@oskars_ai_ · przewodnik

PROMPT ENGINEERING · CRAFT++

Prompt na kalendarz contentu na cały miesiąc

Gotowy, uniwersalny prompt do AI, który najpierw przeprowadzi z Tobą wywiad (branża, konkurencja, czas, montaż), a potem zbuduje pełny plan publikacji na 30 dni.

01 Wywiad

02 Analiza konkurencji

03 Kalendarz 30 dni

Oskar Sasin
twórca AI · @oskars_ai_

Instagram · TikTok · Facebook
edycja 2025

ZANIM ZACZNIESZ

Dlaczego zwykłe „zrób mi kalendarz contentu” nie działa

Większość promptów do kalendarzy treści zgaduje. AI nie wie, ile masz czasu, kto montuje i co robi konkurencja — więc dostajesz 30 rolek ze złożonym montażem, których nigdy nie nagrasz. Ten prompt rozwiązuje to inaczej.

Zaczyna od wywiadu

Zanim zaproponuje cokolwiek, dopytuje o platformy, czas i montaż.

Liczy się z konkurencją

Pyta o konkretne konta — adaptuje mechanikę, nie kopiuje tematów.

Pilnuje realnego budżetu

Godziny tygodniowo × pułap montażowy = ile formatów naprawdę się zmieści.

Daje kompletny output

Hook, CTA, format, montaż i cel dla każdego dnia — bez dopytywania.

ZASADA #1

Branża, grupa docelowa i cel to **punkt wyjścia**, nie komplet danych. Dobry kalendarz wymaga też wiedzy o Twoim czasie i montażu — inaczej ląduje w szufladzie.

01

ROZDZIAŁ 01

Jak działa ten prompt

Dwa etapy: najpierw wywiad, potem kalendarz. AI nie przechodzi do planu, dopóki nie odpowiesz na pytania.

ETAPY	PYTAŃ W WYWIADZIE	OUTPUT
2	~20	Kalendarz 30 dni

🗣️ ETAP 1 — WYWIAD

- Pyta o social media, które już prowadzisz, i co tam działa
- Pyta o 2–4 konta konkurencji do inspiracji
- Pyta, ile godzin tygodniowo masz na nagrywanie + montaż
- Pyta, kto montuje i jaki jest Twój pułap złożoności
- Pyta o główny cel miesiąca i ton, którego unikasz

📅 ETAP 2 — KALENDARZ

- Najpierw liczy Twój realny budżet produkcyjny
- Dobiera formaty, które faktycznie się zmieszczą
- Buduje tabelę: dzień, platforma, format, hook, CTA, montaż
- Dorzuca rozkład tygodniowy i uwagi do realizacji
- Nie proponuje montażu przekraczającego Twój pułap

PRZYKŁADOWE PROMPTY

> **Dlaczego to ważne:** *kalendarz, który ignoruje Twój czas, to plan na papierze — nie plan, który nagrasz. Ten prompt traktuje ograniczenia tak samo serio jak cel.*

NA CO UWAŻAĆ

! Jeśli pominiesz wywiad i poprosisz o kalendarz „od razu" — prompt to zrobi, ale wypisze wszystkie założenia, które musiał przyjąć za Ciebie.

02

ROZDZIAŁ 02

Co znajdzie się w finalnym kalendarzu

> Dla każdego wpisu w kalendarzu — nie tylko „temat na dziś", ale kompletna instrukcja produkcji.

KAŻDY WPIS W TABELI ZAWIERA

- Dzień / tydzień i platformę publikacji
- Format — rolka, karuzela, post statyczny, long-form, live
- Temat i scenariusz w 1–2 zdaniach
- Hook — pierwsze 3–5 sekund albo pierwsza linijka
- CTA dopasowane do celu miesiąca (nie ogólne „zostaw komentarz")
- Zakres montażu: prosty / średni / złożony — z uzasadnieniem
- Cel wpisu: zasięg, zaangażowanie, lead, sprzedaż albo zaufanie

PRZYKŁADOWE PROMPTY

> **Plus dwie sekcje dodatkowe:** *„Założenia i logika kalendarza" (skąd wzięły się decyzje) oraz „Uwagi do realizacji" (na co uważać, kiedy nagrywać w blokach).*

P1

DO SKOPIOWANIA

Gotowy prompt — część 1/2

Skopiuj całość poniżej i wklej do AI. To pierwsza połowa promptu — rola, kontekst i zadanie z wywiadem.

ROLA + KONTEKST

- Jesteś senior strategiem content marketingu i social media z 12-letnim doświadczeniem w planowaniu treści dla marek osobistych i firm w różnych branżach.
- Specjalizujesz się w budowaniu miesięcznych kalendarzy contentowych, które łączą dane z analizy konkurencji z realnymi możliwościami czasowymi klienta.
- Priorytetyzujesz wykonalność i konsekwencję publikacji nad ilością treści.
- Twoim zadaniem jest stworzenie kalendarza dla osoby, która podaje branżę, grupę docelową i cele — te trzy dane NIE są wystarczające, resztę wydobywasz pytaniami.

TREŚĆ PROMPTU

> **ZADANIE — ETAP 1 (WYWIAD, zawsze pierwszy):** *Gdy odbiorca podaje branżę, grupę docelową i cele, NIE twórz jeszcze kalendarza. Zadaj pytania pogrupowane w 7 sekcji: (1) Social media — stan obecny, (2) Konkurencja, (3) Możliwości czasowe i produkcyjne, (4) Branża i oferta — pogłębienie, (5) Grupa docelowa — pogłębienie, (6) Cele — pogłębienie, (7) Ton i ograniczenia. Pomiń pytania o to, co odbiorca już podał.*

> **Sekcja 1 — Social media:** *Na jakich platformach jesteś już obecny/a? Jakie masz tam liczby (obserwujący, zasięgi)? Który format najlepiej zadziałał w ostatnich 3 miesiącach? Czy masz bibliotekę nagranych materiałów, czy zaczynasz od zera?*

> **Sekcja 2 — Konkurencja:** *Wymień 2–4 konta, które obserwujesz lub uważasz za benchmark. Co konkretnie chciałbyś/chciałabyś u nich „podebrać", a co zrobić inaczej?*

> **Sekcja 3 — Czas i produkcja:** *Ile godzin tygodniowo realnie możesz przeznaczyć na nagrywanie + montaż? Kto montuje — Ty, zespół, freelancer, AI? Nagrywasz w blokach czy na bieżąco? Jaki jest Twój realny pułap montażowy na miesiąc?*

NA CO UWAŻAĆ

! Po zadaniu pytań — ZATRZYMAJ SIĘ. Nie generuj kalendarza, dopóki nie dostaniesz odpowiedzi. Jeśli odpowiedź jest częściowa, dopytaj tylko o kluczowe punkty (platformy, godziny, kto montuje, główny cel), a resztę uzupełnij założeniami, które wypiszesz explicite w Etapie 2.

P2

DO SKOPIOWANIA

Gotowy prompt — część 2/2

Druga połowa: co dokładnie ma się znaleźć w kalendarzu (Etap 2) oraz format i granice, których AI nie powinno przekroczyć.

📐 ETAP 2 — KALENDARZ + FORMAT

- Zanim zbuduje kalendarz, AI w 5 punktach liczy: realny budżet produkcyjny, ile formatów to pozwala wyprodukować, co robi konkurencja, jaki rozkład tematów (np. 40% edukacja / 30% sprzedaż / 30% relacja) i jaki rytm publikacji per platforma.
- Każdy wpis w kalendarzu: dzień, platforma, format, temat/scenariusz, hook, CTA, zakres montażu (z uzasadnieniem) i cel wpisu.
- Struktura odpowiedzi: Założenia i logika kalendarza → Rozkład tygodniowy (tabela) → Kalendarz dzień po dniu (tabela) → Uwagi do realizacji.
- Odpowiedź zawsze w języku polskim, bez ogólnych wstępów typu „Oto Twój kalendarz".

TREŚĆ PROMPTU

> **GUARDRAILS (kopiuj razem z resztą):** *Nie przechodź do Etapu 2 bez odpowiedzi na pytania z Etapu 1 — to niezbywalne. Jeśli odbiorca napisze „pomiń pytania", uszanuj to, ale wypisz wszystkie przyjęte założenia. Nie proponuj formatów przekraczających zadeklarowany pułap montażowy. Nie kopiuj tematów konkurencji 1:1 — adaptuj mechanikę. Nie wymyślaj danych o kontach, których odbiorca nie podał. Nie używaj CTA „zostaw komentarz" jako domyślnego — każde CTA wynika z celu wpisu.*

— ŚCIĄGA

Pełny wywiad czy szybka wersja?

Prompt ma jeden domyślny tryb, ale reaguje na to, co napiszesz. Tak wygląda różnica.

SYTUACJA	CO ROBI PROMPT	CO DOSTAJESZ
Podajesz tylko branżę, grupę, cel	Pełny wywiad	~20 pytań pogrupowanych w 7 sekcji, zanim ruszy dalej
Odpowiadasz częściowo	Dopytuje punktowo	Pyta tylko o kluczowe braki: czas, montaż, platformy, cel
Piszesz „pomiń pytania”	Pomija wywiad	Buduje kalendarz, ale wypisuje wszystkie przyjęte założenia
Dajesz pełne dane od razu	Potwierdza i jedzie dalej	Krótkie potwierdzenie, brak zbędnych powtórek pytań

STRATEGIA

Jak dostać najlepszy wynik z jednego podejścia

Im więcej konkretów podasz na starcie (zwłaszcza godziny tygodniowo i kto montuje), tym mniej rund pytań — i tym celniejszy kalendarz na wyjściu.

Podaj liczby, nie opisy

„5h/tydzień, montuję sam” działa lepiej niż „mam mało czasu”

Wymień konkretne konta konkurencji

Prompt adaptuje mechanikę, nie zgaduje na podstawie branży

Powiedz, co nie zadziałało

Jeśli coś już testowałeś i padło — prompt to uwzględni w planie

PLAN NA START

Jak zacząć — w 3 krokach

Prompt jest gotowy do wklejenia. Oto jak go użyć, żeby dostać kalendarz, który faktycznie wykorzystasz.

1 **Skopiuj prompt**
Wklej go w całości do rozmowy z AI — bez skrótów, każda warstwa ma znaczenie.

2 **Odpowiedz na pytania z Etapu 1**
Podaj konkretne liczby (godziny, konta konkurencji, pułap montażowy) — to decyduje o jakości planu.

3 **Odbierz kalendarz i wdrażaj**
Etap 2 da Ci tabelę dzień po dniu z hookami, CTA i zakresem montażu — gotową do nagrywania.

PAMIĘTAJ Jeśli AI spróbuje przeskoczyć od razu do kalendarza bez pytań — to znak, że obciąłeś prompt. Wklej go w całości, łącznie z sekcją „guardrails".

NASTĘPNY KROK

Naucz się budować takie prompty sam(a)

W Klubie AI od Zera uczę krok po kroku, jak pisać prompty, które naprawdę działają — nie tylko do contentu, ale do całego biznesu.

JUŻ OD
47 zł
miesięcznie · @oskars_ai_