

## Готовый контент-план в Инстаграм для психолога

### Продающие посты по психологии

Продаем через рассказ о себе, своей практике, пациентах. В вашей нише это работает лучше всего.

**Услуги** (снимаем возражения и приглашаем на консультацию). Примеры постов:

- Как подготовиться к первой консультации.
- 8 признаков, что точно пора идти к терапевту.

**Стоимость услуг психолога** (аудитория часто боится, что это дорого, потому даем расклад – за что такая цена). Примеры постов:

- Как сэкономить на психологе.
- 10 ошибок при выборе психолога.
- Почему это стоит дорого.
- Как избежать отката в результатах.

**Скидки, подарки** (например, сезонные). Примеры постов:

- Игра “Посоветуемся?”. Берете ситуацию из реальных обращений, описываете ее и предлагаете аудитории дать советы автору. Тому, кто дал самый профессиональный совет, ваша консультация в подарок. А от вас через несколько дней - пост с профессиональным разбором ситуации и советами психолога.
- Конкурс на лучшую историю по какой-то профессиональной психологической теме. Например, о созависимости, ревности, синдроме самозванца. Автору лучшей истории - скидка на услугу или подарок (книга по психологии), если услуга не нужна. Пусть автора по лайкам выберут подписчики - это можно анонсировать в сторис.

---

**Бестселлер АСТ** по постам в Инстаграм. Написано практиком. [“Копирайтинг в Instagram”](#)

- “Кофе в постель - не надоело? А как вы показываете свою любовь близким?”  
Авторы самых интересных комментариев получают подарки.

### **Видеоконтент.** Примеры постов для контент-плана:

- Ответы на самые популярные вопросы от подписчиков.
- Разбор психологических проблем (с пояснениями типа "почему" и "что неправильно" героев какого-то известного фильма, ток-шоу и так далее. Вы можете снять видео следующим образом: показывать, например, отрывки из фильма на основном экране, а сами комментировать в небольшом угловом окошке (обычный формат вебинаров).

### **Истории клиентов психолога** (если можно, то лучше от 1-го лица). Примеры постов:

- Как я научился... (его проблема, чем вы помогли, как это работает для любого пациента).
- Что я понял (узнал, изменил, переосмыслил и т.п) после работы с психологом.
- Случай (забавный, особый, неприятный, курьезный и т.п) из личной психологической практики.

### **Примеры продающих сторис для психолога**

#### Примеры сторис:

- ОТЗЫВЫ,
- анонсы акций и скидок,
- опросы, чтобы выбрать интересные темы для постов,
- видео, как проходят консультации,
- «13 страхов клиентов о психологах» (разложите тему на 13 сторис, сериал будет еще интереснее аудитории).

### **Познавательные, информационные посты**

---

**Бестселлер АСТ** по постам в Инстаграм. Написано практиком. [“Копирайтинг в Instagram”](#)

Чем больше подробной информации получают подписчики о вашей работе психологом, о том, почему вы сильны как специалист, тем лучше. Не стесняйтесь себя хвалить. Еще хорошо работает обсуждение «жизненных» тем.

**Рассказываем о себе как специалисте, о своей учебе** (переподготовка, семинары, курсы, дипломы). Примеры постов:

- Для чего вы решили пройти курсы повышения квалификации.
- Что дал психологический семинар для вашей работы.

**Обсуждаем «жизненные» вопросы** (можно провокационные).. Примеры постов:

- То, о чем не принято говорить.
- Как пережить ноябрь (зиму, развод, увольнение).
- Как я не помогла клиенту.
- Почему мы выбираем не ту работу (жену/мужа, друзей).

**Предлагаем советы, полезные широкой аудитории.** Примеры постов:

- Кому уже не помочь ( разбираем сложные психологические проблемы и заблуждения людей относительно психологической помощи).
- Что делает психолог, если клиент нарушает границы. И наоборот.
- Богатые тоже плачут (примеры с разбором из жизни звезд. Допустим, королевская семья Великобритании - тема отношений разных поколений, с невесткой, если в семью приходит человек с другими взглядами на жизнь, между родителями и детьми. Если брать такую основу, обычные рекомендации будут выглядеть намного интереснее и эффективнее).
- Как работать со стыдом? (и предложить подписчикам привести свои примеры, а потом разобрать их в прямом эфире).

### **Развлекательные посты для контент-плана**

Развлекать через информирование очень удобно. Аудитория отдыхает и получает пользу.

---

**Бестселлер АСТ** по постам в Инстаграм. Написано практиком. [“Копирайтинг в Instagram”](#)

**Тестов от психолога много не бывает.** Примеры постов:

- Какой психолог вам нужен
- Какой вы персонаж из сказок (известного фильма, популярной книги)
- Какое у вас расстройство психики? (шуточный тест)

**Профессиональный разбор ситуации из книги.** Примеры постов:

- Что Золушка делала неправильно.
- Как надо воспитывать детей: Красная Шапочка против Волка.

**Подборки полезных фильмов, книг** (например, по сезону). Примеры постов:

- 10 фильмов с летней атмосферой
- Топ-5 книг, которые надо прочитать всем родителям

**Юмор, цитаты известных людей, анекдоты, интересные истории**

---

**Бестселлер АСТ** по постам в Инстаграм. Написано практиком. [“Копирайтинг в Instagram”](#)