

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала

Псидваноль

Хэлп



@psy20help

Псидваноль Хэлп — лучшие специалисты PSY2.0, которые стали еще ближе, чтобы решить ваш запрос и помочь прийти к желанным изменениям. [🔗 Записаться на консультацию: https://psy20.help/](https://psy20.help/)

ПОДПИСЧИКИ

7 317

-51 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

14.0%

за сутки **5.2%**

ОХВАТ/ПОСТ

865

рекл. охват **380/24ч**

— 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 **Рекламный потенциал**
Как долго пост приносит охват

05 **Конкуренты**
Соседи по нише · ваше место

06 **Динамика упоминаний**
6 месяцев · ежемесячно

07 **Сравнение с нишей**
Позиция в категории «Психология»

08 **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 7 317 —	👁️ охват поста 11.83% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 865 медиана 838 · 6 дней	📅 постов/нед. 3.4 за период
❤️ реакц./пост 7.3 всего 22 реакц., 2 реп., 0 комм.	📄 длина поста 854 зн. медиана 979 · 6 дней	★ постов в анализе 3 6 дней	📈 рекл. охват 380 среднее за 24ч
❤️ отток / месяц -51 за последний месяц	📄 цитируемость 13 индекс цитирования · 36 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 4 месяца создан 05.04.2023	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Псидваноль Хэлп» — 7 317 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 865 человек (12% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 3 постов в неделю (~0 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 3 постам за 6 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (3/3 постов).
- 03 Средняя длина поста — 854 знаков (медиана 979).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 13:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 1 раз больше просмотров, чем самые слабые (865 в среднем у топа vs 865 у худших) — среди 3 постов за 6 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-3 ПОСТОВ

№1 04.08 · 10:59 ФОТО ⚠ Временно недоступен сайт Псидваноль Хэлп Сейчас сайт Псидваноль Хэлп не работает по техническим причинам со стороны сервера. Мы уже...	ПРОСМ. 1 015 РЕП. —	РЕАКЦ. 5 ER 13.9%
№2 10.08 · 13:59 ФОТО Жить в постоянном фоновом страхе и ожидании новой волны паники — невыносимо и истощающе. Но личная история Анастасии Кузьминой...	ПРОСМ. 838 РЕП. 2	РЕАКЦ. 6 ER 11.5%
№3 10.08 · 13:51 ФОТО Чем отличается человек, которого тревога держит в заложниках, от человека, который научился с ней жить? Не отсутствием тревожных мыслей...	ПРОСМ. 743 РЕП. —	РЕАКЦ. 11 ER 10.2%

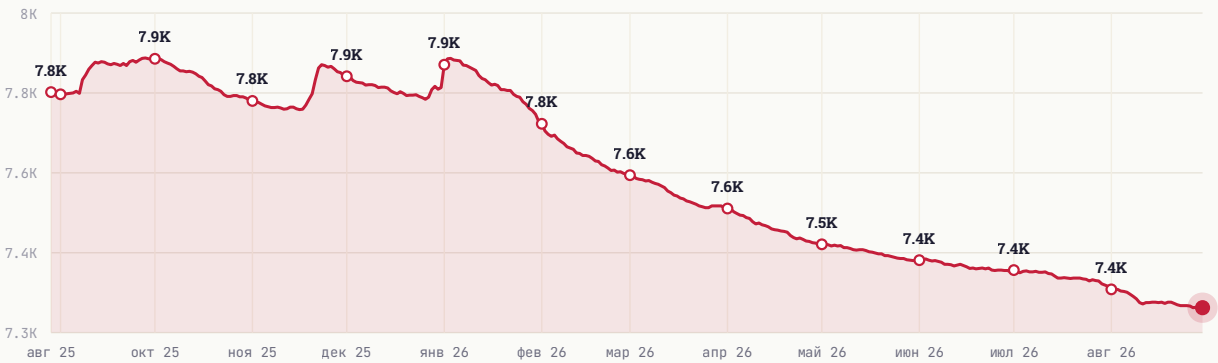
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 04.08 · 10:59 ФОТО ⚠ Временно недоступен сайт Псидваноль Хэлп Сейчас сайт Псидваноль Хэлп не работает по техническим причинам со стороны сервера. Мы уже...	ПРОСМ. 1 015 РЕП. —	РЕАКЦ. 5 ER 13.9%
↓ 10.08 · 13:59 ФОТО Жить в постоянном фоновом страхе и ожидании новой волны паники — невыносимо и истощающе. Но личная история Анастасии Кузьминой...	ПРОСМ. 838 РЕП. 2	РЕАКЦ. 6 ER 11.5%
↓ 10.08 · 13:51 ФОТО Чем отличается человек, которого тревога держит в заложниках, от человека, который научился с ней жить? Не отсутствием тревожных мыслей...	ПРОСМ. 743 РЕП. —	РЕАКЦ. 11 ER 10.2%

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

7 834

СЕЙЧАС

7 317

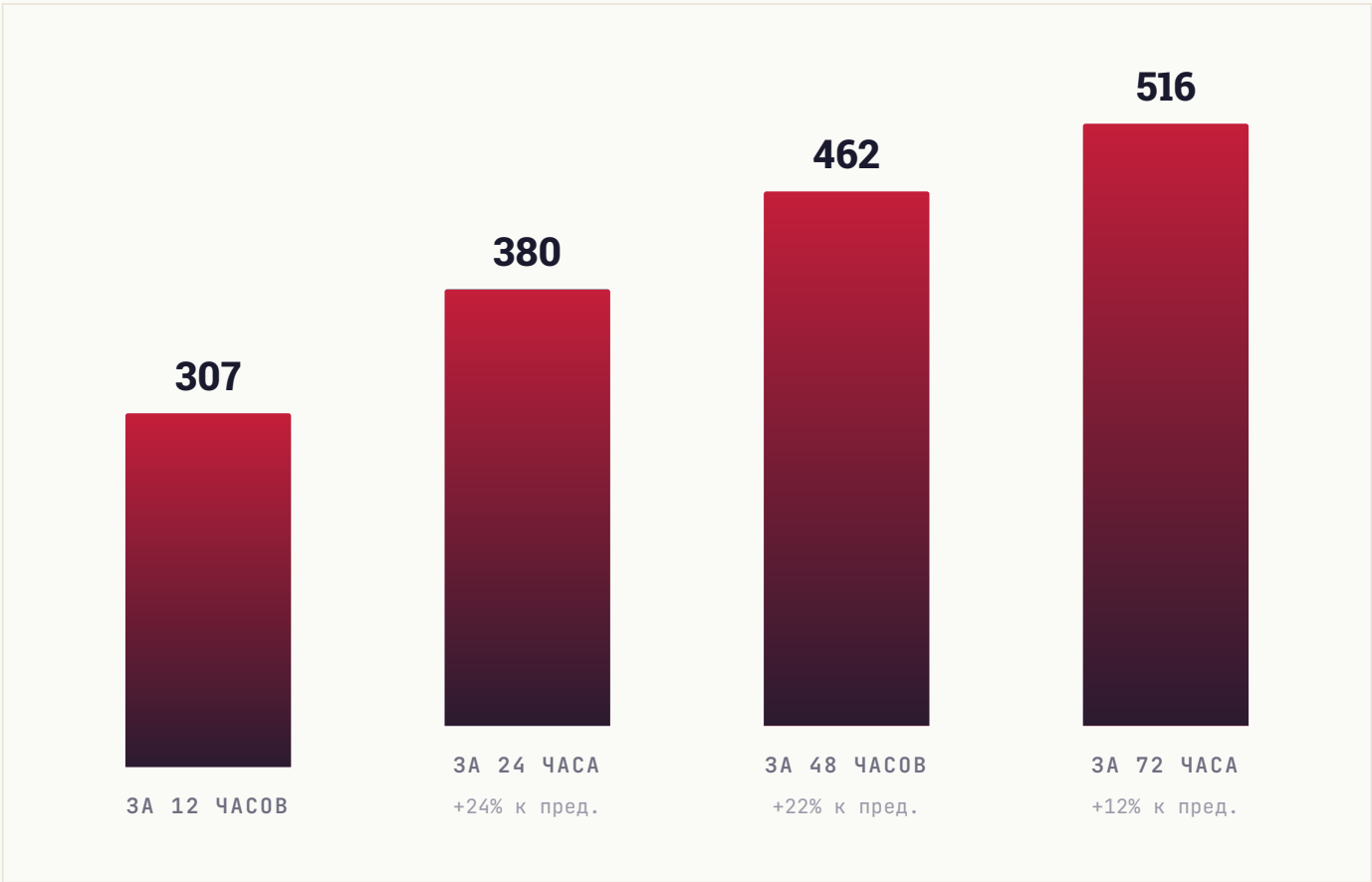
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-517

— РАЗДЕЛ 04 · РЕКЛАМНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Как долго пост приносит охват

Средний охват рекламного поста по времени с публикации. Помогает оценить, сколько имеет смысл «жить» размещению.



РАЗДЕЛ 05 · 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
ПР Псидваноль Развитие	23.6K
ФИ Филяев	14.9K
ПО Псидваноль Образование	9.7K
ПХ Псидваноль Хэлп ВЫ	7.3K
ЕА Екатерина Акубова	5K
ЭС Эфиры с Павлычевой Татьяной	4.7K
ФП Философия Про ¹⁰⁰ ты 🤝 (канал Никиты Гегина)	3.5K
Д 🧡 Добронравова 🧡	3.3K
МГ Мария Горелко	2.5K
ПБ Псидваноль Бизнес	1.9K
МЕ Мем-терапевт.	1.3K

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 06 · ДИНАМИКА УПОМИНАНИЙ

Как часто канал упоминают

Ежемесячно мы фиксируем посты в других каналах, где упомянули ваш канал.
За последние **6 месяцев** таких упоминаний было **20**, а канал за это время прибавил **357** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Февраль 2026	0	0	5
Январь 2026	7	3	72
Декабрь 2025	2	2	44
Ноябрь 2025	9	3	116
Октябрь 2025	0	0	4
Сентябрь 2025	2	2	116

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
20	6	357

Где канал в своей лиге

подписчики

ниже своей группы

медиана 110K

Группа	Подписчики
ваш канал	7 317
медиана	110K
группа 1	39.4K
группа 2	295.6K



По всем показателям канал пока ниже середины своей группы. Для канала на этапе роста это нормальная точка старта — быстрее всего сдвигается охват.

— РАЗДЕЛ 08 · 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 3.4 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
----	-------------------------------	---
