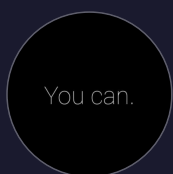


ПУБЛИЧНЫЙ ОТЧЁТ PROMTPRESS

Аудит канала You can



@youcan_n

Здесь ты найдешь мотивацию: ✓ тренироваться ✓ правильно питаться ✓ пить больше воды
Админ: @free_tati Менеджеры: @kater654
Купить рекламу через биржу: https://telega.in/c/youcan_n

ПОДПИСЧИКИ

5 489

-71 за месяц

ОХВАТ ПОСТА (ERR)

7.0%

за сутки 3.5%

ОХВАТ/ПОСТ

351

рекл. охват 190/24ч

— СОДЕРЖАНИЕ · 2026

Что внутри отчёта

- 01

Снимок канала

12 ключевых метрик · AI-резюме
- 02

Контент-анализ

Топ-5 постов · худшие 3 · выводы
- 03

Цитируемость

Кто и как упоминает канал
- 04

Рекламный потенциал

Как долго пост приносит охват
- 05

Конкуренты

Соседи по нише · ваше место
- 06

Сравнение с нишей

Позиция в категории «Психология»
- 07

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 5 489 —	👁️ охват поста 6.39% ср. % подписчиков видят один пост	👁️ просмотры/пост 351 медиана 363 · 29 дней	📅 постов/нед. 21.4 за период
📈 тренд 7д -6.1% vs предыдущая неделя	💖 реакц./пост 28.4 всего 2 557 реакц., 540 реп., 53 комм.	📄 длина поста 194 зн. медиана 108 · 29 дней	★ постов в анализе 90 29 дней
📈 рекл. охват 190 среднее за 24ч	💖 отток / месяц -71 за последний месяц	📄 цитируемость 57 индекс цитирования · 102 каналов упомянули за всё время	📅 возраст канала 3 года 5 месяцев создан 19.03.2023

AI-РЕЗЮМЕ РЕДАКТОРА

Канал «You can» — 5 489 подписчиков. Каждый пост в среднем смотрит 351 человек (6% от подписчиков), охват невысокий — стоит расширять аудиторию. Публикует 21 постов в неделю (~3 в день) — активный режим публикаций. За неделю 31 августа – 6 сентября охваты просели на -6.1% к неделе 24–30 августа — стоит разобрать причины.

Что заходит лучше всего

ЧТО ОБЩЕГО У УСПЕШНЫХ ПОСТОВ

- ### ТОП-5 ПОСТОВ

Стр. 4 / 12

№4 17.08 · 11:10 ТЕКСТ Сытные салаты для похудения ✨С тунцом тунец, яйцо, салат, помидор, масло ✨С куриной грудкой куриная грудка, кукуруза, зеленый лук, сыр...	ПРОСМ. 435 РЕП. 13 РЕАКЦ. 21 ER 7.9%
№5 21.08 · 11:40 ТЕКСТ !! Признаки, что нужно менять режим сна !! 📌 Проблемы с концентрацией внимания или памятью 📌 Когда только просыпаешься, уже чувствуешь...	ПРОСМ. 427 РЕП. 6 РЕАКЦ. 27 ER 7.8%

|

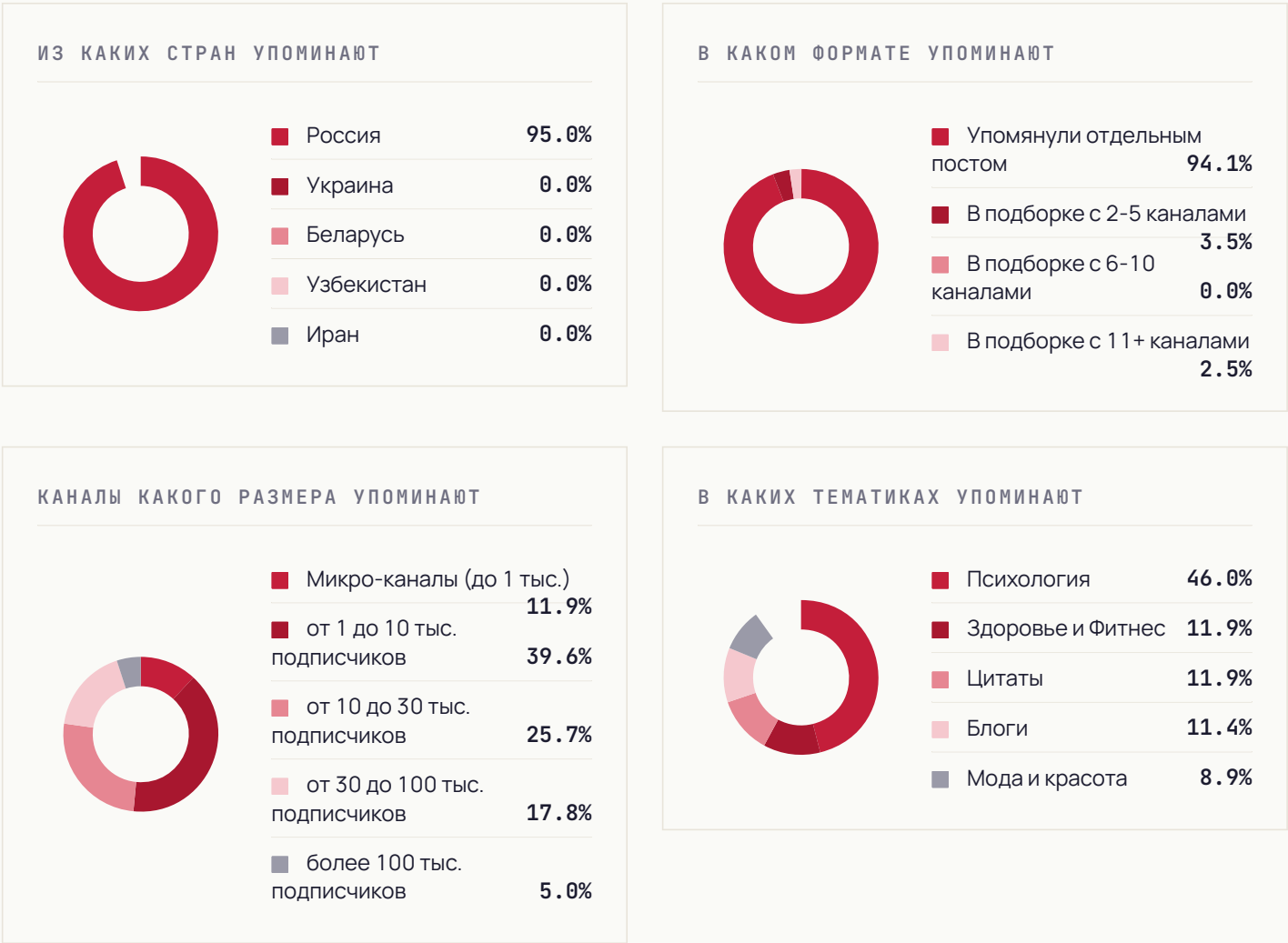
СЛАБЕЕ ОСТАЛЬНЫХ 3

↓ 11.09 · 05:10 ФОТО ABCDABCDABCDABCDABCDABCDABCDABCD Аффирмация дня: я верю в свои способности и знаю, что могу преодолеть любые трудности! You can ❤️	ПРОСМ. 282 РЕП. 4 РЕАКЦ. 34 ER 5.1%
↓ 11.09 · 11:20 ТЕКСТ Что взять с собой? Полезные перекусы с белком 1 2 яйца вкрутую + 2 хрустящих хлебца 2 30г сыра + 1/2 груши 3 100г творога + 50г...	ПРОСМ. 275 РЕП. 7 РЕАКЦ. 15 ER 5.0%
↓ 11.09 · 17:10 ТЕКСТ Напоминание для тебя🔁 Твоё тело создано, чтобы почувствовать твою любовь, заботу, нежность, ласку к нему, а не чтобы его стеснялись...	ПРОСМ. 263 РЕП. 5 РЕАКЦ. 27 ER 4.8%

— РАЗДЕЛ 03 · ЦИТИРУЕМОСТЬ

Кто и как упоминает канал

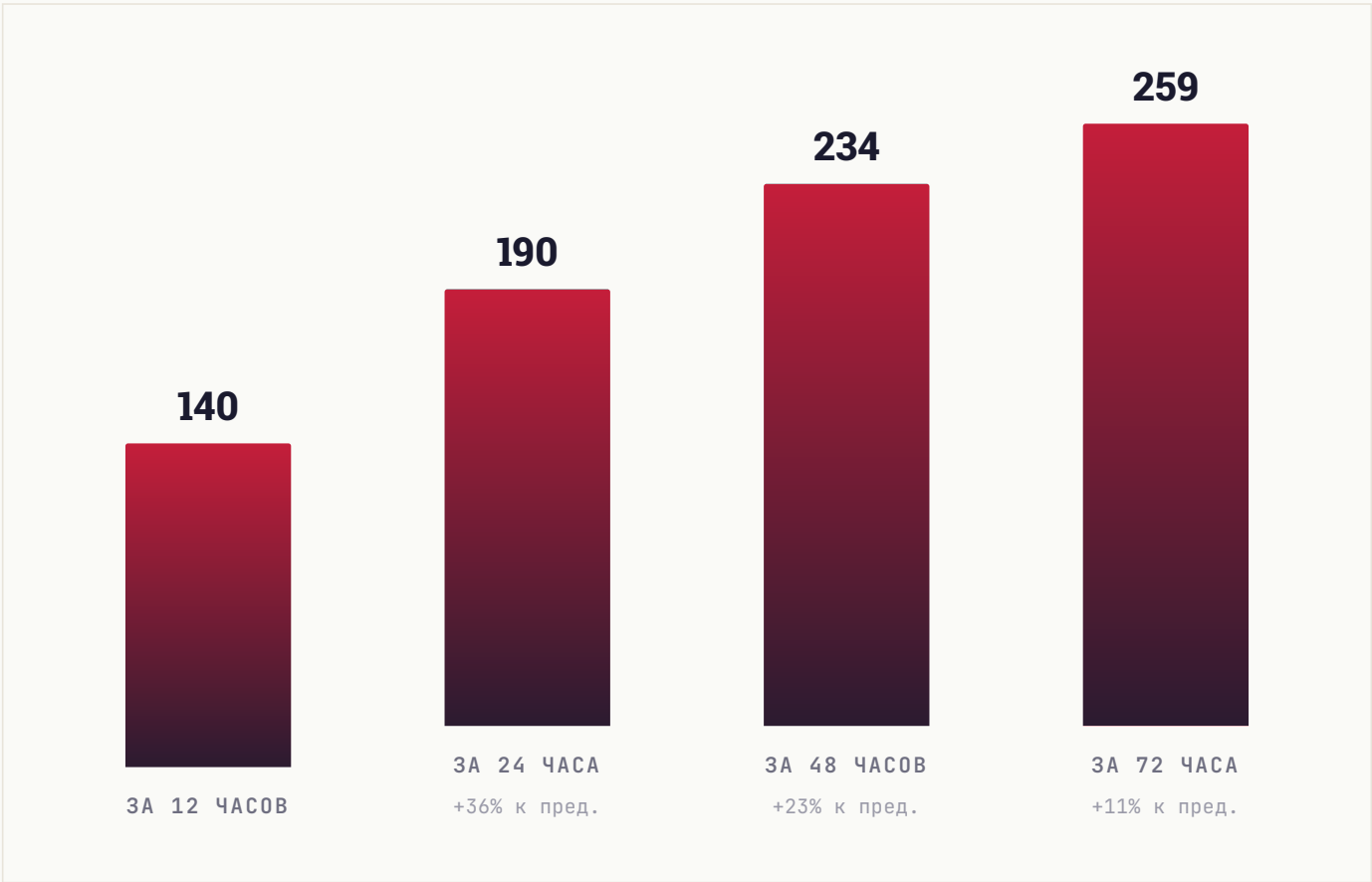
Индекс цитирования **57** — рейтинг популярности канала на основе упоминаний. Учитывает не только их количество, но и вес упоминающих: пост от канала на 100 тыс. подписчиков «весит» больше, чем от канала на 1 тыс. За всё время канал упоминали **102** разных каналов.



— 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

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

КАНАЛ	ПОДПИСЧИКИ
ST studyblr.	11.3K
ЛК Лучше каждый день 🌸	8.5K
TG That girl Саморазвитие	8.2K
TG THAT GIRL саморазвитие, мотивация, study	7.4K
☕️ ☕️+☕️ hygge 🕯️ +☕️ ☕️	6.6K
YC You can ВЫ	5.5K
Ч *°🍂*advice for girls.°☕️*	5.2K
BY Be You Разговор с Собой	4.8K
OO Ocean of Emotions	2.6K

| СРАВНИТЕЛЬНЫЙ ВЫВОД

Канал в середине подборки (6-е место из 9). 5 каналов крупнее, 3 — мельче. Хорошие варианты для взаимного размена постов в обе стороны:
наверх — чтобы вырасти, вниз — чтобы помочь меньшим коллегам.

— РАЗДЕЛ 06 · СРАВНЕНИЕ С НИШЕЙ

Где канал в своей лиге

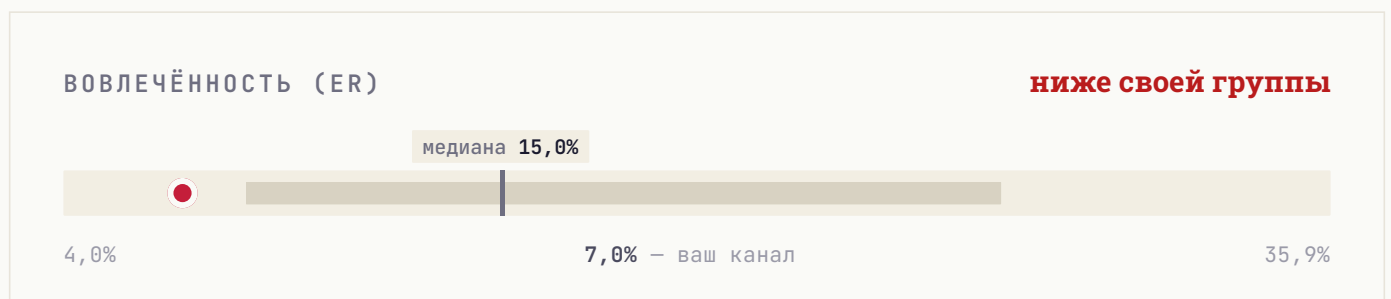
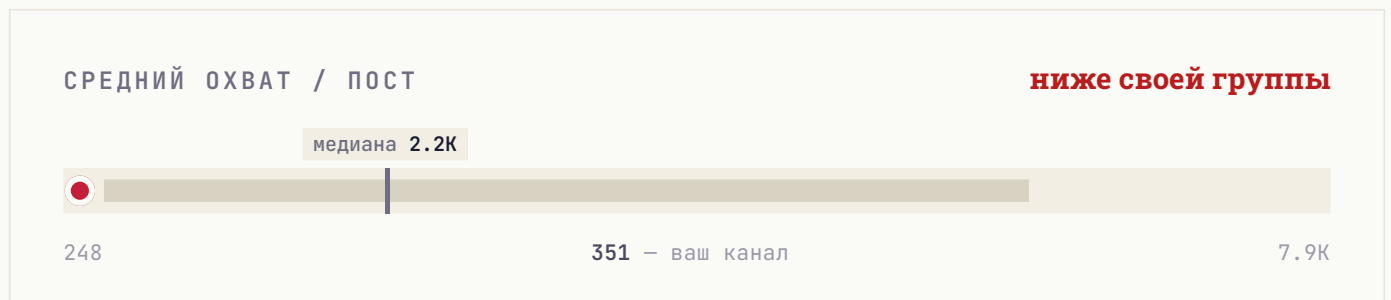
Сравниваем с каналами вашего размера: **29 каналов** категории «Психология» от 548 до 55 тыс. подписчиков. Серая полоса — диапазон, куда попадают 80% каналов группы. Чёрная вертикаль — середина. Красная точка — ваш канал.

#26

/29

ПОЗИЦИЯ В НИШЕ

Место 26 из 29 каналов сопоставимого размера





Канал обгоняет большинство сопоставимых по одному показателю — **индекс цитирования**. Это то, на чём стоит строить рост.

— РАЗДЕЛ 07 · 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 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 6.39% против нормы 9.0%. Стоит протестировать опросы и интерактивные форматы.

ЭФФЕКТ

+2.6пп 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
----	-------------------------------	---
