu trabajo?

Cómo vas a vender. Una primera idea

Ejercicio

A la hora de crear tu marca y tu web es bueno que tengas una idea de cómo vas a conectar con tus estudiantes.

Las estrategias que sí quiero implementar.

Las estrategias que no quiero implementar.

De las que aparecen en la tabla del sí, elige como máximo 3.

Elige estrategias que pienses que vas a continuar con el tiempo.

Sé consciente del tipo de público al que te diriges: frío, templado o caliente, y del tipo de estrategia: a corto o largo plazo.

Cómo vas a vender. Una primera idea

Ejercicio

¿Cómo se va a sentir especial tu cliente en el proceso?

Por último piensa: ¿cómo vas a fidelizar a tus clientes? Ganando el corazón de tus clientes seguirán contigo.

Conclusiones

Ejercicio

Este es un espacio para dejarte fluir y escribir tus conclusiones uniendo las ideas de los puntos anteriores.

