

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Мария Довнар



@mariyadovnar_channel

Коуч, создатель Академии продвижения

@academy_moscoach_kanal Автор книги «Дикие клиенты»

5000+ учеников в теме продвижения

ПОДПИСЧИКИ

10 265

-71 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

8.0%

за сутки **3.7%**

ОХВАТ/ПОСТ

848

рекл. охват **379/24ч**

— 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 «Маркетинг, PR, реклама»

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 10 265 —	👁️ охват поста 8.26% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 848 медиана 809 · 26 дней	📅 постов/нед. 4.9 за период
📈 тренд 7д -33.7% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 30.1 всего 571 реакц., 91 реп., 130 комм.	📄 длина поста 690 зн. медиана 894 · 26 дней	★ постов в анализе 19 26 дней
📈 рекл. охват 379 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -71 за последний месяц	📄 цитируемость 3 индекс цитирования · 55 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 8 лет 6 месяцев создан 14.03.2018

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Мария Довнар» — 10 265 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 848 человек (8% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 5 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 28 сентября – 4 октября охваты просели на -33.7% к неделе 21–27 сентября — 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 19 постам за 26 дней.
- 02 Доминирующий формат — Видео (9/19 постов).
- 03 Средняя длина поста — 690 знаков (медиана 894).
- 04 Пик активности аудитории — понедельник, 19:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (1.3K в среднем у топа vs 560 у худших) — среди 19 постов за 26 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

| ТОП-5 ПОСТОВ

№1 21.09 · 16:48 ВИДЕО ЗАМЕТИЛА НОВЫЙ ТРЕНД У ПСИХОЛОГОВ Сейчас много общаюсь с психологами на созвонах в группу. И всё чаще вижу не новичков, а сильных...	ПРОСМ. 1 353 РЕП. 4	РЕАКЦ. 59 ER 13.2%
№2 18.09 · 07:13 ФОТО Я еще не успела рассказать вам про второй поток Группы роста, а набор уже идет 😊 19 октября мы стартуем. И я планировала сначала...	ПРОСМ. 1 262 РЕП. 4	РЕАКЦ. 13 ER 12.3%
№3 25.09 · 13:22 ТЕКСТ Я отказалась от услуг коуча. Я достаточно долгое время работала с коучем и платила по 20–25 тысяч рублей за сессию. И благодаря работе с...	ПРОСМ. 1 208 РЕП. 15	РЕАКЦ. 124 ER 11.8%

№412.09 · 11:47 **ВИДЕО**
(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.
1 170
РЕП.
2
РЕАКЦ.
8
ER
11.4%

№512.09 · 11:47 **ВИДЕО**
(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.
1 162
РЕП.
2
РЕАКЦ.
18
ER
11.3%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 29.09 · 12:43 **ВИДЕО**
(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.
633
РЕП.
1
РЕАКЦ.
9
ER
6.2%

↓ 07.10 · 14:36 **ВИДЕО**
(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.
547
РЕП.
2
РЕАКЦ.
27
ER
5.3%

↓ 07.10 · 14:34 **ВИДЕО**
(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.
500
РЕП.
3
РЕАКЦ.
23
ER
4.9%

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.

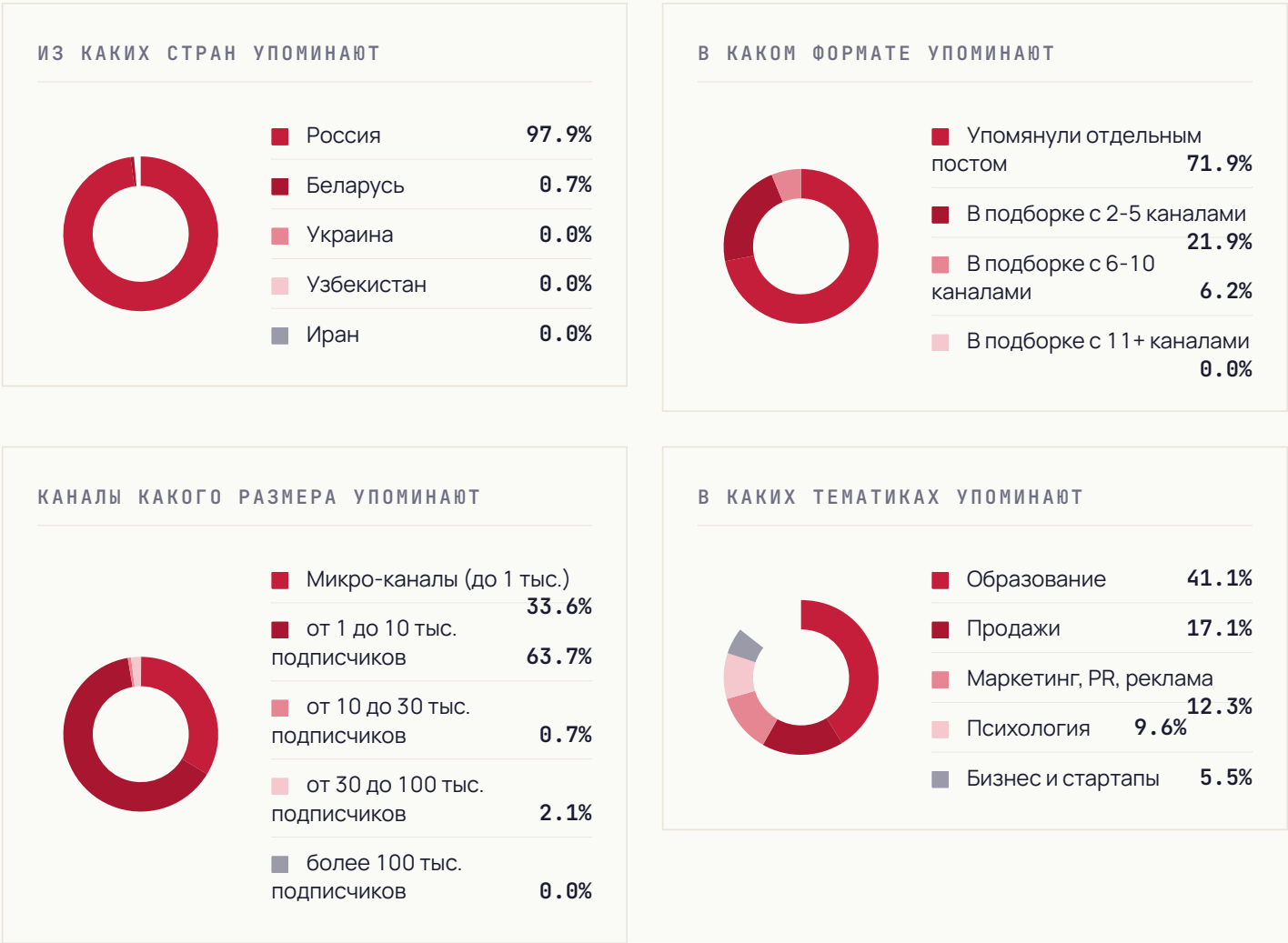


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
9 070	10 265	+1 195

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

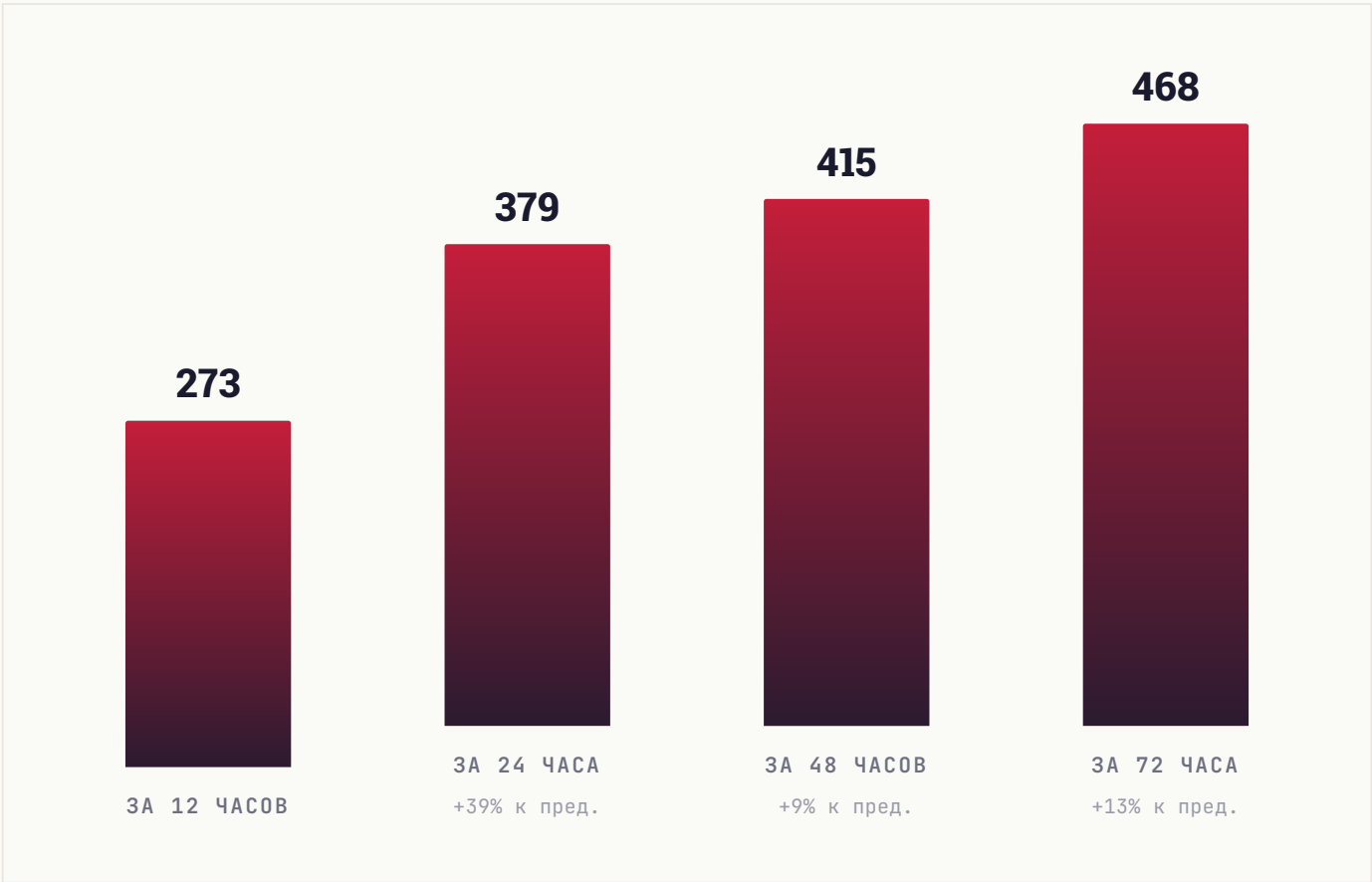
Индекс цитирования **3** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **55** разных каналов.



— 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
юм Юра Мурадян	38.9K
мф Маша Фокина. Искусство быть собой	13K
дк ДЕЛАЙ КАК КОУЧ	10.9K
мд Мария Довнар вы	10.3K
ап Александра Прицкер коучинг и менторинг	8.5K
бк Большой коучинг с Домброван	8K
фп ФЕДЕРАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОУЧЕЙ И НАСТАВНИКОВ	7.5K
ми Мастера игры	5.8K
ко Козлова о важном	5.3K
ап Академия Продвижения	2.3K
кр Коуч РСС Дунина Алина	2.1K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (4-е место из 11). 3 канала крупнее, 7 — 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 **5**, а канал за это время прибавил **1 706** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Апрель 2026	0	0	180
Март 2026	0	0	233
Февраль 2026	4	3	113
Январь 2026	0	0	822
Декабрь 2025	1	1	340
Ноябрь 2025	0	0	18

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
5	6	1 706

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

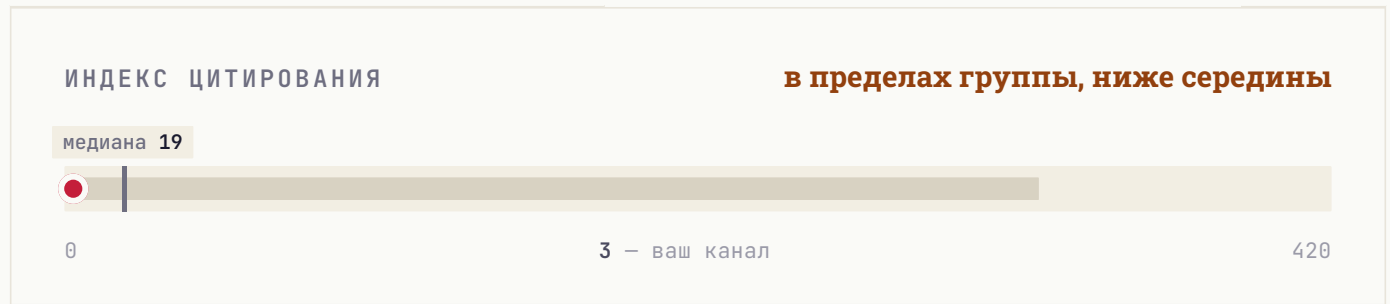
Сравниваем с каналами вашего размера: **210 каналов** категории «Маркетинг, PR, реклама» от 3 тыс. до 31 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#108 / 210

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 108 из 210 каналов сопоставимого размера





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

Увеличить частоту публикаций

Сейчас 4.9 постов/нед. У активных каналов норма 7-10. Регулярность — главный фактор удержания аудитории.

ЭФФЕКТ

**Регулярность
важнее
объёма**

02

Главный пост недели — в понедельник

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