

विद्यार्थियों के लिए संपूर्ण AI प्रॉम्प्ट लाइब्रेरी

विद्यार्थियों की असली समस्याओं के आधार पर तैयार किए गए प्रॉम्प्ट्स का संग्रह — कठिन विषयों को समझना, याद रखना, समय का प्रबंधन, निबंध लिखना, परीक्षा की तैयारी, स्किल्स बढ़ाना, और एक व्यक्ति के रूप में आगे बढ़ना। नीचे दिए गए किसी भी प्रॉम्प्ट को कॉपी करें, **[कोष्ठक]** में दिए गए हिस्से को अपनी जानकारी से भरें, और अपने AI असिस्टेंट को भेजें।

इन प्रॉम्प्ट्स का सबसे अच्छा उपयोग कैसे करें

तीन नियम हर जवाब की गुणवत्ता को कई गुना बेहतर बना देंगे:

- संदर्भ दें।** "फोटोसिंथेसिस समझाओ" कमज़ोर है। "10वीं कक्षा के विद्यार्थी को फोटोसिंथेसिस समझाओ जो सेल समझता है पर केमिस्ट्री नहीं" बहुत मज़बूत है। हमेशा बताएं: आपका स्तर, आपका लक्ष्य, और आप पहले से क्या जानते हैं।
- फॉर्मेट तय करें।** टेबल, स्टेप-बाय-स्टेप लिस्ट, उदाहरण, या क्विज़ — जो भी चाहिए, साफ़ बताएं। AI लगभग कुछ भी दे सकता है अगर आप सही ढंग से माँगें।
- दोहराएं, नए सिरे से न शुरू करें।** अगर पहला जवाब सही नहीं लगा, तो कहें "और आसान बनाओ," "3 और उदाहरण दो," या "अब इस पर मुझसे क्विज़ लो।" बातचीत एक सवाल से कहीं बेहतर होती है।

1. विषय को समझना और महारत हासिल करना

1.1 फाइनमैन तकनीक (सरल समझ)

[विषय] को मुझे ऐसे समझाओ जैसे मैं 12 साल का जिज्ञासु बच्चा हूँ जिसने यह कभी नहीं सुना। आसान शब्द, एक रोज़मर्रा की उपमा, और एक ठोस उदाहरण दो। अंत में, इस विषय के बारे में लोगों की 3 सबसे आम ग़लतफ़हमियाँ बताओ।

1.2 पाँच स्तरों पर समझ

[विषय] को पाँच बढ़ते कठिनाई स्तरों पर समझाओ: (1) बच्चा, (2) किशोर, (3) कॉलेज विद्यार्थी, (4) ग्रेजुएट विद्यार्थी, (5) विशेषज्ञ। हर स्तर पर शब्दावली और गहराई दोनों बदलें।

1.3 उपमा जनरेटर

[विषय] के लिए 3 अलग-अलग उपमाएँ दो, अलग क्षेत्रों से (जैसे खेल, खाना पकाना, कंप्यूटर, प्रकृति)। हर उपमा के बारे में बताओ कि यह कहाँ सही बैठती है और कहाँ कमज़ोर पड़ जाती है।

1.4 कॉन्सेप्ट मैप बनाओ

[विषय] का एक कॉन्सेप्ट मैप बनाओ। मुख्य विचार लिखो, फिर उसके 5-7 उप-विचार दिखाओ। हर उप-विचार के लिए दिखाओ कि वह मुख्य विचार और अन्य उप-विचारों से कैसे जुड़ता है। इंडेंट किए हुए आउटलाइन फॉर्मेट में लिखो।

1.5 तुलना और अंतर

[विषय A] और **[विषय B]** की तुलना एक टेबल में करो जिसमें ये कॉलम हों: परिभाषा, मुख्य विशेषताएँ, कब लागू होता है, आम भ्रम, वास्तविक उदाहरण। अंत में एक वाक्य में बताओ कि सबसे बड़ा फ़र्क क्या है।

1.6 "यह क्यों मायने रखता है?"

मैं अपनी [विषय] क्लास में [टॉपिक] पढ़ रहा/रही हूँ। बताओ यह क्यों ज़रूरी है: असली ज़िंदगी में कहाँ काम आता है, कौन से करियर में इस्तेमाल होता है, और इस क्षेत्र के बड़े सवाल इस पर कैसे टिके हैं।

2. याद रखना और रिटेंशन

2.1 निमोनिक (याद रखने की तरकीब)

[तथ्यों या सूची] को याद रखने के लिए एक यादगार निमोनिक बनाओ। तीन विकल्प दो: एक एक्रोनिम, एक छोटा तुकबंदी वाला वाक्य, और एक जीवंत मानसिक चित्र। बताओ कि कौन सा सबसे अच्छे से दिमाग में टिकेगा और क्यों।

2.2 एक्टिव रिकॉल किज़

[टॉपिक] पर 10 एक्टिव-रिकॉल प्रश्न बनाओ। आसान तथ्यात्मक और कठिन एप्लीकेशन प्रश्नों का मिश्रण रखो। एक-एक करके पूछो, मेरे उत्तर का इंतज़ार करो, फिर बताओ कि सही है या ग़लत और सही उत्तर समझाओ, उसके बाद अगला प्रश्न पूछो।

2.3 स्पेस्ड रिपिटिशन फ्लैशकार्ड

इन नोट्स को 15 फ्लैशकार्ड में बदलो — प्रश्न/उत्तर फॉर्मेट में। हर प्रश्न एक ख़ास तथ्य या कॉन्सेप्ट पर हो। उत्तर 25 शब्दों से कम रखो। नोट्स: [यहाँ पेस्ट करें]

2.4 मेमोरी पैलेस

[वस्तुओं की सूची] याद रखने के लिए मेरे साथ एक मेमोरी पैलेस बनाओ। मेरे घर को जगह की तरह इस्तेमाल करो (प्रवेश द्वार, बैठक, रसोई, बेडरूम, बाथरूम)। हर वस्तु को एक जगह से जोड़ो और उसके लिए एक विचित्र या मज़ेदार मानसिक चित्र बनाओ।

2.5 भूलने की वक्र (फॉरगेटिंग कर्व) योजना

मैंने आज [विषय] सीखा। स्पेस्ड रिपिटिशन के आधार पर रिवीज़न शेड्यूल बनाओ: कब-कब दोहराऊँ — कल, 3 दिन बाद, हफ़्ते में — और हर बार किस तरह का रिवीज़न करूँ (फिर से पढ़ना, खुद से किज़, किसी को सिखाना)।

3. अध्ययन योजना और समय प्रबंधन

3.1 हफ़्ते की पढ़ाई योजना

मेरे लिए एक साप्ताहिक अध्ययन योजना बनाओ। मेरे पास हर हफ़्ते [संख्या] घंटे हैं। मेरे विषय और उनकी प्राथमिकता: [विषय और कठिनाई/महत्व लिखें]। परीक्षा की तारीखें: [तारीखें]। मेरी ऊर्जा [सुबह/दोपहर/शाम] को सबसे ज़्यादा होती है। गहरी पढ़ाई के सत्र, ब्रेक, और हल्के रिवीज़न सत्र बनाओ।

3.2 परीक्षा से पहले की काउंटडाउन योजना

मेरी [विषय] की परीक्षा [दिनों की संख्या] दिन में है। टॉपिक: [सूची]। मैं सबसे कमज़ोर हूँ: [टॉपिक]। दिन-प्रतिदिन योजना बनाओ — पहले कमज़ोर हिस्से पर ध्यान दो, बीच-बीच में रिवीज़न, और आखिरी 3 दिन पूरे प्रैक्टिस टेस्ट हों।

3.3 टालमटोल का विश्लेषण

मैं **[काम]** को टाल रहा/रही हूँ। मुझसे 5 छोटे सवाल पूछो जिनसे पता चले — क्या यह काम का आकार है, असफलता का डर, ऊब, अगला कदम साफ़ नहीं, या कुछ और? मेरे जवाबों के आधार पर एक ठोस 10-मिनट का काम बताओ जो मैं अभी कर सकूँ।

3.4 पोमोडोरो सत्र

मेरे लिए 3 घंटे का अध्ययन ब्लॉक डिज़ाइन करो — पोमोडोरो तकनीक से। मैं **[काम]** कर रहा/रही हूँ। बताओ हर 25 मिनट के फोकस सेशन में क्या करना है, और हर ब्रेक में क्या करना है ताकि सच में आराम मिले (फ़ोन स्कॉल नहीं)।

3.5 आइज़नहावर मैट्रिक्स

इन कामों को अर्जेंट/इम्पोर्टेंट मैट्रिक्स में बाँटो: **[कामों की सूची]**। बताओ पहले क्या करूँ, क्या शेड्यूल करूँ, किसमें मदद माँगूँ, और क्या छोड़ दूँ।

3.6 दिन के Top 3

आज मेरे पास ये सारे काम हैं: **[सूची]**। 3 सबसे ज़रूरी काम चुनो जो आज पूरे होने चाहिए, क्रम में। बताओ इन तीन को क्यों चुना। हर एक के लिए वास्तविक समय अनुमान दो।

4. नोट्स और सारांश

4.1 कॉर्नेल नोट्स

इस लेक्चर/रीडिंग को कॉर्नेल-स्टाइल नोट्स में बदलो: एक "क्यूज़" कॉलम जिसमें मुख्य प्रश्न हों, एक "नोट्स" कॉलम जिसमें विस्तृत सामग्री हो, और नीचे 2-3 वाक्य का सारांश। सामग्री: **[यहाँ पेस्ट करें]**

4.2 अध्याय से माइंड मैप

इस अध्याय को पढ़कर एक माइंड मैप बनाओ। ऊपर मुख्य विचार, 4-6 मुख्य शाखाएँ, और हर शाखा के नीचे 2-4 उप-शाखाएँ। छोटे वाक्यांश इस्तेमाल करो, पूरे वाक्य नहीं। अध्याय: **[पेस्ट करें]**

4.3 तीन परतों वाला सारांश

[टेक्स्ट] का तीन बार सारांश बनाओ: (1) एक वाक्य में, (2) एक पैराग्राफ़ में, (3) एक पन्ने में मुख्य तर्क और सहायक बिंदुओं के साथ। तीनों के बाद, 5 सबसे ज़रूरी उद्धरण या तथ्य बताओ जो मुझे याद रखने चाहिए।

4.4 मुख्य शब्द (की टर्म्स)

इस सामग्री में से 10-15 सबसे ज़रूरी शब्द और उनकी परिभाषाएँ निकालो: **[यहाँ पेस्ट करें]**। एक शब्दकोश की तरह फ़ॉर्मेट करो। बताओ कौन से शब्द परीक्षा के लिए ज़रूरी हैं और कौन से सिर्फ़ बैकग्राउंड समझने के लिए।

4.5 लेक्चर से नोट्स

यह मेरे लेक्चर का कच्चा ट्रांसक्रिप्ट है: **[पेस्ट करें]**। इसे साफ़ नोट्स में बदलो — हेडिंग्स, बुलेट पॉइंट्स, और अंत में 5 लाइन का सारांश। जहाँ कुछ अस्पष्ट या विरोधाभासी लगे, उसे चिह्नित करो।

5. परीक्षा की तैयारी

5.1 कस्टम प्रैक्टिस परीक्षा

[टॉपिक] पर [संख्या]-प्रश्नों की प्रैक्टिस परीक्षा बनाओ। बहुविकल्पीय, संक्षिप्त उत्तर, और एक निबंध प्रश्न का मिश्रण रखो। कठिनाई [कक्षा/कोर्स स्तर] के बराबर रखो। अभी उत्तर मत दिखाओ — मैं अपने जवाब भेजूंगा/भेजूंगी, फिर तुम जाँचना।

5.2 कमज़ोर हिस्से की पहचान

ये मेरे प्रैक्टिस क्विज़ के उत्तर हैं: [पेस्ट करें]। बताओ मैं कौन से मूल कॉन्सेप्ट ग़लत कर रहा/रही हूँ (सिर्फ़ कौन से प्रश्न नहीं)। मेरी ग़लतियों को कारण के अनुसार समूह में बाँटो। आगे क्या पढ़ूँ, प्राथमिकता के क्रम में बताओ।

5.3 पुराने पेपर का विश्लेषण

मेरे कोर्स का यह पुराना परीक्षा पेपर है: [पेस्ट करें]। बार-बार आने वाले प्रश्न प्रकार, सबसे ज़्यादा आने वाले टॉपिक, और कठिनाई का पैटर्न पहचानो। बताओ कि आगामी परीक्षा में क्या आने की संभावना है और किस पर ध्यान दूँ।

5.4 परीक्षक की भूमिका

[विषय] के लिए सख्त लेकिन निष्पक्ष परीक्षक बनो। [टॉपिक] पर 5 मौखिक प्रश्न पूछो, एक-एक करके। हर उत्तर के बाद 1-10 में अंक दो, बताओ क्या कमी थी, और एक कठिन फ़ॉलो-अप प्रश्न पूछो जो गहराई में जाए।

5.5 आखिरी रात की रणनीति

मेरी [विषय] की परीक्षा कल सुबह है और मैंने काफ़ी कम पढ़ाई की है। मदद करो। आज रात किन हाई-यील्ड टॉपिक पर ध्यान दूँ? क्या पूरी तरह छोड़ दूँ? 4 घंटे की योजना दो जिसमें नींद और सुबह का रिवीज़न शामिल हो।

5.6 एरर लॉग रिव्यू

ये हाल की प्रैक्टिस में मेरी ग़लतियाँ हैं: [सूची]। इन्हें वर्गीकृत करो: लापरवाही की ग़लती, कॉन्सेप्ट का गैप, परीक्षा रणनीति की समस्या, या जानकारी की कमी? हर वर्ग के लिए एक खास आदत या तकनीक बताओ जो इसे ठीक करे।

6. लेखन और निबंध

6.1 थीसिस स्टेटमेंट वर्कशॉप

मैं [क्लास] के लिए [टॉपिक] पर निबंध लिख रहा/रही हूँ। प्रश्न है: [पेस्ट करें]। 4 संभावित थीसिस स्टेटमेंट दो — सुरक्षित से लेकर बोल्ड तक। हर एक के लिए बताओ कि यह किस तरह का निबंध बनाएगा और इसे डिफ़ेंड करना कितना कठिन होगा।

6.2 निबंध आउटलाइन

मेरी थीसिस है: [थीसिस]। निबंध की लंबाई: [लंबाई], स्टाइल: [MLA, APA, तर्क-आधारित, विश्लेषणात्मक आदि]। आउटलाइन बनाओ: हुक के साथ परिचय, 3-5 बॉडी पैराग्राफ़ (हर एक में टॉपिक वाक्य और 2-3 सबूत), और एक निष्कर्ष जो सिर्फ़ थीसिस दोहराए नहीं।

6.3 डेविल्स एडवोकेट

मेरा निबंध ड्राफ़्ट पढ़ो और विरोधी पक्ष बनो। मेरी थीसिस के खिलाफ़ 3 सबसे मज़बूत तर्क क्या हैं? मेरे सबूत कहाँ

कमज़ोर हैं? कोई कड़ा पाठक कहाँ पकड़ लेगा? ड्राफ़्ट: [पेस्ट करें]

6.4 वाक्य-स्तरीय एडिटिंग

इस पैराग्राफ़ को स्पष्टता, प्रवाह, और संक्षिप्तता के लिए एडिट करो — पर मेरी आवाज़ बनी रहे। हर बदलाव को [पुराना] → [नया] के रूप में दिखाओ, और एक लाइन में कारण बताओ। पैराग्राफ़: [पेस्ट करें]

6.5 हुक और निष्कर्ष

मेरे निबंध की थीसिस और मुख्य तर्क: [पेस्ट करें]। 3 अलग-अलग ओपनिंग हुक दो (किस्सा, चौंकाने वाला तथ्य, उकसाने वाला प्रश्न) और 3 अलग-अलग क्लोज़िंग (कॉल टू एक्शन, बड़ा निहितार्थ, चिंतनशील प्रश्न)। बताओ कौन सा संयोजन सबसे ज़्यादा प्रभाव डालेगा।

6.6 ग्रामर और स्टाइल

इसमें ग्रामर, विराम चिह्न, और अजीब वाक्यांशों की जाँच करो। हर समस्या, उसका सुधार, और उसके पीछे का नियम बताओ ताकि मैं पैटर्न सीख सकूँ। टेक्स्ट: [पेस्ट करें]

6.7 साइटेशन हेल्पर

इन स्रोतों को [MLA/APA/Chicago] स्टाइल में फ़ॉर्मेट करो: [सूची]। हर एक के लिए इन-टेक्स्ट साइटेशन भी दिखाओ। जहाँ ज़रूरी जानकारी गायब लगे, उसे चिह्नित करो।

6.8 पाठक की प्रतिक्रिया

मेरा निबंध पढ़ो और पैराग्राफ़ दर पैराग्राफ़ बताओ कि एक सोचने वाले पाठक के रूप में तुम क्या सोच रहे हो, क्या महसूस कर रहे हो। कहाँ खो जाते हो? कहाँ सहमत होते हो? कहाँ और जानना चाहते हो? निबंध: [पेस्ट करें]

7. शोध और आलोचनात्मक सोच

7.1 स्रोत की गुणवत्ता जाँच

मुझे [टॉपिक] पर शोध के लिए यह स्रोत मिला: [लिंक या अंश पेस्ट करें]। इसका मूल्यांकन करो: लेखक कौन है, उनका झुकाव क्या है, सबूत की गुणवत्ता कैसी है, और किन अन्य स्रोतों से क्रॉस-चेक करूँ?

7.2 स्टील-मैनिंग

मेरा मानना है कि [दृष्टिकोण]। विरोधी दृष्टिकोण का सबसे मज़बूत रूप बनाओ — वह जिसे खारिज करना मेरे लिए सबसे कठिन हो। ईमानदारी से, स्ट्रॉमैन नहीं।

7.3 साहित्य समीक्षा की शुरुआत

मैं [टॉपिक] पर शोध कर रहा/रही हूँ। इस क्षेत्र का नज़रिा बनाओ: कौन से प्रमुख विचार-स्कूल हैं, कौन प्रमुख विचारक हैं, बुनियादी पेपर/पुस्तकें कौन सी हैं, और अभी कौन सी बहसें चल रही हैं? एक उचित क्रम में 5 शुरुआती रीडिंग सुझाव दो।

7.4 तर्क दोष पहचानकर्ता

इस तर्क को पढ़ो और कोई भी तर्क-दोष (logical fallacy), छिपी मान्यताएँ, या कमज़ोर निष्कर्ष पहचानो: [पेस्ट करें]। हर समस्या के लिए दोष का नाम बताओ और उस हिस्से को ज़्यादा ईमानदारी से दोबारा लिखो।

7.5 पाँच क्यों

[समस्या/घटना] की जड़ तक पहुँचने में मदद करो। पाँच बार "क्यों?" पूछो, हर स्तर पर गहरा जाओ, जब तक हम मूल कारण तक न पहुँच जाएँ। फिर अंतर्दृष्टि का सार दो।

8. गणित और समस्या समाधान

8.1 स्टेप-बाय-स्टेप समाधान

इस समस्या को स्टेप-बाय-स्टेप हल करो, एक धैर्यवान ट्यूटर की तरह हर स्टेप पर तर्क समझाते हुए। एल्जेब्रा मत छोड़ो। समाधान के बाद सामान्य विधि समझाओ ताकि मैं ऐसे और प्रश्नों पर लगा सकूँ। प्रश्न: **[पेस्ट करें]**

8.2 कॉन्सेप्ट की समझ

मैं **[प्रश्न प्रकार]** बार-बार ग़लत कर रहा/रही हूँ। सिर्फ़ एक हल मत करो — मूल कॉन्सेप्ट समझाओ, बताओ विद्यार्थी क्यों फँसते हैं, और वह मानसिक मॉडल दो जिससे यह क्लिक हो जाए।

8.3 हल किए हुए उदाहरण से प्रैक्टिस

[प्रश्न प्रकार] के 3 हल किए हुए उदाहरण बढ़ती कठिनाई में दो। हर एक समझाओ। फिर इसी कठिनाई के 5 अनसुलझे प्रैक्टिस प्रश्न दो। मेरे उत्तर का इंतज़ार करो, फिर समाधान दिखाओ।

8.4 वर्ड प्रॉब्लम डिकोडर

मैं इस वर्ड प्रॉब्लम में अटक गया/गई हूँ: **[पेस्ट करें]**। अभी हल मत करो। पहले मुझे निकालने में मदद करो: क्या दिया है, क्या पूछा है, कौन सा सूत्र या कॉन्सेप्ट प्रासंगिक है, और इकाइयाँ क्या होंगी। फिर मुझे खुद समीकरण बनाने में गाइड करो।

8.5 मेरा काम जाँचो

यह मेरा हल है: **[पेस्ट करें]**। अभी सही या ग़लत मत बताओ। मेरे काम पर स्टेप-बाय-स्टेप जाओ और बताओ मेरा तर्क पहली बार कहाँ ग़लत होता है (अगर होता है)। फिर सुधार समझाओ — पूरा हल मत करो।

9. रीडिंग कॉम्प्रिहेंशन

9.1 एक्टिव रीडिंग साथी

मैं **[शीर्षक/लेखक]** पढ़ने वाला/वाली हूँ। शुरू करने से पहले: ध्यान में रखने योग्य 3 मार्गदर्शक प्रश्न, 5 ऐसे शब्द जो शायद मिलेंगे, और लेखक के तर्क में क्या टूटना है — ये सब बताओ।

9.2 कठिन टेक्स्ट का अनुवाद

इस कठिन अंश का अर्थ खोए बिना सरल आधुनिक भाषा में अनुवाद करो। फिर बताओ इसे पढ़ना मुश्किल क्यों है (शब्दावली, वाक्य संरचना, छिपा संदर्भ)। अंश: **[पेस्ट करें]**

9.3 चर्चा प्रश्न जनरेटर

[टेक्स्ट/अध्याय] पर एक स्टडी ग्रुप के लिए 8 चर्चा प्रश्न बनाओ। तथ्यात्मक समझ, व्याख्यात्मक, और आलोचनात्मक/

प्रयोगात्मक — सबका मिश्रण रखो। सबसे कठिन प्रश्न A-ग्रेड के विद्यार्थी को भी सोचने पर मजबूर करे।

9.4 थीम और प्रतीक ट्रेकर

मैं पढ़ रहा/रही हूँ। मुख्य थीम्स, बार-बार आने वाले प्रतीक, और मोटिफ़्स पहचानो। हर एक के लिए 2-3 टेक्स्ट क्षण दो जहाँ वे आते हैं और वे लेखक के इरादे के बारे में क्या बताते हैं।

10. भाषा सीखना

10.1 बातचीत साथी

चलो का अभ्यास करते हैं। मेरा स्तर: । पर मेरे साथ आम बातचीत करो। मेरे हर जवाब के बाद धीरे से गलतियाँ सुधारो और सुझाओ कि मैं इसे और स्वाभाविक रूप से कैसे कह सकता/सकती था।

10.2 संदर्भ में शब्दावली

में से जुड़े 10 नए शब्द सिखाओ। हर शब्द के लिए: अर्थ, उच्चारण गाइड, मेरे स्तर का एक उदाहरण वाक्य, और एक मेमोरी हुक ताकि याद रह सके।

10.3 ग्रामर अभ्यास

में पर केंद्रित पाठ दो। सरल नियम से शुरू करो, फिर 5 उदाहरण वाक्य, फिर 5 भरने वाले अभ्यास। मेरे उत्तर का इंतज़ार करो फिर सुधारो।

10.4 सांस्कृतिक संदर्भ

जब बोलने वाले कहते हैं, तो असल में उनका क्या मतलब होता है? शाब्दिक अर्थ, आम स्थितियाँ, औपचारिकता का स्तर, और कोई सांस्कृतिक पृष्ठभूमि जो विदेशी छूट जाएँगे — सब बताओ।

10.5 स्वाभाविक रूप से दोबारा लिखना

यह मैंने में लिखा है: । इसे ऐसे दोबारा लिखो जैसे मेरी उम्र का देशी वक्ता कहेगा। हर बदलाव को चिह्नित करो और बताओ कि यह ग्रामर का है, मुहावरे का, या सिर्फ़ स्वाभाविकता का।

11. कोडिंग और तकनीकी कौशल

11.1 कोड एक्सप्लेनर

इस कोड के बारे में लाइन-दर-लाइन सरल भाषा में बताओ कि यह क्या करता है। फिर एक पैराग्राफ़ में पूरा उद्देश्य संक्षेप में लिखो। जो कुछ भी असामान्य, अकुशल, या टूटने वाला लगे, चिह्नित करो। कोड:

11.2 साथ डिबग करना

मेरा कोड काम नहीं कर रहा। कोड: । एरर/अप्रत्याशित व्यवहार: । सिर्फ़ ठीक मत करो। समझाओ कि तुम इसे कैसे डायग्नोज़ करोगे, फिर सुधार सुझाओ, फिर बताओ इस तरह के बग से कैसे बचूँ।

11.3 कॉन्सेप्ट-पहले ट्यूटोरियल

मुझे [कॉन्सेप्ट - जैसे recursion, hash maps, async/await] सिखाओ। पहले अंतर्ज्ञान दो (यह क्यों है, क्या समस्या हल करता है), फिर एक न्यूनतम उदाहरण, फिर थोड़ा कठिन, फिर 3 प्रैक्टिस प्रश्न। मेरे प्रयास से पहले समाधान मत दिखाओ।

11.4 प्रोजेक्ट आइडिया जनरेटर

मैं [भाषा/फ्रेमवर्क] सीख रहा/रही हूँ और पोर्टफोलियो प्रोजेक्ट बनाना चाहता/चाहती हूँ। मेरा स्तर: [शुरुआती आदि], रुचि का क्षेत्र: [डोमेन]। बढ़ती जटिलता में 5 प्रोजेक्ट आइडिया दो। हर एक के लिए मुख्य कौशल और मोटा स्कोप बताओ।

11.5 कोड रिव्यू

इस कोड का रिव्यू एक सीनियर डेवलपर की तरह करो। पठनीयता, नामकरण, संरचना, एज केसेस, और प्रदर्शन पर टिप्पणी करो। विशिष्ट रहो। ठोस सुधार उदाहरण के साथ दो। कोड: [पेस्ट करें]

12. प्रोजेक्ट और समूह कार्य

12.1 प्रोजेक्ट स्कोपिंग

मेरा [टॉपिक] पर प्रोजेक्ट [समयसीमा] में देना है। स्कोप करने में मदद करो: वास्तविक डिलीवरेबल क्या होगा, हर हफ्ते कौन से माइलस्टोन मारूँ, क्या गलत हो सकता है, और समय खत्म होने पर न्यूनतम संस्करण क्या होगा?

12.2 ब्रेनस्टॉर्म से कॉन्सेप्ट

मुझे [क्लास] के लिए प्रोजेक्ट आइडिया चाहिए। बाधाएँ: [बजट, टॉपिक, फॉर्मेट आदि]। 10 आइडिया दो — सुरक्षित से महत्वाकांक्षी तक। हर एक के लिए एक लाइन का पिच, क्या खास है, और मुख्य जोखिम बताओ।

12.3 समूह समन्वय योजना

हमारा [संख्या] लोगों का समूह [प्रोजेक्ट] पर काम कर रहा है। हर सदस्य की ताकत: [सूची]। काम बाँटने में मदद करो, साझा समयरेखा बनाओ, और चेक-इन कब करें यह तय करो। अगर कोई सदस्य पीछे रह जाए तो क्या करें — यह भी सुझाओ।

12.4 अंतिम गुणवत्ता जाँच

मेरा पूरा प्रोजेक्ट/ड्राफ्ट यहाँ है: [पेस्ट करें या वर्णन करें]। एक सख्त शिक्षक की तरह इन मापदंडों पर जाँचो: [रूब्रिक पेस्ट करें]। कहाँ अंक कटेंगे? क्या पहले से मज़बूत है?

13. करियर और भविष्य की तैयारी

13.1 करियर पथ खोज

मेरी रुचि [क्षेत्र/विषय] में है और मैं [मज़बूतियाँ] में अच्छा/अच्छी हूँ। 5 करियर पथ बताओ — कुछ कम-दिखने वाले भी। हर एक के लिए: रोज़ का काम कैसा होता है, सामान्य वेतन सीमा, ज़रूरी शिक्षा, और अगले दशक में यह क्षेत्र कैसे बदल रहा है।

13.2 स्किल गैप विश्लेषण

मेरा सपना रोल है: [रोल]। मेरी मौजूदा स्किल्स/अनुभव: [वर्णन]। ईमानदारी से गैप पहचानो। पहले क्या सीखूँ, क्या "अच्छा होता तो ठीक है" और क्या छोड़ सकता/सकती हूँ — प्राथमिकता दो। हर एक के लिए मुफ्त या सस्ते संसाधन सुझाओ।

13.3 रेज़्यूमे ड्राफ्ट और समीक्षा

मेरी पृष्ठभूमि: [शिक्षा, अनुभव, प्रोजेक्ट, स्किल्स]। [रोल/उद्योग] के लिए एक पत्रे का रेज़्यूमे बनाओ। फिर अपने ही ड्राफ्ट की आलोचना करो — क्या कमज़ोर है, अनुभव बढ़ाने पर क्या सुधार करूँ।

13.4 मॉक इंटरव्यू

[रोल] के लिए मॉक इंटरव्यू लो। एक-एक करके सवाल पूछो — व्यवहारिक, तकनीकी, और चौंकाने वाले प्रश्न मिलाओ। हर जवाब के बाद ईमानदार फ़ीडबैक दो — सामग्री, संरचना (जैसे STAR विधि), और प्रस्तुति पर। फिर अगला प्रश्न पूछो।

13.5 नेटवर्किंग संदेश

मैं [प्लेटफ़ॉर्म] पर [व्यक्ति / प्रकार के व्यक्ति] से संपर्क करना चाहता/चाहती हूँ। लक्ष्य: [सूचनात्मक साक्षात्कार / मेंटरशिप आदि]। 3 अलग टोन में छोटे संदेश दो: गर्मजोशी भरा, पेशेवर, जिज्ञासु। हर एक 100 शब्दों से कम।

14. संचार और सॉफ्ट स्किल्स

14.1 प्रेज़ेंटेशन डिज़ाइनर

मैं [दर्शकों] के सामने [समय] के लिए [टॉपिक] पर प्रेज़ेंटेशन दे रहा/रही हूँ। डिज़ाइन में मदद करो: एक हुक, 3 मुख्य बिंदु — हर एक के साथ यादगार उदाहरण, ट्रांज़िशन का पैटर्न, और मज़बूत समापन। बताओ कहाँ रुकूँ या प्रश्न पूछूँ ताकि दर्शक जुड़े रहें।

14.2 मुश्किल ईमेल

मुझे अपने [शिक्षक/बॉस/सहपाठी] को [स्थिति — जैसे डेडलाइन मिस, मदद माँगना, ग्रेड पर सवाल] के बारे में ईमेल भेजना है। 2 संस्करण दो: एक विनम्र-और-सीधा, दूसरा थोड़ा क्षमायाचना भरा-और-नरम। बताओ कौन सा ज़्यादा काम करेगा और क्यों।

14.3 कठिन बातचीत

मुझे [व्यक्ति] से [मुद्दा] पर बात करनी है। मेरा लक्ष्य: [परिणाम]। सोचने में मदद करो: किस बात से शुरू करूँ, वे क्या कहेंगे, शांत कैसे रहूँ, और समझौता क्या होगा।

14.4 सार्वजनिक बोलने की तैयारी

मुझे [टॉपिक] प्रेज़ेंट करने की घबराहट है। तैयारी में मदद करो: 5 संभावित दर्शक प्रश्न (उत्तर सहित), अगर मैं अटक जाऊँ तो एक हल्की-फुल्की ओपनिंग लाइन, और प्रेज़ेंटेशन से ठीक पहले इस्तेमाल करने वाली तीन ग्राउंडिंग तकनीकें।

15. प्रेरणा, मानसिकता, और भलाई

15.1 जब अटक जाएँ — रीसेट

मैं अभिभूत हूँ। मेरे काम: [सूची]। महसूस कर रहा/रही हूँ: [भावना]। उपदेश मत दो — बस अगले 15 मिनट में मैं जो एक छोटा सा कदम उठा सकूँ, वह बताओ। फिर आगे बढ़ेंगे।

15.2 ग्रोथ माइंडसेट

मैं अभी [स्थिति] में असफल हुआ/हुई हूँ और खुद से कह रहा/रही हूँ कि [नकारात्मक स्व-वार्ता]। इसे ग्रोथ-माइंडसेट के नज़रिए से दोबारा फ़्रेम करो। क्या सबक है, क्या अभी भी मेरे नियंत्रण में है, और अगली बार क्या अलग करूँ?

15.3 प्रेरणा का निदान

मैं [विषय/लक्ष्य] के लिए प्रेरणा खो चुका/चुकी हूँ। 5 प्रश्न पूछो ताकि कारण पता चले — ऊब, बर्नआउट, ग़लत फ़िट, परफ़ेक्शनिज़्म, या प्रगति की कमी? मेरे उत्तरों के आधार पर एक छोटा प्रयोग सुझाओ।

15.4 परीक्षा की चिंता

मुझे परीक्षा या प्रेज़ेंटेशन से पहले/दौरान चिंता होती है। मुझे ज़ेनरिक सलाह नहीं, व्यावहारिक तकनीकें चाहिए। 5 सबूत-आधारित विधियाँ दो (जैसे विशिष्ट साँस लेने के पैटर्न, सोच के बदलाव, तैयारी की आदतें), हर एक के लिए कैसे-करें स्टेप्स।

15.5 ऊर्जा और फोकस ऑडिट

मेरा सामान्य दिन: [वर्णन]। मेरी ऊर्जा [समय] पर गिरती है। ऑडिट में मदद करो: क्या मुझे थका रहा है, क्या तरोताज़ा कर रहा है, और नींद, खाना, गति, या स्क्रीन की आदतों में कौन से छोटे बदलाव सबसे बड़ा फ़र्क डालेंगे?

16. आत्म-चिंतन और विकास

16.1 साप्ताहिक समीक्षा

मुझे साप्ताहिक चिंतन में ले चलो। एक-एक करके सवाल पूछो: क्या अच्छा गया, क्या नहीं, क्या सीखा, अगले हफ़्ते क्या बदलूँ, और किस बात पर गर्व है। अंत में हफ़्ते का एक-वाक्य का थीम बताओ।

16.2 लर्निंग जर्नल

मैंने अभी [टॉपिक या काम] ख़त्म किया। 3 ऐसे चिंतनशील प्रश्न पूछो जो "मैंने क्या सीखा?" से आगे जाएँ — आश्चर्य, भ्रम, अन्य विचारों से जुड़ाव, और मैं इसे किसी को कैसे सिखाऊँगा/सिखाऊँगी।

16.3 लक्ष्य निर्धारण (असली, सपनों जैसा नहीं)

मेरे [अस्पष्ट लक्ष्य] को असली योजना में बदलने में मदद करो। SMART या OKRs जैसी पद्धति लागू करो। फिर इसे टेस्ट करो: क्या इसे रोक सकता है, न्यूनतम संस्करण क्या होगा, और अगले 24 घंटों में पहला क़दम क्या लूँगा/लूँगी?

16.4 ताक़त और पैटर्न

मेरी हाल की जीत और संघर्ष: [सूची]। तुम्हें कौन से पैटर्न दिखते हैं? यह मेरी ताक़त, असफलता के तरीक़ों, और जिस माहौल में मैं सबसे अच्छा करता/करती हूँ, उसके बारे में क्या बताता है?

बोनस: AI को बेहतर ट्यूटर बनाने वाले प्रॉम्प्ट्स

ये मेटा-प्रॉम्प्ट्स किसी भी विषय में AI के साथ काम करने का तरीका बेहतर बनाते हैं।

ट्यूटर बनो, उत्तर मशीन नहीं

अब से **[विषय]** के लिए सॉफ़्टिक ट्यूटर बनो। मुझे सीधे जवाब मत दो। मार्गदर्शक प्रश्न पूछो, संकेत दो, और मुझे थोड़ा संघर्ष करने दो ताकि मैं सीखूँ। उत्तर सिर्फ़ तभी दो जब मैं स्पष्ट रूप से माँगूँ, या 3 ग़लत प्रयासों के बाद।

मेरे स्तर के अनुसार ढलो

मेरे **[विषय]** के प्रश्नों का जवाब देने से पहले, मुझसे 3 छोटे सवाल पूछो ताकि पता चले मैं क्या जानता/जानती हूँ। फिर अपनी व्याख्या मेरे मौजूदा स्तर से ठीक एक कदम ऊपर रखो — चुनौतीपूर्ण पर असंभव नहीं।

अपनी सोच दिखाओ

हर उत्तर के लिए मुझे यह भी बताओ कि तुम वहाँ कैसे पहुँचे: क्या-क्या सोचा, क्या खारिज किया, और कितना भरोसा है। अगर अनिश्चित हो, तो कहो।

अंत में मुझसे क्विज़ लो

हर व्याख्या के बाद, 2 तेज़ प्रश्न पूछो ताकि देख सको मैंने सच में समझा या नहीं। जब तक मैं सही न कहूँ, आगे मत बढ़ो।

मेरी कमियों की पहचान करो

जैसे-जैसे हम बात करते हैं, उन कॉन्सेप्ट्स की सूची बनाते रहो जिन पर मैं स्पष्ट नहीं लगता/लगती। हर 10 मिनट में (या जब माँगूँ) सूची दिखाओ और सुझाओ अगले कदम के लिए क्या पढ़ूँ।

17. विषय-विशिष्ट महारत

सामान्य अध्ययन प्रॉम्प्ट्स एक हद तक ही ले जाते हैं। हर विषय का सोचने का अपना तरीका है — ये प्रॉम्प्ट्स उसी से जुड़ते हैं।

विज्ञान

17.1 भौतिकी: समझ बनाओ

[कॉन्सेप्ट] का सिर्फ़ फ़ॉर्मूला मत दो। पहले मेरी भौतिक समझ बनाओ: असल में क्या हो रहा है, अगर यह नियम न होता तो असली दुनिया में क्या बदल जाता, और कौन सा रोज़मर्रा का उदाहरण इसे दिखाता है। फिर फ़ॉर्मूला निकालो और हर चिह्न का भौतिक अर्थ समझाओ।

17.2 रसायन शास्त्र: रिएक्शन वॉकथ्रू

इस रिएक्शन को स्टेप-बाय-स्टेप समझाओ: **[रिएक्शन]**। हर स्टेप में बताओ कौन से बॉन्ड टूटते हैं, कौन से बनते हैं, यह ऊर्जा की दृष्टि से अनुकूल क्यों है, और क्या इसे चला रहा है (इलेक्ट्रोनेगेटिविटी, स्टेरिक्स, चार्ज, आदि)। प्रोडक्ट दिखाने से पहले मुझे प्रेडिक्ट करने दो ताकि मैं अपनी सोच जाँच सकूँ।

17.3 जीव विज्ञान: प्रक्रिया एनिमेटर

[जैविक प्रक्रिया] को ऐसे बताओ जैसे तुम एक स्लो-मोशन वीडियो की कमेंट्री कर रहे हो। सेल या मॉलिक्यूल से शुरू करो, हर चरण पर ज़ूम-इन करो, स्ट्रक्चर और एंज़ाइम्स के नाम बताओ, और समझाओ यह प्रक्रिया जीव के लिए क्यों

ज़रूरी है। अंत में बताओ कि अगर यह विफल हो तो क्या गलत होता है।

17.4 पृथ्वी और पर्यावरण विज्ञान: सिस्टम सोच

[परिघटना – जैसे कार्बन साइकल, प्लेट टेक्टॉनिक्स] को एक सिस्टम के रूप में मैप करो। मुख्य रिज़र्वायर, उनके बीच फ़्लो, फ़ीडबैक लूप (बढ़ाने वाले बनाम संतुलन करने वाले), और कहाँ मानव गतिविधि इसमें खलल डालती है, बताओ। प्रेडिक्ट करो कि अगर एक इनपुट दोगुना हो जाए तो क्या होगा।

मानविकी

17.5 इतिहास: कारण-प्रभाव श्रृंखला

[ऐतिहासिक घटना] को कारणों और परिणामों की एक श्रृंखला के रूप में समझाओ। गहरे दीर्घकालिक कारण, तत्काल ट्रिगर, घटना के दौरान मुख्य मोड़, और छोटे व लंबे प्रभाव बताओ। चिह्नित करो कहाँ इतिहासकार असल में असहमत हैं।

17.6 इतिहास: कई दृष्टिकोणों से विश्लेषण

[घटना] की कहानी 3 अलग दृष्टिकोणों से बताओ — जैसे शक्तिशाली, शक्तिहीन, और एक बाहरी पर्यवेक्षक। बताओ कहाँ कथाएँ मेल खाती हैं, कहाँ टकराती हैं, और हर दृष्टिकोण क्या दिखाता है जो दूसरे छूट जाते हैं।

17.7 दर्शन: तर्क मैपर

[दार्शनिक] का [विषय] पर तर्क लो। इसे प्रिमाइस और निष्कर्ष में तोड़ो। हर लॉजिकल कदम दिखाओ। सबसे कमज़ोर प्रिमाइस पहचानो और बताओ कि एक आलोचक उस पर कैसे हमला करेगा। फिर दार्शनिक के बचाव को स्टील-मैन करो।

17.8 साहित्य: क्लोज़ रीडिंग

इस अंश की क्लोज़ रीडिंग करो: [पेस्ट करो]। शब्द-चयन, बिंब, वाक्य-रचना, लय, और जो अनकहा है — सब पर टिप्पणी करो। ख़ास शब्द-चयन को रचना के बड़े विषयों से जोड़ो। "लेखक की शैली दिखाता है" जैसे सामान्य वाक्यों से बचो — विशिष्ट बनो।

17.9 भूगोल: प्रक्रिया के रूप में स्थान

[क्षेत्र/स्थान] को एक स्थिर नक्शे के रूप में नहीं, बल्कि प्रक्रियाओं के परिणाम के रूप में समझाओ: भौतिक (भूविज्ञान, जलवायु), मानवीय (प्रवास, अर्थव्यवस्था), और राजनीतिक (सीमाएँ, संघर्ष)। किन शक्तियों ने इसे आकार दिया, और आगे क्या इसे आकार दे रहा है?

सामाजिक विज्ञान

17.10 अर्थशास्त्र: सिद्धांत से सुर्खी तक

[आर्थिक कॉन्सेप्ट – जैसे इलास्टिसिटी, तुलनात्मक लाभ, मोरल हैज़र्ड] लो। सटीक परिभाषा दो, फिर पिछले साल की 3 अलग असली ख़बरों या स्थितियों में इसे काम करते दिखाओ। कहाँ टेक्स्टबुक की भविष्यवाणियाँ हक़ीक़त से मेल खाती हैं, और कहाँ टूट जाती हैं?

17.11 मनोविज्ञान: कॉन्सेप्ट मेरी ज़िंदगी में

[मनोविज्ञान कॉन्सेप्ट – जैसे कॉग्निटिव डिसेनेंस, ऑपरेट कंडीशनिंग, अटैचमेंट थ्योरी] समझाओ। परिभाषा दो, इसके पीछे की क्लासिक स्टडीज़ बताओ, फिर मुझसे 3 सवाल पूछो ताकि मैं अपनी ज़िंदगी में या जिन्हें मैं जानता/जानती हूँ उनमें यह पहचान सकूँ।

17.12 समाजशास्त्र: पैटर्न खोजने वाला

[समाजशास्त्रीय कॉन्सेप्ट] को रोज़मर्रा की जिंदगी में काम करते देखने में मेरी मदद करो। अलग-अलग क्षेत्रों से 5 ठोस उदाहरण दो: काम, स्कूल, परिवार, मीडिया, सार्वजनिक जगह। साफ़ उदाहरणों और उन सूक्ष्म उदाहरणों में फ़र्क़ करो जो ज़्यादातर लोग चूक जाते हैं।

कला

17.13 कला इतिहास: स्टाइल डिकोडर

मुझे सिखाओ [कला आंदोलन – जैसे इम्प्रेशनिज़्म, बारोक, बौहाउस] को देखते ही कैसे पहचानूँ। मुझे किन 5 विजुअल विशेषताओं को स्कैन करना चाहिए? मुख्य कलाकार कौन हैं? वे किसके खिलाफ़ प्रतिक्रिया कर रहे थे? आंदोलन को साफ़ दिखाने वाली 3 कम-प्रसिद्ध कृतियाँ दो।

17.14 संगीत सिद्धांत: कॉन्सेप्ट को सुनो

[म्यूज़िक थ्योरी कॉन्सेप्ट – जैसे मॉडल इंटरचेंज, सेकेंडरी डॉमिनेन्स, 12-बार ब्लूज़] समझाओ। फिर 3 प्रसिद्ध गाने सुझाओ जहाँ मैं इसे साफ़ सुन सकूँ। हर गाने में ठीक-ठीक बताओ कब उसे सुनने के लिए कान खोलने हैं (जैसे टाइमस्टैम्प या सेक्शन के नाम)।

18. मानकीकृत परीक्षा की तैयारी

SAT, ACT, GRE, GMAT, IELTS, TOEFL, MCAT, LSAT, और इसी तरह की परीक्षाओं के लिए।

18.1 डायग्नोस्टिक रीडर

[परीक्षा का नाम] के हाल के प्रैक्टिस टेस्ट से मेरे नतीजे यहाँ हैं: [सेक्शन या प्रश्न-प्रकार के अनुसार स्कोर पेस्ट करो]। मेरे सबसे कमज़ोर क्षेत्र, सबसे मज़बूत क्षेत्र, और सबसे ज़्यादा फ़ायदे वाला सेक्शन (जहाँ कम मेहनत में सबसे ज़्यादा स्कोर बढ़े) पहचानो। अनुमान लगाओ कि मेरी मौजूदा रफ़्तार से परीक्षा के दिन मैं कहाँ पहुँचूँगा/पहुँचूँगी।

18.2 प्रश्न-प्रकार के अनुसार रणनीति

मुझे [प्रश्न-प्रकार – जैसे SAT रीडिंग इन्फ़रेंस, GRE डेटा सफ़िशियेंसी, IELTS Task 2] के लिए सबसे अच्छी रणनीति सिखाओ। बताओ: सवाल कैसे पढ़ूँ, ट्रैप उत्तरों के पैटर्न, समय का बजट, और स्टेप-बाय-स्टेप तरीक़ा। फिर 3 सैंपल सवाल दो ताकि मैं अभ्यास कर सकूँ।

18.3 क्रांट ड़िल जेनरेटर

[परीक्षा का नाम] के 10 क्रांट सवाल बनाओ — [आसान/मध्यम/कठिन] कठिनाई पर, [टॉपिक] पर केंद्रित। उत्तर मत दिखाओ। मेरे हल करने के बाद ग्रेड दो, और हर ग़लत उत्तर पर सही तरीक़ा और जिस ट्रैप में मैं फँसा/फँसी, दोनों दिखाओ।

18.4 स्पीकिंग प्रैक्टिस (IELTS/TOEFL)

[IELTS/TOEFL] स्पीकिंग प्रैक्टिस सेशन चलाओ। मुझसे Part 1, Part 2, और Part 3 का एक-एक सवाल पूछो। मेरे उत्तर के बाद, फ़्लूएन्सी, शब्दावली, व्याकरण, और उच्चारण-संकेतों पर स्कोर दो। 3 ऐसे वाक्यांश सुझाओ जो उत्तर को बेहतर कर सकते थे।

18.5 लेखन समीक्षा (IELTS/TOEFL/GRE)

मेरे निबंध को आधिकारिक [परीक्षा] रूब्रिक के विरुद्ध ग्रेड करो। हर मानदंड पर अंक दो। एक पैराग्राफ़ का "पहले और बाद" दिखाओ जो उच्च बैंड में फिर से लिखा गया हो। मुझे बताओ कि कौन सा एक सुधार मेरे स्कोर को सबसे ज़्यादा बढ़ाएगा। निबंध: [पेस्ट करो]

18.6 संदर्भ में शब्दावली

मुझे 10 उच्च-आवृत्ति वाले [परीक्षा का नाम] शब्द सिखाओ। हर शब्द के लिए: परिभाषा, मूल, परीक्षा-शैली में एक सैंपल वाक्य, और एक "नियर-मिस" शब्द जिससे यह अक्सर भ्रमित होता है। अंत में मुझसे क्विज़ लो।

18.7 पेसिंग ड्रिल

समयबद्ध परिस्थितियों में [परीक्षा] के एक [सेक्शन] का अनुकरण करो। एक बार में एक सवाल दो, [X]-सेकंड का टाइमर रिमाइंडर साथ दो। सेक्शन खत्म होने पर बताओ कहाँ मैं बहुत धीमा/धीमी था/थी, कहाँ बहुत तेज़, और कहाँ दबाव में सटीकता गिरी।

19. कॉलेज और विश्वविद्यालय आवेदन

19.1 कॉलेज सूची रणनीतिकार

मुझे एक संतुलित कॉलेज सूची बनाने में मदद करो। मेरा शैक्षिक प्रोफ़ाइल: [GPA, टेस्ट स्कोर, कोर्सेस]। मेरी रुचियाँ: [क्षेत्र]। मेरी प्राथमिकताएँ: [स्थान, आकार, खर्च, संस्कृति]। हर एक के लिए एक-लाइन कारण के साथ 3 रीच, 4 टारगेट, और 3 सेफ़्टी सुझाओ।

19.2 पर्सनल स्टेटमेंट ब्रेनस्टॉर्म

मुझे एक पर्सनल स्टेटमेंट लिखना है। उन क्षणों, संघर्षों, या जुनूनों को निकालने के लिए मुझसे 8 गहरे सवाल पूछो जो दिखाते हैं मैं कौन हूँ। सतही जवाबों को मत स्वीकारो — मुझे विशिष्ट होने के लिए धकेलो। बातचीत के बाद, मेरे जवाबों के आधार पर 3 संभव निबंध-कोण सुझाओ।

19.3 पर्सनल स्टेटमेंट ड्राफ़्टर

प्रॉम्प्ट यहाँ है: [पेस्ट करो]। मैं जिस कोण और सामग्री का उपयोग करना चाहता/चाहती हूँ: [बताओ]। एक शुरुआती पैराग्राफ़ ड्राफ़्ट करो जो हर दूसरे आवेदक जैसा न लगे। फिर बाक़ी का आउटलाइन बनाओ। पूरा निबंध अभी मत लिखो — कोण मेरी मंजूरी का इंतज़ार करो।

19.4 सप्लीमेंटल निबंध वर्कशॉप

सप्लीमेंटल प्रॉम्प्ट यहाँ है: [पेस्ट करो]। मैं जो सोच रहा/रही हूँ: [बताओ]। पहचानो कि स्कूल इस प्रॉम्प्ट के पीछे असल में क्या जाँच रहा है। 3 अलग कोण सुझाओ जो हर एक इसका अच्छा जवाब हों। फिर मेरे मौजूदा ड्राफ़्ट में छेद ढूँढो।

19.5 एक्टिविटीज़ लिस्ट टाइटनर

मेरी एक्स्ट्राक्यूरिकुलर सूची यहाँ है: [विवरण के साथ पेस्ट करो]। हर विवरण को [कैरेक्टर लिमिट] के अनुसार फिर से लिखो। पद-नाम नहीं, असर और ठोस नतीजों से शुरू करो। एक ऐसा क्रम सुझाओ जो मेरी सबसे मज़बूत कहानी बताए।

19.6 अनुशंसा पत्र अनुरोध

[शिक्षक/काउंसलर] से [प्रोग्राम] के लिए अनुशंसा पत्र माँगने वाला विनम्र ईमेल ड्राफ़्ट करने में मदद करो। एक पैराग्राफ़ की "ब्रैग शीट" जोड़ो — ठोस क्षण और उपलब्धियाँ जिन्हें वे उल्लेख कर सकते हैं ताकि उन्हें यादों में खोदना न पड़े।

19.7 एडमिशन इंटरव्यू तैयारी

[स्कूल या प्रोग्राम] के लिए मॉक एडमिशन इंटरव्यू चलाओ। एक बार में एक सवाल पूछो — मानक सवाल (इस स्कूल को क्यों, यह मेजर क्यों) कर्वबॉल (पसंदीदा किताब, असफलता का समय) के साथ मिलाओ। हर एक के बाद बताओ कौन सा जवाब असर डाला और कौन सा फ़ीका रहा।

19.8 स्कॉलरशिप रणनीति

मैं [क्षेत्र/पहचान/परिस्थिति] के लिए स्कॉलरशिप खोज रहा/रही हूँ। श्रेणियाँ सुझाओ जिनमें मुझे खोजना चाहिए (मेरिट, पहचान-आधारित, क्षेत्र-विशिष्ट, क्षेत्रीय, नियोक्ता-लिंकड, अलग/निच)। हर श्रेणी के लिए 2-3 खोज-शुरुआत बिंदु दो और बताओ किस चीज़ से आवेदन अलग बनता है।

20. शोध पत्र, थीसिस और शोध-ग्रंथ

20.1 शोध प्रश्न रिफ़ाइनर

मेरा कच्चा शोध विचार: [बताओ]। इसे एक असली शोध प्रश्न में तेज़ करने में मदद करो। जाँच करो: क्या यह विशिष्ट है, क्या जवाब देने योग्य है, क्या नया है, क्या मेरे समय और संसाधनों में संभव है? सुरक्षित से महत्वाकांक्षी तक 3 तेज़ संस्करण सुझाओ।

20.2 लिटरेचर रिव्यू सिंथेसाइज़र

मेरे पास इकट्ठा किए गए 5-10 स्रोत: [शीर्षक + 1-लाइन सारांश पेस्ट करो]। सिर्फ़ सारांश नहीं, सिंथेसिस में मदद करो। मुख्य बहसें क्या हैं? कहाँ सहमति है? कहाँ वह कमी है जिसे मेरा शोध भर सकता है? सूची नहीं, बातचीत की तरह मैप करो।

20.3 मेथडोलॉजी समीक्षा

मेरी प्रस्तावित मेथडोलॉजी: [बताओ]। सख्त कमेटी सदस्य की तरह बात करो। वैधता के खतरे, कन्फ़ाउंड, सैंपल समस्याएँ, और नैतिक चिंताएँ क्या हैं? हर एक के लिए एक सुधार या बचाव-योग्य औचित्य सुझाओ।

20.4 डेटा व्याख्या सहायक

मेरे नतीजे: [पेस्ट या बताओ]। ईमानदारी से इनकी व्याख्या करने में मदद करो। नतीजे असल में क्या दिखाते हैं? क्या निष्कर्ष निकालना उचित है बनाम क्या अति-दावा होगा? मुझे किन वैकल्पिक स्पष्टीकरणों को नकारना चाहिए? तुम्हें क्या आश्चर्यजनक लगा?

20.5 एबस्ट्रैक्ट पॉलिशर

मेरे पेपर का ड्राफ़्ट एबस्ट्रैक्ट: [पेस्ट करो]। इसे [शब्द-सीमा] तक कसो। पक्का करो कि शामिल हो: प्रश्न, यह क्यों ज़रूरी है, मेथड, मुख्य परिणाम, योगदान। हर वह शब्द हटाओ जो अपनी जगह नहीं कमाता। ट्रैकड-चेंजेज़ संस्करण दिखाओ।

20.6 थीसिस डिफेंस सिमुलेटर

सख्त लेकिन निष्पक्ष कमेटी सदस्य की तरह काम करो। मेरा एबस्ट्रैक्ट और अध्याय-सारांश पढ़ो: । थीसिस डिफेंस में अपेक्षित 5 सबसे कठिन सवाल पूछो। हर जवाब के बाद आत्मविश्वास, स्पष्टता, और गहराई पर प्रतिक्रिया दो।

20.7 साइटेशन और स्रोत ऑडिट

मेरी संदर्भ सूची: । ऑडिट करो: हाल बनाम मूल का संतुलन, दृष्टिकोणों का संतुलन, इस उप-क्षेत्र के छोटे प्रमुख लेखक, और कोई स्रोत जो कमज़ोर दिखे (शिकारी पत्रिकाएँ, बिना समीक्षा वाले, बहुत पुराने)। इसे मज़बूत करने वाले 3-5 जोड़ सुझाओ।

21. प्रयोगशाला कार्य और वैज्ञानिक विधि

21.1 हाइपोथीसिस फ़ॉर्मूलेटर

मैं की जाँच करना चाहता/चाहती हूँ। एक परीक्षण-योग्य हाइपोथीसिस बनाने में मदद करो: स्वतंत्र और निर्भर वेरिएबल, अनुमानित संबंध, नल हाइपोथीसिस, और कौन सा परिणाम मेरी भविष्यवाणी को ग़लत साबित करेगा। अगर मेरा सवाल असल में परीक्षण-योग्य नहीं है तो चिह्नित करो।

21.2 प्रायोगिक डिज़ाइन समीक्षक

मेरा प्रयोग डिज़ाइन: । एक TA की तरह आलोचना करो: कंट्रोल सही हैं?, क्या सैंपल साइज़ उचित है?, कौन से कन्फ़ाउंड हैं?, क्या मापन वैध है? पूरे को बदले बिना सुधार सुझाओ।

21.3 लैब रिपोर्ट कंकाल

मैंने अभी पर प्रयोग किया। जो किया और देखा: । मानक सेक्शन (परिचय, मेथड, परिणाम, चर्चा, निष्कर्ष) के साथ लैब रिपोर्ट का आउटलाइन बनाओ। हर एक के लिए 3-5 बुलेट पॉइंट दो जिन्हें कवर करना है। गद्य मत लिखो — सिर्फ़ स्कैफ़ोल्डिंग।

21.4 त्रुटि और अनिश्चितता विश्लेषण

मेरा डेटा: । त्रुटि के स्रोतों पर सोचने में मदद करो: यंत्र-संबंधी, प्रक्रिया-संबंधी, पर्यावरण-संबंधी, मानवीय। अनुमान लगाओ कौन सा हावी है। बताओ ईमानदारी से अनिश्चितता कैसे रिपोर्ट करूँ और दोबारा करने पर क्या अलग करूँ।

21.5 प्री-लैब कॉन्सेप्ट रिफ़्रेशर

कल मेरी पर लैब है। 15 मिनट की पढ़ाई जितने अंदर के कॉन्सेप्ट्स रिफ़्रेश करो। बताओ: सिद्धांत, हम यह तकनीक क्यों इस्तेमाल करते हैं, प्रक्रिया के मुख्य कदम, आम ग़लतियाँ, और 3 सवाल जो TA पूछ सकता है यह जाँचने को कि मैंने तैयारी की या नहीं।

22. रचनात्मक विषय

22.1 क्रिएटिव राइटिंग: कहानी वर्कशॉप

मेरी कहानी का ड्राफ़्ट: । शिक्षक की तरह नहीं, राइटिंग-ग्रुप के साथी की तरह वर्कशॉप करो। क्या काम

कर रहा है? कहानी कहाँ धीमी होती है या ध्यान खोती है? क्या नायक/नायिका असल में कुछ चाहता/चाहती है? तनाव कहाँ है? 3 सबसे प्रभावी संशोधनों के साथ खत्म करो।

22.2 चरित्र विकास गहरा गोता

मैं [प्रोजेक्ट] के लिए [नाम] नामक चरित्र बना रहा/रही हूँ। मुझसे उनके बारे में 15 सवाल पूछो — सिर्फ रूप-रंग नहीं, बल्कि विरोधाभास, डर, राज़, वह बात जो वे कभी नहीं मानेंगे। जवाब देने के बाद, 3 ऐसे दृश्य सुझाओ जो इन गुणों को पत्रे पर मजबूर कर दें।

22.3 कविता: रूप और प्रतिक्रिया

मैंने एक कविता लिखी: [पेस्ट करो]। इसे एक गंभीर पाठक की तरह पढ़ो। सबसे मजबूत पंक्ति कौन सी है और क्यों? क्लिशे या टेलीग्राफ़ किए हुए मूव कहाँ हैं? एक संरचनात्मक प्रयोग सुझाओ — रूप तोड़ो, पंक्ति-विराम बदलो, POV पलटो — और दिखाओ पहला अंश कैसा लगेगा।

22.4 विजुअल आर्ट: रचना समीक्षा

मैं [माध्यम] में एक टुकड़े पर काम कर रहा/रही हूँ। मैं जो व्यक्त करना चाहता/चाहती हूँ: [बताओ]। मेरी मौजूदा रचना: [बताओ या इमेज लगाओ]। रचना की आलोचना करो: संतुलन, फ़ोकल पॉइंट, वैल्यू स्ट्रक्चर, रंग-तर्क, नेगेटिव स्पेस। 2 ठोस बदलाव सुझाओ जो इसे तेज़ करेंगे।

22.5 संगीत: अभ्यास योजना

मैं [वाद्ययंत्र] पर [स्तर] हूँ। मेरा लक्ष्य [समय-सीमा] में [टुकड़ा / कौशल / ऑडिशन] है। 30 मिनट की रोज़ की अभ्यास योजना बनाओ जो तकनीक, टुकड़ा, और कान/संगीत-समझ का काम करे। बताओ क्या मैं रिकॉर्ड करके साप्ताहिक समीक्षा करूँ।

22.6 फ़िल्म और मीडिया विश्लेषण फ़्रेम

मैं [फ़िल्म / शो / गेम / विज्ञापन] का विश्लेषण कर रहा/रही हूँ। संरचित विश्लेषण से चलाओ: कथा, चरित्र, विजुअल शैली, ध्वनि, थीम, सांस्कृतिक संदर्भ। हर एक के लिए 2 खास चीज़ें देखने को दो और एक उदाहरण दो जिसे मैं निबंध में उद्धृत कर सकूँ।

23. वित्तीय साक्षरता और जीवन कौशल

23.1 विद्यार्थी बजट बिल्डर

मेरी मासिक आय/प्राप्ति [राशि] है। मेरे फ़िक्स्ड खर्च: [सूची]। एक यथार्थवादी मासिक बजट बनाने में मदद करो। एक सरल ढाँचा इस्तेमाल करो (जैसे 50/30/20 या ज़ीरो-बेस्ड)। बताओ कहाँ विद्यार्थी आम तौर पर ज़्यादा खर्च करते हैं और पहले काटने के लिए एक तकलीफ़-रहित श्रेणी।

23.2 स्टूडेंट लोन डिकोडर

मुझे मिले लोन के विकल्प: [शर्तें पेस्ट करो]। इन्हें सरल भाषा में अनुवाद करो: लोन की पूरी ज़िंदगी की कुल लागत, ग्रेजुएशन के बाद मासिक भुगतान, अगर भुगतान न कर पाऊँ तो क्या होगा, और कौन सी शर्तें ख़तरे के संकेत हैं। एक-दूसरे से सही तुलना में मदद करो।

मुझे अभी ऑफ़र मिला: [पद, कंपनी, वेतन, फ़ायदे]। बातचीत करूँ या नहीं — तय करने में मदद करो। इस पद/स्थान के लिए क्या उचित है इसकी रिसर्च करो। एक छोटा, विनम्र बातचीत-ईमेल ड्राफ़्ट करो। अनुमान लगाओ रिक्रूटर क्या कह सकता है और मुझे कैसे जवाब देना चाहिए।

23.4 विद्यार्थियों के लिए कर 101

[कर विषय – जैसे W-2 बनाम 1099, छात्र के रूप में फ़ाइलिंग, ट्यूशन कटौती] को किसी ऐसे व्यक्ति को समझाओ जिसने कभी कर नहीं भरे। मेरी स्थिति: [बताओ – देश, छात्र-स्थिति, आय का प्रकार]। 3 ग़लतियों के साथ ख़त्म करो जो विद्यार्थी अक्सर करते हैं।

23.5 स्मार्ट खर्च ऑडिट

पिछले महीने का मेरा खर्च: [श्रेणियाँ और राशियाँ पेस्ट या बताओ]। ऐसे पैटर्न पहचानो जो मुझे न दिख रहे हों: भूले हुए सब्सक्रिप्शन, इम्पल्स श्रेणियाँ, कहाँ सुविधा-कर भर रहा/रही हूँ। नैतिक उपदेश मत दो — बस सबसे असरदार बदलाव बताओ।

23.6 पहली बार निवेशक का नज़्शा

मेरे पास [राशि] है जिससे विद्यार्थी के तौर पर निवेश शुरू कर सकता/सकती हूँ। मेरे यथार्थवादी विकल्प (बचत, इंडेक्स फंड, मेरे देश में उपलब्ध रिटायरमेंट खाते, आदि) सरल भाषा में समझाओ। जोखिम, समय-सीमा, और शुरुआती के तौर पर क्या नहीं करना चाहिए — सब बताओ।

24. आदतें, अनुशासन और रोज़ की प्रणालियाँ

24.1 हैबिट स्टैक बिल्डर

मुझे [नई आदत] बनानी है। हैबिट-स्टैकिंग इस्तेमाल करो: मेरी मौजूदा रोज़ की कौन सी आदतों से इसे ट्रिगर के रूप में जोड़ सकता/सकती हूँ? 3 विकल्प सुझाओ और मेरे शेड्यूल को देखकर अनुमान लगाओ कौन सा सबसे टिकेगा: [बताओ]।

24.2 सुबह और शाम की दिनचर्या डिज़ाइन

मेरे लिए 30 मिनट की सुबह की दिनचर्या और 20 मिनट की शाम की दिनचर्या डिज़ाइन करो। मेरे लक्ष्य [फ़ोकस, ऊर्जा, नींद, आदि] हैं। मेरी सीमाएँ [समय, यात्रा, रहने की स्थिति] हैं। इसे यथार्थवादी रखो — मान लो कि जो भी "वीरतापूर्ण" लगा मैं उसे छोड़ दूँगा/दूँगी।

24.3 फ़ोन और ध्यान-भंग ऑडिट

पहचानने में मदद करो कि कौन से ऐप्स और आदतें असल में मेरा फ़ोकस खा रही हैं। मेरे फ़ोन इस्तेमाल के बारे में 5 निदान-सवाल पूछो, फिर स्तरबद्ध योजना सुझाओ: पहले आसान बदलाव, फिर मध्यम, फिर बड़े। अनुमान लगाओ कौन सा सबसे बड़ा फ़ोकस-रिटर्न देगा।

24.4 जवाबदेही प्रणाली

मैं [आदत/लक्ष्य] बार-बार शुरू करके छोड़ देता/देती हूँ। जवाबदेही प्रणाली डिज़ाइन करो। 3 विकल्पों की तुलना करो: अकेले (ट्रैकिंग ऐप, जर्नल), सामाजिक (दोस्त चेक-इन, समूह), और दाँव-आधारित (आर्थिक या प्रतिष्ठा)। मेरे व्यक्तित्व के लिए सही वाला सुझाओ: [बताओ]।

"मुझे X करना है" के बजाय, [लक्ष्य] को "मैं ऐसा व्यक्ति हूँ जो..." के रूप में फिर से तैयार करने में मदद करो। बताओ वह पहचान रोज़, हर हफ़्ते, हर महीने क्या करेगी। एक छोटा काम आज सुझाओ जो इस पहचान के पक्ष में वोट करे।

25. स्वास्थ्य, नींद और संज्ञानात्मक प्रदर्शन

25.1 नींद ऑडिट

मेरा नींद का पैटर्न: [सोने का समय, उठने का समय, गुणवत्ता, कैसा महसूस होता है]। निदान करो क्या इसे चोट पहुँचा रहा है। बस "8 घंटे सोओ" मत कहो — मेरे शेड्यूल वाले के लिए संभावित असर के क्रम में 3 ठोस, सबूत-आधारित बदलाव दो।

25.2 परीक्षा-पूर्व पोषण और ऊर्जा योजना

मेरी परीक्षा [तारीख/समय] है। पिछले 24 घंटों की योजना बनाओ: क्या खाऊँ (रात का खाना, नाश्ता, परीक्षा के दौरान का स्नैक), क्या न खाऊँ, हाइड्रेशन, कैफ़ीन का समय। नर्वस होने के लिए मार्जिन रखो। बैकअप योजना सुझाओ अगर चिंता से ज़्यादा न खा पाऊँ।

25.3 अध्ययन-अनुकूल मूवमेंट प्लान

मैं रोज़ [घंटे] बैठकर पढ़ता/पढ़ती हूँ। एक न्यूनतम मूवमेंट प्लान डिज़ाइन करो जो फ़ोकस में मदद करे और कमर/गर्दन का दर्द रोके — वर्कआउट रूटीन नहीं। माइक्रो-ब्रेक, हफ़्ते के एंकर सेशन, और 5 मिनट ही हों तो क्या करूँ — शामिल करो।

25.4 कैफ़ीन और फ़ोकस रणनीति

मैं कैफ़ीन ऐसे पीता/पीती हूँ: [बताओ — कॉफ़ी, एनर्जी ड्रिंक, आवृत्ति, समय]। इसे ज़्यादा रणनीतिक तरीक़े से इस्तेमाल करने में मदद करो। अधिकतम फ़ोकस के लिए कब पीऊँ, नींद के लिए कब बंद करूँ, टॉलरेंस ब्रेक कब लूँ? खास समय-नियम दो।

25.5 बर्नआउट चेक-इन

7 सवाल पूछो ताकि मैं समझ सकूँ कि मैं सिर्फ़ थका/थकी हूँ, तनाव में हूँ, या असल में बर्न आउट हो रहा/रही हूँ। मेरे जवाबों के आधार पर ईमानदारी से बताओ कौन सा है, क्या इसे चला रहा है, और आराम, रिकवरी, और रीसेट में फ़र्क। एक यथार्थवादी अगला कदम सुझाओ।

26. शैक्षणिक ईमानदारी और स्मार्ट AI उपयोग

26.1 कहाँ क्या अनुमत है

मैं [संदर्भ — देश, स्तर, कोर्स-प्रकार] का विद्यार्थी हूँ। आम मामलों में AI का उपयोग कहाँ आम तौर पर स्वीकार्य है बनाम जोखिम भरा बनाम साफ़ मना है — इस पर सोचने में मदद करो: ब्रेनस्टॉर्मिंग, आउटलाइन, ड्राफ़्ट, संपादन, रीडिंग का सारांश, समस्या हल करना, कोडिंग। हर एक के लिए एक नियम-थंब दो।

26.2 AI सहायता को ईमानदारी से बताना

मैंने [कार्य] में मदद के लिए AI का इस्तेमाल किया। सबमिशन में इसे ईमानदारी से कैसे बताऊँ? एक छोटा स्वीकृति-

वक्तव्य ड्राफ्ट करो जिसे मैं जोड़ सकूँ। बताओ के लिए आम तौर पर क्या अपेक्षित है।

26.3 अपनी सीखने को AI-प्रूफ बनाओ

मेरी अध्ययन प्रक्रिया ऐसी डिज़ाइन करने में मदद करो कि मैं असल में सीखूँ, बस आउटसोर्स न करूँ। के लिए, वर्कफ़्लो में कहाँ मुझे जान-बूझकर AI नहीं इस्तेमाल करना चाहिए? कहाँ AI ठीक है? "सीखो, फिर सत्यापित करो" वाला पैटर्न बनाओ।

26.4 हेल्सिनेशन पहचानो

मैं AI-जनित जवाब पेस्ट करूँगा/करूँगी। तथ्य-जाँच में मदद करो: कौन से दावे सत्यापन-योग्य हैं, कौन से शायद बनाए गए हैं, मुझे प्राथमिक स्रोतों से किसकी डबल-चेक करनी चाहिए, और एक "आत्मविश्वासी पर ग़लत" AI जवाब की पहचान क्या है। जाँच के लिए जवाब:

26.5 मौलिक सोच जाँच

मेरा ड्राफ्ट: । बताओ कहाँ मेरी सोच सामान्य या AI जैसी लगती है — अस्पष्ट दावे, झिझकते वक्तव्य, कोई असली आवाज़ नहीं। सुझाओ कहाँ असली राय, निजी उदाहरण, या तेज़ दावा डालूँ।

27. कठिन लोगों और स्थितियों से निपटना

27.1 प्रोफ़ेसर / शिक्षक संघर्ष

मेरे के साथ एक समस्या है: । साफ़ सोचने में मदद करो। उनका संभावित दृष्टिकोण क्या है? कौन से नतीजे यथार्थवादी हैं? एक शांत, पेशेवर तरीक़ा सुझाओ और ड्राफ्ट करो कि मैं ईमेल में या ऑफ़िस-आवर्स में क्या कह सकता/सकती हूँ।

27.2 ग्रेड पर विवाद

मुझे लगता है का मेरा ग्रेड अनुचित है। मेरा कारण: । पहले मेरे तर्क को कसो — क्या यह असल में रूब्रिक समझने के बारे में है या मेरी भावनाओं के बारे में? अगर टिकता है, तो शिकायतों पर नहीं, ठोस बातों पर केंद्रित एक सम्मानजनक ईमेल ड्राफ्ट करो।

27.3 एक्सटेंशन माँगना

मुझे पर एक्सटेंशन चाहिए। असली कारण: । एक छोटा, ईमानदार ईमेल लिखने में मदद करो। ज़्यादा सफ़ाई मत दो। बताओ क्या प्रोफ़ेसर को हाँ कहने के लिए प्रेरित करता है और क्या अनुरोध को मार देता है।

27.4 कठोर प्रतिक्रिया मिलना

मुझे अभी कठोर प्रतिक्रिया मिली: । मेरी पहली प्रतिक्रिया है। संकेत को शोर से अलग करने में मदद करो। यहाँ असल में क्या उपयोगी है? क्या सिर्फ़ डिलीवरी की बात है? किस पर कार्रवाई करूँ, और क्या अनदेखा करूँ?

27.5 सहपाठी संघर्ष

एक सहपाठी । बिना तनाव बढ़ाए सीधे संबोधित करने का तरीक़ा सोचने में मदद करो। ड्राफ्ट करो मैं आमने-सामने क्या कहूँगा/कहूँगी, उनकी संभावित प्रतिक्रिया का अनुमान लगाओ, और अगर अच्छा न जाए तो अगला कदम योजना बनाओ।

एक विषय जो मुझे कठिन लगता है — [बताओ] — कक्षा में आया और मैं प्रतिक्रिया नहीं दे सका/सकी। अब इस पर सोचने में मदद करो: मैं क्या कह सकता/सकती था/थी, मेरी असल में क्या स्थिति है, और अगली बार इन बातचीत में ज्यादा आत्मविश्वास से कैसे भाग लूँ?

28. इंटरशिप, काम और पहली नौकरी

28.1 इंटरशिप खोज रणनीति

मुझे [समय-सीमा] में [क्षेत्र] में इंटरशिप चाहिए। मेरी पृष्ठभूमि: [बताओ]। रणनीति मैप करो: किन कंपनी-प्रकारों को टारगेट करूँ, कहाँ ढूँढूँ (आम जॉब बोर्ड के अलावा), किस समय-रेखा के विरुद्ध काम कर रहा/रही हूँ, और इस हफ़्ते क्या करूँ।

28.2 पेशेवर को कोल्ड आउटरीच

मुझे [व्यक्ति / प्रकार] से संपर्क करना है क्योंकि [लक्ष्य]। एक कोल्ड मैसेज ड्राफ़्ट करो — 120 शब्दों से कम — जो विशिष्ट हो, उनके समय का सम्मान करे, और उन्हें एक आसान "हाँ" दे। फिर एक हफ़्ते में जवाब न आए तो फ़ॉलो-अप लिखो।

28.3 पहले दिन की गेम-योजना

कल [पद/कंपनी] में मेरा पहला दिन है। तैयारी में मदद करो: क्या ले जाऊँ, क्या पूछूँ, क्या कहने से बचूँ, अपना परिचय कैसे दूँ, और टीम की असली संस्कृति के बारे में कौन से शुरुआती संकेत देखूँ (ब्रोशर के मुक़ाबले)।

28.4 काम पर प्रतिक्रिया माँगना

मैं [हफ़्तों/महीनों] के बाद सुपरवाइज़र से प्रतिक्रिया माँगना चाहता/चाहती हूँ। अनुरोध ड्राफ़्ट करने में मदद करो। उनके काम को आसान करने वाले ख़ास सवाल, आलोचना का शालीनता से जवाब, और जिस प्रतिक्रिया से असहमत हूँ उसका क्या करना — सब शामिल करो।

28.5 शालीनता से छोड़ना / बदलाव

मैं [पद] छोड़ रहा/रही हूँ क्योंकि [असली कारण]। सोचने में मदद करो: नोटिस अवधि, मैनेजर से असल में क्या कहूँ, चिढ़ हो तो भी अच्छी शर्तों पर कैसे जाऊँ, और भविष्य के संदर्भ बचाने के लिए आखिरी हफ़्तों में क्या करूँ।

28.6 अनुभव को कौशल में बदलना

मेरा एक नौकरी/इंटरशिप/स्वयंसेवक अनुभव: [बताओ]। असली ट्रांसफ़रेबल कौशल निकालने में मदद करो — क्लिंशे सूची नहीं। मैंने कौन सी असली क्षमताएँ बनाई? कौन से ठोस क्षण उन्हें साबित करते हैं? मापने-योग्य असर के साथ 3-5 रिज़्यूमे बुलेट के रूप में फ़ॉर्मेट करो।

29. पब्लिक स्पीकिंग, डिबेट और कक्षा-चर्चा

29.1 डिबेट तैयारी: दोनों पक्ष

मैं [प्रस्ताव] पर [पक्ष/विपक्ष] की तरफ़ से डिबेट कर रहा/रही हूँ। पहले, सबूत के साथ मेरे 3 सबसे मज़बूत तर्क

बनाओ। फिर विरोधी के 3 सबसे मज़बूत तर्क बनाओ। फिर हर एक का मेरा खंडन दो। किसी भी तरफ़ कमज़ोरी मत बरतो।

29.2 कक्षा-चर्चा में आत्मविश्वास

मुझे [कक्षा] में ज़्यादा बोलना है। तैयारी में मदद करो: कौन से योगदान असल में मूल्य जोड़ते हैं (बनाम सिर्फ़ बोलना), पहले से चल रही चर्चा में कैसे प्रवेश करूँ, अपने बिंदु पर निश्चित न होने पर क्या करूँ, और बद-तमीज़ी किए बिना असहमत कैसे होऊँ।

29.3 Q&A हैंडलिंग ड्रिल

मैं [विषय] पर प्रस्तुति दे रहा/रही हूँ। 8 सबसे कठिन सवाल बनाओ जो दर्शक पूछ सकते हैं, उनमें वे भी जो मेरी बात को कमज़ोर करना चाहते हैं। हर एक के लिए जवाब का तरीक़ा सुझाओ — जो उचित है मानो, जो बद-नीयती है उसे मोड़ो, और जो मुझे सच में नहीं पता उसे मानो।

29.4 प्रेरक भाषण संरचना

मैं [दर्शक] के लिए [विषय] पर [लंबाई] का प्रेरक भाषण दे रहा/रही हूँ। संरचना करो: इस खास दर्शक को क्या पकड़ेगा, उससे शुरू, 3 अंकों में मामला बनाओ, उनकी आपत्तियों का अनुमान लगाओ, और एक यादगार कॉल टू एक्शन से ख़त्म करो। हर सेक्शन के लिए एक अलंकारिक उपकरण सुझाओ।

29.5 फ़िलर शब्द विरोधी ड्रिल

मैं बहुत [फ़िलर शब्द – उम, मतलब, बेसिकली, आप जानते हैं] कहता/कहती हूँ। निदान करो क्यों (चिंता, सोचने का समय, आदत)। इसे कम करने की 3 तकनीकें दो, और 10 मिनट की रोज़ की ड्रिल जो मैं खुद को रिकॉर्ड करके कर सकता/सकती हूँ।

30. सीखने के टूल्स, सिस्टम और दीर्घकालिक आर्किटेक्चर

30.1 नोट-लेने का सिस्टम चुनना

नोट-लेने का सिस्टम चुनने में मदद करो। मेरी स्थिति: [छात्र-प्रकार, विषय, उपकरण, एनालॉग/डिजिटल पसंद]। कॉर्नेल, माइंड मैप, ज़ेटेलकास्टेन, स्केचनोट्स, और आउटलाइनिंग की तुलना करो। एक से शुरू करने को कहो और बताओ कब स्विच करना चाहिए।

30.2 निजी ज्ञान-आधार सेटअप

मुझे अपने कोर्सेस के लिए एक निजी ज्ञान-आधार बनाना है। एक सरल संरचना (फ़ोल्डर, टैग, छोटे नोट्स) सुझाओ, इसमें क्या जाए बनाम क्या नहीं, और एक साप्ताहिक समीक्षा-आदत जो इसे क़ब्रिस्तान बनने से बचाए।

30.3 वार्षिक सीखने की समीक्षा

मेरी पढ़ाई पर साल-अंत के चिंतन से चलाओ। एक बार में एक सवाल पूछो: मैंने असल में क्या निपुणता पाई, क्या रट कर भूल गया/गई, कौन सा कौशल सबसे ज़्यादा चक्रवृद्धि हुआ, क्या समय की बर्बादी थी, अगले साल क्या सीखना चाहता/चाहती हूँ और क्यों।

30.4 दीर्घकालिक कौशल रोडमैप

मुझे अगले 3-5 साल में [कौशल – जैसे लेखन, प्रोग्रामिंग, पब्लिक स्पीकिंग, एक भाषा] में असल में अच्छा बनना

है। माइलस्टोन मैप करो: शुरुआती, मध्यम, और उन्नत कैसा दिखता है। हर चरण के लिए एक एंकर प्रोजेक्ट सुझाओ जो असली विकास के लिए मजबूर करे।

30.5 "जो अभी सीखा वह सिखाओ" लूप

मैंने अभी [[विषय]] पढ़ खत्म किया। एक उत्सुक सहपाठी की तरह अभिनय करो जिसने लेक्चर मिस किया। मुझसे सिखाने को कहो। मेरी व्याख्या जहाँ धुँधली हो वहाँ पीछे धकेलो, ऐसे उदाहरण माँगो जो मैंने तैयार नहीं किए, और अंत में बताओ मेरी समझ कहाँ सबसे पतली लगती है।

क्विक रेफरेंस कार्ड: "मैं कब क्या इस्तेमाल करूँ?"

अगर महसूस हो रहा है...	इस पर जाओ...
"यह कॉन्सेप्ट बिल्कुल समझ नहीं आता"	1.1 फाइनमैन तकनीक, 1.3 उपमा जेनरेटर
"जो पढ़ता/पढ़ती हूँ भूल जाता/जाती हूँ"	2.2 एक्टिव रिकॉल क्विज़, 2.5 भूलने की वक्र योजना
"नहीं पता कहाँ से पढ़ाई शुरू करूँ"	3.1 साप्ताहिक अध्ययन योजना, 3.2 परीक्षा काउंटडाउन
"बहुत टाल रहा/रही हूँ"	3.3 टालमटोल विश्लेषण, 15.1 अटका-और-घबराया रीसेट
"कल मेरी परीक्षा है"	5.5 आखिरी रात की क्रैम रणनीति, 25.2 परीक्षा-पूर्व पोषण
"मुझे निबंध लिखना है"	6.1 थीसिस वर्कशॉप → 6.2 आउटलाइन → 6.8 पाठक की प्रतिक्रिया
"मेरा गणित ठीक नहीं"	8.5 मेरा काम जाँचो, 8.2 कॉन्सेप्ट अनलॉक
"जो पढ़ रहा/रही हूँ समझ नहीं आ रहा"	9.2 कठिन टेक्स्ट ट्रांसलेटर, 9.1 एक्टिव रीडिंग साथी
"मुझे कॉलेज निबंध लिखना है"	19.2 पर्सनल स्टेटमेंट ब्रेनस्टॉर्म → 19.3 ड्राफ्टर
"मुझे प्रस्तुति देनी है"	14.1 प्रस्तुति डिज़ाइनर, 29.3 Q&A हैंडलिंग ड्रिल
"शिक्षक/साथी से विवाद है"	27.1 / 27.5
"बर्न आउट महसूस हो रहा है"	25.5 बर्नआउट चेक-इन, 15.4 अध्ययन-चिंता सहायता
"असल में सीखना है, सिर्फ़ पास नहीं होना"	26.3 AI-प्रूफ़ लर्निंग, 30.5 अभी-सीखा-सिखाओ
"दीर्घकालिक कौशल बनाना है"	30.4 कौशल रोडमैप

पावर-यूज़र टिप्स: प्रॉम्प्टिंग में माहिर बनना

1. **प्रॉम्प्ट्स को स्टैक करो।** एक विषय को समझने के लिए 1.1, फिर रिकॉल जाँचने के लिए 2.2, फिर परीक्षा-शैली ड्रिल के लिए 5.4 का इस्तेमाल करो। एक विषय, तीन अलग प्रॉम्प्ट्स।

2. **AI को भूमिका दो।** "सख्त संपादक बनो" या "उत्सुक 12 साल के बच्चे की तरह बनो" — यह किसी भी एक तरकीब से ज़्यादा आउटपुट बदलता है।
 3. **दिखाओ, बताओ नहीं।** माँगने से पहले 1-2 उदाहरण दो कि तुम क्या चाहते हो। "अलग विषय का यह अच्छा जवाब है — इस शैली से मेल खाओ।"
 4. **फॉर्मेट सेट करो।** टेबल, बुलेट, संवाद, फ़्लैशकार्ड, JSON, माइंड मैप — जो आकार चाहिए, उसका नाम लो।
 5. **जो जवाब लगभग सही था उसे पूरा माँगो।** "वह बहुत आम था — 3 खास उदाहरण दो।" पीछे धकेलो। पहला जवाब शायद ही सबसे अच्छा होता है।
 6. **AI से खुद को ग्रेड करवाओ।** "अब अपने जवाब की आलोचना करो। क्या छूट गया?" यह अक्सर कमी को आपसे बेहतर सतह पर लाता है।
 7. **अपने सबसे अच्छे प्रॉम्प्ट्स सहेजो।** अपनेदिमाग के लिए काम करने वाले प्रॉम्प्ट्स की निजी लाइब्रेरी बनाओ। यह दस्तावेज़ शुरुआत है — आपकी असली लाइब्रेरी वह है जो आप इससे बनाते हैं।
-

अंतिम बात

ये प्रॉम्प्ट्स शुरुआती बिंदु हैं, स्क्रिप्ट नहीं। सबसे अच्छे विद्यार्थी AI से सिर्फ़ उत्तर नहीं लेते — वे इसका इस्तेमाल ज़्यादा गहराई से सोचने के लिए करते हैं। इससे बहस करो। फ़ॉलो-अप पूछो। इसे जान-बूझकर ग़लत होने को कहो और दोष ढूँढो। इसे अपने सबसे धैर्यवान अध्ययन साथी की तरह देखो, पर कभी भी अपने दिमाग में काम करने का विकल्प मत बनने दो।

शुभकामनाएँ। जाओ कुछ नया सीखो।