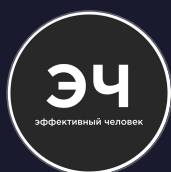


ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Эффективный человек



@effective_official

Много делать — не значит двигаться вперед ⚡👉 Купить рекламу <https://reklama.expert-book.pro/telegram> Менеджер @JaMasha 📖 Реклама внутри книги <https://expert-book.pro/pp> 🏆 Хотите книгу, которая...

ПОДПИСЧИКИ

44 117

-242 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

11.0%

за сутки **6.8%**

ОХВАТ/ПОСТ

3.9K

рекл. охват **3K/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 44 117 —	👁️ охват поста 8.91% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 3.9K медиана 4.5K · 28 дней	📅 постов/нед. 2.2 за период
❤️ реакц./пост — MTPProto only	📄 длина поста 593 зн. медиана 545 · 28 дней	☆ постов в анализе 9 28 дней	📈 рекл. охват 3K среднее за 24ч
❤️ отток / месяц -242 за последний месяц	📄 цитируемость 320 индекс цитирования · 405 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 6 лет 3 месяца создан 22.06.2020	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Эффективный человек» — 44 117 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 3.9K человек (9% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 2 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации.

— 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 9 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (8/9 постов).
- 03 Средняя длина поста — 593 знаков (медиана 545).
- 04 Пик активности аудитории — среда, 17:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (4.9К в среднем у топа vs 2.4К у худших) — среди 9 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

| ТОП-5 ПОСТОВ

№1 26.08 · 14:25 ФОТО Не машины, а мы сами порой бываем главным препятствием Часто мы жалуемся на недостаток времени или ресурсов, но редко задумываемся, что...	ПРОСМ. 5 034 РЕП. 3	РЕАКЦ. — ER 11.4%
№2 09.09 · 14:25 ФОТО Прыжок к вершинам Порой технологический прогресс вызывает изумление и спорные вопросы одновременно. Китайская компания Unitree представила...	ПРОСМ. 4 785 РЕП. 3	РЕАКЦ. — ER 10.8%
№3 24.08 · 12:54 ФОТО Есть люди, которые умеют экономить деньги. А есть те, кто незаметно начинает экономить жизнь. Тимофей Павлович способен пройти через...	ПРОСМ. 4 746 РЕП. 12	РЕАКЦ. — ER 10.8%

№4 04.09 · 07:28 ФОТО Можно вернуться в прошлое. Нельзя вернуться невиновным Антон получает возможность увидеть жизнь, в которой он не бросил дочь и сдержал...	ПРОСМ. 4 654 РЕП. 3	РЕАКЦ. — ER 10.5%
№5 16.09 · 14:25 ФОТО Токсичная мода на отмены Нынче в тренде отменять всех и вся по первой же прихоти. Кто-то не так посмотрел, не то сказал — сразу в опалу...	ПРОСМ. 4 475 РЕП. 4	РЕАКЦ. — ER 10.1%

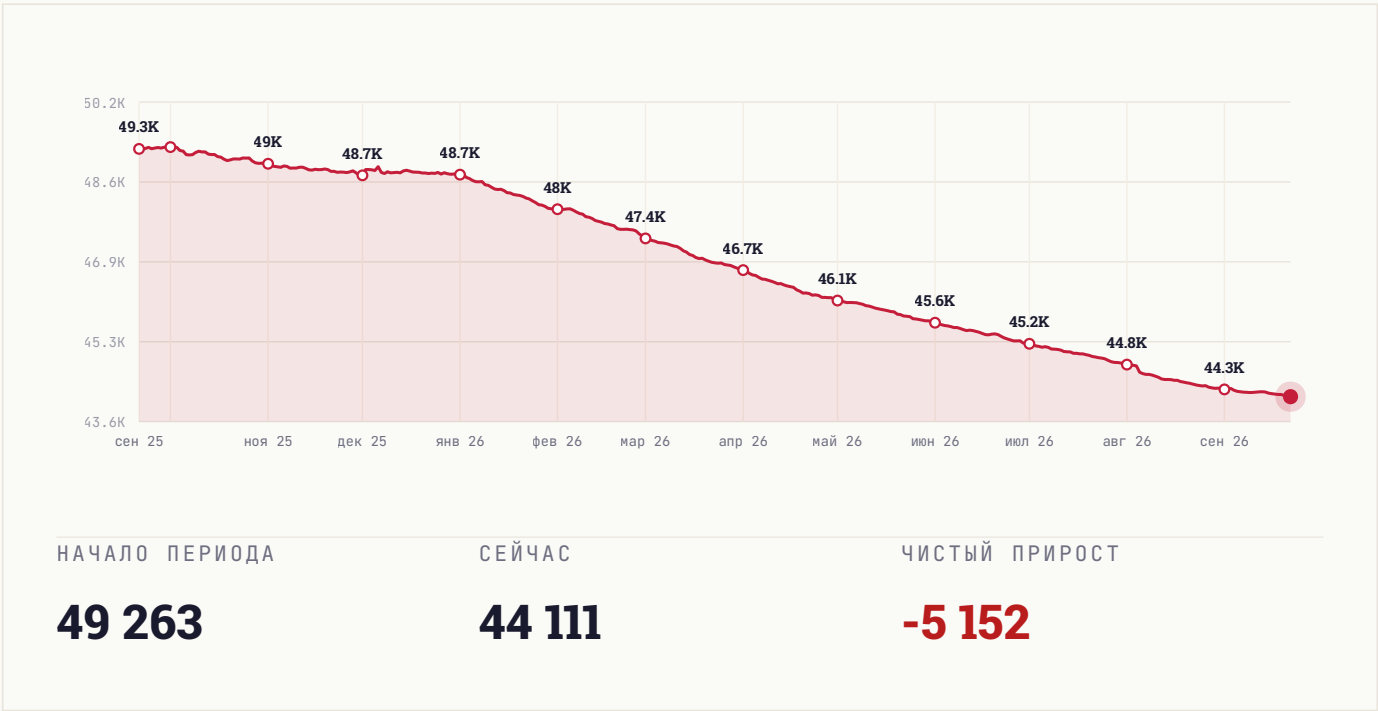
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 15.09 · 09:34 ФОТО Книга по договору и вопрос авторства Когда заказываешь книгу, чтобы усилить личный бренд, легко упустить юридические детали. В статье...	ПРОСМ. 4 192 РЕП. 1	РЕАКЦ. — ER 9.5%
↓ 22.09 · 10:49 ФОТО 🔥 Большинство читает книги неправильно. Поэтому толку от них — почти ноль. Можно проглотить сотню книг, забить заметки цитатами и всё...	ПРОСМ. 1 634 РЕП. 1	РЕАКЦ. — ER 3.7%
↓ 22.09 · 11:49 ФОТО Искусственный интеллект врывается в творчество Пока одни спорят, может ли нейросеть творить искусство, сервисы уже вводят метки...	ПРОСМ. 1 523 РЕП. 2	РЕАКЦ. — ER 3.5%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

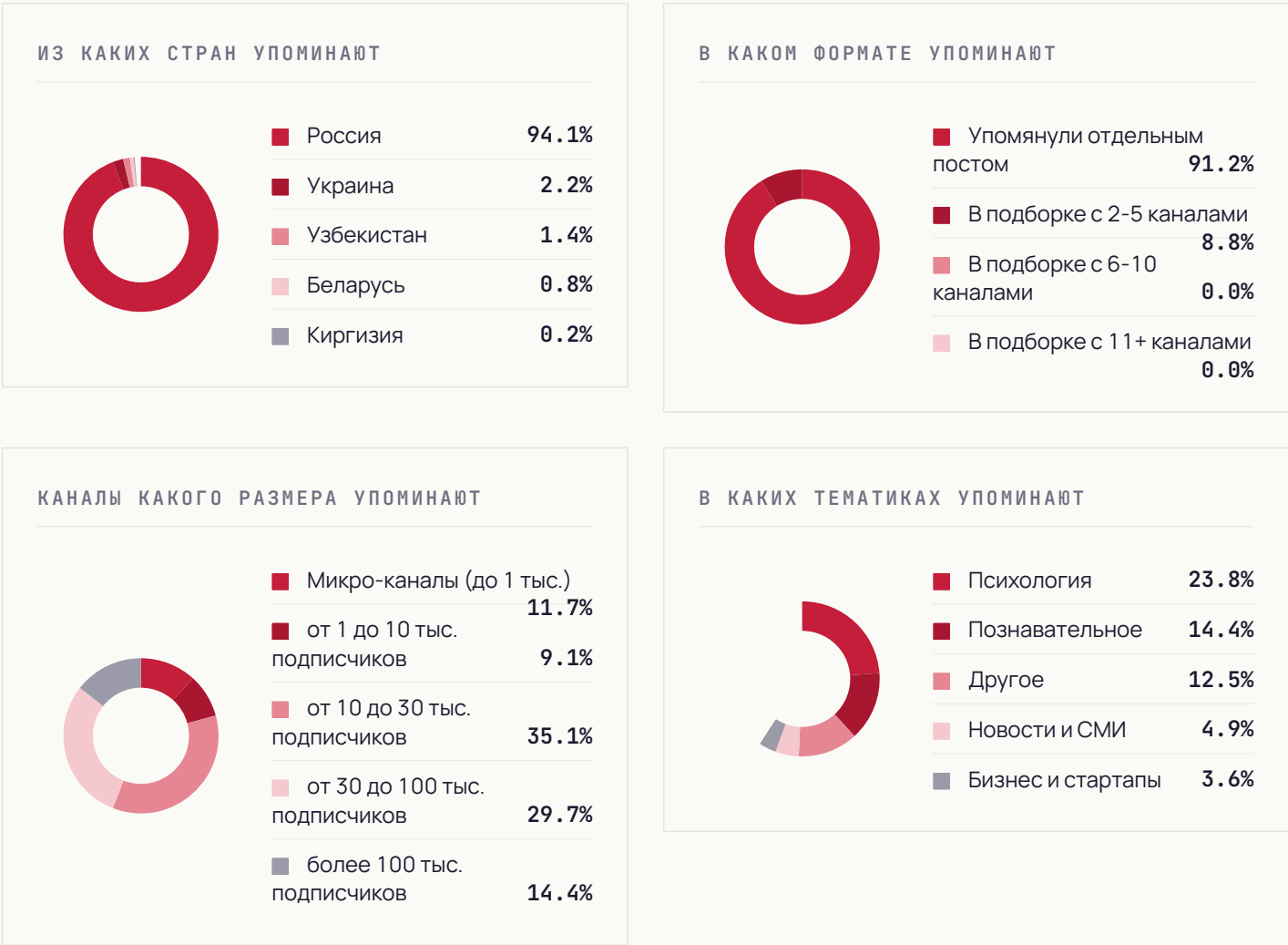
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

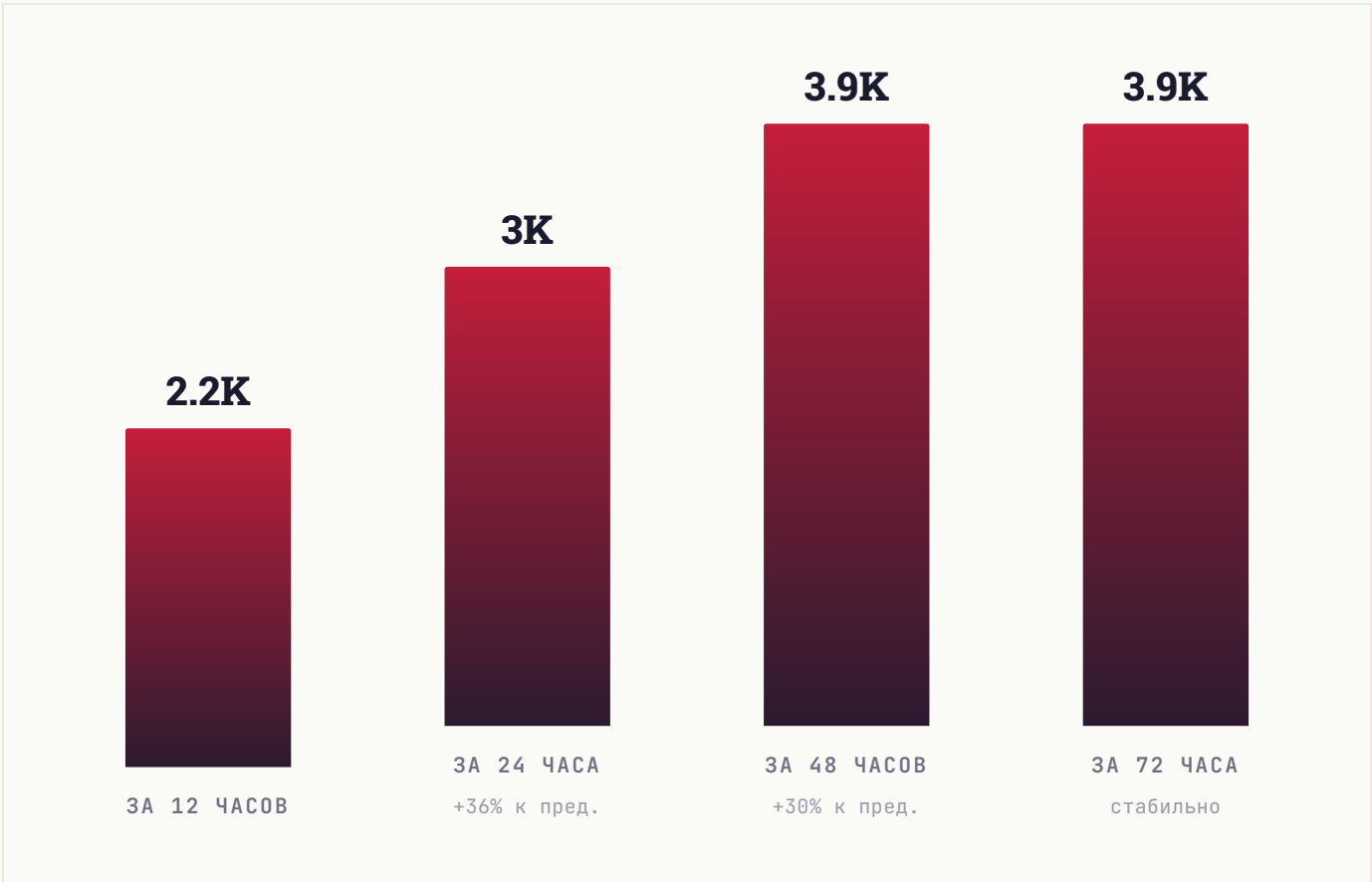
Индекс цитирования **320** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **405** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
SS Soft Skill Навыки	126.2K
PI PROFI Курсы гайды	94.4K
CH Стартап на завтрак	76.7K
DG DELO говорим	68.6K
PS Психология саморазвитие	50.3K
ЭЧ Эффективный человек ВЫ	44.1K
ЧМ Чек-листы марафоны	43K
МД Медитация для начинающих	18.1K
ТЗ Три Запятые	17.8K
SE so expensive! Перевод с богатого	17.7K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (6-е место из 10). 5 каналов крупнее, 4 — 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 **0**, а канал за это время прибавил **707** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	14
Февраль 2026	0	0	13
Январь 2026	0	0	19
Декабрь 2025	0	0	382
Ноябрь 2025	0	0	119
Октябрь 2025	0	0	160

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
0	6	707

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

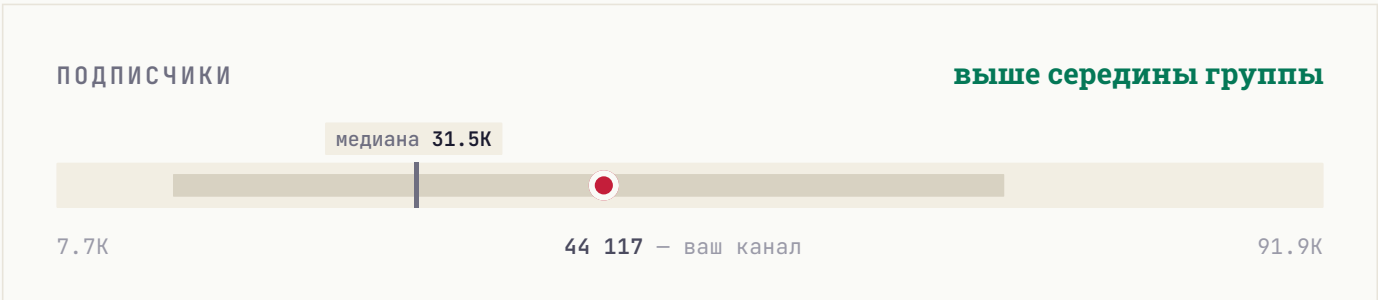
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **26 каналов** категории «Психология» от 15 тыс. до 132 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#8 / 26

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 8 из 26 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:
подписчики 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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 2.2 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в среда

В этот день и в 17:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

03

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**

04

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 8.91% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+0.1пп ER

05

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**

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