
Spis treści e-booka

O autorze	19
<i>Dla kogo jest ten e-book i co zyskasz po jego przeczytaniu?</i>	22
Ten e-book jest dla Ciebie, jeśli jesteś:	22
<i>Jak korzystać z tego e-booka?</i>	26
Najważniejsza zasada	26
Jak najlepiej pracować z tym e-bookiem?	27
Jak korzystać z promptów?	27
Nie próbuj tworzyć idealnej grafiki za pierwszym razem	28
Jak testować prompty?	28
Jak osiągnąć najlepsze efekty?	29
Czy trzeba znać grafikę komputerową?	29
Pamiętaj	30
<i>Rozdział 1</i>	31
<i>Czym jest ChatGPT Images 2.0 i co naprawdę nowego wnosi</i>	31
1.1. Wprowadzenie	31
1.2. Oficjalne nazwy, które warto znać	31
1.3. Co nowego OpenAI podkreśla oficjalnie	32
1.4. Najważniejsze możliwości w praktyce	32
Generowanie obrazów od zera	32
Edycja wygenerowanych obrazów	33
Edycja własnych, wgranych zdjęć	33
Praca na wielu obrazach i łączenie materiałów	34
1.5. Lepsza kontrola nad tekstem na grafice	35
1.6. Elastyczne proporcje i formaty obrazu	36
1.7. Rozmowa jako proces projektowy	36
1.8. „Images with thinking” – co to oznacza	37
1.9. Wierność wobec obrazu wejściowego	38
1.10. Gdzie ten model sprawdza się najlepiej	39
1.11. Najważniejsze wnioski z tego rozdziału	39
Gotowe prompty z tego rozdziału	40
<i>Rozdział 2</i>	41

<i>Jak uruchomić generowanie obrazów w ChatGPT krok po kroku</i>	41
2.1. Wprowadzenie	41
2.2. Gdzie znajduje się generowanie obrazów	41
2.3. Twój pierwszy obraz – krok po kroku	42
2.4. Najczęstszy błąd początkujących	42
2.5. Jak działa generowanie obrazów w rozmowie	43
2.6. Iteracyjne poprawianie obrazu (najważniejsza umiejętność)	43
2.7. Jak zapisywać obrazy	44
2.8. Jak tworzyć grafiki do konkretnych zastosowań	45
2.9. Jak korzystać z przesyłania własnych zdjęć	45
2.10. Najczęstsze problemy i szybkie rozwiązania	45
2.11. Najważniejsze zasady pracy	46
2.12. Gotowe prompty z tego rozdziału	46
2.13. Podsumowanie rozdziału	47
<i>Rozdział 3</i>	48
<i>Jak pisać prompty do grafiki, żeby obrazy wychodziły dużo lepiej</i>	48
3.1. Dlaczego prompt jest kluczowy	48
3.2. Złota zasada promptów (schemat, który działa)	48
3.3. Prompty krótkie vs długie	49
3.4. Jak opisywać obiekty i scenę	50
3.5. Jak opisywać styl grafiki	50
3.6. Jak opisywać światło (często pomijane!)	51
3.7. Jak opisywać klimat i emocje	52
3.8. Jak kontrolować kompozycję	52
3.9. Jak pisać prompty z tekstem na obrazie	53
3.10. Jak poprawiać prompt krok po kroku	53
3.11. Gotowe schematy promptów (do kopiowania)	54
3.12. Najczęstsze błędy	54
3.13. Najważniejsze zasady (zapamiętaj)	55
3.14. Gotowe prompty (praktyczne)	55
3.15. Podsumowanie rozdziału	56
<i>Rozdział 4</i>	57

Generowanie obrazów od zera – ilustracje, zdjęcia, grafiki reklamowe	57
4.1. Wprowadzenie	57
4.2. Typy obrazów, które możesz tworzyć	57
4.3. Realistyczne zdjęcia (najbardziej uniwersalne)	58
4.4. Ilustracje (idealne do edukacji i kursów)	59
4.5. Grafiki reklamowe (bardzo ważne w praktyce)	59
4.6. Okładki e-booków	60
4.7. Banery i grafiki na stronę	61
4.8. Miniatury i social media	61
4.9. Infografiki i materiały edukacyjne	62
4.10. Jak dobrać styl do celu (bardzo ważne)	62
4.11. Gotowe zestawy promptów (do kopiowania)	63
4.12. Najczęstsze błędy	63
4.13. Najważniejsze wnioski	64
4.14. Podsumowanie	64
Rozdział 5	65
Edycja gotowych obrazów w ChatGPT – usuwanie, dodawanie, poprawki	65
5.1. Wprowadzenie	65
5.2. Dwa sposoby edycji obrazu	65
5.3. Usuwanie elementów (najprostsze i bardzo skuteczne)	66
5.4. Dodawanie elementów	66
5.5. Zmiana tła (jedna z najczęstszych operacji)	67
5.6. Zmiana stylu obrazu	67
5.7. Poprawa jakości i wyglądu	68
5.8. Dodawanie tekstu do grafiki	68
5.9. Zmiana kompozycji	69
5.10. Łączenie kilku zmian naraz	69
5.11. Iteracyjna edycja (najlepsze podejście)	69
5.12. Najczęstsze błędy	70
5.13. Najważniejsze zasady	70
5.14. Gotowe prompty (do kopiowania)	70
5.15. Podsumowanie	71

Rozdział 6	72
<i>Zmiana stylu grafiki i przerabianie zdjęć (transformacje AI)</i>	72
6.1. Wprowadzenie	72
6.2. Czym jest transformacja obrazu	72
6.3. Ze zdjęcia do ilustracji	73
6.4. Ze zdjęcia do grafiki reklamowej	74
6.5. Ze zwykłego zdjęcia do wersji premium	74
6.6. Zmiana klimatu zdjęcia	75
6.7. Zmiana pory dnia i oświetlenia	75
6.8. Zmiana zastosowania grafiki	76
6.9. Zachowanie ważnych elementów (bardzo ważne)	76
6.10. Łączenie transformacji (mocne prompty)	77
6.11. Najczęstsze błędy	77
6.12. Najważniejsze zasady	77
6.13. Gotowe prompty (do kopiowania)	78
6.14. Podsumowanie	78
Rozdział 7	79
<i>Łączenie zdjęć i praca na wielu obrazach</i>	79
7.1. Wprowadzenie	79
7.2. Na czym polega praca na wielu obrazach	79
7.3. Najprostszy przykład – osoba + nowe tło	80
7.4. Produkt + tło reklamowe	80
7.5. Łączenie stylu jednego obrazu z drugim	81
7.6. Osoba + scena (np. reklama)	81
7.7. Tworzenie kompozycji z wielu elementów	82
7.8. Dodawanie elementów z jednego obrazu do drugiego	82
7.9. Zachowanie realizmu (bardzo ważne)	83
7.10. Najczęstsze błędy	83
7.11. Najważniejsze zasady	83
7.12. Gotowe prompty (do kopiowania)	84
7.13. Podsumowanie	85
Rozdział 8	86

Wierność obrazu – jak zachować twarz, logo i szczegóły	86
8.1. Wprowadzenie	86
8.2. Czym jest wierność obrazu	86
8.3. Najważniejsza zasada	87
8.4. Jak zachować twarz (najważniejsze w praktyce)	87
8.5. Jak zachować logo i elementy firmowe	88
8.6. Jak zachować produkt (np. sprzedaż)	88
8.7. Jak kontrolować poziom zmian	88
8.8. Jak unikać „psucia” obrazu	89
8.9. Jak poprawiać bez utraty jakości	89
8.10. Jak łączyć wierność z transformacją	90
8.11. Najczęstsze błędy	90
8.12. Najważniejsze zasady	90
8.13. Gotowe prompty (do kopiowania)	91
8.14. Podsumowanie	91
Rozdział 9	92
Tekst na obrazach – plakaty, reklamy, banery	92
9.1. Wprowadzenie	92
9.2. Najważniejsza zasada	92
9.3. Jak pisać tekst w promptach	92
9.4. Gdzie umieszczać tekst	93
9.5. Jak określić wielkość i hierarchię	93
9.6. Jak poprawić czytelność tekstu	93
9.7. Tworzenie plakatów	94
9.8. Grafiki reklamowe z tekstem	94
9.9. Banery i strony WWW	95
9.10. Okładki e-booków z tekstem	95
9.11. Jak poprawiać tekst na obrazie	95
9.12. Najczęstsze błędy	96
9.13. Najważniejsze zasady	96
9.14. Gotowe prompty (do kopiowania)	96
9.15. Podsumowanie	97

Rozdział 10	98
<i>Format, proporcje i układ obrazu (social media, strona, reklama)</i>	98
10.1. Wprowadzenie	98
10.2. Najważniejsze proporcje (must know)	98
10.3. Jak opisać format w promptcie	99
10.4. Układ grafiki (bardzo ważne)	99
10.5. Projektowanie grafiki pod tekst	100
10.6. Social media – gotowe schematy	100
10.7. Strona internetowa (banery)	101
10.8. Okładki e-booków	101
10.9. Jak myśleć jak projektant	101
10.10. Najczęstsze błędy	101
10.11. Najważniejsze zasady	102
10.12. Gotowe prompty (do kopiowania)	102
10.13. Podsumowanie	103
Rozdział 11	104
<i>Iteracyjna praca z obrazem – jak pracować krok po kroku jak PRO</i>	104
11.1. Wprowadzenie	104
11.2. Czym jest iteracja	104
11.3. Najprostszy schemat pracy	105
11.4. Dlaczego to działa lepiej	105
11.5. Iteracja w praktyce (pełny przykład)	105
11.6. Jak poprawiać konkretne elementy	106
11.7. Iteracja vs jeden długi prompt	107
11.8. Jak wiedzieć co poprawić	107
11.9. Iteracja przy projektach marketingowych	108
11.10. Iteracja przy e-booku	108
11.11. Najczęstsze błędy	108
11.12. Najważniejsze zasady	109
11.13. Gotowe prompty (do iteracji)	109
11.14. Podsumowanie	110
Rozdział 12	111

Obrazy z „myśleniem” (images with thinking) – kiedy i jak używać	111
12.1. Wprowadzenie	111
12.2. Co to oznacza w praktyce	111
12.3. Kiedy warto używać	111
12.4. Kiedy NIE jest potrzebne	112
12.5. Jak pisać prompty pod bardziej złożone obrazy	112
12.6. Jak opisywać strukturę obrazu	112
12.7. Praca nad bardziej złożonym projektem	113
12.8. Jak zwiększyć jakość złożonych grafik	113
12.9. Przykłady zastosowania	114
12.10. Najczęstsze błędy	114
12.11. Najważniejsze zasady	114
12.12. Gotowe prompty (do kopiowania)	115
12.13. Podsumowanie	115
Rozdział 13	116
Zastosowania praktyczne – marketing, szkolenia, e-booki, strony	116
13.1. Wprowadzenie	116
13.2. Marketing i social media	116
13.3. Szkolenia i edukacja	117
13.4. E-booki i materiały cyfrowe	118
13.5. Strony internetowe	118
13.6. Reklamy i sprzedaż	119
13.7. Materiały dla klientów	119
13.8. Kursy online	120
13.9. Social media – gotowe zestawy	120
13.10. Najczęstsze błędy w zastosowaniach	121
13.11. Najważniejsze zasady	121
13.12. Podsumowanie	121
Rozdział 14	122
Najlepsze prompty – gotowe zestawy do pracy (100% praktyki)	122
14.1. Wprowadzenie	122
14.2. Prompty – realistyczne zdjęcia	122

14.3. Prompty – ilustracje	123
14.4. Prompty – grafiki reklamowe	123
14.5. Prompty – e-booki	124
14.6. Prompty – social media	124
14.7. Prompty – banery i strony	125
14.8. Prompty – edycja obrazów	125
14.9. Prompty – transformacje	125
14.10. Prompty – łączenie obrazów	126
14.11. Uniwersalne schematy promptów	126
14.12. Jak budować własne prompty	127
14.13. Najważniejsze zasady	127
14.14. Podsumowanie	127
Rozdział 15	128
<i>Ograniczenia, błędy i bezpieczeństwo – czego AI nie robi</i>	128
15.1. Wprowadzenie	128
15.2. Najważniejsza prawda	128
15.3. Ograniczenie 1 – tekst na obrazach	129
15.4. Ograniczenie 2 – realizm twarzy	129
15.5. Ograniczenie 3 – zbyt skomplikowane prompty	130
15.6. Ograniczenie 4 – brak precyzji	130
15.7. Ograniczenie 5 – zbyt duża liczba zmian naraz	130
15.8. Ograniczenie 6 – detale techniczne	131
15.9. Ograniczenie 7 – spójność między obrazami	131
15.10. Bezpieczeństwo i zasady	132
15.11. Jak nie tracić czasu	132
15.12. Najczęstsze błędy użytkowników	132
15.13. Najważniejsze zasady pracy	133
15.14. Gotowe prompty (ratunkowe)	133
15.15. Podsumowanie	133
Rozdział 16	134
<i>Najczęstsze problemy i ich rozwiązania (praktyczny poradnik)</i>	134
16.1. Wprowadzenie	134

16.2. Problem 1 – obraz nie wygląda jak chciałem	134
16.3. Problem 2 – obraz jest chaotyczny	135
16.4. Problem 3 – tekst jest nieczytelny	135
16.5. Problem 4 – twarz wygląda inaczej	136
16.6. Problem 5 – styl nie pasuje	136
16.7. Problem 6 – brak miejsca na tekst	136
16.8. Problem 7 – obraz wygląda sztucznie	137
16.9. Problem 8 – za dużo zmian naraz	137
16.10. Problem 9 – brak spójności między grafikami	138
16.11. Problem 10 – obraz „nie robi efektu wow”	138
16.12. Problem 11 – zbyt ogólny efekt	139
16.13. Problem 12 – AI „zmienia za dużo”	139
16.14. Szybka lista naprawcza	139
16.15. Gotowe prompty naprawcze	140
16.16. Podsumowanie	140
Rozdział 17	141
Gotowe schematy pracy – jak działać szybko i profesjonalnie	141
17.1. Wprowadzenie	141
17.2. Schemat 1 – od pomysłu do gotowej grafiki	141
17.3. Schemat 2 – edycja zdjęcia	142
17.4. Schemat 3 – grafika reklamowa	143
17.5. Schemat 4 – social media	143
17.6. Schemat 5 – e-book	144
17.7. Schemat 6 – łączenie obrazów	145
17.8. Schemat 7 – szybka poprawa obrazu	145
17.9. Schemat 8 – poprawa słabej grafiki	145
17.10. Schemat 9 – grafika edukacyjna	146
17.11. Schemat 10 – workflow PRO	147
17.12. Najważniejsze zasady końcowe	147
17.13. Twoje „złote zasady” (do zapamiętania)	147
17.14. Zakończenie e-booka	148
17.15. Co możesz zrobić dalej	148

Rozdział 18	149
<i>Jak sprzedawać grafiki AI klientom — praktyczny przewodnik krok po kroku</i>	149
18.1. Wprowadzenie	149
18.2. Najważniejsza zasada sprzedaży grafik AI	149
18.3. Co możesz sprzedawać?	150
18.4. Gdzie szukać klientów?	152
18.5. Jak zdobyć pierwszego klienta?	155
18.6. Jak powinno wyglądać portfolio?	155
18.7. Jak wyceniać grafiki AI?	156
18.8. Jak wygląda profesjonalna współpraca?	157
18.9. Jak sprzedawać drożej?	157
18.10. Workflow PRO — jak pracować z klientem	158
18.11. Najczęstsze błędy początkujących	159
18.12. Najlepsze nisze dla grafik AI	160
18.13. Gotowe prompty sprzedażowe	161
18.14. Najważniejsze zasady końcowe	161
18.15. Podsumowanie rozdziału	162
Rozdział 19	163
<i>Najlepsze darmowe narzędzia wspomagające ChatGPT Images</i>	163
19.1. Wprowadzenie	163
19.2. Canva — najlepszy partner dla ChatGPT Images	164
19.3. Photopea — darmowy Photoshop online	165
19.4. remove.bg — najlepsze darmowe usuwanie tła	166
19.5. Leonardo AI — świetne uzupełnienie ChatGPT Images	167
19.6. CapCut — AI + grafika + wideo	168
19.7. Pexels i Pixabay — darmowe materiały	169
19.8. Figma — bardziej profesjonalne projektowanie	170
19.9. TinyPNG — kompresja obrazów	171
19.10. ChatPDF — analiza dokumentów i inspiracje	171
19.11. Najlepszy workflow PRO	172
19.12. Najczęstsze błędy	173
19.13. Najważniejsze zasady	173

19.14. Gotowe prompty praktyczne	174
19.15. Podsumowanie rozdziału	175
Rozdział 20	176
Najczęstsze błędy początkujących freelancerów AI	176
20.1. Wprowadzenie	176
20.2. Błąd nr 1 — sprzedawanie „AI”, zamiast efektu	176
20.3. Błąd nr 2 — zbyt tanie usługi	177
20.4. Błąd nr 3 — brak portfolio	178
20.5. Błąd nr 4 — chaos w projektach	179
20.6. Błąd nr 5 — próba robienia wszystkiego	180
20.7. Błąd nr 6 — słaba komunikacja z klientem	181
20.8. Błąd nr 7 — brak workflow	181
20.9. Błąd nr 8 — kopiowanie stylu innych	183
20.10. Błąd nr 9 — brak myślenia marketingowego	183
20.11. Błąd nr 10 — brak publikowania swoich prac	184
20.12. Błąd nr 11 — zbyt szybkie poddawanie się	185
20.13. Błąd nr 12 — ignorowanie nauki i trendów	185
20.14. Najlepsze praktyki freelancerów AI	186
20.15. Gotowe prompty praktyczne	186
20.16. Najważniejsze zasady końcowe	187
20.17. Podsumowanie rozdziału	187
BONUS 1	189
AI FOTO STUDIO – profesjonalne sesje zdjęciowe z jednego zdjęcia w ChatGPT Images 2.0	189
1. Wprowadzenie	189
2. Jak działa AI FOTO STUDIO	190
3. Najważniejsza zasada pracy	191
4. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 1	192
5. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 2	193
6. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 3	194
7. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 4	195
8. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 5	196

9. Jak zachować realizm zdjęcia	197
10. Najczęstsze błędy	197
11. Workflow PRO	198
12. GOTOWE PROMPTY PREMIUM	199
13. Podsumowanie BONUSU	200
 BONUS 2	201
<i>Sesje zdjęciowe z jednego zdjęcia – świąteczne, biznesowe i okazjonalne</i>	201
1. Wprowadzenie	201
2. Jak to działa – krok po kroku	201
3. Najważniejsza zasada	202
4. Sesja biznesowa 	203
5. Sesja świąteczna 	203
6. Sesja okazjonalna 	204
7. Sesja reklamowa 	204
8. Sesja lifestyle 	205
9. Jak stworzyć całą serię zdjęć (PRO TIP )	205
10. Najczęstsze błędy	205
11. Najważniejsze zasady	206
12. Zestaw gotowych promptów (do kopiowania)	206
13. Podsumowanie BONUSU	207
BONUS 3	208
<i>Projekty komercyjne i marketingowe w ChatGPT Images 2.0</i>	208
1. Wprowadzenie	208
2. Najważniejsza zasada marketingowych grafik AI	208
3. Jak myśleć jak projektant reklam	209
4. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 1	210
5. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 2	211
6. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 3	212
7. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 4	213
8. SCENARIUSZ PRAKTYCZNY 5	214
9. Jak tworzyć grafiki, które wyglądają DROGO	215
10. Najczęstsze błędy	216

11. Workflow PRO	217
12. GOTOWE PROMPTY PREMIUM	218
13. Podsumowanie BONUSU	219
 BONUS 4	220
Mega lista 50 promptów PRO do grafiki w ChatGPT (gotowe do użycia)	220
1. Wprowadzenie	220
2. PROMPTY PRO – REALISTYCZNE ZDJĘCIA (1–10)	220
3. PROMPTY PRO – ILUSTRACJE (11–20)	221
4. PROMPTY PRO – REKLAMA I MARKETING (21–30)	222
5. PROMPTY PRO – SOCIAL MEDIA (31–40)	223
6. PROMPTY PRO – EDYCJA I TRANSFORMACJE (41–50)	224
7. Podsumowanie BONUSU	225
 BONUS 5	226
50 promptów PRO do sprzedaży, reklam i marketingu (gotowe do użycia)	226
1. Wprowadzenie	226
2. PROMPTY PRO – REKLAMY SPRZEDAŻOWE (1–10)	226
3. PROMPTY PRO – SOCIAL MEDIA ADS (11–20)	228
4. PROMPTY PRO – LANDING PAGE (21–30)	229
5. PROMPTY PRO – CTA I SPRZEDAŻ (31–40)	230
6. PROMPTY PRO – PREMIUM I KONWERSJA (41–50)	231
7. Podsumowanie BONUSU	233
BONUS 6 - CHECKLISTY PRAKTYCZNE DO E-BOOKA	234
CHECKLISTA 1 - Jak stworzyć dobrą grafikę AI krok po kroku	234
Przed rozpoczęciem pracy:	234
Podczas pisania promptu:	234
Po wygenerowaniu obrazu:	234
CHECKLISTA 2	235
Checklist promptów PRO	235
Dodatki poziom PRO:	235
CHECKLISTA 3	235
Checklist tworzenia grafik reklamowych	235
CHECKLISTA 4	236
Checklist okładki e-booka	236
CHECKLISTA 5	237
Checklist pracy iteracyjnej z AI	237

CHECKLISTA 6	238
Checklist social media AI	238
CHECKLISTA 7	238
Checklist edycji zdjęć AI	238
CHECKLISTA 8	239
Checklist workflow PRO	239
CHECKLISTA 9	240
Checklist początkującego użytkownika AI	240
CHECKLISTA 10	240
Checklist grafiki „premium”	240
BONUS	241
Mega szybka checklista przed publikacją grafiki	241