

ИИ И РЕСЁРЧ ДЛЯ THREADS

Как использовать ChatGPT, Claude и Perplexity для исследования, фактчекинга и контент-производства - без безликого текста и выдуманных фактов.

THREADS

Процессы · промпты · Projects/Spaces · контроль качества

Версия 2026 · рабочая методичка для начинающих

ИИ - не автор вместо вас

Сильная роль ИИ: собрать варианты, структурировать материал, найти пробелы, проверить логику и ускорить рутину. Слабая роль: придумывать за автора опыт, факты, эмоции и гарантии.

БАЗОВОЕ ПРАВИЛО

Чем важнее факт и чем быстрее он может измениться, тем ближе вы должны быть к первичному источнику и дате публикации.

1. Карта инструментов

ChatGPT/Claude	Структура, варианты, редактура, анализ	Уверенная выдумка при слабом контексте
Perplexity	Быстрый поиск с источниками	Источник может быть вторичным или нерелевантным
Projects/Spaces	Постоянный контекст проекта	Устаревшие файлы и противоречия
Таблица	Память о результатах	Мусорные данные без дисциплины
Человек	Позиция, опыт, ответственность	Субъективность без проверки

2. Установка Perplexity

- Откройте App Store или Google Play.
- Найдите официальное приложение Perplexity от разработчика Perplexity AI.
- Установите и войдите удобным способом, если хотите сохранять историю.
- Проверьте название разработчика: интерфейс магазинов и иконка могут меняться.
- Для важных задач открывайте ссылки на источники, а не полагайтесь только на готовый ответ.

3. Пятишаговый ресёрч

1. Вопрос	Сузить тему, географию, период	Проверяемый запрос
2. Карта	Собрать термины, позиции, источники	Понимание поля
3. Источники	Открыть первичные документы	Фактическая база
4. Синтез	Сравнить и выделить расхождения	Выводы с оговорками
5. Контент	Выбрать один угол для аудитории	Пост, а не пересказ поиска

АКТУАЛЬНЫЕ ОБСУЖДЕНИЯ

Найди 10 актуальных обсуждений в нише [ниша] за период [даты]. Для каждого укажи первоисточник, дату, почему тема важна, что является фактом, что - интерпретацией, и 3 оригинальных угла для поста в Threads. Не используй источник, если невозможно проверить автора или дату.

АНАЛИЗ КОНКУРЕНТОВ БЕЗ КОПИРОВАНИЯ

Проанализируй 5 публичных авторов в нише [ниша]. Не копируй их тексты и не имитируй голос. Определи повторяющиеся темы, форматы, типы вопросов, доказательства доверия, сильные отличия и незанятые углы. Сформируй 10 гипотез для моего аккаунта и объясни, как проверить каждую.

4. Фактчекинг

Подтверждено	Есть надёжный прямой источник	Указать источник и дату
Вероятно	Несколько косвенных подтверждений	Сформулировать осторожно
Спорно	Источники расходятся	Показать обе версии
Требуется проверки	Нет надёжного основания	Не публиковать как факт
Мнение	Авторская интерпретация	Явно обозначить как позицию

ПРОВЕРКА ФАКТОВ

Проверь каждое фактическое утверждение в тексте. Для изменчивых сведений используй свежие первичные источники и укажи дату. Раздели результат на: подтверждено; вероятно; спорно; требует проверки; авторское мнение. Не исправляй текст молча. Сначала создай таблицу утверждений и источников, затем предложи безопасную редакцию. Текст: [вставить].

5. Пространство/Project для Threads

Создайте отдельное пространство и загрузите только материалы, которые действительно должны влиять на ответы.

brand-voice	тон, любимые и запрещённые формулировки	раз в месяц
audience	сегменты, вопросы, язык, возражения	после интервью
offers	продукты, цены, условия, ограничения	при изменении

best-posts	лучшие посты + почему сработали	раз в неделю
analytics	метрики и выводы	раз в неделю
sources	надёжные ссылки и документы	по мере появления

ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ PROJECT/SPACE

Используй загруженные материалы как контекст, но отмечай противоречия и даты. Сохраняй голос автора: [описание]. Не обещавай вирусность, не выдавай гипотезы алгоритма за факты, не придумывай кейсы, цифры и личный опыт. Для изменчивых фактов запрашивай или находи актуальные первичные источники. Каждый ответ заканчивай готовым материалом, списком допущений и метрикой проверки.

6. Переписать по-человечески

Образы	Добавь одну конкретную сцену, а не набор метафор
Интонация	Сделай ритм похожим на устный рассказ
Эмоция	Добавь одну уместную реакцию автора
Чтение мыслей	Назови сомнение читателя, которое следует из контекста
Деталь	Добавь предмет, действие, реплику или число - только из моих данных

ЖИВАЯ РЕДАКТУРА

Перепиши текст так, чтобы он звучал как разговор автора с другом: естественный ритм, простые слова, конкретные детали, одна уместная эмоция и сильная концовка. Сохрани факты, смысл и уровень компетентности. Не придумывай сцены, которых не было. Отдельно перечисли, какие места ты изменил и почему. Текст: [вставить].

7. Ежедневный процесс на 35 минут

5 мин	Просмотреть вопросы аудитории и заметки
8 мин	Проверить одну актуальную тему по источникам
7 мин	Выбрать авторский угол и тезис
10 мин	Собрать черновик с ИИ и переписать своим голосом
5 мин	Проверить факты, хук, форматирование, вопрос

8. Еженедельный процесс

- Собрать статистику и 10 лучших комментариев.
- Определить три повторяющихся вопроса.
- Проверить одну новую тему и один тренд.
- Обновить банк идей, но не переписывать весь план.
- Создать четыре черновика под разные цели.
- Обновить инструкции Project/Space, если изменился продукт или голос.

9. Красные флаги AI-текста

- Общие слова без наблюдения.
- Фальшивые цифры и ссылки.
- Одинаковая структура каждого поста.
- Слишком гладкая мораль в финале.
- Эмодзи вместо интонации.
- Заявления об алгоритме без источника.
- История от первого лица, которой не было.
- Прямое копирование чужого удачного текста.

10. Библиотека быстрых команд

КАРТА ТЕМЫ

Сначала создай карту понятий и вопросов по теме [тема]. Ничего не пиши для публикации. Отметь, где нужны источники.

УГОЛ АВТОРА

Вот факты: [список]. Вот мой опыт: [список]. Предложи 10 авторских углов, которые нельзя получить простым пересказом фактов.

КОНТРАРГУМЕНТ

Найди сильнейший разумный контраргумент к моей позиции. Не спорь ради спора. Покажи, как учесть его в посте.

ПРОВЕРКА ГОЛОСА

Сравни текст с моими примерами [тексты]. Покажи 5 мест, где голос стал универсальным, и предложи точечные замены.

РЕПАКЕТИРОВАНИЕ

Преврати материал [текст] в короткий пост, микротред, вопрос и кейс. Сохрани одну мысль на формат.

АНАЛИТИК НЕДЕЛИ

По данным [таблица] выдели повторяющиеся паттерны минимум по 5 постам, а не случайный максимум. Дай 3 гипотезы и план проверки.

Финальный QA перед публикацией

- Факты отделены от мнения.
- Ссылки открыты и действительно подтверждают тезис.
- Дата важного источника указана.
- ИИ не придумал личный опыт.
- Текст читается как ваш голос.
- В посте одна главная мысль.
- Есть понятная метрика после публикации.

Мои надёжные источники
