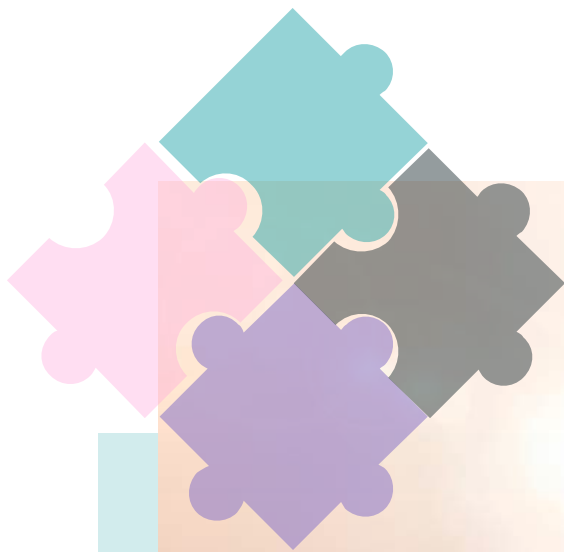




Los 5 pasos para
pasar de
INVISIBLE A VISIBLE

¡EMPIEZA A JUGAR!



Hola, soy Raquel

¡Gracias por querer ser visible!

Si has llegado hasta aquí es porque te pica la curiosidad de **cómo puedes transformarte de invisible a visible y crecer en todos los niveles de tu vida.**

Quizás sientas que tu vida no está alineada con lo que realmente necesitas o, quizás porque no encuentras tu para qué, ya que igual estás atrapado por tus ladrones de tiempo, preocupaciones y responsabilidades del día a día haciéndote perder el foco en lo que realmente deseas.

Esta guía que tienes en tus manos consta de **cinco pasos muy sencillitos que te ayudarán a despertar, no pienses que leyendo esto te convertirás de inmediato en un ser brillante.**

¡No... baja a la tierra de nuevo, por favor!, todo en la vida requiere entrenamiento, confianza y determinación o te creías que era cuestión de magia.

De esta forma, esta guía **te ayudará a mejorar tu vida emocional y, quizás un poquito de paz interior para volver a tener el coraje de salir a dar lo mejor de ti.** Esto es solo el comienzo, si deseas profundizar y trabajar aún más en todos los aspectos para reducir la tensión, el estrés y la falta de motivación, te invito a hacer el taller **“MÉTODO JUEGA”**, para interiorizar estrategias que te ayudarán a interiorizar nuevos hábitos y encontrar tu para qué en este mundo, y pasar de invisible a visible.

Te has preguntado alguna vez:

¿Para qué demonios estoy aquí?,

yo sí, muchas veces.

¿Qué conseguirás?

PASAR DE INVISIBLE A VISIBLE

“ Recuerda que ser una líder es ser una jugadora de primera

MÁS CONFIANZA

Confiar y creer en tí mismo siguiendo tus valores y ganándote el respeto de los demás.

MÁS VISIÓN

Ver nuevas oportunidades para mejorar las cosas.

MÁS CLARIDAD

Del caos siempre llega la calma. Aprovecha las oportunidades.

MÁS MOTIVACIÓN

El poner foco te invita a avanzar, a crear.

MÁS BIENESTAR

Organizarte y planificarte permite que sepas lo que tienes que hacer y eso mejora tu salud mental.
¡Adiós incertidumbres!

MÁS TIEMPO

Establecer prioridades te devuelve tu tiempo para ti y para los tuyos.

DE LÍDER A SENTIRTE LÍDER



“

No solo es posible sino que es necesario



- Sabes que en tu interior tienes mucho por dar, sin sacrificios y simplemente con tu esencia e intención. ¡Nada más!
- Ser un líder es una forma muy bonita de jugar para hacer cosas, moviendo piezas, transformando, buscando estrategias, construyendo posibilidades, imaginando y haciendo mundos increíbles.
- Pero, sobre todo, contagiando tu brillo a los demás, motivando, orientando, acompañando y siendo personas de a pie, no extraterrestres.

ESTO ES SER UNA LÍDER DE ÉXITO

¿Cómo nos convertimos en una líder de éxito?

“ La sociedad nos empuja a empoderar nuestro EGO

Y ÉSTO NO ES DE BUENOS HUMANOS



Una líder sin EGO es la que juega, que crea, que motiva y que vive la vida con optimismo.

J

JUGADORA

U

**USA TUS
HERRAMIENTAS**

E

**ENTREGA -
EXCELENCIA**

G

GANAR

A

AUTENTICIDAD

**Aprender a liderarte a tí misma para
luego liderar a los demás.**



JUGADORA

- **¡DEJA DE ESCONDERTE!**

RECUERDA EL PARA QUÉ ESTÁS AQUÍ.

- **DEJA DE POSTERGAR TUS DECISIONES Y ACCIONES.**

**¡MUEVE EL CULO Y HAZLO!
LA ACCIÓN ES TU PODER.**

- **DEJA DE CRIAR MALVAS EN EL CEMENTERIO.**

ME CRUZO CON UN MONTÓN DE MUERTAS VIVIENTES, ME DAN LÁSTIMA, NO HACEN NADA Y, LO PEOR, NI LO INTENTAN.

- **¡CÁSATE CONTIGO! ¡QUIÉRETE!, ¡ÁMATE!**

¿DESDE CUANDO NO TE DAS UN ABRAZO A TÍ MISMA?

¡HAZLO! YA VERÁS CÓMO TU MENTE CAMBIA.



USA TUS HERRAMIENTAS

- **BOMBEA TU AUTOESTIMA.**

SÉ QUE ES DIFÍCIL, TODOS TENEMOS MOMENTOS DE BAJÓN Y DE RAYARNOS LA MENTE.

- **MÍRATE CON CARIÑO.**

TÚ ERES LO MÁS IMPORTANTE.

- **ACÉPTATE TAL CUAL ERES.**

TE RECUERDO QUE NO HAY NADIE IGUAL QUE TÚ EN ESTE MUNDO DE LOCOS.

ASÍ, TAL CUAL ERES, ERES SUFICIENTE.
INTERIORÍZALO. SACA LO MEJOR DE TÍ.

**¿TE ACUERDAS CUANDO TE DEJÓ TU CHURRI?
¿O PERDISTE TU PRIMER EMPLEO?....**

**FUE UN DRAMÓN, LO SÉ...
¿SIGUES VIVA? ¡¡¡ SIIIIIIII !!!,**

**PORQUE TIENES MUCHAS HERRAMIENTAS Y RECURSOS
DENTRO DE TÍ QUE NO SABES QUE LOS TIENES.**



ENTREGA - EXCELENCIA

- **NO SEAS MEDIOCRE.**

ME ENCUENTRO TODOS LOS DÍAS CON CIENTOS DE PERSONAS QUE COPIAN A LAS DEMÁS, QUE LLEVAN LAS MISMAS ROPAS QUE LAS DEMÁS, QUE NO SON AUTÉNTICAS PORQUE SE DEJAN LLEVAR.

¿ASÍ ERES TÚ?

HAZ LAS COSAS COMO SI NO HUBIESE UN MAÑANA, INTÉNTALO AUNQUE CAIGAS, HAZLO CON PASIÓN AUNQUE NO LLEGUES, **SIMPLEMENTE SAL DE CASA Y HAZLO.**

- **PEQUEÑOS RETOS GRANDES COMIENZOS.**

PROPONTE PEQUEÑAS ACCIONES QUE TE GUSTEN PARA EMPEZAR A CREAR HÁBITOS QUE TE APASIONEN.



SAL A GANAR

- **TEN CORAJE.**

TEN EL CORAJE DE LEVANTARTE POR LAS MAÑANAS PARA HACER COSAS POR TÍ Y POR LOS DEMÁS. DA IGUAL QUE TE CAIGAS. YA TE LEVANTARÁS OTRA VEZ. SÉ QUE DUELE COMO LAS AGUJETAS PERO LUEGO TODO IRÁ RODADO.

- **PRIORIZA, ORGANIZA Y PLANIFICA ESTRATEGIAS.**

NO TE DEJES LIAR POR LOS LADRONES DEL TIEMPO, COMO LAS REDES SOCIALES, EL WHATSAPP E INTERRUPCIONES INECESARIAS. EMPIEZA A DECIR QUE NO, AUNQUE TE CUESTE HORRORES, Y HAZ QUE TUS TAREAS SEAN LAS MÁS IMPORTANTES.

A

AUTENTICIDAD

- **PIENSA EN TÍ COMO UN BUEN HUMANO.**

LOS CARGOS NO SON IMPORTANTES. O, ¿QUÉ TE CREES QUE SE VAN A ACORDAR DE TÍ EL DÍA DEL ENTIERRO POR SER LA JEFA DEL DEPARTAMENTO O POR SER LA PERSONAS QUE SIEMPRE HA AYUDADO, SOSTENIDO Y HA HECHO EL BIEN PARA ELLA Y PARA LOS DEMÁS?

- **OLVÍDATE DE LOS CARGOS.**

- **ENFÓCATE EN TU NUEVO ROL DE LÍDER.**

TU ERES LA PROTAGONISTA DE TU VIDA Y NADIE MÁS. SI NO HACES TU PELÍCULA, OTROS LO HARÁN POR TÍ.

- **LIDERA TU VIDA.**

SI DEJAS QUE LOS DEMÁS TE MANEJEN, SERÁS UNA AUTÉNTICA MARIONETA DE LA SOCIEDAD.