

Prompt Playbook

2026

สั่ง AI แล้วได้คำตอบ "กลางๆ" ใครก็เขียนได้? — คู่มือ สูตร prompt + recipe พร้อมใช้
สำหรับคนทำคอนเทนต์ ที่ก๊อปไปวางได้เลย

🧩 สูตร 5 ช่อง 📅 7 recipe พร้อมใช้ 🍷 สายคอนเทนต์ 📅 มี.ย. 2026

สูตร 5 ช่อง

prompt ที่ได้งานไม่ใช่ prompt ที่ยาว — แต่ **ครบ 5 ช่อง** ถ้าจำได้แค่หน้าเดียว จำหน้านี้

เวลาสั่ง AI แล้วได้คำตอบจืดๆ ส่วนใหญ่ไม่ใช่เพราะ AI โง่ — แต่เพราะเราบอกไม่ครบ AI เลยต้องเดาเอง แล้วเดาแบบ "ปลอดภัยที่สุด" = กลางๆ จืดๆ • เติมให้ครบ 5 ช่องนี้ คำตอบจะคมขึ้นทันที

1 บทบาท

"ทำตัวเป็นนักเขียนแคปชั่นสายสกินแคร์"

ให้ AI สวมหมวกเป็นใคร → ตั้งคําลังคํา/มุมมองสายนั้นออกมา

2 บริบท

"ฉันขายครีมกันแดดสำหรับคนผิวแพ้ง่าย ลูกค้าเป็นผู้หญิง 25–35 ที่เคยแพ้ครีมมาก่อน"

เรื่องนี้ของใคร เพื่ออะไร → AI พูดยให้ตรงคนฟัง

3 งาน

"เขียนแคปชั่น Instagram 3 แบบ"

ให้ทำอะไร — กริยาเดียว ชัด ไม่กำกวม

4 รูปแบบ

"แต่ละแบบ ≤ 2 บรรทัด + อิโมจิ 1 ตัว + ปิดด้วยคำถาม"

ผลลัพธ์หน้าตาอย่างไร → ได้ของที่ใช้ได้เลย ไม่ต้องมาจัดใหม่

5 ขอบเขต

"โทนอบอุ่นเหมือนเพื่อนแนะนำ ห้ามขายตรง ห้ามคำว่า 'ดีที่สุด'"

โทน / ห้าม / กลุ่ม → กันคำตอบหลุดแบรนด์

ไม่ต้องครบทุกครั้งแบบเป๊ะ — แต่ยิ่งงานสำคัญ ยิ่งควรครบ • เริ่มจางๆ ว่า "เป็นใคร • เรื่องอะไร • ทำอะไร • หน้าตาไหน • ห้ามอะไร"

ก่อน / หลัง เทียบกัน

prompt เดียวกันเรื่องเดียวกัน — ต่างกันแค่ "ครบ 5 ช่อง" ผลลัพธ์คนละเรื่อง

✖ ก่อน — บอกแค่งาน

เขียนแคปชั่นขายครีมกันแดด

ผล: "ครีมกันแดดของเราดีที่สุด ปกป้องผิวคุณทุกวัน สั่งเลย!" — generic ขายตรง ใครก็เขียนได้ ไม่มีตัวตน

✔ หลัง — ครบ 5 ช่อง

ทำตัวเป็นนักเขียนแคปชั่นสายสกินแคร์ · ฉันทขายครีมกันแดดสำหรับคนผิวแพ้ง่าย ลูกค้าเคยแพ้ครีมมาก่อน · เขียนแคปชั่น IG 3 แบบ · ≤2 บรรทัด + อิโมจิ 1 ตัว ปิดด้วยคำถาม · โทนอบอุ่นเหมือนเพื่อน ห้ามขายตรง ห้าม 'ดีที่สุด'

ผล: "เคยทาครีมกันแดดแล้วหน้าแสบจนต้องล้างออกไหม? 🥺 ตัวนี้ทดสอบกับผิวแพ้ง่ายมาแล้ว... แพ้ง่ายแบบเรา เลือกกันแดดยังไง?" — ตะ pain จริง ไม่ขายตรง ชวนคุย

กฎ > ถ้าคำตอบ AI "ใครเอาไปใช้ได้" = เราบอกไม่ครบ · ยิ่งเติม **บริบท + ขอบเขต** ให้เฉพาะเจาะจง คำตอบยิ่งเป็นของเราคนเดียว

2 หลักการเสริม

๒

อย่างยิ่งทีเดียวจบ — คุยต่อ

ได้คำตอบแล้วบอกต่อได้เลย "อันที่ 2 ดี ขออีก 3 แบบแนวนั้น" / "สั้นลงครึ่งนึง" / "เปลี่ยนเป็นโทนสนุกกว่านี้" — AI จำบริบทเดิมทั้งหมด ไม่ต้องพิมพ์ใหม่ • งานดีๆ มาจากการ refine 2–3 รอบ ไม่ใช่ prompt เดียวเป๊ะ

#

ติดขัด? ให้ตัวอย่าง (few-shot)

อธิบายโทนเป็นคำพูดยากกว่าโชว์ของจริง — วางโพสต์เก่าที่ปัง 1–2 อันให้ AI ดู แล้วบอก "เขียนแนวนี" • AI จับจังหวะ คำ และ โทนได้แม่นกว่าอธิบายลอยๆ หลายเท่า

หา idea คอนเทนต์ (แก้ต้น)

เปิดหัวไม่ออก / คิดหัวข้อไม่ทัน

PROMPT — ทيوبไปวาง

ทำตัวเป็นนักวางแผนคอนเทนต์ — ฉันทำเพจเรื่อง **【หัวข้อเพจ】** ผู้ติดตามคือ **【กลุ่มไหน】** — เสนอ idea คอนเทนต์ 10 หัวข้อที่กลุ่มนี้
อยากอ่าน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม: ให้ความรู้ / เล่าเรื่อง / ชวนมีส่วนร่วม — แต่ละ idea บอก hook 1 ประโยคด้วย

ทำไมเวิร์ก

บังคับแตกเป็น 3 ประเภท → ได้ความหลากหลาย ไม่ใช่ 10 หัวข้อซ้ำแนวเดียว · "hook 1 ประโยค" ทำให้เลือกได้เร็วว่าอันไหนน่าทำ

ตัวอย่างผล (เพจคาเฟ่)

📖 ให้ความรู้: "เมล็ดคั่วอ่อน vs เข้ม ต่างกันยังไง — รู้ไว้สั่งกาแฟไม่พลาด"

💬 เล่าเรื่อง: "วันที่ลูกค้าคนแรกเดินเข้าร้าน แล้วไม่กลับมาอีกเลย"

👥 ชวนมีส่วนร่วม: "ทีมกาแฟร้อน หรือทีมเย็น? คอมเมนต์บอกหน่อย"

PROMPT — ท๊อปไปวาง

ฉันจะทำคลิป/โพสต์เรื่อง **【เรื่องอะไร】** — เขียน hook เปิด 5 แบบ ที่หยุดนิ้วคนใน 3 วินาที โดยใช้เทคนิคต่างกัน: ตั้งคำถาม / ตัวเลขช็อก / ขัดความเชื่อ / สัญญาผลลัพธ์ / เล่าปัญหา — แต่ละแบบ ≤ 1 ประโยค

ทำไมเวิร์ก

ระบุ "5 เทคนิคต่างกัน" → AI ไม่วนรูปแบบเดียว ได้ของให้เลือกหลายมุม · " ≤ 1 ประโยค" คุณให้สั้นพอใช้เป็น hook จริง

ตัวอย่างผล (เรื่อง: ออมเงิน)

? "ทำไมเก็บเงินทั้งปี แต่ยอดในบัญชีเท่าเดิม?"

📊 "90% ของคนพึ่งแผนออมเงินในเดือนที่ 2"

😓 "ลืมเรื่อง 'อดออม' ไปเลย — มันคือสาเหตุที่คุณล้มเหลว"

03

ขยาย idea → โพสต์เต็ม

มี hook/หัวข้อแล้ว ต่อให้เป็นโพสต์

PROMPT — ทิ้งไปวาง

ขยาย idea นี้เป็นโพสต์สำหรับ **【แพลตฟอร์ม】** : **【วาง idea หรือ hook】** — โครง: hook → ขยาย 2–3 ย่อหน้าสั้น → ปิดด้วย CTA — โทน **【โทน】** ยาวประมาณ **【จำนวน】** บรรทัด — เว้นบรรทัดให้อ่านง่ายบนมือถือ

ทำไมเวิร์ก

ให้โครงสร้าง (hook→ขยาย→CTA) AI ไม่เขียนมั่ว · คุมความยาว + สั้น mobile-readable → ได้โพสต์ที่วางลงได้เลย ไม่ต้องมาตัดบรรทัดเอง

เคล็ดลับ

ได้แล้วสั่งต่อได้ "ขอ version ที่ฮากว่านี้" / "ตัด CTA ให้เนียนกว่าเดิม" · จับคู่กับ recipe #07 เพื่อกระจายลงหลายแพลตฟอร์ม

สคริปต์คลิปสั้น (30–45 วิ)

Reels / TikTok / Shorts ที่ถ่ายได้เลย

PROMPT — ทيوبไปวาง

เขียนสคริปต์คลิปสั้น **[30/45]** วิ เรื่อง **[เรื่อง]** — แบ่งเป็น HOOK (0–3 วิ) / เนื้อหา (แบ่ง 3 จุด) / CTA ปิด — เขียนเป็นคำพูดที่พูดออกเสียงได้จริง ไม่ใช่ภาษาเขียน — กำกับ [ภาพที่ควรเห็น] ในแต่ละช่วงด้วย

คำโมเวิร์ก

timestamp + "พูดออกเสียงได้จริง" + กำกับภาพ → ได้สคริปต์ที่หยิบไปถ่ายได้ทันที ไม่ใช่บทความที่อ่านในคลิปแล้วแข็ง

ตัวอย่างผล (เรื่อง: จัดโต๊ะทำงาน)

0–3 วิ "โต๊ะรกทำให้คุณโฟกัสไม่ได้จริงๆ นะ" [ภาพ: โต๊ะรก zoom เข้า]

เนื้อหา 3 จุด: ทั้ง-จัดโซน-ของใช้บ่อยใกล้มือ [ภาพ: before/after]

CTA "เซฟไว้ทำตามสุดสัปดาห์นี้" [ภาพ: โต๊ะโล่ง]

Repurpose 1 โพสต์ → หลายแฉ

ไฟล์เดียว ลงครบ ไม่ถือปวงมั่ว

PROMPT — ท็อปไปวาง

นี่คือโพสต์ต้นฉบับของฉัน: **【วางโพสต์】** — แปลงเป็น 4 เวอร์ชันให้เหมาะแต่ละที่: (1) X/Threads สั้นกระชับ text-first (2) IG caption + idea ภาพ (3) LinkedIn โทน authority (4) TikTok/Reels เป็นสคริปต์พูด — รักษาแก่นเดิม แต่ปรับโทนและความยาวตามนิสัยแต่ละแพลตฟอร์ม

ถ้าโมเวิร์ด

สั่งให้ "ปรับตามนิสัยแต่ละแพลตฟอร์ม" → ไม่ใช่ถือปวงข้อความเดียวเปะทุกที่ (จุดที่ repurpose พังบ่อยสุด) · ได้ 4 ร่างจากโพสต์เดียวในครั้งเดียว

🔗 ใช้คู่เล่ม #01

เวอร์ชันได้แล้ว เอาไป crop ไซส์ให้ตรงแต่ละแฉ — ดู **ไซส์ + Safe Zone** ครบทุกแพลตฟอร์มที่ [Social Format Playbook #01](#)

ตั้ง Title + Thumbnail copy

ชื่อที่คนอยากคลิก + คำบนภาพปก

PROMPT — ท็อปไปวาง

เรื่อง **【เรื่อง】** — เสนอ (ก) title 7 แบบ ที่คนอยากคลิก แต่ไม่ clickbait เกินจริง (ข) ข้อความบน thumbnail 5 แบบ ≤ 4 คำ อ่านออกตอนภาพเล็ก — title ให้ผสมทั้งแบบตัวเลข, how-to, และตั้งคำถาม

คำโมเวิร์ก

แยก title (ยาวได้) ออกจาก thumbnail (≤ 4 คำ อ่านตอนเล็ก) → ตรงข้อจำกัดจริงของแต่ละจุด · ขอ "ผสม 3 แบบ" กันได้ของซ้ำสไตล์เดียว

ตัวอย่างผล (เรื่อง: ตื่นเช้า)

 Title: "ตื่นตี 5 ติดต่อกัน 30 วัน — เกิดอะไรขึ้นจริง"

 Title: "วิธีตื่นเช้าที่ไม่ต้องใช้ใจสู้"

 Thumb: "30 วัน · ตี 5" / "ไม่ต้องฝืน"

PROMPT — ทيوبไปวาง

นี่คือโพสต์ที่เป็นโทนของแบรนด์ฉัน 3 อัน: **【วาง 3 โพสต์】** — วิเคราะห์ว่าโทนเสียงฉันมีลักษณะอะไร (คำที่ชอบใช้ / ความยาวประโยค / ระดับความเป็นทางการ / มุก / ฮีโมจิ) — แล้วสรุปเป็น "style guide" 5 ข้อ ที่ฉันทียบไปปะหัว prompt ครึ่งหน้าได้ เพื่อให้ทุกงานเสียงเดียวกัน

ทำไมเวิร์ก

เปลี่ยน "โทนแบรนด์" จากนามธรรม → style guide ทียบได้จริง · เก็บไว้ปะหัวทุก prompt = งาน AI เสียงนิ่งทั้งเพจ ไม่ใช่บางโพสต์เหมือนคนละคนเขียน

ตัวอย่างผล (STYLE GUIDE ที่ได้)

1. ใช้ "เรา/คุณ" ไม่ใช่ "ลูกค้า"
2. ประโยคสั้น เว้นบรรทัดที่
3. ฮีโมจิ 1 ตัว/ย่อหน้า ไม่รัว
4. ปิดด้วยคำถามเสมอ

สรุป 1 หน้า – จิกโปแปะข้างจอ

สูตร 5 ช่อง

1 บทบาท ให้ AI เป็นใคร	2 บริบท เรื่องใคร เพื่ออะไร	3 งาน ให้ทำอะไร (ชัด)	4 รูปแบบ ผลลัพธ์หน้าตาไหน	5 ขอบเขต โทน / ห้าม / กลุ่ม
---------------------------	--------------------------------	--------------------------	------------------------------	--------------------------------

+ ช่วยต่อ refine ได้ (อย่างยิ่งทีเดียวจบ) · ปิดชัดให้ตัวอย่าง (few-shot) · 7 recipe ด้านบนเกือบไปวางได้เลย

introvertlogic.com – Prompt Playbook 2026 (สายคอนเทนต์)

การทดลอง: ถ้าไม่ code เรายุ AI พาไปได้ไกลแค่ไหน? — คู่มือนี้ AI วิจัย เรียบเรียง และออกแบบเองทั้งหมด - prompt คือ 'ภาษา' เดียวที่ non-coder ต้องเก่ง - อัปเดต 3 มิ.ย. 2026

↑ กลับขึ้นบน · [ดู Playbooks ทั้งหมด](#) · [เล่ม #01 Social Format](#)