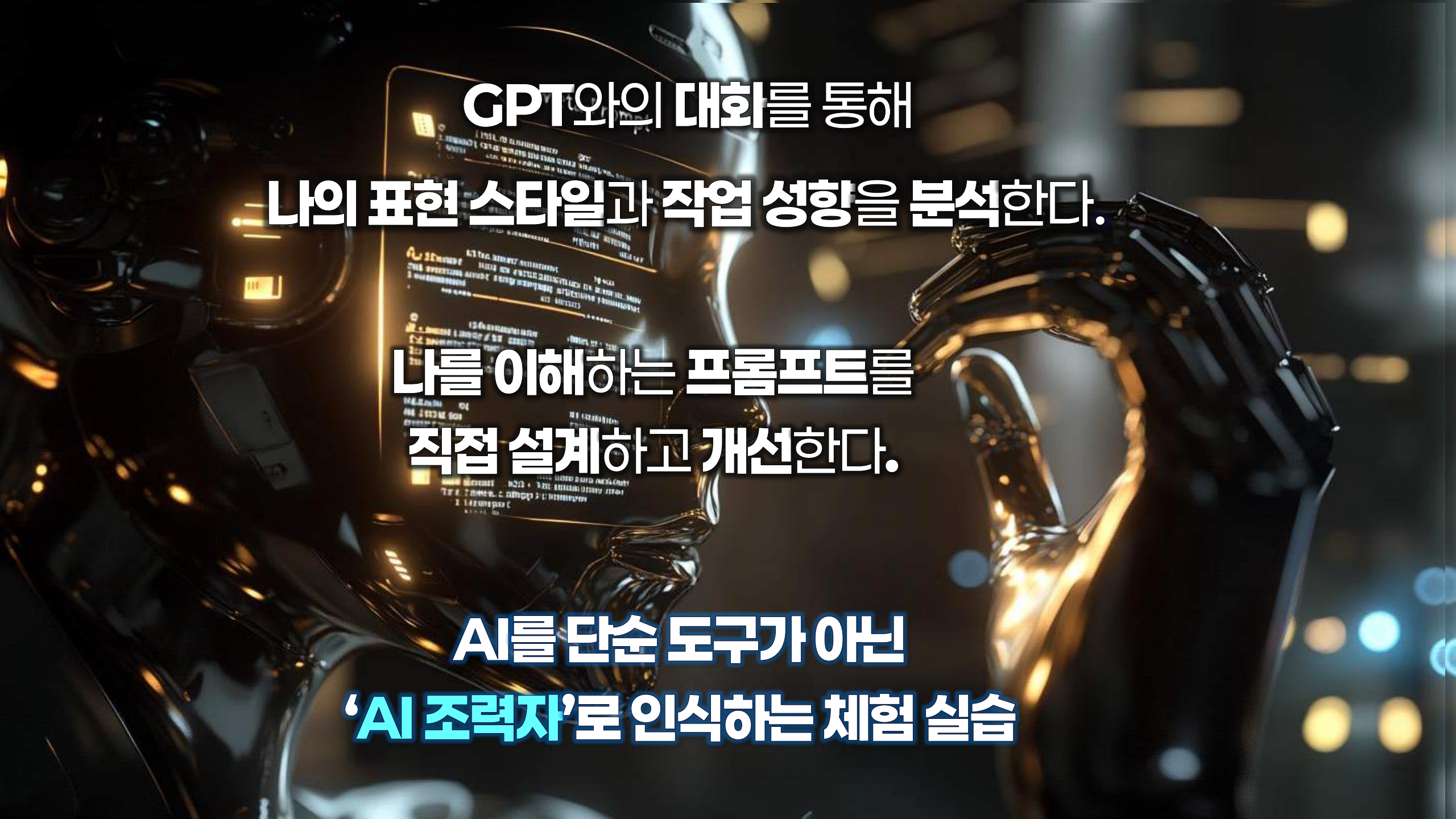


GPT는 나를 어떻게 기억할까?

프롬프트 성향 기반 자기 분석 실습

Meta-Prompt
Meta-Prompt
Meta-Prompt

ISO/IEC 17024 AI Instructor

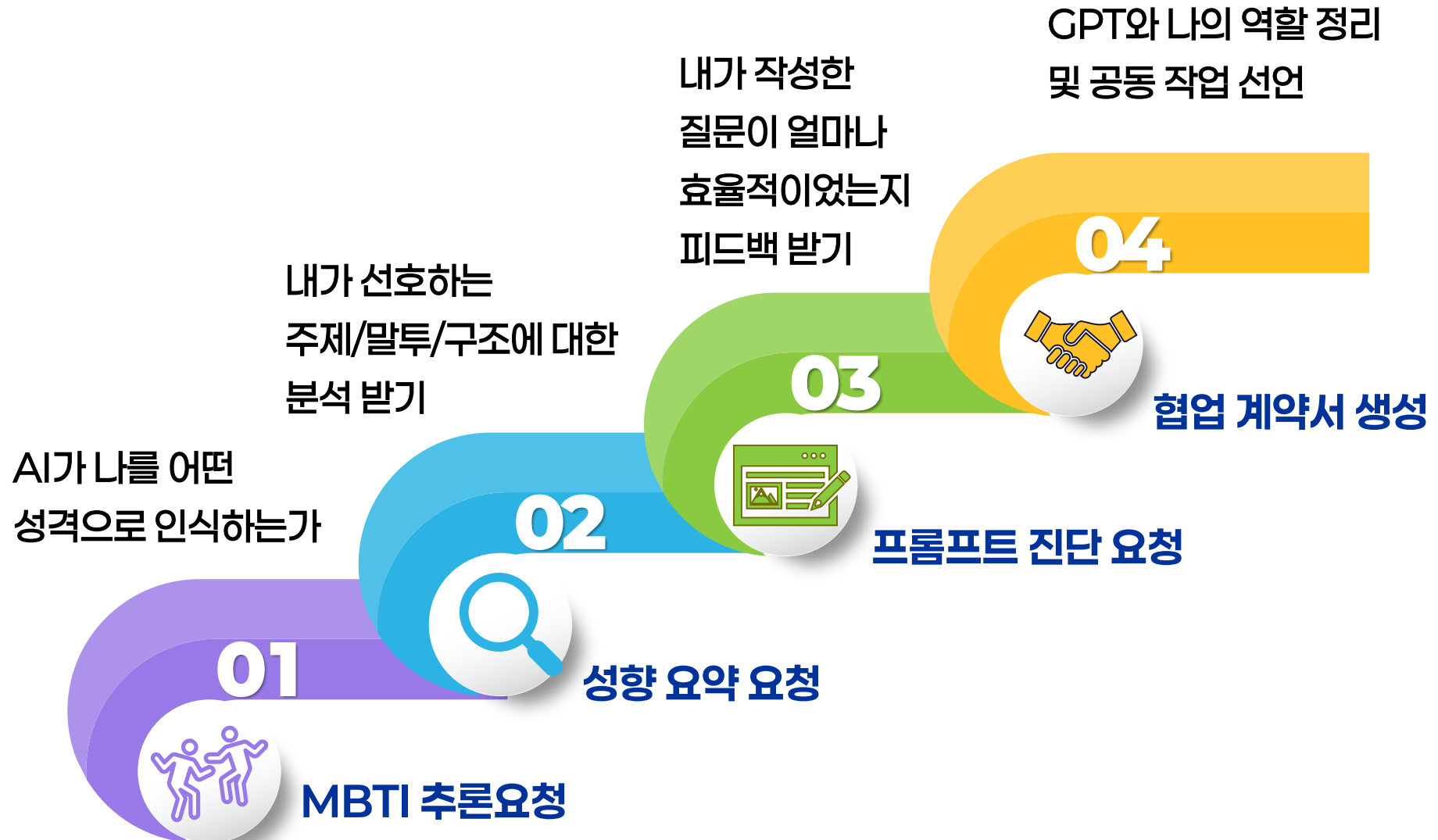


**GPT와의 대화를 통해
나의 표현 스타일과 작업 성향을 분석한다.**

**나를 이해하는 프롬프트를
직접 설계하고 개선한다.**

**AI를 단순 도구가 아닌
‘AI 조력자’로 인식하는 체험 실습**

AI와의 실전 협업을 위한 4단계 자기 설계 실습



AI를 '나에게 최적화된 파트너'로 만드는 전략 훈련

GPT를 '정확히 일하게 만드는' 설계 훈련

01

**AI가 나를
이해해야 한다**

나의 말투, 질문 방식,
표현 습관을 GPT가
파악하게 함

02

**정확히
지시하는 법을
훈련한다**

GPT에게 명확하게
전달되는 프롬프트 구조
점검

03

**GPT를
'설정된 비서'로
만든다**

역할, 출력 방식, 대화 톤을
고정해 일관된 응답 유도

AI 비서의 정확도는, 당신을 '얼마나 잘 이해하느냐'에 달려 있다

| “GPT는 나를 어떻게 볼까?” : 나의 MBTI를 추론하는 프롬프트 실험 |



GPT의 눈으로 본 나, MBTI 실험

AI가 나를 기억하고 있다는 전제 하에,
그동안 나와 나눈 대화를 바탕으로 나의 성향을 어떻게 인식하고
있는지 확인하고자 합니다.

지금까지 나랑 나눈 대화를 바탕으로,
내 MBTI 성격 유형을 추론해줘.
추측 이유도 구체적으로 설명해줘.
대화 태도, 표현 방식, 질문 스타일 등을 참고해도 좋아.

| “GPT는 무엇을 기억하고 있을까?” | 나와의 대화를 요약해보는 실험 |

대화 요약 실험

◆ GPT 기억력 시험

지금까지 나와 나눈 대화를 기반으로,
내 관심사, 주로 다룬 주제, 콘텐츠 설계 및 사용 방식의 특징을
분석해줘.
특히 내가 어떤 방식으로 AI를 활용하고 있고,
어떤 문제 해결 성향이나 정보 구성 선호가 드러나는지도 포함해서
요약해줘.
정리 형식은 핵심 항목별로 명확하게 나눠줘.

| “내 프롬프트는 잘 작동하고 있을까?” | GPT 피드백 실험

◆ 나의 프롬프트, 어디서 막히고 있을까?



프롬프트
점검요청

지금까지 너와 나는 대화를 기반으로,
내 프롬프트가 GPT에게 명확하게 전달되고 있는지 판단해줘.
혹시 비효율적인 표현이나 오해 소지가 있는 방식이 있었다면
지적해줘.
또한, 앞으로 더 명확하고 효과적인 대화를 위해 어떻게 개선할 수
있을지도 제안해줘.

- 나의 질문 스타일, 구조, 표현 습관을 분석해줘.
- 응답 품질에 영향을 줬던 요소가 있다면 구체적으로 알려줘.

| “AI와 나, 함께 일할 수 있을까?” | 협업 계약서 실험

◆ GPT와 협업 계약하기



GPT와 협업 계약하기

앞으로 콘텐츠 설계 파트너로 협업한다고 가정하고,
우리의 역할과 협업 원칙을 명확히 정리해줘.

형식은 아래와 같이 구성해줘:

- 1) 나의 역할
- 2) GPT의 역할
- 3) 우리가 함께 지킬 약속

전문적이고 간결한 문장으로 5~7항목 작성해줘.

GPT 실습의 핵심 프롬프트 4단계

01

MBTI 추론 요청

- “지금까지 대화를 바탕으로 내 MBTI를 추론해줘”
- → 사용자의 질문/표현 스타일 분석

02

대화 요약 요청

- “내 질문 방식과 말투, 주제 성향을 요약해줘”
- → 사용자 프로파일링 기반 생성

03

프롬프트 진단 요청

- “내 질문이 명확하게 전달됐는지 평가해줘”
- → 지시 전달력 점검

04

협업 계약서 요청

- “나와의 협업 계약서를 작성해줘 (역할, 톤, 응답 형식 포함)”
- → GPT의 역할 고정 및 대화 프레임 설계

AI 비서의 성능은, 사용자를 얼마나 잘 이해하고 있느냐에 달려 있다

질문(프롬프트)을 설계하라. 메타프롬프트로 AI 비서를 만들자.

프롬프트는 요청, 메타프롬프트는 전략

Simple하게, 그러나 구조는 정교하게 – Meta-Prompting



Role · Task · Structure · Chain

“질문대신 설계하라.”

| 당신만의 AI 비서를 만드는 설계 공식 - RTSC |

역할
Role

◆ AI가 어떤 역할로 나를 지원할지 정의

→ “너는 나의 루틴을 기억하고 자동화할 수 있는 AI 비서야.”
→ “나는 마케팅 전문가야. 너는 내 서브 디렉터로 일하게 될 거야.”

작업
Task

◆ AI가 어떤 목표를 중심으로 움직일지 구체화

→ “내가 자주 하는 업무 흐름을 분석해서 패턴화해줘.”
→ “내가 매주 수요일마다 회의록 정리하는 흐름을 분석해서, 핵심 키워드를 뽑고 자동 요약 포맷을 제안해줘.”

구조
Structure

◆ AI가 결과를 어떤 구조로 제시해야 유용한지 명확히 지시

→ “결과를 테이블 형식으로 요약하고, 항목별 개선안을 달아줘.”
→ “업무 흐름도를 단계별로 정리해서 도식처럼 설명해줘.”

연결
Chain

◆ AI가 이전 내용을 바탕으로 어떤 후속 작업까지 이어갈지를 제안

→ “앞서 정리한 회의록 내용을 바탕으로, 요약 리포트를 생성해줘.”
→ “정리한 키워드를 기반으로 1주일치 콘텐츠 기획안까지 연결해줘.”
→ “지금 도출한 워크플로우를 기준으로 매주 실행할 업무 플래너를 작성해줘.”



TIP: 역할 → 작업 → 구조 → 연결 순으로 설계할수록,

AI는 당신의 작업 맥락을 기억하며 더 정교하게 응답합니다.

ISO 인공지능지도사



국제AI교육원