

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Ирина Смолярчук, Антикризисный центр



@anticrisiscenter

Профессиональный психоанализ и гештальт-терапия Вебинары
и запись на консультацию <https://gestalt-psy.com/intro>

ПОДПИСЧИКИ

5 791

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

14.0%

ОХВАТ/ПОСТ

755

-30 за месяц

за сутки 5.4%

рекл. охват 315/24ч

— СОДЕРЖАНИЕ · 2026

Что внутри отчёта

01 Снимок канала

12 ключевых метрик · AI-резюме

02 Контент-анализ

Топ-5 постов · худшие 3 · выводы

03 Динамика подписчиков

График за год · прирост

04 Цитируемость

Кто и как упоминает канал

05 Рекламный потенциал

Как долго пост приносит охват

06 Конкуренты

Соседи по нише · ваше место

07 Динамика упоминаний

6 месяцев · ежемесячно

08 Сравнение с нишей

Позиция в категории «Психология»

09 Стратегия

5 приоритетных действий

РАЗДЕЛ 01 · СНИМОК КАНАЛА

Ключевые показатели канала

Каждая карточка — отдельный индикатор здоровья канала. Подзаголовок под цифрой говорит, за какой период она посчитана.

👤 подписчики 5 791 —	👁️ охват поста 13.03% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 755 медиана 827 · 27 дней	📅 постов/нед. 5.6 за период
📈 тренд 7д -27.0% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 13.0 всего 285 реакц., 43 реп., 27 комм.	📄 длина поста 81 зн. медиана 77 · 27 дней	★ постов в анализе 22 27 дней
📈 рекл. охват 315 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -30 за последний месяц	📄 цитируемость 3 индекс цитирования · 17 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 5 лет 11 месяцев создан 22.10.2020

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Ирина Смолярчук, Антикризисный центр» — 5 791 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 755 человек (13% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 6 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 21–27 сентября охваты просели на -27.0% к неделе 14–20 сентября — стоит разобрать причины.

— РАЗДЕЛ 02 · КОНТЕНТ-АНАЛИЗ

Что заходит лучше всего

Топ постов по вовлечению и аутсайдеры — чтобы было видно, что повторять, а что убрать из ротации.

| ЧТО ОБЩЕГО У УСПЕШНЫХ ПОСТОВ

- 01 Анализ построен по 22 постам за 27 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (19/22 постов).
- 03 Средняя длина поста — 81 знаков (медиана 77).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.1K в среднем у топа vs 463 у худших) — среди 22 постов за 27 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

| ТОП-5 ПОСТОВ

Nº1 09.09 · 06:04 ВИДЕО https://lms.gestalt-psy.com/catalog/webinar28	ПРОСМ. 1 199 РЕП. 1 РЕАКЦ. 13 ER 20.7%
Nº2 04.09 · 15:28 ВИДЕО https://lms.gestalt-psy.com/?utm_source=site&utm_campaign=catalog	ПРОСМ. 1 094 РЕП. 3 РЕАКЦ. 15 ER 18.9%
Nº3 12.09 · 04:54 ВИДЕО Вебинар в тему https://lms.gestalt-psy.com/catalog/webinar02	ПРОСМ. 1 027 РЕП. 1 РЕАКЦ. 13 ER 17.7%

№4 09.09 · 11:25 ВИДЕО Регистрация на вебинар https://lms.gestalt-psy.com/catalog/webinar83	ПРОСМ. 1 023 РЕП. 1 РЕАКЦ. — ER 17.7%
№5 02.09 · 14:12 ВИДЕО Игроманы, алкоголики-надежные супруги? https://lms.gestalt-psy.com/catalog/webinar80	ПРОСМ. 1 001 РЕП. 4 РЕАКЦ. 32 ER 17.3%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 27.09 · 13:40 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 494 РЕП. 2 РЕАКЦ. 4 ER 8.5%
↓ 28.09 · 05:17 ТЕКСТ https://t.me/radio_sputnik/95161	ПРОСМ. 466 РЕП. 2 РЕАКЦ. 2 ER 8.0%
↓ 28.09 · 15:38 ВИДЕО #ксениягеоргиади Люди мои! Шлем вам подарки 🎁 от души!	ПРОСМ. 431 РЕП. 1 РЕАКЦ. 19 ER 7.4%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
5 900	5 791	-109

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

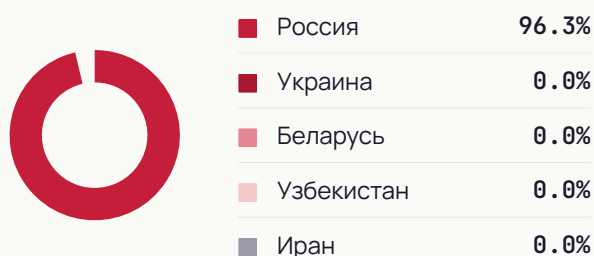
Индекс цитирования **3** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний.

Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала

на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время

канал упоминали **17** разных каналов.

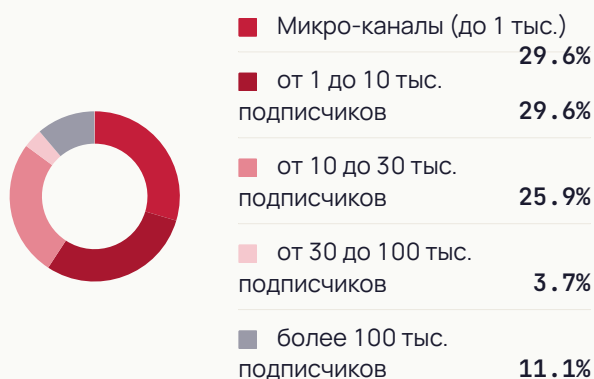
ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



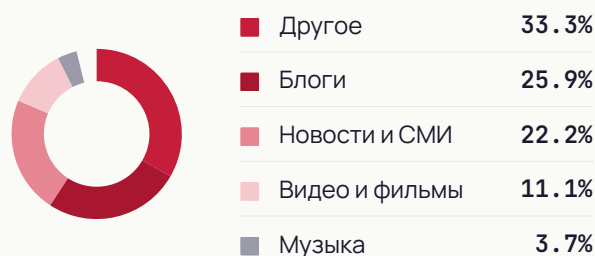
В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



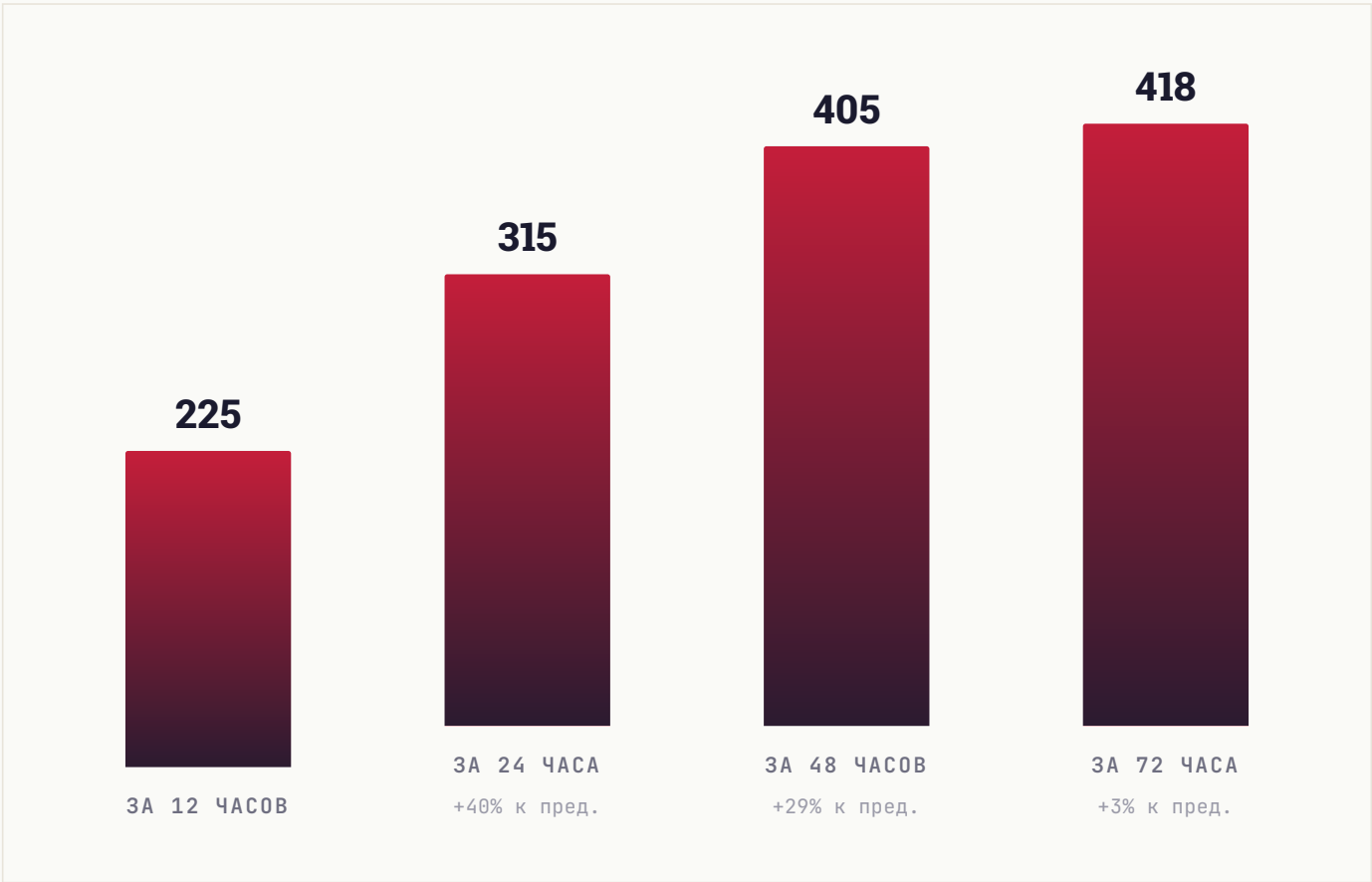
В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ



— РАЗДЕЛ 05 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



РАЗДЕЛ 06 · КОНКУРЕНТЫ

С кем вы конкурируете

11 ближайших каналов по тематике и аудитории. Подсветили ваш канал — видно, какое место он занимает среди соседей по нише.

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
ЕО ЕКАТЕРИНА ОКСЕНЮК	11.3K
Н Нутрициология Академия Екатерины Оксенюк	7.1K
ИС Ирина Смолярчук, Антикризисный центр Вы	5.8K
ДО DOCTOR-PRUDNIKOVA	5.7K
КИ Клиника Интегра	3.9K
ВН Валентина Никитина эндокринолог онколог нутрициолог	3.5K
ПК Педиатр КОВАЛЬ ОЛЬГА	2.9K
ЕЭ Еда это Я 🦋 Нутрициолог ❤️ Ольга Сидорова	2K
ДН Доктор Наталья Передня ✨	1.7K
ЕК Елена Кийкова PRO здоровье и фитнес по-женски	1.4K
ВП ВЕРА ПЕТРОВА - НУТРИЦИОЛОГ	1.3K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 3-е место из 11, в верхней трети подборки. Крупнее — 2 канала (лидер: ЕКАТЕРИНА ОКСЕНЮК, 11.3K), мельче — 8 каналов. С лидерами — платные размещения или ивенты; с остальными — взаимные размены постов на равных условиях.

— РАЗДЕЛ 07 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **1**, а канал за это время прибавил **327** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	0	0	22
Март 2026	0	0	32
Февраль 2026	0	0	75
Январь 2026	0	0	58
Декабрь 2025	0	0	18
Ноябрь 2025	1	1	122

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
1	6	327

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

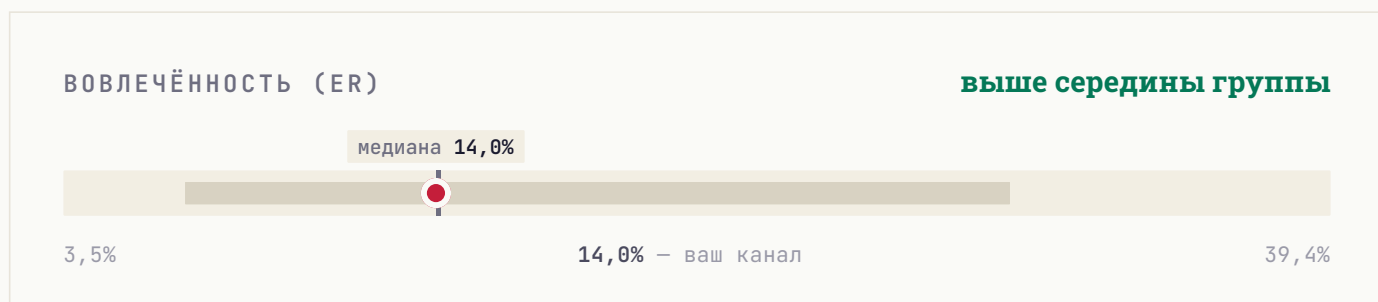
Сравниваем с каналами вашего размера: **40 каналов** категории «Психология» от 2 тыс. до 17 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#29

/40

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 29 из 40 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **вовлечённость**. Это то, на чём стоит строить рост.

— РАЗДЕЛ 09 · СТРАТЕГИЯ

Что делать прямо сейчас

5 приоритетных действий, расставленных по ожидаемому эффекту. Можно отметить как чек-лист и вернуться к этому отчёту через месяц.

01

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 09:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Системная закупка трафика

Три формата для вашего медиа: **Inhouse** (премиальные каналы), **Native** (естественные интеграции), **Premium** (целевая аудитория). PromptPress подбирает источники под нишу.

ЭФФЕКТ

**объём под
задачу**

03

Тестировать опросы и интерактивные форматы

Posts с опросами/реакциями обычно дают +5-15% к ER. Один опрос в неделю на «горячую» тему — лёгкая точка роста.

ЭФФЕКТ

+5-15% ER

04

Кросс-промо с соседними каналами

Раз в квартал обмениваться постами с каналами того же сегмента. Не нужно делать каждый день — 2-3 коллабы дают релевантный прирост.

ЭФФЕКТ

**Прирост из
релевантной
аудитории**

05

Обновить описание канала под поиск Telegram

Telegram-поиск ищет по описанию. Добавьте 3-5 ключевых слов вашей ниши — это источник органического трафика.

ЭФФЕКТ

**Источник
органического
трафика**

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал **PromptPress**?

Этот аудит мы сделали за несколько минут на основе публичных данных. Если хочется идти дальше, запустите рекламу через нас и закройте план роста за месяц.

01	Запустить рекламу в Telegram	https://panel.promptpress.com/register
----	---	---

02	Связаться с менеджером	t.me/PromptPress_manager
----	-------------------------------	---
