

Descubre y borra lo que ChatGPT sabe de ti

@StephanoBrooke · Palabra clave: MEMORIA

1. Todo lo que ChatGPT ha guardado de ti

Copia y pega este prompt en una conversacion nueva de ChatGPT:

"Enlista todo lo que has guardado y recuerdas de mi en una sola lista completa. Nombres, lugares, trabajo, habitos, preferencias, todo. No resumas ni dejes nada fuera. Quiero ver el archivo completo que has armado de mi con todas nuestras conversaciones."

Esto te da el inventario literal de lo que la IA tiene guardado sobre ti.

2. Lo que ha inferido sin que lo dijeras

En la misma conversacion, pregunta esto:

"Dime todo lo que has descubierto de mi que yo nunca dije directamente. Lo que has inferido por como escribo, que pregunto, que evito: mi edad, mis ingresos, donde probablemente vivo. Muestrame exactamente que te delato en cada caso."

Aqui es donde se pone interesante: ChatGPT no solo guarda lo que le dices, tambien deduce cosas de tu forma de escribir.

3. Tus puntos ciegos segun la IA

Continua con este prompt:

"Con todo lo que sabes de mi, dime los rasgos de personalidad que probablemente no veo en mi mismo. Mis puntos ciegos, mis inseguridades, como realmente me perciben versus como creo que me perciben. Se directo y especifico."

Esta parte suele ser la mas reveladora de las cuatro.

4. Como predice tus decisiones

Cierra la secuencia con:

"Con tu perfil de mi, predice como manejaría cosas que nunca te he contado: estrés, dinero, conflictos, riesgos, mi próxima decisión probable. Dime que tan seguro estas de cada predicción según mi comportamiento."

Te muestra hasta donde llega el modelo prediciendo tu comportamiento con la información que ya tiene.

5. Como borrar tu memoria de ChatGPT

Sigue estos pasos dentro de la app:

- Entra a tu perfil (esquina superior derecha)
- Click en Personalización
- Baja hasta Memoria
- Click en Administrar memoria y borra lo que no quieras
- Dentro de Personalización, apaga la opción de hacer referencia al historial de chats
- Dentro de Controles de datos, apaga Mejorar el modelo para todos