

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Неформатная клиника



@clinic_neformat

Разрушаем стигму вокруг диагнозов и помогаем справиться с тем, что вас тревожит. Онлайн-сессии с психологом или психотерапевтом — индивидуально и в паре
Запись на сайте: <https://clck.ru/oyGPy> Через...

ПОДПИСЧИКИ

15 311

-49 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

11.0%

за сутки 4.8%

ОХВАТ/ПОСТ

1.7K

рекл. охват 736/24ч

— 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 15 311 —	👁️ ОХВАТ ПОСТА 11.39% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 1.7K медиана 1.7K · 28 дней	📅 ПОСТОВ/НЕД. 6.7 за период
📈 ТРЕНД 7Д -11.2% vs предыдущая неделя	💖 РЕАКЦ./ПОСТ 60.1 всего 1 624 реакц., 560 реп., 79 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 550 зн. медиана 544 · 28 дней	★ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 27 28 дней
📈 РЕКЛ. ОХВАТ 736 среднее за 24ч	💖 ОТТОК / МЕСЯЦ -49 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 47 индекс цитирования · 287 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 4 года 6 месяцев создан 25.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Неформатная клиника» — 15 311 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.7K человек (11% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 7 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 17–23 августа охваты просели на -11.2% к неделе 10–16 августа — 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 27 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (17/27 постов).
- 03 Средняя длина поста — 550 знаков (медиана 544).
- 04 Пик активности аудитории — суббота, 11:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.2K в среднем у топа vs 1.4K у худших) — среди 27 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 08.08 · 08:58 ТЕКСТ (пост без подписи — текст)	ПРОСМ. 2 318 РЕП. 44	РЕАКЦ. 106 ER 15.1%
№2 07.08 · 04:44 ТЕКСТ (пост без подписи — текст)	ПРОСМ. 2 254 РЕП. 51	РЕАКЦ. 97 ER 14.7%
№3 05.08 · 13:56 ФОТО Как перестать триггериться? Если аромат бабушкиных пирожков или песня, под которую ты в первый раз поцеловался, могут пробудить вполне...	ПРОСМ. 2 138 РЕП. 28	РЕАКЦ. 36 ER 14.0%

Nº4

15.08 · 03:56

ФОТО

А если сегодня обделаетесь – тоже ничего страшного! С кем не бывает 😊 Кидайте в комменты свои субботные картиночки 🙌📸 #nefor_мемы 🥰...

ПРОСМ.
2 104

РЕАКЦ.
103

РЕП.
36

ER
13.7%

Nº5

01.08 · 03:50

ФОТО

😊 На что бы потратили свои 3 (три) желания, Неформатные? 1. я так хочу, чтобы лето не кончалось 2. чтоб оно за мною мчалось 3. за мною...

ПРОСМ.
2 080

РЕАКЦ.
109

РЕП.
25

ER
13.6%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 03.08 · 15:07 ТЕКСТ Наш клинический психолог и автор книги «Самовывоз. Практики самопомощи на разные случаи жизни» Милена Вещикова написала полезную статью для...	ПРОСМ. 1 482 РЕАКЦ. 6 РЕП. 3 ER 9.7%
↓ 26.08 · 03:33 ФОТО 😊 Вы когда-нибудь задумывались, почему глобальные проблемы мы часто переносим стойко, а потом ломаемся из-за какой-то мелочи? Чтобы понять...	ПРОСМ. 1 418 РЕАКЦ. 63 РЕП. 20 ER 9.3%
↓ 24.08 · 04:07 ФОТО Это вторая часть истории нашего психолога Елизаветы Коротаевской про выгорание. Если пропустили начало, оно [вот тут] – о том, как любимая...	ПРОСМ. 1 370 РЕАКЦ. 52 РЕП. 26 ER 8.9%

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

14 332

СЕЙЧАС

15 311

ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+979

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

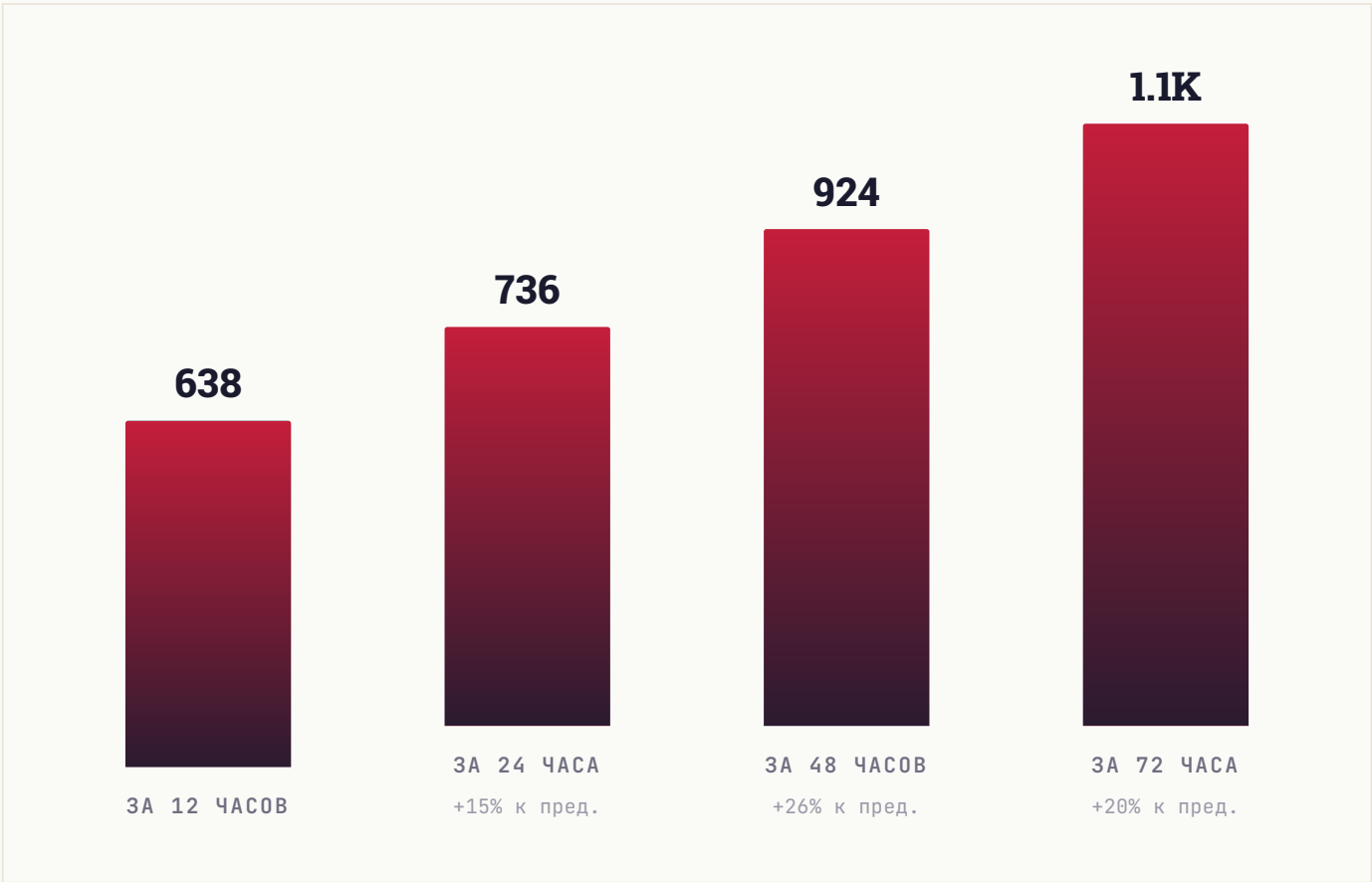
Индекс цитирования **47** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **287** разных каналов.



— 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
м- Медуза — LIVE	1.1M
до диалектический отказ	158.3K
дс Доктор Сычев	49K
чк Чистые Когниции	37.6K
до ДокПсиФест	16.8K
нк Неформатная клиника вы	15.3K
но hade of the house	14.3K
шз Школа здорового взрослого	10.5K
сс CBT CLINIC / Психотерапия / КПТ / Спб и Онлайн	10.2K
шч Школа ЧК	8.2K
пк Пьяные Кондиционеры	2.4K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (6-е место из 11). 5 каналов крупнее, 5 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны:
наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.

— 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 **71**, а канал за это время прибавил **938** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц	
Февраль 2026	12	8	368	
Январь 2026	4	3	115	
Декабрь 2025	21	18	100	
Ноябрь 2025	15	13	107	
Октябрь 2025	12	5	115	
Сентябрь 2025	7	2	133	

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
71	6	938

Где канал в своей лиге

ПОДПИСЧИКИ

ниже своей группы

медiana 110K

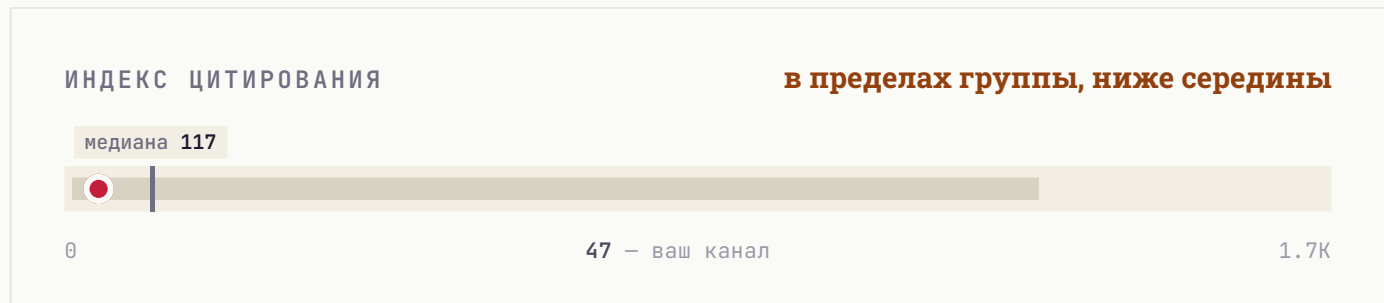
39.4K

15 311 — ваш канал

295.6K

Detailed description: A horizontal bar chart comparing the subscriber count of a specific channel to a group median. The chart has a light beige background. A dark beige bar represents the range of the group, with a vertical line indicating the median at 110K. The channel's subscriber count is shown as a red dot at 15,311, which is significantly below the median. The values 39.4K, 15 311, and 295.6K are marked along the bottom axis.

Category	Value
Group Median	110K
Channel Subscribers	15 311
Lower Bound	39.4K
Upper Bound	295.6K



По всем показателям канал пока ниже середины своей группы. Для канала на этапе роста это нормальная точка старта — быстрее всего сдвигается охват.

— 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 суббота

В этот день и в 11:00 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 — то, что мы можем сделать 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
----	-------------------------------	---
