

ВСЕ СЕКРЕТЫ ChatGPT



Дмитрий Тыкалюк

Дмитрий Тыкалюк

ВСЕ секреты ChatGPT

«Автор»

2026

Тыкалюк Д.

ВСЕ секреты ChatGPT / Д. Тыкалюк — «Автор», 2026

ChatGPT умеет гораздо больше, чем просто отвечать на вопросы. Главное — знать, как правильно с ним работать. Эта книга — понятное практическое руководство для тех, кто хочет превратить ChatGPT в настоящего цифрового помощника. Вы узнаете, как составлять эффективные запросы, работать с текстами и идеями, учиться, анализировать информацию, экономить время и решать повседневные и профессиональные задачи. Без сложных терминов и лишней теории — только понятные объяснения, полезные приёмы и примеры. Откройте возможности ChatGPT, о которых многие пользователи даже не догадываются.

© Тыкалюк Д., 2026

© Автор, 2026

Дмитрий Тыкалюк

ВСЕ секреты ChatGPT

От автора

Сначала ChatGPT кажется необычным поисковиком. Вы задаёте вопрос — он отвечает. Просите объяснить незнакомое слово — он объясняет. Предлагаете написать поздравление — через несколько секунд перед вами вполне приличный текст.

Первые впечатления обычно укладываются в две крайности.

«Невероятно! Он умеет всё».

Или:

«Ничего особенного. Я спросил — он написал какую-то ерунду».

Позже выясняется, что обе оценки слишком поспешные.

ChatGPT действительно способен помочь с множеством задач. Он может разобраться в запутанном тексте, предложить несколько вариантов решения, подготовить черновик письма, объяснить школьную тему, проанализировать таблицу, придумать визуальную идею и помочь организовать большой проект.

Но результат зависит от того, что именно вы ему поручили, какие сведения дали и как проверили ответ.

Представьте, что вы наняли помощника.

В первый день вы говорите ему:

— Подготовь что-нибудь интересное для наших клиентов.

Он возвращается с текстом, который вам не нравится.

Можно решить, что помощник бесполезен. А можно заметить, что он не знает ваших клиентов, не понимает, что вы продаёте, не видел хороших примеров и вообще не получил ясного задания.

С ChatGPT часто происходит примерно то же самое.

Эта книга поможет пройти путь от случайных вопросов к осмысленной работе. Без программирования, сложной терминологии и обещаний заработать миллион за три сообщения.

Мы будем разбирать обычные ситуации: нужно написать письмо, понять документ, подготовиться к разговору, придумать пост, разобраться в расходах, освоить новую тему или наконец сдвинуть с места проект, который давно откладывается.

Вы увидите, почему одни запросы дают полезные ответы, а другие — длинные рассуждения, которые никуда не ведут. Узнаете, как исправлять результат, как сохранять собственный стиль и где необходима проверка.

У книги есть ещё одна задача: избавить вас от страха сделать что-то неправильно.

Для общения с ChatGPT не нужно знать специальный язык. Можно писать коротко, с опечатками, уточнять на ходу, признавать, что вы сами пока не понимаете задачу. Иногда именно с такого признания начинается лучший разговор.

«Я пока не могу чётко сформулировать, чего хочу. Помогите разобраться. Задавай вопросы по одному».

Эта фраза уже является хорошим запросом.

Названия моделей, тарифов и кнопок со временем меняются. Поэтому мы сосредоточимся на принципах и рабочих приёмах. Описания функций сверены с официальной документацией OpenAI, доступной на 28 сентября 2026 года. Возможности конкретного аккаунта зависят от приложения, тарифа, региона и настроек рабочего пространства.

Начнём с самого простого: разберёмся, с кем именно вы разговариваете.

Часть первая. Знакомство без сложных слов

Глава 1. Что такое ChatGPT и почему он иногда удивляет

ChatGPT — сервис, с которым можно общаться обычным языком. Вы описываете вопрос или задачу, а система формирует ответ. В зависимости от доступных возможностей она также может обращаться к поиску, анализировать файлы, создавать изображения и выполнять другие действия.

Важно сразу различать три вещи.

ChatGPT — продукт, которым вы пользуетесь.

Модель — система, которая обрабатывает ваше сообщение и формирует ответ.

Инструменты — дополнительные возможности: поиск, работа с файлами, создание изображений, подключение сервисов.

Это можно представить на примере мастерской. Есть сама мастерская, есть мастер и есть набор инструментов. Даже хороший мастер не сможет проверить сегодняшнюю биржевую цену без доступа к актуальным данным. И наличие калькулятора не поможет, если ему передали неправильные исходные числа.

Почему ответ появляется так быстро

Модель обучалась на больших объёмах информации и научилась находить закономерности в языке и других данных. Благодаря этому она может формировать связные объяснения, замечать похожие структуры задач и создавать новые тексты.

Но связный ответ не обязательно является верным.

Допустим, вы спрашиваете:

«Кто впервые употребил это выражение в печати?»

Если надёжной информации нет, система иногда всё равно предлагает имя и дату. Они могут выглядеть убедительно. Именно поэтому уверенный тон нельзя считать доказательством.

Полезнее спрашивать так:

«Есть ли надёжные сведения о первом употреблении этого выражения? Найди источник.

Если установить автора нельзя, прямо скажи об этом».

Что ChatGPT делает особенно полезного

Во многих повседневных задачах ценность состоит в том, что он помогает быстрее получить основу для дальнейшей работы.

У вас есть разрозненные мысли — появляется структура.

Есть непонятный документ — появляется объяснение.

Есть черновик — появляется отредактированная версия.

Есть несколько вариантов — появляется сравнение по понятным критериям.

Разумеется, каждую из этих задач можно выполнить самостоятельно. Но помощник позволяет тратить меньше сил на начало и больше — на выбор, проверку и улучшение.

Чего от него не стоит ожидать

Не стоит ожидать, что он автоматически знает:

ваши реальные обстоятельства;

содержание файла, который вы не приложили;

сегодняшние события без проверки источников;

ваши намерения, если вы их не объяснили;

точную причину происходящего там, где доступны только косвенные признаки.

Один из главных навыков пользователя — замечать, какая информация осталась только у него в голове.

Небольшое упражнение

Задайте вопрос:

«Объясни, как работает семейный бюджет».

Затем уточните:

«Теперь представь семью с нерегулярным доходом. Какие части предыдущего объяснения нужно изменить?»

Сравните ответы. Вы увидите, насколько сильно конкретные условия меняют полезность результата.

Глава 2. Первые шаги в интерфейсе

Для начала достаточно освоить несколько действий: открыть новый разговор, отправить сообщение, добавить уточнение и найти предыдущую беседу.

Не пытайтесь в первый день разобраться во всех настройках. Это примерно как знакомиться с новой кухней: сначала нужно понять, где включается плита, а уже потом изучать все режимы духовки.

Начните с маленькой задачи

Лучше всего взять вопрос, ответ на который вы сможете оценить.

Например:

«Помоги написать соседу вежливое сообщение о громкой музыке после десяти вечера. Мы нормально общаемся, ссориться не хочу».

Или:

«Объясни разницу между выручкой и прибылью на примере небольшой пекарни».

Или:

«Вот мой список дел на завтра. Помоги распределить их по времени, оставив час на непредвиденные задачи».

Знакомая ситуация позволяет сразу заметить, где ответ попал в цель, а где начал фантазировать.

Продолжайте разговор

Не нужно каждый раз начинать заново.

После первого ответа можно написать:

«Сделай мягче».

«Добавь конкретный пример».

«Убери последнюю фразу».

«Объясни, почему ты предлагаешь такой порядок».

Это и есть нормальный способ работы. Первый ответ редко обязан быть окончательным.

Когда нужен новый чат

Новый разговор полезен, когда меняется сама задача.

Если вы обсуждали ремонт кухни, а теперь хотите подготовить деловое письмо, отдельный чат поможет не смешивать контекст.

Для связанных задач можно оставаться в одной беседе. Например, сначала придумать структуру статьи, затем написать её и после этого подготовить заголовок.

Но бесконечно длинный разговор обо всём постепенно становится неудобным. Вы сами перестаёте помнить, какие условия уже обсуждались, а какие были отменены.

Как называть разговоры

Если интерфейс позволяет переименовать чат, используйте понятные названия:

«Письмо арендодателю»;

«План изучения английского»;

«Книга — структура»;

«Расходы за март».

Название «Важное» через месяц мало о чём скажет. Название «Вопросы перед покупкой квартиры» сразу объясняет содержание.

Что делать, если нужной кнопки нет

Возможности могут отличаться между приложениями и аккаунтами. Не стоит часами искать кнопку из чужого видео.

Проверьте актуальную справку и доступные меню. Если инструмент отсутствует, обычный текстовый разговор всё равно остаётся полезным.

В официальной документации OpenAI отдельно описываются обычный разговор, режим работы над более крупным результатом и инструменты для разработки. Их доступность и интерфейс различаются.

Глава 3. Какие задачи можно поручать

Новичок часто спрашивает: «Что вообще можно делать с ChatGPT?»

Ответ «почти всё» звучит впечатляюще, но мало помогает. Намного полезнее разделить задачи по результату, который вы хотите получить.

Понять

Вы столкнулись с незнакомым понятием, сложной инструкцией или запутанным письмом.

«Объясни этот текст простыми словами. Сначала скажи главное, затем разбери непонятные термины».

Результат — понятное объяснение.

Создать

Нужен текст, план, список идей, структура выступления или изображение.

«Подготовь черновик объявления о продаже велосипеда. Вот характеристики и недостатки».

Результат — заготовка, которую можно оценить и доработать.

Преобразовать

У вас уже есть материал, но он неудобен.

«Преврати эти заметки в последовательную инструкцию».

«Сократи длинное письмо до пяти предложений».

Результат — те же сведения в более полезной форме.

Сравнить

Нужно разобраться в нескольких вариантах.

«Сравни эти предложения по стоимости, срокам и ограничениям. Не выбирай за меня, пока не покажешь различия».

Результат — основа для решения.

Проверить

Вы подготовили текст, расчёт или план и хотите найти слабые места.

«Посмотри, где в этом плане есть противоречия или неучтённые зависимости».

Результат — замечания и вопросы для проверки.

Потренироваться

Нужно подготовиться к собеседованию, выступлению, разговору с клиентом или экзамену.

«Проведи со мной тренировочное собеседование. Задавай по одному вопросу и после ответа объясняй, что можно улучшить».

Результат — практика в безопасной обстановке.

Организовать

Есть цель, но непонятно, с чего начать.

«Я хочу за месяц разобрать домашний архив фотографий. У меня двадцать минут в день. Помоги построить реалистичный процесс».

Результат — последовательность действий.

Почему такое разделение полезно

Часто неудачный запрос возникает потому, что человек сам не определил, что ему нужно.

Он пишет «расскажи про...», хотя на самом деле хочет выбрать.

Пишет «придумай...», хотя ему нужно проверить уже существующую идею.

Перед отправкой сообщения попробуйте закончить фразу:

«После ответа у меня должно появиться...»

Если окончание понятное, задача уже стала заметно яснее.

Глава 4. Мифы о секретных командах

В интернете легко встретить обещания: добавьте особую фразу — и получите ответы совсем другого уровня.

Часть подобных советов полезна, потому что делает запрос конкретнее. Но вокруг них выросло много лишней мистики.

Миф первый. Существует универсальная волшебная фраза

Нет одной формулировки, которая одинаково хорошо решает все задачи.

Запрос для делового письма отличается от запроса для анализа таблицы. Попытка использовать гигантский универсальный шаблон иногда только мешает: важное условие теряется среди десятков общих требований.

Миф второй. Нужно обязательно назначить роль

Фраза «представь, что ты опытный редактор» может помочь задать направление. Но она не заменяет исходные данные.

Сравните:

«Ты лучший редактор мира. Сделай текст идеальным».

И:

«Проверь текст для начинающих предпринимателей. Убери канцеляризмы, объясни незнакомые термины и сократи вступление до трёх предложений».

Во втором случае критерии гораздо понятнее.

Миф третий. Чем длиннее запрос, тем лучше

Длина сама по себе не помогает.

Хороший запрос содержит сведения, которые влияют на результат. Остальное увеличивает нагрузку на внимание — ваше и системы.

Если нужно придумать название встречи, достаточно нескольких строк. Для исследования рынка потребуется больше условий.

Миф четвёртый. /human включает особый человеческий режим

Запись /human не следует считать универсальной встроенной командой ChatGPT. То же относится к популярным меткам вроде /viral, если их не определяет конкретный инструмент или ваш собственный шаблон.

Модель может воспринять такие слова как пожелание к стилю, но специальный символ не гарантирует качество.

Лучше написать, что именно вы хотите:

«Пиши естественно. Используй конкретные ситуации, разную длину предложений и обычные слова. Не добавляй выдуманные истории от первого лица».

Миф пятый. Можно заставить систему всегда говорить правду

Фраза «никогда не ошибайся» не устраняет ошибки.

Гораздо полезнее требовать проверяемый процесс:

«Укажи источник каждого важного числа. Если источник недоступен, оставь поле пустым и объясни, чего не хватает».

А настоящие команды существуют?

В отдельных интерфейсах есть команды со знаком /. Например, в документации настольного приложения описаны /model, /plan и /status. Они управляют конкретными функциями, а их доступность зависит от среды. Список своего интерфейса можно проверить, введя / в поле сообщения. Переносить эти команды на любую версию ChatGPT нельзя.

Главный навык всё равно остаётся прежним: понятно объяснять задачу.

Часть вторая. Как получать полезные ответы

Глава 5. Пять деталей хорошего запроса

Представим, что вы хотите заказать шкаф.

Если сказать мастеру «нужен хороший шкаф», он начнёт задавать вопросы. Куда поставить? Какой размер? Что хранить? Какие двери? Какой бюджет?

В запросах к ChatGPT действует похожий принцип.

Первая деталь. Результат

Начните с действия:

«Напиши письмо».

«Сравни варианты».

«Составь план».

«Объясни ошибку».

Слово «помоги» допустимо, но после него полезно назвать конкретную цель.

Вторая деталь. Ситуация

Объясните обстоятельства.

«Я впервые выступаю перед коллегами».

«Текст предназначен для родителей первоклассников».

«У меня небольшой канал о личных финансах».

Не нужно рассказывать всю биографию. Достаточно сведений, которые меняют подход.

Третья деталь. Формат

Скажите, как должен выглядеть ответ.

«Пять пунктов».

«Таблица».

«Связный текст без списка».

«Сначала вывод, затем объяснение».

Иногда один и тот же материал становится полезным только после смены формы.

Четвёртая деталь. Ограничения

Ограничения защищают от ненужных решений.

«У меня тридцать минут в день».

«Не используй профессиональный жаргон».

«Не предлагай платные инструменты».

«Объём — до тысячи знаков».

Если условия противоречат друг другу, расставьте приоритеты.

Пятая деталь. Проверка качества

Определите, по чему вы поймёте, что работа сделана хорошо.

«После прочтения человек должен понимать, что сделать первым».

«Все цифры должны быть взяты из приложенного файла».

«Ни один вариант не должен повторять смысл другого».

Собираем запрос

Допустим, вы готовите короткое выступление на работе.

Слабый вариант:

«Напиши речь».

Рабочий вариант:

«Подготовь выступление на три минуты для коллег. Я предлагаю сократить количество внутренних совещаний. Тон спокойный, без обвинений. Объясни проблему, предложи один эксперимент на две недели и закончи конкретной просьбой. Не выдумывай статистику».

Теперь понятно, что именно требуется.

Нужно ли всегда использовать все пять деталей

Нет.

На вопрос «что означает это слово?» можно получить хороший ответ без сложного задания.

Пять деталей полезны, когда первый результат оказался слишком общим или задача важная. Это опора для мышления, а не обязательная анкета.

Глава 6. Контекст — то, что вы забыли рассказать

Одна из самых частых причин слабого ответа — пропущенный контекст.

Человек хорошо знает свою ситуацию и незаметно предполагает, что собеседник знает её тоже.

Вы пишете:

«Составь мне план продвижения».

В вашей голове уже есть продукт, аудитория, бюджет и ограничения. В сообщении ничего этого нет.

ChatGPT приходится заполнять пустоты общими предположениями.

Какие сведения действительно нужны

Попробуйте представить человека, который впервые слышит о задаче. Какие три вопроса он задаст?

Для продвижения это может быть:

что вы предлагаете;

кому;

какими ресурсами располагаете.

Для обучения:

что уже умеете;

чего хотите достичь;

сколько времени можете заниматься.

Для текста:

кто читатель;

что он должен понять;

где будет опубликован материал.

Как дать контекст без длинной предыстории

Удобно использовать небольшой блок.

Ситуация: я веду Telegram-канал о личных финансах.

Аудитория: люди, которые только начинают разбираться в инвестициях.

Задача: объяснить риск высокой доходности облигаций.

Ограничение: короткий пост, без сложных формул.

Исходные данные: ниже мой черновик.

Такая структура помогает и вам самим увидеть, что задача уже определена.

Когда контекста слишком много

Иногда пользователь вставляет десятки страниц, а затем просит «сделать вывод».

Проблема не в количестве страниц как таковом. Проблема в том, что не обозначено, на что обратить внимание.

Лучше:

«В документе меня интересуют сроки, обязательства заказчика и условия расторжения. Остальные разделы перескажи только при необходимости».

Факты и пожелания лучше разделять

Если вы пишете «наш продукт лучший», модель может воспринять это как факт и построить вокруг него весь текст.

Более точная формулировка:

«Мы хотим показать продукт как удобный для новичков. Подтверждённые преимущества: простая настройка и поддержка по телефону. Сравнительных исследований у нас нет».

Так вы уменьшаете риск необоснованных обещаний.

Практический приём

Перед отправкой спросите себя:

«Что я считаю очевидным, хотя нигде этого не написал?»

Очень часто именно там скрывается недостающая часть задания.

Глава 7. Формат ответа меняет его пользу

Иногда ChatGPT отвечает по существу, но результатом неудобно пользоваться.

Вы хотели короткую памятку, а получили эссе.

Или просили объяснение, а получили таблицу с двадцатью строками.

Формат лучше выбирать по тому, что вы собираетесь делать дальше.

Когда подходит список

Список удобен для действий, признаков, вопросов и проверок.

«Сделай чек-лист подготовки к поездке. Один пункт — одно действие».

Хороший пункт можно выполнить или проверить. «Подготовиться морально» обычно менее полезно, чем «проверить срок действия документов».

Когда подходит таблица

Таблица помогает сравнивать объекты по одинаковым критериям.

Если нужно

Полезный формат

Сравнить три предложения

Таблица критериев

Понять сложное понятие

Объяснение с примером

Подготовиться к действию

Чек-лист

Написать публикацию

Связный текст

Разобраться в процессе
Последовательность шагов

Принять решение
Варианты, условия и последствия

Но таблица не обязана быть ответом на всё. Длинные рассуждения внутри ячеек обычно тяжело читать.

Когда нужен связный текст

Статья, письмо, глава книги и выступление требуют переходов между мыслями.

Можно прямо сказать:

«Напиши связный текст. Используй списки только там, где они помогают, а не заменяя ими всё объяснение».

Это особенно полезно, когда хочется получить материал, похожий на человеческую речь.

Как задавать объём

«Коротко» — относительное слово.

Лучше уточнить:

«Один абзац».

«Пять предложений».

«До 150 слов».

«Около трёх минут устного выступления».

Точное соблюдение количества символов моделью не всегда идеально. Если лимит жёсткий, попросите проверить длину доступным счётчиком или проверьте сами.

Два уровня подробности

Для сложной темы удобно:

«Сначала дай ответ в трёх предложениях. Затем подробное объяснение для тех, кто хочет разобраться».

Так вы получаете быстрый ориентир и возможность углубиться.

Практика

Возьмите один ответ и попросите превратить его последовательно:

В памятку.

В объяснение для школьника.

В таблицу сравнения.

В короткое выступление.

Вы увидите, что полезность зависит не только от сведений, но и от способа их подачи.

Глава 8. Почему хороший разговор важнее идеального первого запроса

Многие тратят слишком много времени на создание безупречного сообщения.

Они добавляют роли, ограничения, критерии, исключения и оговорки, пока запрос не становится похож на небольшой договор.

Иногда это оправдано. Но часто проще начать с рабочего варианта и постепенно его уточнить.

Разговор может развиваться естественно

Допустим, вы хотите написать пост о личном бюджете.

Первый запрос:

«Предложи три темы поста о семейных расходах для новичков».

Вы выбираете одну.

«Раскрой вторую тему. Начни с узнаваемой бытовой ситуации».

Получаете черновик.

«Слишком много общих советов. Добавь пример с условными числами».

Затем:

«Теперь сократи вступление и сделай вывод конкретным».

Это нормальный рабочий процесс. Вы не обязаны заранее знать итоговую формулировку.

Исправляйте причину, а не выражайте недовольство

Фраза «мне не нравится» сообщает о реакции, но не объясняет проблему.

Полезнее:

«Текст звучит слишком официально».

«Ты повторил одну мысль три раза».

«Здесь появился факт, которого я не давал».

«Вывод не следует из приведённых данных».

Чем точнее замечание, тем проще исправление.

Ограничивайте область правки

Если вам нравится большая часть текста, обозначьте это:

«Измени только вступление. Основную часть и вывод оставь по смыслу прежними».

Система всё равно может внести нежелательные изменения, поэтому результат стоит сравнить. Но точная граница повышает вероятность нужной правки.

Не позволяйте диалогу потерять цель

После нескольких редакций полезно коротко зафиксировать задачу:

«Напомню итоговые требования: аудитория — новички, тон спокойный, до 1500 знаков, один пример и конкретный вывод».

Это особенно помогает после длинного обсуждения.

Когда лучше начать сначала

Если исправления накопились и ответы продолжают уходить в сторону, создайте новый чат с ясным заданием и лучшим исходным материалом.

Не нужно переносить всю историю споров. Перенесите итоговые условия.

Хороший разговор не обязательно длинный. Его качество определяется тем, становится ли результат понятнее и ближе к цели.

Глава 9. Как научить ChatGPT задавать нужные вопросы

Иногда пользователь не может сформулировать запрос, потому что ещё не разобрался в самой задаче.

Например:

«Хочу начать вести блог».

За этой фразой может скрываться множество разных целей: поиск клиентов, развитие личного бренда, творческий интерес, желание дополнительного дохода или просто потребность высказываться.

План действий зависит от ответа.

Начните с интервью

Напишите:

«Помоги определить, какой блог мне стоит вести. Задавай по одному вопросу. После каждого ответа уточняй только то, что действительно влияет на выбор».

Такой запрос полезен, потому что вам не придётся отвечать на огромную анкету сразу.

Ограничьте количество вопросов

Без ограничений уточнение может затянуться.

Можно сказать:

«Задай не больше пяти вопросов, затем предложи предварительный вариант с явными допущениями».

Это помогает перейти от обсуждения к действию.

Отличайте важный вопрос от любопытного

Для плана обучения важно знать свободное время. Любимый цвет обычно не имеет значения.

Если вопросы кажутся лишними, спросите:

«Объясни, как ответ на этот вопрос изменит твой совет».

Иногда выясняется, что он действительно не нужен.

Разрешайте разумные допущения

Не всегда необходимо уточнять каждую мелочь.

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.