Нейросеть за 7 дней

даже если вы не дружите с техникой



Ада Грок

Ада Грок

Нейросеть за 7 дней. Даже если вы не дружите с техникой

«Автор»
2026

Грок А.

Нейросеть за 7 дней. Даже если вы не дружите с техникой / А. Грок — «Автор», 2026

Короткий вариант для карточки на ЛитРес, около 400 знаков:Если вы умеете написать сообщение в мессенджере, нейросеть вам тоже по силам. Эта книга без сложных слов, за семь дней, познакомит вас с Алисой AI, ГигаЧатом и другими нейросетями, доступными в России. Вы научитесь получать толковые ответы, составлять меню, писать поздравления, рисовать открытки и не попадаться мошенникам. Для читателей любого возраста.

© Грок А., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Введение. Не бойтесь, это не сложно 6
Как читать эту книгу 7
Карта недели 8
Как устроены главы 9
Глава 1. Что такое нейросеть простыми словами 10
Глава 2. Какие бывают нейросети 15
Глава 3. Первые шаги 21
Глава 4. Как объяснить нейросети, что вам нужно 26
Конец ознакомительного фрагмента. 27

Ада Грок
Нейросеть за 7 дней. Даже если вы не дружите с техникой

Введение. Не бойтесь, это не сложно

Здравствуйте! Меня зовут Ада Грок. Может быть, вы взяли эту книгу сами из любопытства. А может, её подарили дети, внуки или коллеги со словами: «Пора разобраться». В любом случае первый шаг уже сделан.

Она написана для всех, кто только начинает. Для тех, кто впервые слышит слово «нейросеть», и для тех, кто давно о ней слышал, но так и не решился попробовать. Возраст и опыт здесь значения не имеют: важен только интерес.

Нейросети часто кажутся чем-то сложным, придуманным для программистов и молодёжи. На деле всё проще. Если вы умеете писать сообщения в мессенджере, вы справитесь. Разговор с нейросетью устроен так же: вы пишете вопрос, она отвечает. Формулы и особые команды не понадобятся, а сломать что-нибудь вопросом невозможно.



Эта и следующие иллюстрации созданы автором с помощью нейросети.

Как читать эту книгу

Читайте понемногу, по одной порции в день. Держите рядом телефон или компьютер и пробуйте всё сразу, пока свежо в памяти. Один раз нажать на кнопку полезнее, чем трижды прочитать, куда нажимать.

Сразу договоримся о главном, чтобы не было путаницы. Книга называется «Нейросеть за 7 дней», а глав в ней десять, и это не ошибка. День – это не глава, а порция, которую удобно освоить за вечер. Иногда в неё входит одна глава, иногда две или три. Первый день самый длинный, зато дальше будет легче.

Карта недели

День 1. Главы 1–3: знакомство и первый разговор.
День 2. Глава 4: как объяснить нейросети, что вам нужно.
День 3. Глава 5: нейросеть в быту.
День 4. Глава 6: работа и учёба.
День 5. Глава 7: творчество.
День 6. Главы 8–9: когда нейросеть ошибается, и безопасность.
День 7. Глава 10: честность и авторство.

В конце каждой главы есть плашка с её днём. По ней легко понять, где вы находитесь и сколько осталось. Спешить при этом некуда. Идите в своём темпе: хоть по дню в неделю, хоть по главе за выходные. Если какая-то тема понравится, задержитесь на ней подольше.

Как устроены главы

Все главы построены одинаково, так в них проще ориентироваться. Сначала идёт короткий рассказ о том, что к чему. По ходу вам встретятся отдельные подсказки:

• «Совет»: как сделать проще и удобнее;

• «Внимание»: где нужна осторожность;

• «Попробуйте сами»: небольшое задание, чтобы сразу закрепить новое.

В конце главы есть раздел «Что запомнить», где главное собрано в нескольких предложениях. Если сделали перерыв, перечитайте его, и можно двигаться дальше.

Чему вы научитесь

К концу недели вы сможете:

• спросить у нейросети совет и получить понятный ответ;

• написать поздравление, письмо или объявление за пару минут;

• разобраться в квитанции, инструкции или непонятном документе;

• заметить, когда нейросеть ошиблась, и перепроверить её;

• не попасться на уловки мошенников.

Обещаю говорить просто

Сложных слов здесь не будет. Если без какого-то термина не обойтись, я объясню его тут же, рядом, обычным языком. Работать мы будем с нейросетями, которые доступны в России, и начать с ними можно бесплатно.

Ошибиться не страшно. Нейросеть не торопит и не смеётся над опечатками.

Устраивайтесь поудобнее, берите телефон. Начинаем.

Ада Грок

Глава 1. Что такое нейросеть простыми словами



О нейросетях сейчас говорят в новостях, в рекламе, на работе и за семейным столом. Одни рассказывают, что она пишет за них письма и придумывает рецепты. Другие её опасаются и обходят стороной. Если вы пока где-то посередине и не очень понимаете, о чём речь, начнём с самого начала.

Мы поговорим о нейросети так, как говорят о новом соседе: кто он, чем может помочь и чего от него ждать не стоит. В конце главы вы сами напишете ей первое сообщение.

Очень начитанный собеседник

Представьте человека, который прочитал целую библиотеку. Энциклопедии, учебники, кулинарные книги, инструкции к стиральным машинам, форумы, где люди спорят о рассаде и ремонте автомобилей. Он помнит из этого очень многое и может поддержать разговор почти на любую тему. Спросите его, как сварить борщ, и он расскажет. Попросите объяснить, почему небо голубое, и он объяснит.

Примерно так устроена нейросеть, с которой можно переписываться. Это компьютерная программа. Её «обучили» на огромном количестве текстов, то есть показали ей столько книг, статей и разговоров, сколько человек не прочтёт за всю жизнь. Из этих текстов программа усвоила, как люди обычно пишут и отвечают друг другу. Теперь она умеет отвечать сама, и чаще всего связно и по делу.

Что у неё можно попросить? Объяснить непонятное слово из инструкции. Придумать поздравление коллеге с днём рождения. Подсказать, что приготовить из курицы, картошки и сметаны. Перевести короткую фразу с английского языка. Ответ приходит за несколько секунд.

Название учёные подсмотрели у природы. В мозге человека около 86 миллиардов нервных клеток, их называют нейронами. Они связаны между собой и передают друг другу сигналы. Программу устроили по похожему принципу, только вместо живых клеток у неё математические расчёты. Отсюда «нейронная сеть», а короче «нейросеть». Разума и чувств у неё нет, хотя пишет она очень по-человечески.

У нашего начитанного собеседника есть одна странность. Иногда он путается и при этом говорит так уверенно, что ошибку трудно заметить. Может назвать несуществующую книгу, перепутать даты или придумать цитату. Специалисты называют такие выдумки «галлюцинациями» нейросети. Обманывать вас она не собирается. Программа старается дать гладкий ответ и порой заполняет пробелы тем, что звучит правдоподобно.

* * *

Внимание

Нейросеть может ошибаться и звучать при этом очень убедительно. Если ответ касается здоровья, денег, документов или сроков, обязательно перепроверьте его. Подойдут официальный сайт, справочник или специалист.

* * *

Чем нейросеть отличается от поисковика

Многие привыкли искать ответы в поисковике, например в Яндексе: вводят вопрос и получают прежде всего список ссылок на сайты. Потом нужно открыть несколько страниц, прочитать их и самому сложить ответ. Поисковик похож на библиотекаря, который подводит вас к полке и говорит: «Нужное где-то здесь».

Нейросеть отвечает своими словами, сразу и целиком. Как будто начитанный знакомый прочёл всю полку за вас и пересказывает главное. Ей можно задать уточняющий вопрос, попросить объяснить проще или короче. В пределах одного разговора она помнит, о чём вы писали раньше, поэтому беседа похожа на обычную переписку.

Пример. Вы пишете в поисковике: «как вывести пятно от кофе». Он показывает множество ссылок. Нейросети вы пишете то же самое и получаете готовый список способов. Можно добавить: «Пятно на светлом шерстяном свитере, ему два дня». И совет подстроится под ваш случай.

У этого удобства есть обратная сторона. Поисковик показывает, откуда взяты сведения, и вы можете оценить, надёжен ли сайт. Нейросеть не всегда указывает, откуда взяла сведения, и проверить её сложнее. Так что они хорошо дополняют друг друга: нейросеть помогает понять, поисковик помогает проверить.

* * *

Совет

В России есть удобные нейросети, которые хорошо понимают русский язык. Например, Алиса AI [1]*от Яндекса* и ГигаЧат[2]от Сбера. А если хочется получить картинку по описанию, попробуйте Шедеврум или Кандинский[3]. Для начала выберите одну нейросеть и привыкайте к ней без спешки. Если печатать неудобно, с Алисой и ГигаЧатом можно разговаривать голосом: они понимают устную речь.

* * *

[1] Алиса AI – помощник компании Яндекс. Работает на сайте alice.yandex.ru, в приложении «Алиса AI» и в Яндекс Браузере.

[2] ГигаЧат – нейросеть Сбера. Доступна на сайте giga.chat.

[3] Шедеврум создан Яндексом, Кандинский – Сбером, он встроен и в ГигаЧат. Шедеврум рассчитан на взрослых, для детей в нём есть детский режим.

Три страха и спокойные ответы

Перед любым новым делом бывает тревожно. Вот опасения, которые звучат чаще всего.

«Я что-нибудь сломаю»

Не сломаете. Переписка с нейросетью устроена как обычная переписка в телефоне: вы пишете сообщение, она отвечает. Неудачный вопрос ничего не испортит ни в телефоне, ни в самой программе. Если ответ не понравился, напишите по-другому или начните новый разговор. Нейросеть не обижается и не устаёт, даже если спросить её об одном и том же десять раз.

Бывает и другая мысль: «я не умею правильно спрашивать». Особых правил нет. Пишите так, как спросили бы знакомого: обычными словами, можно с опечатками и без запятых. Нейросеть, скорее всего, поймёт. Как спрашивать точнее, мы разберём на второй день, а для начала этого вполне достаточно.



«Это дорого»

Основными возможностями Алисы и ГигаЧата можно пользоваться бесплатно. У некоторых сервисов есть платные подписки с дополнительными функциями, но для первых шагов они не нужны. Хорошее правило: не вводите данные банковской карты, пока точно не поняли, за что и сколько платите.

Для работы нужен только смартфон или компьютер с интернетом. Чтобы пользоваться всеми функциями, сервис попросит войти в учётную запись, то есть в личный кабинет. У Яндекса он называется Яндекс ID, у Сбера – Сбер ID. Регистрация обычная, как на любом сайте. В ГигаЧат можно войти и просто по номеру телефона.

«Это за мной следит»

Опасение понятное. Ваши сообщения попадают на компьютеры компании, которой принадлежит сервис, и могут там храниться. Так что к переписке с нейросетью стоит относиться

как к разговору в общественном месте. В очереди в магазине вы не стали бы громко диктовать номер своей карты. С нейросетью действует то же правило.

Как сервис обращается с данными, написано в его правилах. Читать их целиком не обязательно: достаточно помнить главное из врезки ниже.

* * *

Внимание

Никогда не пишите нейросети номер банковской карты, срок её действия и трёхзначный код с обратной стороны. Не сообщайте пароли, ПИН-коды, коды из СМС, паспортные данные, СНИЛС, а также полный адрес вместе с именем и фамилией. Если нужен совет по документу, уберите из него личные сведения или замените их выдуманными.

* * *

Чего нейросеть не умеет

Она не знает вас лично

Нейросеть не знает ваших обстоятельств: сколько вам лет, чем вы болели, что именно у вас случилось. Пока вы сами не расскажете, она даёт общие советы. Чем подробнее вы опишете ситуацию, тем полезнее будет ответ. При этом имена, адреса и номера указывать не нужно.

Она не всегда знает последние новости

Нейросеть обучена на текстах, собранных до определённого времени. О том, что случилось позже, она может не знать или знать неточно. Алиса AI и ГигаЧат умеют искать сведения в интернете, но и тогда свежие новости лучше проверять на сайтах новостных изданий.

Она не заменит врача и юриста

Нейросеть может объяснить непонятное слово в медицинском заключении или помочь составить список вопросов к доктору. Может рассказать, что обычно пишут в претензии магазину. Но поставить диагноз, назначить лечение или оценить ваши шансы в суде она не может. За такие решения отвечают специалисты.

Сама она ничего не сделает с вашими деньгами

Нейросеть в чате не управляет вашим банковским счётом. Она не переведёт деньги, не оформит кредит и не заблокирует карту. Из этого следует полезный вывод. Если кто-то в сообщении или по телефону говорит, что «нейросеть заблокировала ваш счёт» или «нейросети нужен код из СМС», это мошенники. Прервите разговор и сами позвоните в банк по номеру с обратной стороны карты или с официального сайта банка. Набирайте его вручную и не перезванивайте на номер, с которого вам звонили.

* * *

Попробуйте сами

1. Откройте одну из нейросетей. Например, Алису AI на сайте alice.yandex.ru или ГигаЧат на сайте giga.chat.

2. Найдите поле для сообщения. Обычно оно внизу экрана.

3. Напишите: «Привет! Расскажи простыми словами, кто ты».

4. Нажмите кнопку отправки. Чаще всего она выглядит как стрелка.

5. Прочитайте ответ. Если что-то непонятно, напишите: «Объясни ещё проще».

Вот и всё: ваш первый разговор с нейросетью состоялся.

* * *

Что запомнить

Нейросеть похожа на очень начитанного собеседника. Она отвечает своими словами, а не списком ссылок. Иногда она ошибается, поэтому важное лучше перепроверять. Сломать ничего нельзя, начать можно бесплатно, а личные данные и коды ей писать не нужно.

ДЕНЬ 1

Первый шаг сделан. В следующей главе разберёмся, какие нейросети есть в России и с какой из них удобнее начать.

Глава 2. Какие бывают нейросети



В первой главе мы назвали несколько нейросетей, которые работают в России. Теперь познакомимся с ними поближе: кто их сделал, где их найти, нужно ли регистрироваться и сколько это стоит. Выбирать прямо сейчас не обязательно. Достаточно понять, кто есть кто.

Четыре вида нейросетей

Нейросети различаются тем, что умеют делать:

• *разговорные* отвечают на вопросы и пишут тексты, с ними переписываются, как в мессенджере;

• *рисующие* создают картинку по вашему описанию;

• *говорящие* понимают устную речь и сами отвечают вслух;

• *снимающие* видео делают короткие ролики в несколько секунд или «оживляют» фотографию.

В жизни это выглядит так. Для поздравления или объяснения непонятного слова из квитанции подойдёт разговорная нейросеть. Для необычной открытки к празднику подойдёт рисующая. Если вы у плиты, и руки заняты, выручит говорящая. А снимающая видео превратит старую семейную фотографию в короткий живой ролик.

Многие современные сервисы умеют сразу несколько из этих вещей. Например, Алиса AI переписывается, говорит, рисует и оживляет фото. Поэтому держать на телефоне четыре разных приложения совсем не обязательно.

Карточки российских нейросетей

Все четыре сервиса ниже созданы российскими компаниями, хорошо понимают русский язык и официально работают в России. Начать работу в каждом из них можно бесплатно.

Алиса AI

Кто сделал: Яндекс

Что умеет: Отвечает на вопросы, пишет тексты, рисует картинки, разбирает фотографии и документы, оживляет фото. В приложении можно просто разговаривать с ней голосом.

Где открыть: Сайт alice.yandex.ru, приложение «Алиса AI» для телефона, Яндекс Браузер и главная страница Яндекса.

Регистрация: Задать вопрос можно и без входа. Если войти с Яндекс ID, разговоры сохранятся и к ним можно будет вернуться.

Русский язык: Да, а ещё понимает английский.

Сколько стоит: Бесплатно. Есть платная опция «Алиса Плюс»[4]: в часы большой нагрузки она даёт приоритет и открывает дополнительные функции. Для первых шагов она не нужна.

ГигаЧат

Кто сделал: Сбер

Что умеет: Отвечает на вопросы, пишет тексты, разбирает фотографии и документы, понимает голос. Картинки и короткие видео создаёт с помощью Кандинского.

Где открыть: Сайт giga.chat и приложение «ГигаЧат» для телефонов на Android. Владельцам iPhone проще всего открыть сайт в браузере.

Регистрация: Без входа можно задать вопрос, но для всех функций нужно войти. Это можно сделать по номеру телефона с кодом из СМС или через Сбер ID. Быть клиентом Сбербанка не обязательно, нужна сим-карта российского оператора.

Русский язык: Да, нейросеть изначально создавалась как русскоязычная.

Сколько стоит: Бесплатно.

Шедеврум

Кто сделал: Яндекс

Что умеет: Рисует картинки по описанию и делает видео длиной 4 секунды.

Где открыть: Приложение «Шедеврум» для телефона, на компьютере сайт shedevrum.ai.

Регистрация: Смотреть чужие работы можно без входа. Чтобы создавать свои, нужно войти с Яндекс ID.

Возраст: Сервис рассчитан на взрослых, аккаунт можно создать с 18 лет. Дети пользуются им только в детском режиме, с согласия родителей и под их присмотром.

Русский язык: Да, описание можно писать на русском.

Сколько стоит: Бесплатно. Есть платная подписка «Про» с дополнительными возможностями.

Кандинский

Кто сделал: Сбер

Что умеет: Рисует картинки по описанию, делает короткие видео и оживляет фотографии. Умеет писать на картинке надписи по-русски.

Где открыть: Внутри ГигаЧата. Отдельно ничего устанавливать не нужно: напишите в чате «Нарисуй…» и опишите, что хотите увидеть.

---

[4] Опция «Алиса Плюс» стоит 199 в месяц и подключается только вместе с подпиской Яндекс Плюс (499р./мес. Цена указана по справке Яндекса на ноябрь 2026 года и может измениться

Регистрация: Как в ГигаЧате. Справка Сбера советует войти, чтобы получить доступ ко всем функциям.

Русский язык: Да, хорошо понимает запросы на русском.

Сколько стоит: Бесплатно.

В статьях и рекламе вам встретятся и похожие названия: YandexGPT, Alice AI, GigaChat, Kandinsky. Пугаться не нужно. Латиницей обычно пишут названия моделей, то есть «движков», на которых работают знакомые сервисы. Например, Kandinsky и Кандинский означают одно и то же, а YandexGPT раньше называлась модель, на которой работала Алиса.

Чем они отличаются друг от друга

По возможностям Алиса AI и ГигаЧат похожи, как два хороших магазина у дома: ассортимент почти одинаковый, а выбирают по привычке и по душе. Небольшие различия всё же есть.

Алиса AI связана с другими сервисами Яндекса. В приложении «Алиса AI» есть режим «Поговорить»: она отвечает вслух, а перебить её можно на полуслове, как живого собеседника. На телефонах с Android Алису AI можно сделать помощником по умолчанию и вызывать с любого экрана.

ГигаЧат умеет показывать, откуда взял сведения. На открытый вопрос он отвечает со сносками-номерами, а внизу перечисляет источники. Это удобно, когда ответ хочется проверить. Ответ на сайте можно и прослушать, нажав значок динамика.

У Шедеврума своя особенность: это ещё и общая лента, где люди делятся созданными картинками. Публиковать работу или нет, решаете вы. Но по правилам сервиса Яндекс может использовать сами описания, которые вы пишете. Поэтому имена, адреса и другие личные сведения в них лучше не указывать.

Как не попасть на подделку

В магазинах приложений встречаются подделки с похожими названиями, и некоторые из них просят деньги за подписку. Настоящий ГигаЧат бесплатный. Если приложение с таким названием требует оплату, скорее всего, его выпустил не Сбер. Несколько простых правил помогут не ошибиться:

• начинайте с официальных сайтов: alice.yandex.ru, giga.chat, shedevrum.ai, сверяя адрес буква в букву;

• в магазине приложений смотрите на разработчика, число скачиваний и отзывы, у настоящих сервисов их очень много;

• основные возможности всех четырёх сервисов бесплатны, поэтому требование заплатить за доступ к чату должно насторожить;

• если сомневаетесь, попросите близкого человека проверить приложение вместе с вами.

* * *

Совет

Не скачивайте всё подряд. Выберите одну нейросеть и поработайте с ней хотя бы неделю: так вы быстрее привыкнете к кнопкам и поймёте, чего от неё ждать. Начать проще всего с Алисы AI или ГигаЧата. Обе бесплатные, понимают русский язык, умеют переписываться и рисовать. Шедеврум и Кандинский пригодятся позже, когда захочется творить.

* * *

А как же ChatGPT и другие зарубежные нейросети?

Вы наверняка слышали названия ChatGPT, Claude, Gemini и Grok. Это известные зарубежные нейросети американских компаний. ChatGPT создала OpenAI, Claude разработала Anthropic, Gemini принадлежит Google, Grok выпустила компания xAI.

OpenAI, Anthropic и Google официально не обслуживают Россию: в их списках стран, где доступны эти сервисы, России нет. Grok встроен в соцсеть X[5]. В мессенджерах, например в Telegram[6], встречаются боты, которые обещают доступ к зарубежным нейросетям. Это неофициальные посредники. Компании-разработчики их не создавали и за их работу не отвечают. Никто не может гарантировать, что ваши сообщения у такого посредника останутся в сохранности.

Иногда в рекламе или в сообщениях от незнакомцев можно прочитать, что какая-то зарубежная нейросеть «теперь работает в России» или что доступ к ней можно получить «за пару минут». Относитесь к таким обещаниям спокойно и с осторожностью: официальных заявлений об этом от самих компаний нет.

Для первых шагов зарубежные сервисы не нужны. Российские нейросети хорошо понимают русский язык и справляются с повседневными задачами: письмом, рецептом, поздравлением, объяснением непонятного слова.

* * *

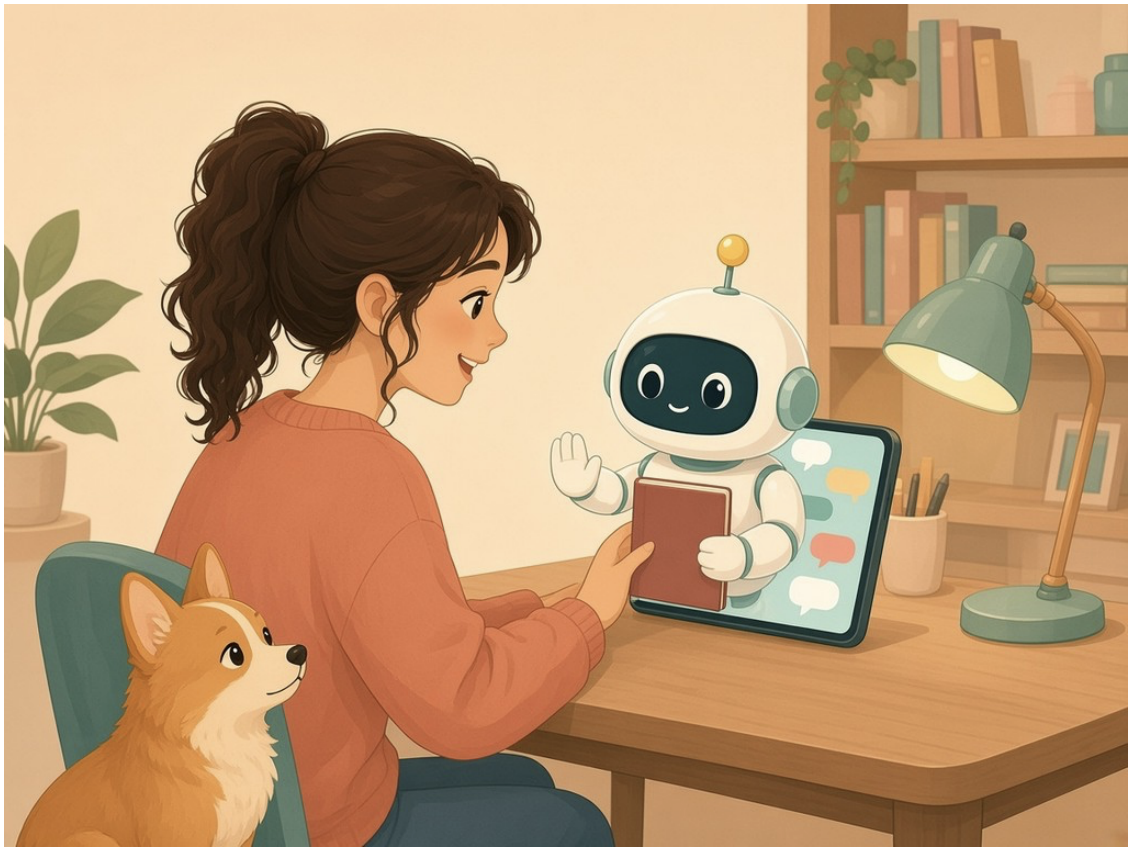
Внимание

Боты-посредники неофициальные. Не отправляйте им фото или скан паспорта, данные банковских карт, коды из СМС и личные фотографии, ни свои, ни близких. Всё, что попало к посреднику, может храниться неизвестно где и неизвестно сколько.

* * *

[5] Доступ к сервису ограничен на территории РФ

[6] Доступ к сервису ограничен на территории РФ



* * *

Попробуйте сами

1. Откройте Алису AI на сайте alice.yandex.ru, а в соседней вкладке или на другом устройстве ГигаЧат на сайте giga.chat.

2. Задайте обеим один и тот же вопрос. Например: «Что приготовить на ужин из гречки и курицы? Ответь коротко».

3. Прочитайте оба ответа и сравните, какой понятнее, где больше полезных подробностей и что совпало.

4. Задайте тот же вопрос ещё раз и посмотрите, изменился ли ответ.

5. Если хочется, попросите обе нейросети нарисовать кота в соломенной шляпе и сравните картинки.

Ответы почти наверняка будут разными: нейросеть каждый раз составляет текст заново. Выберите ту, с которой вам приятнее разговаривать.

* * *

Что запомнить

Нейросети бывают разговорные, рисующие, говорящие и снимающие видео, а многие умеют всё сразу. В России бесплатно доступны Алиса AI и Шедеврум от Яндекса, ГигаЧат и Кандинский от Сбера. Зарубежные нейросети официально в России не работают, а боты-посредники неофициальные, поэтому личные данные им не доверяйте. Для начала хватит одной нейросети.

ДЕНЬ 1

Первый день продолжается. Дальше мы откроем чат и шаг за шагом зададим нейросети первый вопрос.

Глава 3. Первые шаги



Вы уже знаете, что такое нейросеть и какие нейросети есть в России. Пора открыть одну из них и устроиться поудобнее. В этой главе мы по шагам пройдём вход, разберёмся, что где находится на экране, и зададим несколько вопросов для разминки. Если что-то не получится с первого раза, ничего страшного: любой шаг можно повторить.

Что понадобится

смартфон, планшет или компьютер;
интернет: домашний Wi-Fi или мобильный;
номер мобильного телефона, на который придёт код из СМС;
полчаса свободного времени и, по желанию, чашка чая.

Скачивать приложение не обязательно. Алиса AI и ГигаЧат открываются прямо в браузере, то есть в программе, через которую вы смотрите сайты. Наберите адрес alice.yandex.ru или giga.chat в строке вверху экрана. Приложение пригодится, если будете пользоваться нейросетью часто. Поставить его можно и позже, когда освоитесь.

Вход в Алису AI

Спросить Алису AI о чём-нибудь можно и без входа. Но если войти, разговоры сохранятся и к ним можно будет вернуться. Для этого нужен Яндекс ID, о котором мы упоминали в

первой главе. Если у вас есть Яндекс Почта или вы заказываете такси через Яндекс Go, Яндекс ID у вас, скорее всего, уже есть.

1. Откройте сайт alice.yandex.ru или приложение «Алиса AI» и нажмите «Войти».
2. Введите номер мобильного телефона и нажмите кнопку под полем.
3. Если аккаунта на Яндексе у вас ещё нет, нажмите «Создать новый аккаунт».
4. Введите код. Обычно он приходит в СМС. Иногда Яндекс присылает его пуш-уведомлением или звонит: тогда в поле нужно ввести последние шесть цифр номера, с которого поступил звонок.
5. Если вы регистрируетесь впервые, прочитайте пользовательское соглашение и нажмите «Далее». Если аккаунт уже был, выберите его в списке.

Со временем Яндекс советует завершить регистрацию: придумать логин и пароль. Аккаунт, созданный только по номеру телефона, не получится восстановить, если номер потеряется.

Вход в ГигаЧат

В ГигаЧате тоже можно задать вопрос без входа, но после входа открываются все функции и сохраняется история. Войти можно двумя способами.

По номеру телефона

1. Откройте сайт giga.chat или приложение «ГигаЧат» и нажмите «Войти».
2. В окне входа введите номер мобильного телефона.
3. Введите код из СМС.
4. Поставьте галочку «Запомнить меня», чтобы в следующий раз не вводить код заново.

Через Сбер ID

Этот способ подходит тем, у кого на телефоне установлен СберБанк Онлайн. В окне входа на компьютере есть QR-код, квадратик из чёрных и белых точек. Наведите на него камеру телефона, перейдите в СберБанк Онлайн по подсказкам на экране и нажмите «Подтвердить». В следующий раз сайт предложит просто нажать «Продолжить».

По справке ГигаЧата, голосовой ввод работает у тех, кто вошёл через Сбер ID. Если кнопка микрофона у вас не срабатывает, попробуйте войти этим способом.

* * *

Совет

Код не пришёл? Подождите минуту: на экране появится возможность запросить новый. Проверьте и папку со спамом в сообщениях телефона, иногда СМС с кодами попадают туда.

* * *

Как устроено окно чата

Окно нейросети похоже на переписку в мессенджере. Внизу поле для сообщения, рядом кнопка отправки. Ваши сообщения и ответы нейросети появляются выше, одно под другим, как в семейном чате. Чтобы перечитать начало разговора, прокрутите экран вверх.

Отличие от мессенджера в том, что каждую тему удобно вести в отдельном чате. В одном вы обсуждаете рассаду, в другом выбираете подарок, и беседы не перемешиваются. Для новой темы нажмите «Новый чат». Прежние разговоры хранятся в списке чатов: на компьютере он расположен слева, а в приложении Алисы AI открывается кнопкой меню.

Под ответом обычно есть маленькие значки. Одним ответ можно скопировать, чтобы вставить в заметки или переслать. Другими можно отметить, понравился ответ или нет.

Ошиблись в вопросе? В Алисе AI последнее сообщение можно исправить. На компьютере наведите на него указатель мыши, в приложении нажмите на сообщение и подержите палец, затем выберите значок карандаша.



Голос вместо клавиатуры

Пальцы не попадают по маленьким буквам? Тогда просто говорите. Рядом с полем для сообщения есть значок микрофона. При первом нажатии телефон или браузер спросит, можно ли включить микрофон. Нажмите «Разрешить».

В Алисе AI голосовых значков два. Первый превращает речь в текст в поле ввода, и перед отправкой этот текст можно поправить. Второй нужен для коротких вопросов: сообщение уходит само, как только вы замолчите. В ГигаЧате значок микрофона тоже стоит рядом со строкой ввода. Продиктуйте вопрос, проверьте текст и нажмите «Отправить».

Если случайно нажали «Не разрешать», ничего не сломалось. Микрофон для приложения Алисы AI включается в настройках телефона. Откройте раздел «Приложения» и выберите «Алиса AI». На Android затем нажмите «Разрешения» и «Микрофон», на iPhone включите переключатель «Микрофон».

Говорите обычным голосом и без спешки, как по телефону. Если рядом работает телевизор, сделайте его потише.

Бесплатно или платно

Задавать вопросы Алисе AI и ГигаЧату можно бесплатно. Деньги могут попросить только за дополнительные возможности.

У Алисы AI есть платная опция «Алиса Плюс», о ней шла речь во второй главе. Тем, кто подключает её впервые, дают бесплатный пробный период. По справке Яндекса, когда он заканчивается, плата автоматически списывается с карты, указанной при подключении. У Шедеврума похожая подписка «Про»: первые 7 дней бесплатно, дальше 100 рублей в месяц[7]. ГигаЧат бесплатный.

Чтобы не подписаться на платное случайно:

нажимайте кнопки «Попробовать», «Подключить» и «Оформить» только тогда, когда точно этого хотите;

в предложении пробного периода ищите дату, после которой начнут списывать деньги;

если всё-таки подключили пробный период, поставьте в календаре напоминание за пару дней до его конца;

отказаться от продления можно в любой момент в настройках подписки.

* * *

Внимание

Приложения для нейросетей скачивайте только из официальных магазинов: RuStore, App Store, Google Play. У Алисы AI и ГигаЧата есть ещё версии в AppGallery[8]. Не устанавливайте программы по ссылкам из СМС, писем и рассылок, даже если сообщение похоже на письмо от банка или Яндекса. Магазин приложений открывайте сами, со своего телефона. Как отличить подделку от оригинала, мы разбирали во второй главе.

* * *

Первый разговор

Теперь самое приятное. Вот пять вопросов для разминки. Задайте их по очереди в Алисе AI или в ГигаЧате, как вам удобнее. Ответ на каждый придёт за несколько секунд.

1. «Какая погода будет завтра в Твери?» Вместо Твери назовите свой город.
2. «Как сварить рассыпчатую гречку в кастрюле?»
3. «Что значит слово кринж? Объясни простыми словами».
4. «Когда сажать чеснок под зиму в средней полосе?»
5. «Придумай короткое поздравление соседке с новосельем, на две строки».

Прогноз погоды на всякий случай сверьте с погодным приложением. А поздравление можно сразу переписать в открытку.

* * *

Попробуйте сами

1. Нажмите на значок микрофона рядом с полем для сообщения.

2. Скажите вслух: «Расскажи, как ухаживать за комнатной геранью».

3. Проверьте, правильно ли записался текст, и отправьте его.

4. Когда придёт ответ, снова нажмите на микрофон и скажите: «А теперь короче, в трёх предложениях».

---

[7] Подписку «Про» можно оформить при наличии подписки Яндекс Плюс. Цена указана по справке Шедеврума на ноябрь 2026 года и может измениться.

[8] Магазин приложений AppGallery установлен на смартфонах Huawei.

Сравните два ответа. Нейросеть сжала длинный рассказ до главного, а вы только что поговорили с ней голосом.

* * *

Что запомнить

Для начала хватит телефона или компьютера с интернетом и номера мобильного. В Алису AI входят с Яндекс ID, в ГигаЧат по номеру телефона или через Сбер ID. Окно чата устроено как мессенджер: новую тему лучше начинать в новом чате, а старые разговоры хранятся в списке. Вопрос можно задать голосом. Основное бесплатно, а за пробными периодами платных опций стоит следить. Приложения ставьте только из официальных магазинов.

ДЕНЬ 1

Первый день пройден. Отдохните, а завтра научимся просить нейросеть так, чтобы она понимала вас с полуслова.

Глава 4. Как объяснить нейросети, что вам нужно



Ответ нейросети почти целиком зависит от того, как вы попросили. Сегодня научимся просить так, чтобы ответ подходил с первого раза. Вы и так умеете объяснять, чего хотите, когда звоните в поликлинику, заказываете торт или вызываете мастера. С нейросетью работает то же самое.

Сообщение нейросети называют запросом. Иногда встречается слово «промпт»: оно пришло из английского и означает то же самое. Запросом может быть вопрос, просьба или поручение, а писать его можно обычными словами, как в первые дни. Гораздо важнее другое: что именно вы ей рассказали.

Почему один вопрос лучше другого

Допустим, вы пишете нейросети: «Дай рецепт пирога». Она охотно ответит, только пирогов на свете тысячи. Вам может достаться кулебяка на целый вечер работы, хотя гости придут

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.