# **Контент-план для женского психолога в Инстаграм на месяц**

### **Продающие посты**

Продающих постов в контент-плане на месяц для женского психолога будет много, так как Ваша основная задача - завоевать доверие подписчиц (а это в женской аудитории не просто) и показать свою экспертность. Рассказывайте о методиках, давайте опытные советы, публикуйте отзывы Ваших клиентов, чтобы о Вас сложился образ знающего своё дело человека.

**Примеры тем для продающих постов:**

* Каким образом работают мои интенсивы? Что даёт курс, и сколько он стоит?
* Откуда берутся психологические барьеры - мой опыт работы с такими людьми, и что важное я для себя поняла
* Могу определить депрессию по трём (N) критериям / три признака того, что у вас явная депрессия
* Мой подход к женщинам с лишним весом: как грамотно построить диалог
* Что важно знать перед походом к психологу: как выбрать специалиста и не стать жертвой некомпетентности
* Ежедневная рубрика “Совет дня от меня” (актуальные вопросы: “Как стать увереннее в себе?”, “Как перестать зацикливаться на деньгах?”, “Как побороть лень?”
* Прямые эфиры-размышления на разные вопросы
* Хотеть чего-то - значит быть живым! Елена поделилась опытом, как после прохождения моего курса терапии она перестала стесняться своих желаний
* История Анны, или как я спасла семью клиентки от разрушения

О конкурсах, акциях и специальных предложениях также оповещайте в постах продающего типа. Людям важно понимать, что Вы готовы взаимодействовать с аудиторией, а не только продвигать свои услуги.

**Идеи для постов:**

* Давайте пройдём тест на тревожность: у кого самый высокий уровень тревоги, приглашаю на бесплатную консультацию
* До конца распродажи осталось N часов - успейте записаться на курс
* Акция! Осталось два дня - скидка 10 процентов на консультацию за самую интересную историю из жизни
* Внимание: самообразование! Читаете N книг по саморазвитию, отписываетесь в комментариях, что запомнилось, что важного усвоили для себя, а я создаю для вас приглашение на мастер класс. Быстрее читать, количество мест ограничено!
* Приглашаю N женщин для участия в эксперименте - пробую новую методику борьбы с неуверенностью. Всем сомневающимся и боящимся точно ко мне!

### **Информационные и развлекательные посты**

Информационно-развлекательный контент - способ разбавить поток коммерческой информации постами на различные темы. Можно устроить небольшой интерактив или рассказать о себе и познакомиться с подписчиками.

**Например, сделать это при помощи следующих готовых тем постов:**

* День загадывания желаний: по очереди загадываем в комментариях то, что Вам хотелось бы получить в этом месяце. Я начинаю: хочу, чтобы мир смог победить коронавирус
* Что делать, если у вас эмоциональное выгорание: пять базовых советов. Делитесь в комментариях, кто как справлялся.
* Хочу узнать, каков основной контингент моей аудитории. Кому сколько лет, кто кем работает, какое семейное положение - делитесь в комментариях
* “Угадайте, куда в этот раз я отправляюсь?” (в пост добавьте фрагмент Вашей видео-поездки на автомобиле)
* Что я привожу с собой из путешествий
* Мой кабинет - место, где в корне меняются жизни людей + фото или видео рабочего кабинета

Покажите Ваш уровень владения информацией по профессии или, напротив, предложите подписчикам поделиться собственным опытом, мыслями (при этом отрасль может быть любой).

**Примеры постов:**

* Признаки абьюзивных отношений: вырваться из плена тирана
* Абстиненция - что это значит в психологии
* Как мне удаётся оставаться таким жизнерадостным, пропуская через себя множество проблем других людей?
* Одноминутное видео, содержащее тезисы для ответа на вопрос в посте (почему многие люди всю жизнь остаются бедными - боятся ответственности, не хотят выходить из зоны комфорта, не знают, с чего начать)
* Обсуждаем психологическую сторону произведения “Мастер и Маргарита” - прямой эфир с комментариями в онлайн-режиме
* Женские хитрости в готовке. Кто как готовит ужин, много ли времени уходит

### **Информационные и развлекательные сторис**

Этот тип сторис тоже будет разбавлять продающий контент интересной о Вас информацией, советами, методиками.

**Идеи для сторис:**

* Моя книга (кратко: о чём она, сколько я над ней работал, почему решил издать)
* Как проводим время с сыном / дочкой
* Сторис “Мой путь” или “Через тернии - к звёздам”, состоящая из фотографий - первая фотография, например, с дипломом после окончания университета, затем каждый год фотографии с отметкой, чего получилось достичь, и в конце Ваша фотография, как готового специалиста
* Анекдот про женского психолога
* Лично мной разработанная система упражнений для снятия стресса, эмоционального напряжения, советы для матерей по общению с ребёнком
* “Ты правда психолог? А скажи что-нибудь на психологическом!” или топ-5 самых раздражающих фраз, которые я слышал за время своей работы

### **Продающие сторис**

Они будут закреплены в верхней части страницы, поэтому стоит разместить там основную информацию (контакты, адрес), новости и свежие отзывы, чтобы аудитория сразу видела: это профиль настоящего специалиста.

**Примеры для продающих сторис:**

* Правила профиля (это преподнесёт Вас как человека, любящего дисциплину + к каждому правилу можно добавлять забавную картинку, чтобы это не выглядело слишком серьёзно. Например, правило “не вести себя грубо по отношению к другим” и картинка с кричащим Шреком)
* Отзывы клиенток, которые прошли мой курс терапии
* Как записаться ко мне на консультацию
* Отправляюсь в город N. Подписчицы из N, уже можно записываться на консультацию - буду временно принимать вас в номере отеля.