

METODA 5x5x5 – Creștere Rapidă Magnetică pentru Mămici în Marketing Digital-

Mihaela Mentor Trainer Promovare

Structură:

- 5 postări de INTERACȚIUNE (boost rapid algoritm)
- 5 postări de EDUCAȚIE (autoritate + follow)
- 5 postări de DURERE PROFUNDĂ (comentarii masive)
- Postate în 2–3 zile intens (val de creștere)

● PARTEA 1 – 5 POSTĂRI DE INTERACȚIUNE (EXPLOZIE RAPIDĂ)

⚡ Obiectiv: comentarii + follow + comunitate

🎥 Format: fără vorbit, muzică trending / faceless / text mare pe ecran

📝 Text: mare, bold, centrat, 4–6 cuvinte pe rând

„FATA MEA A RÂS DE MINE”

Text pe ecran:

I-am spus că fac
1000 followers azi
Și a râs de mine.

MĂ AJUȚI SĂ-I ARĂT CĂ POT?

♦ Ultimul slide: „Dă follow și lasă un ❤️”

„DE UNDE MĂ URMĂREȘTI?”

Text mare:

Sunt mamă din România 🇷🇴
Construiesc un business online.

Tu de unde mă urmărești?

♦ Slide final:

Scrie orașul și dă follow
Hai să facem comunitate de mămici unite.

„HAI SĂ TESTĂM ALGORITMUL”

Dacă vezi acest video
scrie „SUNT AICI”

și dă follow
să vedem cât de unite suntem

„100 MĂMICI ACTIVE?”

Există aici
100 de mămici
care vor independență financiară?

◆ CTA:

Scrie „EU” și dă follow.

„NU DERULA”

Nu derula.
Dacă ești mamă obosită
care vrea un venit online
rămâi 5 secunde.

Final:

Follow dacă vrei soluții reale.

● PARTEA 2 – 5 POSTĂRI DE EDUCAȚIE (MARKETING DIGITAL + CANVA)

🎯 Obiectiv: Autoritate + Salvări + Follow

🛠️ Format: tutorial scurt, filmare ecran sau faceless cu text explicativ

„FA O CARTE DE COLORAT ÎN 10 MINUTE”

🛠️ Arată Canva:

Titlu pe ecran mare:

Fă un produs digital în 10 minute

Pași:

1. Intră în Canva
2. Scrie „coloring pages”

- 3. Descarcă PDF
- 4. Pune-l în magazin

CTA:

Follow pentru idei zilnice de produse digitale.

„CUM FACI UN EBOOK RAPID”

Deschide Canva
Alege template Ebook
Scrie 10 sfaturi despre [nișa ta]
Export PDF
Gata produsul.

„MOCK-UP PROFESIONAL GRATUIT”

Caută „ebook mockup”
Încarcă PDF-ul tău
Descarcă imaginea

Ai produs premium în 5 minute.

„PRODUS DIGITAL ÎN STAN STORE”

Creezi cont
Încarci PDF
Pui preț
Adaugi descriere

Gata magazinul tău.

„PROMPTUL CARE ÎȚI DĂ IDEI INFINITE”

Text mare:

Am întrebat ChatGPT
să-mi facă 30 idei de postări
pentru mămici.

CTA:

Scrie „PROMPT” și ți-l trimit.

PARTEA 3 – 5 POSTĂRI DURERE PROFUNDĂ PENTRU MĂMICI

Aici e aurul tău.

📺 Format: filmare simplă, lumină naturală, privire directă, fără prea mult edit.

„CÂND DORMI, MĂMICĂ?”

Spune-mi sincer...

Când dormi?

Dormi 2 ore legate?

Sau cu cana de cafea peste tot prin casă?

CTA:

Scrie-mi câte ore dormi.

„LUCREZI ȘI NOAPTEA?”

Sunt mămici aici

care lucrează noaptea

ca să stea ziua cu copilul?

Pauză 2 secunde.

Și nimeni nu vede cât ești de obosită.

CTA:

Scrie „OBOSITĂ”.

„SOȚUL SPUNE CĂ STAI ACASĂ?”

Ți s-a spus vreodată

că „stai toată ziua acasă”?

Că „nu faci nimic”?

Tăcere.

Dacă ești aici și te doare asta... scrie „ȘTIU”.

„CAFÉA ÎN BAIE?”

Mămico...

Te duci cu cafeaua și în baie

pentru că nu ai 5 minute pentru tine?

CTA:

Scrie „EU”.

„CÂND TE-A APRECIAT CINEVA ULTIMA DATĂ?”

Când ți-a spus cineva
că ești suficientă?

Pauză.

Eu îți spun acum: ești.

CTA:

Dă follow pentru că aici te înțeleg.



Cum postezi ca să crească RAPID

Ziua 1:

- 2 interacțiuni
- 2 durere
- 1 educație

Ziua 2:

- 2 educație
- 2 interacțiuni
- 1 durere

Ziua 3:

- 2 durere
- 2 educație
- 1 interacțiune

- 👉 Răspunzi la TOATE comentariile.
- 👉 Faci reply video la 3–4 comentarii.
- 👉 Dai inimă la fiecare comentariu.
- 👉 Intră 20 minute și comentează la mămică din nișa ta.



De ce funcționează asta?

- Interacțiunea → împinge video-ul
- Durerea → creează comentarii masive
- Educația → construiește autoritate
- CTA follow constant → conversie rapidă

Asta este creștere sănătoasă, nu fake.

CUM FILMEZI VIDEO-URILE CA SĂ CREȘTI RAPID (GHID PRACTIC)

Pentru demonstrație pas cu pas, urmărește video-ul atașat în PDF (link YouTube).

Dacă alegi să te filmezi prin casă (natural & autentic)

- ✓ Filmează în zone cât mai curate
- ✓ Fundaluri deschise: alb, crem, bej
- ✓ Lumină naturală din față (geam)
- ✓ Nu aglomera fundalul

Idei simple:

- filmezi bucătăria dimineața
- filmezi masa unde lucrezi
- filmezi cana de cafea
- filmezi laptopul pe masă
- filmezi colțul tău de lucru

Nu trebuie să vorbești.

Pui text mare pe ecran + muzică.

Dacă alegi varianta fără afișare (faceless)

✓ Filmează:

- mâinile tastând
- ecranul Canva
- telefonul în mână
- caietul tău
- colțuri din casă

✓ Sau editează direct din TikTok cu text + fundal simplu.

Ce muzică alegi?

👉 Ideal: lasă TikTok să-ți sugereze muzica.

Când încarci video:

- mergi pe „Add sound”
- vezi ce îți sugerează la trending
- dacă e potrivită, păstrează-o
- dacă nu se potrivește, caută manual

⚠ La cont nou:

Lasă TikTok să decidă prima opțiune cât de des posibil.

Ce faci IMEDIAT după ce postezi

Aici este partea pe care puțini o aplică:

- ✓ Share imediat în Story
- ✓ Copiază link-ul video-ului
- ✓ Pune TU primul comentariu (ex: „Scrie EU dacă te regăsești”)
- ✓ Răspunde la primele comentarii rapid

Regula 10-10 după fiecare postare

După ce postezi:

- ✓ Dă 10 follow-uri
- ✓ Lasă 10 comentarii reale la alte conturi
- ✓ Intră în nișa ta și interacționează

Cum găsești oameni?

În bara de căutare scrie:

- mămici
- mamă obosită
- venit online mămici
- network marketing mămici
- marketing digital mămici

Intră pe profiluri și lasă comentarii reale, nu „frumos”.

Curățarea istoricului de vizualizări

La final de zi:

Mergi la:

Setări → Centru de activități → Istoric vizualizări → Șterge istoricul

Ideea este să cureți feed-ul și să forțezi algoritmul să se recalibreze pe noua direcție de conținut.

Creștere rapidă =

- ✓ Val de postări concentrate (5x5x5)
- ✓ Interacțiune imediată după postare
- ✓ Comunitate activă
- ✓ Răspuns la fiecare comentariu

- ✓ Comentarii strategice în nișă
- ✓ Consistență 2–3 zile intens

Ai aici un Video care te Învăță Editare în TikTok-[Clik Aici](#)