7 prompts para que ChatGPT te diga lo que sabe de ti

@stephanobrooke · Palabra clave: ESPEJO

Antes de empezar

Estos prompts funcionan mejor si has usado ChatGPT por un tiempo y tienes activadas la memoria y la referencia a tu historial de chats. Si apenas empiezas, ChatGPT no tiene mucho de qué hablar y las respuestas saldrán genéricas.

ChatGPT solo sabe lo que tú le has contado. No te lee la mente y puede equivocarse, así que tómalo como un espejo para pensar, no como un veredicto.

Si no te gusta una respuesta, dile: "Dame más detalle" o "Sé más directo". Estos prompts pueden sacar temas personales: si algo te pega fuerte, habla con alguien de confianza o con un profesional.

1. Una verdad incómoda

El más fuerte de la lista. Pídelo cuando de verdad quieras escuchar algo honesto.

> *¿Qué verdad sobre mí crees que por fin puedo escuchar, y por qué ahora?*

2. Lo que estás posponiendo

Para ponerle nombre a esa decisión que sigues dejando para después y ver qué te está costando.

> *Con base en nuestras conversaciones, ¿qué decisión estoy posponiendo y qué me está costando no tomarla?*

3. Lo que tú no ves

Sirve para detectar patrones en lo que preguntas. A veces lo que más repites dice más que lo que dices que te importa.

> *¿Qué patrones notas en lo que te pregunto que yo probablemente no veo, y qué dicen de lo que de verdad me preocupa?*

4. A quién mencionas más

Te revela cómo ha entendido ChatGPT a las personas importantes en tu vida, según cómo se las has descrito.

> *¿A quién te menciono más y qué impresión te he dado de esa persona?*

5. Cómo has cambiado

Te muestra cómo han cambiado tus temas, tu tono y tus prioridades con el tiempo.

> *¿Cómo han evolucionado mis conversaciones contigo con el tiempo?*

6. Tu vida soñada

Una imagen constructiva de a dónde quieres llegar y los primeros pasos para lograrlo.

> *Con base en nuestras conversaciones, ¿cómo crees que sería un día en mi vida soñada y cómo puedo llegar ahí?*

7. Lo más descabellado

Para cerrar con algo ligero. Te muestra cómo ve ChatGPT tus ideas más locas.

> *¿Qué es lo más descabellado que te he preguntado?*

Un último consejo

Elige un prompt, léelo con calma y escribe qué parte te hizo ruido. Luego pregúntale: "¿Qué haría yo esta semana con esto?". Una respuesta sin acción se queda en curiosidad.