

Prompt

# ChatGPT для парикмахера

---

50 готовых  
промптов

для соцсетей, клиентов  
и продаж

ChatGPT

YandexGPT

GigaChat

Стас Ростов

Стас Ростов

**ChatGPT для парикмахера:  
50 готовых промптов для  
соцсетей, клиентов и продаж**

«Автор»

2026

**Ростов С.**

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

50 готовых промптов для парикмахеров, колористов и барберов: посты и видео о работах, переписка с клиентами, консультации по стрижке и цвету, цены и запись, уход после окрашивания, отзывы и развитие. Подходят мастеру на дому, в кабинете и в салоне. Что внутри: Соцсети и контент; Клиенты и консультации; Цены и услуги; Отзывы и развитие; 5 примеров готовых ответов нейросети: отговорить от неудачной идеи, возражение «дорого», рекомендации после визита, расчёт цены окрашивания и другие; шпаргалка из 13 фраз, чтобы быстро поправить ответ. Каждый промпт выделен рамкой: скопируйте, замените на свои и отправьте. Работает в ChatGPT, YandexGPT, GigaChat, Claude и других нейросетях.

© Ростов С., 2026

© Автор, 2026

# Содержание

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| Как пользоваться набором          | 6 |
| Содержание                        | 7 |
| Соцсети и контент (1–14)          | 8 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 9 |

# **Стас Ростов**

## **ChatGPT для парикмахера: 50 готовых промптов для соцсетей, клиентов и продаж**

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

## Как пользоваться набором

50 готовых промптов для парикмахеров, колористов и барберов: посты и видео о работах, переписка с клиентами, консультации по стрижке и цвету, цены и запись, уход после окрашивания, отзывы и развитие. Подходят мастеру на дому, в кабинете и в салоне. Промпты работают в ChatGPT, YandexGPT, GigaChat и Claude.

1. Начните с промпта №39: он соберёт описание вас как мастера. Вставляйте его перед другими промптами.

2. Замените всё в [квадратных скобках] на свои данные: услуги, город, цены, материалы, имя клиента.

3. Правьте ответ диалогом: «короче», «теплее», «без эмодзи», «как будто пишу подруге».

Важно. Перед окрашиванием всегда делайте тест на чувствительность и смотрите волосы вживую. Нейросеть помогает с текстами, а не заменяет консультацию мастера.

## Содержание

### **Соцсети и контент (1–14)**

1. Контент-план на месяц · 2. Пост к работе · 3. Сценарии коротких видео · 4. Пост о сложном окрашивании · 5. Ошибки домашнего ухода · 6. Подбор стрижки по типу лица · 7. Мифы о волосах · 8. Пост о стоимости · 9. Тренды сезона · 10. Пост-знакомство · 11. Сторис на неделю · 12. Пост для мужской аудитории · 13. Описание профиля · 14. Ответы на комментарии

### **Клиенты и консультации (15–28)**

15. Первый ответ на заявку · 16. Консультация по фото · 17. Анкета перед окрашиванием · 18. Отговорить от неудачной идеи · 19. Ответ «сколько стоит» · 20. Возражение «дорого» · 21. Подтверждение записи · 22. Опоздание и неявка · 23. Рекомендации после визита · 24. Подбор домашнего ухода · 25. Претензия · 26. Шаблоны быстрых ответов · 27. Напоминание об обновлении · 28. Возврат ушедшей клиентки

### **Цены и услуги (29–38)**

29. Прайс-лист · 30. Расчёт цены окрашивания · 31. Пакеты услуг · 32. Повышение цен · 33. Акция без демпинга · 34. Подарочный сертификат · 35. Свадебные и вечерние образы · 36. Продажа домашнего ухода · 37. Новая услуга · 38. Анализ записи

### **Отзывы и развитие (39–50)**

39. Описание мастера (начните с него) · 40. Просьба об отзыве · 41. Ответы на отзывы · 42. Карточка на картах · 43. Запись через бота или сервис · 44. Аренда кресла или кабинета · 45. Обучение и курсы · 46. Коллаборация · 47. Учёт материалов · 48. Портфолио · 49. Профилактика выгорания · 50. План роста на 3 месяца

**Примеры готовых ответов · Как получать ответы лучше · Бонус: шпаргалка «как поправить ответ»**

## Соцсети и контент (1–14)

**1. Контент-план на месяц.** Ты SMM-специалист для парикмахеров и колористов. Составь контент-план на 30 дней для [Telegram / ВК / Дзен] мастера в [город, район]: работы «до и после», сложные окрашивания, уход дома, подбор стрижек, мифы, закулисье, отзывы, свободные окна. Таблица: дата, рубрика, тема, формат, первая строка. Продающих не больше 1 из 4.

**2. Пост к работе.** Напиши подпись к фото работы: [услуга, исходные волосы (длина, цвет, состояние), что сделали, техника, сколько часов, сколько продержится, уход]. Коротко, с одной профессиональной деталью, понятной клиентке, до 500 знаков, с разрешения клиентки.

**3. Сценарии коротких видео.** Придумай 10 идей для ВК Клипов, Telegram и Дзена: превращение за 15 секунд, «как я тонирую», укладка за 5 минут дома, ответ на вопрос, «почему не получится из чёрного в блонд за раз». Первые 3 секунды, текст на экране, длительность.

**4. Пост о сложном окрашивании.** Напиши пост о [AirTouch, шатуш, балаяж, тотал-блонд, выход из чёрного]: что это, кому подходит, сколько этапов и часов, сколько стоит и почему, как ухаживать, сколько держится. До 1500 знаков, честно о сроках.

**5. Ошибки домашнего ухода.** Напиши пост «7 ошибок домашнего ухода»: горячая вода, утюжок без термозащиты, мокрые волосы в узел, шампунь на длину, редкая стрижка кончиков, неподходящие средства, сушка полотенцем. Для каждой — как правильно. До 1200 знаков.

**6. Подбор стрижки по типу лица.** Напиши пост о подборе стрижки: [овальное, круглое, квадратное, вытянутое, треугольное лицо] — какие формы и длины подходят и почему, плюс про тип волос (тонкие, густые, вьющиеся). До 1500 знаков, бережно, без «скрыть недостатки».

**7. Мифы о волосах.** Напиши 5 постов «миф и правда»: «частая стрижка ускоряет рост», «окрашивание портит волосы навсегда», «волосы привыкают к шампуню», «надо мыть реже», «седину нельзя закрасить». По 600 знаков.

**8. Пост о стоимости.** Напиши пост «из чего складывается цена окрашивания»: материалы (на длину и густоту), время, сложность, уход в процессе, опыт мастера. На примере [услуга] с разбивкой. До 1000 знаков, без обиды.

**9. Тренды сезона.** Напиши пост о трендах [сезон]: 5 стрижек и окрашиваний, кому подойдут, как будут отрастать, сколько стоят. До 1200 знаков.

**10. Пост-знакомство.** Напиши пост «кто я»: [имя, сколько лет работаю, обучение, специализация, что люблю делать, что не делаю, где принимаю]. Живо, до 1200 знаков.

## **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.