

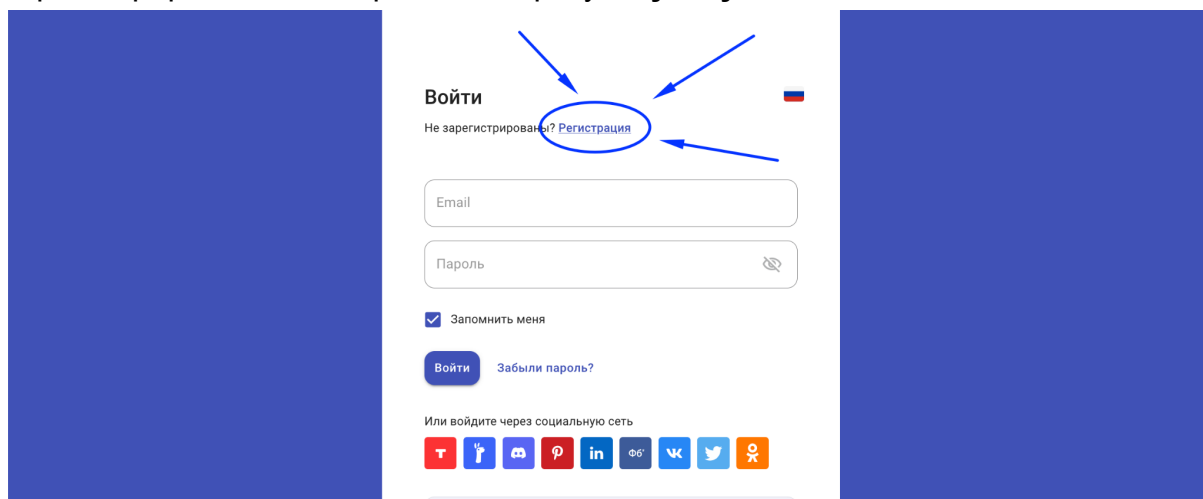
Привет и добро пожаловать в наш гайд по созданию контента для соцсетей без перегорания, без чувства белого листа, без нервных срывов и криков в окно “ДА КАКОГО ЧЕРТА, Я УЖЕ УСТАЛ ПРИДУМЫВАТЬ ТЕМЫ ДЛЯ ПОСТОВ! Я БОЛЬШЕ ТАК НЕ МОГУ!!!”... ну, вот такое вступление.

В этом гайде мы будем использовать [AI-ассистент от SMMplanner](#), который работает на базе ChatGPT, чтобы облегчить нашу “блогерскую” жизнь.

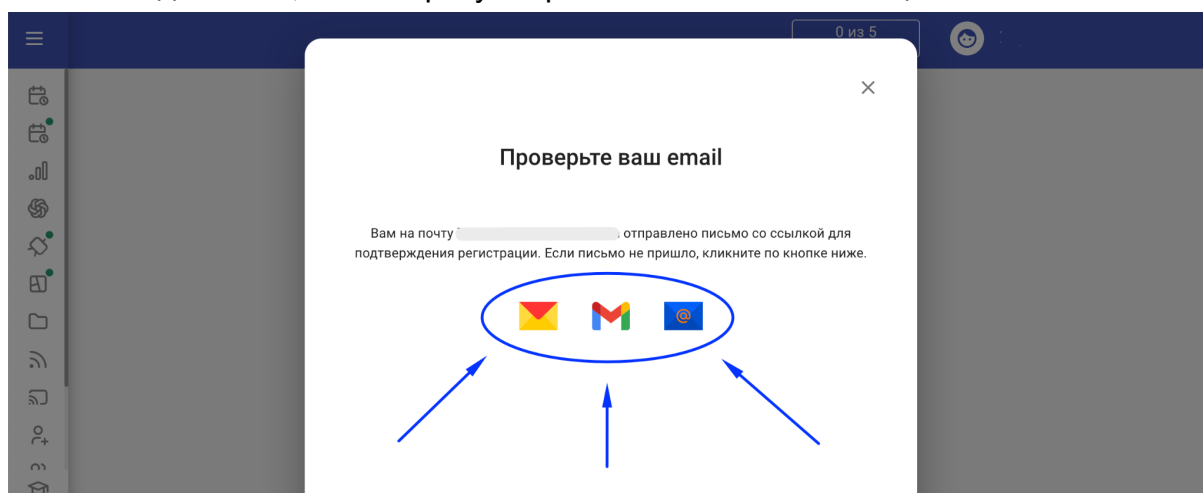
Разбираться будем на примере ниши “**Коуч**”, но вы можете подставить свою нишу и получить релевантный вам контент. Запросы подобраны универсально. Или перейти к [списку из 102 ниш](#) и выбрать нужную.

1. Регистрация в SMMplanner.

Если вы еще не зарегистрированы в SMMplanner, то переходите на экран регистрации <https://smmplanner.com/home/auth/signup>, если уже зарегистрированы, то переходите сразу к **пункту 4**.

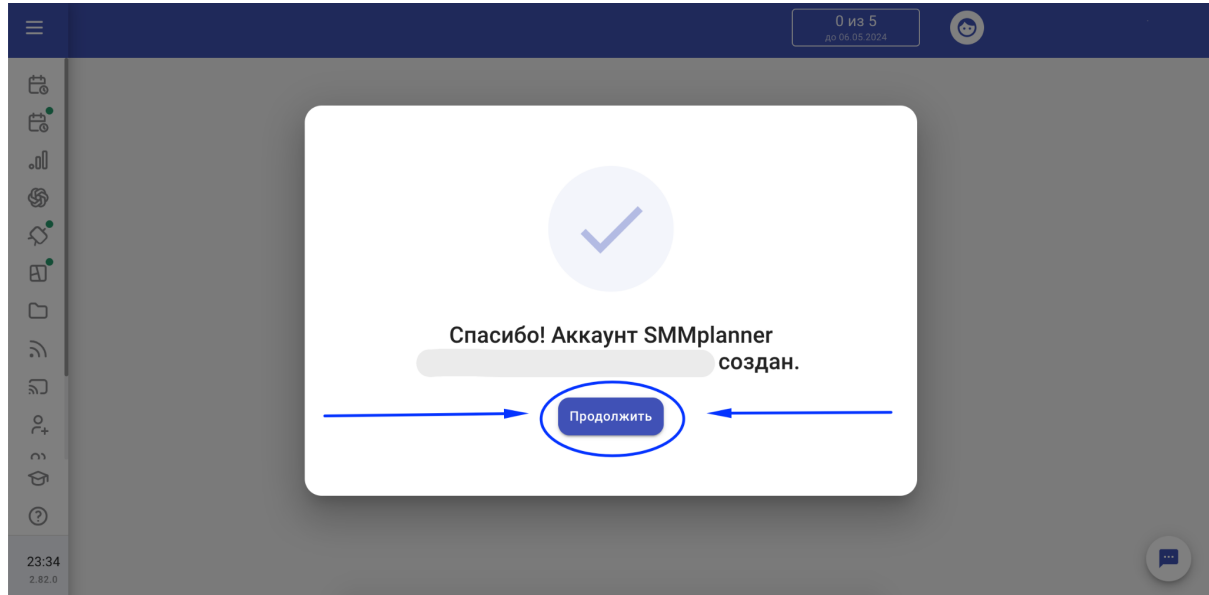


2. Подтвердите свою почту. Удобнее всего нажать на одну из иконок с вашим почтовым доменом, чтобы сразу открылся ваш почтовый ящик.

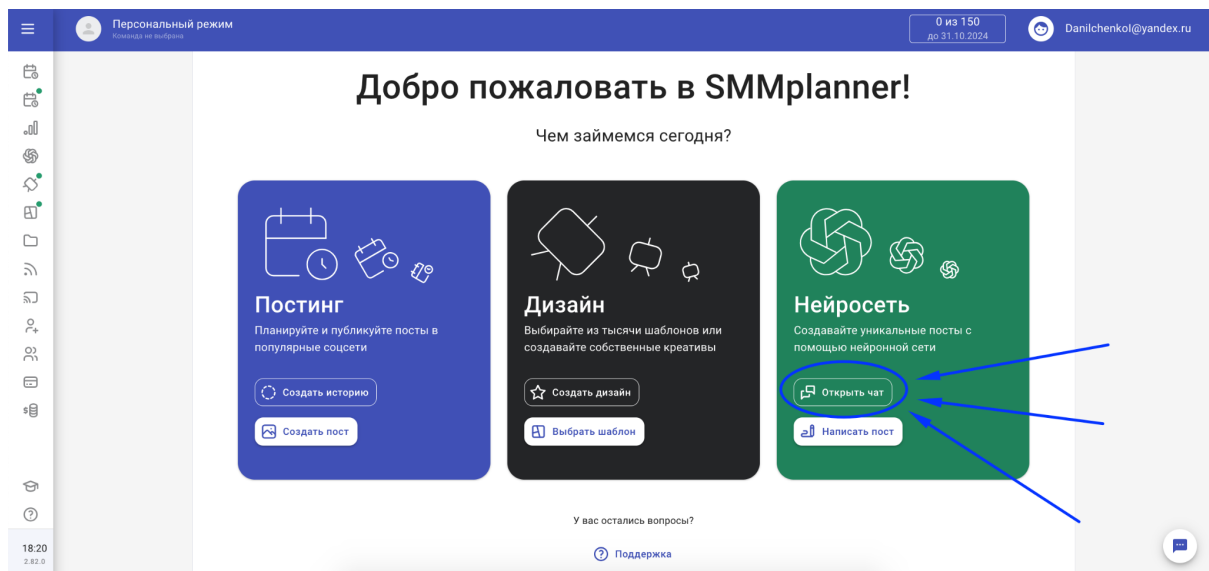


3. Нам предлагают подключить аккаунт, но мы пока пропустим этот этап. Жмем “Подключить”, чтобы закрыть попап. Вас перенаправит на страницу Аккаунтов.

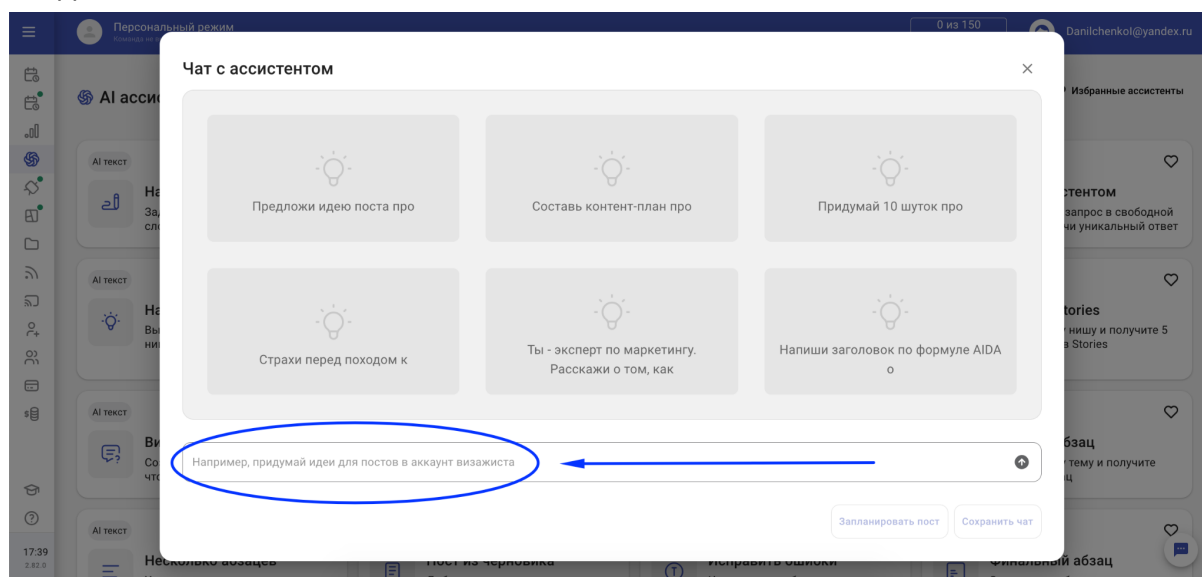
Позже вы сможете добавить нужные соцсети в раздел “Аккаунты” и планировать публикации сразу из интерфейса AI-ассистента.



4. Теперь нам нужно открыть чат с AI-ассистентом. Нажимаем на кнопку «Открыть чат» или по ссылке <https://smmplanner.com/home/assistant/chat>



5. В строку будем вставлять промпт (запрос к AI-ассистенту), который вы найдете ниже.



Начнём с рубрикатора.

В вашем контент-плане должны быть ОБЯЗАТЕЛЬНО!:

- **опыт ваших клиентов** (рассказы от первого лица, сторителлинг с участием клиентов, до/после, видеоблог полного процесса работы от старта до финиша)
- **страхи и мифы о профессии** (вам нужно показать, что вы знаете, что беспокоит ваших клиентов и закрывать все эти боли своим опытом через контент).

Две рубрики уже есть, давайте придумаем еще.

📋 Скопируйте текст и вставьте в "Чат с AI-ассистентом" 📋

«Придумай 25 рубрик для соцсетей Коуча»

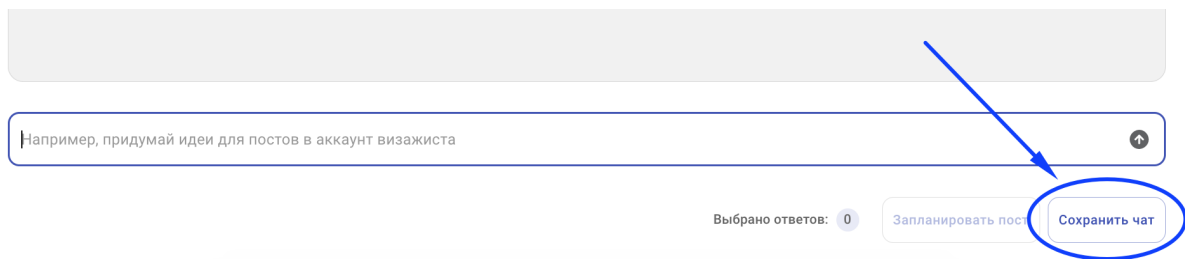
1. "Коуч-советы": каждый день новый совет по саморазвитию и достижению целей.
2. "Истории успеха": интервью с клиентами, которые благодаря коучингу добились значимых результатов.
3. "Управление эмоциями": советы по контролю эмоций и эффективному решению конфликтов.
4. "Здоровье и баланс": рекомендации по поддержанию физического и эмоционального благополучия.
5. "Улучшение межличностных отношений": советы по укреплению коммуникаций и разрешению конфликтов с семьей, коллегами и партнерами.
6. "Новости коучинга": актуальные новости из мира коучинга и тренды в этой области.
7. "Книжный уголок": обзоры и рекомендации книг, которые помогут в личном росте и развитии.
8. "Уроки самодисциплины": советы по развитию самоконтроля и созданию планов действий.
9. "Тайм-менеджмент": стратегии и советы по оптимальному использованию времени и достижению продуктивности.
10. "Коуч-гаджеты": обзоры полезных приложений и инструментов для достижения целей.
11. "Личностные тесты": интересные тесты и опросы, которые помогут узнать себя лучше.
12. "Мотивационные цитаты": ежедневная доза вдохновения и поддержки.
13. "За кулисами коучинга": рассказы о том, как проходят сессии коучинга и чему можно научиться.
14. "Успешные коучи": интервью и истории из жизни самых успешных коучей.
15. "Факты о коучинге": интересные факты из истории и практики коучинга.
16. "Вдохновляющие истории из мира спорта": истории спортсменов, которые с помощью коучинга достигли грандиозных результатов.

Совет: Выбирайте рубрики, которые будут с наибольшей вероятностью интересны вашей аудитории и с созданием контента для которой у вас не будет трудностей. Помните, что рубрики - подвижная история. В процессе ведения и развития аккаунта вам не раз придется трансформировать публикуемый контент, убирать и добавлять рубрики. ЭТО НОРМАЛЬНО! Ваша задача - обеспечить бесперебойный поток контента для вашей целевой аудитории.

Допустим, мы будем публиковать каждый день по 1 посту в день, таким образом, нам нужно от 7 рубрик. Помните, что рубрикам не обязательно повторяться каждую неделю. Разные форматы контента требуют разного времени на создание, поэтому совершенно нормально, если какая-то рубрика будет выходить раз в 2 недели, а какая-то раз в месяц. Главное — интерес аудитории к создаваемому вами контенту, а следствие продажи для вашего бизнеса.

Выбирайте те рубрики, в контенте для которых хорошо разбираетесь и можете генерировать постоянно.

Обязательно сохраните чат с AI-ассистентом, тогда он будет отображаться у вас на общем дашборде и вы в любой момент сможете вернуться в него за новыми идеями.



2. Следующим шагом я покажу вам как используя 8 готовых запросов к AI-ассистенту, создать СОТНИ! идей для постов. Вопросы, которые мучают вашу аудиторию и ответы на которые ПРОДАЮТ!

Видим, что наш запрос про 25 рубрик сохранен. Отлично! Вы сделали первый шаг на пути к автоматизации работы с контентом для вашего бизнес аккаунта.

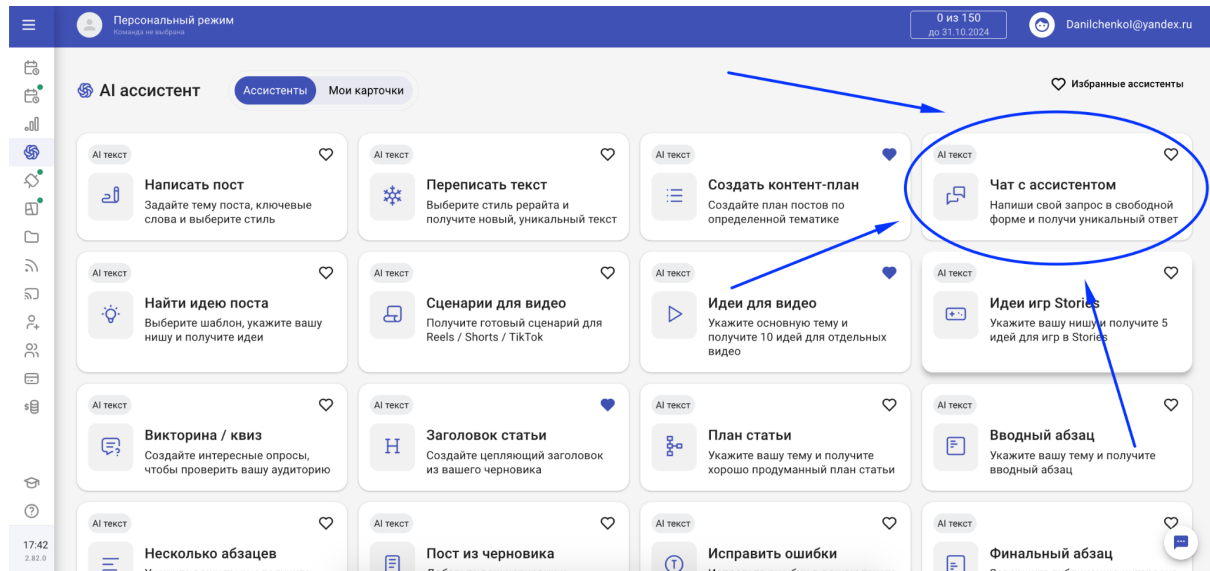
Итак, вот наш самый основной список запросов. Он закроет 99,9% вашего контент-плана. Позже я покажу как адаптировать идею поста под любой формат.

 **Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”** 

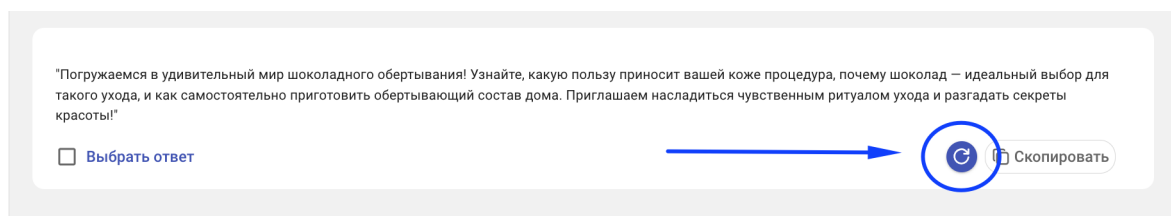
1. Напиши 25 мифов о работе Коуча.
2. Напиши 25 страхов потенциальных клиентов Коуча.
3. Напиши 25 идей постов для аккаунта Коуча.
4. Напиши 25 спорных утверждений о нише Коуча.
5. Напиши 25 вечно актуальных тем в нише Коуча.
6. Напиши 25 ложных фактов о нише Коуча.

7. Напиши 25 самых популярных проблем с которыми сталкиваются клиенты в нише Коуча.
8. Напиши 25 проблем с которыми приходят клиенты в нише Коуча.

Теперь жмем на “Чат с AI ассистентом”, чтобы продолжить работу.

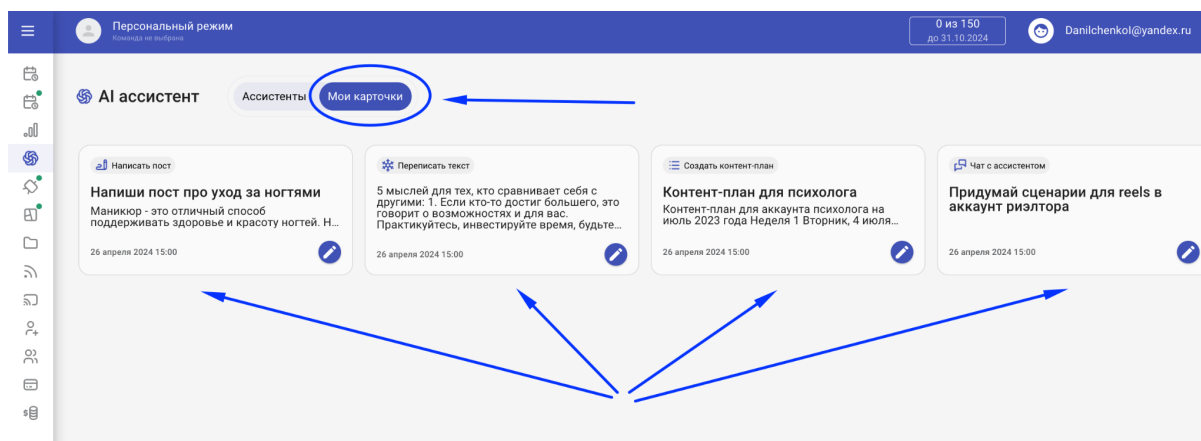


И вставляем наш запрос «Напиши 25 мифов о работе **Коуча**». Вуаля! Получаем кучу мифов о нашей нише. Если идей недостаточно, нажмите на круглую синюю кнопку и AI-ассистент предложит еще 25 мифов.



Сохраняем чат и проделываем тоже самое с остальными 7 запросами. Итак, у нас собран наш рабочий дашборд. С помощью него вы сможете теперь генерировать почти бесконечное количество тем.

Что делать дальше?



3. А теперь самое интересное! Берем готовую идею для поста и просим AI-ассистента написать за нас пост.

Сначала совет: не лишним будет поправить и “очеловечить” идеи постов от AI-ассистента. Очень часто он выдаёт хорошую идею, но видно, что предложение составлял робот. В духе “я ты ваш наш на совсем”. Чем более точно и понятно будет описана идея поста, тем проще будет AI-ассистенту выдать вам хороший текст.

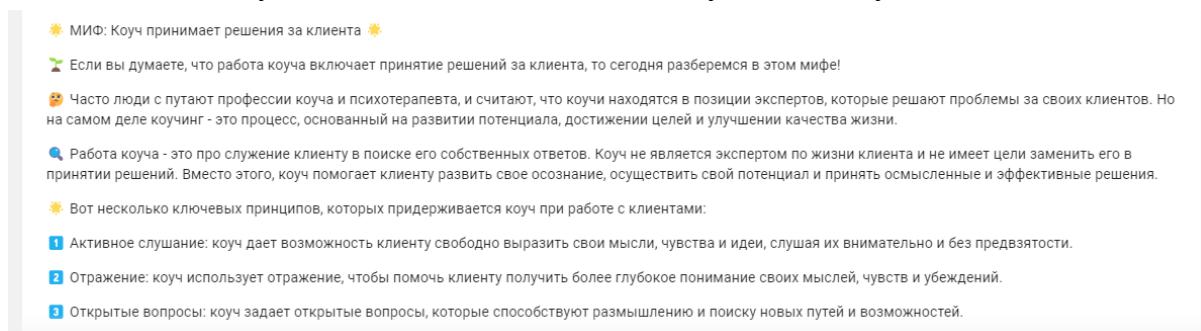
Открываем новый чат с AI-ассистентом

<https://smmplanner.com/home/assistant/chat> и вводим запрос:

Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”

Ты - SMM-специалист аккаунта Коуча. Напиши пост на тему «МИФ: Коуч принимает решения за клиента».

И в ответ мы получаем готовый пост на заданную тематику:



Чтобы получить наиболее подходящий под вашу нишу и стиль общения текст, СОВЕТУЕМ дополнять запрос. Попробуйте добавить слова “неожиданный”, “пугающий”, “удивительный”, “смешной” и тд в ваш запрос. От прилагательных будет меняться и то, что AI-ассистент предложит вам.

Например, можно попросить написать в деловом стиле, написать без смайликов, а еще можно попробовать запрос в чистом виде:

 **Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”** 

Напиши пост, на тему «МИФ: Коуч принимает решения за клиента».

МИФ: Коуч принимает решения за клиента

Существует распространенный миф о том, что профессиональный коуч принимает решения за своих клиентов. Это совершенно неправда и сильно искажает суть коучинга.

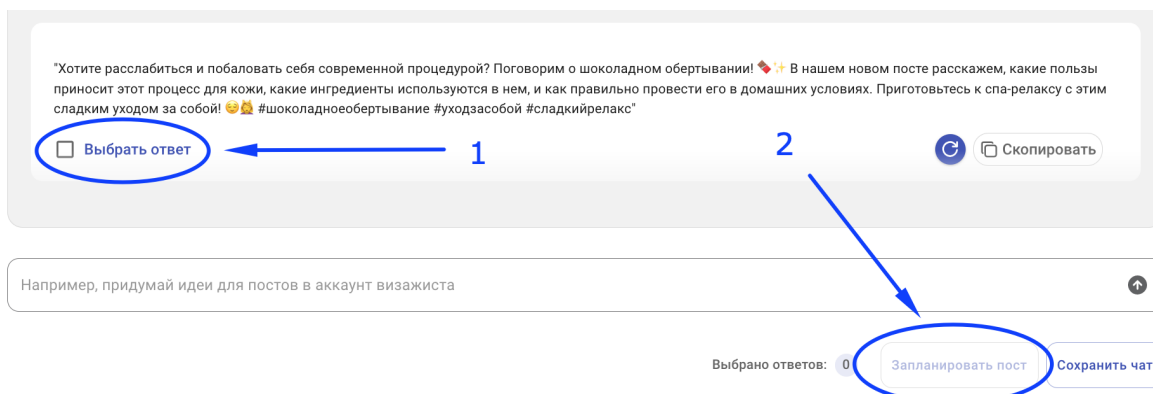
Коуч – это тренер, поддерживающий клиента в процессе достижения его целей и решении проблем. Основная задача коуча – помочь клиенту раскрыть свой потенциал и найти ответы внутри себя. Коуч создает пространство для клиента, где он может исследовать свои мысли, чувства и убеждения, и развивает его способность принимать собственные решения.

Клиенты часто обращаются к коучу со сложными ситуациями или вопросами. Вместо того чтобы давать ответы, коуч задает клиенту вопросы, которые помогают ему разобраться в ситуации и принять самостоятельное решение. Такой подход основан на предположении о том, что клиент сам знает ответы на свои вопросы, но ему нужна помощь для их обнаружения.

Таким образом, коуч не принимает решения за клиента. Он не играет роль эксперта или советчика, а является исследователем, который помогает клиенту прояснить свои цели и найти пути их достижения. Клиент остается полностью ответственным за свои решения и действия.

Коучинг – это сотрудничество между коучем и клиентом, основанное на доверии и уважении. Путем активного слушания, задавания вопросов и создания поддерживающей среды коуч помогает клиенту осознать свои возможности и принять решения, которые наиболее соответствуют его ценностям и целям.

Еще одна крутая возможность AI-ассистента – вы можете выбрать понравившийся вам ответ, нажать “Выбрать ответ”, а потом “Запланировать пост”. Вы перейдете в форму планирования публикации в выбранные вами аккаунты. Таким образом можно сразу планировать посты на неделю и месяцц вперед.



Вернемся к нашему дашборду.

4. Как адаптировать идею поста под разные форматы?

Мы дошли до самого интересного! Как создать пост, мы уже поняли, давайте теперь попробуем адаптировать тему под разные форматы контента?

 **Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”** 

Используй тему «МИФ: Коуч принимает решения за клиента» для создания сценария для Reels в аккаунт Коуча.

Заголовок: МИФ: Коуч принимает решения за клиента

[Музыкальное сопровождение: веселая и энергичная мелодия]

[Видео начинается с кадра, где коуч сидит за столом со своим клиентом, держа в руках записную книжку и ручку]

Коуч: Приветствую всех! Сегодня я хочу развеять один распространенный миф о коучинге – «Коуч принимает решения за своих клиентов». Это совершенно неправда, и сейчас я вам расскажу, почему.

[На экране появляются ключевые фразы и заголовки, подчеркивающие важность самостоятельности клиента и активного подхода коуча]

Коуч: В первую очередь, коуч – это не эксперт или советчик, а тренер, который помогает клиентам самостоятельно принимать решения и достигать своих целей.

[Фоновая музыка замедляется, создавая небольшую паузу]

Коуч: Когда клиенты обращаются ко мне с проблемами или сложными вопросами, я не даю им готовые ответы. Вместо этого, я задаю вопросы, которые помогают

Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”

Используй тему «МИФ: Коуч принимает решения за клиента» для создания игры-опроса в аккаунт Коуча.

Приветствую всех игроков в нашем опросе-игре! Сегодня мы разберем распространенный миф о коучинге: «Коуч принимает решения за клиента». Правда или ложь?

Правила игры просты: я задам вам несколько вопросов, а вы должны выбрать правильный ответ – правда или ложь. Будьте внимательны и готовы развеять этот миф вместе со мной.

Готовы начать? Вперед!

Вопрос 1: Коуч – это эксперт, который принимает решения за клиента. а) Правда б) Ложь

Вопрос 2: Главная задача коуча – помочь клиенту разобраться в ситуации и найти собственные решения. а) Правда б) Ложь

Вопрос 3: Коуч задает клиенту вопросы, которые помогают ему найти ответы внутри себя. а) Правда б) Ложь

Вопрос 4: Коучинг – это сотрудничество и доверительные отношения между коучем и клиентом. а) Правда б) Ложь

Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”

Используй тему «МИФ: Коуч принимает решения за клиента», напиши пост-историю через опыт клиента нашего Коуча.

☀ МИФ: Коуч принимает решения за клиента ☀

🗨 Позвольте рассказать вам историю об удивительном путешествии, которое я прожил, начав работать с моим коучем. В ходе этого пути я познал основной миф о коучинге – миф о том, что коуч принимает решения за клиента.

👤 Когда я впервые обратился к профессиональному коучу, я ожидал, что они дадут мне готовые ответы на все мои вопросы. Я думал, что они просто скажут мне, что делать, и я сразу найду ответы на свои проблемы. Но каково же было моё удивление, когда коуч поставил передо мной другую задачу.

💡 Коуч понимал, что вопросы, которые меня беспокоили, имели ответы внутри меня самого. И, вместо того, чтобы давать мне готовые решения, он задавал мне вопросы, которые помогали мне разобраться в своих мыслях и чувствах. Он внимательно слушал и перефразировал мои слова, помогая мне постепенно обнаруживать свои ответы. Это было совершенно новым и важным открытием для меня.

🧠 Коуч также поддерживал меня в процессе принятия решений. Он не навязывал свои идеи или суждения, а помогал мне рассмотреть все возможности, анализировать преимущества и недостатки, исследовать свои ценности и цели. В итоге я осознал, что именно я являюсь экспертом своей жизни, и только я могу принять правильное решение.

💖 Коуч создал доверительную атмосферу, где я мог свободно и открыто выражать свои мысли и чувства. Он поддерживал меня, когда я испытывал сомнения или страхи, и проводил меня через мои внутренние барьеры. Это сотрудничество и доверие было ключевым для достижения успеха в моем коучинге.

Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”

Используй тему «МИФ: Коуч принимает решения за клиента», придумай историю, где человек совершил невыгодную сделку, как проходил процесс поиска, какие ошибки он допустил. Вторую часть рассказа напиши по пунктам как можно было бы избежать этого.

Разрешите рассказать вам историю о Джоне, который совершил невыгодную сделку и как прошел процесс поиска, а также какие ошибки он допустил. Вторая часть рассказа будет о том, как Джон мог бы избежать этих ошибок.

Часть 1: Процесс поиска и допущенные ошибки

Джон был в поиске нового автомобиля и решил обратиться к автомобильному коучу за помощью в принятии решения. Однако, из-за небольшого отсутствия информации о коучинге, Джон заблуждался в отношении роли коуча. Он подумал, что коуч примет решение за него и расскажет ему, какую именно машину ему покупать.

Когда Джон начал смотреть объявления о продаже автомобилей, он сразу же сфокусировался на одной модели и продавце, который предлагал отличную цену. Он не исследовал рынок, не сравнивал другие предложения и не обратил внимание на состояние автомобиля.

В конечном итоге, Джон совершил покупку, не проверив автомобиль и не посоветовавшись с профессионалом. Как оказалось впоследствии, машина нуждалась в множестве ремонтов и стоила больше, чем он заплатил за нее.

Часть 2: Как избежать ошибок

Если Джон обратился к автомобильному коучу и получил должную информацию, он мог бы избежать ошибок, которые совершил.

1. Получение советов эксперта: Коуч помог бы Джону задать правильные вопросы и провел исследование рынка, чтобы получить максимально полную информацию о доступных моделях и потенциальных продавцах.

5. БОНУС!

Запомните, что ваши попытки найти интересный запрос к AI-ассистенту – залог интересного контента. Вот пара интересных и с первого взгляда не очевидных запросов, которые могут сгенерировать самые неожиданные результаты. Чаще всего прикольные и которые можно использовать в контенте :)

 **Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”** 

Найди 10 самых популярных и актуальных мемов/шуток на данный момент. Укажи оригинальные названия мемов. Придумай как их адаптировать под нишу Коуча.

 **Скопируйте текст и вставьте в “Чат с AI-ассистентом”** 

Придумай 10 развлекательных и абсурдных рубрик-игр с подписчиками аккаунта Коуча.

По итогу у вас будет собрано большое количество запросов к которым вы в любой момент можете вернуться и сгенерировать еще идей, если прошлые закончатся. Удачи!

P.s. если на каком-то этапе этой инструкции у вас возникли проблемы, что-то непонятно — напишите мне в тг @tozgsloal. Вместе мы сделаем этот гайд понятным и полезным для всех!

P.s.s. научиться работать с нейросетями на профессиональном уровне можно на нашем [курсе “Нейросети для удаленщиков”](#).

Вы изучите две самые популярные нейросети на данный момент - ChatGPT и Midjourney. И, конечно, вас ждут много новых промптов.