

12+
Мария Райдер

НАПИШИ И ИЗДАЙ

Как быстро
написать и издать
экспертную книгу
при помощи ChatGPT,
даже если вы никогда
не работали
с искусственным
интеллектом

+200 ПРОМТОВ
ДЛЯ CHATGPT

в помощь начинающим
авторам на примере
mashagpt.ru



Мария Райдер
Напиши и издай. Как
быстро написать и издать
экспертную книгу при
помощи ChatGPT, даже если
вы никогда не работали
с искусственным интеллектом

<https://litres.ru/74319327>

ISBN 9785007091381

Аннотация

Испытываете трудности с началом работы над книгой? Не знаете, как привлечь внимание издателей? Книжный редактор, издатель и литературный агент Мария Райдер делится своим опытом использования нейросетей. Узнайте, как интегрировать ChatGPT в процесс создания вашей книги, чтобы генерировать идеи и темы для книг, упростить сбор информации и исследования, повысить качество написания и редактирования, эффективно вывести книгу на рынок. Примеры промтов помогут вам быстро освоить работу с ChatGPT.

Содержание

Что такое нейросети, почему они нужны каждому и какие преимущества от работы с ними вы можете получить	8
Промт: что это и как он меняет ваше взаимодействие с искусственным интеллектом?	13
Использование искусственного интеллекта для авторов книг: за и против	16
Как эффективно работать над книгой вместе с искусственным интеллектом: полезные советы для начинающих авторов	19
Как создавать промты	23
Формула эффективного промта	26
Как легально использовать ChatGPT в России?	29
Почему мы выбираем MashaGPT в России?	31
Ступень 1.	33
Шаг 1. Работа со страхами	34
Шаг 2. Внутренний и внешний критик	36
Шаг 3. Команда поддержки	38
Шаг 4. Цвет книги	40
Шаг 5. Календарь планирования	42
Шаг 6. Взгляд в будущее	44
Шаг 7. Визуализация цели	46
Шаг 8. Кабинет автора	48

Шаг 9. Текстовый редактор	50
Шаг 10. Треугольник творчества	52
Пример для вдохновения	54
Конец ознакомительного фрагмента.	57

**Напиши и издай
Как быстро написать и
издать экспертную книгу
при помощи ChatGPT,
даже если вы никогда не
работали с искусственным
интеллектом**

Мария Райдер

Автор книги — творец миров.

*Искусственный интеллект — дополнительный
источник вдохновения и верный помощник
Автор*

© Мария Райдер, 2026

ISBN 978-5-0070-9138-1

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero
Дорогие друзья!

Только представьте — вот уже более 20 лет я занимаюсь тем, что помогаю авторам написать и издать свои книги. 1000+ реализованных желаний, изданных книг и покоренных вершин, отстройка личного бренда автора, запуск своих образовательных и консультационных проектов.

И постоянно перед моими глазами одна и та же история — трансформация личности человека от сомнений «Я не смогу», робкого «А может быть, попробовать?» до «Ура! Я автор написанной и изданной книги!».

А изданная книга меняет жизнь и отношение к себе — вы становитесь увереннее, счастливее, реализованнее, начинаете жить и мечтать масштабнее. А книга еще и открывает для вас новые горизонты — становится и визиткой, которую вы передаете при знакомстве со значимыми для вас людьми, и они выделяют вас из толпы и обращают внимание, и лид-магнитом, который притягивает к себе внимание и приводит на ваши консультации и в ваш бизнес новых и ранее совершенно вам незнакомых людей. Кстати, вы их еще не знаете, а они уже гордятся тем, что прочитали вашу книгу и стремятся к более близкому знакомству — покупают у вас консультации, услуги и даже становятся сотрудниками ваших компаний. Хотите пройти весь путь от идеи до книги на полке сами?

Я — Мария Райдер, прогрессолог, редактор, издатель, советник по вопросам написания и издания книг, и ChatGPT спешим к вам на помощь!

Итак, мы начинаем...

Что такое нейросети, почему они нужны каждому и какие преимущества от работы с ними вы можете получить

Нейросети — это мощные инструменты, которые уже сегодня меняют наше представление о том, как выполняются задачи, автоматизируются процессы и обрабатывается информация. Они открывают двери к бесконечным возможностям в мире технологий и инноваций, делая нашу жизнь проще, эффективнее и продуктивнее.

Задайте себе вопрос: хотите ли вы иметь помощника, который никогда не устает, всегда готов помочь и может выполнять задачи быстрее и качественнее вас? Хотите ли знать, как предсказать будущее развитие вашего бизнеса, автоматизировать рутинные задачи или даже облегчить процесс написания книги? Если да, то вам однозначно стоит познакомиться с нейросетями поближе.

Нейросети уже давно вышли за пределы научных лабораторий и стали неотъемлемой частью нашего ежедневного быта. Они применяются в самых разных сферах жизни: начиная от здравоохранения и заканчивая искусством, от обучения и до бизнеса. Это универсальный инструмент, который

может быть полезен каждому, от студента до предпринимателя, от начинающего писателя до опытного профессионала.

Давайте рассмотрим несколько конкретных примеров использования нейросетей, которые могут вдохновить начинающих писателей и показать, как нейросети могут помогают в процессе написания книги.

Генерация идей и сюжетов

Одной из самых сложных задач для писателя является создание оригинального сюжета и разработка интересных идей. Нейросети помогают в этом процессе, генерируя множество идей по заданной теме. Например, нейросети могут предложить вам различные сценарии развития событий, необычные повороты сюжета или даже новые миры для вашей фантастической книги. Всего лишь указав несколько ключевых слов, вы можете получить вдохновляющие идеи, которые станут основой для вашего произведения.

Редактирование и корректура текста

Написание книги — это лишь часть дела. Настоящая работа начинается, когда приходит время редактировать и вычитывать текст. Нейросети могут сделать этот процесс более быстрым и эффективным. Они способны автоматически обнаруживать грамматические ошибки, повторения слов, неправильное использование пунктуации, а также предлагать способы улучшения стиля. Это значительно экономит время и позволяет сфокусироваться на более творческих ас-

пектах работы.

Создание диалогов и персонажей

Один из ключевых элементов любой книги — это ее персонажи и диалоги между ними. Нейросети способны помочь вам создать убедительных и многогранных персонажей, а также написать естественные и увлекательные диалоги.

Анализ читательской реакции

Нейросети помогают понять, как ваша книга будет воспринята аудиторией. Они могут анализировать отзывы и комментарии читателей, выявлять сильные и слабые стороны произведения, а также предлагать изменения, которые сделают книгу более привлекательной для конкретной аудитории.

Таким образом, вы можете улучшить свое произведение еще до его публикации, основываясь на данных и рекомендациях, предоставленных нейросетями.

Автоматический перевод и локализация

Если вы хотите выйти на международный рынок, нейросети помогут вам с переводом и локализацией вашего произведения. Современные технологии машинного перевода уже достигли значительных успехов и обеспечивают качественный перевод текста на различные языки. Это открывает возможность для распространения вашей книги в разных странах и расширения читательской аудитории.

Помощь в оформлении и верстке

Создание книги — это не только написание текста, но и ее

оформление и верстка. Нейросети помогают в этом процессе, предлагая различные шаблоны оформлений, стили верстки и даже автоматическое создание обложек. Это позволяет создать привлекательный и профессиональный вид вашей книги без необходимости нанимать дополнительных специалистов.

Работа с большими объемами данных

В процессе написания научно-популярной или документальной книги часто требуется анализ больших объемов данных. Нейросети могут автоматизировать этот процесс, помогая собирать, структурировать и анализировать информацию из различных источников. Это значительно упрощает работу и позволяет сосредоточиться на написании самого текста.

Прогнозирование успеха

Нейросети могут спрогнозировать потенциальный успех вашей книги, основываясь на анализе данных о предыдущих публикациях и текущих трендах на рынке. Это поможет вам понимать, какие темы и жанры пользуются популярностью, а также сделать выводы о том, как повысить интерес к вашему произведению.

Таким образом, нейросети могут стать вашими верными помощниками на всех этапах создания книги — от зарождения идей до их воплощения в жизнь и успешной публикации. Они способны не только облегчить процесс работы, но

и существенно повысить качество вашего произведения.

Промт: что это и как он меняет ваше взаимодействие с искусственным интеллектом?

Что такое промт?

Промт — это короткая фраза или набор инструкций, которые вы даете искусственному интеллекту для получения определенного ответа. Это как задание или вопрос, на который искусственный интеллект должен ответить. По сути, промт — это командный импульс, который направляет работу искусственного интеллекта, будь то текстовый генератор, визуальный помощник или виртуальный ассистент.

Как это работает?

Подумайте о промте как о разговорном окне, через которое вы общаетесь с искусственным интеллектом. Например, вы хотите, чтобы ваш виртуальный ассистент написал статью на определенную тему. Вы вводите промт: «Напиши статью о пользе утренней зарядки». На основе этой команды искусственный интеллект анализирует запрос и создает текст.

Примеры использования промтов

1. Написание текста

Представьте, что вам нужно написать поздравление ко дню рождения. Вы можете ввести промт: «Напиши поздравление ко дню рождения для друга». Искусственный интел-

лект предложит вам красивый и трогательный текст, который вы затем можете отредактировать под себя.

2. Создание сценариев

Если вы блогер или ведете свой канал на YouTube, промты помогут вам создавать сценарии. Просто введите: «Напиши сценарий для видео о путешествии в Италию». Искусственный интеллект предложит структуру и основные идеи, которые вам останется только проработать.

3. Решение математических задач

Школьникам и студентам тоже пригодятся промты. Например, если вам нужно решить уравнение, введите: «Реши уравнение $3x + 5 = 20$ ». Искусственный интеллект подробно объяснит вам каждый шаг решения.

Использование ролевых промтов

Чтобы сделать текст нешаблонным, можно использовать ролевые промты. Например, введите тему: «Представь, что ты ученый, расскажи о загрязнении океанов». Или: «Пиши в стиле детектива о расследовании преступления». Это делает текст интересным и стилизованным.

Корректирующие промты

Если вы видите, что текст не соответствует вашим ожиданиям, используйте корректирующие промты. Например: «Будь оригинальнее, избеги штампов». Это значительно улучшит результат, и каждая следующая генерация текста будет ближе к нужной вам версии.

Преимущества использования промтов

Промты дают вам контроль над искусственным интеллектом, позволяя создавать разнообразные тексты, решать задачи и получать информацию. Они делают процесс взаимодействия удобным и интересным, открывая новые горизонты для творчества и работы.

Введение промтов в повседневную жизнь — это как наличие виртуального помощника, всегда готового помочь и поддержать вас. Попробуйте сами, и вы увидите, как просто и увлекательно взаимодействовать с искусственным интеллектом!

Использование искусственного интеллекта для авторов книг: за и против

1. Генерация идей

Часто авторы сталкиваются с так называемым «писательским блоком», когда идеи иссякают и слова не ложатся на бумагу. В такие моменты ChatGPT может стать источником новых сюжетных поворотов, неожиданных персонажей или оригинальных диалогов. Например, вы можете задать искусственному интеллекту вопрос: «Какой интересный сюжет можно придумать для романа о путешествии во времени*» или «Какими чертами можно наделить злодея в детективной истории?» Это поможет вывести повествование из тупика и добавить свежие штрихи в вашу работу.

2. Редактирование и корректура текста

ChatGPT отлично подходит для выполнения рутинных и технических задач, таких как редактирование и корректура текста. Он помогает выявить грамматические ошибки, улучшить структуру предложений и предложить более ясные и выразительные формулировки. НО! Вы не можете использовать ChatGPT для проверки фактов в научно-популярных изданиях или исторических романах, где точность и достоверность информации имеют критическое значение.

3. Творческое видение и стиль

Несмотря на широкий спектр возможностей ChatGPT, есть задачи, которые автору необходимо решать самостоятельно. Прежде всего это касается творческого видения вашей работы. Искусственный интеллект способен генерировать текст, но он не способен передать ваш уникальный стиль, тон и эмоции. Например, ключевые сюжетные линии, разработка основных персонажей и написание кульминационных сцен — это задачи, которые требуют вашего личного участия и творческого вклада.

4. Построение структуры книги

Построение общей структуры книги и контроль за ее целостностью — это сложный и многогранный процесс, требующий интеллектуального и эмоционального вовлечения автора. Например, планирование сюжетных арок, развитие тем и мотивов на протяжении всего произведения требуют вашего участия. Здесь важно чувствовать ритм повествования, улавливать тонкости и нюансы настроений, что пока не под силу ни одному искусственному интеллекту.

5. Этическая ответственность

Важно учитывать этическую сторону вопроса. Использование ChatGPT предполагает определенную ответственность за оригинальность и достоверность содержания. Конечный результат должен быть плодом вашего собственного труда и отражать ваше уникальное мировоззрение.

Короче, ChatGPT — это мощный инструмент, который

при правильном подходе может значительно облегчить работу над книгой. Однако он должен оставаться лишь помощником, в то время как настоящая суть и душа произведения остаются в руках автора. Используйте его для генерации идей, отбора материала и технической правки, но помните, что только вы способны придать тексту уникальность, глубину и эмоциональную насыщенность, которые заставят читателя вернуться к вашим страницам вновь и вновь.

Как эффективно работать над книгой вместе с искусственным интеллектом: полезные советы для начинающих авторов

В своей авторской методике построения работы над книгой я выделяю семь ступеней работы над книгой.

Приобрести дорожную карту автора можно по ссылке <https://knigium.ru/books/write-publish-poster/>

Давайте рассмотрим, что можно делегировать искусственному интеллекту, а что лучше оставить за собой. Приведенные примеры демонстрируют основные шаги, но вы можете создать более детализированные списки из 30—40 пунктов.

Ступень 1: Настраиваемся

Сделать самому:

- Выписать свои страхи и создать группу поддержки.
- Рассмотреть варианты своего будущего.
- Проработать треугольник творчества.

Делегировать:

- Составить календарь работы над книгой.
- Сгенерировать изображения для доски визуализации.
- Поговорить с ИИ-психологом о страхах.

Ступень 2: Проектируем

Сделать самому:

- Создать портрет целевой аудитории (ЦА).
- Провести конкурентный анализ.
- Составить план по главам.

Делегировать:

- Проработать глубокий портрет ЦА, обсудить их болевые точки и составить оффер.
- Сделать саммари книг конкурентов.
- Проработать план по главам через последовательные промты.

Ступень 3: Пишем

Сделать самому:

- Написать основной текст.
- Проверить факты.
- Подобрать клиентские истории.

Делегировать:

- Подобрать факты.
- Выделить главное из клиентских историй.
- Подобрать цитаты. Внимание! Проверку фактов оставьте за собой!

Ступень 4: Дорабатываем

Сделать самому:

- Провести саморедактуру.
- Обдумать внешний вид и смысл иллюстраций.
- Написать тексты о авторе и его ресурсах.

Делегировать:

- Провести корректуру.
- Написать техзадание для иллюстраций.
- Подобрать названия книги для разных схем продаж.

Ступень 5: Упаковываем

Сделать самому:

- Обдумать внешний вид обложки.
- Написать аннотацию.
- Собрать контакты для отзывов и рецензий.

Делегировать:

- Составить техзадание на обложку.
- Отшлифовать тексты для питчинга.
- Составить презентацию автора.

Ступень 6: Издаем

Сделать самому:

- Записать аудиокнигу.
- Рассчитать калькуляцию затрат.
- Заключение договор с издательством.

Делегировать:

- Разработать варианты форматов издания.
- Разработать варианты дополнений к книге.
- Разработать производственные и технические характеристики.

Ступень 7: Продвигаем

Сделать самому:

- Выступить публично.
- Записать подкасты.
- Давать интервью для СМИ.

Делегировать:

- Разработать маркетинговые планы.
- Проработать коммуникацию со СМИ.
- Создать контент-план.

Важно!

Оценка качества проделанной работы — ключевой момент. Если вы работаете самостоятельно, как оценить свою продуктивность? Рекомендую свои консультации, основанные на знаниях, накопленных за 20+ лет работы с авторами, чтобы научиться этому мастерству.

Аналогично, работа с нейросетями требует навыков. Как понять, что искусственный интеллект не ошибся?

Приходите на короткий практикум и поднимите уровень своих знаний!

Как создавать промты

Создание эффективных промтов для с ChatGPT, требует навыков, которые часто недооцениваются. Промты — это те команды или вопросы, которые вы задаете, и то, как они сформулированы, может существенно повлиять на качество полученного ответа. Давайте рассмотрим ключевые аспекты правильного составления промтов, которые помогут вам извлечь максимум из взаимодействия с ChatGPT.

1. Понимание целевой аудитории

Прежде чем начинать составлять промт, важно определить, кто будет конечным пользователем результата взаимодействия с ChatGPT. Этот шаг позволяет адаптировать стиль и содержание так, чтобы они были релевантными для соответствующей аудитории.

2. Четкость и конкретность

Ключ к успешному промту — это его четкость и конкретность. Неопределенность в промте может привести к размытым или иррелевантным ответам.

3. Контекст имеет значение

Очень важно давать модели контекст. Если вы строите сложный запрос, убедитесь, что вы дали всю необходимую вводную информацию. Например, для финансовых аналитиков важно указать временные рамки или конкретные рынки, чтобы получить более точный анализ.

4. Использование примеров

Давать примеры в промте может существенно помочь модели понять, что именно от нее требуется. Примеры служат своего рода ориентиром и могут помочь ChatGPT выдать более целевой ответ.

5. Руководство и ограничения

Порой может быть полезно задать ограничения, чтобы сконцентрировать внимание ChatGPT на конкретных аспектах вопроса. Например, если речь идет о написании статьи, вы можете упомянуть, что она должна быть не более 500 слов или содержать определенный набор тем.

6. Человеческий фактор

Несмотря на все достижения технологий, важно помнить, что вы общаетесь с алгоритмом, лишенным понимания контекста в человеческом смысле. Избегайте двусмысленностей и сложных формулировок, которые могут быть истолкованы некорректно.

7. Формулировка обратной связи

Получив ответ, важно дать правильную обратную связь и, при необходимости, скорректировать промт. Это ключевой шаг в процессе обучения модели выдавать максимально соответствующие ответы.

8. Практика и корректировка

Создание идеальных промтов — это не точная наука. Многие составляющие становятся яснее с практикой и опытом. Чем чаще вы взаимодействуете с ChatGPT, тем лучше

понимаете, как ваша формулировка влияет на ответы.

9. Работа с многоязычными моделями

Если вы используете многоязычные модели ChatGPT, учитывайте языковые нюансы. Даже хорошо подготовленный промт на одном языке может работать хуже на другом из-за различных особенностей обработки естественного языка.

10. Этические аспекты

Не забывайте о важности этики в создании промтов. Запросы не должны быть направлены на создание вредоносного контента или нарушать чьи-либо права. Правильный этический подход и уважение к модели также важны для ответственного использования технологий.

В итоге, составление промтов для ChatGPT — это навык. От вас потребуются креативность и стратегическое мышление для достижения наилучших результатов. Понимание и применение этих принципов поможет вам создать промты, которые дадут наиболее ценные и разнообразные ответы.

Формула эффективного промта

Рабочий промт можно представить как комбинацию нескольких ключевых компонентов, которые вместе позволяют получить четкий, точный и полезный ответ от ChatGPT. Вот пример такой формулы и ее расшифровка:

Формула построения промта:

**Идеальный промт = Контекст + Ясность +
Конкретность + Примеры + Ограничения**

Расшифровка компонентов:

1. Контекст:

Определение основного фокуса или темы разговора.

Пример: «В рамках изучения экологических проблем...»

2. Ясность:

Использование простого и понятного языка, избегание двусмысленностей.

Пример: «Объясни, что такое устойчивое развитие...»

3. Конкретность:

Четкие требования к информации, которой модель должна поделиться.

Пример: «...с акцентом на применении в городских условиях...»

4. Примеры:

Указание примеров, которые помогут объяснить мыследвигатель модели.

Пример: «Приведи аналогии с успешными инициативами в других мегаполисах, если это уместно...»

5. Ограничения:

Задание четких рамок для объема или формата ответа.

Пример: «Ответ должен быть не более 300 слов...»

Пример промта

В рамках изучения экологических проблем, объясни, что такое устойчивое развитие, с акцентом на применении в городских условиях. Приведи аналогии с успешными инициативами в других мегаполисах, если это уместно. Ответ должен быть не более 300 слов.

Расшифровка промта:

Контекст: «В рамках изучения экологических проблем» задает направление на экологическую тематику.

Ясность: «Объясни, что такое устойчивое развитие» формулирует задачу просто и понятно.

Конкретность: «С акцентом на применении в городских условиях» уточняет область использования.

Примеры: «Приведи аналогии с успешными инициативами в других мегаполисах» добавляет глубину и показывает реальные примеры.

Ограничения: «Ответ должен быть не более 300 слов» задает пределы для длины ответа.

Такая структура позволяет ChatGPT четко понимать, что от него требуется, и генерировать более точные ответы.

Как легально использовать ChatGPT в России?

Платформы на базе искусственного интеллекта, такие как ChatGPT, становятся все более популярными, обеспечивая пользователям быстрый и удобный доступ к информации и помощи. Однако, использование таких технологий в России подвержено определенным правовым нормам, которые необходимо учитывать.

1. Соблюдение законодательства о данных. Согласно российскому законодательству, любая компания, управляющая данными российских граждан, должна соблюдать федеральный закон «О персональных данных». Это означает, что данные пользователей должны храниться и обрабатываться в соответствии с требованиями закона, включая получение согласия пользователя на обработку их данных.

2. Политика конфиденциальности. Прежде чем использовать ChatGPT, важно ознакомиться с его политикой конфиденциальности.

3. Использование в образовательных и коммерческих целях. ChatGPT можно использовать в различных сферах, включая образование и бизнес. Однако необходимо убедиться, что использование соответствует лицензионным соглашениям и не нарушает авторских прав.

Убедитесь, что программное обеспечение имеет соответствующую лицензию для использования в России, и соблюдайте все лицензионные соглашения.

Почему мы выбираем MashaGPT в России?

1. Работает легально. Сервис доступен непосредственно в России, что исключает необходимость использования зарубежных IP-адресов. Это делает взаимодействие с MashaGPT быстрым и удобным.

2. Последняя версия AI. Доступ к самой новой версии ChatGPT-40, что позволяет воспользоваться всеми современными функциями и преимуществами этой модели.

3. Стабильный и быстрый доступ. Благодаря выделенному каналу общение с ChatGPT проходит гладко и быстро, обеспечивая надежный и непрерывный доступ.

4. Авторские права на контент. Все созданное с помощью MashaGPT принадлежит вам. Вы можете использовать сгенерированные материалы для любых ваших нужд и наслаждаться свободой творчества.

5. Поддержка всех устройств. MashaGPT легко работает на любом устройстве с интернет-соединением. Будь то смартфон, планшет или компьютер, вы всегда сможете взаимодействовать с этим сервисом.

Чем MashaGPT отличается от ChatGPT or OpenAI?

Эта версия ChatGPT фактически идентична версии от OpenAI. MashaGPT предоставляет удобный и интуитивно

понятный интерфейс для взаимодействия с мощной нейросетью OpenAI.

Для установки перейдите по ссылке <https://mashagpt.ru/>

Вы можете начать использование сервиса бесплатно, а после перейти на платную подписку.



Остались вопросы?
Пишите!
Отвечаю ЛИЧНО!

ChatGPT-4o >

Безлимитный доступ

₽ /месяц

Ваш текущий план

- ✓ Доступ к лучшей в мире нейросети GPT-4o
- ✓ Безлимитная генерация изображений DALL-E 3
- ✓ Работа с PDF и текстовыми документами
- ✓ Анализ изображений
- ✓ Расширение для VK, Mail.ru, Yandex почты и Gmail

[Управление подпиской](#)

Ступень 1.

Настраиваемся

Напишите мне о том, что вы начали проходить программу, и я буду поддерживать вас на всем пути.

Внимание! Посмотрите [видео](#) прежде, чем начнете листать эту книгу дальше!

- ☐ Шаг 1. Работа со страхами
- ☐ Шаг 2. Внутренний и внешний критик
- ☐ Шаг 3. Команда поддержки
- ☐ Шаг 4. Цвет книги
- ☐ Шаг 5. Календарь планирования
- ☐ Шаг 6. Взгляд в будущее
- ☐ Шаг 7. Визуализация цели
- ☐ Шаг 8. Кабинет автора
- ☐ Шаг 9. Текстовый редактор
- ☐ Шаг 10. Треугольник творчества

Шаг 1. Работа со страхами

Страхы могут существенно повлиять на творческий процесс, но важно помнить, что они являются частью путешествия каждого автора. Преодоление страхов и неуверенности — шаги, которые непременно приведут кличностному росту и успеху.

Как помогает ChatGPT

Работа со страхами: помогает проанализировать и понять страхи, с которыми сталкивается автор, и предлагает техники их преодоления.

Поддержка в самовыражении: содействует в развитии уверенности в своих идеях и их выражении.

Техники релаксации: рекомендует медитативные И релаксационные практики для снижения уровня тревожности.

Планирование работы: помогает составить расписание и план работы для постепенного достижения целей.

Примеры промтов

Ты — AI специалист по работе со страхами:: Ты помогаешь будущим писателям анализировать и преодолевать их страхи, связанные с творчеством:: Помоги мне определить, какие страхи мешают мне начать писать книгу:: Предложи техники для преодоления каждого из этих страхов:: Я хочу начать работать над своей книгой и мне нужно понять, что мешает мне сделать первый шаг:: Напиши список моих стра-

хов и предложи практические способы их преодоления.

Ты — AI консультант по преодолению страха публичных выступлений:: Помоги мне разработать план, который поможет преодолеть страх публичных выступлений и других связанных с этим тревог:: Опиши методы подготовки к интервью и презентациям, а также дай практические советы по снижению стресса:: Подготовь рекомендации по регулярно применению этих методов и отслеживанию их эффективности.

Ты — AI гуру медитации и расслабления:: Ты являешься экспертом в области медитации и способен создавать эффективные практики для любого уровня подготовки:: Создай утреннюю медитацию для повышения уровня энергии и позитивного настроения на день:: Медитация должна длиться 10 минут и включать дыхательные техники и мотивационные аффирмации:: Я хочу начинать день с положительным настроением и высокой энергией, чтобы быть продуктивным и мотивированным:: Напиши текст медитации с пошаговыми инструкциями для дыхательных техник и мотивационных аффирмаций.

Шаг 2. Внутренний и внешний критик

Очень важно отделять конструктивную критику, способную помочь улучшить работу, от необоснованных претензий, которые не приносят пользы и развития.

Как помогает ChatGPT

Усмирение внутреннего критика: помогает разработать техники для снижения влияния негативных мыслей и чрезмерной самокритики.

Анализ внешней критики: содействует в отделении конструктивных замечаний от необоснованных претензий.

Позитивные аффирмации: предлагает ежедневные позитивные утверждения для повышения уверенности в себе.

Разбор критики: помогает интерпретировать и анализировать критику с учетом компетентности критика и полезности предложений.

Самосовершенствование: подсказывает способы использования конструктивной критики для улучшения качества текста.

Примеры промтов

Ты — AI наставник по борьбе с внутренним критиком:: Ты помогаешь преодолевать самокритику и негативные мысли, мешающие творчеству:: Помоги мне усмирить моего внутреннего критика и разработай план действий для снижения его влияния:: Я часто чувствую, что мои навыки пи-

сать тексты недостаточно хороши:: Предложи техники для снижения самокритики и методы для повышения уверенности в себе.

Ты — AI эксперт по анализу критики:: Ты специализируешься на помощи в интерпретации внешней критики:: Помоги мне понять, как отделить конструктивные замечания от необоснованных претензий, и предложи методы анализа критики:: Составь план анализа критики, чтобы я мог извлечь из нее максимальную пользу для себя.

Ты — AI специалист по развитию самосовершенствования у писателей:: Ты помогаешь будущим авторам использовать критику для улучшения их труда и личностного роста:: Помоги мне разработать план действий для использования конструктивной критики, когда я буду писать свою книгу:: Я хочу научиться принимать полезные замечания и игнорировать деструктивные комментарии:: Предложи шаги для анализа критики и методы для внедрения полезных предложений в мою деятельность.

Шаг 3. Команда поддержки

В жизни каждого начинающего автора наступает момент, когда перед ним открывается страница — чистая и полная возможностей. Именно в этот момент крайне важно окружить себя поддерживающей средой.

Как помогает ChatGPT

Разделение критики: учит различать конструктивную и необоснованную критику, помогая правильно на нее реагировать.

Поиск редактора: помогает найти редактора для получения качественной обратной связи и улучшения текста.

Поиск издателя: содействует в поиске издателя для понимания рынка и получения стратегических советов по продвижению.

Создание сети поддержки: рекомендует участие в литературных клубах и семинарах для обмена опытом и получения моральной поддержки.

Примеры промтов

Ты — AI консультант по поиску редактора:: Ты обладаешь глубокими знаниями в области литературного редактирования и сотрудничества с редакторами:: Помоги мне найти редактора, который предоставит качественную обратную связь и поможет мне:: Подскажи, как выбрать подходящего редактора и установить с ним продуктивные рабочие отно-

шения:: Предложи критерии выбора редактора и план взаимодействия с ним.

Ты — AI специалист по нетворкингу в творческой сфере:: Ты являешься экспертом в области нетворкинга и установления связей в творческих кругах:: Помоги мне наладить контакты с людьми, которые могут поддержать меня в моем писательском процессе:: Подскажи, как эффективно общаться с редакторами, издателями и другими авторами, чтобы делиться идеями, получать полезные советы и моральную поддержку:: Я хочу построить сеть контактов, которая поможет мне в развитии моего писательского таланта:: Составь стратегию для поиска и установления таких контактов, а также рекомендации по поддержанию продуктивных отношений.

Ты — AI консультант по литературным сообществам:: Ты являешься экспертом в области организации и участия в литературных клубах и семинарах:: Помоги мне найти и присоединиться к литературным сообществам, где я могу общаться с другими авторами и получать поддержку:: Подскажи, как выбрать подходящие мероприятия и как эффективно взаимодействовать с коллегами по перу:: Я хочу расширить свои контакты и обмениваться идеями с другими авторами:: Составь список действий, которые помогут мне интегрироваться в литературное сообщество и получить максимальную пользу от участия в клубах и семинарах.

Шаг 4. Цвет книги

Выбор цвета будущей книги — это не просто элемент настройки, это мантра для автора, напоминание о цели и источник вдохновения.

Как помогает ChatGPT

Подбор цвета книги: помогает определить подходящий цвет для книги, соответствующий ее тематике и настроению.

Интеграция цвета в повседневную жизнь: предлагает способы интеграции выбранного цвета в повседневную жизнь для поддержания мотивации.

Визуализация цели: помогает визуализировать конечный результат, чтобы автор оставался мотивированным.

Создание напоминаний: предлагает идеи для создания визуальных напоминаний о цели написания книги.

Поддержка мотивации: обеспечивает постоянную моральную поддержку и вдохновение через выбранный цвет.

Примеры промтов

Ты — AI наставник по визуализации целей:: Помоги мне выбрать цвет, который будет ассоциироваться с моей будущей книгой и служить ежедневным напоминанием о моем намерении завершить ее:: Предложи идеи для визуальных напоминаний, таких как предметы, изображения и другие элементы, которые будут поддерживать мою мотивацию на протяжении всего процесса написания книги.

Ты — AI консультант по креативному мышлению:: Ты являешься экспертом в области креативного мышления и творческих техник:: Помоги мне выбрать подходящий цвет для моей будущей книги, чтобы он отражал ее тематику и помогал мне оставаться мотивированным:: Предложи практические шаги для интеграции этого цвета в мою рабочую среду и повседневную жизнь.

Ты — AI гуру по эмоциональному благополучию и вдохновению:: Ты работаешь как ведущий специалист, обладающий глубокими знаниями и навыками в области эмоционального комфорта:: Помоги мне выбрать цвет для моей будущей книги, который будет ассоциироваться с ее темой и служить источником вдохновения:: Предложи способы визуализации конечного результата, чтобы я оставался мотивированным на протяжении всего процесса написания Книги.

Шаг 5. Календарь планирования

Для начинающего автора ежедневное письмо — это своего рода фитнес для творческой мускулатуры. Ежедневная практика делает процесс более естественным, помогает формировать и развивать писательский стиль, а также поддерживает творческий поток и мысли в фокусе.

Как помогает ChatGPT

Планирование времени: подскажет, как выделить время для ежедневного письма и внедрить это в расписание.

Поддержка мотивации: поможет оставаться мотивированным, напоминая о важности ежедневной практики письма.

Создание напоминаний: подскажет, как создать и настроить эффективные напоминания для ежедневного письма.

Анализ прогресса: поспособствует в отслеживании и анализе ежедневного прогресса в писательстве.

Устранение творческих блоков: предложит методы преодоления творческих блоков и сохранения связи с проектом.

Примеры промтов

Ты — AI планировщик, который является экспертом в создании эффективных планов и расписаний, адаптированных под индивидуальные нужды.: Помоги мне установить и соблюдать ежедневный график письма.: Я стремлюсь сделать письмо ежедневной привычкой, чтобы улучшить свои навыки

ки писательства:: Разработай персонализированный календарь писательских сессий, включая напоминания и визуальные маркеры, используя цвет, ассоциируемый с моей будущей книгой.

Ты — AI консультант по управлению временем для авторов:: Ты являешься экспертом в эффективном распределении времени и повышении продуктивности:: Помоги мне организовать свое расписание так, чтобы я мог ежедневно находить время для письма и отмечать даже небольшой результат:: Подскажи, как лучше спланировать свой день и использовать календарь, чтобы не упускать время для творчества.

Ты — AI тренер по развитию писательской дисциплины:: Ты специалист в создании привычек и поддержании дисциплины:: Помоги мне создать план для ежедневного письма, чтобы выработать устойчивую привычку:: Предложи стратегии и практические примеры, которые помогут мне не прерывать цепочку ежедневного письма, даже когда у меня мало времени или нет вдохновения.

Шаг 6. Взгляд в будущее

Мысленное путешествие в будущее, где вы держите в руках свою книгу, чувствуете текстуру обложки и видите собственное имя на корешке книги на полках магазинов, способно вдохновить и придать уверенности. Эти образы наполняют автора чувством предвкушения, мотивируют его писать, даже когда цель кажется недостижимой.

Как помогает ChatGPT

Визуализация результата: помогает мысленно представить конечный результат и вдохновиться.

Преодоление сомнений: содействует в формировании позитивных образов, чтобы преодолеть страхи и неуверенность.

Эмоциональная поддержка: помогает создать образы, которые наполняют энергией и мотивацией.

Планирование шагов: содействует в разработке конкретных шагов для достижения цели.

Примеры промтов

Ты — AI мотиватор для писателей:: Ты специалист по поддержке писателей через создание вдохновляющих образов:: Помоги мне представить, как моя будущая книга изменит жизнь других людей и меня самого:: Опиши, как моя книга найдет отклик у читателей и как я стану частью литературного сообщества:: Я хочу визуализировать влияние мо-

ей книги на читателей и свое место в литературном сообществе:: Опиши, как читатели будут делиться своими впечатлениями о моей книге и как это повлияет на мою мотивацию.

Ты — AI консультант по фокусировке на целях:: Ты специалист по созданию мысленных образов, которые помогают начинающим писателям оставаться сфокусированными на своей цели:: Помоги мне представить, какие новые горизонты откроет передо мной издание моей книги:: Опиши возможные встречи с читателями, подписания книг и интервью, чтобы я мог использовать эти образы для поддержания мотивации:: Я хочу визуализировать успех моей книги и профессиональный рост, который она принесет:: Опиши, как я участвую в встречах с читателями, подписываю книги и даю интервью.

Ты — AI эксперт по созданию эмоциональных образов для авторов:: Ты специалист в разработке эмоционально насыщенных образов для поддержания творческой энергии:: Помоги мне представить, как моя будущая книга помогает людям и как читатели будут реагировать на нее с восторгом:: Опиши, как я вижу письма и отзывы от читателей, которые вдохновляют меня и подтверждают ценность моей работы:: Опиши, как я получаю письма С благодарностями и отзывы о том, как книга изменила чью-то жизнь или мышление.

Шаг 7. Визуализация цели

Материализация образа будущей книги — это секретный ингредиент, который могут использовать писатели для достижения своих целей.

Как помогает ChatGPT:

Создание визуальных инструментов: помогает разработать идеи для доски визуализации, мудборда или других визуальных средств для материализации образа будущей книги.

Выбор изображений: содействует в подборе подходящих изображений, цитат и других визуальных элементов для включения в визуальные инструменты.

Анализ и корректировка: предлагает способы корректировки визуальных инструментов на основе изменений в проекте и новых целей.

Мотивация и поддержка: поддерживает в создании стратегий для регулярного обращения к визуальным инструментам для поддержания ВЫСОКОЙ мотивации и ясности цели.

Примеры промтов:

Ты — AI консультант по созданию досок визуализации и специалист в разработке визуальных инструментов:: Помоги мне создать план для доски визуализации, которая будет вдохновлять меня И поддерживать мотивацию на пути к написанию книги:: Опиши, какие ключевые элементы и изоб-

ражения следует включить, чтобы визуализировать процесс написания и конечный результат:: Я хочу использовать доску визуализации, чтобы каждодневно видеть свою цель и поддерживать высокий уровень вдохновения.

Ты — AI эксперт по мудбордам для писателей, которые помогают авторам увидеть свои идеи в осязаемой форме:: Помоги мне разработать мудборд, который будет отражать атмосферу и темы моей будущей книги:: Какие материалы и элементы следует использовать, чтобы мудборд был максимально вдохновляющим и соответствовал моим целям:: Я хочу, чтобы мудборд помог мне укрепить визуальные и эмоциональные образы моего будущего труда.

Ты — AI коуч по визуализации целей:: Ты специалист в использовании визуальных приемов для достижения целей:: Помоги мне определить и создать конкретные визуальные якоря, которые будут поддерживать мою мотивацию на протяжении всего процесса написания:: Опиши, как использовать предметы и образы для закрепления моей цели и регулярного возвращения к ней.

Шаг 8. Кабинет автора

Для автора, работающего над своей первой книгой, жизненно важно обустроить собственное творческое пространство — место, где ему комфортно и где рождаются идеи. Кабинет автора — это убежище, где можно укрыться от внешнего мира и погрузиться в глубины воображения.

Как помогает ChatGPT

Выбор пространства: помогает определить наиболее комфортное и подходящее место для творчества.

Обустройство: предлагает идеи по выбору мебели и декора для создания уютной и вдохновляющей атмосферы.

Освещение: рекомендует оптимальные источники света для улучшения рабочей среды.

Организация: подсказывает, как организовать рабочее место для повышения продуктивности и комфорта.

Звуковая среда: помогает выбрать подходящий звуковой фон для концентрации и вдохновения.

Примеры промтов

Ты — AI консультант по поддержанию продуктивности через организацию рабочего пространства:: Ты специалист по созданию эффективных систем для повышения продуктивности:: Помоги мне организовать мой рабочий стол и пространство таким образом, чтобы все инструменты были под рукой и не создавали беспорядка:: Предложи идеи по ис-

пользованию органайзеров, полок и других аксессуаров для поддержания порядка и упорядоченности мыслей.

Ты — AI гуру по освещению и акустике рабочего места:: Ты эксперт в создании идеального освещения и звукового фона для продуктивной работы:: Помоги мне организовать освещение в моем рабочем кабинете, чтобы улучшить настроение и повысить энергию:: Подбери типы ламп и их расположение, а также предложи идеи для фонового звука, который будет способствовать концентрации и вдохновению.

Ты — AI специалист по созданию зон для отдыха и перерывов:: Ты обладаешь глубокими знаниями в области обустройства удобных и расслабляющих зон для отдыха:: Помоги мне организовать небольшую зону для коротких перерывов в моем кабинете будущего писателя:: Опиши, как лучше разместить кресло или диван, чтобы создать комфортное пространство для отдыха и размышлений о своих идеях.

Шаг 9. Текстовый редактор

Выбор правильного инструмента для работы с текстом может кардинально изменить процесс написания книги. В современном мире, где гибкость и доступность становятся ключевыми, текстовые онлайн-редакторы, такие как Google Документы или Яндекс. Документы, обеспечивают авторам необходимые преимущества для эффективного творчества.

Как помогает ChatGPT

Выбор редактора: анализирует и рекомендует подходящие текстовые редакторы.

Повышение продуктивности: учитывает индивидуальные потребности для комфортной и продуктивной работы.

Защита данных: обеспечивает непрерывность работы и безопасность данных.

Совместная работа: помогает выбрать инструменты для эффективного взаимодействия с соавторами.

Примеры промтов

Ты — AI консультант по выбору текстового редактора для писателей:: Ты эксперт в анализе функциональности и доступности различных текстовых редакторов:: Помоги мне выбрать идеальный текстовый редактор для писательства, учитывая мои предпочтения по доступности на разных устройствах и функциональности:: Предложи сравнение между Microsoft Word, Google Документы, Apple Pages и Ян-

декс. Документы, чтобы я Мог выбрать наиболее подходящий вариант.

Ты — AI специалист по выбору и настройке текстового редактора для Mac-пользователей:: Ты обладаешь глубокими знаниями о текстовых редакторах в экосистеме Apple:: Помоги мне настроить Apple Pages для работы над будущей книгой:: Опиши, как использовать инструменты форматирования и работу в облаке через iCloud, чтобы улучшить мой рабочий процесс и создавать красиво оформленные документы.

Ты — AI консультант по безопасности и сохранности данных в текстовых редакторах:: Ты эксперт по защите данных и резервному копированию в текстовых редакторах:: Помоги мне выбрать текстовый редактор, который обеспечит безопасность и автоматическое сохранение моих данных при будущей работе над книгой:: Объясни, какие функции безопасности и резервного копирования предлагает Microsoft Word, Google Документы, Apple Pages и Яндекс. Документы.

Шаг 10. Треугольник творчества

Треугольник творчества для автора не просто абстрактная концепция, но и источник внутренней силы и стимула. Задача автора — уравновесить все три стороны: личные цели, значимость для читателя и потенциальное влияние на мир. При этом в центре треугольника зарождается мощная творческая энергия, которая подпитывает автора, особенно в моменты сомнений и творческих блоков.

Как помогает ChatGPT

Определение личных целей: помогает сформулировать и прояснить внутренние мотивации и желания автора.

Понимание значимости для читателя: способствует выявлению того, какой ценности и эмоций книга может принести читателям.

Оценка влияния на мир: помогает определить, как произведение может изменить общество или затронуть важные вопросы.

Поддержка в моменты сомнений: предоставляет инструмент для возвращения к основам и нахождения мотивации в сложные моменты.

Примеры промтов

Ты — AI эксперт по значимости книги для читателя.: Ты знаешь, как оценить ценность и эмоциональное воздействие книги на аудиторию.: Как мне выявить ключевые аспекты,

которые будут резонировать с моими потенциальными читателями:: Я хочу понять, какие знания или эмоции моя книга сможет передать своей аудитории, чтобы сделать ее более привлекательной и значимой.

Ты — AI гуру по влиянию произведения на мир:: Ты обладаешь опытом в оценке культурного и социального влияния литературы:: Помоги мне определить, как мой будущий труд может повлиять на общество и изменить восприятие важных тем:: Какие аспекты могут быть затронуты и какие социально значимые вопросы раскрываться.

Ты — AI помощник по поддержке в творческом процессе:: Ты знаешь, как использовать концепцию треугольника творчества для преодоления блокировок и сомнений:: Подскажи, как использовать треугольник творчества для нахождения мотивации и решения проблем в процессе написания:: Как я могу вернуться к своей концепции треугольника, чтобы восстановить вдохновение и продолжить работу:: Я хочу узнать, как треугольник творчества поможет мне преодолевать трудности и оставаться мотивированным в процессе написания книги.

Пример для вдохновения



Валерия Стрекаловская — эксперт по вдохновению и раскрытию смыслов, писательница.

Автор книги «Правда SKAZKI» (Издательство «Издательские проекты») для душевного разговора родителей и детей о вечных ценностях.

Соавтор семи сборников рассказов и восьми сборников сказок.

Точка А:

- Начала активно писать в период пандемии сказки и рассказы.
- Думала, что можно прийти в типографию с файлом, чтобы выпустить книту.
- Пробовала себя в самиздате, НО вышел «любительский» вариант книги.

Точка Б:

- Издала под руководством и наставничеством Марии Райдер книгу «Правда SKAZKI».
- Работает над новыми сборниками сказок и рассказов.
- Начала вести авторский Telegram-канал.
- Использует нейросети для более глубокой проработки персонажей, формирования их стиля речи и изучения среды разных миров и сословий.

«В писательстве важно иметь своего наставника. Когда у тебя есть наставник, тебе есть куда расти и на кого ориентироваться. И наставником нужно брать человека, который профессионально компетентен. Характер у вашего наставника может быть какой угодно, ведь вы встречаетесь по определенному поводу — написать книгу.

Значит, берите того наставника, который точно знает, как строится алгоритм, и точно поможет вам подсветить те моменты, в которых вы не уверены. Который подчеркнет смыслы

и поможет найти верные ответы. Ведь все начинается с ответа на главный вопрос: «Для чего мне книга?»»».

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.