ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Карьера с Ариной Гороховской



@gorohovskaya_arina

Полезные материалы для тех, кто достиг успеха в карьере и хочет долго оставаться востребованным в профессии. Пишите мне с любыми вопросами о карьере @agorohovskaya Рекламу не размещаю, не тратьте...

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
5 543	19.0%	968
+363 за месяц	за сутки 6.6%	рекл. охват 368/24ч

— 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 **5 543** —	ОХВАТ ПОСТА **17.46%** ср. % подписчиков видят один пост	ПРОСМОТРЫ/ПОСТ **968** медиана 980 · 26 дней	ПОСТОВ/НЕД. **3.2** за период
ТРЕНД 7Д **-4.9%** vs предыдущая неделя	РЕАКЦ./ПОСТ **33.0** всего 396 реакц., 84 реп., 44 комм.	ДЛИНА ПОСТА **878 зн.** медиана 998 · 26 дней	ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ **12** 26 дней
РЕКЛ. ОХВАТ **368** среднее за 24ч	ОТТОК / МЕСЯЦ **+363** за последний месяц	ЦИТИРУЕМОСТЬ **24** индекс цитирования · 94 каналов упомянули за всё время	ВОЗРАСТ КАНАЛА **4 года 7 месяцев** создан 25.02.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Карьера с Ариной Гороховской» — 5 543 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 968 человек (17% от подписчиков), это средний охват — есть куда расти. Публикует 3 постов в неделю (~0 в день) — редкие публикации. За неделю 5–11 октября охваты стабильны (-4.9% к неделе 28 сентября – 4 октября).

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 **12** постам за 26 дней.

02 Доминирующий формат — **Текст** (9/12 постов).

03 Средняя длина поста — **878** знаков (медиана 998).

04 Пик активности аудитории — **воскресенье**, 17:00 MSK.

05 Самые сильные посты собирают **в 1 раз** больше просмотров, чем самые слабые (1.2K в среднем у топа vs 829 у худших) — среди 12 постов за 26 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 27.09 · 14:05 ТЕКСТ

Посмотрела вчера интервью Оксаны Самойловой у Собчак (не спрашивайте! 🙈) и на полном серьезе несу вам в клюве секреты успешного...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 215	72	16	21.9%

№2 24.09 · 14:51 ТЕКСТ

Раньше вам звонили хедхантеры, коллеги, бывшие руководители... Предлагали встретиться, переманивали, рекомендовали вас... Иногда вы и...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 176	43	12	21.2%

№3 18.09 · 04:58 ТЕКСТ

Помните, я писала про Лизу, которая через две недели после начала обучения на нашем курсе «Управляемый консалтинг» заключила договор на 1,4...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
1 167	40	2	21.1%

№4 21.09 · 13:59 ФОТО

Если меня попросят посоветовать только один фильм про лидерство, я назову «Дублёры» (2000). На мой вкус, это самый о***нный фильм про...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
1 090	19
РЕП.	**ER**
23	19.7%

№5 30.09 · 05:51 ТЕКСТ

Три поучительные истории, которые взорвут вам мозг, но научат удерживать и повышать управленческие ставки: • Топ-менеджеры с 👍...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
1 076	20
РЕП.	**ER**
8	19.4%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 01.10 · 15:19 ТЕКСТ

❗❗❗Присоединяйтесь к обсуждению ваших карьер в 19.00 по ссылке 🔗

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
886	—
РЕП.	**ER**
—	16.0%

↓ 04.10 · 15:37 ТЕКСТ

На первой встрече знакомлюсь с Ульяной, и обсуждаем возможное сотрудничество: — У вас прекрасное резюме. Что сейчас происходит с вашей...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
884	39
РЕП.	**ER**
4	15.9%

↓ 11.10 · 15:52 ФОТО

Выставляем кадр и готовимся к рабочей неделе вместе с карьерным консультантом ИИшная картинка 👆сделана на основе реального скрина...

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
718	44
РЕП.	**ER**
3	13.0%

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
4 298	5 543	+1 245

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

Индекс цитирования **24** — 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 **94** разных каналов.

ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



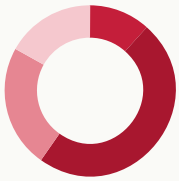
Россия	96.2%
Украина	0.0%
Беларусь	0.0%
Узбекистан	0.0%
Иран	0.0%

В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



Упомянули отдельным постом	83.6%
В подборке с 2-5 каналами	15.2%
В подборке с 6-10 каналами	1.2%
В подборке с 11+ каналами	0.0%

КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



Микро-каналы (до 1 тыс.)	11.7%
от 1 до 10 тыс. подписчиков	48.0%
от 10 до 30 тыс. подписчиков	23.4%
от 30 до 100 тыс. подписчиков	17.0%
более 100 тыс. подписчиков	0.0%

В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ

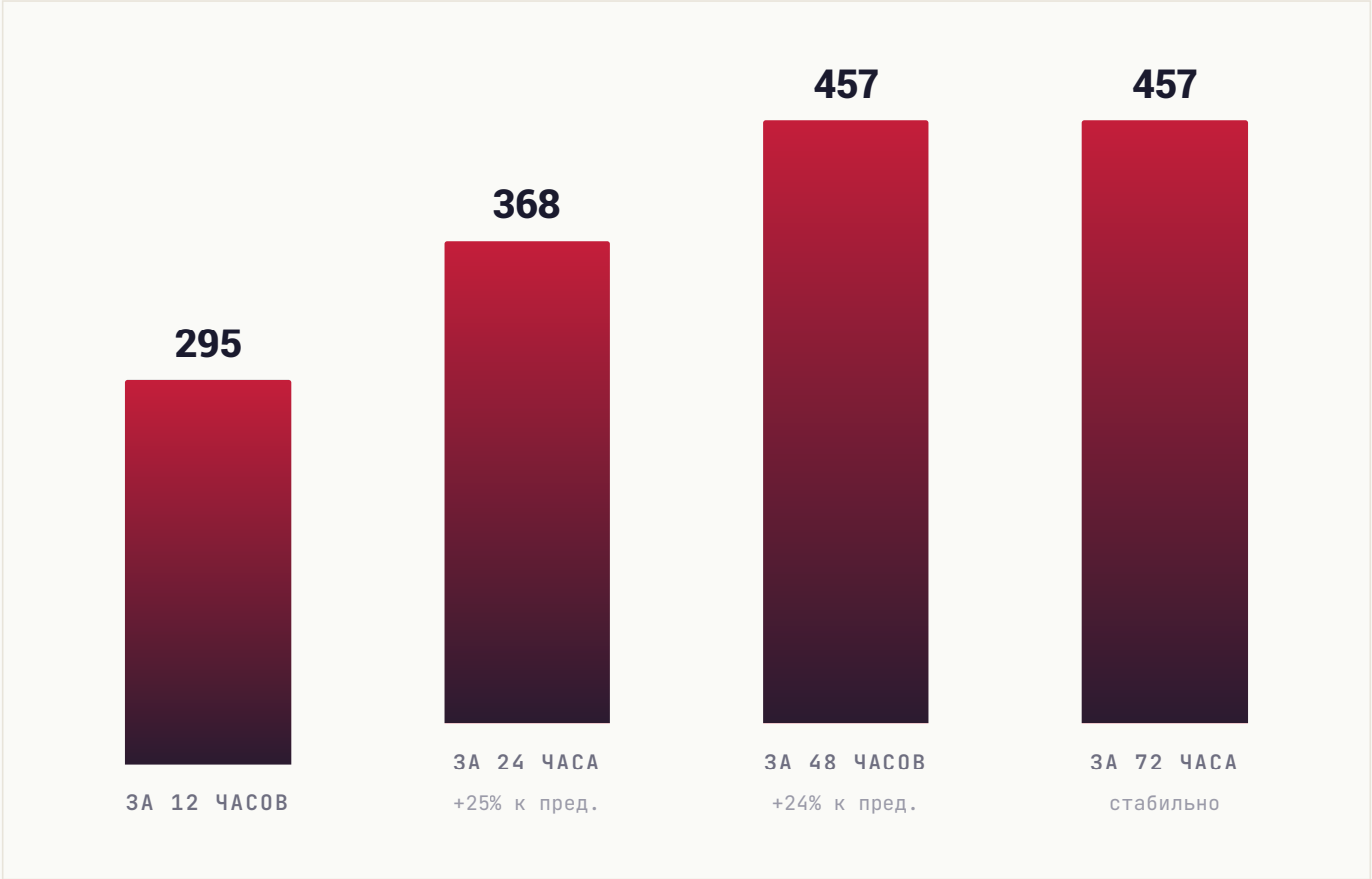


Бизнес и стартапы	35.7%
Карьера	24.0%
Экономика	7.9%
Блоги	6.4%
Другое	5.8%

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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
УМ **УровеньТОП🔝Инны Можайской**	9K
ДВ **Диджитал в HR**	7.2K
СП **Сидоркина про организационный дизайн**	6.4K
НВ **HR-интеграция by Иванова**	5.8K
✨А **✨Хрисанфова Анастасия ✨Управленческие технологии нового времени**	5.7K
КС **Карьера с Ариной Гороховской** ВЫ	5.5K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней трети подборки (6-е место из 6). Крупнее — 5 каналов (лидер: **УровеньТОП🔝Инны Можайской**, 9K); это ориентиры для роста, к ним заходим через платные размещения или партнёрские проекты. Меньше вас в подборке нет — все остальные крупнее.

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 **32**, а канал за это время прибавил **1 093** подписчиков из всех источников.

ПЕРИОД	УПОМИНАНИЙ	КАНАЛОВ	ПРИРОСТ ЗА МЕСЯЦ
Апрель 2026	1	1	**92**
Март 2026	7	6	**133**
Февраль 2026	5	4	**100**
Январь 2026	15	11	**368**
Декабрь 2025	2	2	**171**
Ноябрь 2025	2	2	**229**

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
32	**6**	**1 093**

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **280 каналов** категории «**Карьера**» от 2 тыс. до 17 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

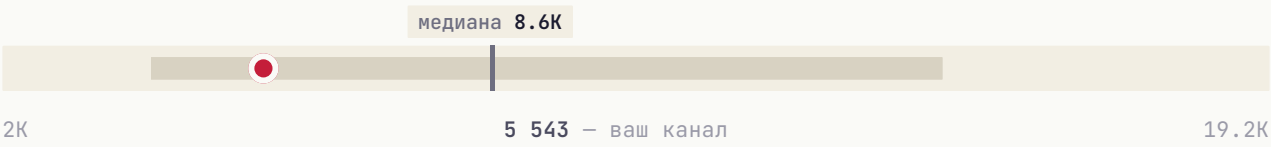
#213 /280

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 213 из 280 каналов сопоставимого размера

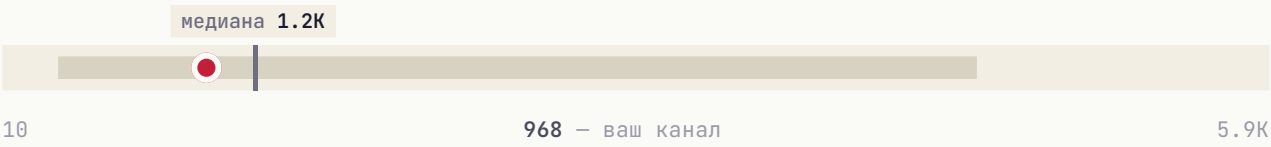
ПОДПИСЧИКИ

в пределах группы, ниже середины



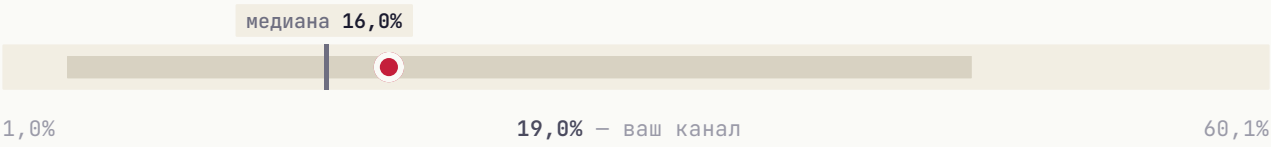
СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

в пределах группы, ниже середины



ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER)

выше середины группы





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям: **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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 3.2 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

Регулярность важнее объёма

02

Главный пост недели — в воскресенье

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

Системная закупка трафика

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

ЭФФЕКТ

объём под задачу

05

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

★ ЧТО ДАЛЬШЕ

Хотите, чтобы это сделал PromtPress?

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.promtpress.com/register
02	**Связаться с менеджером**	t.me/PromtPress_manager

© 2026 · HELLO@PROMTPRESS.COM