

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

состояние

потока



@optimalexperience

ищу честные смыслы. копаю глубоко. умный контент про развитие себя и предпринимательство от seo бренд-агентства @buntteam_bot Наили Аслановой. второй канал про личный бренд и блогинг...

ПОДПИСЧИКИ

20 952

-264 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

9.0%

за сутки **3.7%**

ОХВАТ/ПОСТ

1.8K

рекл. охват **775/24ч**

— 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 20 952 —	👁️ охват поста 8.56% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 1.8K медиана 1.8K · 28 дней	📅 постов/нед. 4.2 за период
📈 тренд 7д -24.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 37.6 всего 639 реакц., 282 реп., 61 комм.	📄 длина поста 878 зн. медиана 999 · 28 дней	☆ постов в анализе 17 28 дней
📈 рекл. охват 775 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -264 за последний месяц	📄 цитируемость 148 индекс цитирования · 463 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 5 лет 9 месяцев создан 11.11.2020

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «состояние потока» — 20 952 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.8K человек (9% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 4 постов в неделю (~1 в день) — редкие публикации. За неделю 17–23 августа охваты просели на -24.1% к неделе 10–16 августа — 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 17 постам за 28 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (8/17 постов).
- 03 Средняя длина поста — 878 знаков (медиана 999).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 13:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.6K в среднем у топа vs 1.3K у худших) — среди 17 постов за 28 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 04.08 · 10:13 ТЕКСТ через месяц мне будет 35 и вместо того чтобы смотреть очередные рилзы про "как похудеть к лету", я решила наконец разобраться, что вообще...	ПРОСМ. 2 807 РЕП. 96	РЕАКЦ. 150 ER 13.4%
№2 04.08 · 17:26 ТЕКСТ а можно я заранее попрошу у вас подарок на грядущее 35-летие? очень хочу обновить реакции и выбрать кастомные!) нужны ваши голоса...	ПРОСМ. 2 540 РЕП. 1	РЕАКЦ. 28 ER 12.1%
№3 10.08 · 17:38 ТЕКСТ моя подруга Надя подняла сегодня в сторис болючую тему — когда компании не планируют платить деньги по обязательствам в срок и просто...	ПРОСМ. 2 321 РЕП. 22	РЕАКЦ. 37 ER 11.1%

№410.08 · 08:02 ФОТО

каждый четвертый сотрудник говорит, что руководитель его вообще не хвалит. согласно исследованию маркетплейса Флаувау, 46,4% опрошенных...

ПРОСМ.
2 320
РЕП.
9
РЕАКЦ.
18
ER
11.1%

№530.07 · 13:29 ФОТО

как я люблю говорить: в клубе 2.0 мы лежим в сторону личного бренда это не марафон, не челлендж, не формат, где надо бросить все силы и...

ПРОСМ.
2 296
РЕП.
3
РЕАКЦ.
12
ER
11.0%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 19.08 · 10:50 ТЕКСТ

во что я раньше верила, а сейчас – нет в то, что продуктивность и эффективность решает ситуация: прихожу недавно в бьюти-спейс на...

ПРОСМ.
1 468
РЕП.
18
РЕАКЦ.
65
ER
7.0%

↓ 20.08 · 07:32 ФОТО

одна из главных проблем предпринимательства в 2026 году – решения приходится принимать быстрее, чем успеваешь понять, какие из старых...

ПРОСМ.
1 406
РЕП.
5
РЕАКЦ.
14
ER
6.7%

↓ 24.08 · 13:26 ТЕКСТ

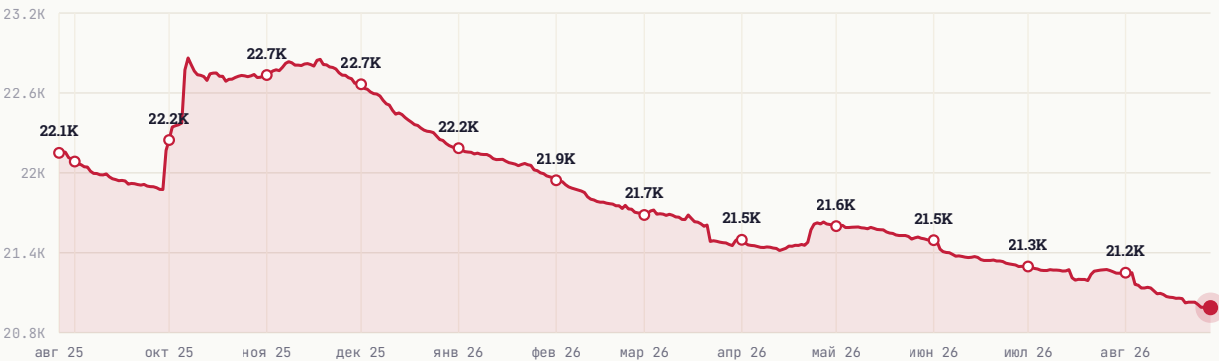
обещала вам вторую часть про стремительно растущий бизнес сети фитнес-клубов DDX. первая часть – здесь. сегодня поговорим про...

ПРОСМ.
1 008
РЕП.
13
РЕАКЦ.
24
ER
4.8%

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
22 133	20 952	-1 181

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

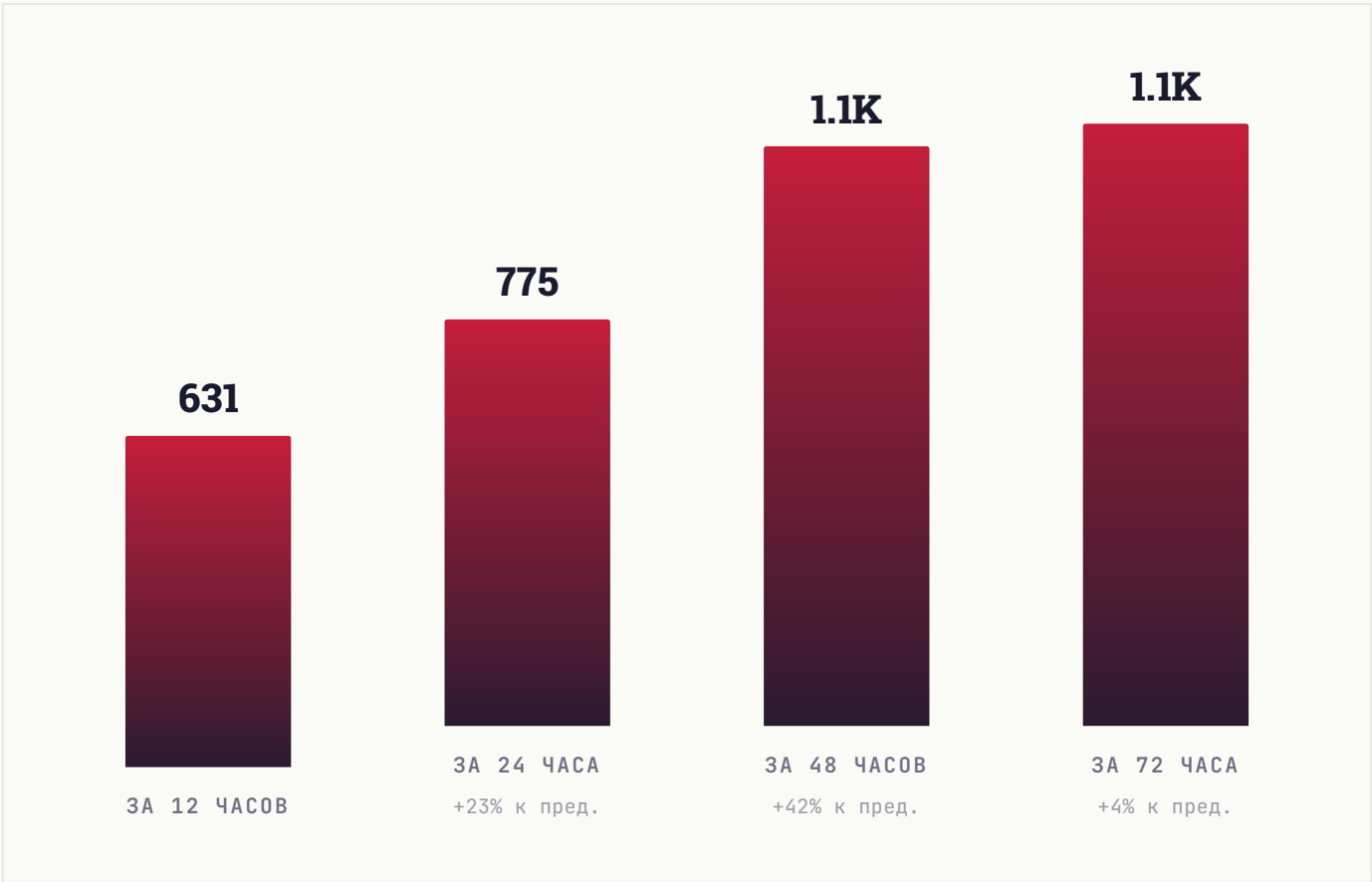
Индекс цитирования **148** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **463** разных каналов.



— 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
ОЙ ОЙСАШ 	57.8K
FO FounderWoman	45.1K
КВ Канал Вари Веденеевой	31.8K
КА Катькало	24.3K
СП состояние потока ВЫ	21K
НТ how to wow	20.6K
ВИ Виток	14.9K
ВЛ Вестник любимого	13.7K
ДД Долина Джона Голта	9.9K
БС Быть себе домом	7.8K
БН бунт на корабле	7.6K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (5-е место из 11). 4 канала крупнее, 6 — 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 **49**, а канал за это время прибавил **1 397** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Февраль 2026	2	2	24
Январь 2026	1	1	26
Декабрь 2025	8	7	10
Ноябрь 2025	14	9	183
Октябрь 2025	15	15	837
Сентябрь 2025	9	8	317

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
49	6	1 397

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **94 канала** категории «Маркетинг, PR, реклама» от 7 тыс. до 63 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#58 /94

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ
Место 58 из 94 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **индекс цитирования**. Это то, на чём стоит строить рост.

— 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 4.2 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 13:00 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). PromptPress 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 **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
----	-------------------------------	---
