

АВТОРСКИЙ ПРОЕКТ

ИИ ДЛЯ КАЖДОГО

Полное издание.

Как обращаться с нейросетями:
промpts, профессии, практика

Сборка: Ганин Дмитрий
Санкт-Петербург · 2026

Дмитрий Ганин

**ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ
ДЛЯ КАЖДОГО. Как
обращаться с нейросетями:
промpts, профессии, практика**

«Автор»

2026

Ганин Д. А.

**ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ДЛЯ КАЖДОГО. Как
обращаться с нейросетями: промпты, профессии, практика /
Д. А. Ганин — «Автор», 2026**

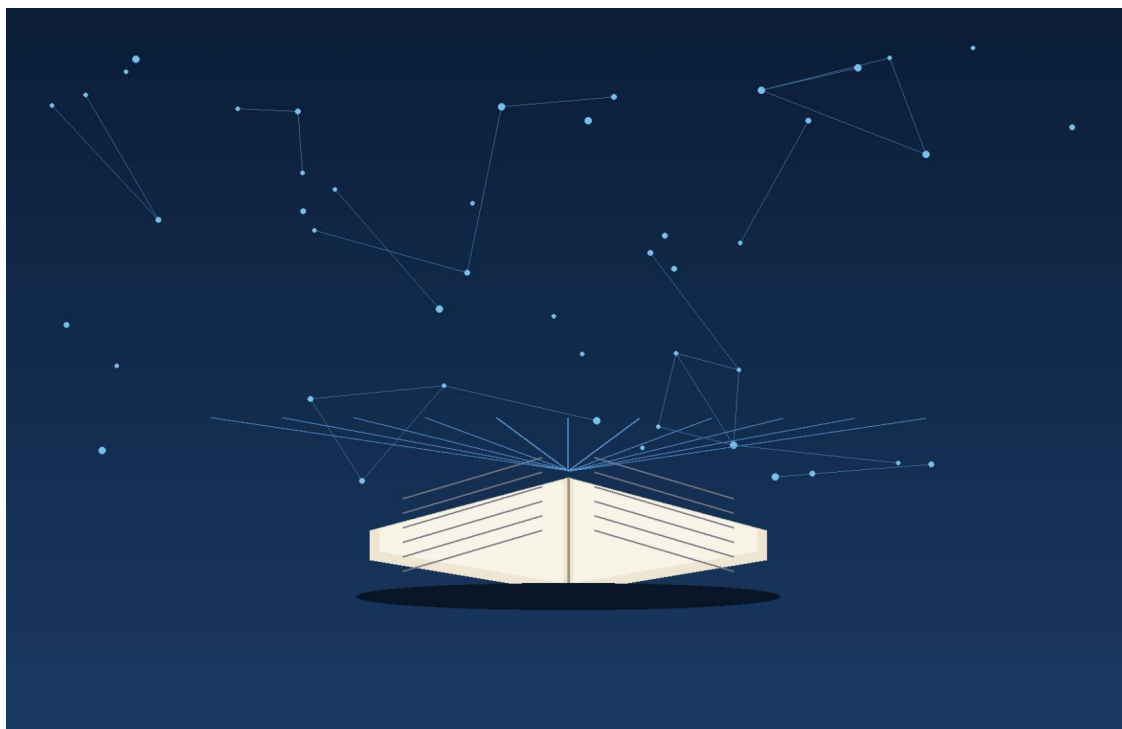
Вы открываете нейросеть, пишете «напиши мне текст» — и получаете безжизненную болтовню, которую всё равно переделываете руками. Проблема не в ИИ, а в том, что вам никто не показал, как с ним разговаривать. «ИИ для каждого» учит ремеслу промпта по лестнице: сначала вы понимаете, как модель думает, потом осваиваете анатомию запроса из восьми элементов, потом применяете — к письмам, таблицам, договорам, картинкам и семейным спискам. Внутри: 638 готовых промптов, флагманские формулировки для десяти профессий, словарь на 200 терминов человеческим языком, двенадцать кейсов с ошибками и уроками, углубления про большие документы, проверку фактов и приватность. Честно о рисках: книга не обещает, что ИИ заменит вам голову. Она учит обратному — видеть, где модель ошибается уверенно, где решение за специалистом, а где ваши данные показывать машине нельзя. План практики на 30 дней и двадцать правил серии превращают чтение в систему.

© Ганин Д. А., 2026

© Автор, 2026

Дмитрий Ганин

ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ДЛЯ КАЖДОГО. Как обращаться с нейросетями: промпты, профессии, практика



ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ДЛЯ КАЖДОГО

Полное издание. Одиннадцать томов серии в одной книге: как понять нейросети, овладеть промптом, применить ИИ в жизни и работе и не утонуть в терминах.

Авторский проект

Сборка Ганин Дмитрий

2026 год • Санкт-Петербург

Введение: зачем эта книга

Эта книга родилась из простого наблюдения: нейросети уже изменили работу миллионов людей, но большинство по-прежнему пользуется ими как поисковиком — задаёт короткий вопрос, получает средний ответ и делает вывод «это не для меня». Между тем разница между пользователем и мастером — не в таланте и не в технике. Она в умении объяснить задачу.

Серия «Искусственный интеллект для каждого» выросла в одиннадцать томов: от первых пяти минут общения с нейросетью до словаря на двести терминов, задачника со ста сломанными промптами и двенадцати кейсов из настоящей работы. Это полное издание собирает суть всех томов под одной обложкой — с обложкой, введением и приложениями, как и положено настоящей книге.

Совет мастера. *Нейросеть — усилитель вашей мысли, а не замена ей. Книга учит не «жить с ИИ», а думать точнее — и получать от машины то, что вы задумали.*

Что за чем и почему: порядок книги не случаен

Материал выстроен по логике взросления, а не по алфавиту функций. Сначала понимание — потом мастерство — потом применение — затем углубление. Если перепутать порядок, получится как с оружием в руках новичка: инструмент есть, результата нет.

Понимание — сначала понять, что нейросеть умеет и чего не умеет (часть I). Без этого любой промпт превращается в лотерею.

Мастерство — потом овладеть промптом как языком объяснения задач (часть II). Это ядро всей книги.

Применение — потом перенести навык в жизнь и работу: профессии, сценарии, таблицы, картинки (части III–VII).

Глубина — потом разобрать слово до дна: словарь, кейсы, углубления (части VIII–X). Здесь начинается уверенность.

Опора — и всегда держать под рукой приложения: правила, библиотеку промптов, чек-листы и план на тридцать дней.

Для кого и как читать

Новичку. Читайте подряд: часть I, часть II, часть III. Берите по одному промпту в день и применяйте к своей задаче. Через месяц вы будете писать запросы лучше, чем большинство офисных коллег.

Практику. Идите по частям IV, VI и VII: профессиональные промпты, сценарии жизни, таблицы и документы. Приложения держите распечатанными — это шпаргалки на стену.

Мастеру. Вам — части VIII–X и задачник в приложении Ж: словарь на человеческом языке, разборы кейсов, приватность и автоматизация. Мастер отличается от практика не числом приёмов, а умением предвидеть ошибки.

Правило чтения одно: книга работает только с рукой на клавиатуре. Прочитали главу — откройте нейросеть и повторите приём на своей задаче. Пять минут практики стоят часа чтения.

Авторский проект

«Искусственный интеллект для каждого» — авторский проект Ганина Дмитрия, Санкт-Петербург, 2026 год. Задумка простая: писать об ИИ не для инженеров, а для людей — учителя, бухгалтера, мамы, мастера, врача, риелтора. Без маркетинга, без страха и без обещаний чудопалочки. Серия выросла в одиннадцать томов и две тысячи промптов, но её суть уместилась в одну фразу: качество ответа равно качеству вопроса.

Сборка полного издания объединила одиннадцать томов: «Понять и начать», «46 профессий», «Промпты по нишам», «Изображения и контент-продакшн», «Справочник сценариев», «Живой словарь», «Задачник», «Двенадцать кейсов», «Углубления», «Свод серии» и «Профессиональный практикум». Ниже — их суть, сжатая до живого текста и готовых промптов.

Часть I. Понять: что такое нейросеть без маркетинга

Нейросеть — не база знаний и не «капсула с человеческим разумом». Это система, обученная на огромном массиве текстов предсказывать продолжение фразы. Из этого следует всё остальное: и сила, и слабость.

Факт первый. Модель предсказывает, а не знает. Она может уверенно назвать несуществующую книгу или несуществующую статью — это называется галлюцинацией, и лечится проверкой, а не проклятиями.

Факт второй. Ответ равен запросу. Неточная задача — неточный ответ. Модель не читает мысли; она читает ваш текст.

Факт третий. Контекст живёт в диалоге. Модель помнит всё, что вы сказали в этом разговоре, и не помнит то, что было в прошлом.

Факт четвёртый. Она не обучается на ваших словах «на лету», но переигрывает ролю, если попросить: «ты — опытный редактор» меняет стиль ответа сильнее, чем любые технические настройки.

Факт пятый. Ответ можно дорабатывать. Первый ответ — черновик. Диалог — редактирование: «сократи», «добавь пример», «сделай строже».

Границы: чего нейросеть не умеет

Не знает событий после даты обучения (если не включён поиск). Не может гарантировать точность чисел, дат, имён и законов — их надо проверять. Не подписывает документы и не принимает решений за вас. Не хранит ваши данные дольше диалога, если вы этого не разрешили. И главное — не отвечает за последствия: ответственность за итог всегда на человеке.

Выбор инструмента: пять вопросов вместо пятидесяти названий

Чтобы выбрать сервис, задайте себе пять вопросов: что именно я делаю чаще всего (текст, таблицы, картинки, звук); где мне удобнее работать (браузер, телефон, внутри офисного пакета); нужен ли мне доступ к свежим данным из интернета; каков мой бюджет; насколько чувствительны мои данные. Ответы сужают карту инструментов до двух-трёх кандидатов — а дальше просто попробуйте каждый на своей реальной задаче.

Первые пять минут

Откройте чат с нейросетью и напишите: «Ты — мой ассистент. Сегодня я готовлюсь к [событие]. Пройди со мной подготовку по шагам: задавай по одному вопросу за раз, пока не поймёшь задачу, потом предложи план». Это упражнение учит главному — объяснять задачу целиком, и оно же даёт первый полезный результат.

***Совет мастера.** Первое сообщение — самое важное. В нём должна поместиться роль, контекст и задача. Не бойтесь длинных промптов: три абзаца объяснений экономят три круга уточнений.*

Часть II. Мастерство промпта

Промпт — это не «волшебное заклинание», а инструкция. Сильный промпт собирается из восьми элементов:

Элемент

Что даёт

Пример

Роль

Задаёт точку зрения и уровень языка

Ты — опытный бухгалтер

Контекст

Держит ответ в вашей реальности

Я владелец кофейни на 12 мест

Задача

Один запрос — одна цель

Составь план вывода нового напитка

Формат

Снимает вопрос «а как оформлять»

Таблица: колонка, срок, ответственный

Ограничения
Отсекает мусор
Не длиннее 300 слов, без канцелярита

Пример
Показывает желаемый тон
«Вот письмо, которое я одобряю: ...»

Критерий качества
Даёт модели цель для самопроверки
Проверь: поймёт ли клиент за 30 секунд

Шаг итерации
Превращает ответ в диалог
Сначала задай мне 3 уточняющих вопроса

Итерации: черновик — это начало, а не провал

Профессионалы не ждут идеального первого ответа — они его редактируют. Пять рабочих уточнений: «сократи вдвое, сохранив суть»; «добавь конкретный пример»; «перепиши разговорным языком, как будто объясняю другу»; «найди слабые места в этом тексте и исправь»; «дай два варианта: сдержанный и смелый».

Цепочки шагов

Сложную задачу не решают одним запросом. Разбейте её: «сначала собери информацию и задай вопросы → потом дай план → потом план преврати в текст → потом вычитаем». На каждом шаге модель видит ваш предыдущий ответ как контекст — качество растёт на каждой витке.

Диагностика: почему ответ не устроил

Симптом

Причина

Лечение

Ответ слишком общий
Не хватает контекста
Добавьте детали: кто вы, для кого, зачем

Ответ не в том тоне
Не задана роль
Начните с «ты — ...»

Ответ не в том формате
Не задан формат
Попросите таблицу, список, письмо

Ошибки в фактах
Галлюцинация
Попросите цитаты и источники; проверьте вручную

Ответ обрезан

Слишком большой объём

Попросите продолжить или сократить

Ответ уклончивый

Задача размыта

Переформулируйте: одно действие, один результат

Совет мастера. *Дайте формат до того, как дадите тему. Модель, зная, что ей нужна таблица с пятью колонками, пишет компактнее и точнее, чем модель, которой разрешили «расскажи».*

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.