

Transcripción

De los problemas del cliente a una estrategia de contenidos

Transcripción automática revisada para lectura. Los saltos temporales enlazan con el vídeo en la experiencia interactiva.

00:00:00

Bueno, esto me ha logrado por si acaso. ¿Se ve lo que estoy compartiendo? Sí, ¿no?

00:00:09

Apenas, ahí va, sí, sí, sí.

00:00:11

Vamos a ver aquí, mira.

00:00:16

Voy a hacer un amor nuevo aquí completo, vamos a ver aquí.

00:00:21

Mira, aquí tú lo primero que tienes que tener claro, ¿vale?

00:00:25

Lo primerito, primerito, primerito es un objetivo.

00:00:33

¿cuál es el objetivo?

00:00:34

¿cuál es la finalidad de esto

00:00:36

que yo estoy haciendo?

00:00:40

sí, está bien

00:00:41

vamos a conseguir

00:00:43

más clientes

00:00:44

eso es un objetivo pero no puede ser el objetivo

00:00:47

principal

00:00:49

entonces ¿qué otro objetivo tienes tú?

00:00:52

cuando tú piensas en

00:00:53

ayudar a tus clientes

00:00:55

¿qué piensas?

00:01:03

compartir algo

00:01:04

para

00:01:05

O sea, en un...

00:01:09

Compartir algo que llegue a sus almas en el día a día.

00:01:13

Que vaya abriendo o conectándolos más con su ser, con su alma.

00:01:21

Quiero algo más tangible.

00:01:23

A ver.

00:01:24

Algo más tangible.

00:01:25

Algo que pueda ser medible.

00:01:26

Porque eso es algo que no puedes medir.

00:01:28

No puedes saber si ellos realmente después de estar contigo van a compartir más con su alma.

00:01:33

Entonces eso no es algo que puedas medir.

00:01:34

¿Qué cosas específicamente te gustaría ayudar?

00:01:37

Ahora te voy a dar caña, discúlpame.

00:01:38

Espero que no te moleste ni nada.

00:01:40

Es para que te...

00:01:41

No, no, estoy perdida.

00:01:42

Es normal.

00:01:44

Entonces, tranquila, aprovechamos que estamos las dos

00:01:46

y aprovechamos y lo hacemos.

00:01:47

Entonces, ¿cuál es el objetivo tangible?

00:01:59

El objetivo...

00:02:00

Lo primero que se me viene ahorita,

00:02:01

objetivo tangible, el dinero.

00:02:05

Entonces, que puedan tener dinero, ¿no?

00:02:08

Ajá.

00:02:12

Pero bueno, no es algo que depende de nosotros.

00:02:14

para quizás aumentar la conciencia de prosperidad

00:02:17

X, pero tener dinero, vale

00:02:19

¿qué otra cosa? vamos a ver qué otra cosa

00:02:21

te viene a la mente, porque aquí justamente

00:02:22

lo que vamos a depurar es eso, es ir viendo

00:02:24

qué cosas pueden ayudarte

00:02:26

a que pueda

00:02:29

de todo esto que elegimos aquí, ahora estamos

00:02:30

haciendo una lluvia de ideas, ¿no? entonces

00:02:32

después de todo esto sacamos algo, ¿vale?

00:02:35

entonces, conseguir más clientes

00:02:37

eso es lo primero, que ellos puedan

00:02:38

tener más dinero

00:02:41

¿qué más?

00:02:47

pues personas que

00:02:48

estén dispuestas

00:02:54

a transformar

00:02:55

sí pero cuando tú piensas en ayudarlos a ellos

00:02:59

qué contribución realmente

00:03:01

única tú le puedes hacer a ellos

00:03:03

qué cosas te gustaría realmente

00:03:05

que tú decir, esa va a ser

00:03:06

mi lucha forever para que ellos

00:03:10

cambien eso

00:03:11

qué cosa, por ejemplo

00:03:15

te explico, no sé si me escucho bien

00:03:17

porque estoy alejando el micrófono

00:03:20

la mía sería

00:03:24

ayudar a todas las personas

00:03:26

que son terapeutas o quieren ser terapeutas a hacer mejor su labor como terapeuta,

00:03:31

a tener herramientas, a sentirse seguros, a darle diferentes metodologías,

00:03:39

paso a paso, etcétera, etcétera, etcétera.

00:03:41

Todo está enfocado en eso.

00:03:42

Yo quiero que el mundo terapeuta puedan vivir de su profesión y puedan hacerlo bien,

00:03:47

sentirse seguros y que disfruten de eso que quieren hacer, de ayudar a los demás.

00:03:51

Eso está claro en mi caso.

00:03:53

Pero en tu caso, te pongo mi ejemplo para que te des cuenta de cuál puede ser el tuyo.

00:03:58

Pues el mío es darle herramientas a los seres humanos para que puedan reconocer que son capaces de cambiar su realidad o de transformar su realidad.

00:04:15

¿Te das cuenta que es muy compleja?

00:04:18

Sí.

00:04:19

Tenemos que resumirlo en algo más simple, más tangible, que cualquier persona, así sea un niño de siete años, lo pueda entender.

00:04:28

Ok

00:04:29

Vamos a ver cómo sería eso

00:04:31

Vamos a ir apuntando

00:04:42

Una frase suelta, ¿vale?

00:04:45

Querer es poder

00:04:46

Vamos a poner, esto lo puse yo, pero para que te dejes una idea

00:04:48

Querer es poder, una frase suelta

00:04:50

Otra frase suelta para ti

00:04:54

Cuando tú piensas en eso

00:04:56

Etérico que tienes

00:04:57

¿Qué frases te vienen?

00:05:00

La transformación es posible

00:05:02

Es que no encuentro la palabra

00:05:04

Pero bueno

00:05:06

Dímela en otra frase.

00:05:08

Bueno, la formación es si se puede.

00:05:20

¿Qué más?

00:05:29

El chat que me daba esta igual, que ahorita se me viene.

00:05:32

Dice, del jamás al cómo sí.

00:05:38

Del jamás al cómo sí.

00:05:39

Porque yo le decía que yo jamás me imaginé hacer muchas cosas

00:05:42

y al final sí las he terminado haciendo.

00:05:47

No sé cómo.

00:05:50

¿Cómo sí? Vale.

00:05:51

¿Qué más?

00:05:57

Del jamás al cómo sí.

00:05:59

¿Qué más?

00:06:07

Mirar tu historia.

00:06:10

Mirar tu historia.

00:06:15

Ser capaz de mirar tu historia para crear una nueva.

00:06:22

Ser capaz de ver tu historia y abrazarla para crear una nueva.

00:06:55

Quitar creencias limitantes.

00:06:57

Bueno, no es que tanto como quitar, porque yo no las voy a quitar.

00:07:01

Vale, ¿cuál es el beneficio de conocer y aceptar tu historia para crear una nueva?

00:07:08

¿cuál es el beneficio principal?

00:07:13

para mí sería reconocer esas creencias

00:07:15

limitantes en las que viviste o

00:07:17

no, ¿cuál es el beneficio

00:07:19

principal de que yo conozca y acepte

00:07:21

mi historia para construir

00:07:23

una vida nueva?

00:07:27

vivir en paz, poder

00:07:29

expandirte

00:07:30

mira, una de las cosas que, uno de los problemas que

00:07:37

tenemos todas las personas que nos dedicamos

00:07:40

al área terapéutica

00:07:41

es que nos

00:07:44

cuesta hacer

00:07:45

tangible lo que hacemos

00:07:47

lo que hacemos está como muy

00:07:49

por allá arriba y entonces no se entiende

00:07:52

y no entiende las personas

00:07:53

cotidianas, no entiende realmente

00:07:55

cómo me pueden ayudar

00:07:57

en qué beneficios, cuáles son los problemas

00:07:59

que tienen las personas

00:08:00

tú sabes que los problemas que tienen las personas

00:08:03

tienen una pirámide

00:08:05

normalmente son problemas de

00:08:07

sobrevivencia

00:08:08

de pertenencia

00:08:11

de pertenecer

00:08:14

de necesidades de amor

00:08:16

X hasta llegar

00:08:18

son siete puntos, hasta llegar a necesidades de autorealización.

00:08:22

Ok.

00:08:24

¿Qué pasa?

00:08:24

Que la mayoría que estamos en el área espiritual

00:08:26

queremos llegar a esto directamente.

00:08:28

Entonces queremos a la transformación, tal y qué sé yo,

00:08:30

para que te puedas sentir, tal y qué sé yo.

00:08:32

Pero ¿qué pasa?

00:08:33

Que la gente, hasta que no tenga satisfecha

00:08:35

estas necesidades de aquí abajo,

00:08:37

difícilmente pueda ir hacia allá arriba.

00:08:40

Ok.

00:08:42

Entonces, bueno, tenemos que ver cómo hacemos

00:08:49

para que pueda hacerse tangible eso.

00:08:52

Entonces, ¿cuál es el principal beneficio de conocer

00:08:55

y aceptar tu historia para crear una nueva?

00:08:59

Este me gustó, conocer.

00:09:01

Vamos a poner aquí.

00:09:08

Cuéntame, este me gustó.

00:09:10

Ya hemos aclarado.

00:09:12

Hemos escrito tanto, tanto, tanto, tanto, tanto

00:09:14

para aclarar aquí.

00:09:15

Eso está chulo.

00:09:16

Ok.

00:09:17

¿Cuál?

00:09:17

¿El de ser capaz de ver y abrazar tu historia

00:09:19

para crear una nueva?

00:09:21

No.

00:09:23

No me gustó de esa manera.

00:09:25

Pero ahí lo que vamos a buscar es un beneficio.

00:09:28

Vamos a buscar un beneficio de esto y ya te di.

00:09:32

Entonces vamos a escribir aquí.

00:09:35

Me gusta esto.

00:09:36

Conocer y aceptar la historia para crear una nueva.

00:09:39

¿Cuál es el beneficio principal de eso?

00:09:49

Bueno, te voy a hablar de mi experiencia porque creo que así es más fácil para mí.

00:09:52

Gracias a eso yo he podido verme más allá de mis límites.

00:10:02

Gracias a eso yo he podido poner orden en mi vida.

00:10:07

Gracias a eso ya no me siento víctima de las circunstancias o de mis padres.

00:10:16

Vale.

00:10:17

Entonces uno es poner límites.

00:10:25

Vale.

00:10:26

No sentirte víctima.

00:10:34

¿qué más?

00:10:40

pues a lo mejor va a sonar muy así

00:10:43

pero te digo, te hablo de mi historia

00:10:45

es soñar nuevas cosas

00:10:51

disfrutar lo nuevo que llega

00:10:54

ver que sí soy capaz

00:11:14

talentos y habilidades

00:11:24

entonces

00:11:25

conocer y aceptar tu historia

00:11:27

para crear una nueva

00:11:28

entonces aquí te va a ayudar a esto

00:11:30

esos son beneficios

00:11:41

son beneficios

00:11:42

entonces poner límites

00:11:44

te va a ayudar a poner límites

00:11:45

no sentirte víctima

00:11:47

de las circunstancias

00:11:49

identificar tus talentos y habilidades

00:11:59

vivir desde el amor

00:12:01

en lugar del miedo

00:12:10

¿cómo sería tangible vivir desde el amor?

00:12:13

vivir desde el amor

00:12:19

para mí es disfrutar

00:12:23

el momento

00:12:24

sin juzgarlo

00:12:28

agradecerlo

00:12:33

observarlo

00:12:35

tomarlo

00:12:43

vivir con agradecimiento

00:12:47

pues sí, claro, ¿cuál es la ventaja de vivir

00:12:49

con agradecimiento?

00:12:50

¿cuál es el beneficio de vivir con agradecimiento?

00:12:53

hoy ves todo lo que sí tienes

00:12:55

en lugar de lo que no tienes

00:12:56

bueno, así lo veo yo

00:13:00

reconoces todo lo que tienes

00:13:03

en lugar de sufrir por lo que no tienes

00:13:05

así lo

00:13:06

así lo aplicaría yo para mí

00:13:08

Y pues así es como ha sido mi historia.

00:13:18

Reconocer y valorar lo que eres, lo que tienes en el presente.

00:13:40

O en el ahora.

00:13:43

Reconocer y valorar lo que eres, lo que tienes en el presente.

00:13:46

Poner límites.

00:13:47

No sentirte víctima.

00:13:48

Identificar tus talentos.

00:13:51

Yo lo que quiero que te des cuenta es que estos beneficios son más tangibles.

00:13:59

ahora, mi pregunta es

00:14:02

para que tú veas la diferencia en esto

00:14:04

la gente estaría

00:14:05

si yo pongo una cosa de publicidad

00:14:07

¿tú crees que la gente estaría dispuesta

00:14:10

a pagar?

00:14:11

¿quieres aprender a poner límites, no sentarte

00:14:14

víctima, identificar tus talentos y habilidades

00:14:16

de conocer y valorar lo que eres

00:14:18

y lo que tienes en presente? ¿tú crees que la gente

00:14:20

pagaría por eso?

00:14:28

sí

00:14:31

sí

00:14:31

o sea, sí

00:14:33

¿tú crees que en consulta llega una persona?

00:14:35

mira, yo lo que quiero aprender a poner límites

00:14:37

ah, no, ya te entendí

00:14:39

no, o sea, con esas palabras no, efectivamente

00:14:42

ajá

00:14:42

entonces yo tengo que marcar esto en algo más grande

00:14:46

¿vale? hay puntos

00:14:47

como nichos principales

00:14:49

donde yo tengo que marcar, ¿vale?

00:14:51

hay un nicho, por ejemplo, que puede ser

00:14:54

salud y bienestar

00:14:56

ok

00:14:59

y bienestar, que puede hablar de alimentación

00:15:03

puede hablar de

00:15:04

cuidados de dieta de tal que se yo

00:15:06

en caso que sea poner límites

00:15:08

con la comida todas esas cosas

00:15:10

¿vale? este puedo ser

00:15:12

relaciones

00:15:17

puede ser dinero

00:15:19

puede ser entretenimiento pero no creo

00:15:24

que quieras hacer vamos a ver en estos tres

00:15:26

marcos salud y bienestar

00:15:28

relaciones y dinero con cual te identificas

00:15:30

más pues con

00:15:39

salud y bienestar

00:15:42

salud y bienestar fíjate como ha dado

00:15:45

un giro de

00:15:48

180 grados esto.

00:15:50

Ajá.

00:15:52

Vale.

00:15:53

Fíjate tú, entonces ahora salud y bienestar.

00:15:56

Entonces en salud y bienestar, fíjate tú,

00:15:58

límites con respecto a salud y bienestar a tu tiempo libre,

00:16:06

límites y seguridad en cuanto a tu alimentación,

00:16:16

límites, fíjate lo que estoy haciendo, ¿no?

00:16:18

Ver estos tangibles en este caso,

00:16:20

cómo se puede adaptar a este salud y bienestar.

00:16:23

Poner límites, en este caso,

00:16:26

al tiempo que, ¿cómo se llama?

00:16:31

El sedentarismo.

00:16:37

Si te das cuenta.

00:16:39

Entonces, como que pasa a otro punto.

00:16:42

Si yo una vez que no marco en esto,

00:16:45

la idea es irlo haciendo más y más tangible.

00:16:49

Entonces, vamos a ver.

00:16:51

En salud y bienestar, la gente,

00:16:53

una de las cosas que se queja a las personas

00:16:55

es que no hacen las cosas porque no tienen tiempo.

00:16:59

Esto es un punto de dolor importante.

00:17:02

La gente no tiene tiempo para hacer lo que quiere.

00:17:08

Entonces esto es un punto importante.

00:17:11

Puedo ayudar a las personas a organizar su tiempo,

00:17:14

a estructurar, voy creando una metodología sencilla

00:17:17

para que puedan estructurar su tiempo,

00:17:19

ver cuáles son sus distractores,

00:17:21

ver cuáles, si te das cuenta que aquí aprende a poner límites

00:17:24

y tiene el tiempo.

00:17:26

Si te das cuenta que es algo como muy, muy, muy tangible.

00:17:29

Sí, ya se va reduciendo, por decirlo así, va llegando más a algo tanqueo.

00:17:32

Sí, pero no, claro, es que lo que sucede es cuando yo digo

00:17:36

la transformación de tu alma alquímica o tal, qué sé yo, no sé qué,

00:17:40

eso no lo entiende nadie.

00:17:42

Entonces, claro, sí, yo sé que es algo, suena muy bonito y está muy bien

00:17:46

y una vez que ya tenemos reconocimiento, pues está bien que lleguemos a esos puntos

00:17:50

y vemos porque será de nuestro estilo.

00:17:52

Está genial.

00:17:52

pero al principio cuando iniciamos

00:17:55

tenemos que empezar como algo muy

00:17:58

tangible, algo que sea

00:17:59

muy claro

00:18:00

vale, por ejemplo

00:18:04

no sentirte víctima, vamos a ver

00:18:05

con respecto a tu alimentación

00:18:07

no sentirte víctima, creer que

00:18:09

porque no tienes dinero no puedes comprar

00:18:12

no puedes alimentarte bien

00:18:13

por ejemplo

00:18:15

este

00:18:21

pensar que porque no sabes cocinar

00:18:23

no puedes alimentarte bien

00:18:25

a pesar que porque comes todos los días en la calle

00:18:27

¿entiendes? aquí

00:18:28

es salir del victimismo

00:18:30

entonces esto es tu alimentación

00:18:32

y tu capacidad de víctima

00:18:35

entonces te das cuenta que es algo

00:18:37

que la gente quiere, la gente quiere

00:18:38

mejorar su alimentación, quiere adelgazar

00:18:41

quiere mejorar

00:18:43

quizás a veces no salirse víctima

00:18:45

no saben que están una víctima

00:18:46

no tienen ni idea, sino que dicen

00:18:48

no es que yo no puedo, no es que no sé, es que no sé cocinar

00:18:50

no puedo, no tengo tiempo, es que como todo el tiempo

00:18:53

en la calle, no sé qué, bueno, está en el victimismo,

00:18:55

pero entonces tú le ayudas

00:18:57

con respecto a su alimentación.

00:18:59

O tienen una vida sena,

00:19:00

pues bueno, tú le enseñas cómo pueden ser ejercicios

00:19:03

simples, tal, qué sé yo. Esto es un

00:19:05

ejemplo, ¿vale? Y quiero que

00:19:07

más o menos te dé

00:19:09

esto. Una ventaja, esto es

00:19:11

una manera que lo podemos hacer, beneficio,

00:19:13

¿vale? Otra manera como lo

00:19:15

podemos hacer son por miedos,

00:19:17

¿vale? Ok. Vamos a ver,

00:19:19

por miedos, ¿vale?

00:19:20

imaginemos aquí que nosotros tenemos el miedo, miedos, ¿vale?

00:19:26

Y entonces esto es otra cosa, miedo que las personas tienen,

00:19:30

el miedo que las personas ponen límite,

00:19:31

ah, no quieres que los demás, por ejemplo, en este caso,

00:19:35

ah, bueno, no estamos en bienestar, miedos,

00:19:43

¿qué enfermedades puedes sufrir si sigues comiendo dulce?

00:19:46

¿Te das cuenta lo que es no poner límites a los dulces?

00:19:50

Entonces, ¿qué enfermedades puedes sufrir aquí y ahora

00:19:53

¿qué enfermedades puedes subir en menos de un año

00:19:55

si sigues comiendo

00:19:57

su lugar como estás comiendo?

00:20:00

Entonces estoy basándome en el miedo.

00:20:03

Entonces fíjate, eso es lo que

00:20:04

te estoy explicando para que entiendas

00:20:06

cuándo es el tangible.

00:20:08

El tangible yo puedo irme por los beneficios,

00:20:10

puedo irme por los miedos.

00:20:12

Otra de las cosas que puedo irme en el tangible

00:20:14

es por los deseos, que es lo que

00:20:16

yo quiero. Entonces, ¿qué pasa?

00:20:18

Que cuando yo estoy haciendo mi propuesta

00:20:20

entonces yo puedo hacerlo desde ese punto de vista.

00:20:22

desde el beneficio, desde el miedo, desde el deseo

00:20:25

o ir jugando con esto

00:20:27

yo puedo ir jugando con

00:20:28

los miedos, puedo ir jugando con los

00:20:30

beneficios y todo, que fíjate que

00:20:32

todo está marcado dentro de lo mismo

00:20:34

pero el problema es que si yo estoy hablando de algo etérico

00:20:37

entonces no

00:20:38

se está transmitiendo el mensaje y la gente no va

00:20:40

a sacar su dinero para pagarme

00:20:42

porque obviamente yo estoy hablando de algo

00:20:44

que solamente yo entiendo

00:20:46

pero las personas no quieren, entonces yo tengo que

00:20:48

hablar de lo que las personas quieren allá afuera

00:20:50

de lo que estarían dispuestas a pagar.

00:20:53

Entonces las personas estarían dispuestas a pagar

00:20:55

para alimentarse, aprender a alimentarse

00:21:00

o aprender a hacer recetas saludables,

00:21:03

tal que se yo, en tal X tiempo.

00:21:04

Bueno, puede ser.

00:21:06

Entonces es algo que yo tengo que ver.

00:21:08

Eso cuando tú empiezas un perfil guía desde este lugar

00:21:12

que yo voy a hablar de los beneficios,

00:21:13

de los miedos y de los deseos de un cliente,

00:21:16

que puede ser, estos clientes pueden ser mujeres,

00:21:20

que ya sabes cómo sacarlo, ¿no?

00:21:22

De las mujeres que hemos hablado,

00:21:24

de que tiene unidad,

00:21:25

de que algunas que son amas de casa,

00:21:27

que otras son tal,

00:21:28

que otras son profesionales.

00:21:31

Entonces, ¿qué pasa?

00:21:32

Yo ahora con estas cosas tangibles

00:21:36

yo sé cómo comunicarme con ellas.

00:21:38

Entonces yo escojo, por ejemplo,

00:21:40

escojo varias categorías.

00:21:41

Una vez que yo tenga esto,

00:21:43

que yo diga, mira,

00:21:43

yo voy a hablar acerca de los beneficios

00:21:45

de cuidarse físicamente,

00:21:51

o voy a hablar de los beneficios de cuidar tu salud mental,

00:21:54

eso puede ser también,

00:21:56

voy a hablar de todos los beneficios,

00:21:57

de todos los miedos y todos los deseos

00:21:59

con respecto a la salud mental,

00:22:00

entonces claro,

00:22:01

ahí yo tengo un marco más grande,

00:22:03

entonces vamos a ver aquí,

00:22:05

yo tengo aquí un marco más grande,

00:22:08

y entonces voy a colocar,

00:22:09

mira yo voy a hablar acerca de,

00:22:11

en este caso,

00:22:12

salud mental,

00:22:15

entonces yo estoy hablando de la salud mental

00:22:18

y qué pasa con la salud mental

00:22:20

ah vale, mira, de la salud mental

00:22:21

entonces yo voy a hablar de los beneficios

00:22:23

de los miedos

00:22:30

tengo que meterle miedo a la gente

00:22:32

de qué pasa si no va a terapia

00:22:36

beneficios, miedo y los deseos

00:22:38

entonces los deseos por ejemplo

00:22:40

aquí hay temas como

00:22:42

deseo, la gente quiere vivir sin ansiedad

00:22:47

la gente quiere vivir

00:22:50

sentirse segura.

00:22:57

La gente quiere poder

00:22:59

comunicarse efectivamente.

00:23:03

Entonces, ¿qué pasa?

00:23:04

Que mira todos estos deseos.

00:23:07

Yo creo que te des cuenta de aquí cuánto contenido

00:23:09

tenemos. Aquí tenemos contenido de ansiedad,

00:23:11

tenemos contenido de seguridad,

00:23:13

tenemos contenido de comunicación.

00:23:16

Ah, entonces, ¿cuáles son los miedos?

00:23:18

Oye, mira, los miedos son

00:23:20

relaciones destruidas.

00:23:28

eso, relaciones destruidas

00:23:30

problemas de salud mental que no hace

00:23:34

sentirse fuera del lugar

00:23:46

insatisfacción personal

00:23:50

esas son las cosas que van a pasar

00:23:52

si tú sigues sin ver

00:23:56

por tu salud mental

00:23:58

si tú no vas a tener, puedes sufrir todas estas cosas

00:24:02

y esta lista puede ser larguísima

00:24:05

otra de las cosas que yo puedo hacer

00:24:07

bueno, ¿cuáles son los beneficios de

00:24:08

tener salud mental? bueno, mira

00:24:11

los beneficios es que

00:24:13

puedes tener tu mente tranquila

00:24:15

para hacer más dinero

00:24:19

para

00:24:23

trabajar en tu

00:24:24

misión de vida, tu propósito

00:24:31

y entonces son temas

00:24:33

que yo puedo hablar, ¿ves?

00:24:34

que son temas que yo puedo hablar en mi perfil

00:24:37

en segundo, yo he desglosado todo eso

00:24:39

no sé, yo puedo hablar, ah, mira

00:24:40

pues mira, resulta que yo voy a tener categorías en mi perfil de Instagram,

00:24:46

ya tengo todo esto que tengo aquí más o menos, esto puede ser una lista larguísima,

00:24:50

porque fíjate todos los temas que hay.

00:24:52

Entonces, pero bueno, yo voy a hablar aquí, vamos a ver, este es el general,

00:24:57

este es salud mental, que fíjate cómo es venido de lo más...

00:25:02

Ese me gusta.

00:25:03

Luego venimos entonces aquí y vamos al siguiente punto.

00:25:09

ya yo tengo como

00:25:11

que voy a trabajar la salud mental

00:25:13

cuáles son los miedos, los deseos

00:25:15

entonces yo voy a hacer en mi Instagram

00:25:18

categorías

00:25:18

y entonces yo voy a decir qué cosas para mí es importante

00:25:21

en mi Instagram

00:25:23

yo sé que voy a hablar de los deseos, de los miedos

00:25:25

de la necesidad, de hacer contenido, pero miren

00:25:26

una de las cosas que para mí es importante, por ejemplo

00:25:29

mis reflexiones personal

00:25:34

eso es una categoría

00:25:36

yo voy a hablar siempre una reflexión personal

00:25:39

es decir, puedo leer un texto y decir, oye, mira, yo pienso de esto, tal cosa.

00:25:43

Oye, mira, leía acerca de la ansiedad que decían esto y tal cosa,

00:25:47

pues yo no estoy de acuerdo por esto y por esto,

00:25:49

o sí estoy de acuerdo por esto y por esto.

00:25:51

A la gente le encanta esa cosa que den su punto de vista.

00:25:54

Bueno, yo voy a hablar, siempre voy a tener una categoría de reflexiones personales,

00:25:57

entonces si yo voy a hacer tres publicaciones a la semana,

00:26:00

pues simplemente una va a hacer reflexiones personales.

00:26:02

El otro va a ser de beneficios o de miedos o de lo que sea, ¿vale?

00:26:07

de beneficio, que ese es contenido, que vamos a poner aquí

00:26:10

contenido de valor en mi categoría.

00:26:17

Es decir, yo voy a aumentar

00:26:20

a que la gente sepa por qué seguirme.

00:26:23

Entonces yo voy a hablar o un beneficio, o voy a hablar de un dolor,

00:26:26

o voy a hablar de un deseo que tenga la gente.

00:26:28

Yo siempre voy a agitar en esa dirección,

00:26:31

en ese beneficio, porque la gente dice, ah, mira, si eso es lo que yo necesito,

00:26:35

o un miedo, meterle miedo para que la gente

00:26:38

pueda venir y seguirme y hacer.

00:26:41

O un deseo, saber qué es lo que quiere esa gente para yo poder ayudarle y enfocarla.

00:26:46

Y entonces esto es un contenido de valor, ¿vale?

00:26:49

Entonces, bueno, yo puedo poner esta categoría, reflexiones personales, esto.

00:26:53

Y bueno, puedo poner para crear cercanía, tal que si yo, puedo poner una categoría de life, estilo de vida, ¿vale?

00:27:07

No sé si se quiere así, bueno, estilo de vida.

00:27:11

estilo de vida

00:27:12

donde yo allí voy a compartir

00:27:14

que yo tengo una salud mental

00:27:16

y los beneficios que tengo

00:27:18

de la salud mental, entonces ¿cuándo son los beneficios

00:27:20

de la salud mental? Ah, vale

00:27:23

beneficios de la salud mental son

00:27:24

una relación saludable, entonces puedo

00:27:26

compartir con mi

00:27:30

pareja un abrazo que estamos

00:27:31

en tal parte disfrutando

00:27:34

un fin de semana o

00:27:35

que estamos, estoy comiendo

00:27:37

rico una tarde así

00:27:39

espectacular viendo un atardecer en la naturaleza

00:27:42

ok

00:27:45

esto

00:27:46

lo puedo compartir en historias

00:27:48

para la gente que me siga

00:27:50

pues simplemente comparte mi estilo de vida

00:27:52

si lo voy a compartir en el otro lado

00:27:54

puedo compartir con un mensaje

00:27:56

o hablar o hacer una voz en off

00:27:59

un video con una voz en off

00:28:00

yo haciendo diferentes cosas

00:28:02

yo voy hablando, ah pues mira me gusta compartir

00:28:04

la naturaleza, me gusta caminar

00:28:06

con los pies descalzos porque eso me desconecta

00:28:09

me libera del

00:28:10

estrés, me libera del agobio

00:28:12

tal que se yo, me relaja

00:28:14

baja mis niveles

00:28:16

de cortisol

00:28:18

en el organismo, xx

00:28:20

entonces puedo hacerlo con una voz en voz

00:28:22

y fíjate tú, esas son tres categorías

00:28:24

que yo pueda tener en mi perfil, entonces yo sé que

00:28:26

semanalmente voy a colocar una reflexión personal

00:28:28

voy a ver algo que opinan

00:28:30

algunas personas y voy a comentarlo

00:28:31

voy a sacar un contenido

00:28:34

de valor para nutrir

00:28:36

a mi audiencia y voy a crear

00:28:38

cosas de mi estilo de vida

00:28:40

Entonces esto te acerca a la gente, esto te da cercanía.

00:28:43

Reficientes personales es algo que eres tú misma, ¿vale?

00:28:46

Pero ya con un enfoque ya claro con el tema que tú estás trabajando, ¿entiendes?

00:28:51

Que tú vas a trabajar de esos beneficios, de esos deseos y de esos miedos que tienen las personas, ¿vale?

00:28:59

Entonces así es como ya yo tengo más o menos una estructura de cómo sería mi Instagram.

00:29:07

¿Ves?

00:29:07

Que es diferente.

00:29:08

Mi nuevo perfil.

00:29:08

exactamente, claro, porque así

00:29:11

tú estás viendo, es importante

00:29:13

el nombre, tu nombre

00:29:15

es importante

00:29:16

que uses, mira yo

00:29:19

siempre recomiendo que lo utilices directamente

00:29:21

con tu nombre completo

00:29:23

con tu nombre completo

00:29:25

si es posible sin piso, sin nada

00:29:27

es mucho mejor

00:29:29

todo pegadito, tal que se yo

00:29:31

no sé, o un

00:29:33

diminutivo de eso, o como quieres

00:29:35

ser llamada, porque allí

00:29:37

es importante porque vas a nutrir y vas a estar

00:29:39

trabajando en esto y obviamente

00:29:40

es mejor que tenga tu nombre

00:29:42

entonces lo demás

00:29:45

puedes poner luego en el perfil

00:29:47

este como tengo yo por aquí

00:29:48

vamos a ver aquí tengo el perfil

00:29:51

de mentora

00:29:53

terapeutas

00:29:54

Gustavo está aquí

00:29:57

desbordado

00:30:01

esto genial

00:30:03

se me ha metido Gustavo aquí y ahora no puedo

00:30:05

quitar

00:30:05

espera que no puedo

00:30:09

es que aquí debería

00:30:11

ah, no pasa que lo tengo al revés

00:30:12

lo que pasa es que como tengo la tabla al revés

00:30:17

aquí

00:30:19

Dios mío

00:30:20

aquí, vale

00:30:22

entonces, ¿qué era lo que te iba a decir yo?

00:30:24

eso me fue la idea

00:30:26

ah, vale, ya me fui, vale

00:30:27

fíjate tú aquí, ¿ves? Luz Rodríguez

00:30:30

está claro, Luz Rodríguez

00:30:32

mentora de terapeuta

00:30:34

¿te das cuenta aquí cómo dice?

00:30:36

¿ves? arriba, mentora de terapeuta

00:30:38

entonces fácilmente las personas saben que soy Luz Rodríguez

00:30:40

y que soy mentora de terapeutas.

00:30:44

Entonces directamente me dedico a trabajar con los terapeutas.

00:30:49

Si te ves aquí directamente, pues esto es justamente lo que tienes que buscar.

00:30:55

Luz Rodríguez clave, ejemplo de clave.

00:30:57

¿Para quién? Para los terapeutas.

00:30:59

Entonces te ayudo a ir a trabajar.

00:31:02

Espero que ya desde el inicio, desde el principio,

00:31:05

tenga ya claro lo que estoy haciendo.

00:31:08

Entonces, fíjate que eso no tiene punto, no tiene piso, no tiene nada.

00:31:13

Bueno, y si vas a empezar la cuenta, entonces ya tú sabes cuáles son esas categorías.

00:31:17

Cuáles son, qué es lo que tú vas publicando.

00:31:19

Si empiezas, empieza ya con orden y tal y qué sé yo.

00:31:23

Siempre es ideal pensar, hacer algo como ayudas a las personas,

00:31:30

qué le puedes ofrecer y todo lo demás, o de qué va tu perfil.

00:31:34

tu perfil, ¿vale? Para que la gente cuando llegue ya enseguida pueda ver de qué va tu perfil,

00:31:38

un poco de tu historia, todas esas cosas, ¿vale? De qué va porque ayuda bastante, ¿vale? Entonces,

00:31:44

pero bueno, eso es para irlo haciendo, ¿qué te parece?

00:31:48

Excelente, ya me voy con más, con más, con algo más tangible. Y esto de salud mental es, me gusta.

00:31:56

sí, pero si te das cuenta

00:31:58

cómo empezamos, ¿verdad?

00:32:00

vamos de este

00:32:01

de esto que es etérico

00:32:03

que es así muy

00:32:06

muy por allá arriba

00:32:08

algo que es más

00:32:09

claro, más real

00:32:13

que más las personas

00:32:14

lo puedan entender, porque a veces empezamos

00:32:16

a postear cosas que claro, para nosotros

00:32:18

vibran y está muy bien, pero

00:32:20

para las personas no va bien

00:32:22

entonces tenemos que serlo

00:32:24

como lo más tangible posible

00:32:25

A mí me cuesta a veces entender un poquito eso, porque bueno, al final nosotros empezamos a hablar de los órdenes del amor y del orden y ocupar tu lugar, tal y qué sé yo, y claro, eso no lo entiende ni Dios, la gente lo pregunta una y mil veces porque no lo entiende, entonces, mejor ir a algo más tangible.

00:32:41

e irnos a, si tú vas a un público

00:32:44

específico, irnos al público

00:32:45

que está más arriba de ese, como te estoy diciendo

00:32:47

fíjate que fuimos

00:32:49

de algo de que si a lo mejor tú quieres

00:32:51

ayudar a las personas a transformar su creencia

00:32:53

ese es el punto, pero

00:32:55

realmente vas a ir a hacerlo desde

00:32:57

el nivel más alto, ¿cuál es el nivel más

00:32:59

alto? La salud mental, ¿vale?

00:33:01

La salud mental, entonces en salud mental yo tengo un abanico

00:33:04

de posibilidades de temas y de contenido

00:33:05

que puedo sacar. Tremendo.

00:33:07

Sí, sí, sí. Entonces el salud

00:33:09

mental es algo muy chulo

00:33:11

y muy interesante

00:33:13

y me gusta eso

00:33:14

y que está bastante bien

00:33:17

yo no sé, la gente

00:33:20

es que es fascinante

00:33:21

todo lo que hay dentro del área de estilo mental

00:33:23

y puedes hablar de un montón de temas diferentes

00:33:26

es interesante

00:33:27

también que busques en el GPT

00:33:29

le puedas preguntar

00:33:31

vamos a ver aquí

00:33:32

vamos a preguntarle aquí

00:33:33

vamos a preguntarle

00:33:38

aquí

00:33:38

no quiere conectarse

00:33:41

está fallando

00:33:42

voy a preguntar aquí el RT

00:33:45

vamos a ponerlo así

00:33:48

vale

00:33:50

vale

00:33:51

le voy a preguntar

00:33:55

dame

00:34:02

20

00:34:02

temas

00:34:05

muy

00:34:11

controversiales

00:34:37

eso bueno a la gente

00:34:38

puede ser a la gente pero realmente

00:34:41

está muy genérico

00:34:42

vale, normalmente puede ser a mujeres, vamos a poner a las mujeres

00:34:48

pues bueno, está bien a la gente

00:34:51

la verdad yo no quiero dirigirme solo a las mujeres

00:34:54

bueno, ya pero siempre recuerda que tenemos que poner un público

00:34:57

porque es más fácil, aunque lleguen hombres

00:35:00

da igual, que muevan a las mujeres profesionales

00:35:05

agotadas mentalmente

00:35:18

y entonces ahí nos va a dar 20 ideas

00:35:20

de temas controversiales, siempre es importante

00:35:23

que saques ideas, temas

00:35:25

controversiales, porque el tema

00:35:27

controversial,

00:35:29

en los temas controversiales te va a crear

00:35:31

mucho hate, te va a traer gente que va a

00:35:33

criticar lo que tú estás colocando, pero también

00:35:35

va a hablar de ti,

00:35:37

entonces da igual lo que tú quieras.

00:35:39

Hay que curtirse

00:35:41

de eso. El agotamiento como símbolo

00:35:43

de valor, porque muchas

00:35:45

mujeres se sienten más valiosas cuando están cansadas.

00:35:48

Interesante, ¿no?

00:35:49

¿Te das cuenta del tema?

00:35:51

Sí.

00:35:52

la trampa de cuidarse

00:35:53

como una nueva exigencia

00:35:55

el autocuidado se ha convertido en otra

00:35:57

otra culpa, otra tarea que genera

00:35:59

culpa

00:36:01

las mujeres

00:36:02

el síndrome de la mujer fuerte, ser independiente

00:36:05

emocionalmente te está desconectando

00:36:07

del amor y la vulnerabilidad

00:36:08

el éxito

00:36:11

como anestesia emocional, trabajar demasiado

00:36:13

es una forma de no sentir el vacío

00:36:16

ese me pegó

00:36:17

en mi cuerpo

00:36:18

yo siempre soy como la hija de trabajo

00:36:22

espiritualidad

00:36:23

tóxica, cuando usar frases como

00:36:25

todo pasa por algo se convierte en una negación

00:36:27

del dolor real, que es interesante

00:36:29

se descuende que son temas controversiales

00:36:31

que son temas que son complicados

00:36:33

pero claro, no nos atrevemos a hablar

00:36:35

de eso porque no nos atrevemos a ser irreverentes

00:36:37

y yo les invito a que sean irreverentes

00:36:39

hay una cosa, hay un hombre

00:36:41

aquí que me gusta mucho que se llama

00:36:42

Risto Mejide, algo así

00:36:45

se llama, y que él dice

00:36:47

escribió un libro del arte de no agradar

00:36:49

y él es un periodista

00:36:50

y él es el que está en el

00:36:53

y esas cosas que hace

00:36:54

del jurado

00:36:57

malo, del que va a criticar

00:36:59

al que nunca le daba

00:37:01

pues eso es importante

00:37:03

y él escribió el libro del arte de no agradar

00:37:05

es justamente eso, lo importante

00:37:07

es que hablen de ti, no importa si hablan bien o mal

00:37:09

pero que hablen

00:37:10

porque claro, si nadie te ve

00:37:12

yo los posts que he tenido

00:37:14

y cuando me he hecho más viral siempre ha sido

00:37:16

por gente que me ha criticado, ya le estoy diciendo

00:37:18

que mi video de YouTube, el que más vista tiene es uno que tiene horrores ortográficos, ¿vale?

00:37:24

Entonces, pero bueno, tal vez que eso me trajo más vista, entonces está perfecto.

00:37:29

Entonces, mira, fíjate, el cuerpo agotado como grito del alma,

00:37:32

¿qué parte de ti estás adicionando cuando tu cuerpo es enfermo o colapsa?

00:37:36

Si te das cuenta de todos los temas, ¿qué pasaría si soltara la necesidad de ser competente en todo?

00:37:40

La hiperproductividad como adición emocional, ¿sería posible sentirte suficiente sin demostrar nada?

00:37:46

estás creciendo simplemente

00:37:47

justificando tus heridas con lenguaje psicológico

00:37:50

wow

00:37:52

cuánto de tu agotamiento

00:37:53

viene de intentar de servir, de valorar

00:37:55

te das cuenta lo importante es poner a mujeres

00:37:58

profesionales

00:38:00

porque justamente, y qué pasa

00:38:01

yo voy a hablar de estos temas

00:38:04

fíjate que ya tengo contenido

00:38:05

incluso tú le dices al GPT, oye mira quiero que me desarrolles

00:38:08

el punto 11, me hagas un reel para el punto 11

00:38:10

y te lo voy a redactar, hazme un guio

00:38:11

para el miedo

00:38:14

no ser admirado. Y te lo haces

00:38:16

directamente. De todas maneras, te los voy a copiar

00:38:19

yo y te los voy a pasar para que los tengas, ¿vale?

00:38:21

Muy bien, estoy trabajando contigo.

00:38:22

El burnout existencial, no es solo

00:38:24

cansancio físico, es perder el sentido

00:38:26

de por qué haces lo que haces.

00:38:28

¿Qué te exige tu rol profesional que no te

00:38:30

permite ser humana? Cuando

00:38:33

la búsqueda de luz desconecta el placer,

00:38:35

la carne y la vida.

00:38:38

¿Quién cuida a la mujer que aprendió a no

00:38:40

necesitar a nadie? ¿Tú no crees

00:38:42

que estos temas tienen potencial de hacerse

00:38:44

virales? Sí, sí, sí,

00:38:46

Sí, sí, sí. Y digo, muchos de ellos

00:38:48

pues son también los que yo he estado

00:38:51

viviendo. Claro, pero si te das

00:38:53

cuenta que son, yo lo que quiero que te

00:38:54

des cuenta de que son muy, muy,

00:38:57

muy tanquibles.

00:38:58

Tranquibles.

00:39:00

Y fíjate, él te dice, ¿quiere que

00:39:03

te los reordene según el impacto

00:39:05

emocional de más provocador a

00:39:06

más reflectivo o según

00:39:08

potencial para crear contenido viral

00:39:10

en redes? ¿Qué tal?

00:39:12

Ok.

00:39:14

Entonces hoy día no tenemos que pensar

00:39:16

mucho tampoco.

00:39:19

Hoy día no tenemos excusas

00:39:21

para no hacer contenido.

00:39:22

Ya con el EPT lo podemos hacer

00:39:24

como nosotros queramos. ¿Te das cuenta, no?

00:39:27

Sí.

00:39:28

Ya, ya. Más, como dices,

00:39:31

más tangible.

00:39:32

Sí, eso es lo que quiero que te des cuenta, ¿vale?

00:39:35

De lo importante que puede ser

00:39:37

y lo bonito y lo fácil

00:39:39

que puede ser esto

00:39:40

si lo haces de esta manera, ¿vale?

00:39:43

Si lo haces súper bien, así,

00:39:45

y como no estás haciendo de nada, de cero,

00:39:47

pues está muy bien

00:39:49

Isabel, ¿te sirve a ti?

00:39:51

Sí, estoy viendo también aquí

00:39:53

temas controversiales

00:39:57

Pero que nunca me hacen caso

00:39:58

eso de los temas controversiales

00:40:01

se los nombré hace como tres meses

00:40:02

Sí, sí, sí

00:40:05

Pero no lo habían hecho

00:40:07

No, no lo había hecho

00:40:09

Así que ahora voy a atreverme

00:40:10

Yo ahora ya estoy lanzada

00:40:12

Ya me lancé, digo, venga, ahora ya va para todo

00:40:14

Sí, me encanta que estés haciendo un montón de videos

00:40:17

lo único es eso, revisa el micro porque yo creo que

00:40:19

te voy a poner un video tuyo aquí para que veas

00:40:21

cómo se escucha, Isabel

00:40:23

no se escucha bien

00:40:26

pues alguno que se me desconectó

00:40:28

porque yo en mi móvil cuando grabo

00:40:29

tengo aquí un pequeño problema con el espejo

00:40:31

tengo que apagar primero el espejo

00:40:33

y apagar el video para que me salga

00:40:36

con el ruido, con el sonido

00:40:38

entonces quizá en alguno de ellos

00:40:39

el micro se me desconectó

00:40:41

porque yo normalmente sí que lo compruebo antes

00:40:44

pero bueno

00:40:44

Claro, tienes que ver que no está... Ah, le cambiaste de nombre. Isabel, ingresos no.

00:40:50

No, ingresos no. Esa es otra que abrí para porque quiero hacer también promocionar para expandir. Entonces abrí nueva.

00:40:58

No es necesario. Puedes abrir cuentas, pero bueno, está bien, pero te ocurre que ya llevar una cuenta es complicado, llevar varias más.

00:41:08

entonces a veces es mucho mejor

00:41:11

hacerlo en una sola

00:41:12

te voy a poner uno, no sé cuál fue el que vi yo

00:41:14

que vi que estaba bajito

00:41:17

vamos a ver

00:41:17

al menos que influya cuando le dices

00:41:20

no escucho nada

00:41:26

no se escucha

00:41:29

a ver que no estoy compartiendo

00:41:30

el sonido, espera

00:41:32

ya va, espera, déjame compartir de nuevo

00:41:34

y comparto el sonido

00:41:36

esto

00:41:46

sanar sin volver al mismo punto de partida. ¿Te das cuenta? El micro. Ay, suavécito.

00:41:53

Sí, hay como ruido detrás. No es su sonido limpio.

00:41:58

¿Sabes por qué? Te ha pasado que tienes todo lo que debería hacerte feliz y aún más

00:42:02

si sientes un vacío que no sabes explicar. No te falta nada afuera, te faltas tú y

00:42:07

adentro. Y ese vacío... Además que no está sincronizado la boca con el audio, ¿te das

00:42:11

cuenta, no? Eso quizás sea el chico cuando me los edita.

00:42:15

de directo

00:42:16

pero eso tiene que tener cuidado que el audio no está bien

00:42:18

de hecho a mí me habían editado unos también

00:42:21

y yo me quejé porque el audio

00:42:23

se escuchaba peor

00:42:25

si le pasan

00:42:26

si editan por catcu

00:42:29

si editan por catcu

00:42:31

este

00:42:32

¿qué sucede? si editan por catcu

00:42:35

este, a veces algunos

00:42:37

le ponen el

00:42:38

mejorar la voz y eso va

00:42:41

fatal, fatal, fatal

00:42:43

ya te digo que suena peor

00:42:45

yo tengo este para que tú veas el sonido del micrófono está hecho con el micrófono vamos a

00:42:50

ver cuál es si yo cogí que nos recomendaste costaba 59 de mas y exactamente mira ese está hecho con

00:42:58

ese micro mira adreso a mientras creyendo que eres tú quien tiene que cuidarla te lo voy a decir

00:43:05

claro si te pones a darle consejos y a tratar de la diferencia que convierte el sonido y ese es el

00:43:11

más grave. Pues igual

00:43:12

me falló y igual el chico cuando

00:43:15

me los edita, voy a decírselo.

00:43:17

No importa. Sí, mira, cuando

00:43:19

edita, normalmente si edita

00:43:21

en

00:43:22

si edita en Katku, pasa

00:43:25

esto. En Katku tiene una parte, ¿con qué edita

00:43:27

él? ¿Con Katku o con otra cosa? No, no sé,

00:43:29

nunca le pregunté con qué lo edita. Vale.

00:43:31

Si editan con Katku,

00:43:32

hay una parte en Katku que está

00:43:34

que es lo siguiente, ya vas a ver.

00:43:36

No sé con cuál edita, le voy a preguntar.

00:43:39

Para que veas un poquito de Katku.

00:43:41

veas esto, ¿vale? En CatQ, voy a ver aquí, mira, tengo un video que he hecho yo, sí, este video que compartí ayer, vamos a darle compartir, vamos a compartir audio, vale, mira, aquí, si yo le doy a este, vamos a ver, ya tú vas a ver esta diferencia, que es uno de los problemas de CatQ que tienen, ¿se ve?

00:44:04

Sí, sí, sí.

00:44:06

Se ve mi pantalla de catco, ¿no?

00:44:07

Sí, sí, sí.

00:44:09

Este es un video que edité yo ayer, ¿vale?

00:44:11

Sí, sí, se ve.

00:44:11

Entonces, fíjate tú qué pasa con esto.

00:44:14

Mira, este audio, escucha ese audio normal.

00:44:16

Los secretos no protegen, envenenan.

00:44:19

Hay algo que tu familia no te contó y lo estás pagando tú.

00:44:22

No, los secretos...

00:44:23

Escuchas el audio, ¿no?

00:44:25

Sí.

00:44:26

Vale, genial.

00:44:27

Quiero que te des cuenta cuando yo le doy a esto.

00:44:29

Mira, vas a ver esto.

00:44:32

Voy a darle aquí mejorar audio.

00:44:34

¿Vale? Para que tú veas lo que pasa y lo fatal que se escucha.

00:44:39

¿Vale? Cuando le doy mejorar.

00:44:42

¿Ves? Aquí hay un que dice mejorar la voz.

00:44:45

Que normalmente lo hacen ellos.

00:44:47

A veces le dan normalizar los clics o mejorar la voz.

00:44:50

¿Vale? Entonces mejorar la voz, ya vas a ver cómo lo va a hacer.

00:44:53

Esto lo está haciendo y ya vas a ver la supuesta mejora.

00:44:56

La mejora de CatQ de voz es fatal.

00:45:00

Hay una cosa que se hace en Adobe Premiere, que es Adobe Podcast,

00:45:05

que lo puedes hacer gratis.

00:45:06

Entonces, sí, es mucho mejor.

00:45:08

Se suena con más profundidad.

00:45:09

Ya vas a ver el audio ahora.

00:45:11

Los secretos no protegen, envenenan.

00:45:13

Hay algo que tu familia no te contó.

00:45:16

¿Te das cuenta que es como más brillante, desagradable?

00:45:19

Los secretos familiares no protegen a nadie.

00:45:20

Solo condenan al silencio.

00:45:22

Que empeoró en lugar de...

00:45:25

Exactamente, ves, que empeoró.

00:45:26

Ya lo quito y vuelvo a poner la que yo tenía antes.

00:45:29

Claro, ve la que yo tenía antes.

00:45:30

Los secretos no protegen, envenenan.

00:45:32

hay algo que tu familia no te contó

00:45:35

y lo estás pagando tú

00:45:36

¿ves? eso

00:45:38

puede ser normalizar intensidad

00:45:40

que si está bien pero en la mejora de la voz

00:45:42

fatal, fatal, fatal

00:45:44

y sobre todo si ya tú tienes un buen micrófono

00:45:46

porque él necesita mejorar esto

00:45:49

entonces a veces es que

00:45:50

se acostumbran a darle y entonces le mejoran

00:45:52

la voz para mejorar la voz

00:45:54

entonces lo que hace es empeorarte

00:45:56

entonces eso tienes que tener en cuenta cuando lo estás

00:45:58

haciendo con él

00:46:00

este es un video ¿ves? editado

00:46:02

editado por mí directamente que lo

00:46:04

edite ayer y directamente

00:46:06

lo hago aquí, ¿vale?

00:46:08

¿Sí?

00:46:10

Este video, como lo están viendo,

00:46:12

los videos están hechos con ella.

00:46:17

¿Se dan cuenta, no?

00:46:20

Estos videos son aquí,

00:46:22

lo tengo, vamos a ver por aquí,

00:46:25

vamos a buscar,

00:46:26

aquí tengo,

00:46:30

miren estos videos,

00:46:31

directamente, a ver,

00:46:33

estoy compartiendo, ¿sí ven lo que estoy compartiendo?

00:46:36

o no? Con Eijen

00:46:38

Eijen, sí. Vale, exactamente.

00:46:39

Ahí lo veas. Sí, exactamente

00:46:42

lo que hago directo. Disculpen que

00:46:44

cerré esto y cerré el Eijen. Vale.

00:46:46

Normalmente tengo los avatares aquí.

00:46:48

Yo saco una foto mía, tal

00:46:50

que si yo, este es muy real, este se parece muchísimo.

00:46:52

Este, esto son fotografías

00:46:54

que yo voy colocando y le pongo

00:46:56

el tema y directamente me

00:46:58

lo hacen. Genial.

00:47:00

Aquí tengo la fotografía,

00:47:02

lo creo y lo voy haciendo.

00:47:04

Se das cuenta, ¿no? Que aquí es

00:47:06

directamente un

00:47:07

esto

00:47:08

un clon

00:47:10

bueno pero esto es a partir de una fotografía

00:47:13

sí a partir de una fotografía

00:47:16

puede ser a partir de una fotografía

00:47:17

o puede ser a partir de un video

00:47:19

entonces simplemente usted lo hace

00:47:21

este es de un video directamente

00:47:24

entonces está muy bien

00:47:25

y la verdad que te ahorra

00:47:27

un montón de trabajo sobre todo

00:47:28

yo tuve un ursuelo horrible en el ojo

00:47:31

bestial que no podía ni grabar ni nada

00:47:33

y pues bueno esto la verdad que

00:47:35

viene súper bien, porque grabas y lo haces

00:47:37

en un momentito, lo único, luego trabaja

00:47:39

en edición, yo grabo el audio

00:47:41

y el audio también lo puedes hacer en Eleven,

00:47:43

pero a mí me gusta grabar el audio, entonces grabo el audio

00:47:45

y lo pongo, y lo edito

00:47:47

directamente, pero bueno,

00:47:49

tú tienes editores y lo puedes hacer

00:47:51

directamente con el editor,

00:47:54

para que sepas.

00:47:56

¿Qué tal? Pues ahorita no hay excusa para hacer las cosas.

00:47:59

No.

00:48:01

Vale.

00:48:02

Genial. A ver,

00:48:04

alguna pregunta en especial, alguna duda que tengan,

00:48:07

que hoy se nos jubiló toda la gente, después se quejan de que no tienen clase y no vienen.

00:48:12

Se ha cambiado la hora y se han despistado.

00:48:15

Ya, vale, cuéntenme.

00:48:18

Sí, pero es que no creo, porque es que hace una hora tampoco había nadie.

00:48:22

Son muchos, exacto, son muchos para que se olvidaran todos.

00:48:25

Ya, vale, y además que hay de aquí de España también.

00:48:30

Vale, cuéntenme, pero bueno, no importa, no pasa nada.

00:48:33

cuénteme una cosa, hay alguna pregunta

00:48:35

algo en especial que quieran que les ayude

00:48:38

que puedan ver, pero bueno, una clase particular

00:48:40

así que genial

00:48:43

pues yo ya

00:48:44

yo ya me voy con mucho material

00:48:47

ya, genial

00:48:50

Isabel, ya sacaste tus

00:48:51

temas controversiales

00:48:53

sí, me lo saco aquí, me saco varios

00:48:55

me saco varios, estoy viendo, voy a hacer

00:48:57

yo ahora por mi cuenta, aunque esté él

00:48:59

voy a hacer yo por mi cuenta, quiero

00:49:01

hacer también cosas por mi cuenta

00:49:03

que no él dependa de todo, entonces sí

00:49:05

quiero aprender lo de la edición de vídeos

00:49:07

y hay clases, cursos

00:49:09

de estos que hay gratuitos y cosas que te enseñan

00:49:11

entonces también ahí quiero ver cosas para yo ir

00:49:13

aprendiendo y ir haciendo por mí misma

00:49:16

En CatQ

00:49:17

lo que mejor queda es

00:49:19

por ejemplo buscar un estilo de vídeo que te guste

00:49:21

y entonces siempre

00:49:23

aprender a hacer ese estilo de vídeo, ¿vale?

00:49:25

que te guste, un estilo de vídeo

00:49:27

con unas cosas, a mí la verdad que

00:49:29

a mí me gusta

00:49:31

me gusta editar en cáptico porque lo pone muy fácil

00:49:33

me fastidia y como son videos

00:49:35

cortitos entonces

00:49:37

lo hago muy

00:49:38

viene muy rápido

00:49:40

pero hay otros videos

00:49:42

y además de eso que me gusta editarlos yo a veces que otro

00:49:45

cuesta que me lo haga bien

00:49:46

pero bueno el chico te los ha hecho bastante bien

00:49:49

sí, yo creo que sí

00:49:51

hoy empezamos una publi de pago

00:49:53

porque la semana que viene voy a hacer un webinar

00:49:56

entonces me lo hace el todo

00:49:57

ya me lo hizo, ya hoy arrancará

00:49:59

y el martes que ya tengo alguna gente en el grupito

00:50:02

porque yo he ido compartiendo

00:50:04

sigo haciendo, compartiendo

00:50:05

con mis contactos lo que tú nos has

00:50:08

recomendado tanto, la conexión

00:50:10

me cuesta mantenerme

00:50:12

me cuesta la constancia

00:50:15

entonces estoy

00:50:16

trabajando mucho en mí

00:50:17

porque me cuesta la constancia el hacer

00:50:19

esos pasos que tú nos has dado que están ahí

00:50:22

los tengo ahí pero los hago 15 días

00:50:24

y luego ya de repente paso una semana

00:50:26

y digo si no lo he hecho

00:50:27

me pierdo, así que bueno

00:50:29

ahí estoy trabajando en mí para recordármelo

00:50:32

para hacerlo, bueno

00:50:33

mandando mensajitos a los contactos

00:50:35

y bueno, de estos mensajitos que estuve

00:50:38

enviando estos tiempos de atrás, pues hoy les envié

00:50:40

muchas para compartir

00:50:41

el webinar, por si alguna amiga

00:50:43

estaba en silencio

00:50:45

sufriendo por este tema y que lo compartieran

00:50:48

y ya tengo algunos registrados

00:50:49

así que bueno, dando pasitos

00:50:52

así que voy a arrancar

00:50:53

a la publi

00:50:55

¿Y cuándo es?

00:50:56

El próximo martes, voy a hacer el webinar

00:50:58

Ah, el próximo martes

00:50:59

Sí, a las 7 de la tarde

00:51:01

Así que, bueno, a ver

00:51:04

Bueno, pásamelo para compartirlo

00:51:07

¿Vale?

00:51:08

Me lo va a hacer, lo pondré en el grupo

00:51:09

En alguno de los grupos, si quieres

00:51:12

Vale, genial, así lo comparto

00:51:15

Y bueno, voy a ver

00:51:18

Genial

00:51:19

Genial, genial

00:51:22

El último grupito del año

00:51:24

¿Cómo te ha ido con el chico?

00:51:28

No he tenido resultados

00:51:30

entonces él está desde

00:51:32

agosto, está trabajando conmigo

00:51:34

él sigue trabajando, me prometió que si no

00:51:35

conseguía esos resultados

00:51:37

seguía trabajando conmigo, la verdad que

00:51:40

lo ha hecho con la otra chica

00:51:42

y con la otra chica funcionó

00:51:43

porque es el mismo proceso, te recuerdas

00:51:45

había dicho que íbamos a colaborar juntas

00:51:48

y todo esto, contactamos, hablamos

00:51:50

pero se fue para Estados Unidos

00:51:51

y dijo que iba a cambiar el chip, que no iba a colaborar

00:51:54

o sea, que no quería colaboradores.

00:51:55

Digo, vale, algo hay en mí, algo hay en mí, lo sé,

00:51:59

estoy trabajando, hago un miedo, hago un bloqueo.

00:52:02

Puse en jaque al FIA, me dijo, búscate un terapeuta.

00:52:07

Aquel día me reí mucho.

00:52:11

Qué graciosa.

00:52:12

Aquí a la pobre dice, búscate un terapeuta que ya no te puedo ayudar.

00:52:18

Ya, ya, ya.

00:52:20

No.

00:52:20

Esto se podía la puse en jaque.

00:52:23

mira

00:52:24

Isabel

00:52:26

yo creo que

00:52:26

que tu trabajo

00:52:27

es crear

00:52:28

esos temas

00:52:30

controversiales

00:52:30

vale

00:52:30

yo creo que

00:52:31

estás tocando

00:52:31

cuando estás

00:52:32

hablando de los temas

00:52:33

estás hablando

00:52:34

temas

00:52:35

que no son

00:52:36

controversiales

00:52:37

y la idea

00:52:37

es hablar

00:52:38

de esos temas

00:52:38

controversiales

00:52:39

que nadie se atreve

00:52:40

a hablar

00:52:40

voy a proponérselo

00:52:42

a él

00:52:42

porque es el que

00:52:43

me busca los guiones

00:52:44

y me busca todo

00:52:44

voy a proponerlo

00:52:45

y yo de todas

00:52:45

las voy a sacar

00:52:46

cariño

00:52:46

pero él no te puede

00:52:47

buscar los guiones

00:52:48

ahí sí

00:52:49

te digo que es un error

00:52:50

¿por qué?

00:52:51

porque al final

00:52:52

la que sabe

00:52:52

de tu público

00:52:53

eres tú

00:52:53

sabe lo que le moviliza

00:52:55

eres tú

00:52:55

entonces

00:52:56

ten cuidado

00:52:57

con eso

00:52:57

¿vale?

00:52:58

deja que él te sugiera

00:53:00

pero también

00:53:01

ponte tú

00:53:02

de cuáles son los temas

00:53:03

porque así tú

00:53:03

también aprendes

00:53:06

¿cuáles son esos temas?

00:53:07

y tienes ya

00:53:08

reel de

00:53:09

de prueba

00:53:12

¿cómo reel de prueba?

00:53:14

reel de prueba

00:53:14

de estos que yo enseñé

00:53:16

que se podían hacer

00:53:17

sí, sí

00:53:17

es que tiene muchas

00:53:18

visualizaciones

00:53:19

sí

00:53:19

he enviado algo

00:53:21

he enviado

00:53:21

y has tenido viralidad

00:53:25

que raro

00:53:26

porque los RIL de prueba funcionan muy bien

00:53:28

si pero el primero

00:53:30

uno primero si

00:53:31

que tuve 34 visualizaciones

00:53:34

34 visualizaciones es nada

00:53:36

por RIL de prueba

00:53:36

cuantas visualizaciones tenía

00:53:40

dos millones y pico

00:53:42

en cambio yo he hecho varios

00:53:44

pero le agregaste

00:53:46

un texto

00:53:46

si un texto

00:53:48

un emoticono he probado

00:53:51

no tengo resultado con ellos

00:53:52

no dejes de insistir

00:53:55

publica varios a ver qué tal

00:53:57

que sean muy virales

00:53:59

colocándole algo a ver qué tal

00:54:01

porque normalmente eso suele atraer gente

00:54:03

en el pronóstico que persiste

00:54:05

20 temas controversiales

00:54:08

¿verdad?

00:54:09

para abrir conciencia en relaciones de pareja

00:54:11

me pone nombre

00:54:12

sí, 20

00:54:15

amar mucho o amarse primero

00:54:17

¿dónde está el límite entre amarse intensamente

00:54:19

y perderse a ti mismo?

00:54:20

y le puse que es para mujeres

00:54:23

profesionales agotadas

00:54:24

en este caso el caso de ella

00:54:26

como era para salud mental

00:54:28

yo le puse para mujeres que están sufriendo

00:54:30

en sus relaciones de pareja

00:54:31

vale exactamente

00:54:32

genial

00:54:36

amor verdadero

00:54:37

dame 20 temas muy controversiales

00:54:39

de la salud mental

00:54:40

temas que muevan a las mujeres profesionales agotadas mental

00:54:43

y emocionalmente

00:54:44

eso fue lo que le dije

00:54:46

vale

00:54:49

a ver que tal

00:54:51

bueno chicas

00:54:53

genial, ¿qué se llevan del día de hoy?

00:54:56

vale, una pregunta

00:54:57

antes de irnos, de estos ahora le pongo

00:55:00

que me quede el reel, ¿verdad?

00:55:01

el guión del reel, exactamente

00:55:03

que te hayan gustado primero

00:55:04

el Teo sugiere que si te lo ordena del mayor

00:55:07

a menor, entonces tú le dices

00:55:09

mira, no creo que me quedes guiones

00:55:11

de reel, este con

00:55:13

hud, con todo, créame los guiones

00:55:15

los reel que sean impactantes

00:55:17

tal, que se yo, todo

00:55:18

el hud con texto y cta

00:55:21

exactamente

00:55:24

y que los reels sean muy

00:55:27

controversiales, cuidado

00:55:28

escriban los guiones que también, que sean

00:55:30

controversiales

00:55:34

muy controversiales

00:55:35

irreverentes, exactamente

00:55:36

que sean temas que sean rompedores

00:55:38

porque esa es la idea, entiendes, como llama la atención

00:55:41

con temas de, lo que pasa es que

00:55:42

a casi nadie le gusta desagradar

00:55:44

y entonces

00:55:46

esto es algo de buscar mi propio estilo yo desde hace

00:55:48

tiempo y a mí me encanta decir verdad

00:55:50

de gestas que sean rudas y que duelan

00:55:52

y que movilizan

00:55:54

encontré una en Instagram

00:55:55

que sus publicaciones es

00:55:58

el defender al hombre

00:56:00

va todo enfocado al hombre

00:56:01

te lo dije que eso era muy bien

00:56:04

y tiene éxito

00:56:06

y tiene éxito

00:56:07

las chicas y de hecho he hecho remix

00:56:10

de esos vídeos de ella que tienen

00:56:12

2 millones y 3 millones de visualizaciones

00:56:14

pero tampoco he conseguido nada, seguiré

00:56:15

porque además me hizo gracia porque luego la

00:56:17

empecé a seguir y tiene todo

00:56:19

querido mío, tu mujer

00:56:21

algo así le estaba diciendo

00:56:23

no es que no merezcas, es que

00:56:25

es una cansina, algo así decía

00:56:27

todo

00:56:29

hablándole a ellos de colombadas

00:56:31

claro, y las mujeres deben

00:56:33

de coserla en hater

00:56:35

en los comentarios, debe ser una bestialidad de las mujeres

00:56:37

comentándole

00:56:38

así que la he seguido

00:56:41

la he visto y voy a seguir

00:56:43

y voy a seguir haciendo remis de ella

00:56:45

si, es que yo te dije que es muy bueno

00:56:47

cuando nosotros

00:56:49

Bueno, no, pero puedes hacer un remix hablado donde ella está hablando y tú le comentas y dices, bueno, pero yo no estoy de acuerdo con eso, es un avatar tuyo, y dice, pues yo estoy de acuerdo con esta parte, pero con esta parte no, tal, no sé qué.

00:57:03

Ah, eso no sé hacerlo.

00:57:05

Sí, es simplemente

00:57:07

cuando tú tienes el remix

00:57:09

tienes la opción de hacer el remix de este video

00:57:11

o hacer como una continuidad

00:57:13

de este video, entonces cuando te dice

00:57:15

la parte de continua, ahí es que tú

00:57:17

pones todo a tardar, te pones a hablar

00:57:19

y entonces serás ella, la otra persona

00:57:21

en la mitad de arriba y tú en la mitad de abajo

00:57:24

Ah, vale

00:57:24

Entonces es mucho más completo

00:57:27

también donde tú opinas y dices

00:57:28

ah, pues mira, yo estoy de acuerdo, la paras

00:57:30

cuando ella dice tal cosa, la paras

00:57:32

bueno, yo estoy de acuerdo con esto, tal y que se yo

00:57:34

pero no sé de acuerdo

00:57:35

o avanzaría de tal manera esto

00:57:38

también es interesante

00:57:41

probaremos

00:57:42

probaremos iremos probando

00:57:44

bueno bueno

00:57:46

chicas, ¿qué nos llevamos del día de hoy?

00:57:50

adelante Isabel

00:57:54

estructura

00:57:54

me llevo estructura

00:57:56

genial, me alegra un montón

00:57:58

que te sirva y que lo puedas trabajar

00:58:00

de verdad ya que vas a empezar

00:58:01

así que genial

00:58:03

sí, ya, ya

00:58:04

lo que quiero que le quede claro es eso

00:58:06

que tienen que ser cosas que sean tangibles

00:58:09

no cosas etéricas

00:58:10

eso sí es importante

00:58:12

que es uno de los errores que cometemos más habitualmente

00:58:16

genial, Isabel

00:58:17

¿tú qué te llevas?

00:58:19

aprendizaje como siempre, bueno, escuchar como fuiste

00:58:21

entré cuando estabas ahí con todo el desglose

00:58:23

con ella y bueno

00:58:25

me gustó, me gustó mucho y siempre aprendizaje

00:58:27

porque siempre se aprende

00:58:28

en tu caso también puedes adaptar eso

00:58:31

tener los beneficios

00:58:33

cuáles son los miedos y los deseos

00:58:34

entonces los beneficios, cosas positivas

00:58:37

que logran trabajando en sus relaciones

00:58:39

de pareja, el miedo

00:58:41

de no trabajar en relación de pareja y

00:58:42

lo que desea la gente en relación de la pareja

00:58:44

quiere construir, quiere estar abrazada con tu pareja

00:58:47

en un lugar romántico

00:58:50

que sea compañero de vida, todas esas cosas

00:58:53

que quieres

00:58:55

bueno pero me encanta que te estén

00:58:57

mostrando bastante, ya eso es un paso

00:58:59

para ti grandísimo

00:59:00

ya los hago, ya los disfruto

00:59:03

ya no como antes

00:59:05

que digo voy otra vez

00:59:07

y ya me pongo, si me envía

00:59:09

tenemos 10 guiones, los grabo

00:59:11

todos los 10 seguidos, o sea, quiero decir

00:59:12

es que es mucho mejor grabarlos todos una sola

00:59:15

vez y ya, y que te lo dices y listo

00:59:17

el engorro este de que

00:59:18

el espejo no me, con el teléfono

00:59:21

este, es con este modelo porque ya estoy

00:59:23

investigando y es concretamente este modelo

00:59:25

con los espejos

00:59:26

me quita el sonido, tengo que apagar antes

00:59:28

el espejo y luego apagar

00:59:31

el vídeo, entonces tengo que apagar

00:59:32

todo y quizá ahí es donde también el

00:59:34

micro quizá alguna vez se me desconecte

00:59:36

pero se tiene que comprobar

00:59:38

tengo que comprobar eso

00:59:40

es un poco engorroso en ese sentido

00:59:42

bueno viene Black Friday, pide de regalo

00:59:44

un teléfono

00:59:49

ahora para Navidad, para el regalito para la extra

00:59:51

que me dé de Navidad, digo mira esto es un teléfono

00:59:53

cariño, exactamente

00:59:54

en Black Friday

00:59:57

viene más barato

01:00:00

Luz tú, creo que alguna vez

01:00:01

habías dicho, pero sabes yo

01:00:03

entré y ya habías dado esa parte

01:00:05

de precisamente

01:00:06

sobre el teléfono

01:00:09

haya

01:00:11

pues si alguna marca que

01:00:13

tú recomiendes

01:00:14

yo la verdad

01:00:17

a mí yo no soy de usar

01:00:19

marcas de teléfono fatal

01:00:21

porque a mí me parece carísimo, a mí me parece

01:00:23

pagar 700 euros por un teléfono me parece una

01:00:25

obscenidad, pero bueno

01:00:27

¿qué pasa? normalmente yo uso teléfonos

01:00:30

particularmente para teléfonos

01:00:31

Chinorris de estos Xiaomi, me encanta

01:00:33

la marca Xiaomi, la verdad que me gusta bastante

01:00:35

y son los que más uso, ahora

01:00:37

estoy detrás de

01:00:39

lo quiero cambiar, entonces le había dicho

01:00:41

Enrique para Black Friday

01:00:43

el regalo de Navidad, para Black Friday

01:00:45

el que tiene la mejor cámara ahorita es

01:00:47

el Xiaomi

01:00:51

Xiaomi

01:00:51

Xiaomi 15 Ultra, ¿no? Es el que tiene la mejor

01:00:54

cámara ahora, incluso mejor que iPhone

01:00:56

Ok

01:00:58

Entonces ese

01:01:00

ese está muy bien

01:01:00

si lo compras en Black Friday

01:01:02

pero también puedes comprar

01:01:03

el de la vez pasada

01:01:04

que es el Xiaomi 14 Ultra

01:01:06

que también estará más barato

01:01:08

que seguramente es el que yo me compre

01:01:10

porque ya estoy diciendo

01:01:11

que yo no soy

01:01:12

de las que a mí me parece

01:01:13

una obscenidad

01:01:14

originalmente ese teléfono

01:01:15

cuesta creo que

01:01:16

mil y pico de euros

01:01:18

yo le digo

01:01:18

yo no voy a pagar

01:01:19

por un teléfono en la vida

01:01:20

eso en la vida

01:01:21

me parece una obscenidad

01:01:23

no, yo a mí eso me parece

01:01:25

una estupidez

01:01:26

¿vale?

01:01:26

y solamente por una cámara

01:01:27

fotográfica pues no

01:01:29

pero sí, obviamente yo

01:01:31

mi teléfono ya tiene 5 años

01:01:33

más o menos 5 o 6 años, entonces claro

01:01:35

tampoco que los cambie muy habitualmente

01:01:36

entonces lo bueno es que tenga una cámara buena

01:01:39

ya que te sirva y que te resulte bien

01:01:42

pero hay buenos teléfonos

01:01:43

hay buenos teléfonos y buenas cámaras

01:01:45

están los de Google, el de Google Pixel

01:01:47

está bien, también la cámara

01:01:49

está bastante bien

01:01:50

y que es tan chulo

01:01:52

y pues bueno, funciona bastante bien

01:01:56

también, y tienen actualización

01:01:57

y todas estas cosas

01:01:58

a mí particularmente me gusta el

01:02:00

Xiaomi, y el Xiaomi 15

01:02:02

también que salió últimamente, creo que también está

01:02:04

bastante bien, ahora en noviembre viene

01:02:06

Brad Friday, entonces lo pueden comprar

01:02:08

a mejor precio, no sé, en México

01:02:10

también hacen Brad Friday, ¿no?

01:02:12

Sí,

01:02:14

en 15 días,

01:02:15

20 días

01:02:17

Bueno, Isabel, mira, nosotros

01:02:19

por AliExpress nos podemos pedir directamente

01:02:21

la versión global tiene que ser

01:02:23

si lo pedís por

01:02:24

Xiaomi, entonces

01:02:26

viene muy bien, ¿vale?

01:02:27

yo particularmente ya había dicho

01:02:30

Enrique quiero ese

01:02:31

que he visto el que tenga la mejor cámara

01:02:34

si ustedes buscan el mejor teléfono

01:02:36

o busquen varios, el teléfono directamente

01:02:38

le pueden decir al GPT que se los busque

01:02:40

o directamente en Google

01:02:41

cuáles son los teléfonos con mejores cámaras

01:02:43

obviamente entonces comparan el precio y ven cuál resulta mejor

01:02:47

entonces el

01:02:48

Xiaomi 15 Ultra

01:02:50

el de 14 como ya

01:02:52

viene de capa caída fue del año pasado

01:02:54

pues seguramente estará más barato

01:02:57

y es la misma cámara

01:02:59

que no ha cambiado nada

01:03:00

es la misma cámara, entonces pues bueno

01:03:02

yo seguramente apuntaré por eso

01:03:06

buscaré uno con buena cámara

01:03:07

en caso de para cambiar, si este tiene ya cuatro años

01:03:09

y bueno yo lo más

01:03:10

siempre le preguntas a Enrique

01:03:13

fíjate que le compro Sonia, se lo recomiendo

01:03:15

a Enrique y Sonia está encantada con su cámara

01:03:17

ya viste los videos que está haciendo Sonia con su cámara

01:03:21

y ese se lo recomiendo a Enrique también

01:03:22

que también es un chinorri

01:03:25

bueno pues ya dices tú este

01:03:27

Xiaomi pues ya miraré, si veo que es muy caro

01:03:29

pues ya me pediré a Enrique

01:03:31

más bajo

01:03:33

pero ya te digo

01:03:35

por Aliexpress lo puedes comprar

01:03:37

la versión global y te sale súper bien

01:03:39

versión global

01:03:42

porque hay la versión china

01:03:43

y la versión global

01:03:47

entonces la versión global

01:03:48

que la envíen desde España, la versión global

01:03:50

es que sirve para España

01:03:52

la versión china no te sirve para España

01:03:54

vale

01:03:56

te viene todo en chino y todo lo demás

01:03:58

claro, claro, es que tecnología

01:04:00

nunca compré en Aliexpress, en Aliexpress

01:04:02

bueno, compré otras cosas, pues nosotros todos lo compramos

01:04:04

ahí, de verdad

01:04:05

sí, yo compré muchas cosas, pero lo que es de tecnología

01:04:08

no, compré un reloj digital

01:04:10

y lo mismo, tampoco me fue así muy bien

01:04:12

en serio, pero tiene que ser, mira

01:04:13

mi reloj es comprado allí

01:04:16

mi reloj este, y este me

01:04:17

permite los whatsapp, contesto las llamadas

01:04:20

de aquí y todo

01:04:21

yo las llamadas

01:04:22

y este cuando salió como 100 euros

01:04:24

una cosa así, creo que salió este, ¿no?

01:04:26

¿Cuándo salió este, Enrique?

01:04:29

¿El smartwatch?

01:04:31

Como 80 euros

01:04:34

este, y me contestan las llamadas

01:04:36

y todo, veo los whatsapp

01:04:37

todas estas cosas aquí

01:04:38

las llamadas las primeras veces y después al cabo

01:04:41

de un mes ya empezó el micro

01:04:42

ya no se escuchaba, ya lo dije ya

01:04:45

este va de maravillado

01:04:47

pero siempre pregúntale a Enrique

01:04:50

pregúntale a Enrique, oye mira Enrique

01:04:51

yo tengo tal teléfono tal que se yo

01:04:53

que es Marwash, que sea tu asesor

01:04:55

tecnológico

01:04:57

me estará viendo ahí

01:04:59

me dirá, pero bueno, esta

01:05:01

comprometiendo

01:05:02

lo estás promocionando sin pago

01:05:06

Enrique, déjalo con las plataformas

01:05:08

y con todo lo que nos hace

01:05:09

que nos hace muchas cosas chulas

01:05:12

bueno, no, pero ya te digo

01:05:13

que a Sonia le recomendó el teléfono

01:05:14

y Sonia está encantada con el teléfono

01:05:16

a ver, mi tablet me la recomendó él

01:05:18

y mi portátil también me lo le pregunté

01:05:21

a él, cuando son cosas así, siempre le pregunto

01:05:22

es el entendido

01:05:26

exactamente, sí

01:05:27

es que cuando uno no sabe, ya te digo

01:05:28

que te meten gato por liebre, que tienes una barbaridad

01:05:31

a mí muy fácil

01:05:32

me meten gato por liebre, entonces por eso sí

01:05:34

que pregunto, pero bueno

01:05:36

pues ya está, me llevo muchas cosas

01:05:39

vale chicas, pues nada

01:05:40

para mí un gusto, como siempre, poder compartir

01:05:43

con ustedes, gracias por estar

01:05:44

bueno, vayan a poner en la clase

01:05:46

estuvo la clase bien, para ver qué van a decir

01:05:49

gracias por la clase

01:05:51

excelente

01:05:51

ahorita la ponemos

01:05:53

gracias Luz

01:05:54

gracias

01:05:54

vale

01:05:55

un besito

01:05:56

nos vemos chicos

01:05:57

hablamos

01:05:58

chao chao

01:05:59

gracias por estar

01:06:00

nos vemos en la siguiente

01:06:01

un besito

01:06:02

chao