

MECHAMIND

PROMPTS

— E-BOOK —

UNIWERSALNE

TEMATY

ChatGPT - Prompts

Uniwersalne tematy

Mechamind - The Power of AI

Wyłączenie odpowiedzialności

Niniejszy e-book jest dostarczany "tak, jak jest", bez żadnej gwarancji, wyraźnej lub dorozumianej, włączając w to, ale nie ograniczając się do, dorozumianych gwarancji sprzedaży i przydatności do konkretnego celu.

Autor nie zapewnia, że informacje zawarte w niniejszym e-booku są kompletne, niezawodne, dokładne lub aktualne. Autor nie ponosi żadnej odpowiedzialności za błędy lub opuszczenia, ani za wyniki uzyskane z wykorzystania tych informacji.

Czytelnik jest odpowiedzialny za swoje działania i decyzje podjęte na podstawie informacji zawartych w tym e-booku. Autor nie ponosi odpowiedzialności za żadne szkody bezpośrednie, pośrednie, przypadkowe, specjalne, wynikowe lub karne wynikające z użycia lub niemożności użycia informacji zawartych w tym e-booku.

Copyright ©

Copyright 2023, Mechamind. Wszelkie prawa zastrzeżone. Żadna część tego e-booka nie może być powielana, rozpowszechniana ani przesyłana w jakiegokolwiek formie lub w jakikolwiek sposób, w tym za pomocą fotokopii, nagrywania lub innych metod elektronicznych lub mechanicznie, bez uprzedniej pisemnej zgody wydawcy lub autora, z wyjątkiem przypadków wydawcy lub autora, z wyjątkiem krótkich cytatów zawartych w krytycznych recenzjach i niektórych innych niekomercyjnych zastosowaniach dozwolonych przez prawo autorskie. Prośby o zezwolenie należy kierować do wydawcy na adres na poniższy adres e-mail: Bartekchatgpt@gmail.com

Spis treści

<u>Wprowadzenie</u>	1
<u>Informacje</u>	2
<u>Pomoc</u>	3
<u>Przygotowywanie Posiłków</u>	4
<u>Lista Zakupów</u>	5
<u>Porady zdrowego odżywiania</u>	6
<u>Rozpisanie planu treningowego</u>	7
<u>Organizacja czasu</u>	8
<u>Obsługa Komputera</u>	9
<u>Pomoc w nauce języków obcych</u>	10
<u>Jak robić dobre zdjęcia</u>	11
<u>Podstawy pielęgnacji roślin domowych</u>	12
<u>Pomoc w pisaniu maili</u>	13
<u>Opis Produktu</u>	14
<u>Planowanie podróży</u>	15
<u>Porada</u>	16
<u>Wyjaśnienie trudnych pojęć</u>	17
<u>Poprawa produktywności</u>	18
<u>Planowanie Czasu</u>	19
<u>Redukcja Stresu</u>	20

Spis treści

<u>Pomysł na prezent</u>	<u>21</u>
<u>Podziękowania i niespodzianka.....</u>	<u>22</u>

Wprowadzenie

Ten E-Book jest zbiorem uniwersalnych zapytań do ChatGPT,

Informacje

Chciałbym Ci przypomnieć o kilku istotnych kwestiach związanych z korzystaniem z ChatGPT i innych chatbotów.

- **Prywatność:** Chatboty, takie jak ChatGPT, mogą zbierać i analizować informacje, które udostępniasz w trakcie konwersacji. Te informacje są wykorzystywane do ulepszania działania systemu i dostarczania bardziej precyzyjnych odpowiedzi. Jeśli dbasz o swoją prywatność, pamiętaj o tym, zanim podasz jakiegokolwiek dane osobowe lub wrażliwe informacje.
- **Wykrywanie sztucznej inteligencji:** W sieci istnieją narzędzia i programy, które są w stanie wykryć, czy dana wiadomość została wygenerowana przez sztuczną inteligencję. Zanim więc zdecydujesz się wysłać do kogoś wiadomość w pełni skopiowaną z ChatGPT, miej to na uwadze.
- **Odpowiedzialność:** Pamiętaj, że wszelkie porady i sugestie uzyskane za pośrednictwem ChatGPT używasz na własną odpowiedzialność. ChatGPT jest potężnym narzędziem, które może dostarczyć wiele użytecznych informacji i pomóc w wielu aspektach życia, jednak zawsze powinieneś korzystać z niego z rozwagą i zdrowym rozsądkiem. Nawet najlepsze prompty nie gwarantują prawidłowej odpowiedzi ze strony chatu, pamiętaj, że to tylko sztuczna inteligencja.

Pomoc

Jednym z największych udogodnień, które oferuje ten e-book, jest interaktywny spis treści. Jeśli zechcesz szybko przejść do konkretnego tematu, wystarczy, że klikniesz na wybrany tytuł w spisie treści, a zostaniesz automatycznie przekierowany na odpowiednią stronę. To proste i intuicyjne rozwiązanie pozwoli Ci na jeszcze wygodniejsze korzystanie z e-booka.

Dodatkowo, jeżeli chcesz skorzystać z konkretnego prompta, wszystko, co musisz zrobić, to zaznaczyć go całościowo, a następnie wkleić do ChatGPT. Jedyne co musisz uzupełnić, to tylko słowa kluczowe które znajdują się na samym dole promptu po znaku równości. Proces ten jest prosty i szybki, ale jeśli napotkasz jakiegokolwiek trudności, to napisz na bartekchatgpt@gmail.com gdzie chętnie Ci pomogę.

Życzę sukcesów w osiągnięciu swoich celów z pomocą ChatGPT!

Przepis na posiłek

Chcę, żebyś zachował się jako ekspert kulinarny i przygotował mi szczegółowy przepis na posiłek, który zamierzam przygotować. Posiłek powinien być dostosowany do [liczba osób], którzy będą go spożywać, oraz [rodzaj diety], na przykład wegetariańska, bezglutenowa itp. Chciałbym, żebyś uwzględnił również [preferencje smakowe] oraz [dostępne składniki]. Proszę, aby przepis był napisany w sposób zrozumiały, z podaniem czasu przygotowania, kolejności wykonywania czynności i ewentualnych wskazówek dotyczących podania dania. Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczasz oraz wypisujesz w •.

[posiłek/jeśli nie masz pomysłu, zostaw puste pole] =

[liczba osób] =

[rodzaj diety] =

[preferencje smakowe] =

[dostępne składniki] =

Lista zakupów

Chcę, abyś działał teraz jako mój osobisty asystent. Na podstawie dań które zamierzam przygotować, wykonaj dla mnie listę zakupów, produkty podziel na kategorie takie jak: warzywa, owoce, nabiał, itd. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •.

[dania które zamierzasz przygotować] =

[liczba osób dla których gotujesz]

[rozmiar porcji] =

[co już masz] =

[ewentualne dodatkowe rzeczy które musisz kupić] =

Porady Odżywiania

Chcę, żebyś pełnił rolę eksperta od zdrowego odżywiania. Podaj mi nawyki zdrowego odżywiania, które powinienem wprowadzić, powiedz, czego unikać. Weź również pod uwagę to, że [informacje które ewentualnie chciałbyś dodać]. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ##, każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ###, poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •. [informacje które ewentualnie chciałbyś dodać] =

Plan Treningowy

Chcę, żebyś działał jako personalny trener i stworzył dla mnie indywidualny plan treningowy na siłownię. Plan powinien uwzględniać [mój poziom zaawansowania], [moje cele fitness], [moje ograniczenia zdrowotne], [sprzęt do którego mam dostęp] oraz [ilość czasu, który mogę poświęcić na trening]. Powiedz mi, jakie ćwiczenia powinienem robić, ile serii i powtórzeń, a także jakie dni powinienem je wykonywać. Dodatkowo, chciałbym wiedzieć, jakie suplementy mogą wspierać moje treningi i jak odpowiednio odżywiać się w kontekście mojego planu treningowego. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •. Jeśli piszesz podsumowanie to zapisz je w formie *podsumowanie + tekst który piszesz dalej*

[mój poziom zaawansowania] =

[moje cele fitness] =

[moje ograniczenia zdrowotne] =

[sprzęt do którego mam dostęp] =

[ilość czasu, który mogę poświęcić na trening] =

**Zweryfikuj plan treningowy z osobą która się na nich zna,
upewnij się, że możesz wykonywać te ćwiczenia.**

Organizacja Czasu

Chcę, abyś wcielił się w rolę eksperta od organizacji czasu, pomóż mi zaplanować takie czynności jak [czynności które chcesz zaplanować + szacowany czas ich trwania] biorąc pod uwagę, że w tym dniu mam jeszcze następujące zajęcia o określonych porach dnia: [wypisz jakie masz zadania do wykonania w danym dniu, oraz w jakich godzinach musisz je wykonać] spróbuj jak najlepiej zoptymalizować ten czas, dodaj jednak trochę zapasu, na wypadek nieprzewidywalnych okoliczności. Rozpisz to w formie godzinowego planu dnia, jeśli jakieś godziny nie zostały zagospodarowane, wpisz czas wolny. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •.

[czynności które chcesz zaplanować + szacowany czas ich trwania] =
[wypisz jakie masz zadania do wykonania w danym dniu, oraz w jakich godzinach musisz je wykonać] =

Obsługa Komputera

Chcę, żebyś zachował się jak ekspert od obsługi komputera, który może pomóc mi w [konkretnym problemie z komputerem]. Napotkałem trudności związane z [opisem problemu], który występuje na moim komputerze z systemem operacyjnym [nazwa systemu operacyjnego]. Czy mógłbyś mi wyjaśnić, jak mogę samodzielnie rozwiązać ten problem? Proszę o instrukcje krok po kroku, dostosowane do mojego poziomu zaawansowania, który jest [poziom zaawansowania, np. początkujący, średnio zaawansowany, zaawansowany]. Dodatkowo, chciałbym wiedzieć, czy potrzebuję jakiegokolwiek specjalnego oprogramowania czy sprzętu, aby wykonać te czynności. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •.

[konkretny problem z komputerem] =

[opis problemu] =

[nazwa systemu operacyjnego] =

[poziom zaawansowania, np. początkujący, średnio zaawansowany, zaawansowany] =

Języki Obce

Chcę, żebyś pełnił rolę asystenta w nauce [wybranego języka]. Czy możesz mi pomóc w zrozumieniu [konkretnego zagadnienia] w tym języku? Potrzebuję wyjaśnienia i może kilku przykładów, które pomogą mi to zrozumieć. Staraj się tłumaczyć, jakbyś tłumaczył 12 latkowi. Weź również pod uwagę, że mój poziom zaawansowania to [Twój poziom zaawansowania]. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •

[wybrany język] = Angielski

[konkretnego zagadnienia] = past simple

[Twój poziom zaawansowania] = początkujący

Robienie zdjęć

Zachowuj się teraz jak profesjonalny fotograf. Moje zdjęcie będę wykonywać [Czym wykonujesz zdjęcie], a będę wykonywać zdjęcie [czego będziesz robić zdjęcie], uwzględnij wszystkie ważne informacje, które pomogą mi zrobić fajne zdjęcie które będzie wyglądało jak najbardziej profesjonalnie, jeśli to konieczne, powiedz jak i jakie ustawienia włączyć. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •.

[czym wykonujesz zdjęcie] = telefonem

[czego będziesz robić zdjęcie] = pająka

Pielęgnacja Roślin

Chcę, abyś pełnił rolę eksperta od pielęgnacji roślin domowych. Proszę wyjaśnij mi podstawy pielęgnacji [roślina o którą chcesz zadbać] Jak mogę zapewnić im właściwy wzrost i rozwój, jakie są konkretne zalecenia, jakie są typowe błędy których należy unikać, czym podlewać, i ogólnie wszystkie kluczowe kwestie. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •.

[roślina o którą chcesz zadbać] =

Pisanie maili

Chcę, abyś działał jako mój osobisty asystent w pisaniu emaili. Mail jest skierowany do [do kogo jest mail] i dotyczy [temat maila]. Ton ma być [styl i ton, np. formalny, nieformalny], proszę, żebyś uwzględnił następujące kluczowe punkty: [kluczowe punkty], mail powinien mieć długość [ile mniej więcej słów] słów. [do kogo jest mail] = babci [temat maila] = proszę dać mi kasę [styl i ton, np. formalny, nieformalny] = nieformalny [kluczowe punkty] = dawaj kasę [ile mniej więcej słów] = 200

Opis Produktu

Chciałbym, żebyś działał jak opisujący specyfikacje produktu do sklepu internetowego. Chciałbym, żebyś opisał [nazwa twojego produktu] uwzględniając aspekty takie jak wymiary, kolor, materiał z jakiego jest wykonany, funkcje, zastosowanie, oraz jakie korzyści przynosi użytkownikom. Dlaczego twój produkt jest wyjątkowy? Jakie unikalne cechy posiada? Czy istnieją jakieś szczególne instrukcje dotyczące jego użytkowania lub konserwacji?

[nazwa twojego produktu] =

[wymiary twojego produktu] =

[kolor twojego produktu] =

[materiał twojego produktu] =

[funkcje twojego produktu] =

[zastosowanie twojego produktu] =

[korzyści z użytkowania twojego produktu] =

[unikalne cechy twojego produktu] =

[instrukcje dotyczące użytkowania twojego produktu] =

[instrukcje dotyczące konserwacji twojego produktu] =

Medytacja



Chcę, abyś działał jako ekspert od medytacji. Jakie techniki medytacyjne polecasz dla kogoś kto chce zacząć medytować, aby poprawić [konkretny cel lub obszar życia]? Proszę o praktyczne wskazówki i porady, które pomogą osiągnąć te cele. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •. [konkretny cel lub obszar życia] =

Planowanie Podróży

Chcę, abyś działał jako asystent do planowania podróży. Pomóż mi zaplanować podróż uwzględniając takie aspekty jak miejsce docelowe, środki transportu, atrakcje turystyczne, oraz miejsca na nocleg. Zwróć uwagę na [miejsce docelowe], [preferowany środek transportu], [budżet], [liczbę dni spędzonych na podróży] oraz [specjalne preferencje lub wymagania]. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •.

[miejsce docelowe] =

[preferowany środek transportu] =

[budżet] =

[liczbę dni spędzonych na podróży] =

[specjalne preferencje lub wymagania] =

Porada

Zachowuj się teraz jak ekspert który wiele przeszedł w życiu, mam sytuację związaną z [Twoja konkretna sytuacja], dodatkowo [opcjonalnie dodaj jakiś dodatkowy kontekst], jaką masz dla mnie poradę? Wypisz je w formie tabelki i kolumny mają zawierać mocne i złe strony

[Twoja konkretna sytuacja] =

[opcjonalnie dodaj jakiś dodatkowy kontekst] =

Tłumacz zagadnień

Zachowuj się teraz jak osoba która specjalizuje się w tłumaczeniu skomplikowanych zagadnień, tak, aby dziecko było w stanie bez problemu zrozumieć podany temat. Na tej podstawie wytłumacz [co ma wytłumaczyć] oraz napisz przykłady jak [co ma wytłumaczyć] jest podobne do jakiejś innej rzeczy która jest zrozumiała dla dziecka, całość nie może przekraczać 100 wyrazów, nie rób wstępu, tylko od razu przejdź do konkretów.
[co ma wytłumaczyć] =

Poprawa produktywności

Chcę, abyś działał jako konsultant ds. poprawy mojej produktywności. Uwzględniając moją specyficzną rolę w pracy ([twoja praca]), typowe zadania, które wykonuję ([twoje zadania]) oraz główne wyzwania, z którymi się borykam ([twoje wyzwania]), proszę o dostosowane do moich potrzeb porady, jak mogę zwiększyć swoją efektywność i ogólną produktywność w pracy. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczasz oraz wypisujesz w •.

[twoja praca] =

[twoje zadania] =

[twoje wyzwania] =

Planowanie czasu

Zachowuj się od teraz jako ekspert od planowania czasu wolnego. Podaj mi listę zajęć, która będzie idealna dla mojego wieku który wynosi [twój wiek] lat, również weź pod uwagę moje zainteresowania a są to [twoje zainteresowania], twoje propozycje mają być mixem klasycznych i niekonwencjonalnych propozycji, masz mnie zaskoczyć, ale podać też oczywiste aktywności, podaj je w formie tabelki, wypisz które rozwiązania jest standardowe a które niekonwencjonalne

[twój wiek] =

[twoje zainteresowania] =

Redukcja Stresu

Chcę, abyś działał jak ekspert od zarządzania stresem. Podaj techniki, które mogą być wykorzystane do redukcji stresu. Rozpisz odpowiedź w następującej formie: Wprowadzasz temat używając ## każdy kolejny mniejszy wątek wprowadzasz za pomocą ### poszczególne elementy mniejszego wątku wytłuszczaj oraz wypisuj w •. Jeśli piszesz podsumowanie to zapisz je w formie *podsumowanie + tekst który piszesz dalej*

Pomysł na prezent

Chcę, żebyś pełnił funkcję doradcy w kwestii prezentów. Zaproponuj idealny upominek. Osoba ta jest [płeć i wiek obdarowywanej osoby], jej zainteresowania to [hobby lub zainteresowania obdarowywanej osoby], a okazja to [konkretna okazja lub wydarzenie]. Wypisz w formie tabelki nazwę prezentu i krótki opis w drugiej kolumnie, dlaczego będzie on dla tej osoby fajny.

[płeć i wiek obdarowywanej osoby] =

[hobby lub zainteresowania obdarowywanej osoby] =

[konkretna okazja lub wydarzenie] =

Tajny Bonus

Będzie dostępny wkrótce...

bądź na bieżąco z mailami!

