

Episodio 2

No tienes un problema de Instagram. Tienes un problema de estructura.

Hay un regalazo en la última página jejeje

enfoquesalvaje

www.enfoquesalvaje.com

Hay un cansancio del que casi no se habla.

*No es el cansancio de trabajar mucho.
No es el cansancio de crear.
Es otro tipo de cansancio.*

*Es el cansancio de abrir Instagram y sentir que “toca” publicar algo.
De pensar qué decir hoy.
De escribir, borrar, volver a escribir.
De subir cosas que, en el fondo, no sabes muy bien por qué estás subiendo.
De sentir que haces, haces, haces... y que tu proyecto no termina de tomar forma.*

*No estás cansada de tu proyecto.
No estás cansada de crear contenido.*

Estás cansada de no saber qué estás construyendo con todo eso.

Y eso pesa mucho más de lo que parece.

El gran malentendido

La mayoría de personas creen que tienen un problema con Instagram.

Creen que: no saben hacer reels, no entienden el algoritmo, no son constantes, no tienen suficiente técnica, no publican lo “correcto”.

Y entonces buscan: más formatos, más trucos, más estrategias rápidas, más ideas para publicar.

Pero casi nunca se hacen la pregunta importante:
¿Qué estoy intentando decir de verdad con mi proyecto? ¿Qué historia estoy contando con todo lo que publico? ¿Qué quiero que alguien entienda de mí cuando me sigue?

La mayoría de proyectos no están bloqueados por Instagram. Están bloqueados porque comunican sin una estructura interna.

Publican desde la ocurrencia.
Desde el “hoy se me ha ocurrido esto”.
Desde el “tengo que subir algo”.
Desde el ruido.
Desde la urgencia.

Y eso no es un problema de plataforma.
Es un problema de dirección.

Lo que pasa cuando comunicas sin estructura

Cuando no hay estructura, cada decisión cansa.

Cansa pensar qué publicar.

Cansa decidir qué decir y qué no.

Cansa cambiar de tema todo el rato.

Cansa sentir que nada termina de encajar.

Cansa mirar atrás y no ver un hilo claro en lo que estás construyendo.

Comunicar sin estructura es como hablar mucho sin saber qué historia estás contando.

Hay movimiento, pero no hay camino.

Hay esfuerzo, pero no hay sensación de avance.

Hay ruido, pero no hay sentido.

Y poco a poco aparece algo muy peligroso: empiezas a asociar tu proyecto con agotamiento en vez de con deseo.

No porque tu proyecto esté mal. Sino porque lo estás sosteniendo desde la improvisación constante.

El problema no es la falta de ideas

De hecho, casi siempre pasa lo contrario.

La mayoría de personas con proyectos conscientes tienen demasiadas ideas.

Quieren hablar de muchas cosas.

Sienten muchas cosas.

Ven muchas capas.

Tienen mucho que decir.

El problema no es la falta de contenido.

El problema es la falta de orden.

Sin estructura, todas esas ideas se convierten en dispersión. En mensajes que no terminan de asentarse. En un proyecto que, desde fuera, se siente borroso.

Y, desde dentro, se siente pesado de sostener.

Qué cambia cuando aparece la estructura

La estructura no es una jaula.

No es rigidez.

No es volverte mecánica.

La estructura es lo que te permite dejar de empezar de cero cada día.

Es lo que hace que tu contenido deje de ser una ocurrencia suelta y empiece a formar parte de algo más grande.

Cuando hay estructura:

- la mente descansa,
- las decisiones pesan menos,
- el mensaje se vuelve más claro,
- el proyecto se siente más tuyo,
- y la comunicación deja de ser una lucha constante.

No porque publiques menos. Sino porque sabes por qué publicas lo que publicas.

Estructura no es estrategia vacía

Estructura no es llenar tu proyecto de fórmulas.
No es encajar en un molde.
No es convertirte en alguien que no eres.

Estructura es:

- saber qué defiendes,
- saber qué quieres transmitir,
- saber a quién le hablas,
- y saber qué estás construyendo a largo plazo.

Es tener un esqueleto interno que sostiene todo lo que expresas.

Y desde ahí, todo se vuelve más simple.
No más fácil. Pero sí más coherente.

Si ahora mismo te sientes cansada...

No es porque no sirvas para esto.

No es porque tu proyecto no tenga valor.

No es porque no sepas comunicar.

Probablemente es porque estás intentando sostener algo vivo sin una estructura que lo sostenga a él primero.

Y eso agota a cualquiera.

Un primer gesto de orden (ejercicios)

Si has llegado hasta aquí, probablemente algo de lo que has leído te ha tocado.

Quizá te has reconocido en el cansancio.

Quizá en la dispersión.

Quizá en esa sensación de estar haciendo cosas sin terminar de saber qué estás construyendo.

Este no es un ejercicio para “hacerlo perfecto”.

Es un ejercicio para empezar a ver con claridad.

Y también para que notes, con honestidad, dónde empiezan las verdaderas preguntas de tu proyecto.

Tómate un rato. Sin prisas. Sin intentar quedar bien contigo.

Escribe. Borra. Vuelve a escribir.

¿Qué es lo que más te importa de verdad?

No lo que “vende”.

No lo que está de moda.

No lo que crees que deberías decir.

¿Qué es lo que, si tuvieras que resumir tu proyecto en una conversación íntima, dirías que es lo más importante para ti?

Escribe sin filtros:

— ¿Qué temas te mueven?

— ¿Qué te duele ver en tu sector?

— ¿Qué te gustaría que cambiara gracias a tu trabajo?

— ¿Qué parte de tu experiencia sientes que es más verdadera?

Cuando termines, míralo y pregúntate:

¿Esto aparece realmente en lo que comunico o solo vive en mi cabeza?

Si tu proyecto tuviera una columna vertebral, ¿cuál sería?

Todo proyecto que no agota tiene una columna interna que lo sostiene.

No es una lista de servicios.

No es un calendario de contenidos.

Es una dirección.

Pregúntate:

— Si tuviera que resumir mi proyecto en una sola frase, ¿cuál sería?

— ¿Qué estoy intentando construir a largo plazo con todo lo que comparto?

— ¿Qué me realmente todo lo que hago?

Si no sabes responder a esto con cierta claridad, no es un fallo.

Es una señal importante.

Gracias

Si este ejercicio te ha removido más preguntas que respuestas, es normal. De hecho, es una buena señal.

En Camino Propio trabajamos todo este proceso con profundidad: no desde plantillas vacías, sino desde tu mensaje, tu visión y tu manera real de estar en el mundo con tu proyecto.

Este documento es una puerta. El camino empieza cuando decides ordenar de verdad lo que quieres transmitir.

👉🎁 [Aquí tienes un descuento para Camino Propio]. código: CAMINOFEBRERO y puedes conseguirlo con -40% de descuento. Precio actual 119€ (79€ ahora para ti).

👉 [Aquí el grupo de WhatsApp de Marketing Consciente]

Y si todavía no es tu momento, también está bien. Quédate con lo que te haya servido de este episodio. A veces, un poco más de claridad ya es mucho. Cada semana un nuevo episodio.

Un abrazo,
Raquel y Álvaro
www.enfoquesalvaje.com
@enfoque.salvaje