qué publicar esta semana · matiz

NOTAS
mañana lo subo

NOTAS
¿y si no gusta?

10 ideas
para esta semana

para subir **sin quedarte en blanco**, con el porqué de cada una

NOTAS
~~no sé qué publicar~~

matiz★ by yuyi



sale de este carrusel 👀

GUÍA GRATUITA

DIEZ IDEAS QUE YA ESTÁN FUNCIONANDO

LO QUE TE PROMETÍ: **10 IDEAS** PARA ESTA SEMANA, **EL PORQUÉ** DE CADA UNA, **LA FRASE** PARA EMPEZAR A GRABAR Y **TU SEMANA** YA ORGANIZADA

ANTES DE NADA

Cámbiale la pregunta

No es «¿es lo bastante bueno?». Es «¿a quién le puede servir?»

Lo que para ti es obvio, para otra es justo lo que necesitaba. Con esa pregunta en la cabeza, **elige una idea y grábala hoy**. No hace falta que salga perfecta.

★ En muchas ideas verás **«X veces su media»**: cuántas veces superó ese vídeo a lo que suele tener la cuenta que lo subió. Lo saco de los reels que tengo guardados. Las visitas a secas engañan: una cuenta grande siempre tiene más.

1 *del carrusel*

La pregunta que más te hacen, *contestada en un minuto*

Piensa en lo que te preguntan tus amigas, tu familia o tus clientas sobre lo tuyo. Elige una pregunta y contéstala como si se la contestaras a ella.

- **SI HACES UÑAS**
  «¿Cuánto me dura la manicura?»
- **SI ENTRENAS**
  «¿Por dónde empiezo si nunca he ido al gimnasio?»

el porqué

Si te lo preguntan a ti, hay muchas más personas con la misma duda que no se atreven a preguntarla. Cuando alguien ve su duda contestada, siente que le estás hablando a ella.

PARA EMPEZAR A GRABAR

La pregunta que más me hacen cuando digo que [lo tuyo] es [la pregunta]. Te lo explico en un minuto.

Cómo: sentada, a cámara y en una toma. Deja la pregunta escrita arriba durante todo el vídeo.

2

del carrusel

Lo que aprendiste esta semana *y ojalá hubieras sabido antes*

No hace falta ser experta: basta con ir un paso por delante de quien te ve. Cuenta algo que hayas descubierto hace poco y que te habría ahorrado tiempo, dinero o un mal rato.

- ★ Una app que te ha ordenado la semana.
- ★ Un error que no vas a volver a cometer.

el porqué

Aprendemos mejor de quien va un paso por delante que de quien va diez: lo que cuentas se siente alcanzable, y eso engancha más que el consejo de una experta.

PARA EMPEZAR A GRABAR

Ojalá alguien me hubiera dicho esto antes de [empezar con lo tuyo].

Cómo: a cámara, o con tu voz encima mientras haces lo que cuentas.

3 *del carrusel*

Un antes y un después *de algo que hayas hecho tú*

Una habitación, un diseño, unas uñas, tu escritorio, tu primer vídeo frente al último. Lo importante no es el cambio: es **contar qué hiciste para conseguirlo**. Sin eso, solo es bonito.

el porqué

En cuanto ves el «antes», tu cabeza necesita saber cómo acaba, y por eso se queda hasta el final. Guarda el después para el último segundo.

PARA EMPEZAR A GRABAR

Esto era [el antes]. Mira cómo ha quedado y qué cambié para conseguirlo.

Cómo: graba el antes antes de empezar (es lo que más se olvida) y el después desde el mismo sitio.

4

Preséntate, *aunque te dé vergüenza*

Quién eres, qué haces y qué va a encontrar aquí quien te siga. Tres datos tuyos y una frase final que diga **para quién es tu cuenta**.

el porqué

La gente sigue a personas, no a temas. Si no saben quién eres ni qué les vas a dar, no tienen ningún motivo para darle a seguir.

PARA EMPEZAR A GRABAR

Si acabas de llegar, hola: soy [tu nombre] y aquí te enseño [lo que das].

Cómo: cada dato en un sitio distinto de tu casa. Un vídeo que cambia de plano se ve mejor que uno quieto.

★ **270 veces su media:** un vídeo de presentación hecho con una plantilla de CapCut.

5

Enseña tu pantalla: *un truco que uses*

Graba la pantalla del móvil o del ordenador mientras haces algo que domines: un ajuste de CapCut, una plantilla de Canva, cómo organizas tus notas. **Un solo truco por vídeo.**

el porqué

Guardamos lo que nos ahorra tiempo, aunque no lo vayamos a usar hoy: tener el truco a mano tranquiliza.

PARA EMPEZAR A GRABAR

El truco de [app] que me ahorra [tiempo] cada vez que [lo que haces].

Cómo: grabación de pantalla con tu voz encima. Si puedes, sal tú en una esquina.

★ **25,9 veces su media:** trucos para editar en CapCut.
20,7 veces: un efecto fácil para tus vídeos.

6

Así lo hago yo, *por dentro*

Cómo preparas un pedido, cómo organizas tu semana, cómo entregas un trabajo. Enseña el proceso y **di para qué sirve cada paso**: el proceso solo, sin explicación, se hace largo.

el porqué

Ver cómo trabaja otra persona por dentro da confianza: lo que se enseña se cree más que lo que se cuenta.

PARA EMPEZAR A GRABAR

Así [hago lo tuyo] en [tiempo], paso a paso.

Cómo: varios planos cortos, uno por paso, y tu voz encima.

★ **17,7 veces su media:** «así entrego el calendario de contenido de mis clientes».

7

Lo que me está funcionando, *con números de verdad*

Llevas un tiempo probando algo: publicar a diario, una rutina, una forma de estudiar. Cuenta qué te ha funcionado y qué no, **con tus números reales**, aunque sean pequeños.

el porqué

Un número concreto se cree; una promesa vaga, no. Y contar también lo que no funcionó te hace más creíble, no menos.

PARA EMPEZAR A GRABAR

Llevo [tiempo] haciendo [lo que pruebas] y esto es lo que me ha funcionado (y lo que no).

Cómo: a cámara y, si los tienes, enseña los números en pantalla.

★ **27,3 veces su media:** lo que le está funcionando con los reels de prueba. **8,2 veces:** «40+ reels de prueba, +1.500 seguidores en un mes».

8

3 cosas que… *(una lista corta)*

3 apps, 3 errores, 3 cosas que harías distinto. Dilo desde la primera frase. Eso sí: **no hagas todos tus vídeos así**. Una lista de vez en cuando funciona; todas las semanas, cansa.

el porqué

Si sabes que son 3, tu cabeza quiere llegar a la tercera: el número te dice cuánto falta, y por eso te quedas hasta el final.

PARA EMPEZAR A GRABAR

3 [cosas] que [resultado] y que casi nadie usa.

Cómo: a cámara, con el número de cada punto escrito en pantalla.

★ **228,8 veces su media:** 3 respuestas automáticas para los mensajes de Instagram. **12,1 veces:** 5 ganchos para probar en tus vídeos.

9

La única cosa *que harías si empezaras hoy*

Una opinión rotunda sobre lo tuyo, dicha a cámara y bien explicada. **Elige una sola cosa y defiéndela.**

el porqué

Una frase tajante te obliga a tomar partido: te quedas para ver si estás de acuerdo y, si no lo estás, comentas.

PARA EMPEZAR A GRABAR

Si solo pudieras [aprender / cambiar] una cosa de [lo tuyo], que sea esta.

Cómo: sentada, a cámara y en una toma. Lo que pesa es la frase, no la edición.

★ **19,6 veces su media:** «la única habilidad que debes aprender», hablando a cámara.

10

La excusa que todas ponemos, *y lo que hay detrás*

Una frase que se oye mucho en lo tuyo («no tengo tiempo», «eso no es para mí», «el lunes empiezo») y lo que de verdad la provoca. Así está hecho el carrusel del que sale esta guía:



el porqué

Cuando ves escrita la excusa que te pones, te sientes pillada... y necesitas saber qué hay detrás. Es la diferencia entre dar un consejo y explicar el porqué.

PARA EMPEZAR

«[La excusa]». No te falta [lo que parece]. Te sobra [lo que hay detrás].

Cómo: en carrusel o a cámara. La excusa en la portada (o en la primera frase) y el porqué justo después.

SI NO SABES POR DÓNDE EMPEZAR

Tu semana, *ya hecha*

Una idea al día. Empieza presentándote: así, quien te descubra con los demás vídeos sabrá quién eres. Táchalo cuando lo subas.

LUN	4	Preséntate
MAR	1	La pregunta que más te hacen
MIÉ	5	Un truco en tu pantalla
JUE	2	Lo que ojalá hubieras sabido antes
VIE	8	3 cosas que…
SÁB	6	Así lo hago yo
DOM	3	Un antes y un después

Y para la semana que viene te quedan la **7**, la **9** y la **10**.

Y AHORA

publica.

No hace falta que salga perfecto. **Hace falta que salga.**

Si subes alguna, **mándamela por mensaje**, que me hace muchísima ilusión verla 💌

matiz★ by yuyi

@MATIZBY.YUYI ⭐