

18+

Даника Тромова

Цифровой экзоскелет:
Инструкция
по выживанию в мире
нейросетей для
новичков

Часть 1

Даника Громова

**Цифровой экзоскелет:
Инструкция по выживанию в мире
нейросетей для новичков. Часть 1**

«Издательские решения»

Громова Д.

Цифровой экзоскелет: Инструкция по выживанию в мире нейросетей для новичков. Часть 1 / Д. Громова — «Издательские решения»,

Перед вами — универсальный практический учебник по управлению искусственным интеллектом, написанный простым языком для каждого. Книга создана для широкого круга читателей: от студентов, штурмующих учебные дедлайны, до домохозяек и руководителей крупных предприятий. Автор пошагово учит правильно ставить задачи нейросетям, чтобы избавить себя от бумажной рутины и монотонного труда. Без сложного кода и занудства — только понятные алгоритмы для вашей личной эффективности.

Содержание

Вместо предисловия: Короткий b2b-гид по выживанию в цифровой эре	6
О чем эта книга и какая вашему кошельку от неё польза	7
Глава 1. Разведка на местности: откуда взялся ИИ и почему он не хочет вас поработить	8
Часть 1. Как тридцать чудаков в бабочках придумали будущее, пока весь мир копал картошку	8
Часть 2. Алан Тьюринг и первая реальная польза, которая спасла миллионы жизней	8
Часть 3. Как железный калькулятор поумнел и почему ИИ учится как обычный ребенок	9
Фокус с котиком, или Как ИИ перестал быть дураком	9
Почему это перевернуло нашу жизнь?	10
Часть 4. Карта современного ИИ-мира: как зовут цифровых помощников и где они прячутся в вашем телефоне	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Цифровой экзоскелет: Инструкция по выживанию в мире нейросетей для новичков Часть 1

Даника Громова

© Даника Громова, 2026

ISBN 978-5-0070-8529-8

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Вместо предисловия: Короткий b2b-гид по выживанию в цифровой эре

Если вы открыли эту книгу в надежде прочитать 600 страниц унылой академической теории, узнать историю создания полупроводников или научиться просить нейросеть «написать стишок на день рождения тещи» — закройте её и верните на полку. Не тратьте свое время.

Эта книга — не сборник хайповых лозунгов. Это готовый цифровой экзоскелет для собственников бизнеса, топ-менеджеров, бухгалтеров и самозанятых, которые устали платить налог на собственную медлительность.

Мы безжалостно сдираем с промпт-инжиниринга «элитарный» айтишный сленг и переводим технологию на понятный русский язык коммерции. Пока «каста программистов» пытается защитить свои высокие чеки, пугая вас сложным кодом, я докажу вам: управлять ИИ может каждый, у кого есть логика и жизненный опыт.

О чем эта книга и какая вашему кошельку от неё польза

Глава 1 и 2

Разведка и Бытовой хакатон: За 5 минут переводим ИИ в режим вашего вежливого, но дотошного цифрового стажера. Учимся заставлять его моментально выкидывать воду из километровых китайских инструкций к оборудованию и собирать убойные b2b-решения в условиях жесткого дефицита ресурсов.

Глава 3.

Цифровой аудитор кошелька: Даю вам готовые, зубастые промпт-матрицы, которые за 10 секунд находят капканы мелкого шрифта в кредитных договорах банков и принудительно заставляют похудеть ваши квитанции за ЖКХ, вычисляя математические приписки управляющих компаний.

Часть II. Инженерный b2b-контур: Переходим в жесткое коммерческое наступление. Мы разберем секретные мета-коды перепрошивки процессора ИИ (Few-Shot, CoT), которые блокируют машинную «тошноту» и заставят робота идеально копировать ваш личный авторский стиль.

Автоматизация и Безопасность: Вы научитесь настраивать многошаговые нейро-конвейеры (связка 1С, ТЗ для закупок и претензий по неликvidу за 15 секунд) и развернете протокол «Анти-Шпион», чтобы внедрять ИИ без риска слить коммерческую тайну конкурентам.

Но помните: то, что вы держите в руках — это лишь базовая самооборона для вашего кошелька и легкий тест-драйв возможностей. Это только самое начало нашей истории про приручение искусственного интеллекта. Настоящая, взрослая магия автоматизации и больших денег начнется во второй части книги, где мы перейдем к промышленным сквозным матрицам. Там всё будет еще более увлекательно, цинично и стопроцентно практично. Я выдам вам секретные мета-коды перепрошивки кремниевых мозгов и научу создавать целые отделы из цифровых сотрудников. Вы научитесь заставлять ИИ думать за вас на сверхвысоких скоростях.

Нейросеть не уволит вас и не закроет вашу фирму. Вас обанкротит тот человек, который освоил ИИ на три месяца раньше.

Снимайте розовые очки, ползунки температуры — на «Абсолютный ноль». Перелистывайте страницу, пора заставить технологии работать на ваш собственный карман!

Глава 1. Разведка на местности: откуда взялся ИИ и почему он не хочет вас поработить

Часть 1. Как тридцать чудаков в бабочках придумали будущее, пока весь мир копал картошку

Если вам кажется, что искусственный интеллект — это изобретение вчерашнего дня, которое Илон Маск случайно выронил из кармана своего скафандра, то у меня для вас сюрприз. ИИ гораздо старше, чем цветной телевизор и даже стиральная машина-автомат.

Всё началось в далеком **1956 году**. Представьте себе Америку тех лет: мужчины носят строгие костюмы и шляпы, женщины крутят бигуди под Элвиса Пресли, а самый мощный компьютер в мире занимает целую комнату, весит как грузовик и умеет разве что складывать пятизначные цифры со скоростью ленивого бухгалтера.

И вот в престижном Дартмутском колледже собирается компания из тридцати молодых ученых. Они были в строгих бабочках, пили фильтр-кофе и спорили до хрипоты. Возглавлял эту банду молодой математик по имени **Джон Маккарти**. Именно он, затянувшись сигаретой, впервые в истории вслух произнес фразу: **«Искусственный интеллект»** (Artificial Intelligence).

Коллеги тогда посмеялись, но Джон был упрям. Он заявил: *«Ребята, если мы можем научить железную коробку считать наши налоги, значит, мы сможем научить её думать, как человек!»*. Ученые заперлись в кабинетах на всё лето. Они искренне верили, что за пару месяцев создадут робота, который будет играть в шахматы, переводить с французского и косить газоны.

Конечно, за два месяца у них ничего не получилось. Компьютеры тех времен были слишком глупыми. Идея Джона Маккарти опередила время почти на семьдесят лет. Но первый камень был заложен: люди официально разрешили себе мечтать о цифровом помощнике.

Часть 2. Алан Тьюринг и первая реальная польза, которая спасла миллионы жизней

А теперь давайте отмотаем время еще чуточку назад и перенесемся в воюющую Европу **1940-х годов**. Именно тогда искусственный интеллект (точнее, его самый первый дедушка) впервые в истории принес человечеству колоссальную, неоценимую пользу.

У немецкой армии была **«Энигма»** — супер-секретная шифровальная машинка. Каждый день фашистские штабы передавали своим подводным лодкам приказы, где именно топить корабли с продуктами и медикаментами. Немцы меняли настройки шифра каждые 24 часа. Живой человек — будь он хоть трижды гениальным математиком — физически не успевал за сутки перебрать миллионы комбинаций. Люди были бессильны, корабли тонули, война затягивалась.

И тут на сцену выходит британский ученый **Алан Тьюринг**. Человек со сложным характером, чудака, который пристегивал свою кружку цепью к батарее, чтобы её не украли коллеги. Тьюринг понял: человеческий мозг слишком медленный. Чтобы победить фашистскую шифровальную машину, нужно создать **другую машину, которая будет думать быстрее человека**.

Тьюринг построил огромный, щелкающий шестеренками агрегат и назвал его «Бомба». По сути, это был первый прообраз искусственного интеллекта. Эта машина за считанные

минуты перебирала миллионы вариантов немецких шифров, находила логические закономерности и взламывала секретные коды врага.

Какая была польза? Из-за машины Тьюринга союзники стали заранее знать, где немцы готовят засады. Историки подсчитали, что этот первый «железный разум» сократил Вторую мировую войну минимум на два года и спас более 14 миллионов человеческих жизней!

Вот вам и «бездушная железка». ИИ родился не для того, чтобы отбирать работу у водителей или домохозяек. Он родился на свет в самый страшный час человечества, чтобы защитить людей от гибели.

Часть 3. Как железный калькулятор поумнел и почему ИИ учится как обычный ребенок

После победы Алана Тьюринга над немецкими шифрами наступило долгое затишье. Почти сорок лет компьютеры оставались просто невероятно быстрыми калькуляторами. Они умели идеально выполнять команды по инструкции, но не умели думать самостоятельно.

Чтобы понять разницу, представьте обычную компьютерную программу в виде очень послушного, но абсолютно безынициативного робота-повара. Вы пишете ему жесткий рецепт (алгоритм): *«Возьми 100 грамм картошки, отрежь кожуру, брось в воду на 20 минут»*. Робот выполнит это безупречно. Но если вы подсунете ему вместо картошки морковку, он зависнет, выдаст ошибку и сожжет кухню. У него нет гибкости. Если правила в коде не прописаны — программа слепа.

И вот в конце 1980-х годов ученые сказали: *«Хватит писать роботам инструкции на каждый чих! Давайте скопируем то, как устроен мозг живого человека»*. Так на свет появились первые **нейронные сети**.

Фокус с котиком, или Как ИИ перестал быть дураком

Внутри нашей с вами головы живут миллиарды крошечных клеток — нейронов. Они соединены между собой «проводами» -синапсами. Когда ребенок учится познавать мир, эти провода перенастраиваются.

Вспомните, как маленький ребенок понимает, что перед ним кошка? Мама же не выдает ему чертеж: *«Сын, кошка — это объект с усами, четырьмя лапами длиной 15 сантиметров и хвостом»*. Нет! Мама просто показывает пальцем на живого зверя во дворе и говорит: *«Смотри, это котя, мяу-мяу»*. Потом ребенок видит рыжего кота, потом пушистого, потом вообще одноухого бандита на заборе. Его мозг сам, без всяких инструкций, улавливает скрытые закономерности. Через сто таких просмотров в голове ребенка формируется четкий образ кота.

Именно этот трюк ученые провернули с компьютерами. Они создали виртуальные цифровые нейроны и устроили им «детский сад».

Допустим, нам нужно научить ИИ отличать на фотографии кошку от собаки. Вместо написания кода программисты берут и загружают в нейросеть **десять миллионов картинок** с котами и собаками.

— На первой тысяче картинок ИИ безбожно путается и выдает бред: называет пуделя персидским котом.

— Но за каждую ошибку система получает виртуальный «щелчок по носу» — алгоритм подкручивает настройки своих цифровых проводов.

— К пятимиллионной картинке ИИ начинает замечать: у собак морды обычно вытянутые, а у котов зрачки вертикальные.

— К десятиmillionной картинке нейросеть начинает щелкать этих котиков как орехи, даже если животное снято в темноте, со спины или под диваном.

Почему это перевернуло нашу жизнь?

Именно этот прорыв и породил тот самый бум ИИ, который мы наблюдаем сейчас. Нейросети перестали ждать от человека готовых правил. Они начали **обучаться на примерах**, точно так же, как обычный водитель учится чувствовать габариты машины на дороге, а домохозяйка — определять готовность пирога по запаху из духовки.

ИИ прочитал миллиарды человеческих книг, просмотрел миллионы наших фотографий и научился имитировать наше мышление. Он понял, как люди связывают слова в предложения, как художники смешивают краски и как юристы пишут свои каверзные договоры.

Поэтому, когда вы сегодня пишете в чат-бот: *«Придумай рецепт ужина из сосисок и кабачка»*, ИИ не ищет этот рецепт в Яндексe. Он включает свои обученные цифровые извилины и буквально на ходу сочиняет его для вас, основываясь на всем кулинарном опыте человечества, который он «переварил» во время учебы.

Часть 4. Карта современного ИИ-мира: как зовут цифровых помощников и где они прячутся в вашем телефоне

Ну что, дорогие мои, мы подошли к самому практическому разделу нашей первой главы. Теперь, когда вы знаете, что ИИ — это не терминатор-убийца, а прилежный цифровой ученик, прочитавший терабайты человеческих книг, пришло время разобраться с именами.

Когда обычный человек заходит в интернет, у него от обилия аббревиатур начинает кружиться голова. Из каждого утюга кричат: «Нейросети! Чат-боты! Промпты! ИИ-агенты! Жипити!». Такое ощущение, что аййтишники специально придумали этот птичий язык, чтобы напустить туману и казаться умнее.

Давайте безжалостно переведем этот профессиональный сленг на понятный русский язык и разберем, кто есть кто в этом кремниевом зоопарке 2026 года.

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.