# Pensemos a quién te diriges (avatar 2)

| **Descripción social demográfica de tu cliente ideal** |
| --- |
| *Nombre: Esmeralda*  *Género:*  *Edad: Mujer 33 años*  *Estado civil: Vive con su pareja, sin hijos.*  *Dónde vive: En un ciudad, en España o española que reside en otro pais*  *Nivel de educación: con estudios superiores*  *En qué trabaja: es maestra de educación infantil y primaria*  *Ingresos estimados: 1800 euors*  *Descripción física (cómo viste, accesorios relevantes, complexión física, color del pelo,…)*  *Viste de forma informal pero con un estilo personal, marcas aunque no muy caras, le gusta el orden, es detallista, un toque espiritual. Es de estatura media, complejidad ni muy delgada ni gordita.*  *Hábitos de ocio (si va al cine, qué lee, hace deportes,etc.) – Series TV & Libros favoritos: no ve mucha TV, lee libros de consciencia, de mejora personal y educación consciente, atención plena y practica el mindfulness, yoga y corre aunque no compite. Le gusta la filosofía zen y se considera una persona espiritual pero no ha logrado aplicarlo como quisiera. Es una apasionada de la lectura de temas de educación consciente y de psicología. Le gusta leer a Mario Alonso Puig, Mirian Rojas, Patri psicóloga y todos los libros relacionados con la educación Montessori y Waldorf. Le gusta la decoración y cuida su hogar. Le gustan los animales y tiene un perro. La televisión no le gusta mucho prefiere vídeos de youtube de consciencia, neurociencia, astrología y meditaciones. Se despierta temprano.*  Uso de aplicaciones:  *Google:si*  *TikTok: no*  *Facebook: si*  *LinkedIn: SI*  *Instagram: SI*  *Youtube:SI*  *Email: SI*  *Telegram:SI*  *Ponle un nombre: Esmeralda Rodríguez Sanz* |
|  |

| **¿Qué quiere conseguir tu cliente ideal?** |
| --- |
| *¿Con qué sueña? ¿Qué es lo que quiere conseguir y por qué?:*  *Sueña con una vida plena, de bienestar, de tranquilidad, a poder ser consciente de sí misma y saber tomar decisiones sin miedo. Ayudar a sus hijos a ser personas libres, felices que logren el camino de vida que están destinados a desarrollar, a ser buenas personas y lograr sus metas.*  *¿Qué piensa justo antes de acostarse? ¿Qué emociones siente? ¿Cómo se percibe a sí mismo?:*  *Da gracias y si ha gritado a los niños o no sabe por qué se comportan así, sin saber ayudarles, siento culpabilidad, se angustia cuando sus cosas del día y emociones le han podido afectar a los niños interfiriendo en su proceso personal. Le preocupa la educación de hoy, la sociedad, la escuela como está, tiene miedo a cuando sus hijos sean adolescentes si no saben resolver y se dejan llevar. Por eso antes de acostarse lee un cuento con sus hijos, reflexiona con ellos y realiza una meditación ella.* |

| **Describe brevemente el día a día de tu cliente ideal** |
| --- |
|  |

| **Qué problema tiene tu cliente ideal y cómo se siente** | **Cómo se siente al solucionar el problema** | **Qué herramientas le das tu para solucionar el problema** |
| --- | --- | --- |
| Sobrepeso > tiene baja autoestima, le da vergüenza que lo miren | amor propio, más energía, ama que lo miren | Dieta y rutina de entrenamiento en el gimnasio |
| A pesar de buscar su equilibrio no logra sentirse en bienestar, en calma y se acaba frustrando. Ha logrado estar trabajando donde le gusta, casi tiene su plaza pero se siente en conflicto con el sistema, no sabe como ayudar a los niños que vienen con tantas necesidades dentro del sistema. Se siente con falta de autocontrol y que sus emociones le afectan a realizar la práctica diaria que le gustaría. Sabe que puede llegar lejos trabajando de otra manera pero antes tiene que estar bien. | Satisfecha, segura y empoderada, realiza proyectos que trascienden dentro de su vida personal y laboral. Está tan motivada que ha comenzado a escribir sus propios materiales educativos y con ganas de seguir creciendo. | Aprenderá a través del autoconocimiento, de sus necesidades conscientes e inconscientes y aplicando herramientas personales y personalizadas de autorregulación y autoconocimiento, que le ayudarán a actuar con autenticidad y llevarlo a la práctica educativa y personal diaria que realmente desea. |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |