

Зубков Андрей

ПЕРВЫЙ ШАГ В НЕЙРОСЕТЯХ

самое простое руководство
для новичков

30

заданий,
чтобы
понять ИИ

я понял ИИ

5 30 заданий



4 Первая
польза



3 Первый
ответ



2 Первый
промт



1 Что такое ИИ



СТАРТ

Зубков Андрей

Первый шаг в нейросетях:

самое простое

руководство для новичков

<https://litres.ru/74187307>

SelfPub; 2026

Аннотация

«Первый шаг в нейросетях» — это самое простое руководство для новичков. Вы разберётесь, что такое ИИ, как работают нейросети, зачем они нужны и как начать пользоваться ими в обычной жизни уже сейчас.

Вам не нужно быть программистом, разбираться в технологиях или знать специальные слова. Всё объясняется простым языком: на понятных примерах, без сложных схем и перегруженной теории.

Из книги вы узнаете:

- что такое нейросеть простыми словами;
- чем ИИ может быть полезен ;
- как правильно задавать вопросы нейросети;
- почему ИИ иногда ошибается и как проверять его ответы;
- как нейросети помогают в работе, учёбе, быту и личных задачах.

Внутри вас ждут 30 практических заданий, которые помогут не просто прочесть о нейросетях, а попробовать их в деле.

«Первый шаг в нейросетях» поможет спокойно разобраться в теме и увидеть главное: нейросети — это не страшная технология будущего, а удобный инструмент, который уже сегодня может стать вашим помощником.

Зубков Андрей

Первый шаг в нейросетях: самое простое

руководство для новичков

Глава 1. Что такое нейросеть простыми словами

Частая ситуация: ты слышишь «нейросети», «ИИ», видишь кнопку «Спросить у помощника» в телефоне или на сайте, пробуешь задать вопрос — и получаешь странный ответ. То слишком общий, то уверенный, но без конкретики. Возникает простой вопрос: это вообще что такое и почему иногда помогает, а иногда только путает?

Ключевая мысль такая: нейросеть — это программа, которая продолжает текст по смыслу, опираясь на примеры из обучения. Поэтому она хорошо формулирует и объясняет, но может ошибаться и «додумывать», если ей не хватает данных или если вопрос задан расплывчато.

Если говорить по-бытовому, ты уже встречаешь ИИ чаще, чем кажется. Когда телефон сам предлагает следующее слово в сообщении, когда почта сортирует письма на «важные» и «спам», когда навигатор выбирает маршрут, когда ма-

газин показывает «вам может понравиться», когда приложение распознаёт лицо на фото — это всё примеры того, как программы находят закономерности и делают предположение.

Нейросеть — один из способов делать такие предположения. Только в чат-боте это выглядит как разговор: ты пишешь, а система отвечает связным текстом.

Полезно различать две похожие вещи: «умный поиск» и чат-бот.

Умный поиск работает так: ты задаёшь запрос, а система ищет подходящие материалы в интернете или в базе сайта и показывает ссылки, выдержки, карточки. Даже если поиск «умный» и понимает смысл, он всё равно в первую очередь находит уже существующие источники.

Его сильная сторона — опираться на конкретные страницы и документы. Его слабая сторона — тебе всё равно нужно читать, сравнивать и собирать ответ самому.

Чат-бот работает иначе: он не показывает список источников по умолчанию, а сразу пишет ответ как готовый текст. Он может переформулировать, составить план, объяснить простыми словами, сделать черновик письма, придумать вари-

анты.

Его сильная сторона — быстро собрать понятный черновик под твою задачу. Его слабая сторона — он может звучать уверенно, даже когда ошибается, потому что его задача — сгенерировать связный ответ, а не гарантировать истинность каждого факта.

Отсюда понятнее, что нейросеть делает хорошо. Она сильна там, где нужно работать с формой и смыслом текста:

- объяснить тему простыми словами и разными способами;
- составить план, список шагов, черновик сообщения или резюме;
- предложить варианты идей, заголовков, формулировок;
- сократить длинный текст или, наоборот, развернуть короткий тезис;
- привести примеры, шаблоны, структуру.

Но есть и типичные места, где она ошибается. Самое важное: нейросеть может «галлюцинировать» — то есть уверенно выдумывать детали.

Это не мистика, а обычная ситуация: если в запросе не хватает данных или вопрос требует точных фактов, модель

может заполнить пробелы правдоподобными словами. Ещё она может путать даты, названия, цифры, условия, а иногда — противоречить сама себе в разных частях ответа.

И она не знает твою реальность, если ты её не описал: например, правила в твоей компании, требования преподавателя, контекст переписки, ограничения по времени и бюджету.

Поэтому полезно заранее выбирать правильный инструмент под задачу. Если тебе нужно «найти, на каком сайте это написано» или «какая точная формулировка в документе» — чаще подходит поиск.

Если тебе нужно «сделай понятный черновик», «объясни», «собери структуру», «помоги сформулировать» — чаще подходит чат-бот.

А если нужна точность, хорошая практика — сочетать: сначала получить черновик у чат-бота, потом проверить факты через поиск или по своим исходным материалам.

Представь сценарий. Ты хочешь понять, как подготовиться к собеседованию на обычную офисную позицию, и тебе нужен план.

Ты открываешь чат-бот и пишешь запрос, который можно копировать:

«Ты — карьерный помощник. Мне нужен план подготовки к собеседованию на позицию офис-менеджера. У меня 3 дня, по 40 минут в день. Составь план по дням: что сделать, какие вопросы потренировать, какие документы подготовить. Формат: таблица “День / Действия / Результат”. Если тебе не хватает данных — задай до 3 уточняющих вопросов».

Ожидаемый результат: таблица на 3 дня с понятными шагами и результатом на выходе.

Дальше ты смотришь на ответ и проверяешь его как новичок, без сложных техник.

Во-первых, ищешь места, где требуются факты: например, «какие документы нужны» — это может зависеть от компании.

Во-вторых, отмечаешь расплывчатые пункты вроде «хорошо подготовьтесь» и просишь конкретику.

В-третьих, если бот написал уверенно что-то спорное (например, «всегда нужно приносить такие-то справки»), ты не

споришь с ним, а уточняешь и проверяешь через поиск или у работодателя.

Например, твой следующий шаг может быть таким:

«Уточни пункт про документы: перечисли 5–7 вариантов, но пометь, что зависит от компании. Не выдумывай обязательные требования. Добавь строку “как проверить” для каждого пункта».

Так ты используешь сильную сторону нейросети (структура, формулировки, план) и снижаешь риск слабой стороны (выдуманные “обязательные” детали).

После этой главы стоит унести три вещи.

Нейросеть в чат-боте — это генератор связного ответа по смыслу, а не гарантия фактов.

«Умный поиск» чаще приводит к источникам, а чат-бот — к черновику текста и структуры.

И если ответ звучит уверенно, это ещё не значит, что он точный: проси конкретику, добавляй контекст и проверяй факты там, где цена ошибки высока.

Глава 2. Зачем вам ИИ в повседневной жизни

Обычно знакомство с ИИ начинается так: вы открываете

чат-бот, пишете что-то вроде «помоги», получаете длинный ответ и закрываете вкладку. Непонятно, где это реально полезно в обычной жизни, а где — просто любопытная игрушка. Ещё сложнее, если задач много: дом, покупки, учёба, работа, переписки. Кажется, что проще сделать самому, чем объяснять, какой именно результат нужен.

Ключевая мысль простая: ИИ полезен там, где у задачи есть понятный вход и понятный выход. Вход — это то, что вы даёте (ситуация, текст, требования). Выход — то, что вы хотите получить (список, план, черновик письма, краткое объяснение). Если вы можете назвать вход и выход одной фразой, ИИ почти всегда поможет: быстрее собрать черновик, накидать варианты, структурировать, сократить, уточнить.

Как это работает на практике. Представь любую задачу и проверь её по трём шагам.

Первый шаг — определить тип результата. Не «помоги мне», а «сделай список покупок», «составь план», «перепиши текст проще», «придумай 10 вариантов», «сделай краткий конспект». Чем конкретнее форма, тем легче оценить качество.

Второй шаг — дать исходные данные. ИИ не читает ваши мысли и не знает контекст. Если вы хотите меню на неделю

— нужны ограничения: сколько людей, бюджет, что можно и нельзя есть, сколько времени на готовку. Если хотите письмо — нужен адресат и цель. Если хотите подготовиться к теме — нужен уровень («я новичок») и что именно непонятно.

Третий шаг — задать рамки качества. Это короткие правила, по которым вы поймёте, что ответ годится. Например: «без экзотических ингредиентов», «в 5 пунктах», «простыми словами», «с примерами», «не больше 120 слов», «в таблице». Это экономит время на переделках и снижает шанс получить «красивый, но бесполезный» текст.

Теперь — где это чаще всего помогает.

В быту ИИ хорошо снимает мелкую нагрузку, когда нужно быстро придумать, выбрать или упорядочить. Примеры типичных задач: составить список дел на день из хаоса мыслей; придумать варианты ужина из того, что уже есть дома; собрать список покупок под меню; написать вежливое сообщение соседям или мастеру; сравнить варианты подарка под бюджет; сделать план поездки на выходные с учётом времени и интересов; объяснить простыми словами, что означает письмо от сервиса или банка (без личных данных). В этих задачах ценность не в «гениальности», а в том, что вы быстрее получаете черновик и дальше просто правите под себя.

В учёбе и работе ИИ чаще всего экономит время на подготовке и оформлении. Учебные сценарии: попросить объяснить тему «как для новичка» и проверить себя вопросами; сделать краткий конспект из длинного текста; составить план ответа или доклада; придумать примеры и упражнения; подготовить шпаргалку-таблицу «термин — простое объяснение — пример».

Рабочие сценарии: черновик письма клиенту или коллеге в нужном тоне; структура презентации или отчёта; список вопросов для встречи; резюме длинного текста в 5–7 пунктов; улучшение вашего текста (убрать лишнее, сделать яснее, привести к деловому стилю); подготовка к интервью — ответы на типовые вопросы на основе вашего опыта (если вы даёте факты).

Важно понимать границу: ИИ не гарантирует правду и может уверенно ошибаться. Поэтому лучше всего начинать с задач, где ошибка не критична и результат легко проверить глазами. Черновик письма вы прочитаете. Список дел вы оцените. План вы поправите. А вот «точные юридические советы» или «медицинские назначения» — это не тот уровень задач для бытового использования без проверки у специалиста.

Чтобы книга дала практику, выбери прямо сейчас 2–3

свои задачи, которые ты реально делаешь каждую неделю. Выбирай по трём критериям: задача повторяется; результат можно проверить; тебе будет не жалко начать с черновика. Если сложно выбрать, используй подсказку: одна задача из быта, одна из учёбы или работы и одна — про тексты (сообщения, письма, объяснения).

Один цельный сценарий, как это выглядит.

Допустим, у тебя каждый день уходит время на «что приготовить и что купить», и ещё ты откладываешь важное письмо по работе, потому что не можешь начать. Ты выбираешь эти две задачи плюс одну учебную: «разобраться в теме и сделать конспект».

1) Бытовая задача: меню и покупки.

Сделай запрос, где есть вход (ограничения) и выход (формат):

«Составь меню на 3 дня для 1 человека. Условия: бюджетно, без рыбы, готовка до 30 минут, продукты обычные из супермаркета. На выходе:

- 1) список блюд по дням (завтрак/обед/ужин),
- 2) общий список покупок с примерным количеством,
- 3) короткие шаги приготовления для каждого блюда (по 3–5 пунктов).»

Ожидаемый результат: понятный план и список покупок.

Типовая ошибка: ответ слишком сложный или с редкими продуктами. Исправление: «Замени редкие ингредиенты на обычные, оставь 6–8 базовых продуктов, повторяй их между блюдами».

2) Рабочая задача: письмо.

Ты даёшь исходные факты и просишь форму:

«Помоги написать письмо коллеге. Ситуация: я задерживаю свою часть задачи на 2 дня, причина — согласование затянулось, я уже сделал 70%. Цель: предупредить, предложить новый срок и следующий шаг. Тон: спокойный, без оправданий. Формат: 6–8 предложений, в конце — один вопрос.»

Ожидаемый результат: черновик, который легко отправить после проверки.

Типовая ошибка: слишком “официально” или слишком “виновато”. Исправление: «Сделай тон нейтральнее и короче, убери лишние эмоции».

3) Учебная задача: понять тему и законспектировать.

Ты задаёшь уровень и формат проверки:

«Объясни тему “инфляция” простыми словами, как для человека без экономического образования. Затем дай 5 вопросов для самопроверки и короткий конспект в 7 пунктах. Без формул.»

Ожидаемый результат: объяснение + вопросы + конспект, который можно сохранить.

После такого сценария у тебя появляется главное: не «общение с ИИ», а три заготовки, которые можно повторять и улучшать.

Что стоит унести и сделать после прочтения:

- Выбирай задачи, где можно назвать вход и выход одной фразой: тогда ИИ даёт полезный черновик.
- Начни с 2–3 своих повторяющихся задач (быт + учёба/работа), где результат легко проверить.
- В каждом запросе фиксируй формат ответа и ограничения — это резко снижает количество бесполезных «простых текстов».

Глава 3. Как устроен чат-бот для пользователя

Обычно новичок открывает чат-бота и видит «пустое окно»: куда писать, что нажимать, почему ответы иногда пропадают, где найти вчерашний разговор и зачем вообще нужны настройки. Часто первые попытки заканчиваются так: вы написали запрос, получили ответ, закрыли вкладку — и че-

рез день не можете найти ни сам диалог, ни удачную формулировку. Из-за этого кажется, что пользоваться неудобно и «всё каждый раз с нуля».

Ключевой принцип простой: относись к чат-боту как к переписке, которую нужно уметь вести и хранить. Это не «кнопка с ответом», а диалог. Ты задаёшь вопрос, уточняешь, возвращаешься к теме, а система сохраняет историю, чтобы ты мог продолжать и находить нужное.

Для пользователя чат-бот обычно состоит из трёх видимых частей.

Первая — поле ввода. Это строка или большое окно внизу, куда ты пишешь запрос. Рядом обычно есть кнопка отправки. В некоторых сервисах там же можно прикрепить файл или вставить длинный текст.

Важная деталь: чат-бот отвечает на то, что ты отправил в конкретном сообщении, но учитывает и часть предыдущих сообщений в этом же диалоге. Поэтому одно и то же поле ввода работает по-разному в «новом чате» и в «продолжении разговора». Во втором случае у бота уже есть контекст — то есть фон и детали из вашей переписки.

Вторая — история диалога. Это лента сообщений: твои

запросы и ответы бота. В ней удобно проверять, что именно ты писал, где бот ошибся и какие уточнения сработали.

Если ответ получился неплохим, история — это твой черновик и доказательство того, как ты к нему пришёл. Если ответ плохой, история помогает исправлять: ты видишь, чего не хватает в запросе (цели, ограничений, примеров).

Третья — настройки. Они обычно спрятаны в меню профиля или рядом с названием модели/режима. Настройки бывают разными, но смысл один: они меняют поведение сервиса или то, как он обращается с твоими данными и диалогами.

Например, там может быть выбор языка интерфейса, тема оформления, включение/выключение сохранения истории, иногда — выбор «режима» работы. Не нужно разбираться во всём сразу. На старте достаточно знать, где это находится, и что некоторые проблемы (например, «не вижу прошлые чаты») решаются именно там.

Отдельный вопрос, который быстро возникает: почему у кого-то «всё работает лучше» и что дают платные версии. Разница между бесплатной и платной версией для пользователя обычно не в том, что одна «умная», а другая «глупая», а в условиях доступа.

В бесплатной версии чаще бывают ограничения: меньше сообщений в день, очереди в пиковое время, меньше доступных режимов или функций, иногда — более строгие лимиты на размер текста. В платной версии обычно обещают больше стабильности (меньше ожидания), больше возможностей и более высокие лимиты.

При этом базовый навык — писать понятные запросы и проверять ответы — одинаково нужен в обеих версиях. Платная подписка не заменяет ясного запроса: если написать расплывчато, результат всё равно будет расплывчатым.

Теперь про самое практичное: как сохраняются и как ищутся прошлые диалоги. В большинстве чат-ботов каждый разговор — это отдельный чат в списке слева или в разделе «История». Обычно он автоматически получает название по первой теме, но иногда его можно переименовать вручную.

Полезная привычка: давать чату понятное имя, если сервис это позволяет. Например: «Резюме — версия 1», «Письмо в школу», «План подготовки к собеседованию». Тогда через месяц ты найдёшь нужное за секунды.

Сохранение диалогов чаще всего происходит автоматически в твоём аккаунте, если включена история. Если истории нет, причин обычно две: ты не вошёл в аккаунт (работаешь

как гость) или в настройках отключено сохранение. Ещё бывает режим «временный чат», когда переписка не попадает в историю. Это удобно, если ты не хочешь хранить разговор, но неудобно, если потом нужно вернуться к результату.

Поиск устроен просто: либо ты прокручиваешь список чатов, либо используешь строку поиска по истории (если она есть). Поиск обычно находит чаты по словам из названия и иногда по тексту внутри.

Поэтому, если ты хочешь потом найти удачный запрос, добавь в диалог заметное слово, которое легко вспомнить: например, «Сделай таблицу» или «Вариант 2 — коротко». Это не магия, а обычная подсказка для будущего себя.

Сценарий, который стоит попробовать один раз, чтобы стало понятно, как всё это работает. Твоя задача: подготовить письмо в управляющую компанию и сохранить результат так, чтобы через неделю быстро его найти и доработать.

Сделай так:

1) Создай новый чат и отправь запрос:

«Помоги написать письмо в управляющую компанию. Ситуация: в подъезде не работает лампа на 3 этаже уже неделю. Тон: вежливо, без угроз. Формат: короткое письмо на 8–10 строк. В конце — просьба сообщить срок устранения».

Ожидаемый результат: готовый текст письма.

2) Прочитай ответ и добавь уточнение в том же диалоге (не в новом):

«Сделай два варианта: очень короткий и чуть подробнее. Добавь тему письма в первой строке».

Ожидаемый результат: два варианта с темой.

3) Найди, где у сервиса список прошлых чатов, и переименуй этот чат (если можно) в «Письмо УК — лампа 3 этаж». Если переименовать нельзя, отправь в конце диалога сообщение-метку: «МЕТКА: Письмо УК — лампа 3 этаж».

Ожидаемый результат: диалог легко узнаваем в истории.

4) Закрой сервис, открой снова и проверь: видишь ли ты этот чат в истории. Если нет — открой настройки и проверь два пункта: ты вошёл в аккаунт и включено ли сохранение истории.

Ожидаемый результат: ты понимаешь, где «живут» твои диалоги и почему они могут не сохраняться.

Запомни и унеси с собой две вещи. Во-первых, чат-бот — это переписка: поле ввода отправляет сообщения, история помогает продолжать и исправлять, настройки управляют условиями работы. Во-вторых, если хочешь пользоваться результатами не один раз, относись к истории как к папке

с документами: давай чатам понятные имена или оставляй метки и проверяй, включено ли сохранение.

Глава 4. Первый вход и первый простой запрос

Обычно первый барьер — не придумать «умный запрос», а просто начать. Человек открывает сайт или приложение, видит кнопки «Войти», «Зарегистрироваться», предложения «подключить аккаунт» — и появляется сомнение: куда нажимать, что вводить, не сломаю ли я что-то и как понять, что всё вообще работает. Ещё один частый момент — после входа в чате пусто, и непонятно, что писать в первое сообщение.

Ключевой принцип простой: начни с проверочного запроса. Проверочный запрос — это короткое сообщение, которое подтверждает три вещи: ты действительно вошёл в чат-бот, он принимает твой текст и возвращает связный ответ по теме.

Сначала сделай первый вход. Если ты на сайте — открой страницу чат-бота и найди кнопку «Войти» или «Sign in». Если у тебя нет аккаунта, выбери «Зарегистрироваться» или «Create account».

Чаще всего тебе предложат один из вариантов: вход по почте, по номеру телефона или через готовый аккаунт (например, Google/Apple). Выбирай тот, который тебе удобнее и к

которому у тебя точно есть доступ прямо сейчас.

Дальше действуй по шагам. Введи почту или номер, придумай пароль (или подтверди вход через внешний аккаунт), затем проверь подтверждение. Подтверждение обычно приходит письмом или кодом в SMS.

Открой письмо или сообщение, скопируй код или нажми кнопку подтверждения и вернись в чат-бот. Если тебя снова перекидывает на экран входа — просто войди ещё раз тем же способом: такое бывает.

Когда вход успешный, ты увидишь главное окно чата: поле для ввода текста и кнопку отправки (часто это стрелка или «Enter»). Иногда рядом есть подсказки или примеры сообщений — это нормально, но тебе не нужно разбираться во всём интерфейсе сразу. Тебе важно только одно: ты можешь написать сообщение и получить ответ.

Теперь отправь самый простой проверочный запрос. Скопируй и вставь дословно:

«Привет! Поздоровайся и коротко расскажи, что ты умеешь. Ответь в 5–7 предложениях простыми словами.»

Ожидаемый результат в одну строку: бот отвечает привет-

ствием и понятным списком своих возможностей без сложных терминов.

Зачем здесь ограничение «5–7 предложений» и «простыми словами»? Так ты сразу проверяешь управляемость ответа. Если бот «работает», он не только отвечает, но и старается соблюдать формат: не пишет страницу текста и не уходит в слишком умные объяснения.

Как понять, что бот отвечает корректно и всё настроено правильно? Проверь три признака.

Первый: ответ связан с твоим сообщением. Он должен именно поздороваться и именно рассказать, что умеет, а не выдавать случайный текст или рекламу.

Второй: ответ читается как нормальная речь. Допустимы небольшие шероховатости, но в целом это должны быть понятные предложения, без набора обрывков и без «мусора» в виде странных символов.

Третий: он примерно держит рамки. Если ты просил 5–7 предложений, а получил 30 — это не ошибка «входа», но это сигнал: бот может не соблюдать ограничения с первого раза, и с ним нужно будет говорить чуть точнее.

Две типовые проблемы на этом шаге и что делать.

Если бот не отвечает вообще (крутится загрузка, пусто, ошибка) — обнови страницу или перезапусти приложение и отправь запрос снова. Если не помогло, проверь интернет и попробуй выйти и войти заново.

Если бот отвечает, но явно не по теме (например, начинает объяснять что-то другое) — отправь короткое уточнение тем же сообщением ещё раз, без новых деталей: «Повтори: поздоровайся и расскажи, что ты умеешь, 5–7 предложений простыми словами». Это проверит, что он способен исправляться по твоей команде.

После этого шага у тебя уже есть базовая точка опоры: чат открыт, сообщение отправляется, ответ приходит, и ты видишь, как бот реагирует на простые ограничения.

Что стоит унести и сделать сразу после прочтения:

- 1) Заверши регистрацию/вход так, чтобы ты видел поле ввода и мог отправлять сообщения.
- 2) Отправь проверочный запрос: «Привет! Поздоровайся и коротко расскажи, что ты умеешь...».
- 3) Проверь корректность по трём признакам: по теме, связно, примерно в заданном формате.

Глава 5. Что такое промпт и контекст

Частая ситуация: ты открываешь чат-бот, пишешь что-то вроде «Напиши письмо» или «Объясни тему» и получаешь ответ, который вроде бы на русском и даже вежливый, но не подходит. Письмо слишком официальное, объяснение слишком сложное. Иногда бот уточняет очевидные вещи или, наоборот, уверенно придумывает детали. Обычно проблема не в «плохом ИИ», а в том, что ему не хватает исходных данных о твоей задаче.

Ключевой принцип простой: хороший ответ получается, когда в запросе есть не только вопрос, но и контекст. Промпт — это твой запрос к нейросети: что нужно сделать и в каком виде выдать результат. Контекст — это важные детали вокруг задачи: для кого, зачем, в каких условиях, с какими ограничениями и исходными данными.

На одном примере это выглядит так. Промпт «Составь сообщение» — это просьба без рамок. А контекст — «сообщение для учителя, коротко, вежливо, причина — заболел, попросить домашнее задание».

Как это работает на практике. Чат-бот не «знает», что именно ты имеешь в виду, пока ты не задашь рамки. Он выбирает самый вероятный вариант ответа из множества возможных. Контекст сужает это множество и делает ответ ближе к твоей реальной ситуации.

У контекста обычно есть несколько простых частей, и тебе не нужно писать их длинно:

— Цель: что ты хочешь получить на выходе (письмо, план, список, объяснение).

— Аудитория: кому это адресовано (коллеге, преподавателю, клиенту, самому себе).

— Тон и стиль: нейтрально, дружелюбно, официально, без сложных слов.

— Ограничения: длина, формат, что нельзя упоминать, какие данные использовать.

— Исходные факты: 3–5 конкретных деталей, без которых ответ будет «в вакууме».

Важно: контекст влияет на ответ даже при одинаковом вопросе. Например, вопрос один и тот же: «Составь сообщение с просьбой перенести встречу». Если контекста нет, бот выберет усреднённый вариант: вежливо, но без конкретики, может быть слишком официально или слишком фамильярно.

Теперь добавим контекст и посмотрим, как меняется результат при том же вопросе.

Вариант А (минимум контекста):

«Составь сообщение с просьбой перенести встречу».

Ожидаемый тип ответа: универсальный текст на 3–5 предложений без дат, причин и тона под ситуацию.

Вариант Б (контекст для работы):

«Составь короткое сообщение в рабочий чат. Нужно перенести встречу с 15:00 на завтра после 11:00. Причина: накладка по задачам. Тон нейтральный, без оправданий. 2–3 предложения».

Ожидаемый тип ответа: конкретное, деловое сообщение с предложением нового времени.

Вариант В (контекст для учебы):

«Составь сообщение преподавателю. Нужно перенести консультацию, потому что заболел. Предложи два варианта времени на следующей неделе. Тон вежливый, без лишних деталей. До 600 знаков».

Ожидаемый тип ответа: более уважительное обращение, аккуратная причина, два варианта времени, коротко.

Вопрос одинаковый — «перенести встречу», но контекст меняет и тон, и структуру, и то, какие детали бот считает уместными.

Теперь разберём неудачные промпты и улучшим их добавлением контекста.

Неудачный промпт 1:

«Напиши письмо в поддержку, что у меня проблема».

Почему плохо: непонятно, какая поддержка (магазин, банк, сервис), какая проблема, что ты уже пробовал, чего хочешь (возврат, замена, инструкция). Бот будет вынужден угадывать и может добавить лишнее.

Улучшенный промпт с контекстом (можно копировать):

«Напиши письмо в поддержку онлайн-магазина. Цель: попросить заменить товар. Факты: заказ № 48152, получил вчера, наушники не включаются, пробовал зарядить 2 часа, кабель рабочий. Тон спокойный, без обвинений. Формат: тема письма + текст, 120–180 слов. В конце — список данных, которые я должен приложить (чек, фото и т.п.)».

Ожидаемый тип ответа: письмо с конкретикой, понятной просьбой и аккуратным списком вложений.

Неудачный промпт 2:

«Объясни тему по истории».

Почему плохо: неизвестно, какая тема, какой уровень (школа/вуз), что именно нужно — пересказ, причины и последствия, даты, подготовка к тесту. Бот может выдать длинную лекцию или, наоборот, слишком короткий абзац.

Улучшенный промпт с контекстом (можно копировать):

«Объясни тему “Причины и последствия промышленной

революции” для школьника 8–9 класса. Цель: подготовиться к ответу у доски. Сделай структуру: 1) короткое определение (2–3 предложения), 2) 4 причины, 3) 4 последствия, 4) мини-пример из жизни (1 абзац). Пиши простыми словами, без сложных терминов. В конце — 3 вопроса для самопроверки».

Ожидаемый тип ответа: структурированное объяснение нужной глубины, без лишней академичности.

Если после улучшения ответ всё равно «не тот», чаще всего не хватает одного из элементов контекста: аудитории, ограничения по формату или исходных фактов. Исправление простое: не переписывай запрос заново, а добавь одну уточняющую строку, например: «Сделай короче до 5 пунктов», «Пиши как для человека без опыта», «Не используй жаргон», «Используй только факты из моего текста ниже».

Запомни и попробуй применить:

— Промпт — это запрос, контекст — детали, которые делают запрос однозначным и полезным.

— При одинаковом вопросе контекст меняет ответ: тон, структуру, конкретику и длину.

— Улучшай слабый промпт добавлением 3–5 фактов и ограничений: для кого, зачем, формат, тон, что обязательно/что нельзя.

Глава 6. Структура хорошего запроса

Обычно новичок пишет в чат-бот: «Сделай мне текст» или «Помоги с резюме», получает что-то слишком общее, не в его стиле и не под его задачу — и делает вывод: «ИИ не понимает». На деле проблема чаще в другом: запрос не содержит опорных деталей. Бот не видит, для чего это нужно, кому адресовано, из каких исходных данных собирать ответ и в каком виде ты хочешь результат. Он заполняет пробелы догадками — и промахивается.

Ключевой принцип простой: хороший запрос — это короткая инструкция, где ты заранее задаёшь четыре вещи: цель, роль бота, входные данные и формат ответа. Если эти четыре части есть, бот меньше угадывает и больше делает именно то, что тебе нужно.

Цель — это зачем ты просишь ответ и какой результат считаешь подходящим. Не «сделай красиво», а «написать письмо, чтобы перенести встречу на завтра и сохранить дружелюбный тон». Цель помогает выбрать содержание и уровень детализации.

Роль бота — это кем он должен быть в этой задаче. Роль не магия и не «перевоплощение», а способ задать стиль мышления и угол зрения. Например: «будь редактором деловой переписки», «будь репетитором по истории», «будь помощником по планированию». Роль полезна, когда тебе важны

тон, структура и тип подсказок.

Входные данные — это то, на что бот опирается. Сюда входят факты, ограничения и исходный текст. Чем меньше входных данных, тем больше бот будет додумывать. Если у тебя есть черновик, требования, список пунктов, даты, аудитория — дай это прямо в запросе.

Если данных нет, так и напиши: «входных данных нет, предложи 3 варианта и задай мне 5 уточняющих вопросов». Это тоже управление входом.

Формат ответа — это как должен выглядеть результат. Например: «в виде письма на 8–10 предложений», «таблица с 3 колонками», «план из 7 пунктов», «2 варианта: короткий и подробный». Формат экономит время: тебе не нужно потом думать, как «перепаковать» ответ под задачу.

Эта схема работает как рамка. Ты сначала решаешь, что именно хочешь получить (цель), затем задаёшь подходящий режим помощи (роль), даёшь материал (входные данные) и просишь удобную упаковку (формат). Если какой-то части нет, бот заполняет её сам — и это часто не совпадает с твоими ожиданиями.

Теперь один сценарий на практике — одна и та же задача,

но два запроса.

Задача: написать письмо преподавателю, чтобы перенести сдачу работы на два дня.

Плохой запрос:

«Напиши письмо преподавателю, чтобы перенести дедлайн.»

Что обычно пойдёт не так: бот не знает, на сколько дней перенос, какой тон допустим, есть ли уважительная причина, как обращаться к преподавателю, как подписываться, на каком языке писать и насколько официально.

В итоге письмо получается либо слишком сухим, либо слишком эмоциональным, либо с выдуманными деталями («по семейным обстоятельствам»), которые тебе не подходят.

Хороший запрос по схеме (можно копировать):

«Цель: написать вежливое письмо преподавателю с просьбой перенести сдачу работы на 2 дня, без лишних оправданий, но с кратким объяснением.

Роль: ты — редактор деловой переписки.

Входные данные: я студент(ка), сдаю письменную работу по курсу “___”. Текущий дедлайн: 10 мая, прошу перенести

на 12 мая. Причина: не успеваю из-за высокой нагрузки на этой неделе. Имя преподавателя: ____, меня зовут ____.

Формат ответа: готовое письмо на русском, 8–10 предложений, с темой письма, обращением и подписью. Дай 2 варианта: более официальное и более нейтральное.»

Почему это работает лучше: цель задаёт намерение и границы («без лишних оправданий»), роль удерживает тон, входные данные дают факты (даты, курс, причина, имена), формат сразу просит то, что можно отправить, плюс два варианта на выбор.

Если результат всё равно не подходит, исправляй запрос не «переделай», а точно: поменяй одну часть схемы. Например: уточни цель («сделай короче»), роль («будь более дружелюбным»), входные данные (добавь, как вы обычно общаетесь), формат («сделай 5–6 предложений»). Так ты управляешь ответом, а не надеешься на удачу.

Что стоит унести и попробовать после этой главы — первый чек-лист «хороший запрос». Перед отправкой проверь:

— Понятна ли цель: что именно нужно получить и для чего?

— Задана ли роль бота: в каком стиле и с какой позиции помогать?

— Даны ли входные данные: факты, ограничения, исходный текст (или явно сказано, что их нет)?

— Указан ли формат ответа: объём, структура, количество вариантов, язык/тон?

— Нет ли в запросе «пустых слов» вместо требований: «красиво», «нормально», «как надо» (замени на конкретику: тон, длина, пункты, примеры).

Сделай упражнение сразу: возьми любую свою реальную задачу на сегодня и перепиши запрос по схеме из четырёх частей. Затем сравни ответ с тем, что ты получал раньше от короткой фразы. Разница обычно видна сразу.

Глава 7. Задание 1: объяснение сложной темы простым языком

Частая ситуация: нужно быстро понять тему, в которой ты не разбираешься. Это может быть «что такое инфляция», «как работает вакцина», «почему небо голубое» или «что значит “облачное хранилище”». Открываешь статью — там термины, длинные предложения и ссылки на другие термины. В итоге ты вроде прочитал, но пересказать не можешь и не понимаешь, что именно важно.

Ключевой принцип простой: проси нейросеть объяснять тему под конкретного слушателя. Фраза «объясни как для 12-летнего» — это способ задать понятный уровень сложности: без лишних терминов, короткими фразами, с опорой на

знакомые вещи. Это не про «детскость», а про ясность.

Чтобы это работало, запросу нужны три детали: тема, аудитория и формат ответа.

Тема — что именно объяснять (лучше одним предложением).

Аудитория — «как для 12-летнего» (или другой уровень, но в этом задании держимся его).

Формат — каким должен быть результат: коротко или подробно, с примерами или без, по шагам или одним абзацем.

Начни с базового запроса, который можно копировать и вставлять:

«Объясни как для 12-летнего: [твоя тема]. Используй простые слова, без сложных терминов. В конце дай 3 коротких примера из жизни».

Ожидаемый результат в одну строку: ты получаешь объяснение, которое можешь пересказать своими словами за минуту.

Теперь выбери свою тему. Важно, чтобы она была конкретной. Не «экономика», а «почему растут цены». Не «интернет», а «что такое Wi-Fi и чем он отличается от мобильного интернета». Не «здоровье», а «почему нужен сон». Впи-

ши тему в квадратные скобки и отправь запрос.

Две типовые ошибки новичка здесь такие. Первая: тема слишком широкая, и ответ получается расплывчатым. Если видишь общие слова и мало смысла — сузь тему одним уточнением: «объясни именно про...» или «объясни разницу между...».

Вторая: в ответе всё равно появляются термины. Тогда не спорь и не бросай — просто попроси заменить их на простые слова и привести аналогию.

Главная сила такого подхода — уточнения. Ты не обязан получать идеальный ответ с первого раза. Если объяснение длинное, непонятное или не то — попроси переделать в нужном виде. Вот три полезные команды-уточнения, которые стоит запомнить:

1) Сделай короче

«Сделай это объяснение в 5 предложениях. Без новых терминов. Сохрани смысл».

2) Добавь примеры

«Добавь 2 примера из повседневной жизни и 1 пример из школы. Примеры должны быть конкретными, не абстрактными».

3) Разложи по шагам

«Объясни по шагам (5 шагов). Каждый шаг — 1–2 предложения. После каждого шага — короткая проверка: “правильно ли я понял, что...?”»

Один сценарий, чтобы увидеть ход действий целиком. Допустим, тебе нужно понять, что такое «инфляция», потому что это звучит в новостях, а ты не уверен, что понимаешь.

Ты пишешь:

«Объясни как для 12-летнего: что такое инфляция и почему из-за неё цены растут. Используй простые слова, без сложных терминов. В конце дай 3 коротких примера из жизни».

Читаешь ответ и замечаешь: он получился длинным и местами «умным», а тебе надо быстро объяснить это родственнику. Ты отправляешь уточнение:

«Сделай это объяснение в 5 предложениях. Добавь 2 примера: про магазин и про карманные деньги. Без слов “макроэкономика”, “денежная масса”, “индекс”».

Получаешь короткую версию, но хочется понять меха-

низм по порядку, чтобы не путаться. Тогда третьим сообщением:

«Теперь объясни по шагам: 5 шагов, почему цены могут расти. Каждый шаг — 1–2 предложения. После шагов дай одну фразу: как отличить “цены выросли на один товар” от “инфляции”».

В итоге у тебя есть понятное определение, примеры и последовательность причин. Это уже можно пересказать — значит, задача выполнена.

Запомни и попробуй применить сразу:

— Формула запроса: «объясни как для 12-летнего + моя тема + простые слова + нужный формат (короче/с примерами/по шагам)».

— Выбери одну свою тему и получи объяснение, которое можешь пересказать.

— Если ответ не подходит, не начинай заново: уточни одним из трёх способов — короче, с примерами или по шагам.

Глава 8. Задание 2: список идей для повседневных задач

Иногда хочется «чего-то нового», но непонятно, чего именно. Вечером есть свободный час — и он уходит на бесконечную прокрутку ленты. В быту накопились мелкие дела, но нет ощущения, с чего взяться. В саморазвитии тоже:

«надо бы заняться английским/спортом/порядком в голове», а дальше — пустота. В такой ситуации многие спрашивают у чат-бота «что мне делать?» и получают либо общие советы, либо слишком много вариантов, от которых становится только сложнее.

Ключевой принцип простой: проси идеи не «вообще», а под конкретную ситуацию и сразу требуй формат, который помогает начать. Идея без первого шага — это просто мысль. Тебе нужен список, где у каждой идеи есть короткое объяснение и понятное действие на 10–20 минут, чтобы можно было проверить её на практике.

Чтобы это работало, запрос собирается из трёх частей.

Первая часть — контекст. Опиши, для чего тебе идеи и какие у тебя ограничения. Ограничения — это рамки: время, бюджет, место, уровень энергии, что тебе точно не подходит. Чем честнее рамки, тем полезнее список. Примеры рамок: «1 час вечером дома», «до 500 рублей», «без телефона», «хочу без общения», «нужны варианты на выходные», «хочу что-то спокойное».

Вторая часть — требования к ответу. Сразу задай, сколько идей нужно и в каком виде. Подходит формат: «идея + 1–2 предложения, что это + с чего начать». Это не даёт боту

растекаться и уходить в лекции. Если хочешь разнообразия, добавь правило: «пусть идеи будут разного типа: 3 для досуга, 3 для быта, 3 для саморазвития».

Третья часть — фильтр и доработка. После первого списка не пытайся «выбрать идеальную». Сначала отсей лишнее: вычеркни то, что не подходит по рамкам или не вызывает интереса. Затем выбери 2–3 идеи и попроси бота доработать их: уточнить шаги, упростить старт, предложить варианты на разный уровень энергии. Это нормальный процесс: первый ответ — черновик, дальше ты его приближаешь к реальности.

Вот цельный сценарий, который можно повторять.

Ситуация: у тебя есть будний вечер, хочется переключиться и при этом чуть продвинуться в делах и в себе. Ты открываешь чат и отправляешь запрос:

«Сгенерируй 9 идей для меня: 3 для досуга, 3 для быта, 3 для саморазвития.

Контекст: будний вечер, 60–90 минут, я дома, бюджет до 300 рублей, уровень энергии средний. Не хочу сложных покупок, долгих поездок и общения с незнакомыми.

Формат ответа: таблица из 3 колонок — “Идея”, “Коротко что это (1–2 предложения)”, “С чего начать (первый шаг на

10–20 минут)».

Пожалуйста, избегай общих советов вроде “почитай книгу” без конкретики.»

Ожидаемый результат в 1 строку: таблица из 9 идей, у каждой — понятный первый шаг.

Допустим, бот выдал список. Дальше твоя работа — быстро отсеять лишнее. Сделай так: отметь напротив каждой идеи одно из трёх — «да», «нет», «возможно». Критерий простой: «я реально могу это сделать в моих условиях?» и «мне хотя бы немного интересно?».

Если идея требует лишних подготовок (например, «сходи на мастер-класс», когда ты дома и без поездок) — это «нет». Если идея нормальная, но сейчас не по энергии — «возможно». Оставь 2–3 идеи с «да».

Теперь попроси доработку именно этих 2–3. Пример запроса:

«Из твоего списка мне подходят идеи №2, №5 и №8.

Доработай их так:

- 1) распиши план на 45 минут по шагам (5–7 шагов),
- 2) предложи упрощённый вариант на 15 минут, если сил мало,

3) укажи, что нужно подготовить (если нужно) — максимум 3 пункта.

Формат: для каждой идеи отдельный блок, без лишних объяснений.»

Если в доработке снова появляется вода или слишком сложные шаги, не спорь — уточни рамки. Например: «убери всё, что требует покупок», «сделай старт без приложений», «мне нужен вариант без уборки всей квартиры, только один маленький участок». Это не «капризы», а настройка задачи.

Две типовые ошибки новичка и как их исправить. Первая: запрос без контекста — «накидай идей». Исправление: добавь время, место, бюджет и что точно не подходит. Вторая: просить «лучшие идеи» и получать длинный список без действий. Исправление: требуй у каждой идеи первый шаг на 10–20 минут и затем проси доработать только выбранные 2–3.

Запомни и попробуй применить сразу:

— Формулируй запрос под конкретную ситуацию и ограничения, иначе получишь случайные советы.

— Тrequй формат «идея + коротко + с чего начать», чтобы идеи превращались в действия.

— Не выбирай из десятков: отсей лишнее, выбери 2–3 и попроси доработать под твои условия.

Глава 9. Задание 3: план на день или неделю

Обычно новичок открывает чат-бот и пишет что-то вроде «составь план на неделю». В ответ приходит красивый, но бесполезный список: много пунктов, нет времени, не учтены встречи, дорога, бытовые дела и то, что по утрам вы собираетесь лучше, чем вечером. В итоге план не выполняется, и кажется, что «ИИ не помогает».

Ключевой принцип простой: хороший план получается, когда ты даёшь боту конкретные ограничения. Ограничения — это рамки: сколько у тебя времени, что обязательно, какие есть окна и в каком состоянии ты обычно работаешь (энергия).

Чтобы бот смог составить план, ему нужны три слоя входных данных.

Первый — цель: что ты хочешь получить на выходе недели или дня. Это может быть «подготовить черновик отчёта», «разобрать почту», «две тренировки», «выучить 20 слов».

Второй — обязательства и фиксированные точки: работа, пары, созвоны, дорога, приём у врача. Их лучше давать как конкретные интервалы времени.

Третий — твои ограничения по ресурсу: когда ты бодрее, когда устаёшь, сколько максимум задач в день, сколько вре-

мении нужно на еду и отдых. Это не «капризы», а реальные условия, без которых план будет фантазией.

Дальше важна логика: попроси не просто список дел, а расписание по времени и правила распределения. Например: сложные задачи — в часы высокой энергии, мелкие — на низкой; между блоками — буфер 10–15 минут; не больше двух «тяжёлых» задач в день. Если ты этого не скажешь, бот может поставить подряд три сложных дела и добавить «отдых» одной строкой в конце.

Ещё один полезный шаг — сразу попросить критерии качества плана. Например: «план реалистичный, с учётом дороги и перерывов; включает 1–2 свободных окна на непредвиденное; обязательства не сдвигаются». Это помогает боту проверять себя и уменьшает шанс получить слишком плотное расписание.

Ожидаемый результат задания: план на день или неделю в виде расписания с учётом времени, энергии и обязательств.

Вот готовый сценарий, который можно повторить.

Ты хочешь план на неделю. Сначала собери исходные данные в 6 строк: цель недели, фиксированные обязательства, список задач, примерная длительность задач, энергия

по времени, ограничения (сон/перерывы/дорога). Затем отправь боту запрос:

«Составь реалистичный план на неделю (пн–вс) в виде расписания по времени.

Цель недели: закончить черновик отчёта (4 часа), сделать 2 тренировки, разобрать домашние дела.

Фиксированные обязательства:

— Пн–Пт работа 10:00–18:00, дорога 30 мин в одну сторону.

— Вт созвон 19:00–20:00.

— Чт врач 8:30–9:30.

Задачи и длительность:

— Отчёт: 4 блока по 60 минут (нужна высокая концентрация).

— Почта и мелкие задачи: 3 блока по 30 минут.

— Тренировка: 2 раза по 60 минут + душ 20 минут.

— Быт: уборка 60 минут, покупки 40 минут.

Энергия: высокая 9:00–12:00 и 16:00–18:00, низкая после 20:30.

Ограничения: сон 23:30–7:30, обед 40 минут, ужин 30 минут, перерывы между блоками 10 минут.

Правила: не ставь больше 2 “тяжёлых” задач в один день, добавь 1 свободное окно 60 минут в будни.

Выведи: 1) расписание по дням, 2) короткое объяснение логики распределения, 3) список того, что не поместилось

(если такое будет).»

Если ответ получился «слишком идеальным» (всё влезло, нет буферов, нет усталости), не спорь и не переписывай всё заново. Сразу попроси альтернативу.

Альтернативный план — это второй вариант с другими приоритетами или другой плотностью. Например, один вариант «максимум результата», другой — «бережный». Добавь в следующий запрос:

«Сделай два альтернативных плана:

А) “Плотный” — цель закрыть максимум задач, но без нарушения ограничений.

Б) “Бережный” — больше отдыха и свободных окон, допускается перенос части задач на следующую неделю.

Для каждого варианта укажи, что именно ты пожертвовал(а) и почему.»

Теперь про комбинирование вариантов. Часто один план хорош по будням, а другой — по выходным; или в одном удачно стоят тренировки, а в другом — блоки для отчёта. Чтобы собрать «лучшее из двух», попроси бота сделать третий вариант на основе выбранных частей.

Сформулируй так, чтобы выбор был конкретным:

«Возьми из плана А: блоки отчёта в пн/ср/пт по 60 минут.

Возьми из плана Б: тренировки в сб и вс и один свободный час в среду вечером.

Собери итоговый план “Комбинированный”, проверь, что обязательства и ограничения соблюдены, и покажи итоговое расписание по дням.»

Типовые ошибки новичка здесь две.

Первая — просить «план» без времени и длительности: тогда бот выдаёт список, который невозможно выполнить. Исправление: добавь длительность и попроси расписание по часам.

Вторая — забыть про энергию и отдых: план получается формально правильным, но ты его не выдержишь. Исправление: укажи, когда тебе легче делать сложное, и попроси правила распределения плюс буферы.

Запомни и попробуй сразу после главы:

- 1) Давай боту ограничения: время, обязательства, длительности, энергия, перерывы.
- 2) Проси план как расписание и добавляй правила реалистичности (буферы, лимит тяжёлых задач).
- 3) Делай не один план, а два альтернативных, а потом со-

бирай комбинированный из лучших частей.

Глава 10. Формат ответа: как просить удобный вид

Частая ситуация: ты задаёшь нормальный вопрос, а в ответ получаешь «простыню» текста. Вроде бы всё по теме, но читать неудобно: важные пункты теряются, шаги смешаны с пояснениями, а нужные цифры или сравнения приходится вылавливать глазами. Из-за этого кажется, что нейросеть «плохо отвечает», хотя проблема часто не в содержании, а в виде ответа.

Ключевой принцип простой: проси не только «что сказать», но и «как это оформить». Формат ответа — это вид, в котором нейросеть выдаёт результат: обычный текст, список, таблица, короткие пункты, структура с подзаголовками. Если формат задан заранее, ответ легче проверить, использовать и копировать в заметки, письмо или документ.

Когда ты не задаёшь формат, нейросеть выбирает его сама. Обычно это связный текст, потому что он универсальный. Но у разных задач — разные «удобные формы».

Обычный текст подходит, когда тебе нужно объяснение или связное письмо: одна мысль перетекает в другую, есть вступление и вывод. Минус — в тексте сложнее быстро увидеть шаги, требования или сравнение.

Список подходит, когда важны пункты: шаги, варианты, критерии, ошибки. Плюс — ты сразу видишь структуру и можешь отмечать выполненное. Минус — иногда теряются связки и пояснения, если список слишком короткий.

Таблица подходит, когда нужно сравнить или разложить по полкам: «что/зачем/пример», «плюсы/минусы», «вариант/когда использовать». Плюс — легко сканировать глазами. Минус — таблица хуже подходит для длинных объяснений.

Чтобы получать удобный вид, формулируй требования к формату так же конкретно, как требования к содержанию. Тебе помогут три типа указаний.

Первое — структура. Скажи, что ты хочешь: пункты, подзаголовки, таблицу. Примеры формулировок, которые можно копировать:

«Ответ дай списком из пунктов.»

«Сделай подзаголовки: “Шаги”, “Ошибки”, “Пример”.»

«Оформи в таблицу с колонками: “Вариант”, “Когда подходит”, “Риск/ограничение”.»

Второе — размер. Укажи длину, чтобы не получить слишком много текста или слишком мало смысла:

«Не больше 8 пунктов.»

«2–3 предложения на пункт.»

«Коротко: до 120 слов.»

«Подробно: 1 абзац объяснения + 5 пунктов действий.»

Третье — правила оформления. Они помогают сделать результат пригодным «сразу в дело»:

«Без вступления и без лишних пояснений.»

«Каждый пункт начинай с глагола: “сделай/проверь/сравни”.»

«Выдели важные слова жирным.» (если ты используешь редактор, где это видно)

«Добавь в конце мини-чек-лист из 3 строк.»

Типовые ошибки новичка здесь две. Первая — просить «красиво» или «понятно», не объясняя, что это значит. Лучше заменить на проверяемое: «списком», «таблицей», «до 6 пунктов», «по 1 примеру».

Вторая — просить сразу всё: и таблицу, и длинное объяснение, и много вариантов. Выбери один основной формат под задачу, а если нужно — попроси второй шагом: «Теперь тот же ответ, но таблицей».

Один сценарий, который можно повторять почти в любой теме: ты хочешь понять, как нейросеть может помочь подготовить резюме. Ты задаёшь один и тот же вопрос, но про-

сишь три разных формата — и сравниваешь, что удобнее.

Запрос (одинаковая задача, меняется только формат):

«Мне нужно обновить резюме для офисной позиции (без указания конкретной профессии). Подскажи, что улучшить в резюме в целом: структура, содержание, ошибки. Дай ответ обычным текстом, 2 коротких абзаца.»

Ожидаемый тип ответа: связное объяснение, где нейросеть расскажет общую логику — что важно работодателю, где чаще всего провалы, как сделать документ аккуратнее.

Второй запрос:

«Та же задача, но оформи ответ списком: 7 пунктов. Каждый пункт — 1–2 предложения и начинается с глагола. Без вступления.»

Ожидаемый тип ответа: конкретные действия вроде «Убери...», «Добавь...», «Перестрой...», «Проверь...». Такой список легко превратить в план правок и отмечать выполненное.

Третий запрос:

«Та же задача, но оформи ответ таблицей из 3 колонок: “Что исправить”, “Зачем”, “Пример формулировки”. 6 строк. Пиши коротко.»

Ожидаемый тип ответа: в каждой строке — конкретная правка, причина и пример текста, который можно почти сразу вставить в резюме. Это особенно удобно, если тебе нужно не только понять, но и быстро переписать.

Заметь, что во всех трёх случаях содержание про одно и то же, но пользоваться результатом ты будешь по-разному. Текст помогает разобраться, список помогает действовать, таблица помогает сравнить и переписать.

После этой главы унеси две вещи. Во-первых, выбирай формат под задачу: объяснение — текст, шаги — список, сравнение и «что/зачем/пример» — таблица. Во-вторых, добавляй к запросу три уточнения: какой вид (список/таблица/подзаголовки), какой размер (сколько пунктов или строк, какая длина), какие правила оформления (без вступления, глаголы в начале, по 1 примеру). Это почти всегда делает ответ заметно удобнее без дополнительных попыток.

Глава 11. Задание 4: улучшение уже написанного текста

Частая ситуация: текст уже написан, но что-то не так. Сообщение коллеге звучит резковато, пост получился длинным, письмо — слишком «канцелярским». Переписывать с нуля не хочется, а как улучшить — непонятно. Новички часто делают так: просто просят «сделай красиво», получают

другой смысл или слишком смелые формулировки и перестают доверять результату.

Ключевой принцип здесь простой: проси нейросеть не «написать заново», а «отредактировать» — то есть улучшить форму, сохранив смысл. «Смысл» — это факты, намерение и ключевые детали: что произошло, что нужно, к какому сроку. Если ты прямо скажешь «не менять смысл», у тебя появится понятный критерий проверки: сравнить исходник и результат и убедиться, что ничего важного не исчезло и не добавилось.

Это работает так. Сначала ты даёшь исходный текст — без него нейросеть будет додумывать. Затем задаёшь цель редакции: сделать яснее, убрать лишнее, исправить ошибки, улучшить тон. Дальше добавляешь ограничения: «не менять смысл», «не добавлять новые факты», «не менять имена/даты/цифры», «сохранить длину примерно такой же» или наоборот «сократить до 5–7 предложений». В конце просишь формат ответа: «верни готовый вариант + список правок» или «верни 2 варианта на выбор».

Одна типовая ошибка — слишком общий запрос без ограничений. «Улучши текст» часто приводит к тому, что нейросеть делает его более уверенным и добавляет детали, которых не было. Исправление простое: добавь запрет на новые

факты и попроси сохранить смысл.

Вторая типовая ошибка — просить «сделай вежливее» без контекста, кому ты пишешь. Вежливость для друга и для руководителя выглядит по-разному. Исправление: укажи адресата и отношения: «коллеге», «клиенту», «преподавателю», «другу».

Задание на практику: возьми свой текст. Подойдёт короткое сообщение, письмо, пост, комментарий — любой кусок, который ты реально собираешься отправить или опубликовать. Скопируй его как есть, даже если там ошибки и черновые формулировки. Чем «живее» исходник, тем полезнее будет результат.

Дальше используй один базовый запрос, который можно копировать. Вставь свой текст в конце:

«Отредактируй текст ниже: улучши ясность и грамотность, но не меняй смысл. Не добавляй новых фактов. Сохрани имена, цифры и даты. Верни 1 готовый вариант и коротко перечисли 3–5 ключевых правок. Текст: [вставь свой текст]».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.