

Руководство по нейросетям для «чайников»



Это руководство не ставит перед собой задачу научить Вас профессионально использовать искусственный интеллект, а лишь познакомить и получить первый опыт.



Как миссионер нейросетей, общаясь со своей аудиторией, я заметил, что проблема у большинства в том, что они ограничиваются пассивным потреблением информации и не всегда понимают с какой-же стороны подступиться к этой теме. Эту задачу и будем решать, не углубляясь в тонкие детали и технические моменты.

ВАЖНО! Двигаясь по данному руководству, я настойчиво рекомендую не откладывать, а сразу исполнять задания и притупить к практике.

А начнем мы, разумеется, с большой языковой модели, известной как **CHAT GPT**.

Это разработка, компании OPEN AI, в сновании которой когда-то стоял Илон Маск. Они много лет экспериментировали и мало кто верил в их успех.

Простыми словами, **CHAT GPT** – это Т9 на стероидах, который предсказывает следующее слово с учетом контекста. Хотя на, мой взгляд, не всё так просто.

Итак, разработчики «скачали Интернет» и скормили эти данные языковой модели в качестве обучения. И вот, после очередного обновления (кратного увеличения веса модели, т.е. количества оперируемых параметров) они достигли значительного успеха в эффективности нейросети.

Вторым значимым моментом послужило обучение с т.н. подкреплением, т.е. обратной связью от живых людей, сделав взаимодействие с нейросетью, так сказать, дружественным и эмпатичным.

И третьим фактором успеха послужило внедрение простого интуитивного интерфейса, доступного для простых смертных, а не только для программистов. В результате только за два первых месяца модель преодолела планку в миллион пользователей, существенно обогнав, например, Инстаграм и вообще все существующие решения.

На сегодняшний день CHAT GPT имеет более 100 млн. пользователей, обросла множеством плагинов и продолжает развиваться, причем по экспоненте, чем несколько пугает своих создателей. Есть, конечно, конкурирующие решения, которые с некоторыми задачами справляются даже лучше, но все-равно значительно уступают в мощности CHAT GPT и в этом руководстве я не ставлю целью рассмотреть все существующие решения. Если вы поймете, как взаимодействовать с разработкой Open AI, то и все аналоги вам станут автоматически понятны.

Как получить доступ к CHAT GPT

Большие языковые модели (БЯМ) я поставлю на особое место, среди всех прочих нейросетей (которые генерируют графику, музыку, видео и т.д.). Я бы назвал БЯМ осью искусственного интеллекта и вот почему.

Если вам, например, нужно разработать логотип, для начала вам понадобиться его концепция, словесное описание. Если вам нужно создать видео, то прежде всего, вам нужен сценарий. Не говоря уже о прямых задачах, начиная с написания поста, заканчивая дипломом или бизнес-планом.

Итак, как получить доступ к CHAT GPT ? Здесь большинство людей сталкиваются с первой трудностью и теряют инициативу.

Первоисточник находится здесь: <https://openai.com/product/chatgpt>

Но дело в том, что политикой разработчика официально CHAT GPT не доступен в России.

А значит Вам понадобятся:

1 VPN

2 Иностранный сим-карта для однократного приема смс при регистрации

3 Кarta иностранного банка для полноценного использования самой передовой модели (забегая немного вперед, я бы всё-таки рекомендовал использовать GPT 4.0 и старше)

Согласитесь, для большинства людей это три весомых фактора, чтобы уже отказаться от этой затеи. Но мы с Вами всё упростим и сделаем ход конем – будем использовать специальные телеграмм-боты, прикрученные по API к серверам разработчиков. В целом, для первого знакомства я рекомендую использовать именно телеграмм-боты. А вот для профессиональной работы и решения коммерческих задач в дальнейшем – я бы рекомендовал первоисточник.

Но прежде, давайте разберём плюсы и минусы первоисточника и телеграмм-ботов. Это поможет вам сориентироваться в том числе на будущее.

САЙТ OPEN AI

ПЛЮСЫ	МИНУСЫ
1. Лучше понимает контекст в режиме диалога	1. Требует регистрации, официально недоступен из России
2. Запоминает и сохраняет диалоги на конкретные темы, к которым можно потом вернуться с сохранения контекста	2. Иногда бывает перегружен и работает медленно
3. Практически безальтернативно подходит для создания больших текстов, таких как диплом или книга	3. Англоязычный интерфейс
4. Доступны множество плагинов (хотя, как показала практика, большинство из практически бесполезные)	4. Удобно работать только с ПК, нет приложения и не так удобно работать со смартфона.
5. Емкость запроса (или дообучения под свою задачу до нескольких тысяч символов). Т.е., например, можно скормить целую книгу и задать по ней вопросы	

Телеграмм-боты

ПЛЮСЫ	МИНУСЫ
1. Доступны из России в один клик и без регистрации	1. Ботов уже достаточно много и не все они одинакового качества (ниже я подскажу вам лучший из них)
2. Удобство работы со смартфона и скорость горячего доступа.	2. Могут глючить и временами не работать вообще (ниже я подскажу вам стабильный)
3. Местами доступны особые настройки ролей (юморист, врач, бизнес-тренер и т.п.)	3. Не все боты запоминают контекст. Из-за этого невозможен режим диалога.
4. Могут быть доступны несколько нейросетей в одном боте	4. Ограничение в запросе длиной сообщения в телеграмм – книгу загрузить не получиться.
5. Вы можете создать своего бота и зарабатывать на этом	5. В большинстве случаев ограничение в ответе длиной сообщения телеграмм. Но есть исключения.

Из практики общения со своей аудиторией, я заметил, что многие задают неквалифицированный запрос нейросети (*он называется промт*), в результате получают размазанный ответ и разочаровываются. Поэтому, для начала я предлагаю Вам усвоить некоторые принципы и фишki. А чуть ниже я дам несколько примеров профессиональных промтов.

1

Бот любит конкретику и детали: Чем больше деталей в запросе, тем лучше. В том числе на что обратить внимание, учесть, на чем сделать акценты или какие ответы вам лучше не давать. Например, если вы спросите «*как заработать миллион долларов?*», то получите очень скучный ответ. Совсем другое дело будет вот в таком запросе: «*Как заработать в России миллион долларов за пять лет, живя в маленьком городе. Учи, что мне 35 лет, я мужчина, интересуюсь IT, но ничего не понимаю в маркетинге. Учи так же Имей ввиду И не предлагай мне... Составь список из конкретных 20 шагов и т.п.*».

2

Учтите фишки:

* Бот выдает ответы значительно лучше, если вы наделите его экспертной персонализацией: «*Представь себя психологом... врачом... экспертом по маркетингу и т.п.*»

* Бот выдает более структурированные ответы, когда вы используете в запросе выражение «*давай шаг за шагом*» (именно потому что он так «мыслит»)

* Не стесняйтесь использовать запросы типа «*объясни мне как ребенку*» или наоборот «*объясни мне как профессору*»

* Конкретика и еще раз конкретика «*составь список из 7 блюд ... 15 вопросов... 10 рекомендаций и т.п.*»

3

Продолжайте, если не устроил ответ: при необходимости дополните или внесите изменения в промт. И просто отправьте запрос заново. Если бот помнит контекст (см. таблицу с + и -), то можно это делать в режиме диалога.

4

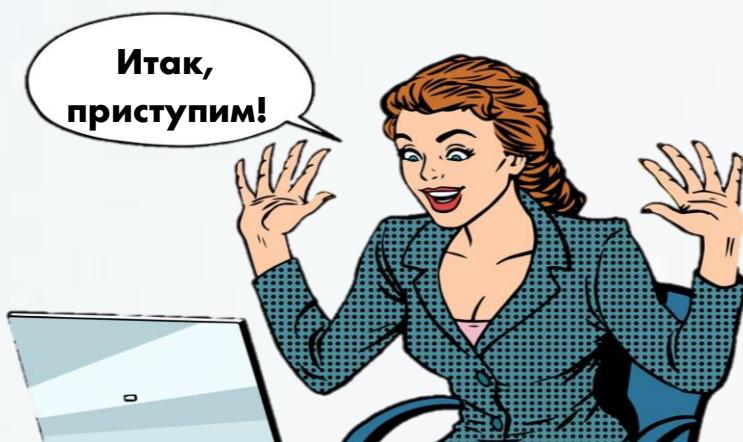
Помните про цензуру разработчика: далеко не на все вопросы нейросеть даст ответ, а будет мягко отказываться. Это связано с вопросами безопасности,

морали и законности, заложенными цензурой от разработчика. К слову, эти ограничения можно обойти, но этот вопрос выходит за рамки данного руководства.

5 Нейросеть может ошибаться в фактах: помните про так называемый феномен галлюцинаций нейросетей. Ответы всегда будут выглядеть убедительно, и языковая модель согласится с ошибкой, только если вы прямо не ее укажите. Ключевые факты перепроверяйте.

6 На поздних этапах используйте сборники готовых промтov для конкретных задач

Для начала этих принципов Вам будет более чем достаточно, для старта продуктивной работы.



Я предлагаю использовать телеграм-бот, который мною многократно проверен, является наиболее стабильным и функциональным [PLASMA BOT](#)

1. Запускаем бота командой /start
2. Через меню переходим в настройки и запускаем команду /settings



3. Выбираем модель текста



Версия gpt 3.5 везде будет бесплатной (возможно с ограничением по количеству запросов), но будет несколько уступать по качеству своих ответов.

Поэтому я рекомендую модель не менее gpt 4.0. Эта модель платная, но в отличие от первоисточника, где вы платите 20\$ за месячную подписку картой иностранного банка, в PLASMA BOT вы платите только за токены (символы в запросах и ответах), можно рассчитаться картой любого российского банка и, например, 99 рублей вам хватит на множество запросов. Но протестировать и получить первый опыт вполне достаточно в gpt 3.5.

В остальном, интерфейс телеграмм-бота интуитивно понятный и я уверен, чтобы без труда его освоите.

Бот отвечает на языке запроса. Самый идеальные ответы, как показывает практика получаются на английском языке (на котором в основном была обучена модель). Но это уже для профессиональных задач. Поэтому можно общаться и на русском языке без заметной для вас потери качества.

Первый запрос, который я могу советовать вам задать, например, следующий:

«Привет, по профессии я [.....] и новичок в CHAT GPT. Расскажи, чем ты можешь мне помочь и составь список из 10 вопросов к тебе как я могу заработать больше, сэкономить время и\или развить своё дело.»

Вот еще несколько простых прикладных запросов:

1. У меня есть следующие продукты [.....]. Составь список из 5 блюд, которые можно из них приготовить, потратив не более 40 минут.

2. Какую книгу можешь посоветовать почтить для развития навыков тайм-менеджмента. Предложи три наиболее популярных вариантов.

3. Составь мне ежедневную углеводную диету на 30 дней, для того чтобы похудеть на 10 кг за 2 месяца. Учи [.....]

4. Составь мне программу тренировок в спортивном зале для целей сжигания жира и наработку мышечной массы корпуса тела. Имей ввиду [.....]

5. Составь список из десяти подарков на день рождения девочки 12 лет. Подарок должен быть в бюджете до 100\$, быть практичным и полезным, развивать следующие навыки ребенка [.....]

6. Напиши сочинение на тему [.....]

7. Придумай стихотворение/песню/сказку/притчу на тему [.....]

8. Представь, что ты профессиональный психолог и дай семь рекомендаций как городскому жителю справиться со стрессом

9. Помоги мне найти мои таланты и реализовать моё предназначение в бизнесе. Составь список из 30 самых важных вопросов, на которые я должен ответить, чтобы найти свое предназначение, определить свой икигай.

10. Я работаю [.....], составь мне список из 10 советов как я могу добиться повышения по карьере и в заработной плате. Имей ввиду [.....].

Для первого знакомства Вам будет более чем достаточно.

Вот что советует сам CHAT GPT для новичков

- 1 Изучите основы:** Начните с изучения основ работы с CHAT GPT. Посетите сайт OpenAI, прочтайте документацию и обзоры, чтобы понять, как работает модель и какие возможности она предлагает.
- 2 Определите свои потребности:** Подумайте, в каких сферах вашей жизни или работы CHAT GPT может быть полезен. Это может быть написание текстов, ответы на вопросы, разработка идей, обучение или что-то еще.
- 3 Экспериментируйте:** Попробуйте использовать CHAT GPT для различных задач, чтобы определить, какие из них наиболее подходят для вас. Экспериментируйте с разными параметрами, чтобы получить наилучшие результаты.
- 4 Интеграция с повседневной жизнью:** Внедрите использование CHAT GPT в свою повседневную жизнь. Например, используйте его для написания писем, создания контента для социальных сетей, подготовки презентаций или даже для общения с друзьями и коллегами.
- 5 Обучение и развитие:** Используйте CHAT GPT для обучения и развития своих навыков. Модель может помочь вам в изучении новых тем, ответах на вопросы и разработке идей для проектов.
- 6 Сообщество и поддержка:** Присоединяйтесь к сообществам пользователей CHAT GPT, чтобы обмениваться опытом, задавать вопросы и получать поддержку. Также следите за обновлениями и новостями от OpenAI, чтобы быть в курсе последних разработок и улучшений модели.
- 7 Безопасность и конфиденциальность:** Убедитесь, что вы используете CHAT GPT в соответствии с правилами безопасности и конфиденциальности. Не передавайте модели слишком чувствительную информацию и следите за тем, чтобы результаты работы модели не нарушали права других людей.

Теперь давайте рассмотрим чуть более профессиональный гайд, я предлагаю освоить немного навык копирайтинга с помощью ИИ. Ведь это важно во многих сферах жизни, начиная от сопроводительного письма работодателя, заканчивая постингом и деловой перепиской (не говоря уже про написание диплома).

Как настроить бота для копирайтинга

Примерная формула промт *[Представь, что ты...] + [дополнительная информация] + [вопрос] + [вспомогательная информация, которую попросил бот]*

- Попросите бота представить, что он является кем-то конкретным: редактором, копирайтером, контент-менеджером, эсэмэмщиком, корректором и так далее.

- Вводим запрос *"Представь, что ты..."* или *"Веди себя так, как будто ты..."*.

Чтобы получить объемный ответ, общайтесь с ботом на английском.

- Добавляем дополнительную информацию. Здесь мы пишем:
 - а) что бот должен сделать;
 - б) что должен быть за текст: статья, лендинг, пост, пуш-уведомление, емайл и т. д.;
 - в) куда этот текст мы пишем и кому;
 - г) на какую аудиторию рассчитан текст: пол, возраст и т. д.;
 - д) в каком стиле должен быть написан текст и какого объема он должен быть;
 - е) какие слова должны быть обязательно использованы в тексте (опционально)
 - ж) каких результатов мы ждем от бота.

- Спрашиваем, нужна ли боту еще информация, чтобы он сделал все красиво.

Вспомогательные запросы, которые помогают скорректировать текст в процессе диалога с чат-ботом:

- *Сократи ответ*
- *Расшири ответ*

Когда нужно больше текста. В этом случае можно уточнить, нужна ли боту еще дополнительная информация.

- *Давай думать последовательно/шаг за шагом*

Помогает, когда вы просите бота накидать идеи или составить план.

- *Проанализируй этот текст, как думаешь, что здесь не хватает?*
- *Проверь этот текст на орфографию и пунктуацию*
- *Будь креативнее*
- *Или скучнее/ задорнее/ умереннее – подставьте необходимый эффект, который вам нужен в тексте.*
- *Придумай еще варианты*

Когда предложения ChatGPT не подходят, с помощью этого запроса вы можете увеличить варианты и найти подходящую идею.

- *Держи пример*

Подходит, когда нужно повторить какой-то стиль, структуру или форму.

Как не получать предупреждения в plagiatе на текст написанный ChatGPT

Попросите ChatGPT использовать определенные стили и тона.

Скопируйте и вставьте промт:

Напиши статью на [тема], сосредоточившись на [этом] и [этом], обсуди разницу между [этим] и [этим] и исследуй, как [это] взаимодействует с [этим]". Используй неформальный и непринужденный тон, но пиши как полупрофессионал.

Промт можно менять под свои запросы.

Как узнать какие структуры письма может использовать ChatGPT 

Структуры копирайтинга обеспечивают рекомендации по написанию эффективных маркетинговых и рекламных текстов. Они помогают копирайтерам понять ключевые элементы, которые следует включить в текст, чтобы получить желаемый отклик от целевой аудитории.

Промт:

Можешь перечислить фреймворки для копирайтинга, в которых вы можете писать?

ЧТО ЕЩЕ УМЕЕТ ЧАТ GPT ДЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОММЕРЧЕСКИХ ЗАДАЧ

Напоминаю, здесь вам потребуется версия не менее GPT 4.0, удобнее будет работать с ПК, а местами (особенно для длинных текстов) потребуется работа с первоисточником.

Итак, вот список прикладных ниш, где по скорости и креативности ответов большие языковые модели будут практически незаменимы.

1. Создание контента: Большие языковые модели могут помочь в написании статей, блогов, рекламных текстов и других видов контента, предоставляя качественные тексты и сэкономив время.
2. Машинный перевод: Языковые модели могут значительно улучшить качество машинного перевода, делая его более точным и естественным.
3. Резюме и сопроводительные письма: Языковые модели могут помочь в создании резюме и сопроводительных писем, подбирая правильные слова и формулировки для представления ваших навыков и опыта.
4. Сценарии и диалоги: Модели могут быть использованы для создания сценариев для фильмов, театральных постановок или видеоигр, а также для генерации диалогов между персонажами.
5. Редактирование и корректировка текстов: Языковые модели могут помочь в редактировании и корректировке текстов, исправляя грамматические ошибки, опечатки и улучшая стиль написания.
6. Генерация идей и мозговые штурмы: Языковые модели могут помочь в генерации новых идей, предложений и концепций, стимулируя креативность и инновации.
7. Социальные сети и общение: Модели могут быть использованы для создания интересных и привлекательных публикаций в социальных сетях, а также для улучшения качества общения с друзьями, коллегами и знакомыми.

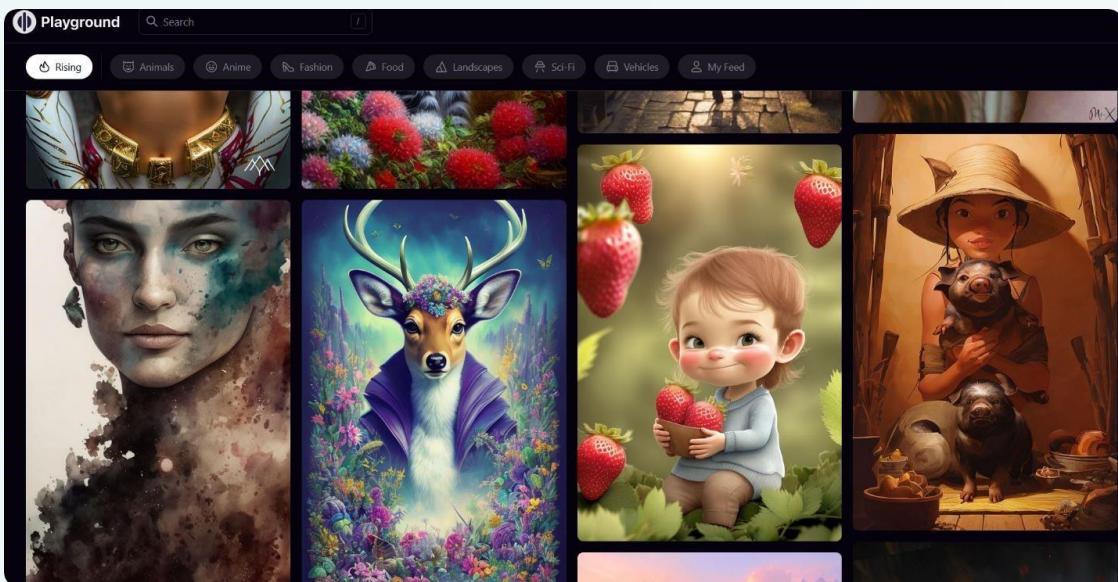
8. Бизнес: Нейросеть напишет бизнес-план, разработает маркетинговую концепцию и стратегию, придумает логотип и слоган, составит контент-план на месяц вперед, разработает план привлечения инвестиций, создаст презентацию, напишет сценарий для видеороликов, поможет автоматизировать бизнес-процессы и нанять персонал и многое, многое другое.

И напоследок, друзья, предлагаю Вам немного расслабиться и поиграться с генерацией уникального контента в графических нейросетях, бесплатных и не требующих сложных регистраций. Логиниться советую через Google – аккаунт, получается в пару кликов. Промт в большинстве случаях нужно задавать на английском языке, во остальном просто произвольно опишите картинку своими словами, которую хотите получить на выходе. Экспериментируйте!

1

PlaygroundAI

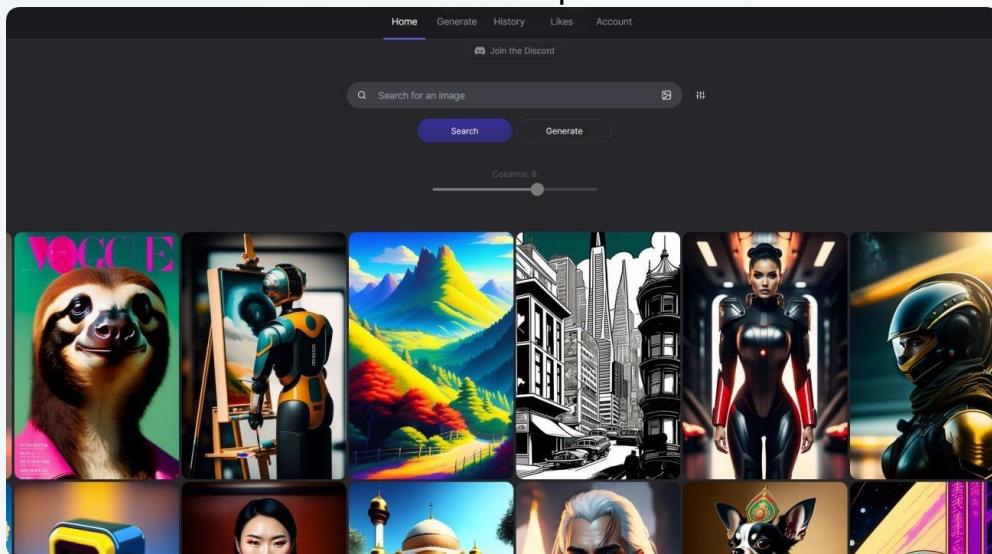
PlaygroundAI - довольно удобная нейросеть, позволяющая генерировать бесплатно до 1000 изображений в день. Данный сервис объединяет возможности двух популярных нейросетей: DALL-E и Stable Diffusion. В бесплатной версии доступна генерация только на базе Stable Diffusion. Для регистрации потребуется авторизоваться через гугл-аккаунт. VPN для работы не требуется.



2

LEXICA

LEXICA - также условно-бесплатная и довольно простая нейросеть, позволяющая создавать интересные изображения в разных стилях и размерах. Бесплатный лимит - 100 изображений в месяц.



3

DDG (Deep Dream Generator)

DDG - условно-бесплатная нейросеть для генерации изображений. Внутренняя валюта - энергия - расходуется при каждой генерации и редактировании изображений. После регистрации дается 100 единиц энергии - этого хватит на создание 20 картинок со стандартными настройками.



Подписаться на телеграмм канал



Подписаться на Instagram



Подписаться в ВКонтакте

