

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Эмпатия - доказательная психиатрия и психология



@empathycenter_ru

Клиника доказательной психиатрии. Пишем о ментальных расстройствах, лекарствах, о наших врачах. Приём очно и онлайн. Записаться: 88007750712 (бесплатно по РФ) или @Empathy_Center Чат с врачами...

ПОДПИСЧИКИ

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

ОХВАТ/ПОСТ

3 445

+15 за месяц

22.0%

за сутки 6.6%

721

рекл. охват 227/24ч

— 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 Сравнение с нишей

Позиция в категории «Психология»

07 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 3 445 —	👁️ охват поста 20.93% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 721 медиана 767 · 29 дней	📅 постов/нед. 2.4 за период
💖 реакц./пост 17.9 всего 179 реакц., 62 реп., 3 комм.	📄 длина поста 828 зн. медиана 1000 · 29 дней	★ постов в анализе 10 29 дней	📈 рекл. охват 227 среднее за 24ч
💖 отток / месяц +15 за последний месяц	📄 цитируемость 22 индекс цитирования · 114 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 7 лет 18 дней создан 27.09.2019	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Эмпатия - доказательная психиатрия и психология» — 3 445 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 721 человек (21% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. 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 10 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (6/10 постов).
- 03 Средняя длина поста — 828 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 19:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (910 в среднем у топа vs 595 у худших) — среди 10 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 15.09 · 16:08 ТЕКСТ «Эмпатия» - за этичную реабилитацию Когда человек обращается за помощью при зависимости, особенно важно, чтобы эта помощь была не только...	ПРОСМ. 956 РЕП. 2	РЕАКЦ. 24 ER 27.8%
№2 21.09 · 16:11 ТЕКСТ Психотерапия идет, цена стоит на месте! Дорогие друзья, по вашим многочисленным просьбам мы решили распространить акцию с фиксацией цены и...	ПРОСМ. 895 РЕП. 4	РЕАКЦ. 14 ER 26.0%
№3 18.09 · 16:05 ВИДЕО Почему возникает игровая зависимость? В этом видео вместе с аддиктологом «Эмпатии» Ириной Доценко разбираем, как стресс и другие триггеры...	ПРОСМ. 881 РЕП. 6	РЕАКЦ. 23 ER 25.6%

№4 24.09 · 16:10 ТЕКСТ Я работаю и улыбаюсь... Значит, моя «менталка» в порядке? Вы ходите на работу, отвечаете на сообщения, встречаетесь с друзьями и даже...	ПРОСМ. 865 РЕП. 2	РЕАКЦ. 19 ER 25.1%
№5 27.09 · 15:54 ВИДЕО Когда отпустит тревога? Неделя, месяц или дольше? Универсального срока нет. Многое зависит от того, появилась ли тревога как реакция на...	ПРОСМ. 775 РЕП. 7	РЕАКЦ. 19 ER 22.5%

|

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 05.10 · 16:05 ВИДЕО «Соберись, ты же мужчина»: почему этот миф может быть опасен Депрессия у мужчин не всегда выглядит как грусть, слезы и очевидная...	ПРОСМ. 609 РЕП. 8	РЕАКЦ. 16 ER 17.7%
↓ 07.10 · 16:10 ТЕКСТ «Просто соберись». А если на работе это не помогает? На работе некоторые трудности легко принять за лень или неорганизованность. Человек...	ПРОСМ. 591 РЕП. 4	РЕАКЦ. 10 ER 17.2%
↓ 10.10 · 13:17 ТЕКСТ А меня вообще слышат? Иногда человеку с ментальным расстройством приходится очень много объяснять. Что он не ленится - ему действительно...	ПРОСМ. 585 РЕП. 6	РЕАКЦ. 21 ER 17.0%

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.

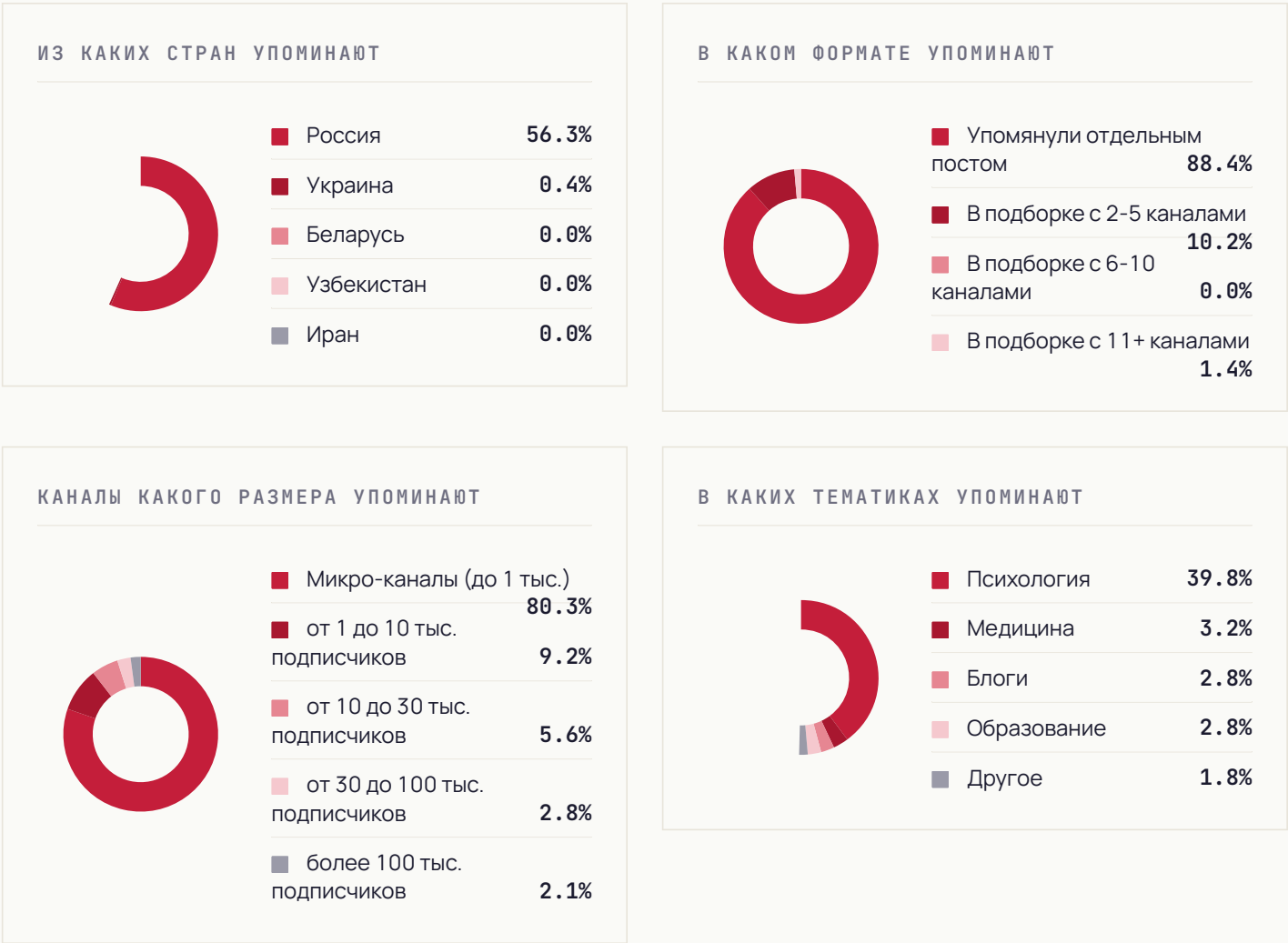


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
2 964	3 445	+481

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

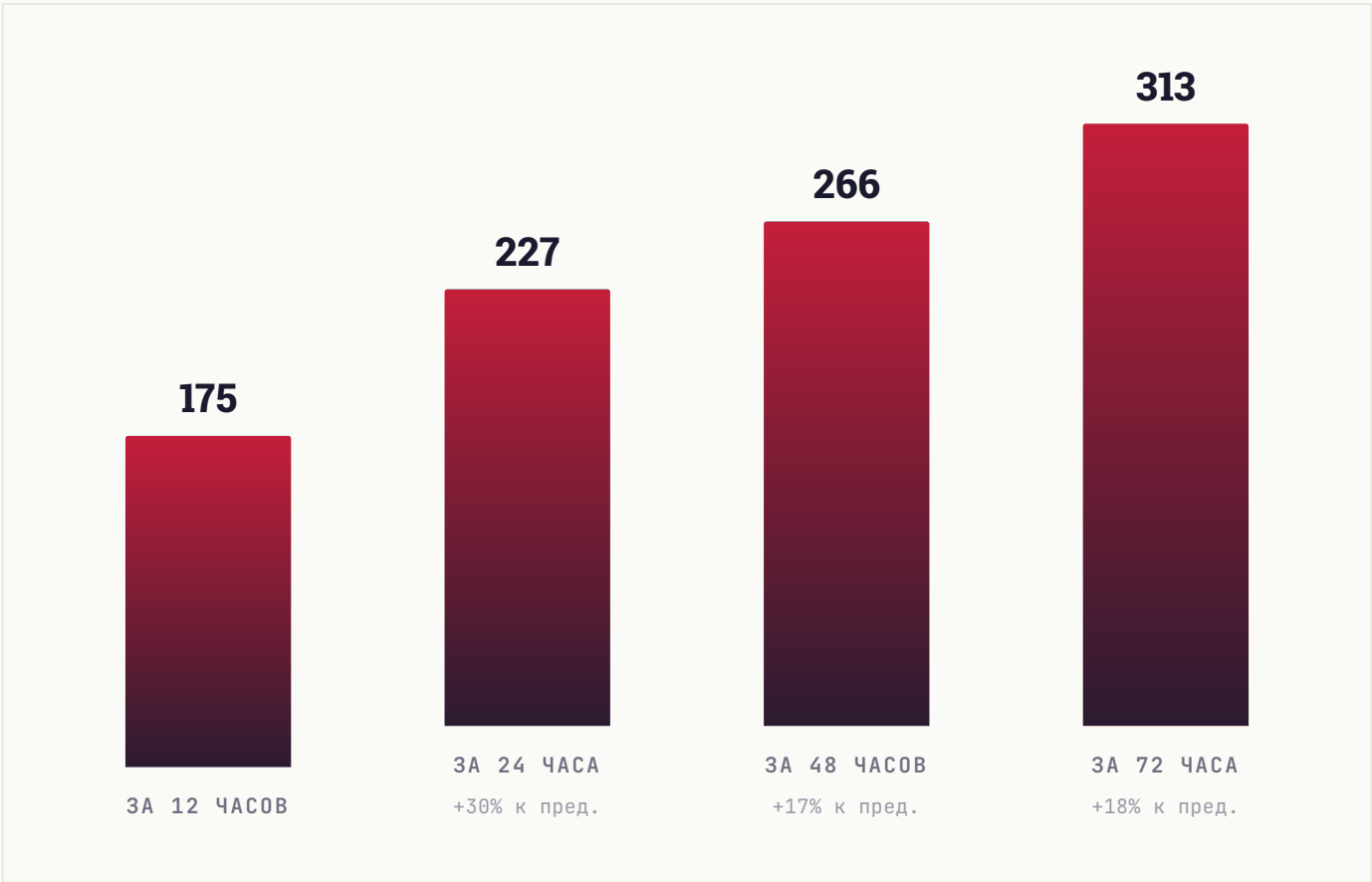
Индекс цитирования **22** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **114** разных каналов.



— РАЗДЕЛ 05 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

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



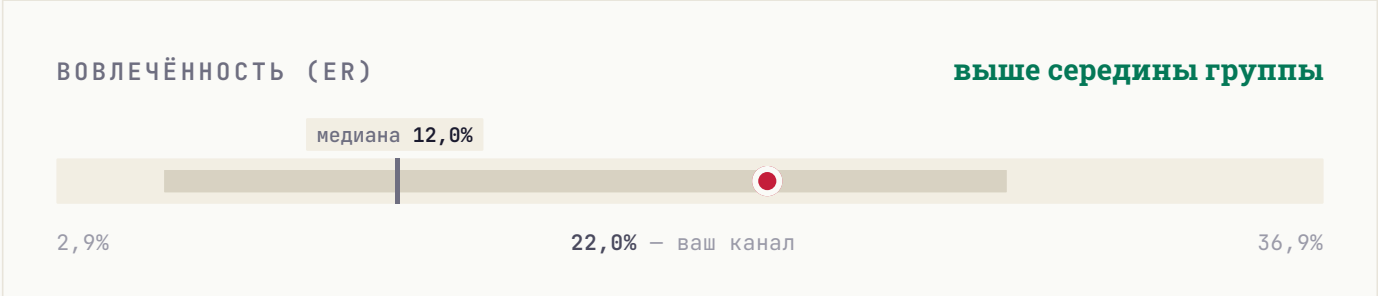
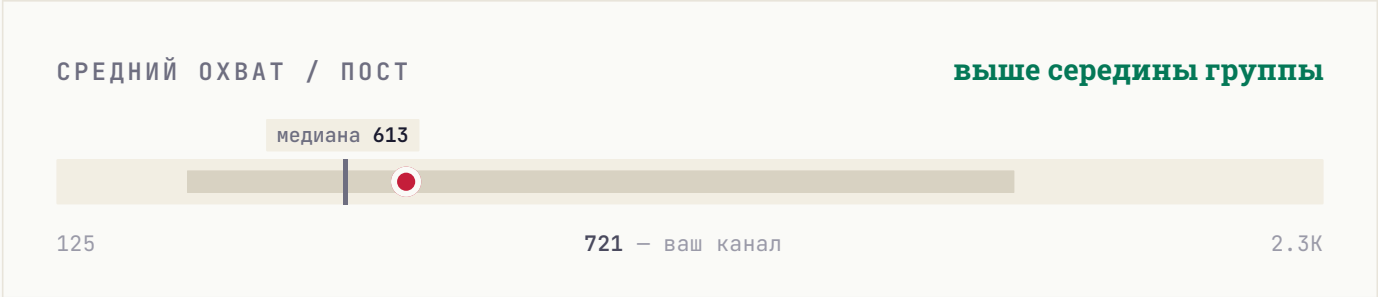
РАЗДЕЛ 06 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **29 каналов** категории «Психология» от 1 тыс. до 10 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#28/29

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 28 из 29 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:

средний охват / пост, вовлечённость и индекс цитирования.

— РАЗДЕЛ 07 · 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 2.4 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в вторник

В этот день и в 19:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

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
----	-------------------------------	---
