

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала КОНТЕНТ ДЛЯ ПСИХОЛОГА | ПОСТЫ, СТОРИС, Р



@storis_psy

Готовый контент для психологов, который приводит заявки без выгорания и для психологов, которых «нет идей и времени» Для связи @targetochka Ресурс включён в перечень РКН...

ПОДПИСЧИКИ	ERR (% ВИДЯТ ПОСТЫ)	ОХВАТ/ПОСТ
11 017	5.0%	504
13.07.2026 ⁻⁵⁶ за месяц	за сутки ^{2.5%}	рекл. охват ^{271/24ч}
	HTTPS://PROMTPRESS.COM/AUDIT/STORIS_PSY	

— 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 «Инстаграм»

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 11 017 —	👁️ охват подписчиков 4.57% ср. % подписчиков видят пост	👁️ просмотры/пост 504 медиана 489 · 26 дней	📅 постов/нед. 12.3 за период
📈 тренд 7д -36.7% vs предыдущая неделя	❤️ реакц./пост 6.1 всего 286 реакц., 190 реп., 52 комм.	📄 длина поста 619 зн. медиана 912 · 26 дней	☆ постов в анализе 47 26 дней
📈 рекл. охват 271 среднее за 24ч	❤️ отток / месяц -56 за последний месяц	📄 цитируемость 220 индекс цитирования · 388 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 4 года 7 месяцев создан 13.12.2021

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «КОНТЕНТ ДЛЯ ПСИХОЛОГА |ПОСТЫ,СТОРИС,РИЛС» — 11 017 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 504 человек (5% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 12 постов в неделю (~2 в день) — регулярный режим. За неделю 29 июня – 5 июля охваты просели на -36.7% к неделе 22–28 июня — 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 47 постам за 26 дней.
- 02 Доминирующий формат — Текст (31/47 постов).
- 03 Средняя длина поста — 619 знаков (медиана 912).
- 04 Пик активности аудитории — вторник, 11:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (765 в среднем у топа vs 321 у худших) — среди 47 постов за 26 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 23.06 · 08:26 ТЕКСТ ПАКЕТЫ С РИЛС	ПРОСМ. 784 РЕП. —	РЕАКЦ. — ER 7.1%
№2 23.06 · 08:09 ФОТО Можно сделать более живо и с эмоцией, чтобы читатели нашли вас единственного, которого хучет слушать. Вчера я успела поплакать. Целый...	ПРОСМ. 774 РЕП. 2	РЕАКЦ. 2 ER 7.0%
№3 26.06 · 07:44 ТЕКСТ  ПЯТНИЦА  По пятницам в канале рубрика #контент_под_ключ #контент_для_психолога Пишите в комментариях, о чем бы хотели рассказать, а я...	ПРОСМ. 738 РЕП. —	РЕАКЦ. 4 ER 6.7%

№4 16.06 · 09:47 ФОТО Если вы до сих пор думаете «а зачем мне этот пакет, я и сама спрошу у нейросети» расскажу зачем нужен пакет Я пробовала, садись с одной...	ПРОСМ. 714 РЕП. 1	РЕАКЦ. 9 ER 6.5%
№5 21.06 · 06:48 ТЕКСТ Сценарий рилс к нашумевшему письму мамы в сети: Большинство поддержало маму. Я, а нет #контент_под_ключ #контент_для_психолога Сейчас все...	ПРОСМ. 707 РЕП. 11	РЕАКЦ. 15 ER 6.4%

ХУДШИЕ 3		
↓ 10.07 · 09:45 ТЕКСТ Сценарий сторис: Эгоизм или любовь к себе #контент_под_ключ #контент_для_психолога 1. Ваше фото или селфи видео, где вы рассказываете, как...	ПРОСМ. 355 РЕП. 22	РЕАКЦ. 15 ER 3.2%
↓ 10.07 · 07:28 ТЕКСТ  ПЯТНИЦА  По пятницам в канале рубрика #контент_под_ключ #контент_для_психолога Пишите в комментариях, о чем бы хотели рассказать, а я...	ПРОСМ. 306 РЕП. —	РЕАКЦ. 1 ER 2.8%
↓ 10.07 · 09:28 ТЕКСТ Мне очень понравилась тема "про любовь к себе или это эгоизм" Но подготовила 2 варианта подачи этой темы рилс, т.к мы все разные и...	ПРОСМ. 302 РЕП. 13	РЕАКЦ. 15 ER 2.7%

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

10 917

СЕЙЧАС

11 016

ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ

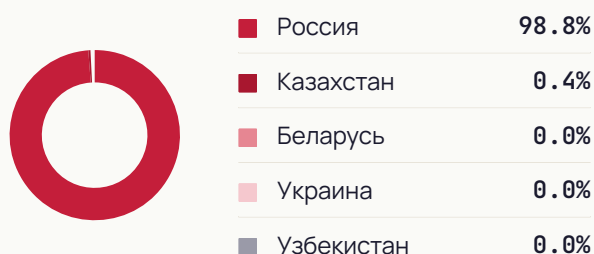
+99

— РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

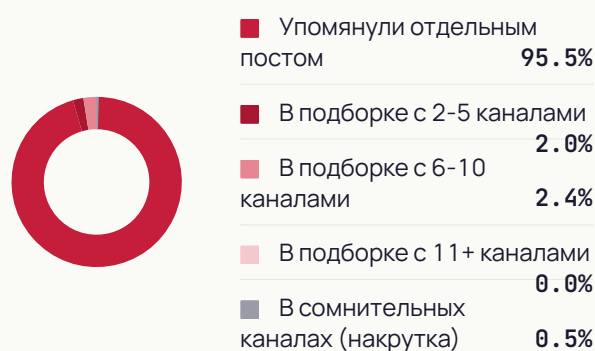
Кто и как упоминает канал

Индекс цитирования **220** — 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 **388** разных каналов.

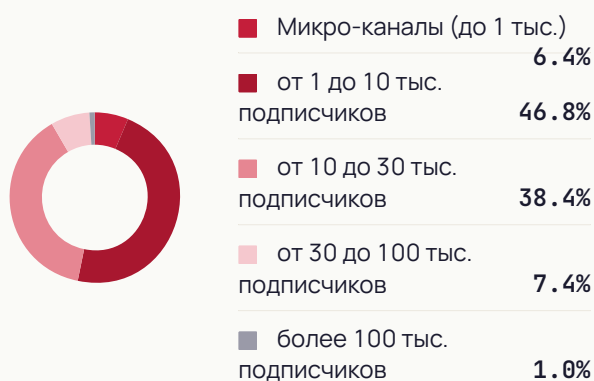
ИЗ КАКИХ СТРАН УПОМИНАЮТ



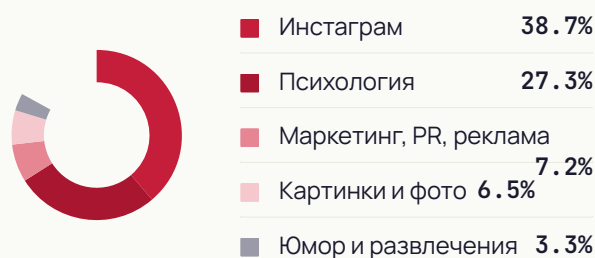
В КАКОМ ФОРМАТЕ УПОМИНАЮТ



КАНАЛЫ КАКОГО РАЗМЕРА УПОМИНАЮТ



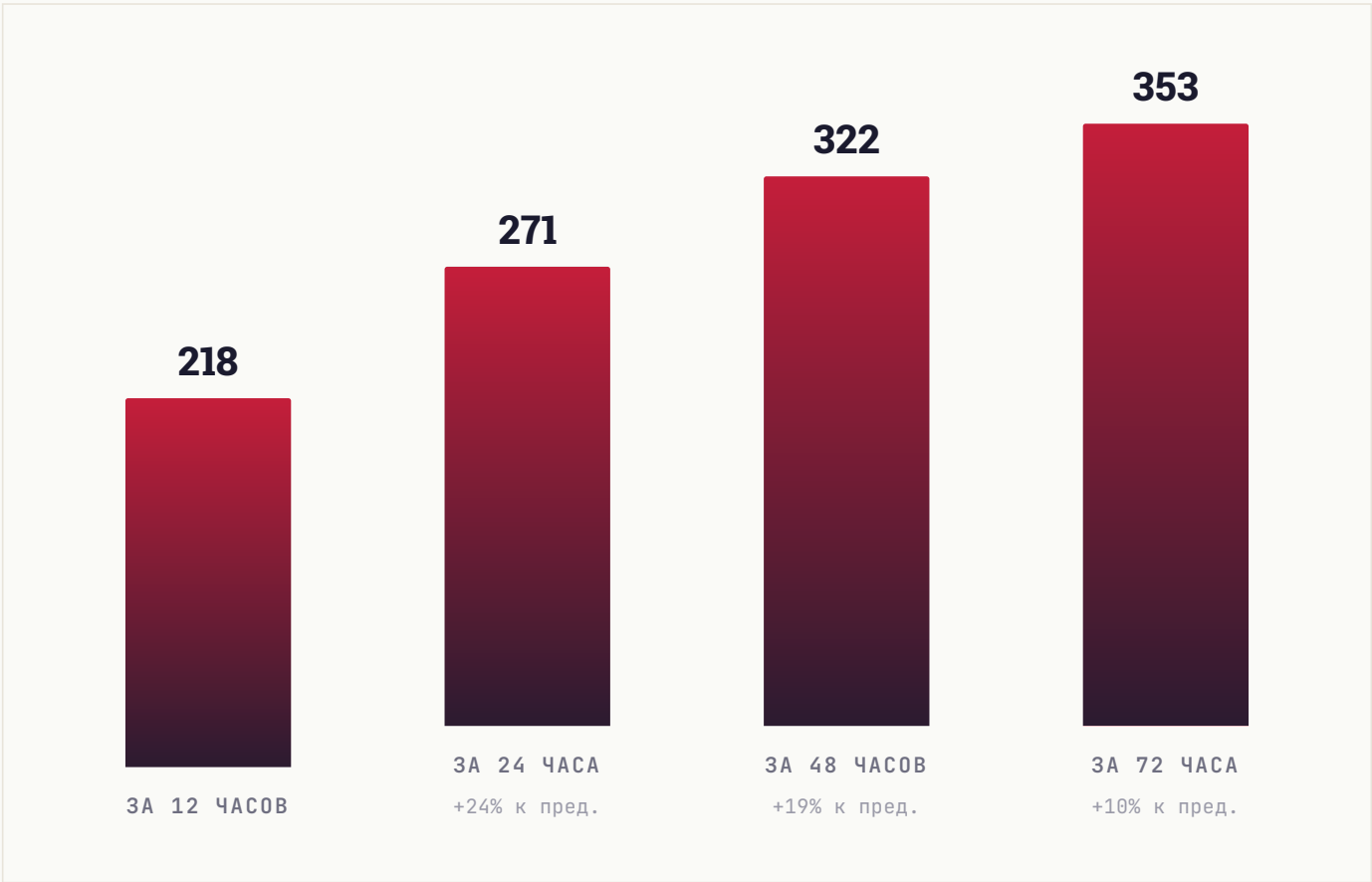
В КАКИХ ТЕМАТИКАХ УПОМИНАЮТ



— 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
استوری اینستاگرام	439.7K
آهنگ موزیک جدید شاد	349.5K
ربات دانلود استوری و پست از اینستاگرام	207.3K
ВД ВИДЕО ДЛЯ СТОРИСОВ	137.5K
ШС Шаблоны Cap Cut Кап Кут	131.3K
Р• ріасеіт • пресеты & блогинг	126.3K
نسب NESA PIRUZIFARD انسا پیروزی فرد	124.2K
ÃÃ ÃAKLAB	115.2K
ШС ШАБЛОНЫ CAPCUT КАПКУТ КУТ	113.6K
СР СТИКЕРЫ PNG ДЛЯ СТОРИС	110.6K
КД КОНТЕНТ ДЛЯ ПСИХОЛОГА ПОСТЫ, СТОРИС, РИЛС	11K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал пока вне топ-99 ниши — ранняя стадия роста. Лидер ниши — استوری اینستاگرام (439.7K), медиана топ-99: 32.8K. Первая цель — войти в топ-99 через системную работу с трафиком и контентом.

— 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 **106**, они привели **1 009** новых подписчиков.

период	упоминаний	каналов	привело подписчиков
Январь 2026	6	6	68
Декабрь 2025	3	3	85
Ноябрь 2025	34	26	251
Октябрь 2025	26	21	213
Сентябрь 2025	13	11	112
Август 2025	24	19	280

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
106	6	1 009

Где канал в своей лиге

ПОДПИСЧИКИ

хуже медианы на 67%

медиана 33.4K

9.6K

11 017 — ваш канал

133.3K

СРЕДНИЙ ОХВАТ / ПОСТ

хуже медианы на 83%

медиана 3K

54

504 — ваш канал

11.2K

ИНДЕКС ЦИТИРОВАНИЯ

лучше 90% ниши

медиана 38

0

220 — ваш канал

277

— 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 вторник

В этот день и в 11:00 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 4.57% против нормы 5.5%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+0.9пп 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

**+1000-3000
подп.**

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