

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Я Психолог | Психиатр



@russiapsiholog

Сообщество Психологов Психиатров СОЮЗ России
Медицинский Психолог Правила Группы: Ссылки - Скрытая
Реклама - запрещена бан При нарушение авторских прав мы
удалим материалы пишите админу Реклама -...

ПОДПИСЧИКИ

7 363

-33 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

4.0%

за сутки 1.7%

ОХВАТ/ПОСТ

271

рекл. охват 127/24ч

— 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 7 363 —	👁️ охват поста 3.68% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 271 медиана 272 · 29 дней	📅 постов/нед. 8.7 за период
📈 тренд 7д +7.9% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 1.9 всего 67 реакц., 84 реп., 10 комм.	📄 длина поста 986 зн. медиана 1000 · 29 дней	★ постов в анализе 36 29 дней
📈 рекл. охват 127 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -33 за последний месяц	📄 цитируемость 4 индекс цитирования · 122 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 5 месяцев создан 11.04.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Я Психолог | Психиатр» — 7 363 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 271 человек (4% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 9 постов в неделю (~1 в день) — регулярный режим. За неделю 7–13 сентября охваты выросли на +7.9% к неделе 31 августа – 6 сентября — позитивная динамика.

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 36 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (31/36 постов).
- 03 Средняя длина поста — 986 знаков (медиана 1000).
- 04 Пик активности аудитории — воскресенье, 09:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (364 в среднем у топа vs 189 у худших) — среди 36 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 24.08 · 09:44 ТЕКСТ Пограничные клиенты часто функционируют на доэдипальном, то есть на диадическом уровне. Там, где ещё нет треугольных отношений, а есть...	ПРОСМ. 373 РЕП. 4	РЕАКЦ. 2 ER 5.1%
№2 23.08 · 06:17 ФОТО Срочно! Разыскиваются Врачи Молодые врачи решили объединиться и сделать знания доступными для каждого. Вступайте в наше сообщество...	ПРОСМ. 370 РЕП. —	РЕАКЦ. 1 ER 5.0%
№3 25.08 · 07:13 ТЕКСТ БАР II типа. Проблема диагностики и лечения Биполярное расстройство II типа в DSM-5, так и в МКБ-11 определяется как отдельный подтип...	ПРОСМ. 351 РЕП. 5	РЕАКЦ. 3 ER 4.8%

Nº4

06.09 · 08:59

ФОТО

Срочно! Разыскиваются Врачи Молодые врачи решили объединиться и сделать знания доступными для каждого. Вступайте в наше сообщество...

ПРОСМ.
333

РЕП.
—

РЕАКЦ.
—

ER
4.5%

Nº5

07.09 · 08:33

ТЕКСТ

Королевский колледж психиатров Великобритании выпустил новый (август 2026 г.) программный документ посвященный помощи взрослыми...

ПРОСМ.
332

РЕП.
3

РЕАКЦ.
1

ER
4.5%

СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 31.08 · 11:41 ТЕКСТ О повышении пролактина на антипсихотиках и капелюшечках достинекса На днях на приеме была пациентка, которая в рамках основного...	ПРОСМ. 218 РЕП. 1	РЕАКЦ. — ER 3.0%
↓ 02.09 · 18:29 ТЕКСТ Что изменится с 1 сентября в платной медицине ♦ Соответствующее постановление правительства внесёт изменения в систему договоров и правил...	ПРОСМ. 198 РЕП. 1	РЕАКЦ. 2 ER 2.7%
↓ 15.09 · 17:01 ТЕКСТ Направляем вам клинреки, выпущенные в период с 1 по 15 сентября 2026 года: 1068_1 Врожденный множественный артрогрипоз 25_3 Острая...	ПРОСМ. 151 РЕП. 1	РЕАКЦ. — ER 2.1%

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

7 883

СЕЙЧАС

7 363

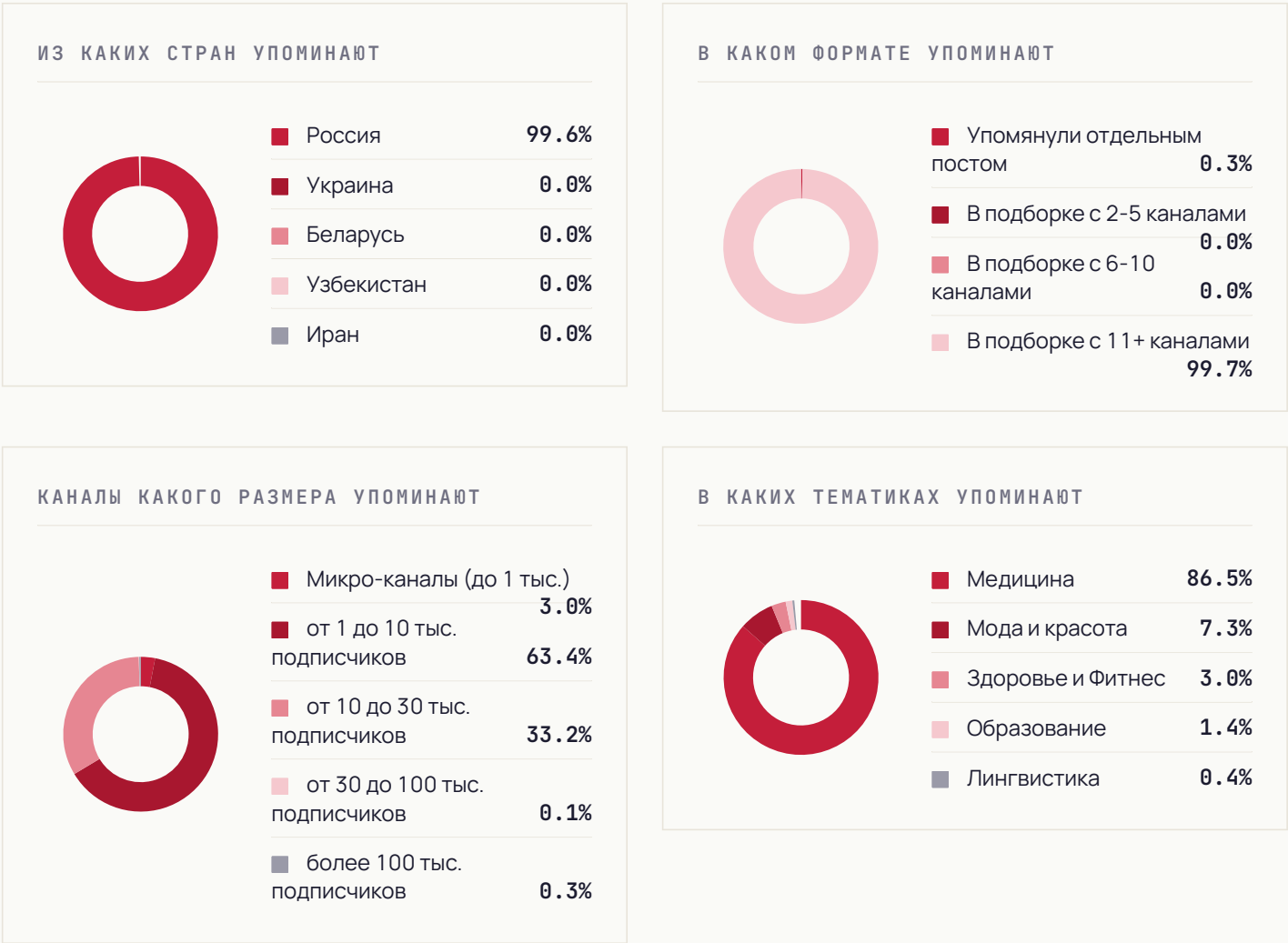
ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

-520

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

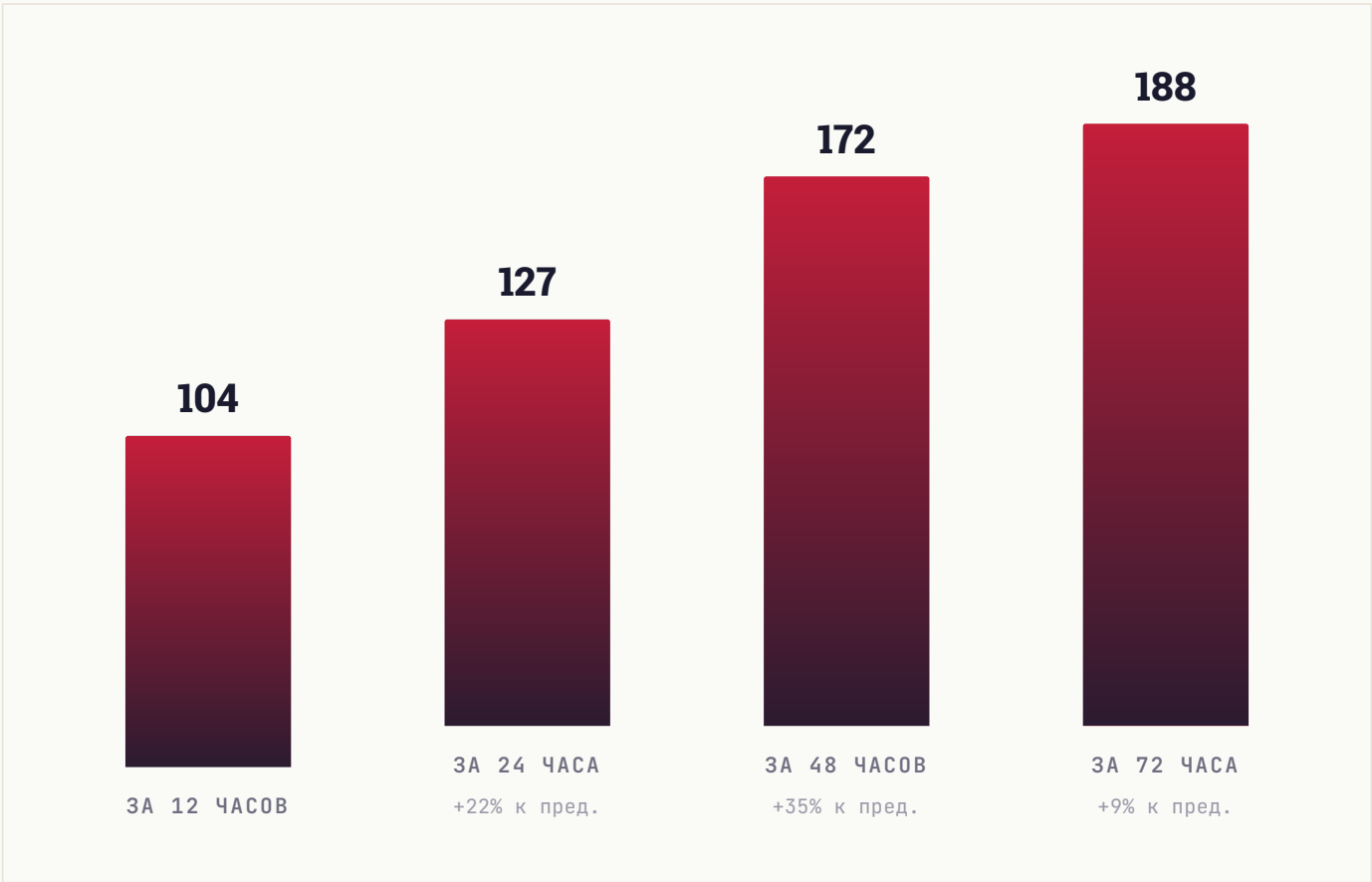
Индекс цитирования 4 — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **122** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
яд Я Дерматолог Трихолог	10.7K
яп Я Педиатр Педиатрия	10.4K
вс Владельцы Стоматологий	10K
яг Я Гинеколог Акушер	9.6K
яд Я Диетолог Нутрициолог	9.1K
яп Я Психолог Психиатр вы	7.4K
яф Я Фармацевт Провизор Аптека	5.9K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в нижней трети подборки (6-е место из 7). Крупнее — 5 каналов (лидер: Я Дерматолог Трихолог, 10.7K); это ориентиры для роста, к ним заходим через платные размещения или партнёрские проекты. Мельче — 1 канал, для них вы уже партнёр-лидер.

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

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	61	28	17
Февраль 2026	32	28	11
Январь 2026	32	28	40
Декабрь 2025	56	31	110
Ноябрь 2025	68	42	52
Октябрь 2025	13	7	65

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
262	6	295

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

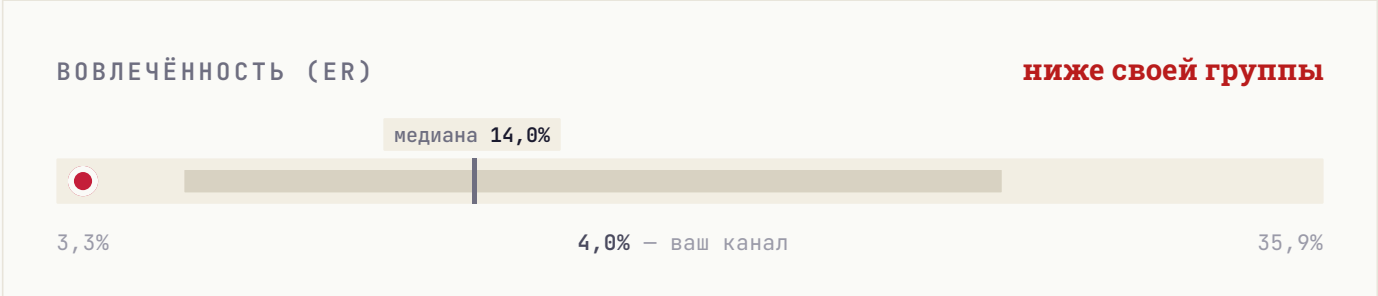
Где канал в своей лиге

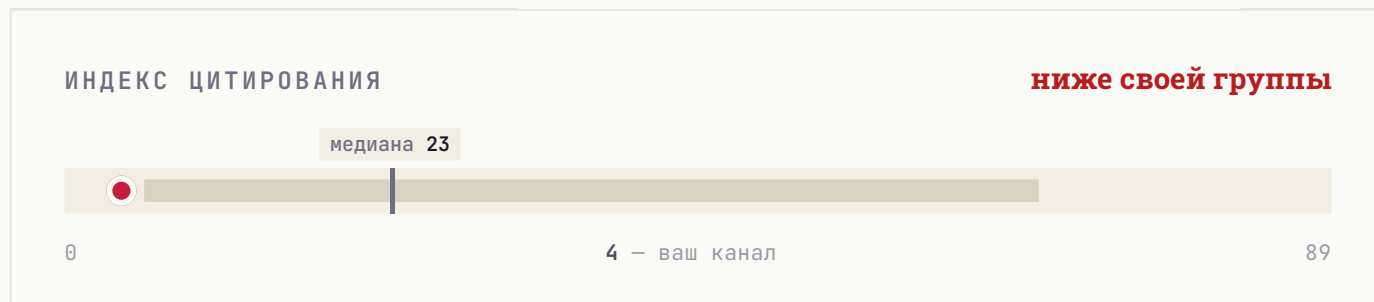
Сравниваем с каналами вашего размера: **29 каналов** категории «Психология» от 2 тыс. до 22 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#19/29

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 19 из 29 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

Главный пост недели — в воскресенье

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

ЭФФЕКТ

**Лучшее окно
для важного
поста**

02

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**

03

ER ниже бенчмарка ниши — пересмотреть форматы

Текущий ER 3.68% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+5.3пп ER

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