

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Косоруков | Подкаст



@kosorukovpodcast

Отношения Мужчин и Женщин Связь с автором и персональные консультации: @AleksandrKosorukov Почта: kosorukov.tv@yandex.ru Доступ в закрытый клуб: <https://t.me/kosorukovpodcast/105> ИНН: 632146714723

ПОДПИСЧИКИ

15 802

+1825 за месяц

ERR (% ВИДЯТ
ПОСТЫ)

44.0%

за сутки 18.4%

ОХВАТ/ПОСТ

6.9K

рекл. охват 2.9K/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 15 802 —	👁️ охват подписчиков 43.35% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 6.9K медиана 6.9K · 6 дней	📅 постов/нед. 5.1 за период
📈 тренд 7д — нет данных за период	💖 реакц./пост 63.2 всего 316 реакц., 302 реп., 0 комм.	📄 длина поста 245 зн. медиана 92 · 6 дней	★ постов в анализе 5 6 дней
📈 рекл. охват 2.9K среднее за 24ч	💖 отток / месяц +1825 за последний месяц	📄 цитируемость 32 индекс цитирования · 93 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 6 месяцев создан 30.01.2022

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Косоруков | Подкаст» — 15 802 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 6.9K человек (43% от подписчиков), это широкий охват для канала такого размера. Публикует 5 постов в неделю (~1 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 5 постам за 6 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (3/5 постов).
- 03 Средняя длина поста — 245 знаков (медиана 92).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 17:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (8.1K в среднем у топа vs 5.7K у худших) — среди 5 постов за 6 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 09.08 · 14:04 ТЕКСТ 🔗 Одно действие, которое влияет на все аспекты личной жизни мужчины! ⬇️⬇️⬇️ ЗАКРЫТЫЙ КАНАЛ	ПРОСМ. 9 717 РЕП. 87	РЕАКЦ. 64 ER 61.5%
№2 11.08 · 16:40 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 7 537 РЕП. 8	РЕАКЦ. 44 ER 47.7%
№3 13.08 · 14:14 ВИДЕО Так выглядит ЗАКРЫТЫЙ КАНАЛ изнутри. Два ключевых плюса: 1. Система курсов и подкастов, по которой ты постепенно получишь необходимые...	ПРОСМ. 6 923 РЕП. 9	РЕАКЦ. 44 ER 43.8%

№4 15.08 · 10:46 ТЕКСТ 🔗 Одно упражнение. 5 минут в день. Результат сильно удивит! ⬇️⬇️⬇️ ЗАКРЫТЫЙ КАНАЛ	ПРОСМ. 5 627 РЕП. 186	РЕАКЦ. 82 ER 35.6%
---	---	--

№5 16.08 · 10:23 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 4 450 РЕП. 12	РЕАКЦ. 82 ER 28.2%
--	--	--

ХУДШИЕ 3

↓ 13.08 · 14:14 ВИДЕО Так выглядит ЗАКРЫТЫЙ КАНАЛ изнутри. Два ключевых плюса: 1. Система курсов и подкастов, по которой ты постепенно получишь необходимые...	ПРОСМ. 6 923 РЕП. 9	РЕАКЦ. 44 ER 43.8%
↓ 15.08 · 10:46 ТЕКСТ 🔗 Одно упражнение. 5 минут в день. Результат сильно удивит! ⬇️⬇️⬇️ ЗАКРЫТЫЙ КАНАЛ	ПРОСМ. 5 627 РЕП. 186	РЕАКЦ. 82 ER 35.6%
↓ 16.08 · 10:23 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 4 450 РЕП. 12	РЕАКЦ. 82 ER 28.2%

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

1 624

СЕЙЧАС

15 796

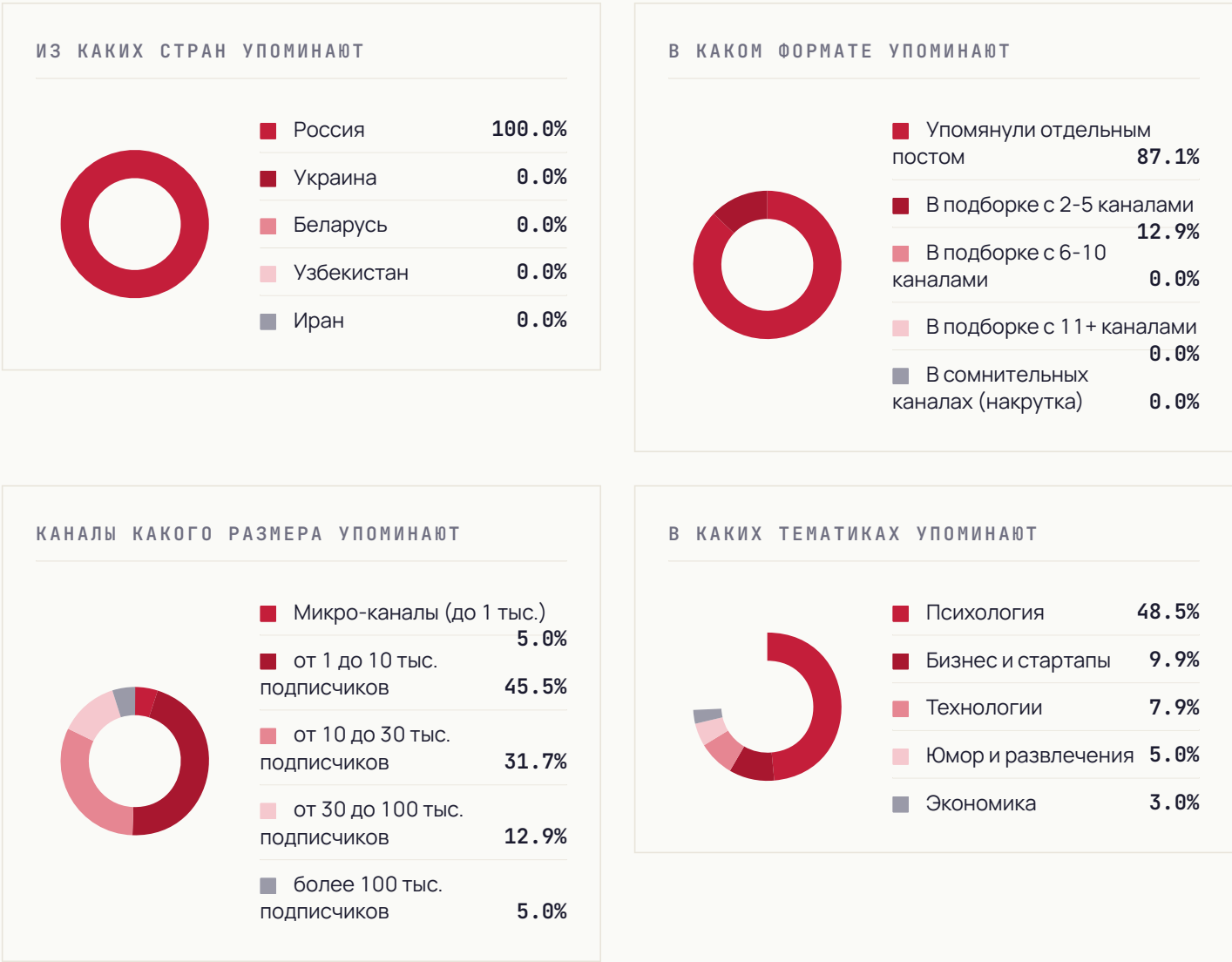
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

+14 172

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

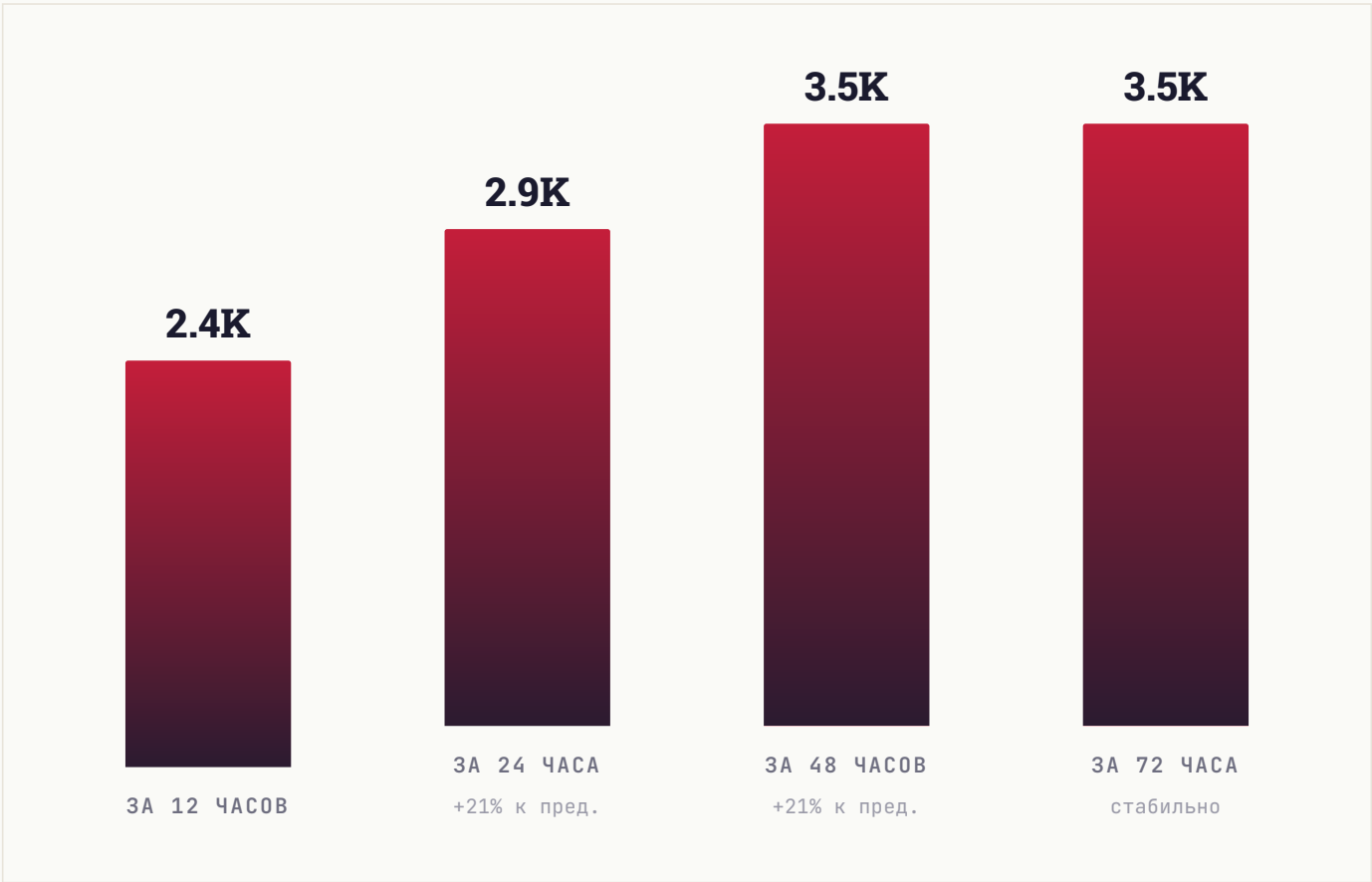
Индекс цитирования **32** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **93** разных каналов.



— 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
п• Психология • Долмс	673.8K
вс Вероника Степанова	474K
ке Кристина Егiazарова Исходный Код	365.4K
мс Мария Самарина про Путь	265.4K
ск Седа Каспарова	256.5K
тн Точка наслаждения Блог Сексолога 🍓	253.1K
жх Женские хитрости	224.2K
пж Психолог Жора	217.2K
по Психология отношений	208.5K
со Сатья. Официальный канал	199K
к Косоруков Подкаст вы	15.8K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-98 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — Психология • Долмс (673.8K), медиана топ-98: 95.6K. Первая цель — войти в топ-98 через системную работу с трафиком и контентом.

— 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 **39**, они привели **687** новых подписчиков.

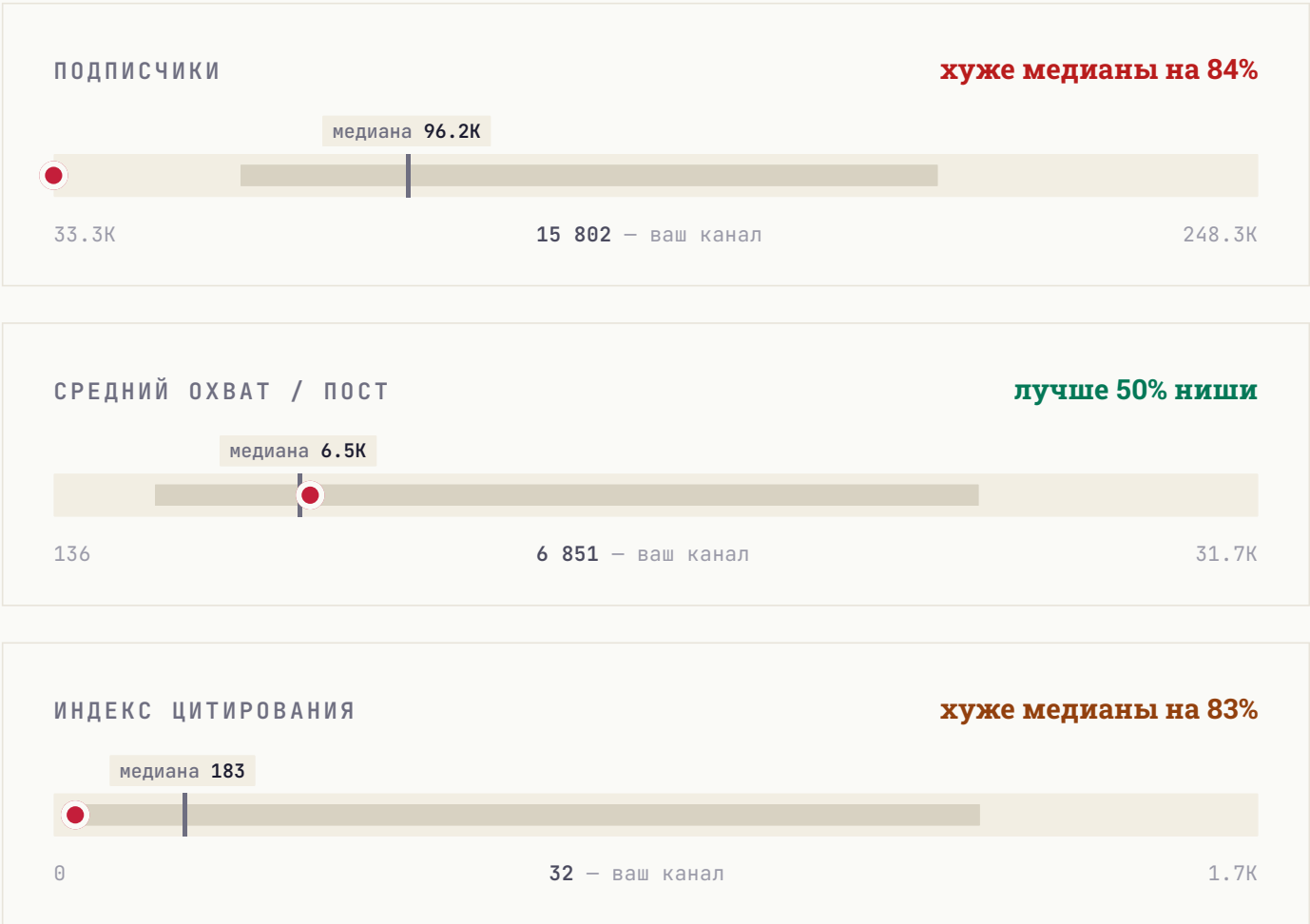
период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Февраль 2026	0	0	17
Январь 2026	39	38	408
Декабрь 2025	0	0	246
Ноябрь 2025	0	0	5
Октябрь 2025	0	0	1
Сентябрь 2025	0	0	10

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
39	6	687

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Взяли топ-100 каналов категории «Психология» (Россия) и посмотрели, как канал выглядит на их фоне. Серая полоса — диапазон, в который попадают 80% каналов ниши (от p10 до p90). Чёрная вертикаль — медиана. Красная точка — ваш канал.



— 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 воскресенье

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

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

Системная закупка трафика

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

ЭФФЕКТ

**+1000-3000
подп.**

03

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

04

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**

05

Обновить описание канала под поиск Telegram

Telegram-поиск ищет по описанию. Добавьте 3-5 ключевых слов вашей ниши — это источник органического трафика.

ЭФФЕКТ

**Источник
органического
о трафика**

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