



Картинки нейросетями **за пять минут**

Инструкция к скиллу **chatgpt-images**: посты и карточки для соцсетей, карточки товара для маркетплейсов, инфографика, аватарки, баннеры, иллюстрации и слайды — через браузер, без API-ключей и без дизайнера.

Два сервиса: **Nano Banana Pro** (в Gemini) и **ChatGPT**. Все примеры в этом гайде сделаны реально, промты приведены дословно.



Что вы получаете

1. Готовые шаблоны промтов на 12 типов задач — от поста в Telegram до карточки товара на Wildberries. Не сочиняете с нуля: берёте шаблон и подставляете своё.

2. Формулу промта из 7 блоков — почему одна и та же нейросеть одному рисует шедевр, а другому «что-то непонятное».

3. Систему правок — что писать, когда текст с ошибками, руки кривые, а стиль уехал не туда.

4. Помощника в Claude Code, который либо соберёт вам промт, либо самходит в браузер, сгенерирует и принесёт готовые файлы.



Два режима работы

Режим	Что нужно	Как это выглядит
Конструктор промтов подходит всем	Ничего настраивать не нужно	Вы говорите «нужна картинка для поста про X» → получаете готовый промт → вставляете его в ChatGPT или Gemini сами
Автопилот для тех, кто настроил браузер	Расширение Claude in Chrome	Claude сам открывает сервис, вставляет референсы, генерирует, правит и складывает готовые файлы вам в папку

ВАЖНО ПРО БЕЗОПАСНОСТЬ

Скилл работает **только в браузере** под вашим обычным аккаунтом. Никаких API-ключей, токенов и платных подключений он не просит и не использует. Если вы не залогинены или закончился дневной лимит — он честно об этом скажет, а не будет искать обходные пути.

1 Установка за 3 шага

1. Скопируйте папку скилла в `~/.claude/skills/`
2. Переименуйте её в **chatgpt-images** (без даты и русского названия). Должно получиться: `~/.claude/skills/chatgpt-images/SKILL.md`
3. Перезапустите Claude Code.

Проверка: напишите «сделай картинку для поста про тайм-менеджмент» — скилл подхватится сам.

2 Чем генерировать: Nano Banana Pro или ChatGPT

	Nano Banana Pro (Gemini)	ChatGPT
Где	<code>gemini.google.com</code>	<code>chatgpt.com</code>
Русский текст на картинке	Держит заметно лучше, вытягивает длинные надписи	Чаще ломает буквы на длинных фразах
Правки	Точечные: «замени только надпись» — остальное сохраняется	Каждая правка = перерисовка всей картинки заново
Референсы	Много картинок сразу, хорошо их смешивает	1–3 картинки
Фотореализм людей	Отлично	Отлично
Бесплатно	Есть дневной лимит генераций	Практически нет, нужен Plus

ПРАВИЛО НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Есть русский текст на картинке — идите в **Nano Banana Pro**. Нет текста или нужно поперебирать идеи разговором — берите тот сервис, где вы уже залогинены.

3 Куда нажимать

В Gemini (Nano Banana Pro)

- Кнопка «+» слева в поле ввода → «Создание изображений». Откроется экран с плитками стилей.
- Способ проще: просто начните промт словами «Создай изображение: ...» — Gemini сам уйдёт в генерацию.
- Селектор модели рядом с полем (Flash / Pro) относится к тексту, на картинку не влияет — не трогайте.
- ⚠ **Enter не отправляет** длинный промт: жмите круглую кнопку со стрелкой вверх.
- Генерация 40–90 секунд, картинка проявляется постепенно. Оценивайте результат, только когда прорисовка закончилась.

В ChatGPT

- Просто напишите промт, начав со слов «Нарисуй картинку.» — отдельный режим включать не нужно.
- Генерация 1,5–3 минуты. Кнопка скачивания появляется при наведении на готовую картинку.

4 Формула промта: 7 блоков

Пишите по-русски, обычным текстом, 5–12 строк. Порядок важен: модель сильнее слушает начало промта.

Блок	Что писать	Пример формулировки
1. Тип и формат	Что это и в каких пропорциях	«Квадратная карточка 1:1 для Telegram»
2. Главный объект	Кто или что в кадре и насколько крупно	«Товар занимает две трети высоты кадра»
3. Композиция	Что слева, справа, сверху, снизу	«Слева надпись, справа фотография стола»
4. Текст	Дословно, в кавычках	«Надпись точной кириллицей: „ТРИ ШАГА“, без ошибок»
5. Стил ь и свет	Фотореализм / вектор / 3D + источник света	«Мягкий свет слева сверху, объектив 85 мм»
6. Палитра	2–3 цвета, не больше	«Только чёрный, белый и жёлтый»
7. Запреты	Что НЕ рисовать	«Без неона, без частиц, не больше 5 объектов»

Как это меняет результат

✗ Плохо

«Сделай красивую картинку про продуктивность для поста»

Нейросеть додумает всё сама: формат, стиль, цвета, объекты. Вероятность попадания — как в лотерее.

✓ ХОРОШО

Все 7 блоков заполнены: формат, объект, композиция, дословный текст, стиль, палитра, запреты.

Результат этого промта — на следующей странице.

1 Промт-эталон карточка с тезисом для Telegram

Квадратная карточка 1:1 для Telegram. По центру крупная надпись точной кириллицей в три строки: «СНАЧАЛА СИСТЕМА, ПОТОМ ИНСТРУМЕНТЫ». Шрифт плотный гротеск, чёрные буквы, слово «СИСТЕМА» выделено жёлтой заливкой-маркером. Фон тёплый светло-бежевый с лёгкой бумажной текстурой. Снизу мелкая подпись латиницей: `iiuniversitet.ru`. Плоский минималистичный дизайн, много воздуха, текст без ошибок и без кавычек в самой картинке. Палитра: чёрный, белый, жёлтый. Без людей, без иконок, без градиентов, без неона, без лишнего декора.

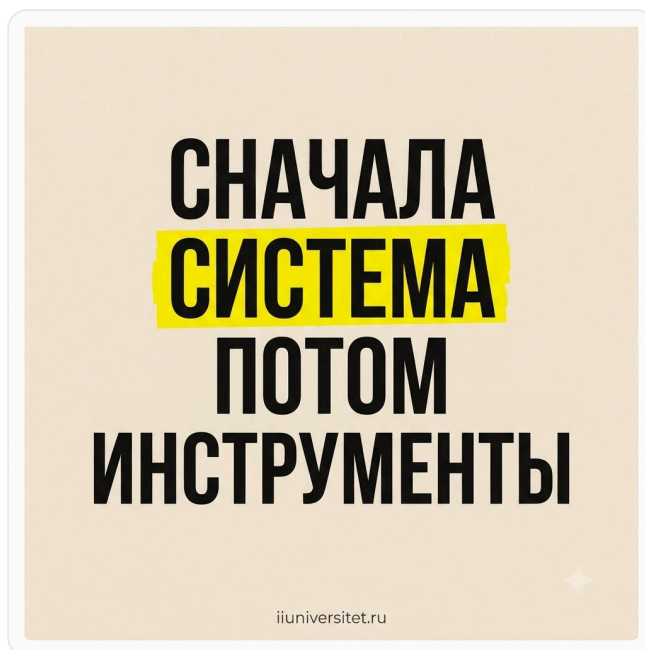
Правило трёх кавычек. Текст, который должен появиться на картинке, всегда пишите дословно и в кавычках, и добавляйте «точной кириллицей, без ошибок, без кавычек в самой картинке». Иначе генератор нарисует кавычки прямо на макете.

5 Живой пример: что пошло не так и как починили

Это реальная генерация по промту-этalonу с предыдущей страницы. Nano Banana Pro, первая попытка.



Первая генерация. Две последние строки напечатались друг поверх друга — типичная поломка на длинной кириллице.



После одной правки. Текст чистый, фон, первая строка и жёлтый маркер не пострадали.

2 Промт правки точечное редактирование в Nano Banana Pro

Третья строка испорчена: слова «ПОТОМ» и «ИНСТРУМЕНТЫ» напечатаны друг поверх друга. Перерисуй только нижнюю часть карточки: там должны быть две отдельные строки точной кириллицей: «ПОТОМ» и под ней «ИНСТРУМЕНТЫ», тем же плотным гротеском, чёрные буквы, ровно по центру, с нормальным межстрочным расстоянием, без наложения. Всё остальное — бежевый фон, первую строку «СНАЧАЛА», слово «СИСТЕМА» с жёлтым маркером и подпись iiuniversitet.ru внизу — оставь без изменений.

ГЛАВНОЕ ОТЛИЧИЕ СЕРВИСОВ

В Nano Banana Pro так можно: «поправь только это, остальное не трогай» — и он действительно не трогает.

В ChatGPT так нельзя. Он перерисовывает картинку поверх старой, и на «нетронутых» местах появляется рябь — заметно на лице, одежде и фоне. Там каждая правка = заново описать всю композицию и добавить: «сгенерируй изображение полностью заново с нуля, не редактируй предыдущую картинку».

6 Один и тот же промт в двух сервисах



Nano Banana Pro. Строгая вёрстка в четыре строки, маркер точно по слову.



ChatGPT, тот же промт. Текст собрал верно с первой попытки, но композицию выбрал свою. Время: 1 мин 40 сек.

Вывод для практики: при одинаковом промте сервисы дают разный характер картинки. Если результат важен — прогоняйте промт в обоих и выбирайте.

7 Инфографика: схема из трёх шагов



4:3, Nano Banana Pro. Четыре надписи без единой ошибки с первой попытки.

ПОЧЕМУ ПОЛУЧИЛОСЬ С ПЕРВОГО РАЗА

Короткие слова заглавными буквами генератор держит уверенно. Ошибки начинаются на длинных фразах и мелком тексте — поэтому в схемах пишите по одному слову на блок.

Не больше 5 блоков. Дальше модель начинает путать подписи между собой. Сложную схему собирайте из двух картинок.

Создай изображение: инфографика-схема из трёх шагов, формат 4:3, плоский векторный стиль. Три круга одинакового размера в ряд по горизонтали, соединены жёлтыми стрелками слева направо. В кругах простые линейные иконки: документ, шестерёнка, галочка. Под каждым кругом короткая подпись точной кириллицей заглавными буквами: СОБРАЛ, НАСТРОИЛ, ЗАПУСТИЛ. Сверху заголовок: ТРИ ШАГА. Фон белый, палитра только чёрный, белый и жёлтый. Толстые ровные линии, много воздуха, без теней и градиентов. Без мелкого текста, без лишних элементов, без людей.

8 Карточка товара для маркетплейса



3:4, Nano Banana Pro. Студийная предметка.

Создай изображение: карточка товара для маркетплейса, вертикальный формат 3:4, студийная предметная фотосъемка. В центре термос-бутылка из матовой нержавеющей стали с деревянной крышкой, стоит вертикально, занимает две трети высоты кадра. Подложка — светло-серый бесшовный фон, мягкая тень под предметом. Свет студийный: большой софтбокс слева сверху, отражатель справа, мягкие блики на металле. Сверху короткая надпись точной кириллицей: ТЕРМОС 500 МЛ. Реалистичные материалы и отражения, высокая детализация. Без людей, без рук, без логотипов брендов, без пёстрого фона.

Что доработать. Фон вышел не идеально чистым — видны отражения студии. Правка: «замени фон на ровный светло-серый градиент без посторонних отражений, товар не трогай». Нужен **ваш** товар, а не похожий — приложите его фото.

ЕЩЁ 10 ГОТОВЫХ ШАБЛОНОВ

В файле скилла **references/1-типы-и-шаблоны.md**: пост-карточка, сторис, обложка видео, иллюстрация к статье, рекламный баннер, слайд презентации, мокап на устройстве, коллаж-скрапбукинг, шапка канала, аватарка.

9 Люди и референсы



1:1, ChatGPT. Это вымышленный человек.

КОГДА НУЖНА КАРТИНКА, А НЕ ОПИСАНИЕ

Прикладывайте **файл**, а не слова, если нужны:

- **Ваше лицо** — фото + «лицо строго как на приложенном фото, точное сходство».
- **Логотип бренда** — иначе нейросеть выдумает буквы.
- **Конкретный товар** — иначе получите «похожий, но не тот».
- **Стиль** — образец, если нужен конкретный визуальный язык.

Прикладывайте референсы заново к каждой генерации. Через пару сообщений модель теряет стиль, даже если помнит композицию.

10 Что писать, когда получилось не то

Проблема	Формулировка правки
Ошибки в русском тексте	«Надпись должна быть точно такой, буква в букву: „...“. Точная кириллица, без лишних и пропущенных букв»
Текст мелкий	«Сделай надпись в 2 раза крупнее, она должна занимать треть кадра и читаться в маленьком размере»
Кривые руки и пальцы	«Перерисуй человека целиком: анатомически правильные руки, пять пальцев» — или спрячьте руки: «кадр по плечи»
Перегружено	«Убери всё лишнее, оставь только 3 объекта. Больше воздуха, простой фон, одна идея в кадре»
Пёстро, цвета кричат	«Палитра строго три цвета: ... Остальные цвета убрать, фон однотонный»
Выглядит «как нейросеть»	«Убери глянцевую пластиковость: естественные текстуры и несовершенства, живой свет, лёгкая асимметрия»
Объект не там, где нужно	Описать по зонам: «слева — ..., справа — ...». Слова «сбоку», «рядом» модель понимает как хочет
Серия картинок вразнобой	Делать в одном диалоге: «сохрани стиль, палитру, шрифт и сетку предыдущей картинки, поменяй только ...»

КОГДА ОСТАНОВИТЬСЯ

Три неудачные попытки подряд по одному и тому же пункту — меняйте подход, а не формулировку: попросите картинку с **пустым местом под надпись** и добейте текст в Canva, Figma или Keynote. Это нормальный рабочий путь, а не поражение.

11 Чеклист перед тем, как поставить картинку в дело

- Текст без ошибок — **проверьте каждую букву глазами**, а не «на первый взгляд».
- Руки, пальцы, глаза без артефактов, если в кадре люди.
- Нет лишних объектов и мусора по краям.
- Читается в маленьком размере: уменьшите картинку и посмотрите ещё раз.
- Формат и пропорции те, что нужны площадке.
- Ничего чужого: нет выдуманных логотипов и лиц реальных людей без их согласия.

12 Пять правил, которые экономят часы

1. Текст на картинке — не больше 5–6 слов и трёх строк. Длинную мысль делите на две карточки.
2. Палитра — 2–3 цвета. Без этого выходит пёстро всегда.
3. Композицию описывайте по зонам: слева, справа, сверху, снизу.
4. Запреты в конце промта работают не хуже описаний: «без неона, без частиц, не больше 5 объектов».
5. Серию картинок делайте в одном диалоге — стиль сохранится сам.

Хотите разобраться в нейросетях глубже?

Этот скилл — маленькая часть того, что можно собрать под свои задачи. На обучении в [iiuniversitet](https://iiuniversitet.ru) вы соберёте собственные инструменты, автоматизации и ИИ-агентов под свою работу.

Курс «Нейропродюсер» — kurs.iiuniversitet.ru/predzapis_neuroproducer

Бесплатный курс «Путь в ИИ. Нейросети от А до Я», 9 уроков — iiuniversitet.ru/free3

2000 готовых промтов для ChatGPT — iiuniversitet.ru/2000prompts-free

Материалы и разборы — в Telegram-канале t.me/marketograf