

Ściąga: bezpieczne prompty do pracy biurowej i urzędowej

Do wydruku i powieszenia przy monitorze.

Każdy prompt niżej jest gotowy do skopiowania. Fragmenty w [nawiasach] uzupełniasz własnymi danymi — ale nigdy danymi, które pozwalają rozpoznać konkretną osobę. Zamiast nazwiska wpisuj **osoba X**, **wnioskodawca**, **klient**. Odpowiedź będzie taka sama, ryzyko znika.

Anatomia dobrego promptu

Dobry prompt ma pięć części. Brak którejkolwiek widać w wyniku od razu.

Część	Co wpisujesz	Co się psuje bez tego
Rola	kim ma być model	ton nietrafiony w odbiorcę
Kontekst	tło sytuacji	odpowiedź ogólna, nie o twojej sprawie
Zadanie	co ma zrobić, punkt po punkcie	model zgaduje, czego chcesz
Format	długość, układ, styl	dostajesz esej zamiast pisma
Ton	jak ma to brzmieć	formalne brzmi sucho, luźne — nieprofesjonalnie

1. Wytłumacz mi to pismo prostym językiem

“ Wytłumacz mi treść tego pisma prostym językiem, tak jakbyś tłumaczył osobie bez wykształcenia prawniczego.

Treść pisma: [wklej pismo z WYKROPKOWANYMI danymi osobowymi]

Odpowiedz w trzech częściach: 1) Co to pismo oznacza — w 2 zdaniach 2) Co konkretnie muszę zrobić 3) Do kiedy i co grozi za zwłokę ”

Częsty błąd: porzucenie odpowiedzi i pisanie nowego promptu od zera. Tracisz cały kontekst. Lepiej poprawiać to, co już jest: „skrót punkt 1”, „wyjaśnij słowo [X]”.

2. Odpowiedź na skargę albo reklamację

"" Jesteś ekspertem od komunikacji z klientem w [administracji publicznej / firmie usługowej] z wieloletnim doświadczeniem.

Kontekst: wpłynęła skarga na [opis sprawy, bez danych osobowych]. Termin został przekroczony o [ile] dni.

Przyczyna: [przyczyna].

Napisz oficjalną odpowiedź, która: 1) przeprosza, 2) wyjaśnia przyczynę, 3) podaje nowy termin, 4) proponuje konkretne rozwiązanie.

Format: pismo formalne, 3-4 akapity, maksymalnie 250 słów, z nagłówkiem i miejscem na podpis. Ton: profesjonalny, empatyczny, bez tonu obronnego. ""

3. Streszczenie długiego dokumentu

"" Streść poniższy dokument. Zachowaj następującą strukturę:

1) GŁÓWNY CEL dokumentu — 1 zdanie 2) NAJWAŻNIEJSZE ZMIANY — maksymalnie 5 punktów 3) CO TO OZNACZA DLA [moje stanowisko / mój dział] 4) TERMINY, o których muszę pamiętać 5) CZEGO W TYM DOKUMENCIE NIE MA, a powinno być

Dokument: [wklej dokument JAWNY — publiczny regulamin, wytyczne, ustawę] ""

Sprawdź punkt 5. To jest test uczciwości modelu: czy naprawdę wskazał luki, czy je zmyślił, żeby wypełnić rubrykę.

4. Przygotowanie do trudnej rozmowy

"" Jesteś doświadczonym mediatorem. Przygotuj mnie do rozmowy z [rola drugiej strony, bez nazwiska].

Sytuacja: [opis, bez danych osobowych] Mój cel: [co chcę osiągnąć] Czego się obawiam: [obawa]

Daj mi: 1) trzy zdania na otwarcie rozmowy 2) trzy najczęstsze zarzuty, jakie usłyszę, i odpowiedź na każdy 3) jedno zdanie, którym kończę rozmowę bez rozstrzygnięcia, jeśli nie dojdziemy do porozumienia ""

5. Poproś model o poprawienie twojego promptu

"" Oto mój prompt: [wklej własny prompt]

Jak poprawiłbyś go, żeby dał lepszy wynik? Wskaż konkretnie, czego w nim brakuje, i napisz wersję poprawioną. ""

To najbardziej niedoceniana technika. Działa jak recenzja przed oddaniem pracy.

Trzy nawyki, które zmieniają wynik bardziej niż wybór narzędzia

1. **Podaj przykład.** Zamiast opisywać format słowami, wklej jeden gotowy przykład i napisz „dokładnie w tym formacie”. To skraca poprawki o połowę.
 2. **Rozmawiaj, nie zaczynaj od nowa.** Pierwsza odpowiedź jest wersją roboczą. Druga i trzecia są dobre.
 3. **Sprawdzaj fakty.** Model potrafi podać nieistniejący przepis albo wyrok z pełnym przekonaniem. Krytyczne myślenie plus AI daje wynik, któremu można zaufać. Samo AI — nie.
-

Ściąga opracowana przez Daniela Kacprowicza na podstawie warsztatów prowadzonych od trzech lat w firmach i instytucjach publicznych. szkolimy24.com · biuro@szkolimy24.com

Potrzebujesz z tym pomocy?

Prowadzę szkolenia dla instytucji publicznych z bezpieczeństwa pracy, cyberbezpieczeństwa i praktycznego wykorzystania sztucznej inteligencji. Jeżeli chcesz omówić wyniki albo szkolenie dla swojego zespołu — napisz przez formularz na stronie.

szkolimy24.com/procedura