

ABC promptowania

Poznaj zasady skutecznego promptowania.
Odbierz gotowe wzorce promptów
i przyspiesz swoją pracę!

KRYSTYNA JAREK

**Autorka bestsellerowego e-booka
„Jak wyciągnąć więcej z AI?”**



© Krystyna Jarek

Warszawa 2024

Projekt okładki: Agnieszka Pojda (worqAssist)
Zdjęcie: Marcin Zawadzki (portretbiznesowy.com)
Skład: Agnieszka Pojda (worqAssist)

Dystrybucja: Booster of Innovation Krystyna Jarek

Niniejsza publikacja, ani żadna jej część nie może być kopiowana, ani w jakikolwiek inny sposób reprodukowana, powielana, ani odczytywana w środkach publicznego przekazu bez zgody Autorki.

Autorka dołożyła wszelkich starań, aby zawarte w publikacji informacje były kompletne i rzetelne. Nie bierze jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie prawa.

Autorka nie ponosi także żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w publikacji.

SPIS TREŚCI

Wstęp	2
O autorce	4
Krok 1. Wybierz swojego asystenta AI	5
Krok 2. Określ oczekiwania i ograniczenia	9
Krok 3. Zaczynij od precyzyjnego polecenia	11
Krok 4. Wybierz rolę dla asystenta AI	13
Krok 5. Ustal ton wypowiedzi	15
Krok 6. Zamiast “napisz to inaczej”	17
Krok 7. Dopytuj i pogłębiaj polecenia	19
Krok 8. Podziel pracę na etapy	21
Krok 9. Naucz się struktury promptów	23
Krok 10. Ograniczaj halucynacje	25
Krok 11. Naucz chat generować wiedzę	27

WSTĘP

W Booster of Innovation stale śledzimy trendy i nowe zjawiska społeczne, polityczne, ekonomiczne i prawne. Obserwujemy, że nadchodzi era, w której koniecznością będzie zdobycie umiejętności, aby posługiwać się narzędziami napędzanymi przez Sztuczną Inteligencję (AI).

I nie jest to już tylko moda, ale konieczność. Technologia AI przyspieszyła swój rozwój. Śledzimy go stale od ośmiu już lat. Nie czekaj aż zmiany będą tak duże, że poznanie AI będzie trudne, skomplikowane i zawiłe.

Ten poradnik powstał dla tych osób, które chcą szybko wejść w tajniki AI bez konieczności poznawania inżynierii stojącej za tą technologią. Nie znajdziesz tu teoretycznych wyjaśnień, czy akademickich twierdzeń. Moim celem jest, abyś zaczęła, zaczął przygodą z AI już teraz.

Mam nadzieję, że pomogę Ci wejść w świat AI w przyjemny sposób i rozbudzę Twoją ciekawość na więcej.

I pamiętaj: korzystaj z czatów AI codziennie. Tylko przez praktykę rozwiniiesz umiejętności rozmowy z maszyną.

Powodzenia!

Krysia Jarek

BOOSTER OF INNOVATION

nasze produkty i usługi

BOOSTER OF INNOVATION

Innovation Briefing
Przekładamy niepewność
na szansę i możliwości!



BOOSTER OF INNOVATION

KOD PRZYSZŁOŚCI
Laboratorium Nowych Idei

Jak stale zasilac biznes
wartościowymi pomysłami,
które budują przewagę
konkurencyjną.



BOOSTER OF INNOVATION

POZNAJ AI.
Podnoś Jakość
swojej pracy
i twórz nową
wartość dzięki AI.



BOOSTER OF INNOVATION

Innovation on Demand
Wynajmij zespół innowacji.



BOOSTER OF INNOVATION

**Akademia
Kompetencji
Przyszłości**

Rozwija umiejętności
przyszłości i przygotowuj
zespół na wyzwania
jutra!



BOOSTER OF INNOVATION

**AI w rozwoju
zawodowym
i osobistym**

Wykorzystaj AI
w rozwoju swojej kariery.



O AUTORCE

Krystyna Jarek

Ekspertka od strategii innowacji oraz innowacji AI. Założycielka **Booster of Innovation**, firmy doradczej przygotowującej firmy na wyzwania przyszłości.

Autorka wielu bestsellerów z obszaru innowacji, rozwoju kompetencji przyszłości oraz AI: *"Jak wykręcić więcej z AI", "Sposób na rozwój, czyli lifelong learning na skróty", "Innovation Design, czyli jak skutecznie tworzyć innowacje".*

Doświadczenie zawodowe zdobyła pracując w globalnych firmach: ING Bank, Kompania Piwowarska (SAB Miller plc), Deloitte.

W tej ostatniej pełniła rolę **Chief Innovation Officer** i odpowiadała za 18 krajów w regionie **Europy Środkowej**.



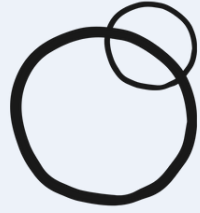
Booster of Innovation współpracuje z **topowymi firmami** z różnych branży: ING Bank, BNP Paribas, BGK, Orange, Polpharma, Tauron, Lotte Wedel, Tchibo Polska i inne.

Za swoje działania otrzymuje **wiele nagród i wyróżnień**:

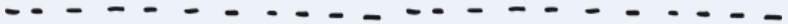
- Startup Pozytywnego Wpływu - innowacje ESG (2020)
- Strong Women in IT (global edition 2023)
- Creator of Futuristic Boards, Institute of Directors, London 2023
- Lady Business Awards, Warszawa 2023

Jest doktorantką Akademii im. Leona Koźmińskiego, gdzie prowadzi badania naukowe nad interakcją człowieka i AI. Jej prace naukowe są cytowane na świecie.

Prywatnie miłośniczka książek, designu oraz sztuki. Na stronie www.boosterofinnovation.com dzieli się newsami ze świata innowacji, kompetencji przyszłości oraz AI w praktyce.



Krok 1



WYBIERZ SWOJEGO AI ASYSTENTA!



Czaty AI mają ogromne możliwości.

Są trenowane na ogromnych zbiorach danych, a Ty jako użytkownik masz dostęp do najnowocześniejszych rozwiązań. Pomysł napisania tego e-booka opiera się na funkcji 'zero-shot', czyli dostępu do ogromnych zasobów przeanalizowanych informacji, do których AI nie była wcześniej trenowana. Teraz nie posiadając zespołu AI, dzięki czatom AI każdy użytkownik i użytkowniczka ma dostęp do ogromnych zasobów wiedzy. To co jest potrzebne, to nasza wyobraźnia o co możemy czaty AI zapytać!

Zacznij przygodę od pracy z tymi najbardziej popularnymi, czyli:

- **Gemini** od Google <https://gemini.google.com/app>
- **ChatGPT** od OpenAI <https://chat.openai.com/>
- **Copilot** od Microsoft <https://copilot.microsoft.com/>
- **Perplexity.ai** <https://www.perplexity.ai/>

Powyższe czaty AI są dostępne w wersjach płatnych i bezpłatnych. Zdecydowanie polecam korzystanie z wersji płatnej ze względu na jakość uzyskiwanych wyników. **Zainwestuj w siebie i w swoją przyszłość.** Wydatek 20 dolarów zwróci się szybko.

Pamiętaj! Codziennie używaj swojego ulubionego czata AI!

Zarówno podczas lektury tego e-booka, jak również w trakcie wykonywania ćwiczeń. Spróbuj testować rozwiązania na każdym z czterech chatów jednocześnie. Nauczysz się pracy z każdym z nich, dzięki czemu wyczujesz styl i różnice w udzielanych odpowiedziach. Dzięki temu będziesz mogła zdecydować, który z nich preferujesz. Ja używam wszystkich czterech jednocześnie!

Jeśli chciałabyś skorzystać z 50% zniżki na korzystanie z Perplexity, użyj tego kodu: https://perplexity.ai/pro?referral_code=CHINY37Z (link afiliacyjny).

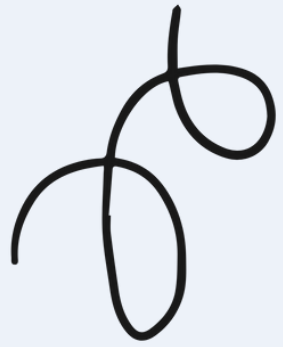
[Sprawdź tutaj!](#)



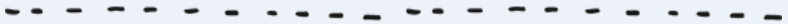
TWOJE NOTATKI



TWOJE NOTATKI



Krok 2

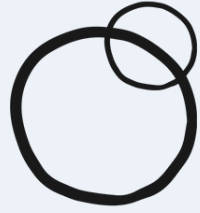


ZACZNIJ OD PRECYZYJNEGO POLECENIA

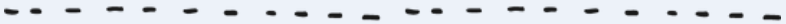


Czaty AI pomimo nazwy NLP (Natural Language Processing) wcale tak naturalnie nie rozmawiają. Komputer pozostał maszyną i prowadzi konwersację w typowym dla siebie skrypcie. Ci, którzy zajmują się programowaniem lub nawet zajmowali się pisaniem kodów, nawet prostych formuł w Excelu, wiedzą, że skrypt musi być logiczny i jak najbardziej precyzyjny. Identycznie jest z czatami AI. Zaczynaj więc od precyzyjnego sformułowania zadania, na przykład:

- Przygotuj 10 propozycji prezentu dla [wpisz dla kogo].
- Podaj 10 przykładów wykorzystania czatów AI w obszarze sprzedaży.
- Napisz 13 synonimów dla słowa "krajobraz".
- Wyjaśnij jak dla 10-cio latka czym jest fizyka kwantowa.
- Podsumuj artykuł w 10 punktach ze strony www [wklej link].



Krok 3



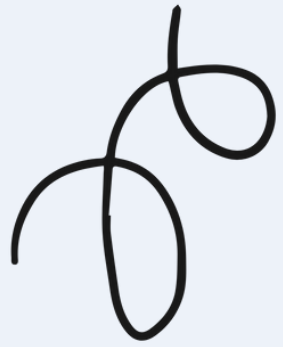
OGRANICZENIA I OCZEKIWANIA



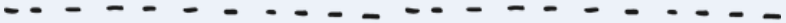
Dodanie kontekst do promptów polega na dostarczeniu dodatkowych informacji, które pomogą AI zrozumieć, czego oczekujesz.

Kontekst może dotyczyć:

- **Tematu, obszaru:** Wskazanie konkretnego tematu pomoże skupić się na odpowiednich informacjach.
- **Celu:** Jeśli masz określone cele, które chcesz osiągnąć, wskazanie ich pomoże wygenerować bardziej trafne odpowiedzi.
- **Odbiorcy:** Wskazanie grupy odbiorców, do których chcesz dotrzeć pomoże wygenerować odpowiedzi lepiej do niej dostosowane.
- **Dodatkowe uwarunkowania, ograniczenia:** Pozwoli ograniczyć generowane odpowiedzi do tych, które są adekwatne w danej sytuacji.
- **Twoje oczekiwania:** Określenie formy, tonu, długości pożądanej odpowiedzi skraca czas uzyskania akceptowalnego rezultatu.



Krok 4

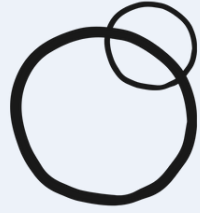


WYBIERZ ROLĘ

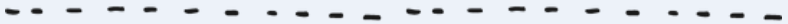


Przydatne jest wykorzystanie polecenia „Act as ...” / „Zachowuj się jak ...”. Ten prompt służy do wskazania roli, jaką ma przyjąć model językowy w odpowiedzi na dalszą część zapytania. Możesz to polecenie wykorzystać do symulowania zachowania konkretnej osoby, eksperta w danej dziedzinie lub wybranej roli:

- „Zachowuj się jak Elon Musk”
- „Zachowuj się jak kibic piłkarski”
- „Zachowuj się jak obcokrajowiec”
- „Zachowuj się jak dyrektor HR”
- „Zachowuj się jak praktykant, który ma pierwszą pracę”



Krok 5

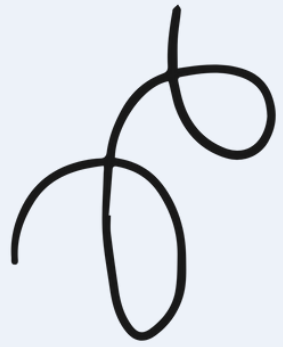


WYBIERZ TON WYPOWIEDZI

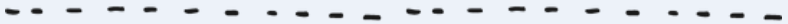
W zależności od celu możesz wybrać specyficzny ton wypowiedzi zależnie od kontekstu i potrzeb. Jakie masz opcje:



- **Formalny** – odpowiedni do sytuacji biznesowych, akademickich lub oficjalnej korespondencji.
- **Nieformalny** – luźniejszy i bardziej potoczny, dobry do codziennych rozmów lub nieoficjalnej korespondencji.
- **Dyplomatyczny** – taktowny i ostrożny, dobry do delikatnych tematów.
- **Humorystyczny** – lekki i często humorystyczny, aby rozweselić odbiorcę.
- **Przyjacielski** – ciepły i zachęcający, idealny do sytuacji, gdy chcesz stworzyć przyjemną atmosferę.
- **Perswazyjny** – mający na celu przekonanie do podanego punktu widzenia.
- **Informacyjny** – skoncentrowany na przekazywaniu faktów i informacji.
- **Opisowy** – bogaty w szczegóły, używany do malowania obrazów słownych.
- **Motywuujący** – zachęcający, inspirujący do działania.



Krok 6

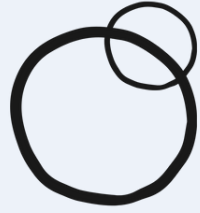


ZAMIAST “NAPISZ TO INACZEJ”

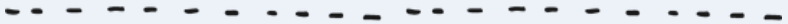


Jeśli jesteś niezadowolona, zadowolony z wygenerowanej treści i chcesz, aby chat jeszcze raz przygotował odpowiedź, ale już w inny sposób? Daj kolejne polecenie! Unikaj polecenia w stylu “napisz to inaczej”. Zobacz, co masz do wyboru:

- **Podsumuj, skróć:** Skraca tekst, ograniczając go do kluczowych punktów.
- **Uprość:** Píše tekst prostszym językiem.
- **Rozwiń:** Dodaje więcej szczegółów lub wyjaśnień.
- **Wytlumacz, wyjaśnij:** Tworzy dodatkowy opis, gdy tekst jest niejasny.
- **Podaj przykłady:** Podaje przykłady, aby lepiej wyjaśnić temat.
- **Podaj inne znaczenia:** Podaje inne możliwe znaczenia.
- **Napisz mniej formalnie:** Nadaje tekstowi bardziej potoczny i luźny styl wypowiedzi.
- **Podkreśl, wzmocnij wypowiedź:** Podkreśla niektóre punkty bardziej niż inne.



Krok 7

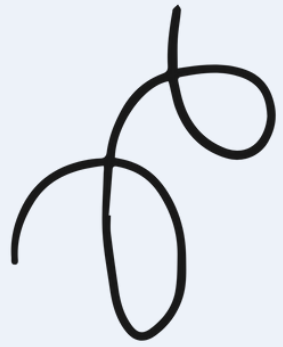


DOPYTUJ I POGŁĘBIAJ TEMATY

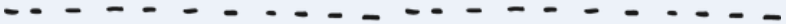


Nie ograniczaj się do pojedynczych zapytań i pierwszych odpowiedzi czata. Dopytuj i pogłębiaj wygenerowane odpowiedzi. Dodawaj pytania doprecyzowujące, jeśli Twoje pierwsze pytanie nie zostało w pełni zrozumiane lub odpowiedź nie była wystarczająco szczegółowa.

- **Zadawaj dodatkowe pytania**, aby sprecyzować lub rozszerzyć temat, np. „W moim pytaniu chodziło mi o ...”
- **Używaj pytań otwartych** do pogłębienia odpowiedzi, jeśli potrzebujesz bardziej szczegółowych informacji, np. „Jakie są główne przyczyny...?” lub „W jaki sposób mogę...?”.
- **Wyjaśnij wszelkie wątpliwości**, jeśli odpowiedź wydaje się niejasna lub niekompletna, poproś o dodatkowe wyjaśnienia. Możesz zadać pytanie typu „Czy możesz rozwinąć temat...?” lub „Czy możesz podać przykład...?”.
- **Sugeruj modyfikacje**, jeżeli odpowiedź jest zadowalająca tylko częściowo, możesz zasugerować zmiany w wybranej części, np. „Rozwiń punkt dotyczący...”, „Dodaj dodatkowe informacje dla...”.



Krok 8



PODZIEL PRACĘ NA ETAPY



Złożone zadanie lepiej rozbić na kilka podzadań.

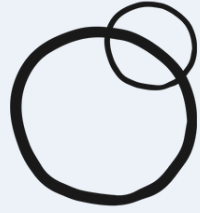
Podziel skomplikowane zapytanie na mniejsze, bardziej zarządzalne części. Dzięki temu AI skupi się na każdym aspekcie z osobna, co ułatwi uzyskanie kompleksowej, pełniejszej odpowiedzi.

Przykład:

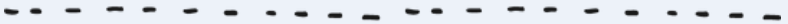
Zamiast jednego długiego promptu: "Stwórz opis technologii blockchain, omów jej zastosowania w sektorze finansowym oraz przedstaw zalety i wady tego rozwiązania."

Można podzielić go na kilka osobnych promptów:

1. "Opisz technologię blockchain."
2. "Omów zastosowania technologii blockchain w sektorze finansowym."
3. "Przedstaw zalety i wady technologii blockchain."



Krok 9

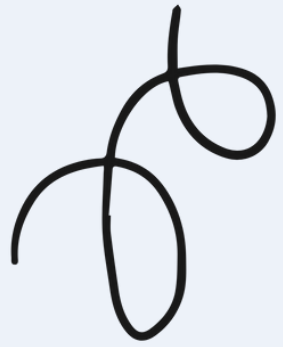


NAUCZ SIĘ STRUKTURY PROMPTU

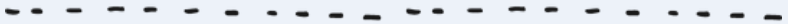


Prompt może być krótki - jednozdaniowy lub obszerny - czasami może obejmować stronę A4 a nawet kilka takich stron. Trzeba nauczyć się struktury takich promptów, a najlepiej przygotować sobie kilka wzorców do promptów, z których często korzystamy. Jak wygląda taki prompt:

- **Określ ROLĘ**, w jaką chcemy aby chat się wcielił (np. copywriter, szef kuchni, właściciel firmy).
- **Zdefiniuj ZADANIE**, jakie jest do wykonania (np. wpis na blog, przepis kulinarny, wstęp do artykułu naukowego).
- **Doprecyzuj zadanie**, czyli CO ma chat zrobić (post w mediach społecznościowych, krem z pietruszki, artykuł naukowy o zachowaniach ludzi w świecie metaverse):
- **Określ STRUKTURĘ** odpowiedzi (np. artykuł na blog powinien mieć intrygujący tytuł, wstęp, który zawiera główną myśl artykułu, podtytuły w formie wyliczeń, powołanie się na dane statystyczne, na koniec zadaj pytanie, które skłoni do działania”.
- **Podaj KONTEKST** zadania (np. przepis na krem z pietruszki jest przeznaczony dla wegan)
- Na koniec **określ FORMAT** odpowiedzi (np. tekst, tabela, konspekt, lista z punktami).



Krok 10



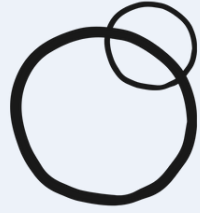
OGRANICZAJ HALUCYJNACJE



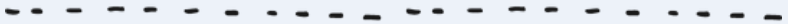
Złożone zadanie lepiej rozbić na kilka podzadań.

PodzDobrze napisany prompt ogranicza halucynacje czata. Im bardziej pytanie jest precyzyjne, tym odpowiedź powinna być bliższa prawdy. Jest kilka zasad, które dostarczają lepsze odpowiedzi czata:

- **Formułuj pytania dokładnie:** im bardziej precyzyjnie i konkretnie zadasz pytanie, tym większa szansa, że otrzymasz dokładną odpowiedź. Unikaj ogólnikowych lub niejasnych pytań.
- **Używaj krótkich zdań:** długie i skomplikowane zapytania mogą być trudniejsze do zrozumienia dla modelu, co może prowadzić do nieścisłości w odpowiedziach.
- **Precyzuj podpowiedzi:** bardzo często można zmodyfikować odpowiedzi, poprzez komendę „podaj źródła”, dodaj cytaty, napisz bardziej naukowym językiem albo prostszym i bardziej zrozumiałym.
- **Ogranicz spekulacje w samej treści prompta:** jeśli nie chcesz, aby model spekulował lub zgadywał, jasno to wskaż w swoim pytaniu.
- **Sprawdzaj źródła** lub korzystaj z czata AI, który podaje źródła.



Krok 11



NAUCZ CZAT GENEROWAĆ WIEDZĘ



Wykorzystaj metodę “Generowania Wiedzy”, czyli najpierw zadaj polecenie, aby model wygenerował odpowiedzi na temat, którego dotyczyć będzie zadanie, które podamy modelowi w kolejnym kroku.

- Najpierw zadaniem czata jest wygenerowanie **opis idealnego zadania** (np. przygotowanie power speech, wywiadu z politykiem, wpisu na media społecznościowe).
- Następnie dajesz polecenie, aby czat przygotował odpowiedź inspirując się przygotowanym opisem idealnego zadania (np. na podstawie opracowanego idealnego wywiadu z politykiem, przygotuj pytania do wywiadu z prezydentem kraju).
- Polecenie wpisujesz w ramach tego samego dialogu.

CHCESZ WIĘCEJ?

Zainspiruj się co możesz zrobić więcej z czatami
AI z moich ebooków:



Zainspiruj się, gdzie możesz
wykorzystać czaty AI, link>



Jak wykorzystać AI w rozwoju
kariery zawodowej, link>

**Sprawdź bestsellerowy e-book
"Jak wykręcić więcej z AI"**



[Sprawdź tutaj!](#)



Jestem innowacyjna!

→ Czy da się za 300 złotych zaprojektować Innowację AI, która później będzie testowana i wdrażana równocześnie w Singapurze, Amsterdamie i Warszawie?

Da się!

→ Czy butikowa firma konsultingowa z Polski może wdrażać procesy, narzędzia i mindset do globalnej firmy konsultingowej z Big4?

Może!

→ Czy warto o innowacjach mówić w biznesowy sposób i uświadamiać, że innowacje to kluczowy filar działania każdego lidera?

Warto!



Autorka bestsellera
"Jak wykręcić więcej z AI"



Booster of Innovation™ od 2019 roku współpracuje z czołowymi firmami z branż: finansowej, energetycznej, telekomunikacyjnej, FMCG i farmacji, aby tworzyć innowacje, które przekładają się na wyniki biznesowe. Sama od ponad 20 lat zajmuję się innowacjami – najpierw w dziale Sprzedaży i Trade Marketingu, a następnie w Marketingu i Innowacjach. Pracowałam nad innowacjami technologicznymi jak i produktami fizycznymi, usługami i procesami. W **Booster of Innovation™** z kolei korzystamy z autorskich narzędzi, bo wiemy, gdzie należy skoncentrować działania, aby tworzyć innowacje, które mają znaczenie!

Wraz z rozwojem Sztucznej Inteligencji dołączyliśmy narzędzia AI do procesu tworzenia innowacji. Dzisiaj **Booster of Innovation™** korzysta z wypracowanych autorskich programów, które w praktyczny sposób wdrażają AI minde do firm i przygotowują całą kadrę do rozpoczęcia transformacji wokół AI. Nasze trzy programy świetnie przygotowują każdą organizację do nowego etapu i otwarcia na możliwości, jakie daje Sztuczna Inteligencja:

- **Smart AI in everyday work**
- **AI Design Workshop**
- **AI Innovation Framework**

W **Booster of Innovation™** śmiało zaglądamy w przyszłość, bo naszą misją jest budowanie lepszego świata dzięki Innowacjom AI.

