ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала PsyDocMed

@psydocmed

Канал для врачей и психологов, которые интересуются доказательной медициной в сфере психического здоровья. Авторы: Алексей Прибытков (https://t.me/pribytkov_psy) Артём Барышев...

ПОДПИСЧИКИ	ОХВАТ ПОСТА (ERR)	ОХВАТ/ПОСТ
10 057	**27.0%**	**2.9K**
+220 за месяц	за сутки 9.5%	рекл. охват 958/24ч

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 **10 057** –	ОХВАТ ПОСТА **28.75%** ср. % подписчиков видят один пост	ПРОСМОТРЫ/ПОСТ **2.9K** медиана 2.3K · 16 дней	ПОСТОВ/НЕД. **2.6** за период
РЕАКЦ./ПОСТ **48.2** всего 289 реакц., 246 реп., 17 комм.	ДЛИНА ПОСТА **851 зн.** медиана 1000 · 16 дней	ПОСТОВ В АНАЛИЗЕ **6** 16 дней	РЕКЛ. ОХВАТ **958** среднее за 24ч
ОТТОК / МЕСЯЦ **+220** за последний месяц	ЦИТИРУЕМОСТЬ **15** индекс цитирования · 96 каналов упомянули за всё время	ВОЗРАСТ КАНАЛА **3 года 7 месяцев** создан 21.02.2023	

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «PsyDocMed» — 10 057 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 2.9K человек (29% от подписчиков), это хороший охват. 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 **6** постам за 16 дней.

02 Доминирующий формат — **Текст** (4/6 постов).

03 Средняя длина поста — **851** знаков (медиана 1000).

04 Пик активности аудитории — **понедельник**, 16:00 MSK.

05 Самые сильные посты собирают **в 2 раз** больше просмотров, чем самые слабые (3.7K в среднем у топа vs 2.1K у худших) — среди 6 постов за 16 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 28.09 · 13:03 ФОТО

Расстройство аутистического спектра у детей и взрослых. Расстройство аутистического спектра (РАС) в последние годы формирует вокруг себя…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
5 945	41	77	59.1%

№2 01.10 · 17:28 ТЕКСТ

Циталопрам (ципрамил): разбор препарата Циталопрам является аутсайдером по своей популярности среди СИОЗС. Мол, зачем его вообще…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
2 890	14	14	28.7%

№3 08.10 · 16:13 ТЕКСТ

Искусственный интеллект вместо психотерапевта? Стремительное развитие искусственного интеллекта (ИИ) формирует новую реальность. Желаем ли…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.	РЕП.	ER
2 330	77	100	23.2%

№4 06.10 · 06:14 ТЕКСТ

Шизотипическое расстройство: ошибки диагностики Не будет преувеличением сказать, что шизотипическое расстройство (ШТР) – один из самых…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
2 196	125
РЕП.	**ER**
43	21.8%

№5 14.10 · 14:09 ТЕКСТ

Расстройство аутистического спектра у детей и взрослых. Коллеги, до предстоящего семинара по РАС осталось всего 3 дня 🔥 Подробная…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
2 005	20
РЕП.	**ER**
10	19.9%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 06.10 · 06:14 ТЕКСТ

Шизотипическое расстройство: ошибки диагностики Не будет преувеличением сказать, что шизотипическое расстройство (ШТР) – один из самых…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
2 196	125
РЕП.	**ER**
43	21.8%

↓ 14.10 · 14:09 ТЕКСТ

Расстройство аутистического спектра у детей и взрослых. Коллеги, до предстоящего семинара по РАС осталось всего 3 дня 🔥 Подробная…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
2 005	20
РЕП.	**ER**
10	19.9%

↓ 07.10 · 07:02 ФОТО

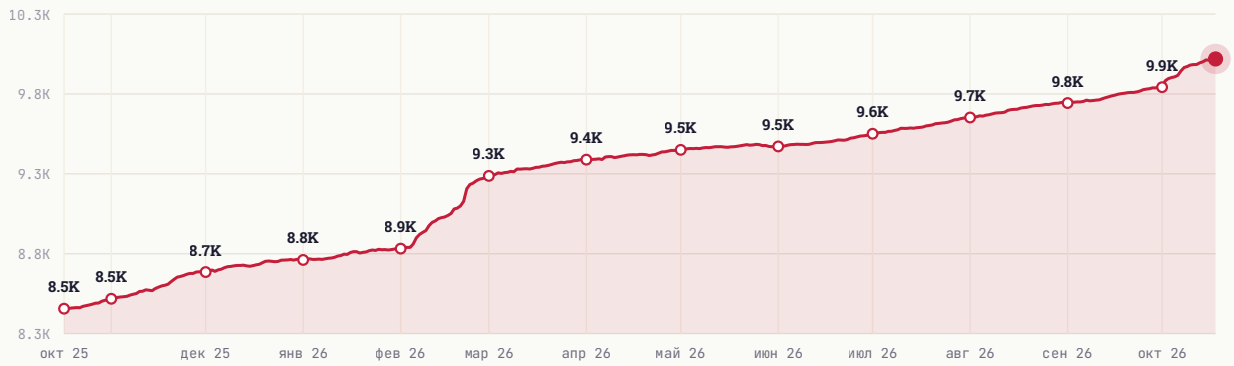
Коллеги, в прикрепленых скриншотах несколько отзывов о недавно прошедшем семинаре "От соматоформных расстройств к расстройствам телесного…

ПРОСМ.	РЕАКЦ.
1 980	12
РЕП.	**ER**
2	19.7%

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
8 475	10 057	+1 582

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

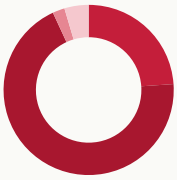
Индекс цитирования **15** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **96** разных каналов.

ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



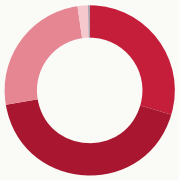
Россия	90.9%
Беларусь	3.4%
Украина	0.3%
Узбекистан	0.0%
Иран	0.0%

В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



Упомянули отдельным постом	23.9%
В подборке с 2-5 каналами	69.2%
В подборке с 6-10 каналами	2.3%
В подборке с 11+ каналами	4.6%

КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



Микро-каналы (до 1 тыс.)	29.6%
от 1 до 10 тыс. подписчиков	42.7%
от 10 до 30 тыс. подписчиков	25.4%
от 30 до 100 тыс. подписчиков	2.0%
более 100 тыс. подписчиков	0.3%

В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ

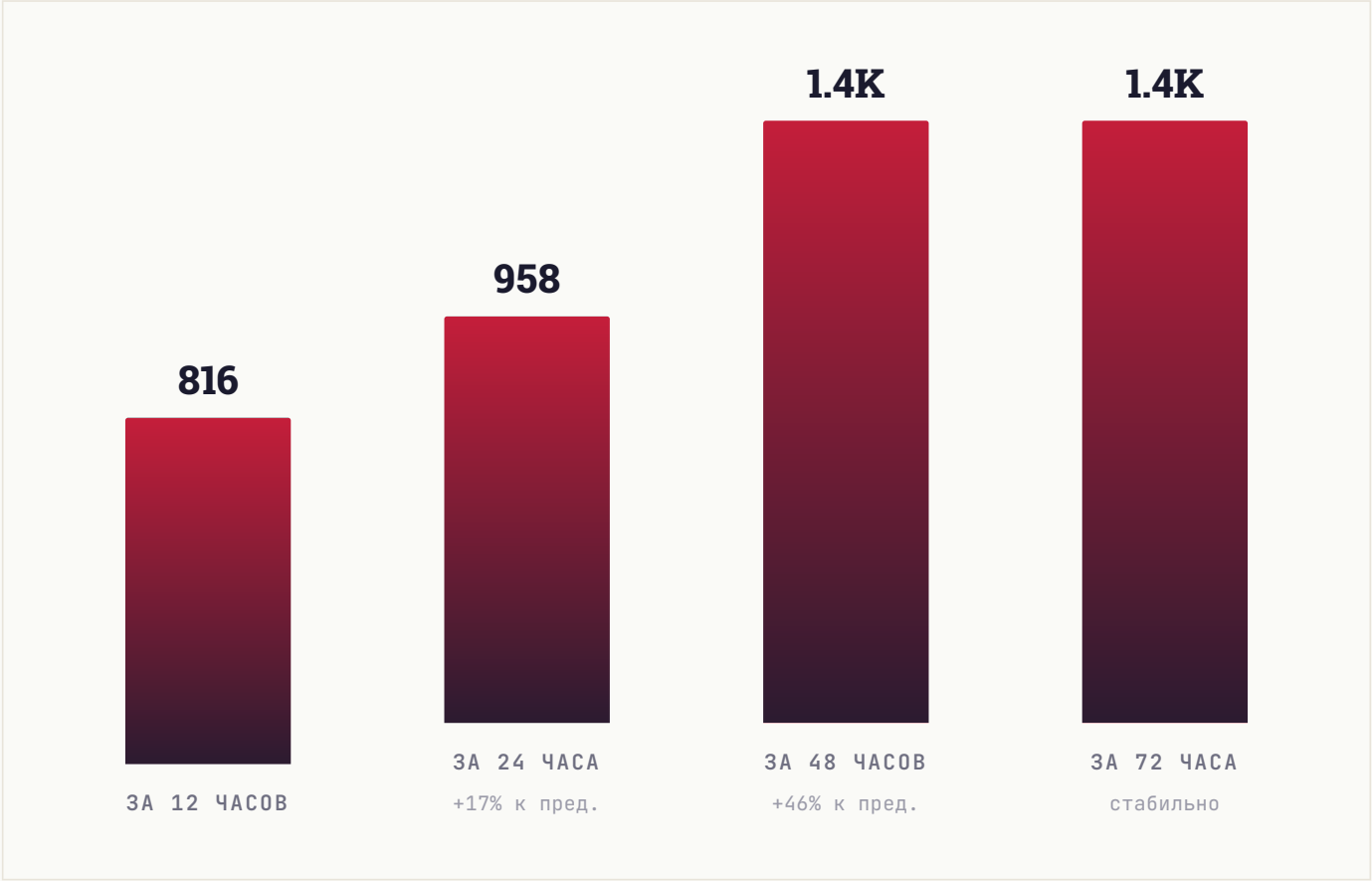


Психология	63.0%
Медицина	26.8%
Познавательное	1.4%
Здоровье и Фитнес	0.9%
Юмор и развлечения	0.6%

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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
ПЕ **Психиатр Елисеенко**	17.4K
НЕ **Headache_dr**	16K
GE **Gentle_Psy_Doc**	13.3K
ДБ **ДОКТОР БАРЫШЕВ | Психотерапевт**	12.1K
СС **CBT CLINIC / Психотерапия / КПТ / Спб и Онлайн**	10.4K
PS **PsyDocMed** ВЫ	10.1K
DR **Doctor Reznikov**	8.9K
ШЧ **Школа ЧК**	8.3K
ПО **Постпсихиатрия**	6.3K
ПИ **Психотерапевт Инна Петрачкова. КПТ**	2.5K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (6-е место из 10). 5 каналов крупнее, 4 — 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 **71**, а канал за это время прибавил **1 039** подписчиков из всех источников.

ПЕРИОД	УПОМИНАНИЙ	КАНАЛОВ	ПРИРОСТ ЗА МЕСЯЦ
Апрель 2026	3	2	**78**
Март 2026	10	7	**127**
Февраль 2026	35	20	**452**
Январь 2026	8	6	**93**
Декабрь 2025	10	6	**106**
Ноябрь 2025	5	2	**183**

ВСЕГО УПОМИНАНИЙ	МЕСЯЦЕВ В ДАННЫХ	ПРИВЛЕКЛИ ПОДПИСЧИКОВ
71	**6**	**1 039**

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

Сравниваем с каналами вашего размера: **65 каналов** категории «**Психология**» от 3 тыс. до 30 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

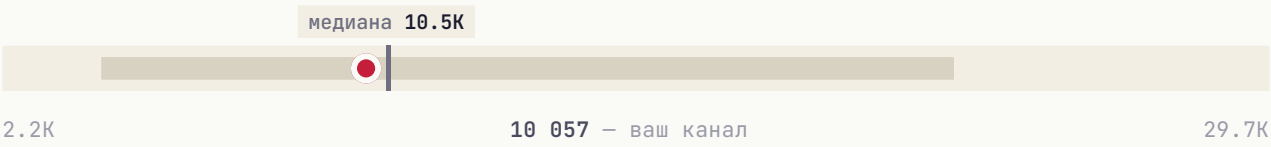
#34 /65

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 34 из 65 каналов сопоставимого размера

ПОДПИСЧИКИ

в пределах группы, ниже середины



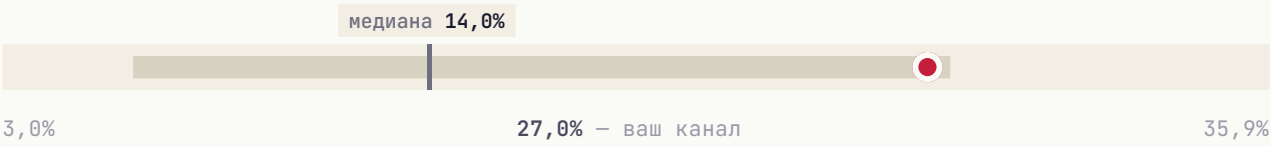
СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

выше середины группы

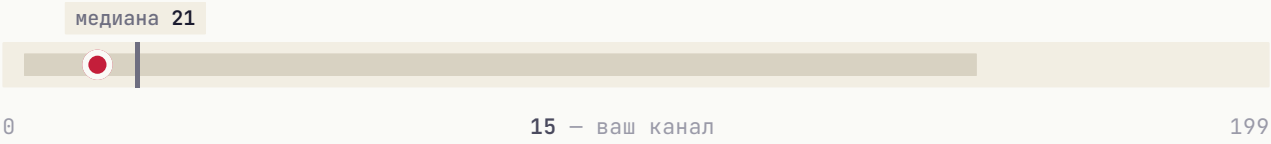


ВОВЛЕЧЁННОСТЬ (ER)

выше середины группы



ИНДЕКС ЦИТИРОВАНИЯ **в пределах группы, ниже середины**



Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям: **средний охват / пост** и **вовлечённость**.

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 2.6 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 16:00 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). PromtPress 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 PromtPress?

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.promtpress.com/register
02	**Связаться с менеджером**	t.me/PromtPress_manager

© 2026 · HELLO@PROMTPRESS.COM