

SOSYAL MEDYADA NEDEN İSTIKRARLI OLAMIYORSUN?

- Hedef Belirleme
- Haftalık İçerik Planı
- Üretim & Paylaşım Rutini
- Takip ve Devamlılık Şablonu

Bu eğitim sosyal medyada istikrarlı içerik üretmek isteyenler için hazırlanmıştır.

BENİM İÇERİK ÜRETİM SİSTEMİM

TEMEL YAKLAŞIM

- Süreci basitleştirmek
- Aynı anda birden fazla içerik üretmek
- Paylaşım günlerini önceden netleştirmek
- İş yükünü kontrol altına almak

İSTIKRARIN 3 AYAĞI

- Süreci Kolaylaştırmak
- Toplu Üretim Yapmak
- İçerik Takvimi
- İş Yükünü Yönetmek

SOSYAL MEDYADA NEDEN TUTARLILIK ŞART ?

- Algoritma seni tanır
- İzleyici sana alışır
- Sen de bu işi hayatına oturtursun
- Tutarlılığı destekleyen şey:
net plan + gerçekçi tempo

SİSTEM NASIL İŞLİYOR ?

- İçerik sütunlarını belirleme
- Haftalık iş akışı oluşturma
- Tekrar kullanılabilir şablonlar
- Kendi hızına uygun rutin

BU REHBERDE KULLANACAĞIN ARAÇLAR



HEDEF BELİRLEME SİSTEMİ



HAFTALIK RUTIN ŞABLONU



İÇERİK TAKIP TABLOSU



İÇERİK TAKVİMİ

Hepsi senin birebir uygulayabileceğin şekilde hazırlandı.

İSTIKRAR = SONUÇ DEĞİL SÜREÇ

Sosyal medyada en büyük hata, sonucu hedeflemek.

Beğeni, takipçi, izlenme...

Bunların hiçbiri senin tam kontrolünde değil.

Ama şunlar senin kontrolünde:

- Kaç içerik ürettiğin
- Kaç gün paylaşım yaptığın
- Sürece ne kadar sadık kaldığın

Bu yüzden bu sistemde sonuç değil, süreç odaklı hedefler belirliyoruz.

NEDEN SÜREÇ ODAKLI ?

Çünkü kontrol edebildiğin tek şey bu.

Bir ayın sonunda:

"Bu ay kaç içerik paylaştım?"

sorusuna net bir cevabın varsa, doğru yoldasın.

Her tamamlanan hafta için atılan bir ✓

beynine şu mesajı verir:

"Ben bu işi yapabiliyorum."

Bu yüzden İçerik Takip Tablosu bu sistemin en önemli parçalarından biri.

İSTIKRARIN 4 ADIMI

- | | | |
|-----------------|---|---|
| TEMELLER | → | İçerik üretimi hayatına oturmali, seni yormamalı. |
| HEDEF BELİRLEME | → | Gerçekçi, ölçülebilir ve sadece sana bağlı hedefler. |
| HAZIRLIK | → | Hayat her zaman devreye girer.
Hazırlıksızsan, erteleme başlar.
Bu yüzden Rutin Şablonu kullanıyoruz. |
| AKSIYON | → | Motivasyon gelir gider.
Ama yapılmayan içerik paylaşılmaz.
İstikrar, uygulamayla kazanılır. |

GERÇEK HAYATLA UYUMLU BİR SİSTEM

Ben de uzun süre istikrar konusunda zorlandım.9-5 çalışırken, hayat akarken, her gün motive olmak mümkün değil.Bu yüzden:Çalışırken, Üniversiteye giderken,Ev, aile, sosyal hayat varken bile sürdürülebilir bir sistem kurdum.Bu şablondaki her şey,senin de birebir kopyalayıp uygulayabilmen için hazırlandı.

UNUTMA!

İstikrar, mükemmel olmak değil.

Devam edebilmek.

Bunu sağlamak için İçerik Takvimi bu sistemin son halkası.

İSTİKRAR NASIL GERÇEKTEN OLUŞUR ?

İstikrar tek bir duyguya bağlı değildir.

Sadece motive olduğunda yapılan şeyler, uzun vadede devam etmez.

Gerçek istikrar üç şeyin birleşimiyle oluşur:

Motivasyon · Hazırlık · Aksiyon

Bu üçü birlikte çalıştığında, seni ileri taşıyan bir döngü başlar.



NEDEN ÇOĞUMUZ YARIDA BIRAKIYOR ?

Bir şeye hevesle başlarsın. "Bu sefer olacak" dersin. Sonra hayat devreye girer.

İş, yorgunluk, erteleme... Ve istikrar yine bozulur.

Bu genelde motivasyon eksikliği değil, hazırlık eksikliğidir.

İSTİKRARIN GERÇEK TEMELİ

Motiveyken herkes bir şeyler yapabilir. Asıl mesele, canın istemediğinde de devam edebilmek.

Motivasyon düşer. Bu normaldir. Ama hazırlığın varsa, aksiyon almaya devam edersin. Çünkü:

- Ne yapacağını biliyorsundur
- Ne zaman yapacağını bilirsin
- Karar vermek zorunda kalmazsın

ŞUNU NET SÖYLEYELİM

Motivasyon = başlatır

Hazırlık = kolaylaştırır

Aksiyon = sonuç getirir

Uygulama yoksa, istikrar yoktur.

İstikrar yoksa, büyüme olmaz.

Bu yüzden bu sistemde:

motivasyona değil, uygulanabilirliğe odaklanıyoruz.

TOPLU ÜRETİM = ZİHİNSEL RAHATLIK

İçerik üretimi zor olduğu için değil, dağınık olduğu için zor gelir. Ne zaman fikir düşüneceğin, ne zaman çekeceğin, ne zaman paylaşacağın belli değilse bu iş kafanın içinde büyür. Bu yüzden bu sistemin temelinde toplu üretim var.

İÇERİK TAKVİMİ NEDEN ŞART ?

Bir içerik takvimi sadece “hangi gün paylaşacağım” sorusunu değil, “hangi içeriği paylaşacağım” sorusunu da çözer. Bu sayede:

- İçeriği en geç ne zamana kadar üretmen gerektiğini bilirsin
- Son dakikaya kalmazsın
- Her gün yeniden karar vermek zorunda kalmazsın

Paylaşım sıklığı olarak:

Haftada 1-3 içerik fazlasıyla yeterli. Burada hedef nicelik değil, sürdürülebilirlik. Takvimini bozma. Gerekirse mükemmel olmayan bir şey paylaş, ama rutinin içinde kal.

TOPLU ÜRETİM OYUNU NASIL DEĞİŞTİRİR ?

Özellikle tam zamanlı bir işin varsa, haftada bir gün (örneğin cumartesi) gelecek haftanın içeriklerini toplu şekilde üretmek, gerçekten oyunu değiştirir. İçeriklerin önceden hazır olması:

- Günlük hayatını rahatlatır
- Zihinsel yükünü azaltır
- Seni istikrarda tutar

Paylaşımları otomatik planlamak ise seni “her gün içerik düşünme” baskısından kurtarır.

İŞ AKIŞINI KOLAYLAŞTIR

İçerik üretmek için kendine kolaylaştırılmış bir ortam yaratmalısın. Her seferinde:

- Kamera kur
- Işık ayarla
- Ortam hazırla bunlarla uğraşmak, özellikle yoğun günlerde büyük bir engeldir.

Bu yüzden:

- Evinde her an hazır bir çekim düzeni olsun
- Işığın sabit olsun
- “Aç-çek-kapat” mantığıyla ilerle

Hazır bir setup, istikrarını korumanın gizli anahtarıdır.

İÇERİK ÜRETİMİ 2 AYRI AŞAMADIR

Çoğu kişinin gözden kaçırdığı nokta şu: İçerik üretimi tek bir iş değildir.

HAZIRLIK AŞAMASI

- Fikir üretimi
- Konsept belirleme
- İçeriği uygulanabilir hale getirme
- Gerekli hazırlıklar (kıyafet, ortam, materyal vb.)

UYGULAMA AŞAMASI

- Çekim
- Kurgu
- Yayına hazır hale getirme

NOT!

Çoğu zaman, hazırlık aşaması uygulamadan daha fazla zaman alır. Bu yüzden ben rutinimde: Hazırlık için ayrı, Uygulama için ayrı iki zaman bloğu planlıyorum. Bunu bir sonraki sayfada sana net şekilde göstereceğim.

HEDEF BELİRLEME SİSTEMİ

Tek hedef. Net odak.

İstikrarlı içerik üretmenin en büyük düşmanı, aynı anda çok fazla hedef koymak.

Bu yüzden bu sistemde sadece tek bir kontrol edilebilir hedef var. Nasıl ilerliyoruz?

Önce kendine şunu soruyorsun: Önümüzdeki 1 yıl boyunca toplam kaç içerik üretmek istiyorum?

Bu sayı, sistemin merkezinde yer alıyor. Büyük hedef burada duruyor. Sonra bu hedefi:

- Aylık içerik sayısına bölüyorsun
- Ardından da haftalık üretim hedefine indiriyorsun

Ve işte asıl odak noktası burada başlıyor 📌

Sadece şuna odaklan:

Bu hafta kaç içerik üreteceğim?

Hepsi bu.

Seni yoran yıllık planlar değil,

her hafta tekrar tekrar karar vermek.

Bu sistemle:

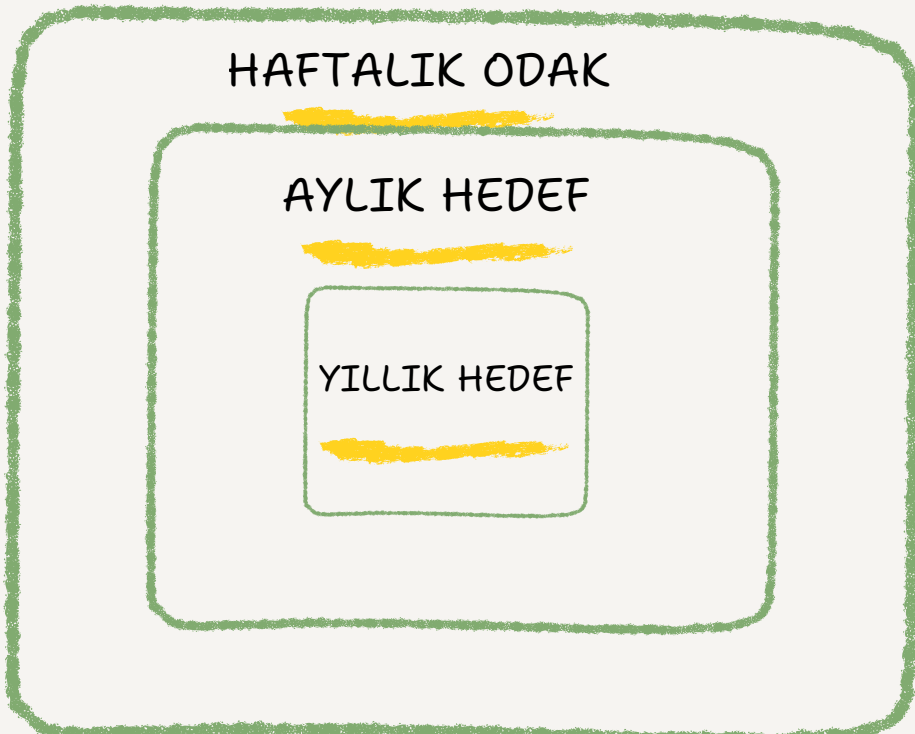
- Büyük hedef gözünü korkutmuyor
- Haftalık hedef uygulanabilir oluyor
- İstikrar doğal olarak oluşuyor

Neden tek hedef? Çünkü aynı anda çok fazla alışkanlık eklediğimizde:

- Enerji hızla tükenir
- Motivasyon düşer
- Devamlılık bozulur

Ama tek, net ve gerçekçi bir hedef, seni uzun vadede oyunda tutar.

Bu sistemin amacı mükemmel olmak değil. Devam edebilmek.



RUTİN

“Peki benim takvimim nasıl görünüyor?”

Sosyal medyada içerik üretmek sadece kamera açıp paylaşmak değil.

Asıl zaman alan kısım çoğu zaman planlama ve hazırlık.

Ne çekeceğini son anda düşünmeye çalıştığında:

- Zihin yoruluyor
- Kararsızlık artıyor
- Erteleme başlıyor

Ben bunu çözmek için 2 Bloklu bir rutin kullanıyorum.

İKİ BLOK RUTİNİ NEDİR ?

Bu sistemin amacı şu:

İçerik gününe geldiğinde düşünmemek, sadece üretmek.

Her hafta aynı günlerde, iki net zaman bloğu ayırıyorum.

KONSEPT HAZIRLIK

- CUMARTESİ
BU GÜN ÜRETİM YOK.
- SADECE DÜŞÜNME, PLANLAMA VE
NETLEŞTİRME VAR.
- BU BLOKTA ŞUNLARI YAPIYORUM:
3 İÇERİK FIKRI BELIRLIYORUM
HER İÇERİK İÇİN NET BİR AKIŞ
ÇIKARIYORUM
(KÜÇÜK BİR SENARYO GİBİ DÜŞÜN)
- HANGİ SAHNE, HANGİ ORTAM, HANGİ
KIYAFET NETLEŞİYOR
NOTLARIMI KAĞIDA YA DA TELEFONA
YAZIYORUM
ÇEKİM İÇİN GEREKEN HER ŞEYİ
HAZIRLIYORUM
(IŞIK, TRIPOD, ŞARJ, KIYAFET VS.)
- AMAÇ:
PAZAR GÜNÜ HIÇBİR ŞEYE KARAR VERMEK
ZORUNDA KALMAMAK.

UYGULAMA

- PAZAR
BU GÜN SADECE UYGULAMA VAR.
- ÇEKİM ,TASARIM, YAZI YAZMA
PAYLAŞIM PLANLAMA HEPSE,
CUMARTESİ HAZIRLADIĞIM
PLANA GÖRE İLERLİYOR.
- BU YÜZDEN:
ZIHIN KARIŞMIYOR
ZAMAN KAYBOLMUYOR
“BUGÜN NE YAPSAM?” SORUSU YOK
SADECE LISTEDEKİLERİ
YAPIYORUM.

NEDEN AYNI GÜNLER ?

Bu blokları her hafta aynı günlerde yapmak:

Netlik sağlar

Ertelemeyi azaltır

İşlerin gerçekten bitmesini sağlar

Bu bir disiplin meselesi değil,karar yorgunluğunu ortadan kaldırma meselesi.

TEK GÜN MÜ İKİ GÜN MÜ ?

İki seçenek var: Tek günde hepsi

Daha yoğun ama hızlı ilerlemek isteyenler için.

İki güne bölerek Daha rahat, daha sürdürülebilir bir tempo için.

Benim tercihim:

Haftaya yayılmış, zihni yormayan sistem.

HAFTALIK RUTIN ŞABLONU

Bu şablon, içerik üretimi için bilinçli olarak zaman ayırmanı sağlamak için var.
Ne zaman düşüneceğin, ne zaman üreteceğin netleşsin diye.

Burada iki aşama var:

- Konsept & hazırlık
- Uygulama

Bunları:

- aynı gün içinde
- ya da iki ayrı günde

yapman tamamen sana bağlı.

PAZARTESİ

SALI

ÇARŞAMBA

PERŞEMBE

CUMA

CUMARTESİ

PAZAR

İÇERİK TAKİP TABLOSU

Bu sayfa tek bir takvim yılını değil, bilinçli bir başlangıç kararını temsil eder.

Belirli bir tarihi beklemek zorunda değilsiniz; her gün yeni bir başlangıç olabilir. Bu takip tablosunun amacı, önünüzdeki 52 haftayı bilinçli ve üretken şekilde değerlendirmek.

Her hafta, belirlediğiniz içerik üretim hedeflerine ne kadar sadık kaldığınızı size hatırlatır.

Tablodaki her bir daire bir haftayı simgeler.

Kendi hedef belirleme sisteminize göre, o hafta üretip paylaştığınız içerikleri tamamladığınızda ilgili daireyi işaretleyin.

Süreç sonunda amaç çok net:

Yıl bitiminde tüm dairelerin dolu olması.

Bahane üretmek yerine, istikrarı seçiyorsunuz.

Başlamak için ekstra bir şeye ihtiyacınız yok.

İlk adım atıldı — şimdi sıra sizde.

GERÇEK FARKI YARATMAK İÇİN 52 HAFTALIK KARARLILIK

<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>								

İçerik Takvimi

Haftalık içerik üretimini ve paylaşım sürecini daha düzenli ve sürdürülebilir hale getirmek için bu takvimi her hafta aktif olarak kullanın.

Adım 1

Bu hafta mutlaka üretmek istediğiniz 3 veya 4 kısa video (Reels) belirleyin.

Seçtiğiniz içerikleri en üst satıra net bir şekilde yazın.

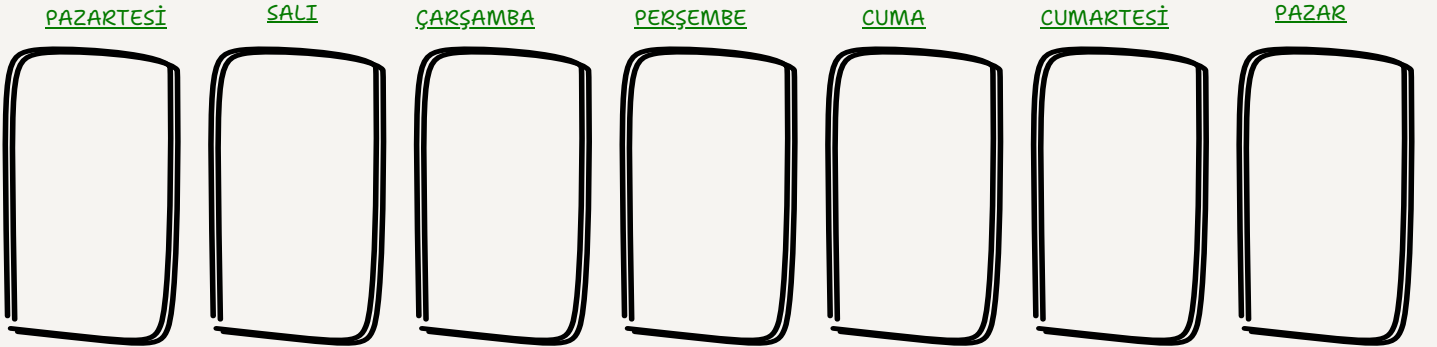
Buradaki amaç, haftaya başlamadan önce ne üreteceğinizi kesinleştirmek.



Adım 2

İçerik fikirleri geliştirmek ve çekim/uygulama yapmak için hangi günleri ayıracağınızı planlayın.

Her hafta aynı günleri tercih etmek, zamanla güçlü bir üretim rutini oluşturmanızı sağlar.



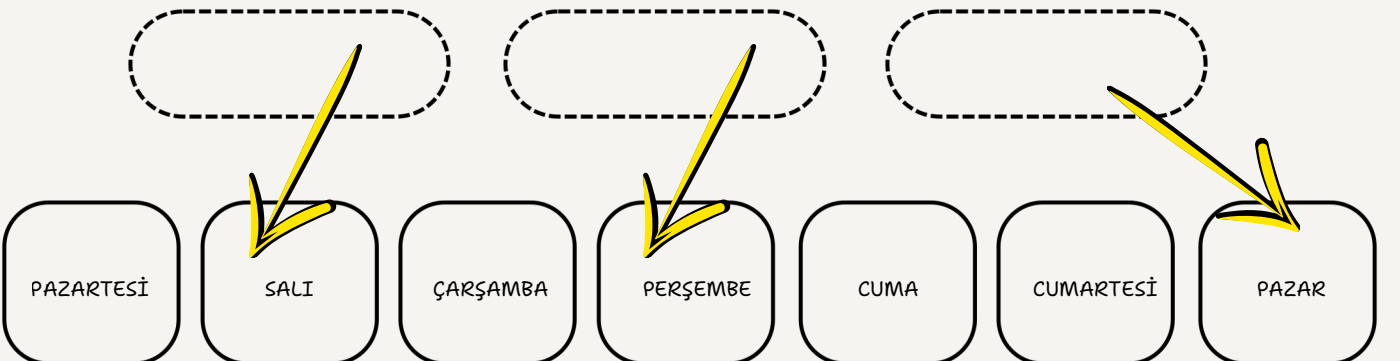
Adım 3

Hazırladığınız her içerik için paylaşım günü ve saatini önceden belirleyin.

Örnek bir plan:

Salı – Perşembe – Pazar / saat 11:00 civarı

(Siz kendi hedef kitlenize göre bu saatleri uyarlayabilirsiniz.)



SOSYAL MEDYA

İçerik Takvimi

1 BAŞLA !	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30