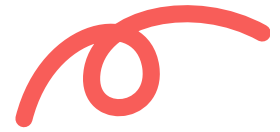


11 · PARA OYE

Desde la sala



Para María y Rodrigo: lo que aportó este grupo, cómo se vivieron las dinámicas y un par de notas para las próximas sesiones.

Lo que aportó el grupo

- Una **actualización en directo** a primera hora: qué es algo «cozy», qué da «cringe» y qué es el FOMO.
- Las mejores definiciones de **autoliderazgo**: «no ser un barco a la deriva» y «ponerte unas pautas e ir siguiéndolas».
- El «**contar hasta diez**» como pausa, antes de que llegara el método.
- Cómo encontrar tus patrones: «si mis diferentes círculos me dicen algo, es que es verdad».
- La conclusión del debate de los cacharros: lo malo es **no poner los medios** para solucionar lo que te molesta.
- Experiencias reales de **mostrador y de call center**, y el nombre de lo que más duele: la **condescendencia**.
- Un feedback sincero sobre **Neuronita**: a una persona le generan rechazo los perfiles que no son ni de una persona ni de una empresa, y sugirió no mezclar en una misma cuenta las fotos de las formaciones con otros contenidos. María lo recogió para su equipo de marketing.

SE DESCUBRE EN EL TALLER · CÓMO SE VIVIERON LAS DINÁMICAS

Esta parte cuenta cómo reaccionó el grupo a cada dinámica y lo que quedó pendiente. Se abre en el modo completo.

«*Si se sabe algo, el cerebro no va a salir del sofá.*»

María, al pedir que no se contara nada al Grupo III