

◆ เจ้าหนูรู้ทัน AI ◆

presents

ทางลัด AI

50 วิธี ทำงานไว หาเงินง่าย

ไม่ต้องเก่งเทคโนโลยี



คำนำ

เจ้าหนูลอง มาให้แล้ว



เจ้าหนูไม่ได้เก่ง AI ตั้งแต่ต้น

แต่ **ลองใช้จริง ผิดพลาดจริง** และค่อย ๆ เจอวิธีที่ช่วยให้ชีวิตง่ายขึ้นจริง

หนังสือเล่มนี้ไม่ได้สอนให้เพื่อนๆ เป็น AI Expert

แต่จะพาเพื่อนๆ ใช้ AI แบบง่าย ๆ เพื่อ **ประหยัดเวลา ทำงานเสร็จไวขึ้น** และ
เพิ่มโอกาสหาเงินจากสิ่งที่เพื่อนๆ ทำอยู่แล้ว

50 วิธีในเล่มนี้ เจ้าหนูลองมาให้แล้ว

ถึงเวลาที่เพื่อนๆ จะลองใช้ AI ให้เป็นทางลัดของตัวเองแล้ว 🧠💡

1

2

AI ช่วยชีวิตประจำวัน

1

วิธีที่ 1-10 · ทุกคน · ง่ายที่สุด

01 ถาม AI แทน Google

03 สรุปบทความยาวๆ

05 หาสูตรอาหารจากของที่มี

07 เขียน Line แทนเรา

09 ซอปปิ้ง เปรียบเทียบ

02 แปลภาษาใน 5 วินาที

04 วางแผนเที่ยวทั้งทริป

06 ช่วยตัดสินใจยากๆ

08 อ่าน PDF ถามคำถามได้

10 จัดตาราง To-do list

2

AI ช่วยในที่ทำงาน

วิธีที่ 11-20 · พนักงานออฟฟิศ

11 เขียน Email ยากๆ

13 เตรียม Presentation

15 สูตร Excel ไม่ต้องเดา

17 เตรียมรับมือคำถามยาก

19 ช่วยเจรจา / ไกล่เกลี่ย

12 สรุปประชุม + Action Item

14 เขียน Report มีอาชีพ

16 Research ข้อมูลแบบเร็ว

18 เขียน Checklist / SOP

20 Resume + Cover Letter

3

4

AI ช่วยเรื่องเงินและธุรกิจ

3

วิธีที่ 21-30 · เจ้าของกิจการ / Freelance

21 เขียน Caption ขายสินค้า

23 ตอบลูกค้าอัตโนมัติ

25 วิเคราะห์คู่แข่ง

27 ทำ Business Plan ง่ายๆ

29 Script เกรงใจต่อรอง

22 ทำ Content ขายของออนไลน์

24 เขียน Proposal / ใบเสนอราคา

26 วางแผนการเงินส่วนตัว

28 หาไอเดียธุรกิจใหม่

30 ทำ Ebook / คอร์สด้วย AI

4

AI สร้างสรรค์

วิธีที่ 31-40 · Creator / คนชอบสร้าง

31 เขียนบทความ / Blog

33 สร้างภาพด้วย AI

35 แต่งเพลง / เนื้อร้อง

37 เขียนโฆษณา / Ad Copy

39 ออกแบบ Brand / โลโก้

32 Social Media ทั้งเดือน

34 Script วิดีโอ / Podcast

36 Presentation มีอาชีพ

38 แปลงไอเดียเป็น Story

40 ทำ Newsletter สม่ำเสมอ

5

AI ช่วยชีวิตส่วนตัว

วิธีที่ 41-45 · ทุกคน

41 ดูแลสุขภาพ / ออกกำลังกาย

43 ช่วยเลี้ยงลูก / การบ้าน

45 วางแผนอาหาร / โภชนาการ

42 เรียนทักษะใหม่แบบ 1:1

44 ช่วยสื่อสารความสัมพันธ์

6

รู้ทัน AI — สิ่งที่ต้องระวัง

วิธีที่ 46-50 · สำคัญมาก

46 AI พุดผิดได้ ตรวจสอบยังไง

48 Deepfake รู้ทันก่อนโดน

50 อนาคต AI เตรียมตัวอย่างไร

47 ข้อมูลส่วนตัวปลอดภัยไหม

49 AI ฟรี vs จ่ายเงิน เลือกยังไง

AI ช่วยชีวิตประจำวัน

วิธีที่ 1-10 · ใช้ได้เลยตั้งแต่วันนี้



หมวดนี้คือ AI ใกล้ตัวสุดๆ ที่ใครก็ใช้ได้ ไม่ต้องมีพื้นฐานอะไรเลย

แค่มีมือถือหรือคอมพิวเตอร์เฉยๆ คุณก็ **ประหยัดเวลาได้หลายชั่วโมงต่อวัน** ตั้งแต่วันนี้เลย



ถาม AI แทน Google

ได้คำตอบตรงๆ ไม่ต้องเปิด 10 แท็บ

🚩 ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🍷 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

เปิด Google ได้ลิงก์ 8 อัน แต่ถาม AI ได้คำตอบตรงๆ ใน 30 วิ — ไม่มีโฆษณา
ไม่ต้องกดอะไรเพิ่ม

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI สรุปข้อมูลให้เลย ไม่ต้องเปิดหลายหน้า ประหยัดเวลาได้กว่า 70%
2. ถามต่อได้เรื่อยๆ เหมือนคุยกับคนจริง ให้อธิบายใหม่หรือขยายความได้เลย
3. AI รู้บริบทของบทสนทนา ตอบได้ตรงสถานการณ์ของคุณมากกว่า

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"ฉัน [สถานการณ์] อยากรู้เรื่อง [หัวข้อ] ขอสรุปสั้นๆ ให้เข้าใจง่าย"

PROMPT ที่สอง

"อธิบายเรื่อง [หัวข้อ] ให้คนไม่มีพื้นฐาน ใช้คำง่ายๆ ยกตัวอย่างด้วย"

เวลาเดิม 10–15 นาที → ใช้ AI เหลือแค่ 2 นาที

💡 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "ช่วยระบุแหล่งที่มาด้วย" ถ้าอยากมั่นใจข้อมูล — AI อาจพลาดได้ การ verify เสมอเป็นนิสัยที่ดี

แปลภาษาใน 5 วินาที

แปลได้ทั้ง *formal casual* และรู้บริบทจริง

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / DeepL · 🗣️ ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

จะส่งอีเมล *supplier* ต่างชาติ แต่ *Google Translate* แปลมาแปลกๆ — AI แปลให้ถูก *tone* แล้วยังถามต่อได้ว่า "แบบ *formal* น้อยได้ไหม"

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI รู้บริบทว่าเป็นอีเมลธุรกิจ สนทนาเพื่อน หรือเอกสารทางการ แปลได้ถูก register
2. แปลได้ทั้ง *paragraph* พร้อมรักษาความหมายและโครงสร้างประโยค
3. ขอหลายสไตล์ได้ในครั้งเดียว เช่น *formal / casual / friendly* แล้วเลือกใช้

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"แปลข้อความนี้เป็นภาษาอังกฤษแบบ *formal* สำหรับอีเมลธุรกิจ: [วางข้อความ]"

PROMPT ที่สอง




"แปลเป็นภาษาไทยให้เป็นธรรมชาติ ไม่เป็นทางการมาก สำหรับ Line กับเพื่อน: [วางข้อความ]"

เวลาเดิม 10–15 นาที → ใช้ AI เหลือแค่ 1 นาที

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** ขอ 3 สไตล์พร้อมกันเลย "*formal / neutral / casual*" แล้วเลือกใช้ได้ทันที ไม่ต้องถามซ้ำหลายรอบ

สรุปบทความยาวๆ ใน 1 นาที

ไม่ต้องอ่านทุกหน้า แคร่รู้ใจความสำคัญ

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

report 20 หน้า copy-paste เข้า ChatGPT ได้ 5 bullet สำคัญใน 30 วิ — แล้วถามต่อว่า "ข้อไหนต้องระวัง" ได้เลย

ทำไมถึงดีกว่า

1. สรุปเป็น bullet ชัดเจน จับประเด็นหลักแม่นยำ ไม่ตกหล่นสาระสำคัญ
2. ถามเจาะเฉพาะส่วนที่ต้องการได้ เช่น "ส่วนของค่าใช้จ่ายพูดว่าอะไร"
3. ใช้ได้กับ PDF สัญญา บทความข่าว รายงาน หรือแม้แต่คำพิพากษา

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"สรุปเอกสารนี้ให้เป็น 5 ประเด็นสำคัญ ใช้ภาษาง่าย เข้าใจได้ทันที: [วาง text]"

PROMPT ที่สอง

"จากเอกสารนี้ ข้อไหนที่ฉันควรระวังหรือให้ความสนใจเป็นพิเศษ: [วาง text]"

เวลาเดิม 20-30 นาที → ใช้ AI เหลือแค่ 2-3 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** Claude.ai และ ChatGPT Plus รับ PDF ได้โดยตรง ไม่ต้อง copy ทีละส่วน สะดวกกว่ามาก

วางแผนเที่ยวทั้งทริปใน 5 นาที

ได้ *itinerary* ละเอียด ปรับตามงบและสไตล์คุณ

 ใช้กับ: ChatGPT ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

วางแผนเที่ยวเชียงใหม่ 3 วัน เปิด 10 blog ยังไม่ครบ — บอก AI ครั้งเดียว ได้ *itinerary* พร้อมร้านอาหาร ที่พัก และเส้นทาง

ทำไมถึงดีกว่า

1. ไม่ต้องเปิดหลาย blog AI รวบรวมข้อมูลให้ทั้งหมด พร้อมเรียงตามวันเลย
2. ปรับตามงบและสไตล์ได้ทันที เช่น "งบ 3,000" หรือ "อยากพักผ่อน ไม้รีบ"
3. บอกชอบ/ไม่ชอบ แพ้อาหาร หรือเดินทางกี่คน AI ปรับแผนให้เลย

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ช่วยวางแผนเที่ยว [จังหวัด] จำนวน [X] วัน งบ [X บาท] เดินทาง [กี่คน] ชอบ [สิ่งที่ชอบ]"

PROMPT ที่สอง

"แนะนำร้านอาหารใกล้แต่ละที่เที่ยว แบบ local ไม่ใช่ tourist trap"

เวลาเดิม 2-3 ชั่วโมง → ใช้ AI เหลือแค่ 5-10 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** AI อาจไม่รู้ข้อมูล *realtime* เช่น ร้านปิด/เปิด ให้ *verify* ผ่าน *Google Maps* ก่อนออกเดินทางด้วย

หาสูตรอาหารจากของที่มีในบ้าน

ไม่ต้องออกไปซื้อเพิ่ม ทำได้เลยจากของที่มี

 ใช้กับ: ChatGPT ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

เปิดตัวเย็นมีแคไข่ หมูสับ แครอท กับซอส — บอก AI ได้ 3 เมนูพร้อม step ทำทันที ไม่ต้องออกไปซื้ออะไรเพิ่ม

ทำไมถึงดีกว่า

1. บอกของที่มีได้เลย AI สร้างเมนูที่ทำได้จริง ไม่ขอวัตถุดิบแปลกๆ
2. แจ้งเรื่อง allergy หรือข้อจำกัดสุขภาพ AI ปรับสูตรให้ได้เลย
3. บอกเวลาที่มี ถ้ามีแค่ 15 นาที AI แนะนำเมนูที่ทำได้ทันทีโดยเฉพาะ

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ฉันมี [รายการวัตถุดิบ] แนะนำ 3 เมนูที่ทำได้เลย พร้อมวิธีทำสั้นๆ ใช้เวลาไม่เกิน [X] นาที"

PROMPT ที่สอง

"ปรับสูตร [เมนู] ให้เหมาะกับคนที่แพ้ [ส่วนผสม] หรือไม่ทานเนื้อสัตว์"

เวลาเดิม 30-60 นาที → ใช้ AI เหลือแค่ 2-3 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่ามีเครื่องใช้อะไรบ้าง เช่น "ไม่มีเตาอบ" หรือ "มีแค่หม้อ" เพื่อให้เมนูที่ได้ทำได้จริง

ช่วยตัดสินใจเรื่องยากๆ

วิเคราะห์ pros/cons ให้คุณแค่เลือก

🛠 ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

สั่งเลขาคอมใหม่มาสองอาทิตย์ บอก AI บริบทครบ ได้ pros/cons + recommendation ใน 1 นาที — ตัดสินใจได้เลย

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ช่วย list ข้อดีข้อเสียที่คุณอาจมองข้ามไป โดยไม่มีอคติหรือผลประโยชน์ทับซ้อน
2. ถามมุมมองจากหลายแง่ได้ในครั้งเดียว เช่น ด้านการเงิน เวลา ความเครียด
3. AI ไม่ judge และไม่รู้สึกเบื่อ ถามซ้ำได้จนกว่าจะมั่นใจ

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"ฉันกำลังตัดสินใจระหว่าง [ตัวเลือก A] และ [ตัวเลือก B] สถานการณ์คือ [บริบท] ช่วยวิเคราะห์ข้อดีข้อเสียให้หน่อย"

PROMPT ที่สอง



"ถ้าฉันเลือก [ตัวเลือก] จะมีความเสี่ยงอะไรบ้างที่ฉันอาจมองข้ามไป"

คิดคนเดียว 2-3 วัน → AI วิเคราะห์แค่ 3 นาที

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI บริบทชีวิตให้ครบที่สุด ยิ่งให้ข้อมูลมาก AI ยิ่งตอบได้ตรงสถานการณ์จริงของคุณมากขึ้น

เขียน Line/ข้อความแทนเรา

นึกคำไม่ออก บอก AI สถานการณ์ ได้ข้อความพร้อมส่ง

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  คำใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

ต้องส่งข้อความขอโทษลูกค้า แต่นึกคำไม่ออก — บอก AI สถานการณ์ ได้ข้อความที่ฟังดูเป็นธรรมชาติพร้อมส่งใน 10 วิ

ทำไมถึงดีกว่า

1. เขียนได้ทุก tone เช่น สุภาพ ขอโทษ ปฏิเสธ ขอบคุณ ตามสถานการณ์จริง
2. ปรับให้เหมาะกับความสัมพันธ์ได้ ทั้งหัวหน้า เพื่อน ลูกค้า หรือแฟน
3. แก้ไขได้จนพอใจ บอกว่า "ดูเป็นทางการเกิน" AI ปรับให้ทันที

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ช่วยเขียนข้อความ [ขอโทษ/ขอบคุณ/ปฏิเสธ] ส่ง [หัวหน้า/เพื่อน/ลูกค้า] เรื่อง [สถานการณ์] แบบ [formal/casual]"

PROMPT ที่สอง

"ปรับข้อความนี้ให้ฟังดู [นุ่มนวลกว่า/สั้นกว่า/เป็นธรรมชาติกว่า]: [วางข้อความ]"

นึกคำ 20-30 นาที → AI เขียนแค่ 30 วิ

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "ให้เหมือนคนเขียน ไม่ใช่ AI" จะได้ข้อความที่ฟังดูเป็นธรรมชาติและเหมือนตัวคุณมากขึ้น

อ่าน PDF แล้วถามคำถามได้

ไม่ต้องอ่านทุกหน้า แค่ถามสิ่งที่อยากรู้

 ใช้กับ: Claude / ChatGPT Plus ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี (Claude) ·  ระดับ: ง่ายมาก

สัญญาเช่า 30 หน้า อัปโหลดเข้า Claude แล้วถามว่า "มีข้อไหนที่ฉันควรระวัง"
— ได้คำตอบใน 1 นาที ไม่ต้องอ่านเอง

ทำไมถึงดีกว่า

1. อัปโหลด PDF ได้โดยตรง ไม่ต้อง copy text ทีละหน้า
2. ถามได้ทุกอย่าง เช่น "สรุปให้หน่อย" "ข้อไหนสำคัญ" "มีเงื่อนไขอะไรซ่อนอยู่"
3. ใช้ได้กับทุกประเภท ทั้งสัญญา รายงาน วิจัย คู่มือ หรือ ebook

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"อ่าน PDF นี้แล้วสรุปประเด็นสำคัญ 5 ข้อ ใช้ภาษาง่ายๆ เข้าใจได้ทันที"

PROMPT ที่สอง

"มีข้อไหนในเอกสารนี้ที่ฉันควรระวังหรือให้ความสนใจเป็นพิเศษบ้าง"

อ่านเอง 30-60 นาที → AI สรุปแค่ 2 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** Claude.ai รับ PDF ได้ฟรีบน free plan ไม่ต้องจ่ายเงิน แต่สมัครบัญชีและอัปโหลดได้เลย

ช่วยช้อปปิ้ง เปรียบเทียบสินค้า

บอก *budget* และ *use case* ได้คำแนะนำตรงๆ ทันที

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🧑‍💻 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

จะซื้อ *laptop* 3 รุ่นราคาใกล้เคียงกัน เปิด *review* ยังไม่ชัด — บอก AI สเปคที่ต้องการ ได้คำแนะนำตรงๆ ว่าควรซื้อรุ่นไหน

ทำไมถึงดีกว่า

1. บอก *budget* และ *use case* AI แนะนำสเปคที่เหมาะสมได้เลย ไม่ต้องอ่าน *review* เยอะ
2. เปรียบเทียบสินค้า 2-3 ชิ้นในครั้งเดียว ได้ตาราง *pros/cons* ทันที
3. ถามต่อได้ เช่น "ถ้างบน้อยลง 3,000 ควรเลือกอะไร"

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"ฉันจะซื้อ [สินค้า] งบ [X บาท] ใช้เพื่อ [วัตถุประสงค์] ช่วยแนะนำ 2-3 ตัวเลือกที่คุ้มค่าที่สุด"

PROMPT ที่สอง




"เปรียบเทียบ [สินค้า A] vs [สินค้า B] ตรงๆ ว่าต่างกันยังไง ควรซื้อตัวไหน"

อ่าน *review* 1-2 ชั่วโมง → AI วิเคราะห์แค่ 5 นาที

💡 **เจ้าหนูแนะนำ:** AI อาจไม่รู้ราคาล่าสุด ลอง *copy spec* จาก *Lazada/Shopee* มาวางให้ AI เปรียบเทียบ จะได้คำแนะนำที่แม่นยำขึ้น

จัดตารางชีวิตและ To-do list

บอก task ที่มี AI จัด priority และเวลาให้เลย

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

มีงาน 10 อย่างต้องทำวันนี้ ไม่รู้จะเริ่มจากไหน — บอก AI ทั้งหมด ได้ลำดับที่ควรทำพร้อม schedule จริงภายใน 1 นาที

ทำไมถึงดีกว่า

1. บอก task ทั้งหมดที่มี AI จัด priority และเวลาที่เหมาะสมให้เลย
2. บอก deadline และความสำคัญของแต่ละงาน AI สร้าง schedule จริงให้ได้
3. ทบทวนทุกเช้า ใช้แค่ 5 นาทีกับ AI วางแผนวันใหม่ได้เลย

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ฉันมี task เหล่านี้ต้องทำวันนี้: [รายการ] ช่วย prioritize และเรียงลำดับที่ควรทำก่อนหลังหน่อย"

PROMPT ที่สอง

"ช่วยสร้าง schedule วันพรุ่งนี้ ฉันมีเวลาว่าง [X โมง - Y โมง] และต้องทำ: [รายการ]"

วางแผนงงๆ ทั้งวัน → จัดตารางชัดเจนแค่ 5 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "ฉันทำงานได้ดีช่วงเช้า" AI จะจัด deep work ไว้ช่วงนั้น และ task ง่ายๆ ไว้ช่วงบ่ายแทน

AI ช่วยใน ที่ทำงาน

วิธีที่ 11-20 · พนักงานออฟฟิศ



งานเอกสาร ประชุม report presentation — สิ่งที่ยากใช้เวลาทั้งวัน ตอนนี้ทำได้เร็วขึ้น 5-10 เท่า ด้วย AI ที่ใช้ฟรีอยู่แล้ว

ประหยัดเวลาได้วันละ 1-2 ชั่วโมง เอาไปทำสิ่งที่สำคัญกว่า



เขียน Email ยากๆ ใน 30 นาที

ขอโทษ ตามงาน ปฏิเสธ — AI เขียนได้ทุกประเภท

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🧑‍💻 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

ต้องส่ง email ขอยกเลิกสัญญา หรือ follow up ลูกค้ายี่ค้าขำระ — นั่งคิดค้ำนาน แต่บอก AI สถานการณ์ ได้อีเมลพร้อมส่งทันที

ทำไมถึงดีกว่า

1. เขียนได้ทุก tone: formal, apologetic, assertive — บอกแค่ความต้องการแบบไหน
2. ขอ 3 version พร้อมกัน เลือกที่ตรงสถานการณ์ที่สุด
3. แปลเป็นภาษาอังกฤษได้ในครั้งเดียว ไม่ต้องแปลแยก

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"เขียนอีเมล [ประเภท] ถึง [ผู้รับ] เรื่อง [หัวข้อ] tone formal กระชับ ได้ใจความ"

PROMPT ที่สอง

"ปรับอีเมลนี้ให้ [นุ่มนวลกว่า / มั่นใจกว่า / กระชับกว่า]: [วางข้อความ]"

เขียนอีเมลยากนาน 30+ นาที → AI เขียนแค่ 1 นาที

💡 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "เป้าหมายของอีเมลนี้คือ [X]" ได้อีเมลที่ตรงประเด็นกว่ามาก

สรุปประชุม + สร้าง Action Item

จากบันทึกยู่บยับ ถึง MOM ครบพร้อมส่งทีมใน 3 นาที

🗨️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

จดโน้ตประชุมมา 3 หน้า แต่ไม่รู้ว่าจะใครต้อง follow up อะไร — paste เข้า AI ได้ MOM พร้อม action items, owner, deadline ทันที

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI แยก action items ออกจาก discussion และระบุ owner ได้แม่น
2. เขียน follow-up email สรุปสิ่งที่ตกลงได้ต่อเลย
3. แปลงบันทึกที่ยุงเหยิงให้เป็น MOM สมบูรณ์โดยไม่ต้องพิมพ์ใหม่

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"สรุปประชุมนี้เป็น MOM มี: ประเด็นหารือ, ข้อสรุป, Action items, Owner, Deadline: [วางบันทึก]"

PROMPT ที่สอง

"เขียน follow-up email สรุปสิ่งที่ตกลงในประชุมและ action items ที่แต่ละคนต้องทำ"

เขียน MOM เองนาน 1 ชั่วโมง → AI สรุปแค่ 3 นาที

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** Google Meet และ Zoom มี transcript ให้ copy มาสรุปกับ AI ได้เลย ไม่ต้องจดเอง

เตรียม Presentation ทิ้งชุด

จาก *brief* เปล่า ถึง *outline* + เนื้อหาทุก *slide* ใน 30 นาที

 ใช้กับ: ChatGPT / Gamma.app ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

ได้ *brief* มา *present* พรุ่งนี้เช้า แต่ยังไม่มียสไลด์แม้แต่ *slide* เดียว — บอก AI หัวข้อและกลุ่มผู้ฟัง ได้ *outline* + เนื้อหาครบใน 30 นาที

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI สร้าง *outline* ที่มีโครงสร้าง *logical* แล้วเขียนเนื้อหาทีละ *slide* ได้
2. ขอ *bullet points* + *speaker notes* พร้อมกันในครั้งเดียว
3. ใช้ *Gamma.app* รับ *outline* แล้วสร้างสไลด์สวยได้อัตโนมัติ

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"สร้าง *outline presentation 10 slide* เรื่อง [หัวข้อ] สำหรับ [ผู้ฟัง] *key message: [X]*"

PROMPT ที่สอง




"เขียนเนื้อหา *slide* ที่ [X] เรื่อง [หัวข้อ] พร้อม *bullet 3 ข้อ* และ *speaker notes*"

ทำ *presentation 3-4 ชั่วโมง* → AI ช่วยเหลือแค่ **30 นาที**

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่าผู้ฟัง "ไม่รู้เรื่องนี้มาก่อน" หรือ "เป็นผู้เชี่ยวชาญ" ได้ *presentation* ที่ *pitch* ถูก *level* ทันที

เขียน Report ฉบับมืออาชีพ

จาก data ดิบ สู่ report พร้อม insight และ recommendation

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ปานกลาง

มี data ครบแต่ไม่รู้จะเรียบเรียงยังไงให้ดูมืออาชีพ — บอก AI ข้อมูลดิบ ได้ report สมบูรณ์พร้อม Executive summary ใน 30–45 นาที

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI เปลี่ยน data ดิบเป็น narrative ที่อ่านสนุกและเข้าใจง่าย
2. เขียน Executive summary กระชับตรงประเด็นสำหรับผู้บริหาร
3. ได้ recommendation ที่ logical จาก data ที่มี

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"เขียน report เรื่อง [หัวข้อ] มี Executive summary, ผลลัพธ์, วิเคราะห์, recommendation: [วางข้อมูล]"

PROMPT ที่สอง

"เขียน Executive summary 1 ย่อหน้าสำหรับผู้บริหาร จาก report นี้: [วางเนื้อหา]"

เขียน report เองนาน 4–5 ชั่วโมง → AI ช่วยแค่ 30–45 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "ผู้อ่านไม่มีเวลา ให้กระชับและตรงประเด็น" ได้ report ที่ผู้บริหารอยากอ่าน

สูตร Excel ที่ไม่ต้องเดา

บอก AI ว่าต้องการคำนวณอะไร ได้สูตรพร้อม copy ใช้เลย

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

ต้องการ *VLOOKUP* หรือ *SUMIF* แต่จำ *syntax* ไม่ได้ หรือสูตรขึ้น *error* ไม่รู้ทำไม — บอก AI ได้สูตรที่ถูกต้องพร้อมอธิบายทันที

ทำไมถึงดีกว่า

1. บอกสิ่งที่ต้องการคำนวณ ได้สูตรพร้อม copy ใช้เลย ไม่ต้องจำ *syntax*
2. AI อธิบายว่าสูตรทำงานยังไง ทำให้เรียนรู้ไปด้วยในตัว
3. ช่วย debug สูตรที่ *error* อธิบายว่าผิดตรงไหนและแก้ยังไง

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"เขียนสูตร Excel ที่ [ต้องการทำอะไร] ข้อมูลอยู่ใน column [X] sheet [Y] อธิบายด้วย"

PROMPT ที่สอง

"สูตรนี้ขึ้น *error* ช่วย debug ให้ด้วย: [วางสูตร] ข้อมูลอยู่ใน [column/sheet]"

ค้นหาสูตร Excel นาน 30+ นาที → AI ให้สูตรแค่ 30 วิ

 **เจ้าหนูแนะนำ:** paste ข้อมูลตัวอย่าง 3-4 แถวให้ AI ดูด้วย จะได้สูตรที่ถูก *column reference* มากขึ้น

Research ข้อมูลแบบเร็ว

สรุป background สำหรับประชุม ใน 5 นาที ไม่ใช่ 5 ชั่วโมง

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Perplexity.ai · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

ต้องเตรียม background สำหรับประชุมลูกค้า แต่มีเวลาแค่ครึ่งชั่วโมง — AI สรุป industry, company, trend เป็น brief อ่านได้ใน 5 นาที

ทำไมถึงดีกว่า

1. สรุปข้อมูล industry และ company เป็น brief กระชับทันที
2. เปรียบเทียบข้อมูลหลายแง่มุมพร้อมกัน ไม่ต้องค้นทีละอัน
3. ถามคำถามต่อยอดได้เรื่อยๆ จนเข้าใจ context ที่ต้องการ

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"สรุปข้อมูลเกี่ยวกับ [บริษัท/industry] สิ่งที่เราควรรู้ก่อนประชุม trend ล่าสุด และ opportunity หลัก"

PROMPT ที่สอง




"อธิบาย [concept/เรื่อง] ให้เข้าใจง่าย พร้อมตัวอย่างจริงที่ relate กับ [industry ของฉัน]"

research เองหลายชั่วโมง → AI สรุปให้แค่ 5 นาที

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** AI มีข้อมูลถึงต้นปี 2025 เท่านั้น ถ้าต้องการข้อมูล real-time ใช้ Perplexity.ai ดีกว่า

เตรียมรับมือคำถามยากๆ ก่อนประชุม

ซ้อมกับ AI ก่อน เจอคำถามจริงไม่มีสะดุด

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

กลัวโดนถามคำถามที่ตอบไม่ได้ต่อหน้าทีม — ให้ AI role play เป็นคนในประชุมที่ *skeptical* และถามคำถามที่ยากที่สุด ซ้อมก่อนจริง

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI คิดคำถามที่ยากและ challenge ได้ดีกว่าเราจินตนาการเอง
2. ซ้อมตอบจนมั่นใจก่อน present จริง ไม่มีใครเห็น
3. AI บอกว่าคำตอบของเรา convincing แคไหนและควรปรับยังไง

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ฉันจะ present เรื่อง [X] ให้ [ผู้ฟัง] role play เป็น skeptic แล้วถามคำถามยาก 5 ข้อ"

PROMPT ที่สอง

"คำถามนี้ตอบยังไงดีให้ฟังดูมั่นใจและมีข้อมูลรองรับ: [คำถาม]"

กังวลทั้งคืน ไม่มีใครช่วยซ้อม → AI ช่วยซ้อมแค่ 30 นาที มั่นใจขึ้นมาก

 **เจ้าหนูแนะนำ:** ให้ AI ถามคำถาม แล้วพิมพ์ตอบจริงๆ AI จะบอกว่าคำตอบของคุณ *convincing* หรือยัง

เขียน Checklist / SOP งาน

ทีมทำตามได้ทันที ไม่ต้องถามซ้ำทุกครั้ง

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🧑‍💻 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

งานซ้ำๆ ทีมทำไม่เหมือนกัน เพราะไม่มี *standard* — บอก AI ชั้นตอนคร่าวๆ ได้ SOP ที่ครบถ้วน *step by step* ทำตามได้เลย

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI จัดโครงสร้าง SOP ที่ชัดเจน ทีละ step ทำตามง่าย
2. คิด edge case และ common mistake ที่อาจเจอได้
3. เขียน checklist ที่ tick ได้จริงในชีวิตการทำงาน

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"สร้าง SOP สำหรับงาน [X] step by step ที่คนใหม่ทำตามได้โดยไม่ต้องถาม"

PROMPT ที่สอง




"สร้าง checklist สำหรับ [งาน] ให้ครบทุกขั้นตอน รวม common mistakes ที่ต้องระวัง"

เขียน SOP เองหลายชั่วโมง → AI ช่วยร่างแค่ 20 นาที

🧑‍💻 **เจ้าหนูแนะนำ:** ให้คนใหม่ทดลองทำตาม SOP แล้ว feedback ว่าขั้นตอนไหนไม่ชัด แก่กับ AI ได้ทันที

ช่วยแก้ไขข้อขัดแย้ง / เจรจา

เตรียม script ก่อน เข้าห้องประชุมมั่นใจขึ้น 10 เท่า

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

ต้องคุยกับเพื่อนร่วมงานที่ทำงานไม่ได้เรื่อง หรือต่อรองราคากับ vendor — AI ช่วยเตรียม script และมองจาก perspective อีกฝ่ายให้

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ช่วยมองจาก perspective อีกฝ่าย ทำให้เข้าใจว่าเขาคิดอะไร
2. เตรียม script สำหรับหลาย scenario ไว้ล่วงหน้า ไม่มีสะดุด
3. ช่วยหาทางออก win-win ที่ทุกฝ่ายยอมรับได้

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ช่วยเตรียม script สำหรับ [สถานการณ์] เป้าหมายของฉันคือ [X] อีกฝ่ายน่าจะกังวลเรื่อง [Y]"

PROMPT ที่สอง



"มองจาก perspective ของ [อีกฝ่าย] เขาน่าจะกังวลอะไร และฉันควรพูดถึงสิ่งใดก่อน"

เตรียมตัวทั้งคืน → AI ช่วยเตรียมแค่ 30 นาที พร้อมทุก scenario

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "เป้าหมายสุดท้ายของฉันคือ [X]" AI จะแนะนำวิธีพูดที่ดีที่สุดเพื่อไปถึงเป้าหมาย

Resume + Cover Letter ที่โดด

ปรับตาม JD ทุกที่ที่สมัคร ไม่ต้องทำใหม่ทั้งหมด

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

ส่ง resume ไปหลายที่แต่ยังไม่มีใครเรียกสัมภาษณ์ — ปัญหาอาจอยู่ที่ resume ไม่ตรง JD หรือ cover letter ไม่ดึงดูด

ทำไมถึงดิดกว่า

1. AI ปรับ resume ให้ตรงกับแต่ละ JD ได้เร็ว ไม่ต้องทำใหม่ทั้งหมด
2. เขียน achievement แบบ "ทำให้ X ดีขึ้น Y%" ไม่ใช่แค่บรรยายหน้าที่
3. ตรวจสอบ keyword จาก JD ครบหรือเปล่าก่อนส่ง

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ปรับ resume นี้ให้ตรงกับ JD นี้ เน้น keyword และ achievement ที่ match: [resume + JD]"

PROMPT ที่สอง

"เขียน cover letter สำหรับตำแหน่ง [X] ที่บริษัท [Y] จากประสบการณ์นี้: [ข้อมูล]"

เขียน resume เองหลายชั่วโมง อัดราผ่านตัว → AI ปรับแค่ 10 นาที ตรงกว่าเดิม

 **เจ้าหนูแนะนำ:** ใส่ข้อมูลทั้งหมดก่อน แล้วบอก AI ว่า "ตัดสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้อง" จะได้ resume กระชับและตรงประเด็น

AI ช่วยเรื่อง เงินและธุรกิจ

วิธีที่ 21-30 · เจ้าของกิจการ / Freelance



ขายของออนไลน์ รับงาน Freelance หรือมีธุรกิจเล็กๆ AI คือผู้ช่วยทำงานที่ไม่ต้องจ้าง และทำได้เร็วกว่าที่คิด

ตั้งแต่เขียน caption ขายสินค้า ไปถึงทำ business plan — ลุยเลย



เขียน Caption ขายสินค้า

จาก "ขายของ" ธรรมดา ถึง caption ที่คนอยากกด order

🛠 ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

โพสต์สินค้าแล้วแต่ยอดขายไม่ดี ปัญหาอาจไม่ใช่สินค้า แต่เป็น caption — AI เขียน caption ที่ดึงดูดและปิดการขายได้ในไม่กี่วินาที

ทำไมถึงดีกว่า

1. เขียนได้หลาย style: เล่าเรื่อง, ตรงประเด็น, กระตุ้นอารมณ์ — เลือกตามสินค้า
2. ใส่ pain point ของลูกค้าและ benefit ได้ครบใน caption เดียว
3. ขอ 5 version พร้อมกัน ทดลอง A/B ได้เลย

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"เขียน caption ขาย [สินค้า] สำหรับ Facebook/IG ให้ดึงดูดและกระตุ้นให้ order ราคา [X] บาท"

PROMPT ที่สอง

"ปัญหาของลูกค้าคือ [X] สินค้าของฉันแก้ได้ด้วย [Y] เขียน caption 3 แบบสำหรับโพสต์"

คิด caption นาน 30 นาที ยังไม่ดี → AI เขียน 5 version แค่ 1 นาที

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "ลูกค้าของฉันคือ [กลุ่มคน] เขากำลังเจอเรื่อง [X]" caption จะตรงกลุ่มเป้าหมายมากขึ้น

ทำ Content ขายของออนไลน์

วางแผน content ทั้งเดือน ไม่มีวันไม่รู้จะโพสต์อะไร

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ปานกลาง

โพสต์ขายของทุกวันแต่ไม่รู้จะโพสต์อะไร — AI วางแผน content calendar ทั้งเดือนได้ในครั้งเดียว ไม่ต้องคิดทุกวัน

ทำไมถึงดีกว่า

1. วางแผน content mix: ขาย 40%, ให้ความรู้ 40%, engagement 20%
2. เขียนหัวข้อโพสต์ทั้งเดือนพร้อมกัน เหลือแค่ผลิต content
3. ดัดแปลง content เดียวให้ใช้ได้หลาย platform

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"วางแผน content calendar 30 วันสำหรับ [ธุรกิจ] เน้น [platform] mix ระหว่างขาย, ให้ความรู้, engagement"

PROMPT ที่สอง

"เขียนหัวข้อโพสต์ 10 อันสำหรับ [สินค้า] ที่ให้ value ก่อน แล้วค่อยขาย"

คิดหัวข้อโพสต์ทุกวัน เหนื่อยมาก → AI วางแผนทั้งเดือนแค่ 20 นาที

💡 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "สินค้า bestseller คือ [X]" จะได้ content ที่เน้น highlight จุดขายที่แรงที่สุด

ตอบคำถามลูกค้าอัตโนมัติ

เตรียม script ตอบคำถามซ้ำๆ ไว้ ไม่ต้องพิมพ์ทุกครั้ง

🛠 ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

ลูกค้าถามซ้ำเรื่องราคา, ส่งกี่วัน, มีสีอะไรบ้าง — AI ช่วยเขียน script ตอบสำเร็จรูปไว้ copy ใช้ได้ทันที ไม่ต้องพิมพ์ใหม่ทุกครั้ง

ทำไมถึงดีกว่า

1. เขียน script ตอบ FAQ ที่ friendly และปิดการขายได้ด้วย
2. ช่วยเขียนข้อความ upsell และ cross-sell ที่ไม่ดู pushy
3. เตรียมคำตอบสำหรับ complaint ที่รักษา relationship ได้

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"เขียน script ตอบ FAQ สำหรับร้าน [ประเภท] คำถามที่ถามบ่อย:
[รายการ] tone: friendly"

PROMPT ที่สอง

"เขียนข้อความตอบลูกค้าที่ complain เรื่อง [X] ให้ขอโทษและหาทางออก โดยไม่เสียลูกค้า"

พิมพ์ตอบคำถามซ้ำๆ ทั้งวัน → AI เขียน script ไว้ copy แค่ 10 นาที

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** เก็บ script ที่ดีไว้ใน Notion หรือ Google Docs copy ได้เลย ประหยัดเวลาได้มาก

เขียน Proposal / ใบเสนอราคา

ดู professional ตั้งแต่เอกสาร แม้จะทำงานคนเดียว

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

รับงาน freelance แต่ไม่รู้ว่าจะเขียน proposal ยังไง — AI ช่วยร่าง proposal ที่ดู professional และชนะใจลูกค้าได้ แม้จะมีประสบการณ์น้อย

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ร่าง proposal ครบทุก section: เข้าใจ brief, approach, timeline, ราคา
2. เขียนให้ฟังดู confident และ professional แม้เพิ่งเริ่มต้น
3. คิด scope และ deliverable ที่ชัดเจน ลด miscommunication

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"เขียน proposal สำหรับงาน [X] ลูกค้าต้องการ [Y] budget ประมาณ [Z] ให้ดู professional"

PROMPT ที่สอง

"เขียนใบเสนอราคาสำหรับ [บริการ] ราคา [X] บาท พร้อม scope งานและ terms ชัดเจน"

ไม่รู้จะเขียน proposal ยังไง ขาดโอกาส → AI ร่างให้แค่ 15 นาที ดู professional ทันที

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** เก็บ template proposal ที่ดีไว้ใช้ซ้ำ แค่แก้ข้อมูลลูกค้าและงานในแต่ละครั้ง

วิเคราะห์คู่แข่งเบื้องต้น

รู้ว่าตัวเองอยู่ตรงไหน ก่อนตัดสินใจทำการตลาด

📄 ใช้กับ: ChatGPT / Perplexity.ai · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ปานกลาง

ไม่รู้ว่าคู่แข่งทำอะไรบ้าง จะ pricing ยังไง — AI ช่วยวิเคราะห์ *competitive landscape* และหาจุดที่เราสามารถแตกต่างได้

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI สรุป strengths/weaknesses ของคู่แข่งจากข้อมูลที่ให้
2. ช่วยหา positioning ที่แตกต่างและ market gap
3. แนะนำ strategy การตลาดที่เหมาะสมกับ context ธุรกิจ

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"วิเคราะห์ *competitive landscape* ของ [ธุรกิจ] ใน [market] คู่แข่งหลักคือ [A, B, C] จุดเด่นของแต่ละเจ้าคืออะไร"

PROMPT ที่สอง


"ธุรกิจของฉัน [X] คู่แข่งทำ [Y] ฉันควร *position* ตัวเองยังไงให้แตกต่าง"

ไม่รู้จะ research คู่แข่งยังไง ทำแบบใดๆ → AI วิเคราะห์ให้ใน 15 นาที มี framework ชัด

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "จุดแข็งของฉันคือ [X]" AI จะหาว่าควร leverage จุดแข็งนั้นยังไงในตลาด

วางแผนการเงินส่วนตัว

จากรายรับ-รายจ่ายยุ่งเหยิง สู่แผนที่ทำตามได้จริง

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

รายรับพอใช้แต่ไม่เคยเก็บได้ ไม่รู้เงินหายไปไหน — บอก AI รายรับ-รายจ่ายคร่าวๆ ได้แผนการเงินที่ทำตามได้จริง

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI จัด budget ตาม framework เช่น 50/30/20 หรือ Envelope method
2. ช่วยหาค่าใช้จ่ายที่ "ตัดทิ้งได้" โดยไม่กระทบ lifestyle มาก
3. วางแผนเก็บเงินสำหรับเป้าหมายเฉพาะเจาะจงได้

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ฉันมีรายได้ [X] บาท/เดือน ค่าใช้จ่ายหลักคือ [รายการ] ช่วยวางแผนการเงินให้เก็บได้ [Y] บาท"

PROMPT ที่สอง

"อยากเก็บเงิน [X] บาทใน [Y] เดือน รายได้ [Z] บาท ค่าใช้จ่ายคงที่ [รายการ] ทำได้ไหม"

ไม่มีแผนการเงิน เงินหมดทุกเดือน → AI วางแผนให้แค่ 10 นาที เห็นภาพชัด

 **เจ้าหนูแนะนำ:** AI ให้คำแนะนำทั่วไป ไม่ใช่ที่ปรึกษาการเงิน ใช้เป็น starting point แล้วปรับตามจริง

ทำ Business Plan ง่ายๆ

จากไอเดียในหัว สู่แผนธุรกิจที่อธิบายให้คนอื่นเข้าใจได้

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ปานกลาง

มีไอเดียธุรกิจแต่ไม่รู้จะเริ่มยังไง — AI ช่วยร่าง *business plan* ง่ายๆ ที่ครบทั้ง *market, model, และ plan* ใน 1 ชั่วโมง

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ช่วยคิด *business model, revenue stream, และ cost structure*
2. ถามคำถาม *challenge* ที่ *investor* อาจถาม ช่วยเตรียมตอบ
3. ช่วยประเมิน *viability* คร่าวๆ ก่อนลงทุนจริง

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"ฉันอยากทำธุรกิจ [X] ช่วยร่าง *business plan* ง่ายๆ ครอบคลุม: ลูกค้า, รายได้, ต้นทุน, *marketing*"

PROMPT ที่สอง




"ธุรกิจนี้เป็น *viable* ไหม [อธิบาย *idea*] ช่วย *challenge* ด้วยคำถามที่ *investor* จะถาม"

คิดแผนธุรกิจในหัวแต่พูดไม่ออก → AI ช่วยร่างแค่ 1 ชั่วโมง เห็นภาพทั้งหมด

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** ให้ AI เล่น *devil's advocate* — ถามว่า "อะไรทำให้ธุรกิจนี้ล้มเหลว" จะได้มองเห็น *risk* ก่อน

หาไอเดียธุรกิจใหม่

บอก AI ว่าคุณถนัดอะไร ได้ไอเดียที่เหมาะสมกับคุณ

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

อยากทำธุรกิจแต่ไม่รู้จะทำอะไร หรือมีทักษะแต่ไม่รู้จะ monetize ยังไง — บอก AI ทักษะและความสนใจ ได้ไอเดียที่เหมาะสมกับตัวเอง

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI คิดไอเดียที่ match กับทักษะ budget และ lifestyle ของคุณ
2. ประเมิน potential คร่าวๆ ว่าไอเดียไหนน่าสนใจที่สุด
3. เจาะลึก idea ที่ชอบ วิเคราะห์ว่าเริ่มยังไงได้เลย

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ฉันถนัด [ทักษะ] มีเวลา [X] ชั่วโมง/สัปดาห์ เงินลงทุน [Y] แนะนำไอเดียธุรกิจที่เหมาะสมกับฉัน"

PROMPT ที่สอง




"ไอเดีย [X] น่าสนใจไหม ใคร? เขาจ่ายเงินเท่าไร? เริ่มต้นได้ยังไงโดยไม่ต้องลงทุนมาก"

คิดไอเดียธุรกิจเองเป็นเดือน ไม่ได้เรื่อง → AI ให้ 10 ไอเดียแค่ 5 นาที เลือกได้เลย

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "อยากมีรายได้ [X] บาท/เดือน" AI จะกรองแค่อีเดียที่มีโอกาสไปถึงเป้าหมายนั้น

เตรียม Script เกรจาต่อรอง

ต่อรองราคา ขอขึ้นเงินเดือน หรือปิดดีล — AI ช่วยซ้อมก่อน

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

ต้องต่อรองราคา vendor หรือขอขึ้นเงินเดือน แต่กลัวพูดไม่ได้แล้วเสียโอกาส — AI ช่วยเตรียม script ที่ฟังดูมั่นใจและมีเหตุผล

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI เตรียม opening statement ที่แข็งแกร่งและ anchoring ที่ดี
2. ช่วยคิด BATNA (ทางเลือกสำรอง) ทำให้ต่อรองมั่นใจขึ้น
3. เตรียมคำตอบสำหรับ objection ที่อีกฝ่ายอาจพูด

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"เตรียม script เกรจาต่อรอง [สถานการณ์] ราคาปัจจุบัน [X] ต้องการ [Y] argument หลักของฉันคือ [Z]"

PROMPT ที่สอง

"อีกฝ่ายอาจ objection ว่า [X] ฉันควรตอบว่าจะไรดี เพื่อรักษา relationship ไว้ด้วย"

กลัวต่อรอง ยอมรับราคาแพงตลอด → AI ช่วยซ้อม ประหยัดได้หลักพัน-หลักหมื่น

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "deal นี้สำคัญแค่ไหนสำหรับฉัน" AI จะแนะนำว่า ควรแข็งแค่ไหนในการต่อรอง

ทำ Ebook / คอร์สด้วย AI

ความรู้ที่มีอยู่แล้ว แปลงเป็นสินค้าขายได้จริง

🗨️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ปานกลาง

รู้เรื่องอะไรบางอย่างดี แต่ไม่รู้จะแปลงเป็น ebook หรือคอร์สยังไง — AI ช่วยวาง structure, เขียนเนื้อหา, และทำให้ดูมืออาชีพในเวลาอันสั้น

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI วาง outline ที่สอดคล้อง logical flow และครอบคลุมเนื้อหา
2. เขียนแต่ละบทจากหัวข้อย่อย ทำได้ทีละบท ไม่หนักเกิน
3. ช่วย title ที่ดึงดูด และ description ที่ขายได้จริง

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"ช่วยวาง outline ebook เรื่อง [หัวข้อ] สำหรับ [กลุ่มเป้าหมาย] ให้มี [X] บท แต่ละบทครอบคลุมอะไร"

PROMPT ที่สอง

"เขียนเนื้อหาบทที่ [X] เรื่อง [หัวข้อ] ให้เข้าใจง่าย มีตัวอย่างจริงและ actionable"

มีความรู้แต่ไม่รู้จะเริ่มเขียนยังไง → AI ช่วยร่าง ebook 20 หน้าได้ใน 1 วัน

👉 **เจ้าหนูแนะนำ:** เริ่มจาก ebook 10–20 หน้าราคา 99–299 บาท ขายผ่าน Gumroad หรือ Line OA ได้เลยโดยไม่ต้องรอสมบูรณ์แบบ

AI สร้างสรรค์

วิธีที่ 31–40 · Creator / คนชอบสร้าง




ทำคอนเทนต์ เขียนบทความ สร้างภาพ แต่งเพลง — สิ่งที่เคยต้องใช้เวลา
และทีมงาน ตอนนี้ทำคนเดียวได้ด้วย AI

AI ไม่ได้แทนความคิดสร้างสรรค์ของคุณ แค่ช่วยให้ทำได้เร็วขึ้นและดีขึ้น



เขียนบทความ / Blog

จาก keyword เปลา่ ถึงบทความครบที่อ่านสนุกและ SEO ดี

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

อยากเขียน blog แต่นั่งเปิดหน้าจอว่างเปล่าเป็นชั่วโมง — บอก AI หัวข้อและกลุ่มผู้อ่าน ได้ draft บทความครบพร้อม intro, เนื้อหา, สรุปในครั้งเดียว

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ช่วย outline ก่อน แล้วเขียนทีละ section ทำให้ไม่หนักเกิน
2. เขียนได้หลาย tone: informative, conversational, persuasive
3. ใส่ keyword เป้าหมายได้ตามต้องการ ช่วย SEO

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"เขียน blog เรื่อง [หัวข้อ] สำหรับ [กลุ่มผู้อ่าน] ยาวประมาณ 800 คำ tone [สไตล์] ใส่ keyword [X]"

PROMPT ที่สอง


"เขียน intro บทความที่ hook ผู้อ่านให้อ่านต่อ เรื่อง [หัวข้อ] เปิดด้วยคำถามหรือ story"

เขียน blog 1 บทความ ใช้เวลา 3-4 ชั่วโมง → AI ช่วยร่าง draft แค่ 30 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** ใช้ AI ร่าง draft แล้วเพิ่มประสบการณ์จริงของตัวเองลงไป บทความจะดูเป็นมนุษย์มากขึ้น

ทำ Social Media Content ทั้งเดือน

วางแผนและเขียน caption ทั้งเดือนในวันเดียว

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ปานกลาง

ทำ content ทุกวันแต่รู้สึกเหนื่อยและหมดไอเดีย — AI ช่วยวางแผนทั้งเดือน พร้อมเขียน caption ทุกโพสต์ เหลือแค่ผลิตภาพหรือวิดีโอ

ทำไมถึงดีกว่า

1. วาง content calendar ที่มี variety ไม่ซ้ำซากในครั้งเดียว
2. เขียน caption ทั้งเดือนพร้อมกัน batch ทำงาน ไม่ต้องคิดทุกวัน
3. ปรับ tone ตาม platform ได้ทันที: IG, Facebook, X, TikTok

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"วาง content calendar 30 วันสำหรับ [เพจ/นิช] เน้น [platform] หัวข้อ 30 อัน ห้ามซ้ำ"

PROMPT ที่สอง

"เขียน caption สำหรับโพสต์วันที่ [1-7] จาก calendar นี้ ให้ครบทุกวัน: [วางหัวข้อ]"

คิด caption ใหม่ทุกวัน หมดเวลาทั้งวัน → AI วางแผน+เขียนทั้งเดือนแค่ 2 ชั่วโมง

 **เจ้าหนูแนะนำ:** ทำ batch ทุกอาทิตย์ต้น ใช้ schedule tool อย่าง Buffer หรือ Meta Business Suite ตั้งโพสต์ล่วงหน้า

สร้างภาพด้วย AI

บอก AI ว่าอยากได้ภาพแบบไหน ได้ภาพพร้อมใช้ใน 30 วิ

 ใช้กับ: Midjourney / DALL-E / Adobe Firefly ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี-\$10/เดือน ·  ระดับ: ปานกลาง

ต้องการรูปสำหรับโพสต์หรือ cover ebook แต่ไม่มีงบจ้างนักออกแบบ — AI สร้างภาพ custom ได้ในครั้งเดียว ไม่ต้องมีทักษะการออกแบบ

ทำไมถึงดีกว่า

1. สร้างภาพ custom ที่ไม่ซ้ำใคร ราคาถูกกว่าจ้างนักออกแบบมาก
2. ปรับ style, สี, mood ได้ไม่จำกัด จนได้ภาพที่ต้องการ
3. ใช้งานได้ทันที สำหรับโซเชียล, presentation, หรือ content

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"[วิสัยของภาพ], [style เช่น minimal/realistic/illustration], [สี], [mood], high quality"

PROMPT ที่สอง (ให้ CHATGPT แปลง)




"ช่วยเขียน prompt สำหรับ DALL-E ให้สร้างภาพ [อธิบายภาพที่ต้องการ] style [X]"

จ้างนักออกแบบ 500–2,000 บาท/ภาพ → AI สร้างภาพแค่ 30 วิ ราคาถูกกว่า 100 เท่า

 **เจ้าหนูแนะนำ:** Adobe Firefly ฟรีและทำได้ถูกกฎหมายเรื่อง commercial use ดีมากสำหรับเริ่มต้น

เขียน Script วิดีโอ / Podcast

ไม่ต้องเริ่มจากกระดาษเปล่า AI ช่วย outline และเขียนทั้งหมด

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

อยากทำ YouTube หรือ Podcast แต่ไม่รู้จะพูดอะไร กลัวพูดออกมาแล้วไม่ดี
— AI เขียน script ครบตั้งแต่ intro hook ถึง outro ใน 15 นาที

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI เขียน script ที่มีโครงสร้าง: hook, เนื้อหา, call to action
2. ปรับ tone ให้เป็นธรรมชาติ ฟังแล้วไม่รู้สึกราวอ่าน script
3. ช่วยคิด hook 30 วิแรกที่ทำให้คนอยากดูต่อ

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"เขียน script วิดีโอ YouTube เรื่อง [หัวข้อ] ยาว [X] นาที เริ่มด้วย hook ที่ดึงดูด"

PROMPT ที่สอง

"เขียน hook 30 วิแรกสำหรับวิดีโอเรื่อง [หัวข้อ] ให้คนอยากดูต่อ 5 แบบ"

เขียน script เองนาน 2-3 ชั่วโมง → AI ร่าง script แค่ 15 นาที พร้อมอัด

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "ฉันพูดแบบ [ลักษณะ] ช่วยเขียนให้ฟังเป็นธรรมชาติ" ได้ script ที่เหมาะกับ style ของตัวเอง

แต่งเพลง / เนื้อร้อง

บอก mood และธีม AI ช่วยแต่งได้ทันที แม้ไม่มีพื้นฐานดนตรี

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Suno.ai · 💰 ค่าใช้จ่าย: ฟรี-\$8/เดือน · 🟢 ระดับ: ง่ายมาก

อยากมีเพลงธีมสำหรับ content หรือแบรนด์ หรืออยากแต่งเพลงของตัวเองแต่ไม่รู้จะเริ่มยังไง — AI แต่งเนื้อและทำนองได้เลย

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI แต่งเนื้อร้องได้ทุก genre: pop, folk, hip-hop, jingle
2. Suno.ai สร้างเพลงเสร็จสมบูรณ์พร้อมดนตรีและเสียงร้องได้เลย
3. ปรับ mood, BPM, และ vibe ได้จนพอใจ ราคาถูกกว่าจ้างนักแต่งเพลง

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"แต่งเนื้อเพลง [genre] เรื่อง [ธีม] mood [X] ยาว 1 chorus + 2 verse ภาษาไทย"

PROMPT ที่สอง (สำหรับ SUNO.AI)

"[genre]: [mood], [instruments], [bpm roughly], [theme] — Thai lyrics"

จ้างแต่งเพลงราคาหลักพัน-หลักหมื่น → AI แต่งเพลงฟรีหรือ \$8/เดือน

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** Suno.ai ทำได้ฟรี 5 เพลง/วัน ลองดูก่อนเลย ผลลัพธ์น่าแปลกใจมาก

ทำ Presentation สวยมืออาชีพ

จาก outline ถึงสไลด์สวยพร้อม present ด้วย AI ในครั้งเดียว

 ใช้กับ: Gamma.app / Canva AI ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

สไลด์ที่ตัวเองดูอามาเจอร์ทุกที — Gamma.app รับ outline แล้วสร้างสไลด์สวยด้วย design ที่ดูมืออาชีพโดยอัตโนมัติ

ทำไมถึงดีกว่า

1. Gamma.app สร้างสไลด์ทั้งหมดจาก outline ได้ใน 2 นาที
2. Design สวยโดยอัตโนมัติ ไม่ต้องจัด layout เอง
3. ปรับ theme, สี, font ได้ทันที หรือ export เป็น PowerPoint

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก (ใน CHATGPT)

"สร้าง outline presentation 10 slide เรื่อง [หัวข้อ] พร้อม bullet points ทุก slide"

PROMPT ที่สอง (ใน GAMMA.APP)

วาง outline → เลือก theme → คลิก Generate → ได้สไลด์สวยทันที

ทำสไลด์ด้วยตัวเองนาน 3-5 ชั่วโมง → Gamma สร้างสไลด์สวยแค่ 10 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** Gamma.app ฟรี 400 credits เริ่มต้น ทำ presentation ได้หลาย deck ก่อนต้องจ่ายเงิน

เขียนโฆษณา / Ad Copy

Ad ที่แตกต่างกันด้วยคำ AI ช่วยคิดและทดสอบได้ไว

🗣️ ใช้กับ: ChatGPT / Claude · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ปานกลาง

ยิง Ad แล้วแต่ผลตอบรับแย่ ลองเปลี่ยน copy ดู — AI เขียน headline, body, และ CTA ที่ tested จาก copywriting framework จริง

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI รู้ framework copywriting: AIDA, PAS, Before-After-Bridge
2. เขียน A/B test variants พร้อมกัน ทดลองได้ทันที
3. ปรับให้เหมาะกับแต่ละ platform: Facebook, Google, TikTok

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"เขียน Ad copy สำหรับ [สินค้า] ใช้ framework AIDA กลุ่มเป้าหมาย [X] เน้น benefit [Y]"

PROMPT ที่สอง




"เขียน headline สำหรับ Facebook Ad เรื่อง [สินค้า] 5 แบบที่ต่างกัน A/B test ได้เลย"

จ้าง copywriter ราคาหลักพัน → AI เขียน 5 variants ฟรีใน 2 นาที

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "ลูกค้าที่ซื้อแล้วบอกว่าชอบเพราะ [X]" AI จะเน้น angle นั้นในโฆษณา

แปลงไอเดียเป็น Story

มีไอเดียในหัว แต่เล่าไม่ออก — AI ช่วยเล่าให้

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

มีประสบการณ์หรือ lesson ที่อยากเล่าแต่พอฟิมพ์ออกมากลายเป็นน่าเบื่อ — AI ช่วย structure story ให้มี hook, conflict, และ resolution ที่คนอยากอ่าน

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ใช้ story framework: Hero's journey, Before-After, Problem-Solution
2. เพิ่ม emotional hooks และ detail ที่ทำให้ story มีชีวิต
3. ปรับให้เหมาะกับ platform: IG caption, blog, LinkedIn post

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ฉันอยากเล่า story เรื่อง [ประสบการณ์] ช่วย structure ให้มี hook, conflict, lesson ที่คนอยากอ่าน"

PROMPT ที่สอง

"เขียน story สั้น [300 คำ] เรื่อง [ธีม] ให้อ่านสนุกและมี takeaway ชัดเจน"

มีไอเดียดีแต่เล่าออกมาหน้าเบื่อ → AI ช่วย structure ให้น่าสนใจแค่ 10 นาที

 **เจ้าหนูแนะนำ:** เล่า story จากประสบการณ์จริงของตัวเอง แล้วให้ AI ช่วย polish จะดีกว่าให้ AI แต่งทั้งหมด

ออกแบบ Brand / โลโก้เบื้องต้น

จาก concept ในหัว ถึง brand guideline เบื้องต้นที่ใช้งานได้

🖥️ ใช้กับ: ChatGPT + Canva / Adobe Firefly · 🕒 ค่าใช้จ่าย: ฟรี · 🟢 ระดับ: ปานกลาง

อยากมี brand ที่ดูมีอาชีพแต่ไม่มึนบ๊อง designer — AI ช่วย define brand personality, สีที่เหมาะสม, และ visual style ก่อนนำไปสร้างโลโก้

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ช่วยกำหนด brand personality และ tone of voice ที่ consistent
2. แนะนำ color palette ที่เหมาะกับ industry และกลุ่มเป้าหมาย
3. สร้าง logo concept ด้วย AI image tools แล้ว refine ใน Canva

PROMPT ใช้ได้เลย

PROMPT แรก

"ฉันทำ [ธุรกิจ] กลุ่มเป้าหมาย [X] ช่วยกำหนด brand personality, สี, และ visual style ที่เหมาะสม"

PROMPT ที่สอง



"เขียน prompt สำหรับ Midjourney/Firefly เพื่อสร้าง logo concept ของ [แบรนด์] style [X]"

จ้าง designer ราคาหลักพัน-หลักหมื่น → AI ช่วย concept brand ได้ฟรีใน 1 ชั่วโมง

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** ใช้ AI ได้ brand direction ก่อน แล้วค่อยจ้าง designer ทำ final — ประหยัดเวลาและเงินได้มาก

ทำ Newsletter สม่่าเสมอ

ส่ง newsletter ทุกสัปดาห์โดยไม่รู้สึกรว่าเป็นภาระ

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

อยากทำ newsletter แต่ไม่รู้จะเขียนอะไรทุกสัปดาห์ หรือเขียนแล้วใช้เวลานานเกินไป — AI ช่วย outline และเขียนได้ใน 30 นาที

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ช่วยหา angle ใหม่สำหรับ newsletter ทุกอาทิตย์ ไม่หมดไอเดีย
2. เขียนทั้ง newsletter ได้จาก bullet points หรือ notes คร่าวๆ
3. ปรับ tone ให้ personal และ engaging ไม่ดูเป็น corporate

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"เขียน newsletter ฉบับนี้เรื่อง [หัวข้อ] สำหรับ [subscriber type] tone personal ยาว 400-600 คำ"

PROMPT ที่สอง

"ช่วยคิดหัวข้อ newsletter 8 อัน สำหรับ [niche] ที่ subscriber อยากอ่านจริงๆ"

เขียน newsletter เองนาน 2-3 ชั่วโมง → AI ช่วยร่างแค่ 30 นาที ส่งได้เลย

 **เจ้าหนูแนะนำ:** เขียน newsletter batch ส่วนหน้า 4 ฉบับในวันเดียว แล้วตั้ง schedule ส่งทุกอาทิตย์ ไม่ต้องคิดทุกสัปดาห์

AI ช่วย ชีวิตส่วนตัว

วิธีที่ 41-45 · ทุกคน




AI ไม่ได้มีไว้แค่ทำงาน ใช้ดูแลสุขภาพ เรียนทักษะใหม่ ช่วยลูก หรือปรับ
ความสัมพันธ์ได้ด้วย

5 วิธีสุดท้ายในหมวดนี้คือ AI ที่ทำให้ชีวิตดีขึ้น ไม่ใช่แค่งานเร็วขึ้น



ดูแลสุขภาพ / วางแผนออกกำลังกาย

Personal trainer ส่วนตัวที่ตอบทุกคำถามโดยไม่เสียค่าจ้าง

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

อยากออกกำลังกายแต่ไม่รู้จะเริ่มยังไง หรือทำมาสักพักแล้วแต่ผลลัพธ์ไม่ได้เรื่อง — บอก AI เป้าหมายและ condition ได้แผนที่เหมาะกับตัวเอง

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI วางแผนออกกำลังกายที่เหมาะสมกับ level และเป้าหมายเฉพาะของคุณ
2. อธิบาย form และเทคนิคที่ถูกต้องสำหรับแต่ละท่า
3. ปรับแผนเมื่อมีข้อจำกัด: บาดเจ็บ, ไม่มีอุปกรณ์, เวลาน้อย

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"วางแผนออกกำลังกายสำหรับ [เพศ/อายุ] เป้าหมาย [X] มีเวลา [Y] นาที/วัน [Z] วัน/สัปดาห์ อุปกรณ์: [รายการ]"

PROMPT ที่สอง



"ฉันปวด [บริเวณ] ควรหลีกเลี่ยงท่าไหน และยังออกกำลังกายได้ยังไงบ้าง"

จ้าง personal trainer 300-500 บาท/ชั่วโมง → AI วางแผนฟรี ปรับได้ตลอด

 **เจ้าหนูแนะนำ:** AI ให้ข้อมูลทั่วไป ถ้ามีปัญหาสุขภาพเฉพาะควรปรึกษาแพทย์หรือนักกายภาพด้วย

เรียนทักษะใหม่แบบ 1:1

AI เป็นอาจารย์ส่วนตัวที่สอนในแบบที่คุณเข้าใจ

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

อยากเรียน Excel, ภาษาอังกฤษ, coding, หรืออะไรก็ตาม — AI สอนแบบ 1:1
ถามได้ไม่จำกัด ไม่รู้สึกอาย ไม่ต้องรอคลาส

ทำไมถึงดีกว่า

1. ถามซ้ำได้ไม่จำกัด ไม่รู้สึกอายใครถ้าไม่เข้าใจในครั้งแรก
2. AI อธิบายในระดับที่เหมาะสมกับคุณ ปรับได้ทันที
3. ให้ตัวอย่างและแบบฝึกหัดที่ relate กับสิ่งที่คุณสนใจ

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"สอนฉัน [ทักษะ] ตั้งแต่เริ่มต้น ฉันรู้เรื่องนี้ในระดับ
[beginner/intermediate] อธิบายง่ายๆ"

PROMPT ที่สอง




"ไม่เข้าใจ [concept] ช่วยอธิบายใหม่ด้วย analogy ง่ายๆ ที่เกี่ยวกับ [สิ่งที่รู้
อยู่แล้ว]"

จ้างตัวต่อ 300-500 บาท/ชั่วโมง → AI สอนฟรีตลอด 24 ชั่วโมง

 **เจ้าหนูแนะนำ:** บอก AI ว่า "ฉันเรียนรู้อะไรดีที่สุดเมื่อ [ลักษณะ]" เช่น ชอบตัวอย่าง
จริง หรือชอบ step by step AI จะปรับวิธีสอนให้

ช่วยเลี้ยงลูก / การบ้านลูก

ตอบคำถามยากของลูก หรือช่วยสอนสิ่งที่พ่อแม่ลืมไปแล้ว

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

ลูกถามคณิตศาสตร์ที่ลืมไปนานแล้ว หรืออยากอธิบายเรื่องยากให้ลูกเข้าใจ — AI ช่วยอธิบายในระดับที่เหมาะสมกับอายุลูก

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI อธิบายในระดับที่เหมาะสมกับอายุ บอก "อธิบายให้เด็ก [X] ปีเข้าใจ" ได้เลย
2. ช่วยตรวจการบ้านและบอกว่าผิดตรงไหน ทำไมถึงผิด
3. คิดกิจกรรมสนุกๆ ที่ช่วยให้ลูกเรียนรู้โดยไม่รู้ตัว

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"อธิบาย [เรื่อง] ให้เด็กอายุ [X] ปีเข้าใจ ใช้ภาษาง่ายๆ และตัวอย่างที่เด็กชอบ"

PROMPT ที่สอง




"ตรวจการบ้านนี้ให้หน่อย [วางคำตอบ] บอกว่าถูกหรือผิดตรงไหน และแนะนำวิธีแก้"

จ้างติวเตอร์ให้ลูก 300–500 บาท/ชั่วโมง → AI ช่วยสอนลูกฟรีตลอดเวลา

 **เจ้าหนูแนะนำ:** ให้ AI สอนแทนการให้คำตอบ บอกว่า "อย่าบอกคำตอบ ช่วย hint ให้ลูกคิดเองได้" ลูกจะเก่งขึ้นจริงๆ

ช่วยสื่อสารในความสัมพันธ์

AI ช่วยหาคำพูดที่ถูกต้อง เมื่อหัวร้อนเกินจะคิดเอง

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

ทะเลาะกับแฟน เพื่อน หรือครอบครัว แต่ไม่รู้จะพูดยังไงดีโดยไม่ทำให้แย่ลง — AI ช่วยหาวิธีสื่อสารที่ดีขึ้น

ทำไมถึงดีกว่า

1. AI ช่วยมองปัญหาจากมุมของอีกฝ่าย ทำให้เข้าใจมากขึ้น
2. หาคำพูดที่แสดงความรู้สึกโดยไม่ทำให้อีกฝ่ายรู้สึกโจมตี
3. ช่วยเขียน message สำคัญที่ต้องการ tone ที่ถูกต้อง

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับ [ความสัมพันธ์] เรื่อง [X] อยากบอกเขาว่า [Y] โดยไม่ให้ฟัง ดูก้าวร้าว"

PROMPT ที่สอง




"มองจาก perspective ของ [อีกฝ่าย] เขาน่าจะรู้สึกยังไง และฉันควรพูดถึงอะไรก่อน"

พูดโดยไม่คิด ทำให้สถานการณ์แย่ลง → AI ช่วยเตรียมคำพูด สื่อสารได้ดีขึ้น

 **เจ้าหนูแนะนำ:** AI ไม่ใช่นักจิตวิทยา ใช้เป็น sounding board ช่วยคิด แต่ถ้าปัญหาหนักมากควรคุยกับผู้เชี่ยวชาญด้วย

วางแผนอาหาร / โภชนาการ

กิน healthy โดยไม่ต้องคิดทุกวัน AI วางแผนให้แล้ว

 ใช้กับ: ChatGPT / Claude ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ง่ายมาก

อยากกิน healthy แต่ไม่รู้จะทำอะไร หรือมีข้อจำกัดด้านอาหารแต่ไม่รู้จะวางแผนยังไง — AI ช่วยวางแผนเมนูและช้อปปิ้งลิสต์ทั้งสัปดาห์

ทำไมถึงดีกว่า

1. วางแผนเมนูทั้งสัปดาห์ที่ balance และเหมาะกับ goal ของคุณ
2. ทำ shopping list ครบจากเมนูที่วางไว้ ประหยัดเวลาไปตลาด
3. ปรับตาม restriction: แพ้อาหาร, ลดน้ำหนัก, มังสวิรัติ ได้ทันที

PROMPT ใช้ได้เลย


PROMPT แรก

"วางแผนเมนูอาหาร 7 วัน เป้าหมาย [X] ไม่กิน [อาหารที่แพ้/ไม่ชอบ] budget ประมาณ [Y] บาท/วัน"

PROMPT ที่สอง

"ทำ shopping list สำหรับเมนูที่วางไว้ จัดกลุ่มตามหมวดหมู่ในซูเปอร์มาร์เก็ต"

คิดไม่ออกว่าจะกินอะไร กินซ้ำทุกวัน → AI วางแผน 7 วันแค่ 10 นาที หลากหลายขึ้น

 **เจ้าหนูแนะนำ:** AI ให้ข้อมูลโภชนาการทั่วไป ถ้ามีเป้าหมายสุขภาพเฉพาะ เช่น เบาหวาน ควรปรึกษาโภชนาการด้วย

รู้ทัน AI สิ่งที่ต้องระวัง

วิธีที่ 46-50 · สำคัญมาก



ใช้ AI เก่งแล้ว แต่รู้ทันด้วย — AI พุดผิดได้, ข้อมูลส่วนตัวรั่วได้, Deepfake หลอกได้

5 วิธีสุดท้ายนี้คือเรื่องที่ต้องรู้ก่อนจะใช้ AI อย่างปลอดภัยในชีวิตจริง



AI พุดผิดได้ — ตรวจสอบยังไง

AI มั่นใจในทุกอย่างที่พูด แม้ข้อมูลจะผิดก็ตาม

 ใช้กับ: ทุก AI ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ต้องรู้

AI ตอบอย่างมั่นใจว่า "บริษัท X ก่อตั้งปี 2015" แต่พอ Google ปรากฏว่ามี 2019 — AI "hallucinate" หรือแต่งข้อมูลขึ้นมาได้โดยไม่รู้ตัว

ทำไมถึงต้องระวัง

1. AI ไม่รู้ว่าตัวเองผิด จะตอบอย่างมั่นใจแม้ข้อมูลจะไม่ถูก
2. ข้อมูลตัวเลข, วันที่, ชื่อคน — ผิดพลาดได้บ่อยที่สุด
3. AI ที่มี internet access (Perplexity) แม่นกว่าสำหรับข้อมูล real-time

วิธีตรวจสอบ


วิธีที่ 1

"ข้อมูลนี้มาจากแหล่งไหน ช่วยบอก source ด้วย" — ถ้า AI หาไม่ได้ อาจเป็นสัญญาณ hallucinate

วิธีที่ 2

ข้อมูลสำคัญเสมอต้อง verify ด้วย Google, Wikipedia, หรือแหล่งอ้างอิงจริงก่อนใช้งาน

เชื่อ AI 100% โดยไม่ตรวจ อาจโดนหลอก → ตรวจสอบข้อมูลสำคัญก่อนเสมอ ปลอดภัยกว่า

 **เจ้าหนูแนะนำ:** ใช้ AI สำหรับงาน creative หรือ brainstorm ได้เลย แต่ถ้าต้องการข้อเท็จจริงต้อง verify เสมอ

ข้อมูลส่วนตัวกับ AI ปลอดภัยไหม

อะไรควรบอก AI และอะไรที่ไม่ควรพิมพ์เด็ดขาด

 ใช้กับ: ทุก AI ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ต้องรู้

ใช้ AI ช่วยงาน copy ข้อมูลลูกค้า, รหัสผ่าน, หรือข้อมูลบริษัทลงไปได้โดยไม่คิด — ข้อมูลที่พิมพ์ใน AI อาจถูกนำไปใช้ train model ได้

ทำไมถึงต้องระวัง

1. บางบริษัทใช้ conversation ไป train AI เวอร์ชันถัดไป
2. ข้อมูลลูกค้า, ข้อมูลบริษัทลับ, รหัสผ่าน — ไม่ควรพิมพ์ใน AI สาธารณะ
3. ChatGPT Team/Enterprise และ Claude for Business มี privacy สูงกว่า

แนวทางปลอดภัย


อย่าใส่ใน AI สาธารณะ

รหัสผ่าน, เลขบัตรเครดิต, ข้อมูลลูกค้าจริง, เอกสารบริษัทลับ, เลขบัตรประชาชน

ถ้าจำเป็นต้องใช้

ใช้ version Enterprise / Business ปิด memory ใน settings หรือ anonymize ข้อมูลก่อน

ใส่ข้อมูลจริงโดยไม่คิด อาจเสี่ยง → รู้ว่าอะไรควร-ไม่ควรใส่ ใช้ได้อย่างมั่นใจ

 **เจ้าหน้าที่แนะนำ:** ไปที่ Settings > Data Controls ใน ChatGPT ปิด "Improve the model for everyone" เพื่อ privacy ที่ดีขึ้น

Deepfake รู้ทันก่อนโดนหลอก

เสียง วิดีโอ รูปภาพปลอม — สังเกตสัญญาณก่อนโดนหลอก

 ใช้กับ: ทุก AI ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ต้องรู้

โทรศัพท์มาจากเสียงพ่อหรือแม่ขอเงิน แต่ฟังดูแปลกๆ นิดหนึ่ง — อาจเป็น Deepfake เสียง AI ที่ clone เสียงจากคนรู้จัก

สัญญาณที่ต้องระวัง

1. เสียงดูแปลก ไม่ smooth หรือพูดซ้ำคำในลักษณะที่ผิดปกติ
2. วิดีโอ: ขอบหน้าเบลอ, การกระพริบตาผิดปกติ, แสงบนใบหน้าไม่สม่ำเสมอ
3. ขอเงินหรือข้อมูลเร่งด่วน — มักเป็น pattern ของ scam

วิธีป้องกัน


เมื่อสงสัย

โทรกลับผ่านเบอร์ที่รู้จักอยู่แล้ว ไม่ใช่เบอร์ที่โทรมา และถามคำถามที่เฉพาะตัวที่รู้แค่คนสองคน

ตรวจสอบรูปภาพ

ใช้เครื่องมืออย่าง Google Reverse Image Search หรือ TinEye เพื่อดูว่ารูปมาจากไหน

โดน Deepfake scam หลอก เสียเงิน → รู้สัญญาณ ยืนยันก่อนเชื่อ ปลอดภัยขึ้น

 **เจ้าหนูแนะนำ:** ตั้ง "คำรหัส" กับคนในครอบครัว ถ้าโทรมาขอเงินด่วนให้ถามคำรหัสนั้นก่อนเสมอ

AI Tool ฟรี vs จ่ายเงิน เลือกยังไง

ไม่ต้องจ่ายทุกอย่าง รู้ว่าอันไหนคุ้มและอันไหนใช้ฟรีได้เลย

🇹🇹 ใช้กับ: ทุก AI · 🏷️ ค่าใช้จ่าย: ฟรี-จ่าย · ● ระดับ: ต้องรู้

มี AI tool มากมาย บางอันฟรีบางอันแพง แต่ใช้ว่าจ่ายแพงกว่าจะดีกว่าเสมอ
— รู้ว่าอันไหนเหมาะกับงานของคุณก่อนลงเงิน

เลือกยังไงให้คุ้ม

1. ลองฟรีก่อนเสมอ — ส่วนใหญ่มี free tier ที่เพียงพอสำหรับมือใหม่
2. จ่ายเมื่อ limit กำลังเป็น bottleneck ของงาน ไม่ใช่จ่ายเพราะกลัวพลาด
3. หนึ่ง subscription ที่ดีดีกว่าหลาย subscription ที่ใช้ไม่คุ้ม

ใกล้คร่าวๆ

เริ่มต้น: ฟรีล้วน

ChatGPT Free, Claude Free, Canva Free, Adobe Firefly Free, Gamma Free — ลองทั้งหมดก่อน

จ่ายเมื่อใช้จริงจัง

ChatGPT Plus \$20/เดือน คุ้มถ้าใช้ทุกวัน · Canva Pro คุ้มถ้าทำ content หลายชิ้น

จ่าย subscription หลายอัน แต่ใช้ไม่คุ้ม → เลือกแค่อันที่ใช้จริง ประหยัดได้เยอะ

🧠 **เจ้าหนูแนะนำ:** ถ้าเริ่มต้น ลอง Claude Free + ChatGPT Free + Canva Free ก่อน ครอบคลุมได้ 80% ของงานโดยไม่ต้องจ่ายเลย

อนาคต AI — เตรียมตัวอย่างไร

ไม่ต้องกลัว แค่ต้องไม่ยืนดูคนอื่นไปข้างหน้า

 ใช้กับ: ทุก AI ·  ค่าใช้จ่าย: ฟรี ·  ระดับ: ต้องรู้

หลายคนกังวลว่า AI จะมาแทนงาน — ความจริงคือ AI ไม่ได้แทนคน แต่คนที่ใช้ AI เก่งกว่าจะแทนคนที่ไม่ใช้

เตรียมตัวยังไง

1. ใช้ AI ทุกวัน ทีละนิด สร้าง habit ก่อน ความเชี่ยวชาญตามมาเอง
2. ทักษะที่ AI ทำไม่ได้: judgment, empathy, creativity, และ human touch
3. เรียนรู้วิธีทำงานร่วมกับ AI ไม่ใช่แข่งกับ AI

ACTION ที่ทำได้วันนี้


เริ่มเลย ไม่ต้องรอ

เลือก 1 งานที่ทำซ้ำบ่อยที่สุด แล้วลอง delegate ให้ AI วันนี้เลย

สร้าง HABIT

ทุกเช้าถาม AI 1 คำถาม ทุกเย็นลอง 1 task ใหม่ ภายใน 30 วันจะเก่งขึ้นมาก

กลัว AI รอดูก่อน ถูกทิ้งไว้ข้างหลัง → ใช้ AI ทุกวัน เดินหน้าได้เร็วกว่าคนอื่น

 **เจ้าหนูแนะนำ:** อ่าน ebook เล่มนี้จบแล้ว เลือก 5 วิธีที่เหมาะสมกับตัวเอง ลองทำให้ครบก่อน แค้นันพอ



บทส่งท้าย

อ่านจบแล้ว ลงมือได้เลย



ขอบคุณที่อ่านมาถึงหน้านี้

เพื่อนๆ มี 50 วิธีในมืออยู่แล้ว — ไม่มีข้อไหนที่ต้องเป็น AI Expert ก็ทำได้

"ไม่ต้องใช้ทุกวิธี
แค่เลือก **3 วิธี** ที่เหมาะกับชีวิตตัวเอง
แล้วลองทำ **วันนี้เลย**"

ถ้าลองจริง เพื่อนๆ จะเห็นเองว่า AI ไม่ได้น่ากลัว
และทางลัดที่ว่า ใช้ได้จริง

 เจ้าหนูรู้ทัน AI

ติดตามคอนเทนต์ AI ใหม่ๆ ได้ที่ Facebook · X