

— ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Я не договорила | Nataly.Otvvet



@natalyotvet

Про тело, психотипы, психоанализ; трансперсональную терапию. Не люблю, когда душно 🧐 Регистрация в РКН: <https://click.ru/3H>

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
15 327	5.0%	512
18.09.2026 ⁻¹⁶⁵ за месяц	за сутки ^{1.8%}	рекл. охват ²⁶⁹ /24ч
HTTPS://PROMTPRESS.COM/AUDIT/NATALYOTVET		

— 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 15 327 —	📈 ОХВАТ ПОСТА 3.34% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ ПРОСМОТРЫ/ПОСТ 512 медиана 521 · 13 дней	📅 ПОСТОВ/НЕД. 7.7 за период
💖 РЕАКЦ./ПОСТ 13.8 всего 207 реакц., 29 реп., 60 комм.	📄 ДЛИНА ПОСТА 522 зн. медиана 618 · 13 дней	⭐ ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ 15 13 дней	📈 РЕКЛ. ОХВАТ 269 среднее за 24ч
💖 ОТТОК / МЕСЯЦ -165 за последний месяц	📄 ЦИТИРУЕМОСТЬ 34 индекс цитирования · 76 каналов упомянули за всё время	📅 ВОЗРАСТ КАНАЛА 5 лет 10 месяцев создан 29.10.2020	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Я не договорила 🗨️ | Nataly.Otvet» — 15 327 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 512 человек (3% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 8 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим.

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 15 постам за 13 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (7/15 постов).
- 03 Средняя длина поста — 522 знаков (медиана 618).
- 04 Пик активности аудитории — пятница, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (702 в среднем у топа vs 457 у худших) — среди 15 постов за 13 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 04.09 · 06:14 ВИДЕО Встречаемся в Москве на презентации книги «Эмоции нового времени» снова🧡 У меня есть ощущение, что следующий эволюционный вызов человека...	ПРОСМ. 1 004 РЕП. 5	РЕАКЦ. 32 ER 6.6%
№2 13.09 · 06:35 ФОТО Мы слишком часто пытаемся найти одну окончательную версию себя. Как будто где-то внутри есть настоящая я, которую просто нужно однажды...	ПРОСМ. 557 РЕП. 2	РЕАКЦ. 27 ER 3.6%
№3 11.09 · 15:14 ВИДЕО (пост без подписи — видео)	ПРОСМ. 547 РЕП. 4	РЕАКЦ. 9 ER 3.6%

№4

11.09 · 15:15

ВИДЕО

(пост без подписи — видео)

ПРОСМ.

540

РЕАКЦ.

9

РЕП.

3

ER

3.5%

№5

14.09 · 07:54

ФОТО

(пост без подписи — фото)

ПРОСМ.

538

РЕАКЦ.

4

РЕП.

1

ER

3.5%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓

12.09 · 15:25

ФОТО

Тест, который недавно был у нас на встрече в доме книги — переложила его на отношения с телом. Какой номер у вас? Давайте 150❤️ соберем...

ПРОСМ.

481

РЕАКЦ.

75

РЕП.

—

ER

3.1%

↓

15.09 · 15:32

ФОТО

Полетели в Лилу: <https://clck.ru/3VnHFK> 🤖 Встречаемся в 20:00

ПРОСМ.

449

РЕАКЦ.

5

РЕП.

1

ER

2.9%

↓

15.09 · 09:35

ВИДЕО

Готовимся к игре с вами сегодня в 20:00 🤖💕

ПРОСМ.

442

РЕАКЦ.

9

РЕП.

3

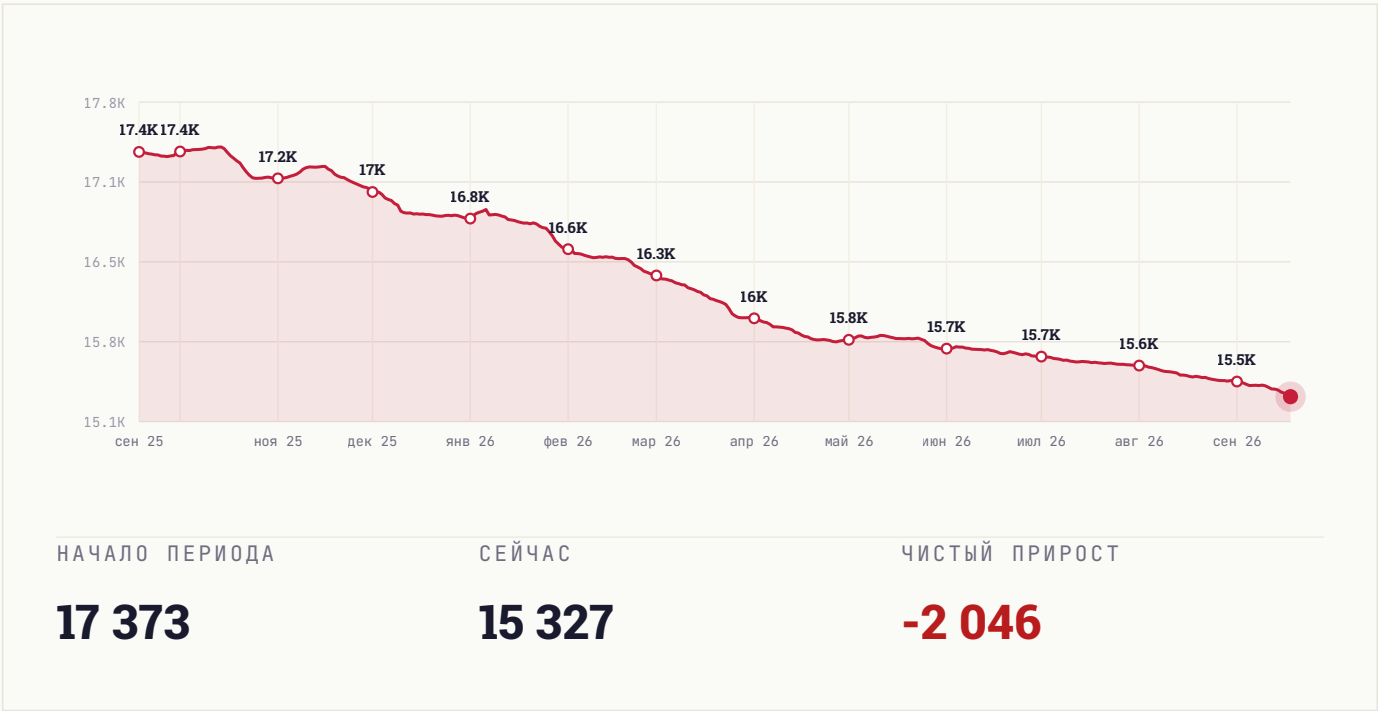
ER

2.9%

РАЗДЕЛ 03 · ДИНАМИКА ПОДПИСЧИКОВ

Как канал рос за год

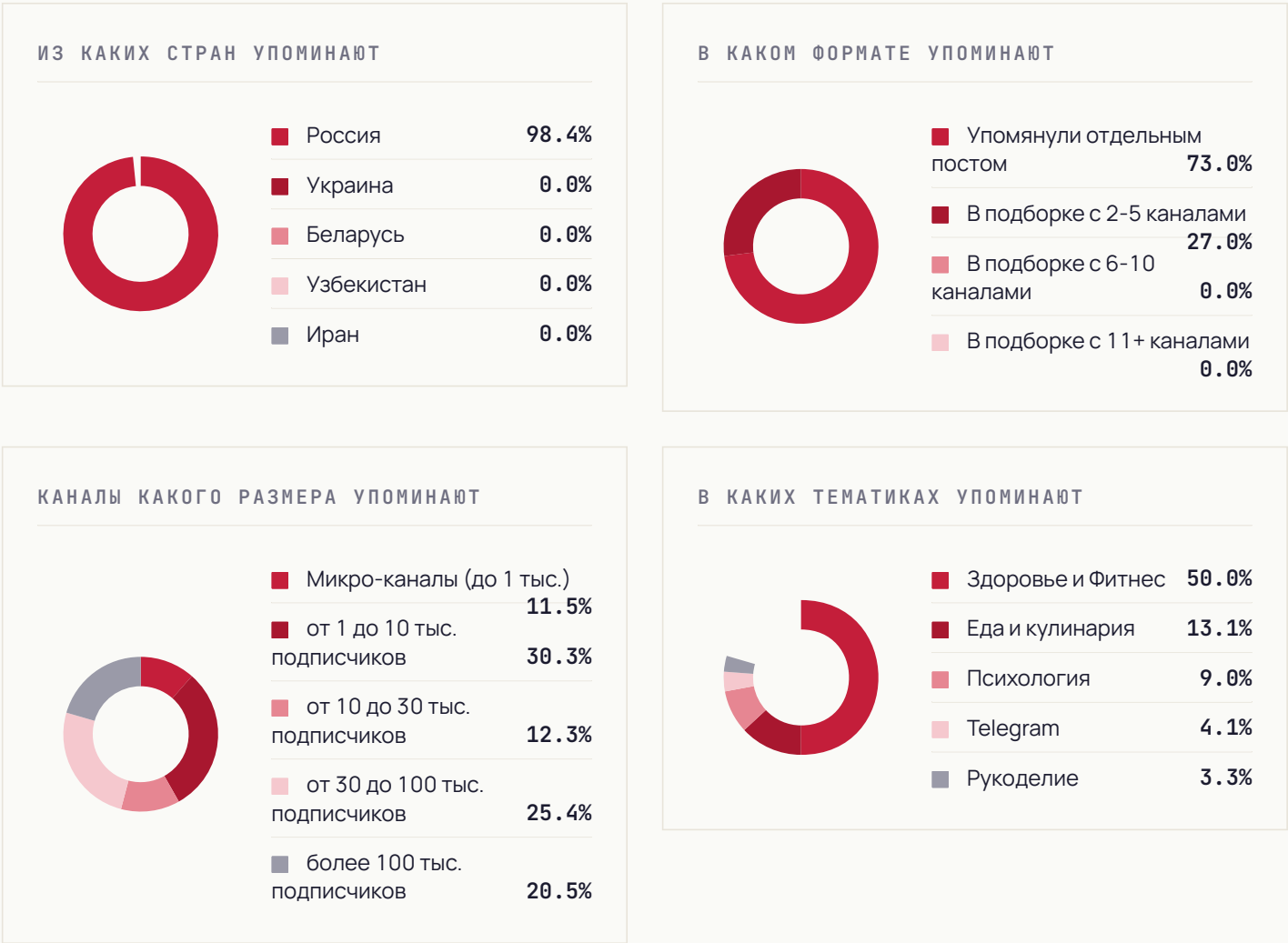
График роста подписчиков за год. На ключевых месяцах подписано точное число подписчиков. Видно, в какие месяцы канал прибавлял, а в какие подписчики уходили.



РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

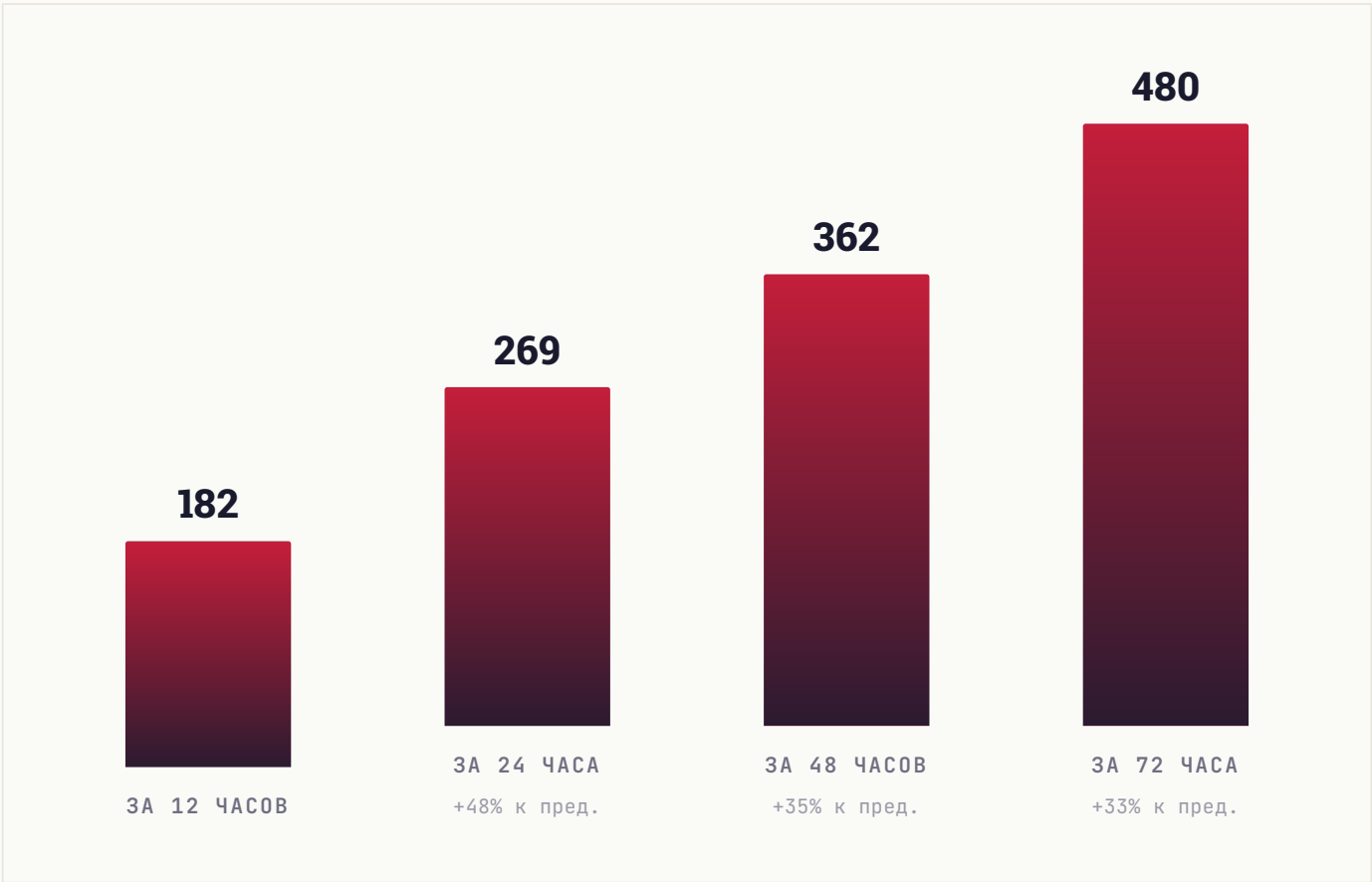
Индекс цитирования **34** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **76** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
СС Стройность с Игнатовой	23.5K
ЯН Я не договорила 🤝 Nataly.Otvét ВЫ	15.3K
ША Школа арт-терапии Artterapia.ru	13.9K
ПО Похудей Онлайн / Галина Турецкая	12.6K
МП Минтруд Приморья	11.4K
КЕ КЛУБ Елены Тер-Аванесовой	5.4K
ПГ Путь героя — путь к себе	4.5K
МК МФЦ Калининградской области	3.9K
⚡ ⚡ Салов Богатая речь	3.4K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 2-е место из 9, в верхней трети подборки. Крупнее — 1 канал (лидер: Стройность с Игнатовой, 23.5K), мельче — 7 каналов. С лидерами — платные размещения или ивенты; с остальными — взаимные размены постов на равных условиях.

— 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 **2**, а канал за это время прибавил **295** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	0	0	5
Февраль 2026	0	0	16
Январь 2026	0	0	90
Декабрь 2025	1	1	17
Ноябрь 2025	1	1	105
Октябрь 2025	0	0	62

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
2	6	295

— РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

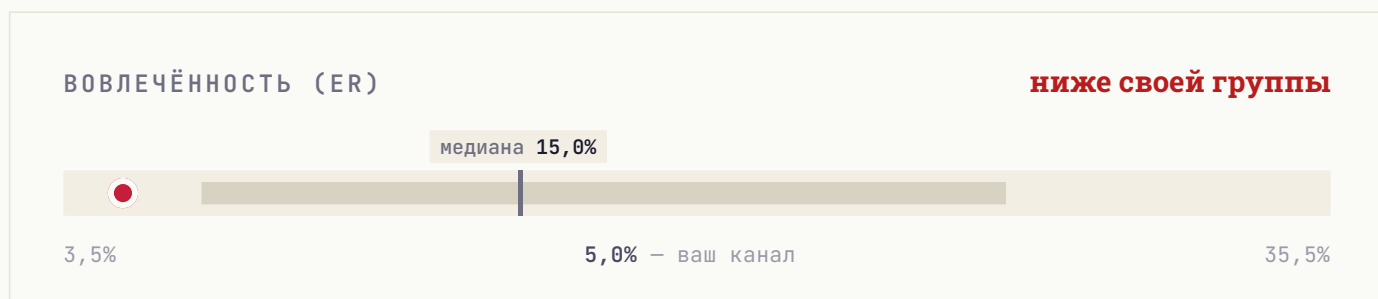
Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **30 каналов** категории «Психология» от 5 тыс. до 46 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#14 / 30

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 14 из 30 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

Главный пост недели — в пятницу

В этот день и в 09:00 MSK аудитория наиболее активна.

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 3.34% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+5.7пп ER

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