

# Rompe el Miedo a Hablarle a la Cámara

Hoy no es siempre. Lo que te da miedo hoy, mañana ni lo vas a sentir. En esta clase vas a aprender a superar el miedo a tu primer video y entender que la vergüenza es parte del proceso... pero no dura para siempre.



# ¿Por qué da tanto miedo subir un video?



Le temés a lo desconocido. Una vez que lo hacés... ese miedo se disuelve.



Creés que todos te están mirando y juzgando.



Te preocupás por lo que **pueden decir...** pero nadie está tan pendiente de vos.

“No sos el centro del mundo, cada persona tiene mil problemas propios como para enfocarse en vos.”

# ¿Y si te critican?

La mayoría de la gente **ni comenta**.

Si te critican... pobre de ellos, no de vos.

La crítica dice más del otro que de vos.

A los haters **ni los vas a ver más en tu vida**.



Reencuadre: “Yo estoy construyendo algo. Ellos critican desde la nada.”



# Subir tu primer video es un logro

Es un reto personal que muchos quieren pero **no se animan a dar**. Después de hacerlo, vas a sentir orgullo y felicidad.

**Ejemplo real:** "Pensé que iba a perder amigos... y me felicitaron."



# Todos quieren ser vistos, pocos se animan

Todos quieren crecer en redes, tener marca personal y vender más, pero pocos se animan a exponerse. Vos que sí lo hacés, **ya estás adelante de miles.**

"El que hoy se ríe, mañana te compra el curso. Me pasó."

# Tu objetivo > Miedo

Si tu meta está clara, **nada te frena**. Tu marca personal es el vehículo para crecer profesionalmente. No podés vivir limitado por la opinión de alguien que **ni estará en tu vida mañana**.



# El miedo no es real

Todo lo que imaginás es un invento mental. Si vas a imaginar cosas... ¡**imaginá lo mejor!**

"Visualizá: voy a pegarla. Voy a ser viral. Lo voy a lograr."

# Rompé la barrera, hacelo igual

Lo difícil dura minutos. La satisfacción **dura años**. El dolor temporal se transforma en orgullo eterno. No esperes no tener miedo. Hacelo con miedo.





# Tips para hablarle a cámara

Imaginá que hablás con tu mejor amigx. Eso te relaja, te conecta y te hace auténtico.

Lo técnico lo vas a aprender, esto es lo emocional. Confianza es el primer paso.

# Dale, subí ese primer video

✓ Todos sentimos miedo al principio

✓ Nadie te mira tanto como creés

✓ El que critica no vale tu energía

✓ Si tu objetivo es fuerte, no hay excusa

✓ Hacelo con miedo, pero hacelo