

¿Vale la pena contar tu Historia?



¡BIENVENIDOS!



Me alegra mucho tenerte aquí.

Este ebook nace de mi propio miedo de contar mi historia y del síndrome del impostor que me hacía todo el tiempo estar tras bambalinas.

Gracias a estos pasos, realizados una y otra vez, me animé a dar el salto sin saber lo poderoso que sería.

Hay tantas personas que buscan un aliento por ahí y no lo encuentran, tal vez lo necesiten de vos y se lo estás privando. Como hubiese pasado si yo no hubiera hecho este ebook.

Abraza tu historia de vida, tiene valor... aunque aún no te des cuenta de su poder.

Magu

CONTENIDOS

01 ¿CREES QUE VALE LA PENA CONTAR TU HISTORIA?

02 ¿POR QUÉ CONTAR TU HISTORIA IMPORTA EN EL MUNDO?

03 ¿CÓMO DESCUBRIR Y CONTAR TU HISTORIA DE MANERA EFECTIVA?

04 RECONOCE QUE TU HISTORIA MERECE SER COMPARTIDA

05 PRACTICA COMPARTIR TU HISTORIA



¿Crees que vale la pena contrar tu historia?

En el mundo de los profesionales independientes, la competencia es feroz y la necesidad de captar la atención en redes sociales o plataformas digitales ha enfermado a más de uno/a.

Todos tienen habilidades similares y ofrecen servicios comparables. Entonces, ¿cómo te destacás entre tantas similitudes? La respuesta es simple y radica en tu **historia personal**.

¿Te sientes como un impostor/a?

Muchos profesionales independientes, incluso aquellos con años de experiencia y éxito, luchan con el llamado "Síndrome del Impostor". Este

fenómeno psicológico se caracteriza por dudas persistentes sobre tus logros y una sensación de ser un fraude, a pesar de la evidencia objetiva de lo contrario.

¿Por qué hablamos de esto?

Porque encontrar tu historia personal y compartirla con el mundo puede ser una poderosa herramienta para combatir el Síndrome del Impostor. Al reconocer tus propias experiencias, desafíos y triunfos, te das cuenta de que tu viaje profesional es único y valioso.

Antes de pasar al "qué" contar, quiero que conozcas por qué es importante contarla.



¿Por qué contar tu historia importa en el mundo?

Encontrar tu historia personal y compartirla con el mundo puede ser una experiencia transformadora. No solo te ayuda a superar el Síndrome del Impostor, sino que también te posiciona como un profesional auténtico, único y digno de confianza porque te brinda de:

AUTENTICIDAD

Cuando compartes tu historia, te vuelves auténtico. No se trata solo de tus habilidades y logros, sino también de quién eres como persona. La autenticidad crea conexiones genuinas con tus clientes y colegas, estableciendo una base sólida para relaciones duraderas.

DIFERENCIACIÓN

En un mercado saturado, tu historia es tu ventaja competitiva. Nadie más tiene exactamente la misma combinación de experiencias, valores y perspectivas que vos. Al destacar lo que te hace único/a, te diferencias de la competencia y atraes a aquellos que se identifican contigo.

INSPIRACIÓN

Tu historia tiene el poder de inspirar a otros. Al compartir tus desafíos y cómo los superaste, brindas esperanza y motivación a quienes están en situaciones similares. Convertirte en un modelo a seguir no solo fortalece tu marca personal, sino que también contribuye al crecimiento y desarrollo de tu comunidad.

¿Cómo descubrir y contar tu Historia de manera efectiva?

Ahora que comprendes la importancia de encontrar tu historia personal, es hora de explorar cómo puedes descubrirla y contarla de manera efectiva. Este proceso implica **autoexploración, reflexión y comunicación estratégica**. Vamos a sumergirnos en los pasos clave para descubrir y compartir tu historia de una manera auténtica y convincente.

Sé que conocer tu propia historia y profundizar en ella puede ser desafiante, ya que es única y propia. Has vivido cada experiencia, lo que dificulta simplificarla en una narrativa que resuene con todos. Pero, ¡no te desanimes!

Comencemos a construir este rompecabezas juntos. Tu historia no es simplemente una etiqueta; es tu legado, tu voz única en el mundo.

Reflexionemos y analicemos: ¿Qué historia te parece que tiene más peso?

A - Un agente inmobiliario.

B - Un agente inmobiliario que ayuda a las madres solteras en el alquiler o venta de sus primeras casas, porque él creció con un padre ausente y alcohólico que los abandonó cuando era sólo un niño.

Sí, lo que te cautivó se llama empatía. Y en mayor o menor medida, todos la tenemos. Esto es lo que conecta, es lo que motiva y el haber salido de ese conflicto/dificultad es lo que inspira.

¡Pasos de Acción!

Identifica esos momentos clave en tu vida que te han marcado. Sumérgete en lo que aprendiste, lo que te apasiona y lo que detestas. Esto ayudará a darle sabor a la receta de tu marca personal.

Busca patrones y temas que resuenen profundamente contigo, aquí es donde surgen tus valores. Recuerda que tu historia no son solo eventos aleatorios unidos al azar, sino los temas que los conectan.

1

Crea una línea de tiempo simple de los principales acontecimientos y transiciones de la vida: carrera, familia, educación, dificultades, etc.

2

Reflexiona sobre un momento crucial de tu vida desde tu línea de tiempo. ¿Qué lecciones te dejó esa experiencia?

3

¿Puedes identificar temas y patrones en tu vida? Escribe un lista corta. ¿Cómo moldearon quién sos hoy?

Reconoce que tu historia merece ser compartida

TU EXPERIENCIA PUEDE AYUDAR A OTROS

Revelar tu historia al mundo puede resultar intimidante.

Sin embargo, con todas sus complejidades, tu viaje encierra una gran inspiración para aquellos que se conectarán con él.

Pero no pueden conectar con una historia que nunca escuchan.

Aquí nos centraremos en cambiar tu perspectiva para ver la vulnerabilidad como una herramienta poderosa, tanto para tus clientes ideales como para vos.

Practicar ser tú mismo contando tu historia a través de tu contenido es un método efectivo para aumentar la autoconciencia y la confianza en vos mismo/a.

Te anima a superar las dudas y el miedo, comprendiendo que tu historia auténtica resuena con otros y crea vínculos significativos. Y realmente los ayuda. No estás solo compartiendo momentos de tu vida; estás ofreciendo generosamente tus **experiencias como LECCIONES** que los espectadores pueden aplicar para mejorar como seres humanos.

De esta manera, fomentando conexiones y comprensión más profundas. Es así como se construye una comunidad que realmente está ahí para ti... y no solo por el valor que proporcionas.



¡Pasos de Acción!



1

Sí, sé lo que estás pensando...

Ahora incluso después de descubrir tu historia, es posible que te cueste creer que vale la pena compartirla. Y le das vía libre a tu saboteador/a interno/a:

"¿Quién estaría interesado en escuchar esto?"

"Otras personas han dicho todo esto antes y mejor de lo que yo podría hacerlo."

Te brindo una solución:

Supera este obstáculo al darte cuenta del atractivo universal que posee y piensa en cuántas personas les gustaría escuchar tu poder superador.

Abraza la vulnerabilidad como un paso hacia la autenticidad, fomentando conexiones más profundas con tu audiencia.

El poder de tu historia radica en su capacidad para inspirar, consolar y motivar a otros que pueden ver reflejos de sus propias vidas en la tuya.

Piensa en un momento en el que escuchaste una historia personal de alguien y cuánto te impactó. **¿Por qué no podrías hacer lo mismo por los demás?**



2

POV. Escríbete una carta a vos mismo/a desde el punto de vista de alguien impactado/a positivamente por tu historia.

**¿Qué te agradecería?
¿Qué aspectos de tu historia resonaron más con esa persona?**



3

Comparte una parte de tu historia con otras personas a través de una publicación en las redes sociales, blog o una conversación con amigos. **Observa las reacciones y sentimientos que evocan.**



Practica compartir tu historia

COMPARTIR TU SINGULARIDAD PUEDE AYUDARTE

Esta sección se sumerge en la **AUTOEXPRESIÓN** a través del arte de contar historias: la representación de tu marca personal mediante diferentes herramientas.

Se trata de algo más que simplemente compartir historias; es un ejercicio de **autodescubrimiento y presentación activa** de uno mismo/a.

Nota rápida:

"Actuar" no es algo malo. No es inherentemente falso, en cambio "Ser performático" sería algo negativo: una versión exagerada de uno mismo, construida para ocultar cualidades que no quieres que otros vean.

Pero no hay nada de malo en ser auténtico de manera activa. Cuando narrás tu historia, decidís qué compartir y cómo hacerlo, revelando tu

estilo de comunicación natural y preferencias.

Acepta la incomodidad de ser vos mismo/a cuando estás solo/a ¡Y practica!. A través de una práctica consistente, perfeccionarás tu capacidad para contar historias y obtendrás ideas sobre tu identidad, aprendiendo a articular y proyectar tu marca, también construirás confianza y relaciones con tu audiencia, y la monetización será un subproducto. Así es como ganarás dinero siendo literalmente vos mismo/a.

Graba 3 videos como si lo fueras a publicar, pero no lo hacés. Miralo una y otra vez y modificá las cosas que no te gustan: muletillas, luz, peinado...etc. Cuando hagas esto mínimo 6 veces, ya no te desagradará lo que ves y escuchás... ¡sos vos en acción!

¡Pasos de Acción!

Sé que te cuesta convertir ideas en contenido, lo que te dificulta expresar tu marca personal de manera auténtica y consistente.

Todos los aspectos de la creación de contenido sobre los que sientes que no sabes lo suficiente, junto con la falta de claridad en vos y en tu historia antes de sumergirte realmente en ella, resultan en una falta fundamental de confianza en vos mismo/a.

Y al final del día, confiar en vos lo es todo. Porque si no creés, notarás la diferencia entre cuando eres auténtico o inauténtico, y cuando llegue el momento de ser vos en una situación de alta exigencia, siempre dudarás de lo que sale de tu boca.

Necesitás estar completamente seguro/a de que estás siendo la versión que has elegido y que lo que decís es real y verdadero y representa quién eres.

Te brindo una solución:

Practicar la narración de tu día a día a través de la creación de contenido es la clave.

Esto te permite ser una versión auténtica y autodirigida de vos mismo/a, y es esencial para la auto-realización y la construcción de una marca personal sólida.

**1**

Identifique una historia personal que se alinee con los valores que querés transmitir y pensá en diferentes formas de compartirlo creativamente a través del contenido: Imagen, texto, video, etc...

**2**

Graba un vídeo corto sobre esta historia. Observa cómo te sentís antes y después de realizarlo.

**3**

Experimenta con diferentes formatos y descubre ¿qué funciona mejor para vos?. Esto mejorará tu narración y te ayudará a adquirir nuevas habilidades.



¡Felicitaciones!

Has llegado al final de esta guía para comenzar a contar tu historia.

Me encantaría que compartieras un testimonio sobre tu experiencia con la guía. Es lo que me ayudó a mí, una introvertida de perfil bajo crónica y gracias a estos pasos, a mis ganas y a ser constante pude salir de eso.

Sé que la introspección necesaria para construir una marca es difícil. Y seguramente vas a seguir haciéndote grandes preguntas a lo largo de todo este tiempo. Pero creeme que es lo mejor que te puede pasar, porque a medida que vos evolucionás, también lo hace tu marca.

Pero... “¿qué hago ahora?” te preguntarás. Te recomiendo que lideres tu marca personal con el corazón y juegues con el contenido! Mientras sea una diversión y no una obsesión estás por el buen camino. He conocido muchos profesionales que venían desgastados y frustrados por el contenido, los formatos y el algoritmo... créeme que no vale la pena.

“Te deseo la valentía de hacer lo que tu corazón siempre quiera”



¡GRACIAS!

Este ebook lo hice desde mi propio dolor,
guardando en mi ropero al síndrome del
impostor... ¡Y resultó!

Espero que estas herramientas te sirvan
para animarte a contar tu historia y lograr
un negocio rentable con tu marca
personal.

¡Éxitos!

Magu