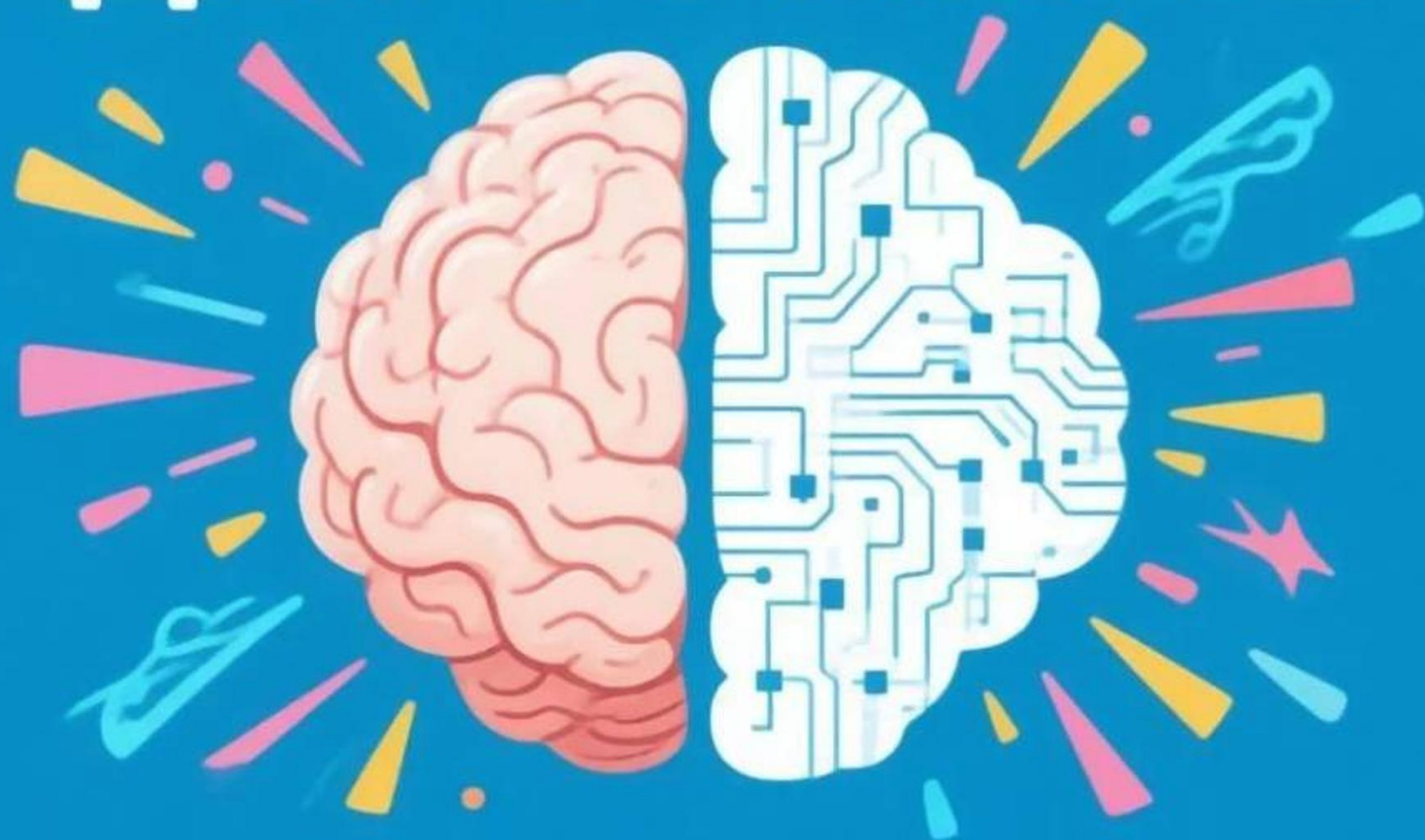


Алексей Головин

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ДЛЯ ЧАЙНИКОВ



**КАК НЕЙРОСЕТИ УПРОСТЯТ ВАШУ
ЖИЗНЬ И ПОМОГУТ ЗАРАБОТАТЬ**

Алексей Головин

**ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ
ДЛЯ ЧАЙНИКОВ Как
нейросети могут упростить
вашу жизнь и заработать деньги**

«Автор»

2026

Головин А. Г.

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ДЛЯ ЧАЙНИКОВ Как
нейросети могут упростить вашу жизнь и заработать деньги /
А. Г. Головин — «Автор», 2026

«Книга написана без воды. Только практика. Только то, что работает. Вы боитесь искусственного интеллекта? Думаете, это слишком сложно? Боитесь, что нейросети заменят вашу работу? Это всё неправда. Искусственный интеллект — это не магия и не угроза. Это просто инструмент. Как компьютер. Как интернет. Как телефон. Его нужно просто научиться использовать. Эта книга — для вас. Если вы ничего не знаете о нейросетях. Если вы думаете, что это слишком сложно. Если вы хотите понять, как всё работает, и начать применять ИИ в своей жизни и работе. Из книги вы узнаете: Как общаться с нейросетями (промты). Как ИИ пишет тексты, создаёт картинки и переводит. Как зарабатывать на ИИ через фриланс, инфобизнес и контент. Как не бояться технологий и оставаться востребованным. Прочитайте эту книгу. Сделайте задания. И вы удивитесь, как легко и просто можно использовать ИИ для работы, учёбы и заработка. Начните сегодня. Пока другие боятся — вы действуете.

© Головин А. Г., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Глава	5
Конец ознакомительного фрагмента.	8

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ДЛЯ ЧАЙНИКОВ Как нейросети могут упростить вашу жизнь и заработать деньги

Глава



ПРОЛОГ. ПОЧЕМУ ВЫ БОИТЕСЬ ИИ И ПОЧЕМУ БОЯТЬСЯ НЕЧЕГО

Вы когда-нибудь задумывались, почему люди так боятся искусственного интеллекта? Фильмы рисуют нам картины, где роботы захватывают мир.

Новости пугают, что ИИ заменит всех на работе. Соседи и коллеги твердят: «Нас всех заменят роботами».

Стоп. Это всё неправда.

Искусственный интеллект — это просто инструмент. Как компьютер, как интернет, как телефон. Он не заменит вас. Он поможет вам. Нейросети уже рядом с нами. Они в наших телефонах. В наших компьютерах. В наших

приложениях. Они упрощают нашу жизнь. Они помогают нам работать быстрее и лучше. Но их надо уметь использовать.

Эта книга — для вас. Если вы ничего не знаете про ИИ. Если вы боитесь нейросетей. Если вы думаете, что это слишком сложно. Если вы хотите понять, как всё это работает, и начать использовать в своей жизни.

Я обещаю: никакого сложного языка. Никаких программистских терминов.

Только простые примеры, понятные объяснения и практические задания.

Прочитайте эту книгу. Сделайте задания. И вы удивитесь, как легко и просто можно использовать ИИ для работы, учёбы и заработка.

Готовы? Начинаем.

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. ЧТО ТАКОЕ ИИ И ПОЧЕМУ ОН УЖЕ ВОКРУГ НАС

Глава 1. Нейросети, ChatGPT, DALL-E — что это такое на пальцах

Начнём с самого простого. Что такое искусственный интеллект на самом деле?

Искусственный интеллект — это программа, которая умеет учиться на примерах.

Вы даёте ей много информации, она находит в ней закономерности и потом использует их для решения задач.

Проще говоря, это компьютер, который умеет думать. Не как человек, конечно.

Но он умеет обрабатывать информацию, находить связи и давать ответы.

Нейросеть — это способ, которым ИИ учится. Представьте мозг, состоящий из миллионов маленьких клеток, соединённых друг с другом. Когда вы учите ребёнка, вы показываете ему примеры. Нейросеть учится точно так же. Чем больше примеров, тем лучше результат.

ChatGPT — это нейросеть, которая умеет общаться с вами как человек. Она пишет тексты, отвечает на вопросы, помогает решать задачи. Вы пишете ей

вопрос — она отвечает. Как другу в чате. Только это программа.

DALL-E — это нейросеть, которая рисует картинки по вашему описанию. Вы пишете «нарисуй кота в космическом шлеме на Марсе» — и через несколько секунд получаете картинку.

Midjourney — другая программа для создания картинок, которая даёт очень красивые изображения.

DeerSeek — это программа, которая понимает вас и помогает в работе. Она может писать тексты, анализировать документы, переводить, программировать.

Всё это — нейросети. Всё это доступно каждому. Всё это бесплатно или очень дёшево.

Главная мысль: ИИ — это не магия. Это просто программа, которую научили делать полезные вещи. И вы можете научиться её использовать.

Глава 2. Как ИИ уже меняет нашу жизнь

Многие не замечают, но искусственный интеллект уже рядом с нами. Он повсюду. Он в нашей повседневности.

Вы уже пользуетесь ИИ каждый день.

Когда вы открываете поисковик — он использует ИИ, чтобы подобрать лучшие результаты.

Когда вы смотрите видео на YouTube — алгоритм подбирает вам контент, основываясь на ваших предпочтениях.

Когда вы заказываете такси — ИИ рассчитывает время приезда и стоимость поездки.

Когда вы покупаете товар на маркетплейсе — ИИ рекомендует вам похожие товары.

Когда вы фотографируете на телефон — ИИ делает фото лучше, улучшая цвета и контраст.

Когда вы получаете спам-письма — ИИ отправляет их в папку «Спам».

Когда вы заказываете доставку еды — ИИ планирует маршрут курьера.

ИИ уже вокруг вас. Вы просто этого не замечали. Это нормально. Как когда-то электричество было магией, а потом стало обычной частью жизни. То же самое происходит с ИИ.

Что изменилось в последние годы.

Раньше ИИ был доступен только крупным компаниям. Теперь он доступен каждому. В вашем телефоне. На вашем компьютере. В бесплатных приложениях.

Раньше ИИ был медленным и глупым. Теперь он быстрый и умный. Он может писать тексты лучше многих людей. Он может создавать картинки, которые выглядят как произведения искусства. Он может переводить на десятки языков.

Это реальность 2026 года. И она изменит мир. Уже изменила.

Глава 3. Почему бояться нечего

Люди боятся того, чего не понимают. Это нормально. Но страх — плохой советчик.

Разберём главные страхи.

Страх 1. «ИИ заменит меня на работе».

Неправда. ИИ не заменит вас. ИИ заменит того, кто не умеет использовать ИИ.

Если вы научитесь пользоваться нейросетями, вы станете в 2–3 раза эффективнее. А значит, вы будете ценным специалистом.

Страх 2. «ИИ слишком сложный».

Неправда. Пользоваться ИИ проще, чем научиться пользоваться Excel. Вы пишете вопрос — получаете ответ. Это как общение в чате. Сложного ничего нет.

Страх 3. «Мне это не нужно».

Неправда. Через 5 лет ИИ будет так же обычен, как интернет сейчас. Знать ИИ — это новый вид грамотности. Как когда-то надо было уметь читать и писать.

Страх 4. «Я не программист».

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.