

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Лаборатория Карьеры



@careerlaboratory

Делаем карьерный рост ясным, решения своевременными, а поиск работы предсказуемым. Сайт → <https://clck.ru/3EZRCf>
Напишите нам, если не знаете, с чего начать → @careerlab_support_bot Реклама...

ПОДПИСЧИКИ

51 185

+133 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

11.0%

за сутки 4.1%

ОХВАТ/ПОСТ

5.4K

рекл. охват 2.1K/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 «Карьера»

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 51 185 —	👁️ ОХВАТ ПОСТА 10.54% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 5.4K медиана 5.2K · 29 дней	📅 ПОСТОВ/НЕД. 6.7 за период
📈 ТРЕНД 7Д -21.0% vs предыдущая неделя	💖 РЕАКЦ./ПОСТ 58.9 всего 1 649 реакц., 941 реп., 0 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 832 зн. медиана 1000 · 29 дней	★ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 28 29 дней
📈 РЕКЛ. ОХВАТ 2.1K среднее за 24ч	💖 ОТТОК / МЕСЯЦ +133 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 70 индекс цитирования · 198 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 4 года 6 месяцев создан 08.03.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Лаборатория Карьеры» — 51 185 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 5.4K человек (11% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 14–20 сентября охваты просели на -21.0% к неделе 7–13 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 28 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (20/28 постов).
- 03 Средняя длина поста — 832 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 12:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (9К в среднем у топа vs 3.7К у худших) — среди 28 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 22.09 · 09:31 ТЕКСТ (пост без подписи — текст)	ПРОСМ. 11 442 РЕП. 37	РЕАКЦ. 21 ER 22.4%
№2 27.08 · 09:14 ТЕКСТ Почему сильному кандидату отказывают после хорошего интервью? На связи Анна Алфимова. В первой части я разобрала, что происходит с вашим...	ПРОСМ. 8 053 РЕП. 194	РЕАКЦ. 159 ER 15.7%
№3 02.09 · 16:03 ФОТО Перекроенная логистика и многомиллиардные убытки: Wildberries показал цену незаменимости Wildberries потерял около 30% складских...	ПРОСМ. 7 616 РЕП. 10	РЕАКЦ. 78 ER 14.9%

№4 08.09 · 13:15 ФОТО

Собчак случайно сняла пособие по провалу собеседований Ксения Собчак вместе с Максимом Лутчаком устроила собеседования на позицию своего...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
7 134	71
РЕП.	ER
193	13.9%

№5 31.08 · 07:20 ТЕКСТ

Ловушка вечного студента Есть тип запроса, который мы в Лаборатории карьеры считываем с первой фразы. «Я, наверное, недостаточно готов...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
6 254	39
РЕП.	ER
34	12.2%

| СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 19.09 · 09:22 ТЕКСТ

Результаты карьерного эксперимента: с какими сложностями сталкиваются даже сильные кандидаты Мы подвели итоги нашего карьерного...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
3 951	46
РЕП.	ER
12	7.7%

↓ 20.09 · 07:35 ФОТО

Максимум практической пользы, традиционный эфир понедельника. Тут была ссылка на бесплатный эфир. Мы проводим такие каждый понедельник в...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
3 931	27
РЕП.	ER
10	7.7%

↓ 22.09 · 07:01 ТЕКСТ

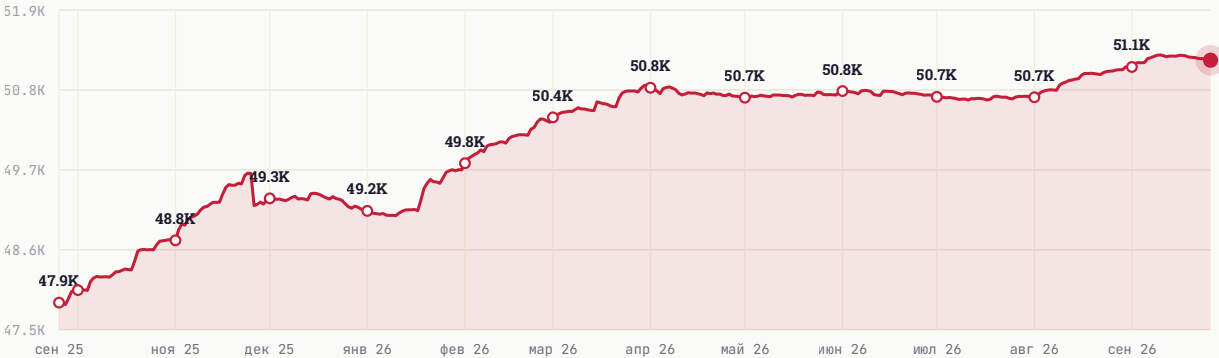
Руководители с ИИ-навыками зарабатывают на 30% больше Всё потому, что компании ищут сотрудников, которые умеют переводить возможности ИИ в...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
3 247	22
РЕП.	ER
8	6.3%

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

47 912

СЕЙЧАС

51 188

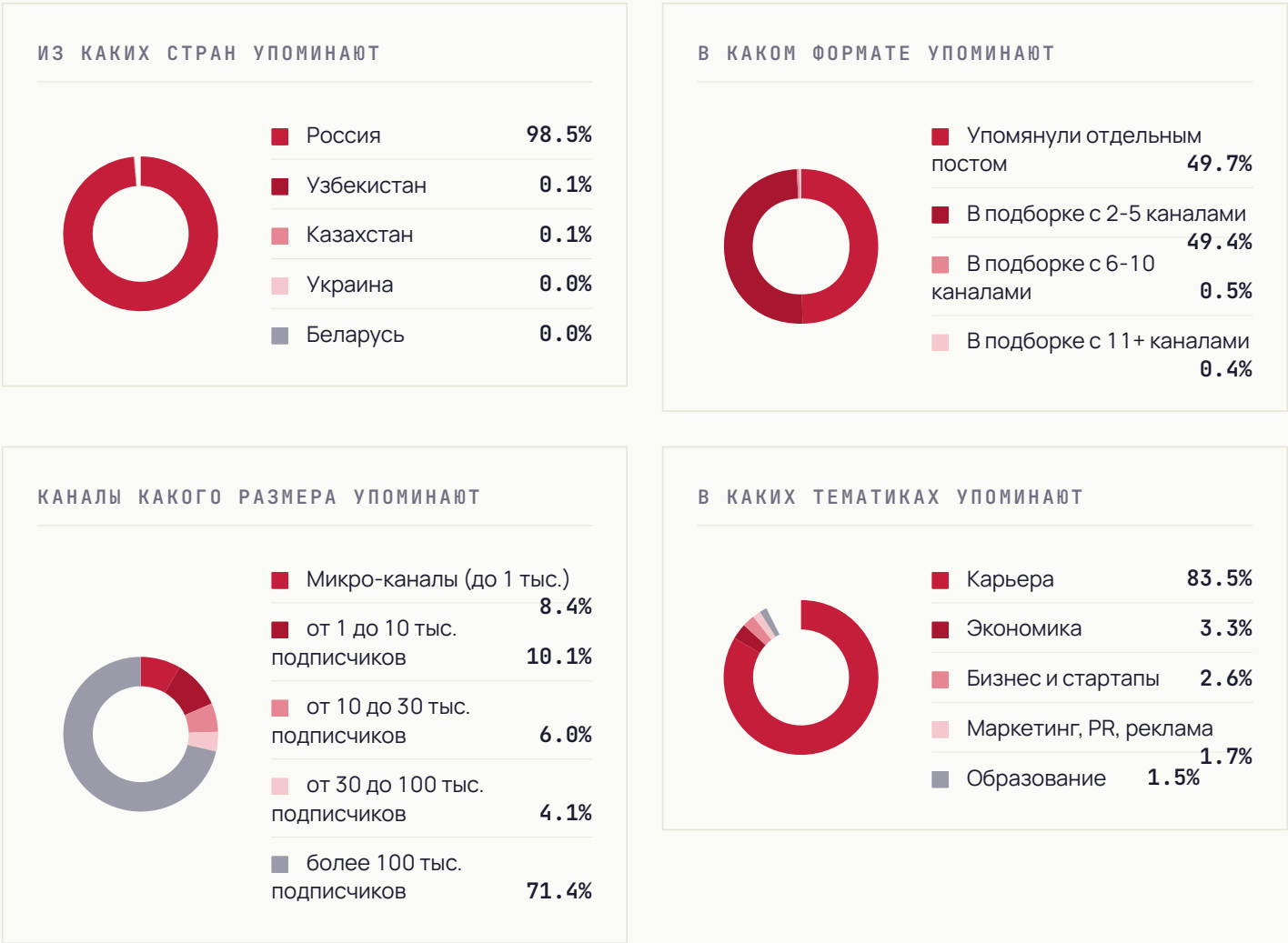
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+3 276

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

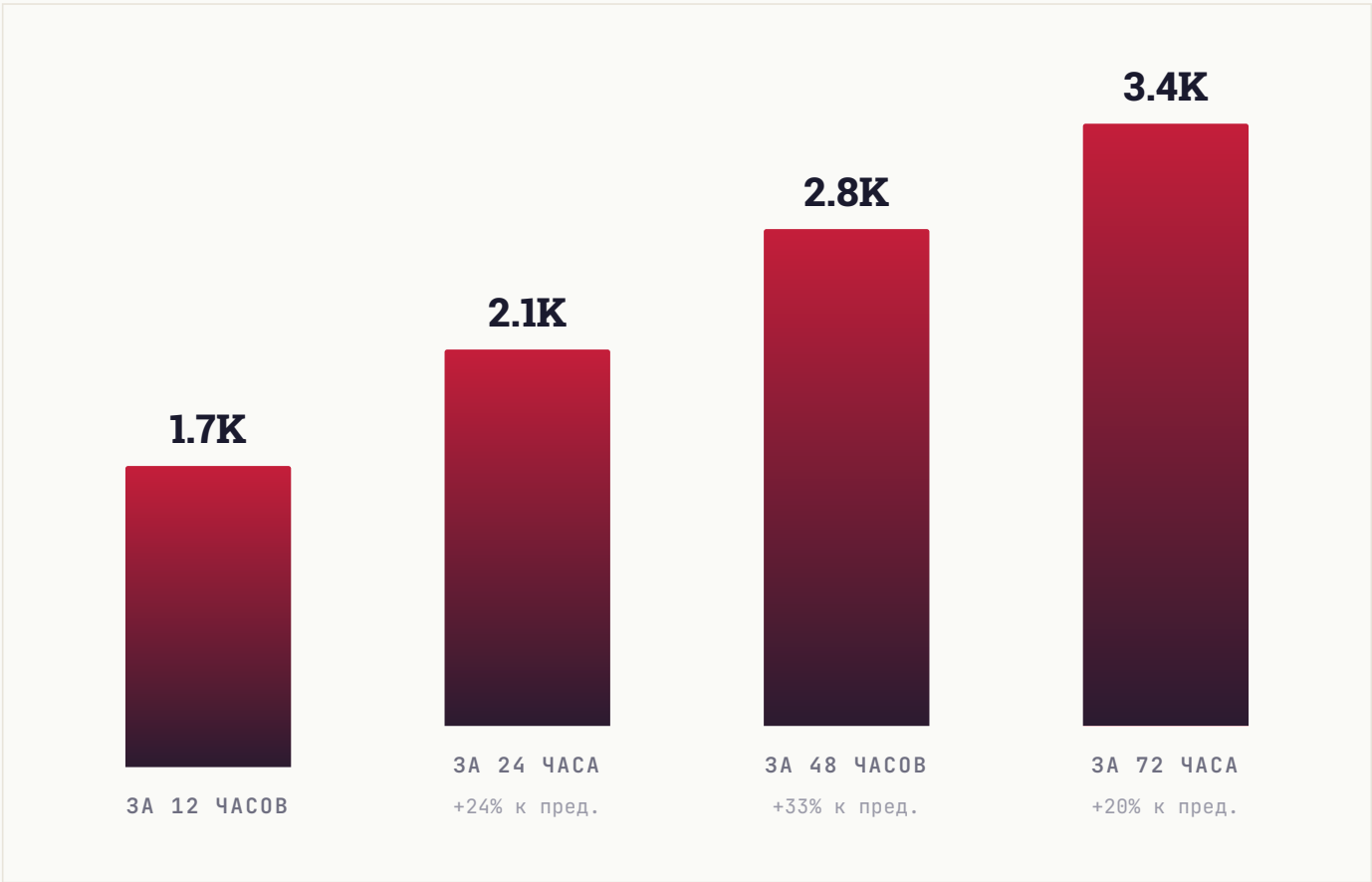
Индекс цитирования **70** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **198** разных каналов.



— 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
ЛВ Лучшие вакансии	162K
ЛК Лаборатория Карьеры ВЫ	51.2K
П🍎 Пригодится! 🍎 Библиотека для HR	22.2K
ВР В работе	15.2K
ПН Про HR и не только Наталья Володина	15.1K
ПЛ Про людей HRme с Валентиной и Аллой	13.5K
ОК Отдел кадров	11K
HR HR-архитектор	10.8K
Б/ Балицкая / TheBalitskaya	9.9K
УМ УровеньТОП📈Инны Можайской	9K
РП Рабочие переживания	7.7K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 2-е место из 11, в верхней трети подборки. Крупнее — 1 канал (лидер: Лучшие вакансии, 162K), мельче — 9 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 **112**, а канал за это время прибавил **4 110** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	26	2	632
Февраль 2026	18	2	734
Январь 2026	17	5	715
Декабрь 2025	19	4	236
Ноябрь 2025	18	3	1 047
Октябрь 2025	14	6	746

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
112	6	4 110

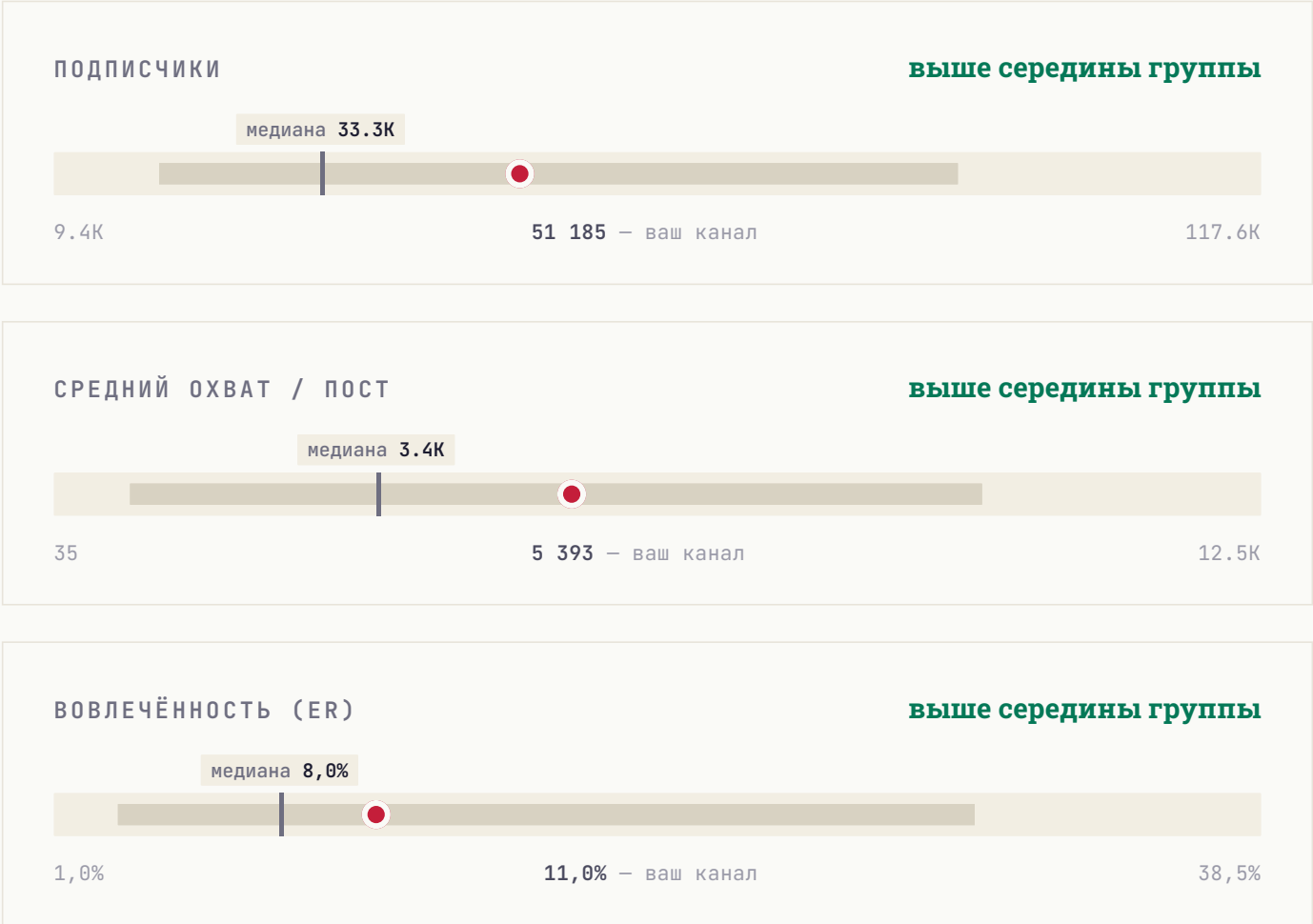
РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

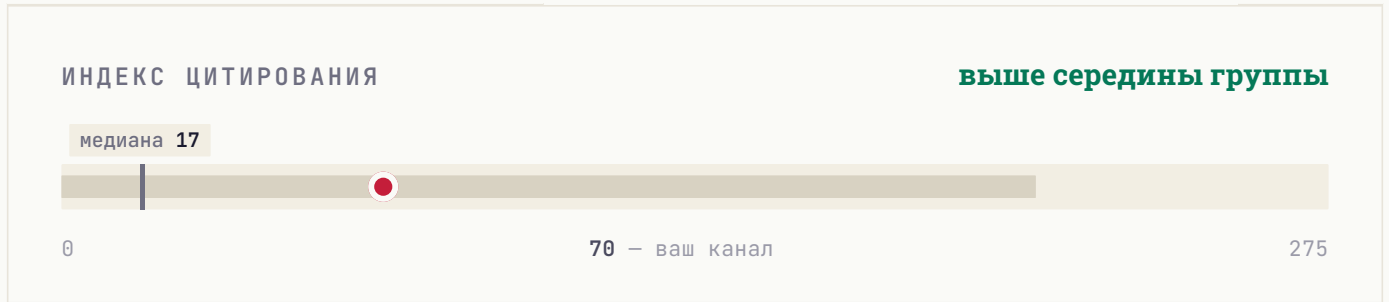
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **225 каналов** категории «Карьера» от 17 тыс. до 154 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#73 / 225

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 73 из 225 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:
подписчики, средний охват / пост, вовлечённость и индекс цитирования.

— 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 вторник

В этот день и в 12:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Увеличить долю видео-постов

Видео в Telegram удерживает аудиторию дольше и лучше воспринимается алгоритмом. Рекомендуем доводить долю до 15-25%.

ЭФФЕКТ

**Видео лучше
удерживает
аудиторию**

03

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**

04

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

05

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**

★ 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
----	-------------------------------	---
