

АЛЕКСЕЙ ГЛАДКИЙ

**ПИШИ ТЕКСТЫ
С ПОМОЩЬЮ**

ИИ

**ПИСЬМА, СООБЩЕНИЯ,
СТАТЬИ БЫСТРЕЕ
И ПРОЩЕ**



БОМБОРА
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва

УДК 004.8
ББК 32.81
Г52

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации:
AntonKhrupinArt, S and V Design,
chocolat-10 / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

Гладкий, Алексей Анатольевич.

Г52 Пиши тексты с помощью ИИ : письма, сообщения, статьи быстрее и проще / Алексей Гладкий. — Москва : Эксмо, 2026. — 272 с. — (Искусственный интеллект за час).

ISBN 978-5-04-240041-4

Искусственный интеллект уже умеет писать тексты — важно лишь научиться использовать его правильно. Эта книга покажет, как с помощью ИИ создавать письма, сообщения, статьи и другие тексты для работы и повседневной жизни. Вы познакомитесь с популярными ИИ-ассистентами, такими как ChatGPT, Claude, Gemini и другими, и поймете, какой инструмент лучше подходит для ваших задач.

Вы узнаете, как формулировать запросы, улучшать черновики, менять стиль текста и получать понятный, живой результат. В книге разобраны реальные примеры и типичные ошибки, а также приведены готовые промпты, которые можно сразу использовать в работе. Подходит для всех, кто хочет писать быстрее, увереннее и без лишней правки.

УДК 004.8
ББК 32.81

ОГЛАВЛЕНИЕ

Как ориентироваться в книге	5
Введение	6

Часть 1. Основы работы с ИИ

Глава 1. Как писать с ИИ и как это экономит время	10
1.1. Как работать с ИИ	10
1.2. В каких случаях ИИ экономит время	20
1.3. В каких случаях ИИ не экономит время	28
1.4. Разница между хорошим и плохим запросом	36
Глава 2. Какие нейросети лучше всего работают с текстами	44
2.1. ChatGPT: универсальный помощник для работы с текстами	45
2.2. Claude: сильный инструмент для работы с длинными и сложными текстами	57
2.3. Gemini: нейросеть, особенно удобная для пользователей экосистемы Google	71
2.4. «Алиса AI»: хороший выбор для русскоязычных пользователей	87
Глава 3. Анатомия хорошего промпта	101
3.1. Правильная структура запроса	101
3.2. Пять примеров полноценных промптов для разных задач	126

Часть 2. ИИ для рабочих и информационных текстов

Глава 4. Письма, почта

и деловая переписка	136
4.1. Как писать эффективные письма	137
4.2. Как написать отказ, чтобы не потерять человека, клиента, партнера	142
4.3. Как написать письмо для урегулирования конфликта	148
4.4. Как писать письма, которые будут мотивировать	154
4.5. Как менять тон письма для разных людей	160

Глава 5. Как писать длинные тексты

5.1. ИИ составляет план написания статьи (оглавление)	168
5.2. Как писать статью по частям с помощью ИИ	177
5.3. Как с помощью ИИ написать сильное вступление к статье	189
5.4. Как с помощью ИИ написать сильное заключение к статье	197
5.5. Как с помощью ИИ писать статьи в разных стилях	205

Часть 3. ИИ для творчества

Глава 6. Творческие тексты:

рассказы, сценарии, стихи	218
6.1. Как писать рассказы с помощью ИИ	219
6.2. Примеры промптов для рассказов в разных жанрах	227
6.3. Как писать сценарии с помощью ИИ	248
6.4. Как писать стихи с помощью ИИ	260
6.5. Итоги	267
Заключение	268
Словарь терминов	269

КАК ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В КНИГЕ

В книге вы встретите полезные вставки, которые помогут быстрее разобраться и сразу применить знания на практике.



Интересная информация

Короткое объяснение темы или важное уточнение, которое помогает лучше понять материал.



Готовый промпт

Запрос, который можно сразу использовать в работе с ИИ.



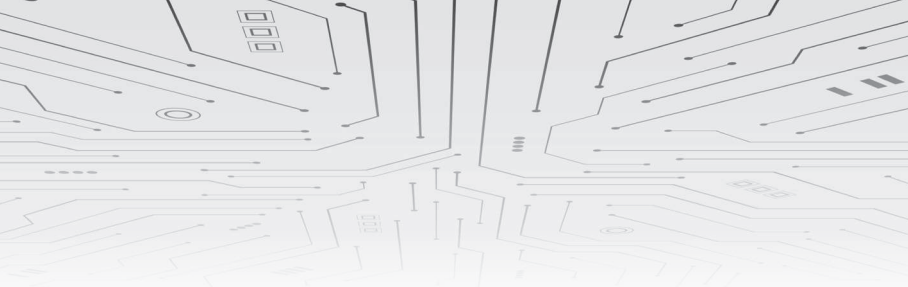
Пример результата

Примеры текстов, изображений или диалогов с ИИ.



Важно и ошибки

На что обратить внимание и чего лучше избегать.



ВВЕДЕНИЕ

Еще лет десять назад идея о том, что компьютер сможет писать тексты на любую тему, казалась фантастикой. Сегодня ИИ генерирует все — от школьного сочинения до художественной книги, ведомственной инструкции и киносценария. Миллионы людей используют нейросети для подготовки писем, написания статей, создания рекламных материалов, ведения блогов, учебы и решения рабочих задач.

Однако вместе с популярностью искусственного интеллекта появилось множество заблуждений. При этом не обходится без крайностей: одни считают, что нейросети скоро полностью заменят журналистов, копирайтеров, писателей, редакторов и корректоров; другие уверены, что ИИ выдает только малосодержательные, шаблонные и порой бессмысленные тексты, которые невозможно использовать на практике.

Истина, как всегда, где-то посередине.

Современные нейросети действительно умеют быстро создавать тексты. Они могут предложить идеи, составить план статьи или книги, написать черновик письма, подобрать аргументы для выступления или упростить сложное объяснение.

Но качество результата во многом зависит от человека, который с ними работает. Универсальной формулы или промпта¹ «на все случаи жизни» нет и быть не может: главное — уметь управлять процессом создания текста с помощью нейросетей.

Именно этому посвящена наша книга. Она написана простым языком и рассчитана на читателей, которые никогда раньше не работали с нейросетями или только начинают знакомство с ними. Примеры и рекомендации основаны на типичных практических сценариях работы с текстовыми нейросетями.

ИМЕЙТЕ В ВИДУ

Эта книга не научит вас перекладывать всю работу на искусственный интеллект. Но она покажет, как использовать ИИ в качестве помощника. Лучшие тексты появляются тогда, когда возможности нейросети сочетаются с опытом, знаниями и критическим мышлением человека. Искусственный интеллект может значительно ускорить работу, но именно человек остается автором, редактором и главным ответственным за результат.

Из этой книги вы узнаете, какие нейросети лучше подходят для работы с текстами, как составлять запросы, дающие качественный результат, как писать деловые письма, статьи и творческие произведения.

Мы разберем типичные ошибки новичков, научимся проверять факты, редактировать ответы нейросетей и сохранять собственный авторский стиль.

¹ Промпт — текстовая инструкция (запрос), которую пользователь дает системе искусственного интеллекта, чтобы получить нужный результат. — *Прим. ред.*



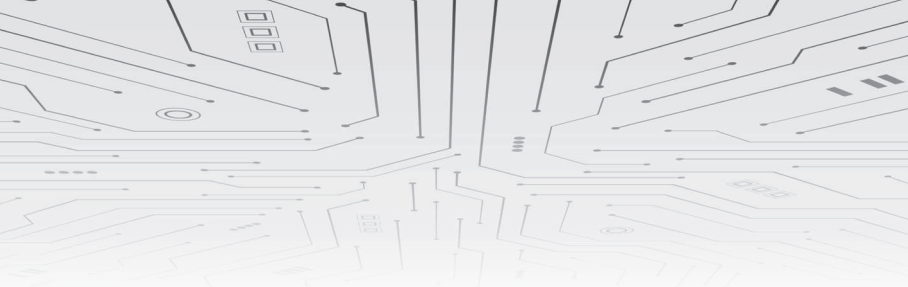
ВАЖНО

Большинство представленных в книге примеров реализовано с помощью **ChatGPT**. Ответы других нейросетей, а также более новых версий моделей могут заметно отличаться от показанных примеров. При этом общие принципы постановки задачи и проверки результата применимы к большинству текстовых ИИ-моделей.

Начнем с основ, после чего шаг за шагом разберемся, как превратить нейросети в действительно полезный инструмент для создания качественных текстов.

ЧАСТЬ 1

ОСНОВЫ РАБОТЫ С ИИ



ГЛАВА 1

КАК ПИСАТЬ С ИИ И КАК ЭТО ЭКОНОМИТ ВРЕМЯ

В этой главе мы разберем главный принцип работы с нейросетями применительно к написанию текстов. Вы узнаете, как правильно выстроить процесс взаимодействия с ИИ, в каких случаях он действительно экономит время, а когда может даже замедлить работу. Рассмотрим разницу между хорошими и плохими запросами и научимся использовать искусственный интеллект как помощника, а не как замену собственного мышления.

1.1. Как работать с ИИ

Одна из самых распространенных ошибок новичков — воспринимать нейросеть как автоматического автора. Многие ожидают, что достаточно написать короткий запрос, после чего ИИ сразу выдаст идеальный материал, который можно использовать без изменений (причем даже для заработка!).

На практике все выглядит иначе.

Наиболее эффективный подход — рассматривать нейросеть как помощника на каждом этапе создания текста. Человек остается главным участником процесса: он опре-

деляет задачу, оценивает результат, вносит правки и принимает окончательные решения.

Руководствуясь этой точкой зрения, работу с ИИ можно представить в виде простого цикла:

ИДЕЯ → ЧЕРНОВОЙ ПРОМПТ → ГЕНЕРАЦИЯ → РЕДАКТИРОВАНИЕ → ФИНАЛЬНЫЙ ТЕКСТ



Этапы могут повторяться (это зависит от требований к конечному результату), поэтому написание текста превращается в процесс последовательных доработок. Например, те же промпты часто приходится писать по несколько раз, конкретизируя и совершенствуя задание для нейросети.

Рассмотрим каждый этап подробнее.

1.1.1. Идея

Любой текст начинается не с нейросети, а с человека. Прежде чем открывать **ChatGPT** или другой ИИ-сервис, необходимо понять, какую задачу вы хотите решить.

Большинство новичков совершают одну и ту же ошибку: они сразу идут к нейросети с просьбой что-нибудь написать — например, «*напиши статью про зимние шины Continental*» или «*сгенерируй текст о выращивании огурцов*». В результате получается слишком общий, водянистый материал, который плохо подходит под конкретную ситуацию.



Поэтому перед началом работы полезно ответить себе на несколько вопросов:

- ◆ что именно нужно написать (тема материала)?
- ◆ для кого предназначен текст?
- ◆ какова его цель?

- ♦ какой результат должен получить читатель после прочтения?

Предположим, что вы работаете в компании, которая недавно перешла на удаленный формат работы. По этому поводу руководство попросило вас подготовить статью для корпоративного блога.

На этом этапе ваша задача — сформулировать идею. Для этого можно следующим образом ответить на выше-перечисленные вопросы:

- ♦ тема — удаленная работа;
- ♦ аудитория — сотрудники компании;
- ♦ цель — показать преимущества такого формата;
- ♦ желаемый результат — сотрудники должны лучше понять плюсы удаленной работы и позитивно отнестись к изменениям.



ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ

Ни одну из этих перечисленных задач нейросеть не решает. Она не знает особенностей вашей компании и не понимает целей публикации. Все ключевые решения принимает человек.

Чем лучше вы понимаете свою задачу, тем проще будет получить качественный результат от ИИ.

1.1.2. Черновой промпт

После того как идея сформулирована, необходимо объяснить ее нейросети. Для этого используется запрос, который называют промптом.



СОВЕТ

Не стоит стремиться сразу написать идеальный запрос. Для начала достаточно составить черновой вариант.

В нашем примере первичный промпт для нейросети можно сформулировать следующим образом:

«Напиши статью для корпоративного блога о преимуществах удаленной работы. Объясни основные плюсы для сотрудников и компаний. Объем около 1000 слов».

Это не идеальный запрос, но он уже содержит три важных элемента:

- ◆ тема статьи;
- ◆ цель ее написания;
- ◆ примерный объем (его можно выражать в количестве слов или в количестве печатных знаков, в последнем случае — с учетом пробелов или без них).

Получив такой запрос, нейросеть хотя бы в общих чертах сможет понять, чего от нее ожидают. Можно сделать промпт и более развернутым, например:

«Напиши статью для корпоративного блога о преимуществах удаленной работы. Целевая аудитория — сотрудники компании, которые недавно перешли на удаленный формат. Используй дружелюбный и мотивирующий тон. Включи вступление, пять основных преимуществ и заключение. Объем около 1000 слов».

Чем подробнее и понятнее запрос, тем меньше времени потребуется на дальнейшую доработку текста.

1.1.3. Генерация текста

После получения запроса нейросеть приступает к созданию первичной версии текста, которую можно считать черновиком.

На этом этапе ИИ анализирует задачу и предлагает собственный вариант решения. В зависимости от качества запроса результат может быть или очень полезным, или довольно поверхностным.

Например, по приведенному выше запросу нейросеть может предложить такую структуру статьи о преимуществах удаленной работы:

- ◆ Введение.
- ◆ Экономия времени на дорогу.
- ◆ Гибкий график.
- ◆ Возможность работать из любого места, где есть интернет.
- ◆ Снижение расходов компании.
- ◆ Повышение удовлетворенности сотрудников.
- ◆ Заключение.

В соответствии с предложенной структурой искусственный интеллект заполнит каждый раздел текстом.

Для начинающего пользователя такой результат часто выглядит впечатляюще: за несколько секунд появляется материал, на самостоятельное написание которого могло потребоваться несколько часов.

Именно на этом этапе многие новички совершают ошибку, считая работу законченной.

Однако важно понимать, что пока еще создается не готовая статья, а лишь ее основа. Нейросеть не знает:

- ◆ реальной ситуации в вашей компании;
- ◆ статистики вашей организации;
- ◆ особенностей аудитории;
- ◆ конкретных примеров из практики.

Поэтому к полученному тексту следует относиться как к черновику, а не как к завершенному произведению.

СОВЕТ



ИИ выступает в роли помощника, который быстро подготовил первый вариант документа. Теперь у вас есть материал, с которым можно работать дальше: дополнять его, исправлять, сокращать, расширять и адаптировать под конкретную задачу.

Именно поэтому следующий этап — редактирование человеком — является не менее важным, чем сама генерация текста.

1.1.4. Редактирование текста

При редактировании человеком черновой текст превращается в материал, который действительно можно использовать. Необходимость доработки обусловлена тем, что нейросеть не обладает человеческим опытом, знаниями и пониманием ситуации. Она может написать грамотный текст, но не знает деталей, которые делают материал полезным и убедительным.

Представим, что ИИ подготовил следующий фрагмент статьи:

«Удаленная работа позволяет сотрудникам экономить время на дороге и лучше распределять рабочий день. Кроме того, она помогает компаниям сокращать расходы на содержание офисов».

Текст написан грамотно, но выглядит слишком общим. В нем нет конкретики и примеров, по большому счету это «вода». Автор может дополнить его следующим образом:

«После перехода на удаленный формат сотрудники нашей компании в среднем стали экономить около полутора