

Prompt

ChatGPT для массажиста

50 готовых
промптов

для соцсетей, клиентов
и продаж

ChatGPT

YandexGPT

GigaChat

Стас Ростов

Стас Ростов

**ChatGPT для массажиста.
50 готовых промптов для
соцсетей, клиентов и продаж**

«Автор»

2026

Ростов С.

ChatGPT для массажиста. 50 готовых промптов для соцсетей, клиентов и продаж / С. Ростов — «Автор», 2026

Сборник для массажистов, которые принимают в кабинете, салоне или на выезде. Внутри 50 готовых запросов для ChatGPT, YandexGPT и GigaChat: посты о пользе массажа без медицинских обещаний, анкета нового клиента, памятка после сеанса, ответы на частые вопросы, курсы и абонементы, корпоративное предложение для офиса. Замените текст в квадратных скобках на свои данные, и нейросеть выдаст готовый текст за минуту.

Содержание

Как пользоваться набором	6
Контент для соцсетей (1–14)	7
Конец ознакомительного фрагмента.	8

Стас Ростов

**ChatGPT для массажиста. 50 готовых
промптов для соцсетей, клиентов и продаж**

ChatGPT для массажиста: 50 готовых промптов для соцсетей, клиентов и продаж

Как пользоваться набором

50 готовых промптов для массажистов, которые работают в кабинете, салоне или на выезде. Они экономят несколько часов в неделю на постах, переписке и продвижении. Работают в ChatGPT, Claude, YandexGPT и GigaChat.

Скопируйте промпт целиком.

Замените всё в [квадратных скобках] на свои данные: вид массажа, город, цены, имя клиента.

Вставьте в чат с нейросетью и отправьте.

Если ответ не подошёл, допишите уточнение: «короче», «спокойнее», «без медицинских терминов».

Важно: массаж касается здоровья. Нейросеть может написать лишнее про лечение и противопоказания. Перед публикацией убирайте обещания вылечить что-либо и сверяйте противопоказания со своим обучением. Если у вас нет медицинского образования, не называйте услугу лечебной.

Совет: начните с промпта №39. Он соберёт описание вас как специалиста, которое можно вставлять перед любым другим промптом.

Контент для соцсетей (1–14)

1. Контент-план на месяц. Ты SMM-специалист для специалистов по массажу. Составь контент-план на 30 дней для [Telegram/ВКонтакте/Instagram] массажиста в городе [город]. Рубрики: польза массажа простыми словами, упражнения для дома, закулисье кабинета, отзывы, продающие посты. Для каждого дня дай тему, формат и цепляющую первую строку. Оформи таблицей.

2. Пост об услуге. Напиши пост о [вид массажа, например «массаж шеи и воротниковой зоны»]. Кому подходит, что человек чувствует во время и после, сколько длится сеанс. Без обещаний вылечить. До 600 знаков, тон [заботливый/экспертный/лёгкий].

3. Идеи для коротких видео. Предложи 10 идей коротких видео для массажиста: упражнение для шеи за 30 секунд, «как вы сидите за компьютером», подготовка кабинета, ответы на вопросы. Для каждой идеи укажи, что показать в первые 3 секунды и какую подпись сделать. Учти, что лицо клиента показывать можно только с согласия.

4. Сценарий видео. Напиши сценарий видео на 20–30 секунд на тему [тема, например «3 упражнения от зажима в плечах после работы»]. Распиши по секундам: кадр, текст на экране, что говорить.

5. Полезный пост. Напиши пост «[N] привычек, из-за которых [проблема, например «к вечеру болит шея»]». Простым языком, каждая привычка с коротким советом. В конце мягко подведи к записи.

6. Серия сторис. Придумай серию из 7 сторис на один день: подготовка кабинета, масла и полотенца, опрос, полезный факт, отзыв, свободные окна, призыв записаться. Дай текст и идею интерактива для каждой.

7. Пост-знакомство. Напиши пост-знакомство от первого лица. Обо мне: [имя, где учился, сколько лет практикую, какие техники знаю, личный факт]. Тёплый спокойный тон, без штампов.

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.