



# Практикум «Как настроить искусственный интеллект под свои потребности»

**Анпилогова Мария Владимировна**

HR-эксперт, карьерный консультант, тренер и методист проектов для НКО

Москва, 20–25 ноября 2025  
<https://congress-vsp.ru/xvi/>

## Давайте познакомимся

Карьерный консультант, HR-эксперт,  
тренер

20+ лет опыт в управлении персоналом, из  
них 10+ лет на руководящих позициях

30+ лет опыта в некоммерческих  
организациях

17+ лет опыт карьерного  
консультирования

4 года разработчик, тренер, куратор в  
проектах ВСП

4 года ответственный пациент

6 месяцев – пользователь ИИ



# О ЧЕМ БУДЕМ ГОВОРИТЬ, ЧТО БУДЕМ ДЕЛАТЬ

- Первое знакомство с нейросетью состоялось. Что можно еще?
- Что включить в промт, чтобы чтобы результат был полезнее и чтобы учитывалась специфика вашей НКО
- ПРАКТИКА – сделаем промт для ключевых задач НКО
- Как взаимодействовать с нейросетью для улучшения результата





## Работа в мини-группах

- С какими нейросетями работаете
- По каким ситуациям обращаетесь
- Как ставите задачу для нейросети
- На сколько % удовлетворяет результат

# НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ – тип нейросети

## neuro-editor от Яндекс

Напиши приглашение на Практикум  
«Как настроить искусственный  
интеллект  
под свои потребности" 300 знаков

Здравствуйте! Приглашаем вас на  
практикум «Как настроить  
искусственный интеллект под свои  
потребности».

На мероприятии вы узнаете, как  
адаптировать ИИ под ваши  
задачи. Мероприятие будет  
полезно специалистам разных  
областей.

Дата и время: [указать]. Место:  
[указать]. Будем рады видеть вас!

## Deep Seek

Напиши приглашение на Практикум  
«Как настроить искусственный  
интеллект  
под свои потребности" 300 знаков

Практикум по настройке ИИ под ваши  
задачи!

Научимся формулировать запросы и  
использовать нейросети для работы и  
творчества.

Повысьте свою эффективность с  
помощью персонального AI-  
помощника!



# НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ – структура промта

## Deep Seek

Напиши приглашение на Практикум  
«Как настроить искусственный  
интеллект под свои потребности»  
300 знаков



Практикум по настройке ИИ под ваши задачи!

Научимся формулировать запросы и использовать нейросети для работы и творчества.

Повысьте свою эффективность с помощью персонального AI-помощника!

## Deep Seek

Напиши приглашение на Практикум  
«Как настроить искусственный интеллект  
под свои потребности» 300 знаков. Твоя роль -  
опытный копирайтер, создающий тексты для  
пациентских НКО. Учти специфику аудитории -  
руководители НКО 45+, начинающие работать с ИИ

Уважаемые коллеги!

Приглашаем на практичный разговор: как  
настроить ИИ под наши задачи. Покажем, как  
искусственный интеллект поможет готовить  
отчёты, писать тексты и систематизировать  
данные, чтобы освободить время для самого  
главного — помощи людям.

Практикум для тех, кто хочет работать  
эффективнее, а не просто модно.

# ПРОМТ - ЭТО

(от англ. prompt — «подсказка») — это инструкция, запрос или команда, которую пользователь даёт искусственному интеллекту (нейросети) для выполнения определённой задачи.

Качество результата напрямую зависит от точности и детализации промта.

Промты используются для создания текстов, изображений, кода и других форм контента, а также для управления стилем и форматом вывода.



**ДАВАЙТЕ ОПРЕДЕЛИМ КЛЮЧЕВЫЕ ЗАДАЧИ, ПО  
КОТОРЫМ ВАЖНО НАУЧИТЬСЯ РАБОТАТЬ С ИИ**





# ЧТО ВКЛЮЧИТЬ В ПРОМТ

## Роль

Пример:

- Опытный копирайтер, создающий тексты для пациентских НКО
- Опытный методист, специализирующийся на написании грантов для ФПГ
- Опытный организатор мероприятий для пациентских НКО



**Какие роли можно придумать для ключевых задач?**

# ЧТО ВКЛЮЧИТЬ В ПРОМТ

## Глубокая роль

Пример:

Опытный копирайтер,  
создающий тексты для  
пациентских НКО

Ты — эксперт по коммуникациям  
в сфере редких заболеваний, с  
опытом работы 10 лет. Ты умеешь  
говорить с пациентами на их  
языке, поддерживая и давая  
надежду



## Как можно детализировать роль для ключевых задач?

Умеешь создавать простые и эффективные шаблоны

Умеешь писать просто, понятно, логично

Имеешь острый взгляд на системные слабости, неэффективные зоны

Практик, который разрабатывает сценарий так, чтобы можно было сразу взять и провести

# ЧТО ВКЛЮЧИТЬ В ПРОМТ

## Детальный контекст

**Сведения об организации:** «НКО «Х», помогаем людям с болезнью Паркинсона. Наш тон — поддерживающий, уважительный, без патернализма, но с долей оптимизма».



**Как можно описать НКО для ключевых задач?**

# ЧТО ВКЛЮЧИТЬ В ПРОМТ

## Детальный контекст

### Сведения о целевой аудитории:

- Женщины - пациентки с онкологией
- Мамы 30-40 лет, имеющие детей с ограничением мобильности в возрасте от 3 до 7 лет
- Врачи онкодиспансера различных специализаций, взаимодействующие с НКО



### Как можно описать ЦА для ключевых задач?

# ЧТО ВКЛЮЧИТЬ В ПРОМТ

## Детальный контекст

### Сведения о мероприятии/ задаче:

- «Мероприятие — «Школа пациента» по теме «Питание и ЛФК». Спикер — врач-диетолог Анна Петрова. Цель — дать практические, выполнимые советы, а не запугать».
- Подвести итоги проекта, наградить отличившихся членов организации



## Как можно сформулировать ключевую задачу?

# ЧТО ВКЛЮЧИТЬ В ПРОМТ

## Тональность сообщения

Пример:

- Официальное сообщение для размещения в пресс-релизе
- Нейтральный тон для информирования о предстоящем мероприятии
- Теплый уважительный тон
- Общение с юмором



**Какую тональность выберете для ключевых задач?**

# ПРОБУЕМ!!! СОБИРАЕМ ПРОМТ-ШЕДЕВР

Роль/  
Глубокая  
роль

+

Сведения  
об  
организации

+

Сведения  
о ЦА

+

Сведения  
о задаче

+

Тональность

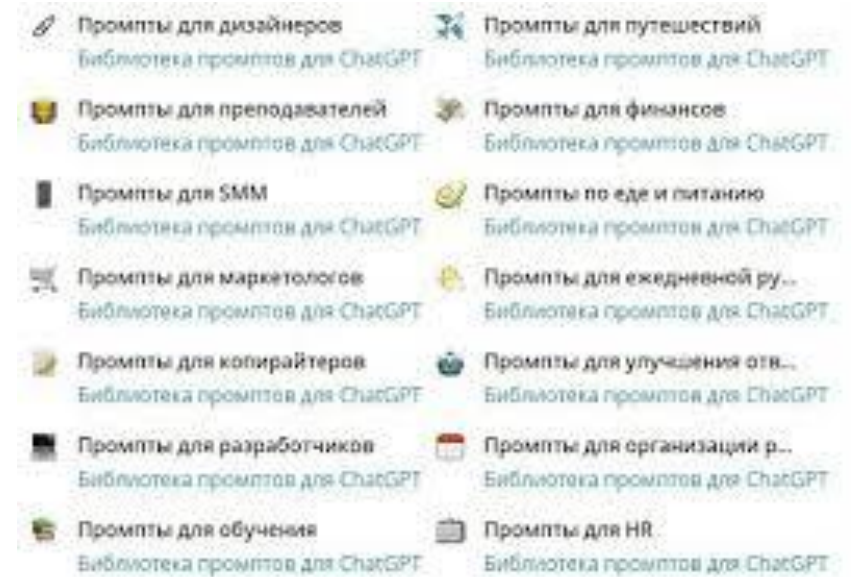


Разместите готовый промт в своей нейросети,  
сравните результаты

Разместите готовый промт в чате Конгресса

# НЕУЖЕЛИ КАЖДЫЙ РАЗ ВОТ ТАК РАСПИСЫВАТЬ???

- Каждый раз – заново
- Включать только принципиальные параметры промта
- «Наговорить» и преобразовать
- Создавать библиотеку промтов





## А ЕСЛИ НАДО ЕЩЁ УЛУЧШИТЬ?

### Напишите, что было хорошо, а что надо еще улучшить:

- Весь текст – норм, но последнюю фразу надо заменить, слишком вызывающе
- Отлично, только надо уместить в 350 знаков
- Наша ЦА – молодые люди, а ты предлагаешь конкурсы как для старичков



# А ЕСЛИ НАДО ЕЩЁ УЛУЧШИТЬ?

## Попросите дать еще варианты

- Предложи мне 3 варианта анонса
- Какие еще варианты подарков можно придумать



## А ЕСЛИ НАДО ЕЩЁ УЛУЧШИТЬ?

### Попросите дать информацию в определенном формате

- Дай готовый ответ в виде таблицы (где строки....., столбцы...)
- Подготовь ответ в виде обращения



## А ЕСЛИ НАДО ЕЩЁ УЛУЧШИТЬ?

### Предложите дать информацию, которой не хватает

- Задай мне 3/4/5 вопросов, которые помогут тебе лучше понять задачу
- Какой информации тебе не хватает
- Прочитай дополнительный текст и используй его в работе



# А ЕСЛИ НАДО ЕЩЁ УЛУЧШИТЬ?

## Введите дополнительные компетенции

- Будь оригинальным и смелым/ креативным/ ...
- Комай в глубину
- Избегай шаблонов, клише и поверхностных мыслей
- Не используй формальные или абстрактные выражения



# А ЕСЛИ НАДО ЕЩЁ УЛУЧШИТЬ?

## Зайдите со стороны результата

- Оцени получившийся результат и укажи, что можно улучшить, чтобы ....
- Если увидишь слабое место – напиши, что можно уточнить или переформулировать



# ПОДВОДИМ ИТОГИ

- Что было самое сложное
- Что было самым полезным
- Что будете использовать





БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!

[congress-vsp.ru/xvi/](http://congress-vsp.ru/xvi/)