

# 20

# KREATIVE INSTAGRAM IDEEN

*mit denen du  
sichtbar wirst*

## ★ Pro-Tipps ★

Wie du deine Posts  
strategisch  
aufbaust – wie eine  
gute Netflix-Serie



# Hallo du *wundervolle* kreative Seele

Du hast dieses PDF geöffnet, weil du nicht mehr einfach „nur irgendwie posten“ willst – sondern mit deinen Inhalten wirklich Menschen erreichen möchtest.

Vielleicht postest du ab und zu, weißt aber nie so richtig was – und irgendwie bleibt der Erfolg aus. Du siehst, was bei anderen funktioniert, versuchst es auch – aber bei dir zündet es nicht.

Das Gute ist: Es liegt nicht an dir. **Dahinter steckt ein System** – und genau das bekommst du hier.

Ich zeige dir, **wie ein starker Post aufgebaut ist**, und gebe dir **20 kreative Ideen**, die du mit Freude, Empathie und in deinem Stil umsetzen kannst.

Denn dein Content muss in erster Linie eins sein: **Authentisch DU!**

Was dich erwartet:

- 20 Content-Ideen für Instagram
- Der Aufbau eines guten Beitrags
- Die Basics der Creative Selling Methode

Du brauchst keine Marketing-Maschine. Nur deine Stimme.

Von Herzen

*Deine Andrea*

## Du willst mit deiner Kreativität sichtbar werden – und endlich auch verdienen?

In meinem Kurs GROW lernst du, wie du online Reichweite aufbaust, deine Inhalte strategisch planst und verkaufst – auf deine Art und ohne Druck.

♥ Was du brauchst: Klarheit, Struktur & echte Freude an deinem Marketing.

Ich begleite dich Schritt für Schritt auf deinem Weg zu mehr Sichtbarkeit und Erfolg.

👉 **JETZT STARTEN**



# Finde dein Format

**nicht alle. Sondern das, was zu dir passt**

Instagram bietet dir viele Möglichkeiten, deine Botschaft sichtbar zu machen. Aber: Du musst nicht alles nutzen – du darfst wählen, was zu dir passt. Stell dir vor, du wanderst mit leichtem Gepäck – dann nimmst du nicht alles mit, sondern das, was wirklich nützlich ist. Hier bekommst du einen kleinen Kompass durch den Format-Dschungel.



## Reels

### **Kurzvideos mit großer Reichweite**

Bestehen aus bewegten Bildern oder Foto-Sequenzen.

Auch ohne Gesicht oder Stimme möglich – z. B. mit Text-Overlays etc.

**Perfekt für: Sichtbarkeit**



## Karussells

### **Statische Swipe-Posts mit mehreren Bildern oder Text-Slides**

Ideal, wenn du einen Gedanken oder mehrere Tipps zeigen willst.

Hier punktet Struktur – nicht Lautstärke.

**Perfekt für: Klarheit, Expertise, Vertrauensaufbau**



## Beiträge

### **Einzelbild mit Text – stabil, klar, still**

Eignet sich wunderbar für Zitate, Gedanken oder einen wertvollen Impuls.

Du brauchst kein Video, kein Lächeln, kein Selfie – nur deine Botschaft.

Gerade deshalb wirken diese Posts oft besonders klar und echt.

**Perfekt für: Ästhetik, Wiedererkennbarkeit, Persönlichkeit**



## Storys

### **Kurzformate, die nach 24h verschwinden – echt & nahbar**

Du kannst sprechen, tippen, zeigen oder einfach teilen, was dich berührt.

Auch ohne Gesicht möglich: Texte, Umfragen, etc.

**Perfekt für: Vertrauen, Nähe, Verbindung**

# Postest du einfach so – – oder mit Richtung?

Vielleicht kennst du das: Du postest etwas – aber irgendwie passiert ... nichts. Kaum Reaktionen. Keine Verbindung. Kein Gefühl, dass es wirklich ankommt. Das liegt nicht daran, dass du kein Talent hast oder nicht kreativ genug bist – das bist du! Es liegt daran, dass du noch ohne Dramaturgie spielst – ohne Plot, ohne Rolle, ohne Regie.

Du sendest – aber es fesselt niemanden. Du sprichst – aber niemand bleibt hängen. Du postest – aber es unterhält nicht. Und genau darum geht's: Sichtbarer Content ist nicht Information. Es ist Emotion. **Erfolgreicher Content ist Entertainment.**

## ✗ Was passiert, wenn du ohne Plan postest?

### **Kein Ziel = keine Wirkung**

Du wirfst etwas raus – aber es bleibt nicht kleben.

### **Reaktion statt geführter Regie**

Du postest, weil du denkst, du „musst“ – aber es fehlt die größere Geschichte

### **Keine Story = kein Bleiben**

Menschen merken sich nicht, was du tust – sondern was du bei ihnen auslöst.

## ✓ Was dein Content stattdessen braucht:

- ✓ Klarheit – wie du wirken willst
- ✓ Spannung – wie du deine Botschaft verpackst
- ✓ Emotion – was du beim Gegenüber auslöst

Wie hat Robbie Williams so schön gesagt?

*„Let me entertain you.“*

Genau das ist dein Job dein Auftrag. Nicht informieren – sondern faszinieren. Nicht überreden – sondern fesseln. Nicht gefallen – sondern verbinden.



**Guter Content ist wie eine gute Serie:**

**Er beginnt stark. Er erzählt eine echte Geschichte.**

**Und er hinterlässt das Gefühl: „Davon will ich mehr.“**



# Content ist Story

## Und du bist die Regisseurin.

Wenn dein Content wie eine Serie wirkt, bist du nicht einfach nur Creatorin. Du bist Regisseurin. Du bestimmst die Szene. Du kennst die Hauptfigur. Du spürst das Thema. Und du entscheidest, wie du es inszenierst – so, dass andere dranbleiben.

### Jeder Post ist wie ein Mini-Drehbuch:

- Die Heldin – Mit wem soll sich deine Kundin identifizieren?
- Die Szene – Wo spielt die Geschichte?
- Die Botschaft – Was willst du wirklich sagen & bewirken?
- Der Shift – Welchen Aha-Moment löst du aus?
- Die Creation – Wie setzt du es kreativ um?
- Die Produktion – Wie bringst du es in die Welt?



### Warum das wichtig ist:

Wenn du dir vor jedem Post nur eine Frage stellst: „Welche Szene will ich heute erzählen – und was soll sie auslösen?“, dann entsteht Content, der nicht nur sichtbar ist – sondern ankommt.

Weil deine Zuschauerin sich selbst darin erkennt. Weil Spannung entsteht. Weil ein Shift passiert. Weil sie spürt: „Das bin ich. Und da will ich hin.“

### Die Creative Selling Methode:

Nicht einfach posten.

Sondern inszenieren.

**Wie eine gute Regisseurin – mit Herz, Klarheit und Dramaturgie.**



**Jeder Post ist deine Bühne.  
Jede Caption ein Drehbuchmoment.  
Und du bist die, die Regisseurin.**

# Die Netflix-Strategie

## Was gute Serien mit gutem Content gemeinsam haben

Guter Content funktioniert wie eine gute Serie: Er zieht dich rein. Er lässt dich nicht mehr los. Und er macht dich neugierig auf mehr. Wenn du willst, dass deine Community nicht nur scrollt – sondern wirklich dranbleibt, dann brauchst du Struktur, Timing und Spannung. So wie jede erfolgreiche Serie.

## Die 4 Elemente erfolgreicher Posts:

Egal ob Reel, Karussell oder Beitrag – jeder starke Post folgt einer klaren Dramaturgie. Mit diesen vier Elementen ziehst du Menschen in deine Welt.

1. **Hook**
2. **Story**
3. **Shift**
4. **Call-to-Action (CTA)**

### #1 Die Hook

#### Der Einstieg, der beim Scrollen einfängt

Der Hook ist dein Einstieg – und er entscheidet, ob jemand bleibt oder weiterwischt. Ein guter Hook löst beim Gegenüber sofort aus: „Moment – das kenne ich...“ oder „Was passiert hier?“

#### Hook-Arten:

- Cover-Hook: die erste Zeile deines Karussells oder Reels
- Text-Hook: die ersten Wörter deiner Caption
- Video-Hook: die ersten 3 Sekunden in deinem Reel
- Visual-Hook: ein Bild, das die Aufmerksamkeit sofort catcht

### #2 Die Story

#### Die emotionale und informative Erzählung

Im Herzstück deines Posts erzählst du etwas, das Verbindung schafft. Eine Erfahrung. Ein Dilemma. Ein echtes Gefühl. Hier darf deine Persönlichkeit sichtbar werden. Zeig Haltung. Zeig Tiefe. Zeig, was dich und deine Arbeit ausmacht.

Optional: Secondary Hook zur Spannungssteigerung in der Mitte.

## #3 Der Shift

### Die Erkenntnis oder Bewegung im Inneren

Am Ende deiner Story passiert etwas. Ein Gedanke kippt. Eine Wendung, eine Transformation, ein Aha-Moment entsteht. Deine Leserin fühlt sich gesehen – oder bekommt eine neue Perspektive. Das ist der Shift, der gute Inhalte von beliebigen unterscheidet.

Frag dich:

Was verändert sich?

Welche neue Sichtweise öffnest du?

Was bleibt beim Gegenüber zurück?

**Beispiel:**

„Früher dachte ich, ich muss xyz sein. Heute weiß ich: zyx ist stärker als xyz.“

## #4 Der Call-to-Action

### Die Einladung zum Handeln

Am Ende braucht dein Post eine Richtung. Nicht, um zu pushen – sondern um zu leiten. Ein guter CTA fühlt sich an wie eine freundliche Einladung – nicht wie ein Verkaufsversuch.

**Beispiele:**

- 🗣️ Kommentiere mit deinem Gedanken
- 📧 Hol dir mein Freebie
- 🎥 Melde dich zum Bootcamp an
- 💬 Teil deine Sicht in den Kommentaren
- 🔄 Speicher diesen Post für später



**Dein Content ist deine Serie: Mit Hook, Story, Shift und CTA gestaltest du nicht einfach Inhalte. Du erzählst etwas, das hängen bleibt. Du machst aus Sichtbarkeit Verbindung.**

**Die komplette Creative Selling Methode, und wie du sie für dein Thema anwendest, lernst du in GROW.**



# Schüchtern sichtbar sein

## auch ohne dein Gesicht zu zeigen

Was viele denken: „Ich muss mich ständig zeigen, um sichtbar zu sein.“

✗ Falsch.

Sichtbarkeit heißt nicht: Selfie, Dauergrinsen, Tanzen oder jeden Trend mitmachen

**Sichtbarkeit heißt:**

- ✦ Verbindung schaffen.
- ✦ Haltung zeigen.
- ✦ Deine Botschaft ins Licht stellen.

## Formate für Selfie-freie Sichtbarkeit:

### **Hände + Zitat**

→ Zeig deine Hände beim Schreiben, Zeichnen, Halten eines Symbols – dazu ein persönliches Zitat.

### **Text auf Papier**

→ Fotografiere eine handgeschriebene Botschaft, Notiz oder Skizze – wirkt intim & nahbar.

### **Mood-Videos**

→ Reels mit Natur, Licht, Alltagsszenen + Musik und Text-Overlay. Kein Gesicht nötig.

### **Voice-over Reels**

→ Sprich über ein Video oder verwende Musik & Untertitel – deine Stimme reicht.

### **Carousel mit Canva-Grafiken**

→ Erzähle eine Geschichte in 5–7 Slides. Nutze Text, Farben, Icons – kein Selfie nötig.

### **Behind the Scenes**

→ Zeig deinen Arbeitsplatz, dein Material, dein kreatives Chaos – Menschen lieben echte Einblicke.

# Jetzt geht's an die Umsetzung

**Aber bevor du loslegst, hier ein kleiner Kompass.**

**Diese Ideen sind anders.** Sie sind nicht dafür gedacht, dass du sie einfach „abarbeitest“. Sondern dass du sie mit deiner Handschrift umsetzt.

Denn genau darum geht's bei Creative Selling: Nicht posten wie alle. Sondern denken wie eine Regisseurin – und schreiben wie du selbst.

## So nutzt du die 20 Ideen:

✓ Lies erst einmal alle Ideen durch.

Spür rein: Welche zieht dich an? Welche lässt dein Herz höher schlagen? Wo hast du sofort eine Idee im Kopf wie du sie umsetzen kannst?

✓ Wähle eine Idee aus, die zu deiner aktuellen Botschaft passt.

✓ Nutze die Netflix-Strategie:

→ Hook – Wie steigst du ein?

→ Story – Was willst du zeigen oder erzählen?

→ Shift – Was verändert sich oder berührt?

→ CTA – Was darf dein Publikum tun?

✓ Denk nicht zu lange. Schreib los. Perfektion ist langweilig. Authentizität & Entertainment wirken tausendmal besser als jeder "perfekte" Post.

## Noch ein Reminder:

Du wirst Fehler machen. Und das ist okay. Denn genau so lernst du, wachst du – und findest deinen Stil. Nicht jeder Post wird durch die Decke gehen. Aber jeder einzelne bringt dir Klarheit, Erfahrung und Verbindung.

Je mehr du teilst, desto mehr erkennst du:

✈ Was kommt an?

🎯 Was berührt?

💡 Was wirkt bei deiner Community?

Und davon machst du einfach mehr. **Mut schlägt Perfektion. Immer.**

Let's go!

# #1 Persönliche Wahrheit

## Für Verbindung & Vertrauen

1. Erzähl von einem Moment, in dem du fast aufgegeben hättest & weiter gemacht hast
2. Teil einen Glaubenssatz, den du heute nicht mehr glaubst.
3. Was du gerne früher gewusst hättest, bevor du gestartet bist.
4. Teil, was dir am schwersten fiel, sichtbar zu werden.
5. Zeig deine Entwicklung: früher vs. heute.

### Warum es funktioniert:

Dieser Satz klingt wie eine innere Wahrheit – und ist doch eine Lüge, die viele glauben. Er trifft einen tiefen Selbstzweifel, den deine Zielgruppe kennt – und bringt ihn mit einem Augenzwinkern ins Licht. Die Szene mit Gitarre ist dabei ungewohnt und bricht Erwartungen. Das macht neugierig.



### Warum es funktioniert:

Der Text wirkt wie der Anfang einer Geschichte – offen, neugierig machend und persönlich. Gleichzeitig ist das Visual ruhig, intim und kreativ, was Nähe schafft. Die Perspektive von hinten lädt ein, „mit reinzuschauen“, ohne direkt in die Kamera zu sprechen.

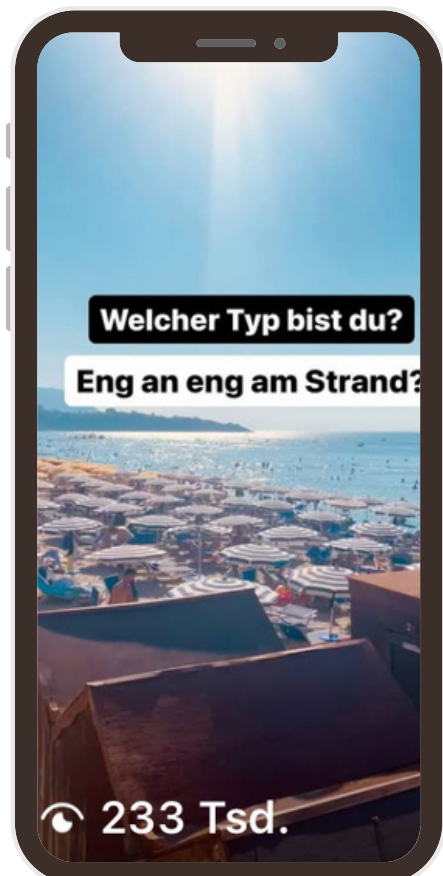


# #2 Sichtbarkeit & Storytelling

## Für Nähe, Persönlichkeit & Wiedererkennung

1. Behind-the-Scenes: Zeig den Moment, bevor etwas sichtbar wurde.
2. Mach aus einem Fehler oder Missverständnis eine Story mit Lerneffekt.
3. Teil eine typische Kundenfrage oder ein „Was machst du da eigentlich?“
4. Humorvoller Einstieg mit Twist
5. Teil einen Alltagssatz, den du ständig hörst – und was du darüber denkst.

**Warum es funktioniert:** Ein Satz, den viele deiner Followerinnen selbst schon gedacht oder gesagt haben. Die Pose (denkender Gesichtsausdruck, Sonnenlicht, Sommerkleidung) erzeugt Leichtigkeit – die Aussage aber ist tief. Der Kontrast macht den Reel emotional UND shareable.



**Warum es funktioniert:**

Es ist witzig, bildlich, überraschend – und die Szene am Strand ist extrem relatable. Der Einstieg wirkt wie eine Alltagssituation, aber: Es ist ein Metapher-Reel! Du nutzt ein Bild für eine innere Wahrheit – und machst über Humor eine tiefere Frage auf.

# #3 Kreativer Ausdruck & Werte

## Für Haltung, Klarheit & Authentizität

1. Ein Zitat, das dich geprägt hat – mit deiner Sichtweise
2. Ein Einblick in deinen kreativen Prozess oder dein Setup
3. Was du heute bewusst anders machst als früher
4. Mini-Monolog: Was du deiner Community sagen würdest, wenn du 1 Minute hättest
5. Deine wichtigsten Werte – erklärt mit Bild, Story oder Szene

### Warum es funktioniert:

Zeigt Haltung – selbstbewusst, lässig, aber ohne Angeberei. Der Text spielt mit Ironie und Kontrast („lässig“ vs. „Umsatz“) – und genau das macht's stark. Visuell: starke Pose, Klarheit, starke Farben – hohe Wiedererkennbarkeit.



### Warum es funktioniert:

Ein Angriff, den viele deiner Followerinnen kennen – ob von außen oder aus dem eigenen Kopf. Du drehst diesen „Satz des Zweifels“ um und nutzt ihn als Einstieg in eine Empowerment-Message. Die emotionale Reaktion im Gesicht macht's echt.

# #4 Angebot & Positionierung

## Von der Sichtbarkeit zur Kundin

1. Der häufigste Irrtum über dein Angebot – und wie es wirklich ist
2. Für wen ist dein Angebot NICHT – und warum
3. Was du bei deinen Kundinnen am meisten liebst
4. Der klassische Einwand – und was du heute darüber denkst
5. Ein Format-Post: „10 Dinge, die du sofort tun kannst, um ...“

### Warum es funktioniert:

Spricht aus, was viele Frauen im Alleingang erleben – Erschöpfung, Unsicherheit, fehlende Ergebnisse. Die Formulierung „Was es dich kostet ...“ ist ein starker Hook, weil er emotional UND wirtschaftlich andockt. Das Emoji verstärkt die Selbstironie – und es wirkt gleichzeitig nahbar und klar positioniert.



### Warum es funktioniert:

Trifft einen großen inneren Glaubenssatz der Zielgruppe. Der Text ist wie ein Dialog mit dem eigenen Mindfuck. Es visualisiert die Gedanken mit überzeichneter Mimik & einem gespielten inneren Monolog. Der Mix aus Selbstironie + realem Dilemma macht das Reel so stark.



# Deine Kreativität verdient Sichtbarkeit



mit  
Erfolgsdesigner  
rin Jolijou

Ich habe mit meinem System über 1 Million Euro Umsatz erzielt – allein durch organische Reichweite, Blogs, Pinterest und Social Media.

Jetzt zeige ich dir, wie auch du online sichtbar wirst – ohne Tanzen in Reels oder stundenlanges Posten.

Egal, ob du Produkte, Kurse oder kreative Dienstleistungen anbietest – mit GROW bekommst du den klaren Fahrplan für dein Marketing, das wirklich zu dir passt.

ALLE INFOS HIER



GROW ist dein Schritt-für-Schritt-System, um deine Marke sichtbar, stark und erfolgreich zu machen – auf natürliche, kreative und nachhaltige Weise.

**So bringt dich GROW Schritt für Schritt zu mehr Reichweite & Umsatz:**



Erkenne, was dich und deine Marke einzigartig macht – und wie du die richtigen Menschen magisch anziehst.



Lerne, wie du über dein Warum sprichst und mit authentischem Storytelling Vertrauen aufbaust.



Erstelle deinen Redaktionsplan, finde dein ideales Format (Blog, Insta oder Pinterest) und bleib konstant sichtbar – auch mit wenig Zeit.



Wachse organisch durch SEO, Pinterest & Social Media – und lerne, wie du deine Inhalte gezielt in Verkäufe verwandelst.