



1 MÊS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM

nicolascorrea.com.br

S T Q Q S S D

Visite e poste um local novo	Encontre-se com um conhecido(a)	Alimentação (uma dica ou o que você está provando)	Fazendo uma atividade física	Praticando meditação	Realizando um hobby	Fazendo caridade
Música: tocando, ouvindo ou letra	Dica de filme, série, podcast etc	Seu look	Dando um presente para você mesmo	Algo sobre seu trabalho	Sua família	Um fato divertido sobre você
Citação inspiradora	Algo que você comprou recentemente	Um meme do momento	Seu lugar preferido da sua casa e porquê	Algo em seu trabalho que te inspira	Algum livro ou parte de um livro que te inspirou	Dicas sobre um assunto que você domina
Uma história de vitória	Uma história de fracasso e o que você aprendeu com ela	Uma dica de aplicativo que você usa	Coisas que você não vive sem	Seus 10 filmes ou músicas preferidos	O que você faz para relaxar	Uma pessoa que te inspira
Os bastidores do seu trabalho	Uma curiosidade sobre você	Seu pet ou algo relacionado à natureza				

DICA EXTRA

Use o Canva para deixar o *design* dos seus *post's* irresistíveis. É grátis!





Gatilhos mentais que serão ativados com suas postagens

Confiança\ Autoridade - será ativado na constância dos seus novos movimentos, gerando também o gatilho da autoridade. Você pode, por exemplo: postar sua nova rotina de exercícios, de estudo, na cozinha ou conteúdos que domina;

Prova Social- será ativado quando você fizer posts com pessoas, mostrando suas boas relações (de forma genuína). Por exemplo: postar fotos com amigos, tbts de momentos marcantes da família, repostar conteúdos em que te marcam;

Reciprocidade- você irá gerar este gatilho agindo de forma recíproca as ações que a pessoa tiver com você. Por exemplo: se ela curtir uma foto sua, você curte uma dela. Se ela comentar na sua foto, você comenta na foto dela;

Imaginação- será ativado nos posts que não revelam tudo o que você anda fazendo, por exemplo, você pode postar algo que dê a entender que está fazendo algo novo, como: um novo hobby, criando uma nova meta, buscando um novo emprego, planejando um intercâmbio;

Quebra de padrão\ Contraste- será ativado quando você postar coisas que antes não postava ou com uma nova visão sobre o mundo, mais leve, aprofundada. Por exemplo: postando uma citação filosófica, mostrando que começou\voltou a estudar;



Gatilhos mentais que serão ativados com suas postagens

Novidade\ Curiosidade - será ativado por novas postagens, por exemplo: em lugares que você nunca foi, com novas pessoas, em ambientes diferentes;

Exclusividade- Será ativado quando você postar algum talento que você tenha, uma virtude, que seja um diferencial. Por exemplo: uma ação social que você tem praticado, um desenho (caso você desenhe), vídeos cantando\tocando instrumentos (caso você seja músico);

Atração\ Sexual- será ativado quando você postar fotos suas, por exemplo: muito bem arrumado, com um novo cabelo, estilo ou roupas.

Surpresa- será ativado quando você fizer algo que as pessoas não esperam (de forma positiva). Você pode por exemplo: postar sobre uma situação em que você viveu uma grande conquista ou um grande aprendizado, que poucas pessoas saibam.

Aversão à perda- será ativado quando você mostrar que está seguindo sua vida, movimentando. Você pode postar: fotos com pessoas novas (não dando a entender que é um relacionamento), em novos lugares, palestras, passeios.