

ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала Самосознание



@um_soznanie

Познай себя, и тебе откроется вся Вселенная. По всем вопросам: @Bionic_91 Менеджеры: @bogaglaz @Marrcellus @Diggsale @nsmarketolog Купить рекламу через биржу: https://telega.in/c/um_soznanie PKH:...

ПОДПИСЧИКИ

28 480

-14 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

7.0%

за сутки 4.3%

ОХВАТ/ПОСТ

1.8K

рекл. охват 1.2K/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 28 480 —	👁️ охват поста 6.46% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 1.8K медиана 2K · 29 дней	📅 постов/нед. 27.0 за период
📈 тренд 7д -20.3% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 78.1 всего 8 825 реакц., 3 891 реп., 3 комм.	📄 длина поста 483 зн. медиана 404 · 29 дней	★ постов в анализе 113 29 дней
📈 рекл. охват 1.2K среднее за 24ч	💖 отток / месяц -14 за последний месяц	📄 цитируемость 293 индекс цитирования · 449 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 8 месяцев создан 09.01.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «Самосознание» — 28 480 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 1.8K человек (6% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 27 постов в неделю (~4 в день) — активный режим публикаций. За неделю 31 августа – 6 сентября охваты просели на -20.3% к неделе 24–30 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 113 постам за 29 дней.
- 02 Доминирующий формат — Фото (113/113 постов).
- 03 Средняя длина поста — 483 знаков (медиана 404).
- 04 Пик активности аудитории — четверг, 14:00 MSK.
- 05 Самые сильные посты собирают в 2 раз больше просмотров, чем самые слабые (2.5K в среднем у топа vs 1.3K у худших) — среди 113 постов за 29 дней. Стоит разобрать что общего у топа — тема, формат, время выхода.

ТОП-5 ПОСТОВ

№1 12.08 · 11:00 ФОТО В наличии чётки Можно использовать как в практике по чтению мантр и молитв, так и в качестве аксессуара Выбирайте и заказывайте себе...	ПРОСМ. 2 550 РЕП. 1	РЕАКЦ. 7 ER 9.0%
№2 21.08 · 08:59 ФОТО Почему стоит отказаться от попыток «причинить» людям добро Жить становится гораздо легче, когда ты, наконец, отказываешься от попыток...	ПРОСМ. 2 514 РЕП. 68	РЕАКЦ. 82 ER 8.8%
№3 20.08 · 17:59 ФОТО Мы думаем, что быть счастливым — это радоваться, а всегда быть счастливым — это радоваться всегда и всему. Но это невозможно. Для меня...	ПРОСМ. 2 467 РЕП. 40	РЕАКЦ. 74 ER 8.7%

№4 27.08 · 11:45 ФОТО Ты так боишься показаться глупым или уязвимым, что выбрал безопасную роль живого трупа Самый удобный способ не пораниться — замереть...	ПРОСМ. 2 454 РЕП. 37	РЕАКЦ. 58 ER 8.6%
№5 26.08 · 19:04 ФОТО Не воспитывайте детей, все равно они будут похожи на вас. Воспитывайте себя. 🍀 Английская пословица	ПРОСМ. 2 427 РЕП. 65	РЕАКЦ. 114 ER 8.5%

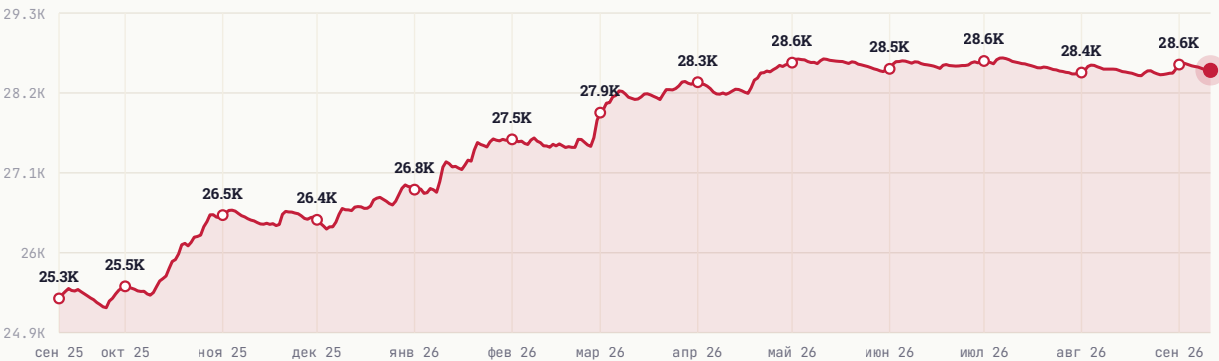
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 07.09 · 13:03 ФОТО Энергия обновления: как старые вещи блокируют ваше будущее 1. Есть закон изобилия – чтобы пришло новое, нужно избавиться от старого. Иначе...	ПРОСМ. 1 322 РЕП. 48	РЕАКЦ. 65 ER 4.6%
↓ 07.09 · 08:04 ФОТО Если возникает необходимость, всю жизнь можно уложить в одном-единственном чемодане. Спросите у себя, что вам действительно нужно, и ответ...	ПРОСМ. 1 312 РЕП. 12	РЕАКЦ. 65 ER 4.6%
↓ 07.09 · 11:04 ФОТО К сожалению, всё хорошее мы осознаём только с опозданием. Живём в тоске по прошлому и в страхе перед будущим. Где угодно, только не в...	ПРОСМ. 1 250 РЕП. 25	РЕАКЦ. 75 ER 4.4%

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.

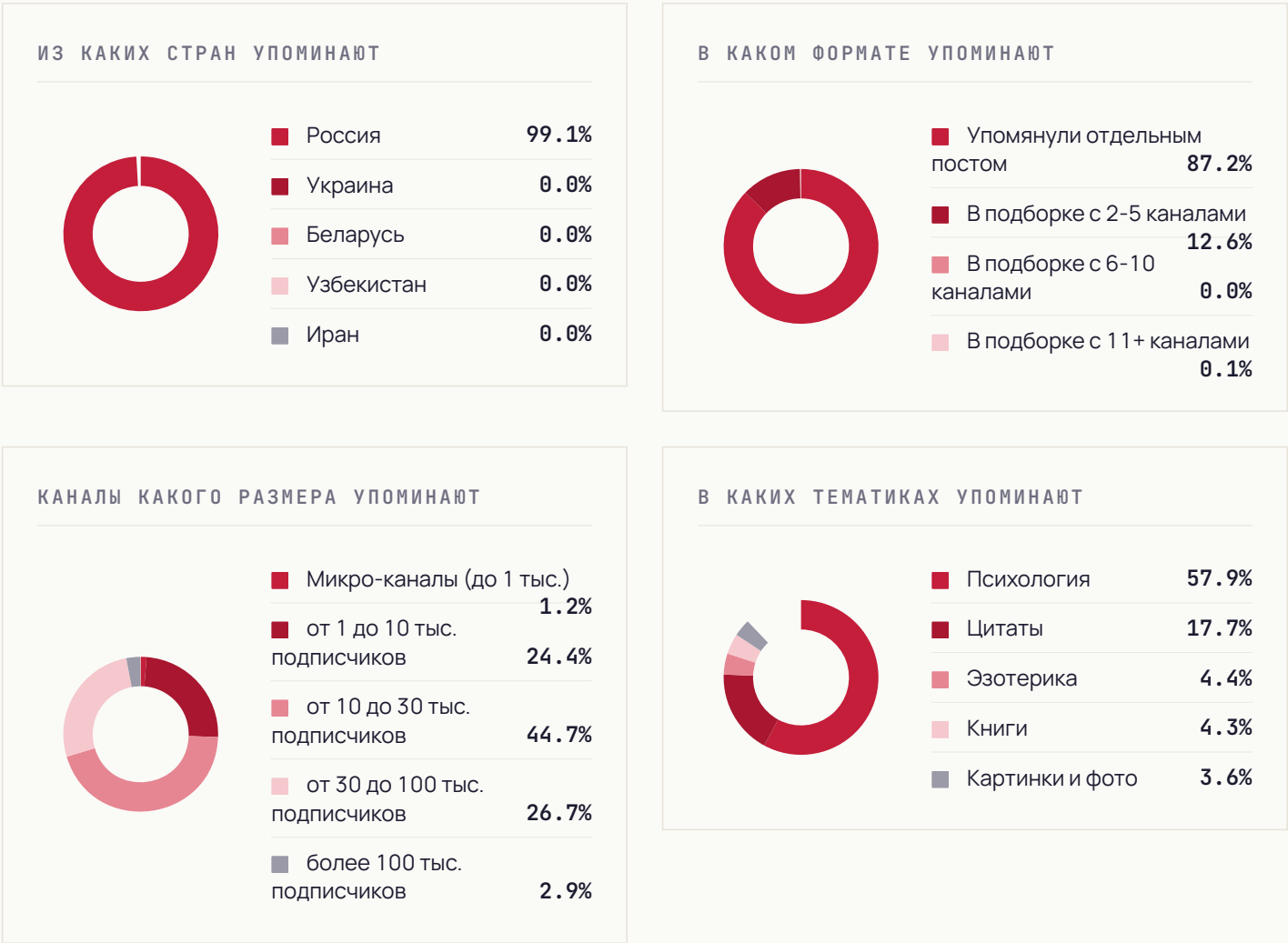


НАЧАЛО ПЕРИОДА	СЕЙЧАС	ЧИСТЫЙ ПРИРОСТ
25 341	28 480	+3 139

РАЗДЕЛ 04 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

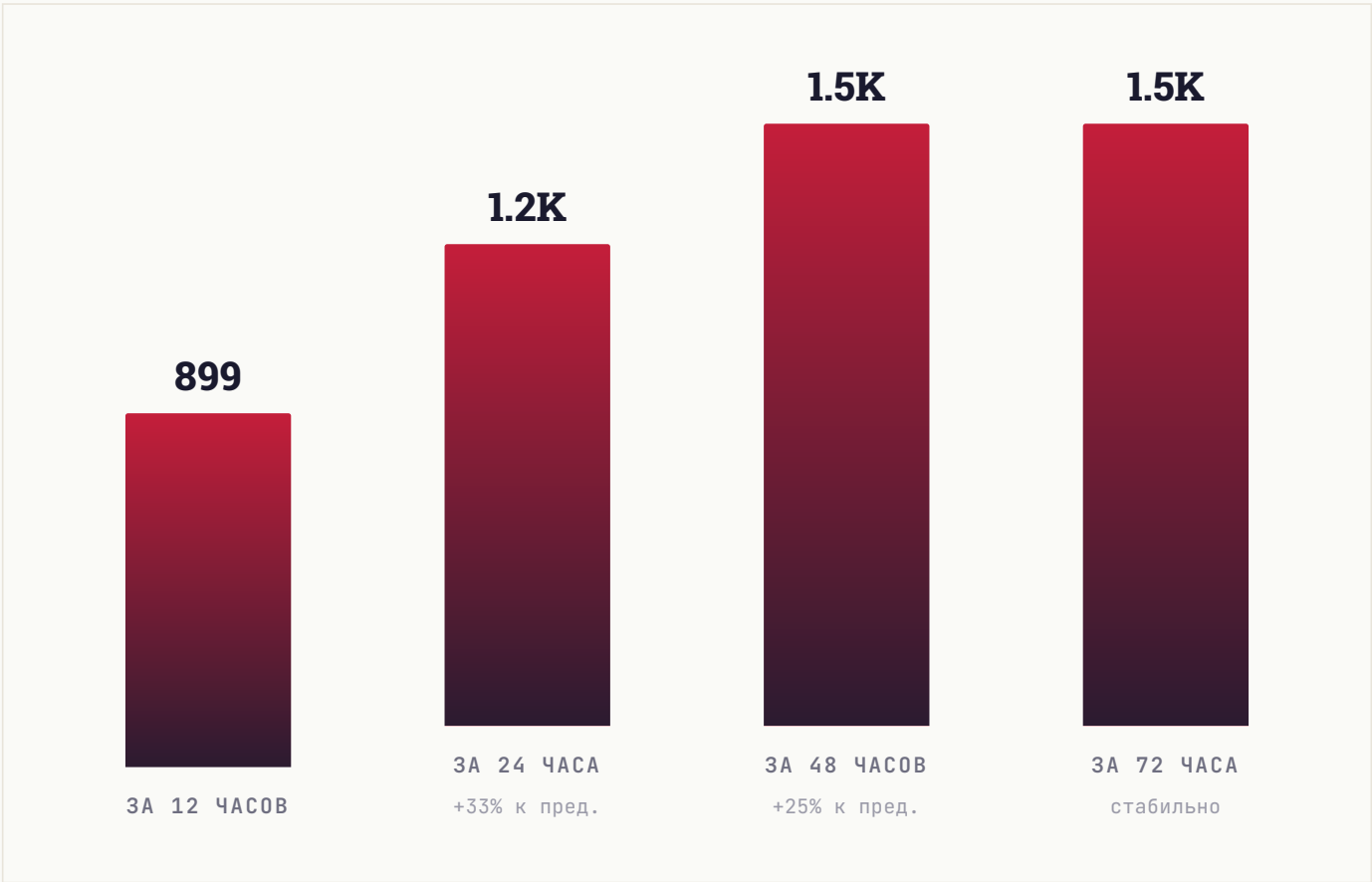
Индекс цитирования **293** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **449** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
БУ Будда	45K
СА Самосознание ВЫ	28.5K
Ж МАГИЯ Жизни	19.1K
RT Relax time	18.7K
Д Гармония Души Саморазвитие	18.4K
КЛ Красота Любви	14.1K
В СОЛНЦЕ В ЛАДОНЯХ Вдохновение	11.5K
ЖИ ЖивиЛюби	11.3K
МЧ мои Чудеса Жизни	9K
МИ Моё Изобилие	8.1K

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал — 2-е место из 10, в верхней трети подборки. Крупнее — 1 канал (лидер: Будда, 45K), мельче — 8 каналов. С лидерами — платные размещения или ивенты; с остальными — взаимные размены постов на равных условиях.

— 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 **163**, а канал за это время прибавил **4 731** подписчиков из всех источников.

период	упоминаний	каналов	прирост за месяц
Март 2026	45	45	761
Февраль 2026	21	21	656
Январь 2026	31	30	1 030
Декабрь 2025	24	23	764
Ноябрь 2025	16	16	354
Октябрь 2025	26	26	1 166

всего упоминаний	месяцев в данных	привлекли подписчиков
163	6	4 731

РАЗДЕЛ 08 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

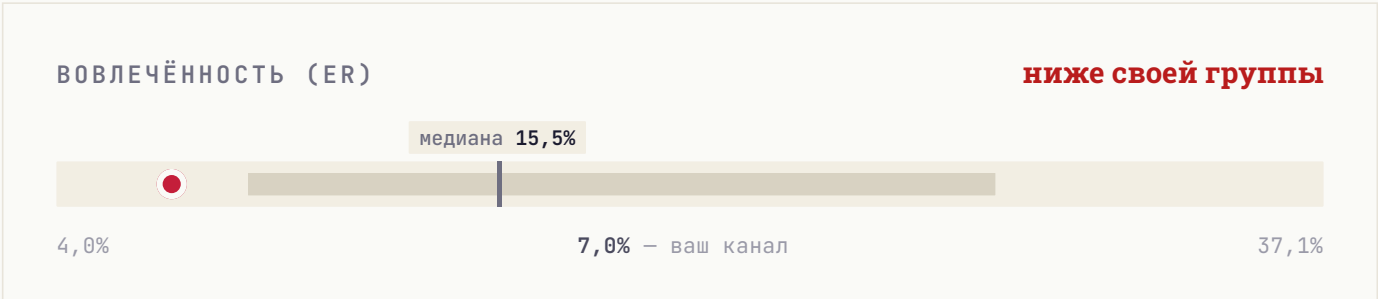
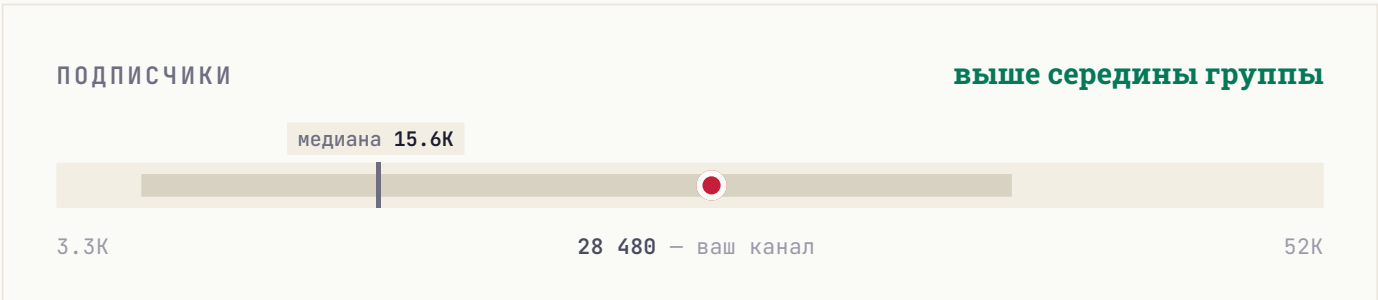
Где канал в своей лиге

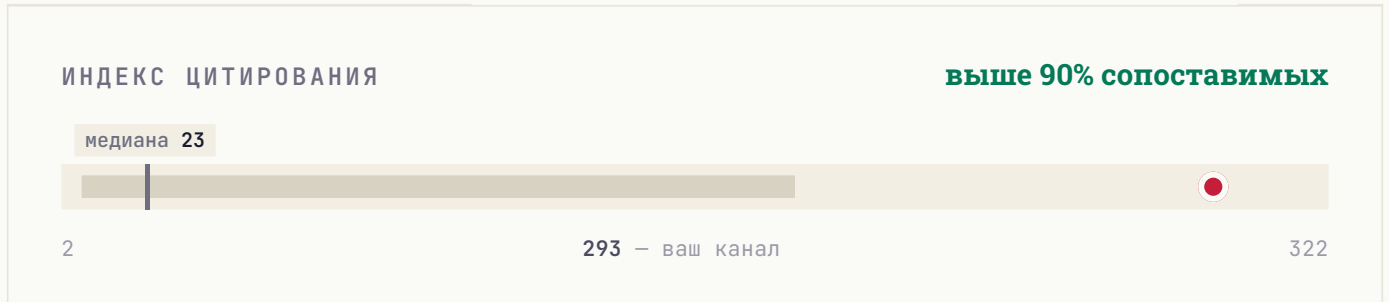
Сравниваем с каналами вашего размера: **26 каналов** категории «Психология» от 3 тыс. до 285 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#7 /26

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 7 из 26 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых сразу по нескольким показателям:
подписчики и индекс цитирования.

— 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 четверг

В этот день и в 14:00 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 6.46% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+2.5пп 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 — 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
----	-------------------------------	---
