

Joona Kotilaisen esitys

Vahvempaa naisyrittäjyyttä -hanke

Ilomantsi

13.3.2024

'24

Tekoälyn hyödyntäminen

Alkutieto:

Näytä sormillasi, miten kokenut tekoälytyökalujen käyttäjä olet:

0 sormea: En ole koskaan käyttänyt tekoälytyökaluja, enkä tiedä, mistä niissä on kyse.

1 sormi: Olen kokeillut kerran tai pari, mutta en ole kovin vahvasti sisällä.

2 sormea: Käytän silloin tällöin, koitan löytää itselleni sopivia tapoja hyötyä niistä.

3 sormea: Käytän tekoälytyökaluja viikottain, olen löytänyt hyödyllisiä käyttökohteita.

4 sormea: Käytän tekoälytyökaluja joka päivä, tuotan tekstiä ja kuvia ja sparraan.

5 sormea: Olen todella hyvin sisällä aiheessa, koulutan ja opetan muita tekoälyn pariin.

6 sormea: Hyi, yök, kaikki hype tekoälyyn liittyen on liikaa, saako lähteä pois täältä?



Generatiivisia tekoälytyökaluja on olemassa tuhansia.

Ja meillä on vain kolme tuntia aikaa...



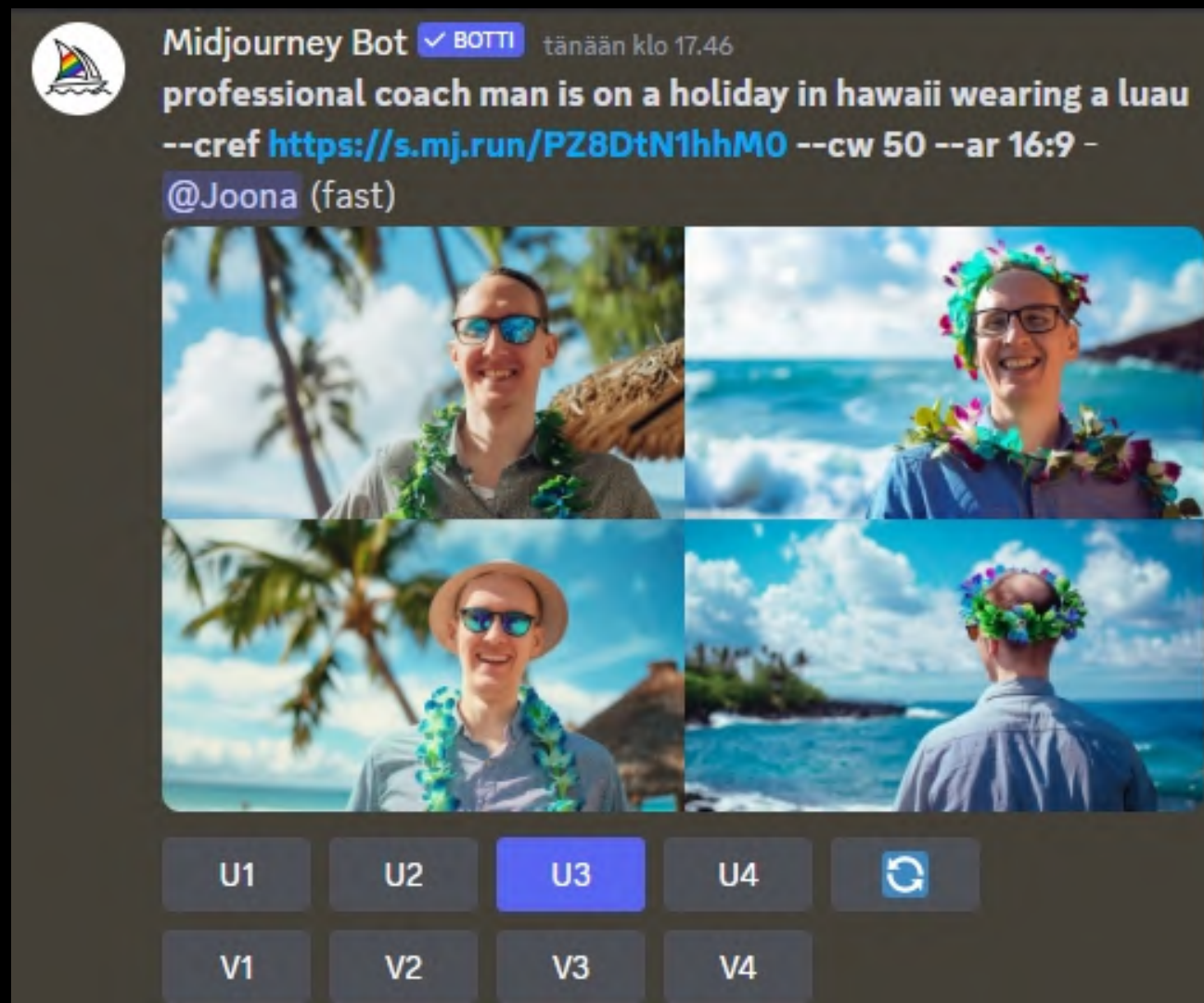
**Voi, kunpa voisin
kloonata itseni...**

**Voi, kunpa olisin vaikka
Hawailla...**

Aina voi kuvitella :)



Tiistaina 12.3. julkaistu ominaisuus Midjourney työkaluun: "Hahmokontrolli"





Otetaan tähän väliin
lyhyt historiakatsaus

[illegible]

Artbreeder - 2018 →



Tähän meni aikaa
noin 2 minuuttia...

Aloitetaan maisemakuvalla.
Mutta lisätään siihen futuristisuutta.
Ja rakennuksia.

Lisätään sekoitukseen mukaan Joonan
ottama kuva revontulista. Ja lisätään
metsägeeniä.

Artbreeder - 2018 →





Tekoälyn luomat kasvot



Oikean ihmisen keho



Tekoälyn luomat kasvot



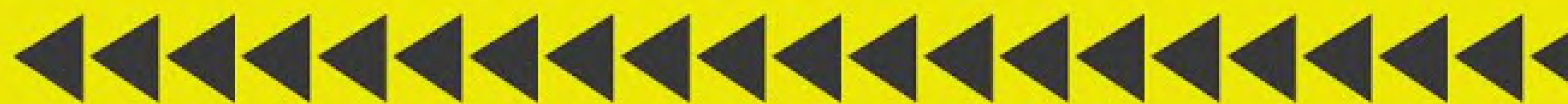
Oikean ihmisen keho

MUUTTOTAPPIOKUNTA

TINDERISSÄ



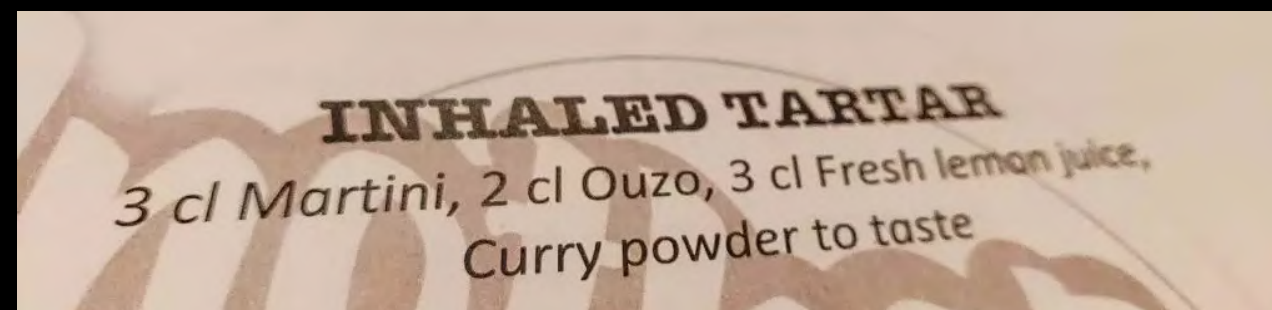
JUURI TULLEEN TIEDON MUKAAN



Video: Pinkkejä yksisarvisia ja happopäinen Tom of Finland - Kumpi on taiteilija, tekoäly vai ihminen joka konetta ruokkii, kysytään tekoälytaidenäyttelyssä Joensuussa



**Tekotaidenäyttely
Another Doggyssä**



Happotripillä oleva Tom of Finland, nyrjähtänyttä graffititaidetta, postmodernia tulkintaa saksalaisesta ekspressionismista. Ja tietysti pinkkejä yksisarvisia.

Kaikkea tätä on tarjolla *Onko tämä taidetta?* -tekotaidenäyttelyssä Another Doggy -baarissa Joensuussa.

- Olen käyttänyt internetissä kenen tahansa käytössä olevia työkaluja ja käskyttänyt tekoälyä tekemään kuvia esimerkiksi maskuliinisuudesta ja feminiinisuudesta ja rautajätistä, jota rakentavat pienet puutarhatontut, kertoo yrittäjä ja "tekotaiteilija" Joona Kotilainen.





DALL-E

History

Collections

Edit the detailed description

Surprise me

Upload



a giant sitting on mushroom watercolour

Generate



Dall-E 2 - 07/2022



a giant sitting on mushroom watercolour

Clear styles

Art x

Digital art x

Watercolor x

Refresh

Content type



None



Photo



Graphic



Art



▼ Styles

All

Popular

Movements

Themes

Techniques

Effects

Materials

Concepts

Techniques



Painting



Splattering



Pencil drawing



Stippling



Line drawing



Doodle



Bold lines



Oil painting



Acrylic painting



Palette knife



Watercolor



Linocut

Adobe Firefly 03/2023



Midjourney Bot ✓ BOTTI tänään klo 22:14
a giant sitting on mushroom watercolour - @Joona (fast)



U1

U2

U3

U4



V1

V2

V3

V4



Midjourney v6 12/2023

Tekoälytyökalujen nykytila:

Älykkyyys

Luovuus

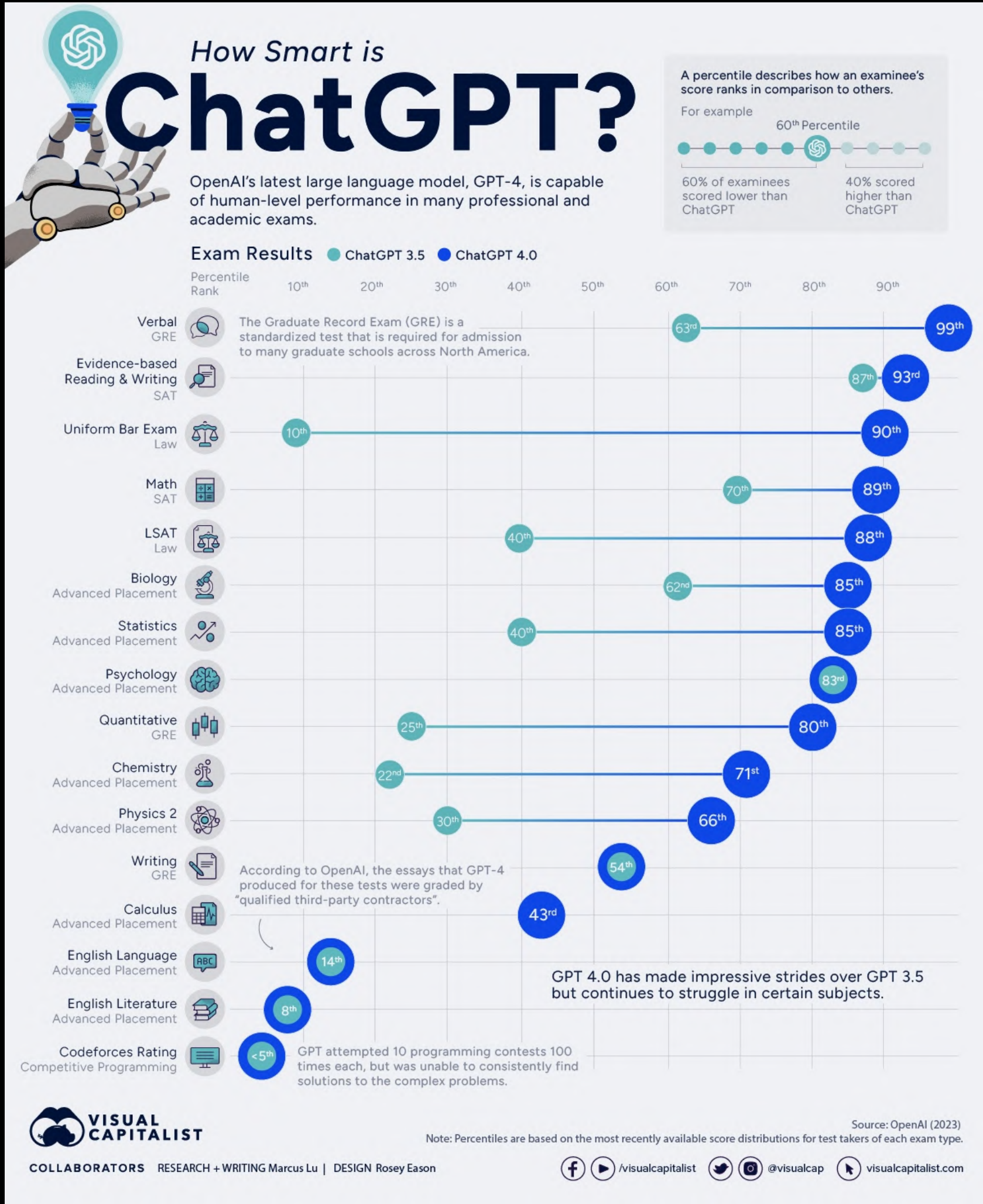
Videotuotanto

Tekstintuotanto

Kuvatuotanto

Technology adoption S-curve





ChatGPT 4.0 pärjää
monissa
englanninkielisissä
standardisoiduissa
kokeissa paremmin kuin
50% kokeen
suorittaneista ihmisistä.

You

Hei! Luo minulle 5 kappaletta luovia ideoita yrityksen markkinointiin. Annan muutamia esimerkkejä, minkä tyyppisiä ideoita haen. Ne eivät ole tavanomaisia, vaan todella poikkeavia tapoja kiinnittää huomiota. Haluan, että sinäkin poikkeat tavanomaisesta ja keksit oikeasti epätyypillisiä ideoita. Kerro niissä otsikko ja pidä kuvaustekstit lyhyinä. Älä jaarittele.

Tässä esimerkit:

1. Järjestä kaupungin keskustassa heavy metal musiikkia ja neulontaa yhdistävä tapahtuma, jossa kilpaillaan heavyneulonnan maailmanmestaruuden tittelistä.
2. Varasta kaupungin keskustan suosituin patsas ja vie sen tilalle kyltti, jossa kerrotaan patsaan poistuneen. Älä kerro patsaan poistumisesta, vaan anna kaupunkilaisten ihmetellä asiaa muutama päivä ennen kuin kerrot oikean syyn.
3. Sorvaa kaksi kappaletta suuria puisia palloja, ja lahjoita ne eläinpuistoon juuri tulleille pandoille leikkivälineiksi. Vuoda videoita ja valokuvia pandojen leikeistä kaikille medioille.

ChatGPT

Tässä viisi luovaa markkinointi-ideaa yrityksellesi:

1. Kadunvaltaus Värikkäillä Sateenkaarisilloilla

- Luo yön yli ilmestyviä pop-up sateenkaarisilloja ympäri kaupunkia käyttäen värikkäitä valoja ja projisointitekniikkaa. Jokainen silta vie jalankulkijat "salaiseen" tapahtuma-alueelle, jossa yrityksesi tuotteita tai palveluja esitellään interaktiivisten tehtävien kautta.

2. Luo Maailman Suurin Virtuaalinen Aarrejahti

- Käytä AR-teknologiaa luodaksesi kaupunkilaisten pelattavaksi maailman suurimman virtuaalisen aarrejahdin. Jokainen löydetty "aarre" paljastaa osan yrityksesi tarinasta tai tarjoaa eksklusiivisia etuja ja alennuksia.

3. Äärimmäinen Työpäivä: Toimistotyötä Vuoristoradassa

- Järjestä tapahtuma, jossa ihmiset voivat kokea "äärimmäisen työpäivän" tekemällä etätyötä vuoristoradan vaunuissa. Tämä huomiokorottava tempaus korostaa yrityksesi sitoutumista työelämän joustavuuteen ja uudennaisiin kokemuksiin.

You

Hei! Tee minulle 5 kappaletta luovia ideoita yrityksen markkinointiin. Annan muutamia esimerkkejä, minkä tyyppisiä ideoita haen. Ne eivät ole tavanomaisia, vaan todella poikkeavia tapoja kiinnittää huomiota. Haluan, että sinäkin poikkeat tavanomaisesta ja keksit oikeasti epätyypillisiä ideoita. Kerro niissä otsikko ja pidä kuvaustekstit lyhyinä. Älä jaarittele.

ChatGPT

1. Virtuaalitodellisuus

2. Sosiaalisen median haaste

3. Pop-up tapahtumat

4. AR (Augmented Reality)

5. Yhteisöllisyys



OpenAI SORA



Prompt: The camera rotates around a large stack of vintage televisions all showing different programs — 1950s sci-fi movies, horror movies, news, static, a 1970s sitcom, etc, set inside a large New York museum gallery.

Tekoälytyökalut ovat todella hyviä luovien töiden
suunnan hakemisessa ja **yhteisen vision** löytämisessä.

Miulla on idea
promokuvista, mutta
miten sen oikein saisi
viestittyä?



a single black wood panel in a coniferous forest in Finland.

Summer. Promotional photo. Natural aesthetics. --ar 3:2

Midjourney



Joona Kotilaisen oikea valokuva Kontiolahdelta

Tekoälykuvageneraattorit ovat alkaneet saada
yksityiskohtia ja epätäydellisyyksiä kohdalleen.



architectural image of a building
with black charred wood
cladding. Minimal aesthetics.
Professional architecture
photography. Realism. --ar 16:9

Tekoälykuvageneraattorit ovat alkaneet saada **yksityiskohtia ja epätäydellisyyksiä** kohdalleen.



architectural image of a nordic
school building with dark brown
charred wood cladding. Minimal
aesthetics. Professional
architecture photography.
Realism. --ar 16:9

Potential use cases



We can take an advantage of the material durability and non-toxic properties and offer the material for public construction projects.

These images are generated with AI to showcase potential projects.



Kuvakaappaus Hiil Oy:n pitch deckistä.

Kaikki kuvat on tehty tekoälyllä.

"a finnish entrepreneur smiling in the front of the city hall of Joensuu"

Midjourney



v 1
02/2022



v 2
04/2022



v 3
07/2022



v 4
11/2022



v 5
03/2023



v 6
12/2023

"a finnish entrepreneur smiling in the front of the city hall of Joensuu"

Midjourney



Työkalu

Dreamstudio

Ominaisuuksia:

Melkein valokuvatasoisen kuvien luominen tekstistä

Piirustusten luominen tekstistä

Yksittäisen kuvan laajentaminen

Kuvan sisällön jonkinasteinen muokkaaminen

Hinta:

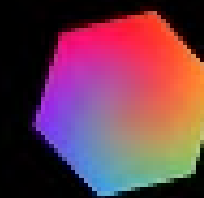
alkaen 10\$ / 5000 kuvaa

Ilmainen versio: Kaikki rekisteröityneet saavat 25 krediittiä (noin 150 kuvaa). Kaupallinen lisenssi sisältyy myös ilmaisiin kuviin.

Käyttö:

Englanninkielinen alusta, englanninkieliset käskyt / promptit.

Jonkin verran helpotusta tekstityökaluista.



DreamStudio

beta.dreamstudio.ai

an intricate silver ring, high in detail, green leaves made from emeralds, mossy background, ultra high resolution 



an intricate extremely narrow silver ring, high in detail, green leaves, dark background, studio photo 



an intricate narrow silver ring, high in detail, green leaves, emeralds, dark background, studio photo 



an intricate extremely narrow silver ring, high in detail, green leaves, dark background, studio photo 



Säädä kuvan tyyliä

Kerro, mitä kuvassa
on englanniksi

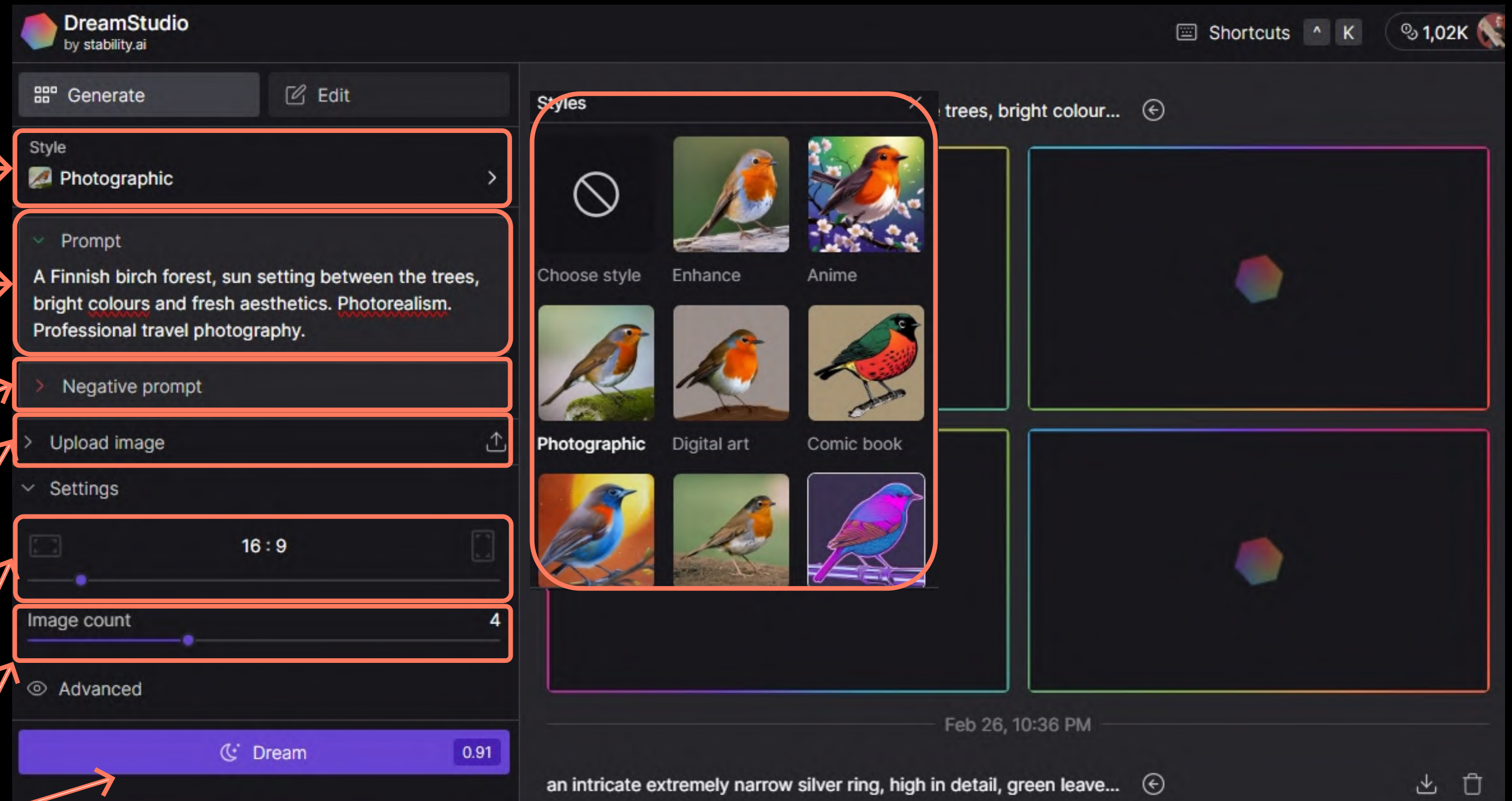
Kerro, mitä kuvassa
ei saa olla englanniksi

Lataa oma kuva
kuvan kehittämisen
pohjaksi

Muuta kuvasuhdetta

Muuta kuinka monta
kuvaa kone tekee

Luo kuva



A Finnish birch forest, sun setting between the trees, bright colour...







Työkalu

ChatGPT

Ominaisuuksia:

Tekstikeskustelut ja tehtävät

Koodin tuottaminen

Valokuvien tuottaminen (DALL-E 3) - vain maksullisessa lisenssissä

Verkon selaaminen ja tiedon etsiminen - vain maksullisessa lisenssissä

Hinta:

Plus versio alkaen 20\$ / kk

Ilmainen versio: "Heikompi" GPT 3.5 käytettävissä

Käyttö:

Englanninkielinen alusta, toimii suomeksi todella hyvin - varsinkin GPT 4 malli

Aina voi kysyä apua ja pohtia ääneen, niin kone auttaa sinua käskyttämään siä



chat.openai.com

Samankaltaisia työkaluja on

olemassa muitakin:

Googlessa on Gemini.

Microsoftilla CoPilot.

Hei, jutellaan asiasta x.

Minun pitäisi saada aikaan y.

Hei, jutellaan matkustamisesta.

Minun pitäisi löytää itselleni sopiva
matkakohde seuraavalle lomalle.

Hei, jutellaan liiketoiminnan kannattavuuden
parantamisesta.

Minun pitäisi saada enemmän rahaa ja tehdä
vähemmän töitä.

ChatGPT auttaa minkä tahansa tekstin kanssa

 You

Hei! Tehdään ideoita, mitä kukkakauppa voisi postata helmikuussa sosiaaliseen mediaan.

 ChatGPT

Hei! Helmikuussa sosiaalisen median sisältö voi hyödyntää useita teemoja, jotka vetoavat asiakkaisiin. Tässä on joitakin ideoita, joita kukkakauppa voi käyttää sosiaalisen median postauksissa helmikuussa:

1. **Ystävänäpäivä:** Helmikuun suurin juhlapäivä on ystävänäpäivä. Voit luoda useita postauksia, jotka keskittyvät ystävänäpäivän kukkalähetyksiin, kimppuvaihtoehtoihin ja erikoistarjouksiin.
 - Kuvapostaukset ystävänäpäivän kimpuista ja lahjaseteistä.
 - Video tai timelapse kimppujen sitomisesta.
 - Asiakkaiden antamien palautteiden ja kuvien jakaminen (asiakkaiden luvalla).
2. **Kukkien merkitykset:** Jaa tietoa siitä, mitä eri kukat symboloivat, erityisesti ystävänäpäivään liittyen.
 - Päivittäiset postaukset kukista ja niiden merkityksistä.
 - Visuaaliset oppaat siitä, miten yhdistää kukkia viestin välittämiseen.
3. **DIY (Tee-Se-Itse) kukka-asetelmat:** Opasta seuraajiasi tekemään omia kukka-asetelmia kotona.
 - Askel-askeleelta ohjeet ja tarvikkeiden lista.
 - Video-oppaat yksinkertaisista DIY-projekteista.
4. **Taustatietoa kukista:** Jaa mielenkiintoisia faktoja ja tarinoita eri kukista, niiden alkuperästä ja kasvatustvinkkejä.
 - "Kukan viikko" -postaussarja, jossa esitellään yksi kukka per viikko.
 - Vinkkejä kukkien hoitoon kotona.
5. **Kukkien käyttö juhlissa:** Anna ideoita ja inspiraatiota siitä, miten kukkia voidaan

 You

Tuo kukkien merkitykset on kiva teema. Mieti, mitkä kukat pitäisi esitellä ensin ja anna minulle 5 kukan lista.

 ChatGPT

Valitessani kukkia, jotka symboloivat erilaisia tunteita ja viestejä, pyrin valitsemaan sellaisia, jotka ovat suosittuja, monipuolisia ja kulttuurisesti merkityksellisiä, erityisesti ystävänäpäivän kontekstissa. Tässä viiden kukan lista, joiden merkitykset ovat mielenkiintoisia ja sopivia helmikuuhun:

1. **Ruusu:** Ruusut ovat ystävänäpäivän klassikko, ja niiden väri symboloi erilaisia tunteita. Punaiset ruusut edustavat rakkautta ja intohimoa, vaaleanpunaiset arvostusta ja ihailua, valkoiset puhtautta ja viattomuutta, ja keltaiset ystävyyttä ja iloa.
2. **Tulppaani:** Tulppaanit ovat kevään airuita ja symboloivat uutta alkua, täydellistä rakkautta ja huolenpitoa. Ne ovat monipuolisia ja sopivat monenlaisiin viesteihin, riippuen niiden väristä.
3. **Orkidea:** Orkideat edustavat kauneutta, voimaa ja ylellisyyttä. Ne ovat hienostuneita ja voivat symboloida ikuista rakkautta. Orkideat ovat erinomainen valinta, kun halutaan viestiä ainutlaatuisuudesta ja syvästä ihailusta.
4. **Päivänkakkara:** Päivänkakkarat symboloivat viattomuutta, puhdasta rakkautta ja

ChatGPT auttaa minkä tahansa tekstin kanssa



ChatGPT

Tässä on ehdotus sosiaalisen median postaukseksi ruusuista:

🌹 Ruusujen Taikaa Ystävänäpäivänä 🌹

Helmikuussa, kun rakkauden ja ystävyysjuhla lähestyy, mikään ei kerro tunteistasi paremmin kuin ruusun kukka. Ruusut eivät ole vain kauniita; ne kantavat syviä merkityksiä, jotka juontavat juurensa vuosisatojen taakse.

💖 **Punainen Ruusu** - Rakkautta ja Intohimoa: Ei ole parempaa tapaa ilmaista syvää rakkautta ja palavaa intohimoa kuin punaisen ruusun kimpulla. Se on klassinen ele, joka lämmittää sydämiä ja tuo hymyn huulille.

🌸 **Valkoinen Ruusu** - Puhtautta ja Viattomuutta: Valkoiset ruusut symboloivat puhtautta, viattomuutta ja uusia alkujia. Ne ovat täydellinen valinta, kun haluat välittää viestin toivosta ja uudesta alusta rakkaudessa.

💛 **Keltainen Ruusu** - Ystävyyttä ja Iloa: Keltainen ruusu on ilon ja ystävyys symboli. Se on ihanteellinen tapa ilmaista kiitollisuutta ja arvostusta ystävälle, joka on aina tukenasi.



You

Äh, tämä kuulostaa aika paljon koneen tekemältä. Voisitko tehdä siitä vähemmän geneerisen ja konemaisen? Kirjoita niin kuin ihminen ihmiselle whatsappissa.



ChatGPT

Totta, mennään vähän rennommalla tyylillä. Tässä uusi versio:

Hei! 🌹 ✨

Tiesitkö, että ruusujen väreillä on omat salaiset viestinsä? Punaiset ruusut huutavat rakkautta, valkoiset kuiskivat viattomuudesta, ja keltaiset? No, ne ovat kuin auringonsäteet, jotka symboloivat ystävyyttä ja iloa. Ja sitten on vaaleanpunaiset, jotka ovat täynnä ihailua ja kiitoksia.

Kun ystävänpäivä lähestyy, mietin, mikä väri kertoo juuri sinun tarinasi? 💖 💬

Ei stressiä, jos et ole varma – olen täällä auttamassa. Olipa kyseessä sydämesi syvimmat tunteet tai kiitos sanomatta jääneestä tuesta, löydämme yhdessä täydellisen tavan sanoa se ruusuin.

Laita viestiä tai piipahda kaupalla, niin suunnitellaan yhdessä se täydellinen kimppu. Ja hei, jos haluat vain jutella kukista ja niiden merkityksistä, sekin on enemmän kuin ok. 🌹

ChatGPT auttaa minkä tahansa tekstin kanssa



You

Tee tästä tarina. Sellainen, joka kuvastaa asiakkaan ajattelua ja pään sisältöä, kun hän kävelee kaupungilla ja pohtii ihmistä, jolle hän antaa kukan. Kerro yksityiskohtaisesti, mitä hän tuntee, kun hän valikoi ruusuja.



ChatGPT

Hän kävelee hiljaisilla, talvisilla kaduilla, kädet syvällä takkinsa taskuissa. Kaupungin hälinä tuntuu kaukaiselta, kun hänen ajatuksensa keskittyvät yhteen henkilöön, joka on viime aikoina täyttänyt hänen mielensä. Se on henkilö, joka on tuonut valoa päiviin, joita talven pimeys on varjostanut. Hän pohtii, miten voisi ilmaista tunteensa, sanat tuntuvat liian rajallisilta, liian tavallisilta.

Kun hän astuu lämpimään, valoisaan kukkakauppaan, hänet valtaa tuoksujen ja värien harmonia. Se tuntuu kuin astuisi toiseen maailmaan. Hän kulkee hitaasti ruusujen ohi, joiden värit loistavat kilpaa. Hän koskettaa varovasti punaisen ruusun terälehteä, tuntee sen pehmeiden sormenpäissään ja miettii, voisiko mikään muu kuin punainen ruusu kertoa syvästä rakkaudesta ja intohimosta, jota hän tuntee. Mutta punainen tuntuu niin odotetulta, niin selvältä valinnalta.

Hän siirtyy vaaleanpunaisten ruusujen ääreen, joiden lempeä sävy muistuttaa hänelle hetkistä, joita he ovat jakaneet – hiljaisesta naurusta ja katseista, jotka puhuvat enemmän kuin sanat. Vaaleanpunainen, se tuntuu oikealta valinnalta, se kertoo ihailusta, kasvavasta kiintymyksestä, vielä sanomattomasta lupauksesta.

Hän näkee myös valkoiset ruusut, puhtauden ja viattomuuden symbolit, jotka



You

Okei, kokeillaan vielä toista tulokulmaa. Tee tästä postaus insinöörimiehelle. Pätki poikki pinoon tyyliä. Tee taulukko ja ohjeet ruusun valintaan miehelle.



ChatGPT

Tässä on suoraviivainen ja käytännöllinen lähestymistapa ruusun valintaan insinöörimiehelle, joka arvostaa selkeyttä ja tehokkuutta. Tämä postaus sisältää taulukon eri ruusujen värien merkityksistä sekä yksinkertaiset ohjeet ruusun valintaan.

Ruusun Valintaopas Insinöörimiehelle

Etsitkö täydellistä ruusua ystävänpäiväksi tai erityiseen hetkeen? Tässä taulukko ja ohjeet, jotka tekevät valinnasta nopeaa ja loogista.

Ruusujen Värien Merkitys

Väri	Merkitys	Käyttötarkoitus
Punainen	Rakkautta ja intohimoa	Kun haluat välittää syvää rakkautta
Vaaleanpunainen	Kiitollisuutta, ihailua	Kun arvostat ja ihaillet henkilöä
Valkoinen	Puhtautta, viattomuutta	Uuden alun symboli tai kunnioituksen osoitus
Keltainen	Ystävyyttä, iloa	Ystävälle tai piristämään päivää
Oranssi	Innostusta, halua	Kun haluat näyttää voimakasta vetoa tai intohimoa

Ohjeet Ruusun Valintaan

- Määritä Tarkoitus:** Miksi annat ruusun? Onko kyse rakkaudesta, kiitollisuudesta, ystävyydestä, vai haluatko vain piristää jonkun päivää? Valitse taulukosta sopiva väri.
- Valitse Määrä:** Yksittäinen ruusu välittää syvää henkilökohtaista viestiä, kun taas kimppu voi edustaa runsautta ja ylellisyyttä. Mieti, mikä sopii tilanteeseen.

Hei. Sinun roolisi on **x**.

Auta minua **asiassa y**.

Kysy tarkentavia kysymyksiä ja taustatietoja, mitä tarvitset tehtävän suorittamiseksi.

Hei. Sinun roolisi on **olla personal trainer minulle**.

Auta minua **luomaan minulle sopiva jumpparutiini**.

Kysy tarkentavia kysymyksiä ja taustatietoja, mitä tarvitset tehtävän suorittamiseksi.

Hei, jutellaan asiasta **x**.

Minun pitäisi saada aikaan **y**.

Hei. Sinun roolisi on **x**.

Auta minua **asiassa y**.

Kysy tarkentavia kysymyksiä ja taustatietoja, mitä tarvitset tehtävän suorittamiseksi.



You

Hei. Sinun roolisi on olla personal trainer minulle.

Auta minua luomaan minulle sopiva jumpparutiini.

Kysy tarkentavia kysymyksiä ja taustatietoja, mitä tarvitset tehtävän suorittamiseksi.



ChatGPT

Hei! Olen valmis auttamaan sinua luomaan juuri sinulle sopivan jumpparutiinin. Jotta voin tehdä tämän mahdollisimman hyvin, tarvitsen sinulta ensin joitakin tarkentavia tietoja:

1. **Tavoitteesi:** Haluatko keskittyä esimerkiksi painonpudotukseen, lihasmassan kasvattamiseen, kestävyyyden parantamiseen, liikkuvuuden lisäämiseen vai onko sinulla jokin muu tavoite?
2. **Nykyinen kuntoilutasosi:** Oletko aloittelija, kohtalaisesti kokenut vai edistynyt kuntoilija?
3. **Mahdolliset terveysrajoitukset:** Onko sinulla loukkaantumisia, sairauksia tai muita terveyteen liittyviä seikkoja, jotka tulisi ottaa huomioon?
4. **Käytettävissä olevat välineet:** Onko sinulla pääsy kuntosaliin tai kotona käytettävissä olevia kuntoiluvälineitä (kuten käsipainot, kuminauhat, jumppapallo jne.)?
5. **Kuinka monta kertaa viikossa haluat harjoitella,** ja onko sinulla toiveita harjoittelun keston suhteen?

Kun olet vastannut näihin kysymyksiin, voin räätälöidä sinulle sopivan jumpparutiinin.



You

Minun tavoitteeni on ylipäättään liikkua. Olen 36 vuotias ja haluan, että en sairastu 50-vuotiaana sydäntauteihin.

Nykyinen kuntotaso on kohtalaisesti kokenut. Olen käynyt jonkun verran crossfit tunneilla, mutta en tee sitä viikottain.

Minulla on löysät polvet ja polvilumpioni lähtevät herkästi paikaltaan huonoissa asennoissa.

Olen harkinnut kotiin ostettavien jumppavälineiden ostoa kuten joogamattoa ja kahvakuulia. Mutta niitä ei vielä ole. Pidän myös luonnossa liikkumisesta ja valokuvaamisesta.

Haluaisin harjoitella max 30 min kerrallaan ja tehdä sitä kaksi kertaa viikossa.



ChatGPT

Mahtavaa, että olet motivoitunut pitämään huolta terveydestäsi ja hyvinvoinnistasi! Perustuen antamiisi tietoihin, ehdotan sinulle jumpparutiinia, joka keskittyy yleiseen terveyteesi ja hyvinvointiisi, ottaen huomioon polviesi tilanteen ja toiveesi harjoittelun kestosta ja tiheydestä. Harjoitusten tavoitteena on vahvistaa kehoa kokonaisvaltaisesti, parantaa sydämen terveyttä, ja pitää sinut aktiivisena ilman suurta riskiä polvivammoille.

Ennen kuin aloitat

- Keskustele lääkärin tai fysioterapeutin kanssa ennen uuden harjoitusohjelman aloittamista, erityisesti koska mainitsit polviongelmista.
- Varmista, että teet aina lämmittelyn ennen harjoittelua (esim., 5 minuutin kevyt kävely tai paikallaan juoksu) ja jäähdyttelyn harjoittelun jälkeen (venyttelyä).

Harjoittelurutiini

Koska mainitsit, että sinulla ei vielä ole välineitä, aloitamme kehonpainoharjoitteilla ja lisäät kahvakuulat ja joogamaton, kun saat ne hankittua.

Kerta 1 – Kehonpainoharjoitus

- **Kyykyt:** 2 × 10 toistoa (pidä huoli, että polvet eivät mene varpaiden yli ja pysy hyvässä linjassa varpaiden kanssa)
- **Modifioitu burpee (ilman hyppyä):** 2 × 8 toistoa (jätä hyppy pois ja vältä liikaa painetta polville)
- **Punnerrukset (polvet maassa, jos tarpeen):** 2 × 10 toistoa
- **Vuorikiipeilijä (rauhallinen tahti):** 2 × 15 toistoa kummallekin jalalle
- **Lankku:** 2 × 30 sekuntia

Hei. Haluan, että opiskelet lähettämäni asian (teksti, kuva, verkkosivuosioite).

Vastaa minulle lähettämäni tiedon pohjalta kysymyksiini.

(kuva ja verkkosivuosioite toimivat vain ChatGPT 4 versiossa...)

Hei. Haluan, että opiskelet lähettämäni **tekstit**. Niitä tulee **5 kappaletta**.

Luo minulle tekstiä, joka on samantyylistä ja mukailee lähettämiäni tekstejä.

Minä annan **otsikon ja tekstin teeman sinulle**.

ChatGPT haamukirjoittajana



You

Keskiviikkona olin Joensuun Kaupungin yrittäjäystävällinen Joensuu tapahtumassa puhumassa matalan kynnyksen tekoälytyökalujen mahdollisuuksista liiketoiminnassa ja huomenna perjantaina pääsen mukaan hienoon SOHJO 2024 puhumaan otsikolla "Ihminen - Luova kone" ✨

Keskiviikon puheenvuorosta sain muutamia palautteita, että kuulijoiden päässä naksahi ajatuksia tekoälyyn liittyen uuteen asentoon. Toivottavasti myös intoa lähteä perehtymään niihin tarkemmin.

Perjantain puheenvuorossa ei kuitenkaan ole yleisen tapani mukaan luvassa nipullista käytännön vinkkejä ja ohjeita, vaan pohdin enemmänkin ääneen tekoälytyökalujen käyttöä luovan ihmisen ja tekijän näkökulmasta ja sitä, että kuka tai mikä tässä onkaan luova?

Oletko tulossa kuulolle tapahtumaan? Siellä on huikea määrä hyviä puhujia, mielenkiintoisia aiheita (meikäläisen lempparikattoteemat: tulevaisuus ja luovuus) ja satoja ihmisiä tulossa kuulolle ja verkostoitumaan.



ChatGPT

Ymmärrän, että kirjoitat informatiivisia ja inspiroivia postauksia, joissa yhdistät omat kokemuksesi ja näkemyksesi tulevista tapahtumista sekä jaat innostusta ja kutsua osallistumaan. Pyrit välittämään positiivista energiaa ja innostusta aiheisiin, joista olet intohimoinen, kuten tekoäly ja luovuus, samalla kun kerrot yleisöllesi konkreettisia esimerkkejä ja odotuksia tulevista tapahtumista. Tyyliisi kuuluu myös kysyä yleisöltäsi, ovatko he osallistumassa, mikä luo yhteisöllisyyden tunnetta.



You

Tässä toinen. Älä kommentoi vielä. Sano vain ok, kun olet lukenut tekstin.

Valmistelen tällä hetkellä useampaa puheenvuoroa matalan kynnyksen tekoälytyökaluihin liittyen. Luvassa on lähiaikoina pohdintaa ja kertomuksia ainakin liiketoiminnan ja luovuuden näkökulmasta. Olen puhunut ja järjestänyt tapahtumia teemasta reilun parin vuoden verran ja päässyt rakentamaan setit tekoälytyökalujen ja niiden kyvykkyyksien osalta uudelleen aina muutaman kuukauden välein. Kehitystahti on ollut aika huimaa generatiivisissa työkaluissa, niin valmista ei materiaalien osalta tule varmasti koskaan.

Yksi konkreettinen pohdinta ja esimerkki teknologian kehittymisestä ja luovien tekoälyjen normalisoitumisesta meidän arkeen tuli lapsieni kautta. Minun 6- ja 8-vuotiaat tytöt ovat vuosia pitäneet värityskuvien värittämisestä. Kuvia on aiemmin pitänyt Googlettaa ja sieltä he ovat valikoineet heitä miellyttävän kuvan tulostettavaksi ja väritettäväksi. Ehdotin vähän aikaa sitten, että entä jos antaisimme tietokoneen tehdä juuri sellaisen kuvan, mitä lapset toivovat. Pyysin miettimään, että minkälaisen kuvan he haluaisivat ja 6-vuotias päätti, että halusi värittää LOL-nuken istumassa puussa syömässä donitsia.

Hän oli silmin nähden innoissaan, kun pääsi värittämään kivan, itselleen mieluisen hahmon kuvaa ja vieläpä niin, että hän oli itse saanut päättää nukan tekemiset kuvaan. Minä taas olin enemmän innoissani siitä, että ideasta tulosteeksi meni tässä n. 2 minuuttia.

Tajusin, että minun lapsilleni generatiiviset tekoälyt ja "koneen saa tekemään juuri sen, minkä siltä pyytää" on sama kuin internet Z-sukupolvelle. Se on aina ollut ympärillä ja saatavilla mihin aikaan tahansa, kunhan vain avaa oman laitteen ja kysyy koneelta jotain. Todella normaalia, eikä mitään mullistavaa tai poikkeavaa.

Lapseni eivät todennäköisesti osaa ihmetellä, että onpahan aikamoisia harppauksia koneiden kyvykkyydessä tullut, vaan heille kone toimii näin juuri niin kuin pitää.



ChatGPT

Ok



ChatGPT haamukirjoittajana



You

Ja kolmas. Muista ok.



ChatGPT

Ok



You

Hiil Oy aamupalaverin osallistujia odotellessa Google Meetissä tuli ilmoitus, että uusia saatavilla tekstitykseen. Piti heti käydä katsomassa, että olisikohan siellä mahdollisuuksia kieltä. Kyllähän siellä oli! Testailin yksinään hetkisen, että miten tarkasti se ottaa äänen ensituntuma oli, että systeemi toimii oikein mainiosti ja sanat ja pisteet ja pilkut olivat prosenttisesti oikein paikallaan. En ole varma missä kaikissa versioissa tämä beta-käytössä, mutta pistä seuraavassa palaverissa testiin 👍

Tekoälyähän tässäkin on taustalla. Puheentunnistuksen ja kielimallin avulla on mahdollista tehdä automaattisia tiivistelmiä, mistä palaverissa on keskusteltu. Nämä ovat tähän pääasiassa toimineet englanniksi, mutta suomenkielisiä tiivistelmäbottejakin alkaa ilmaantua tapaamis- ja toimistotyökaluihin sisälle.



ChatGPT

Ok



You

Voisitko kirjoittaa minulle postauksen siitä, miten matalan kynnyksen tekoälytyökalut auttavat yrittäjiä. Ota huomioon virtuaaliavatarit, äänikloonit, kuvatyökalut ja tekstityökalu kuten ChatGPT. Käytä vain minun kirjoitustyyliäni ja unohda kaikki yhdysvaltalaiset ylisanat ja sinulle opetetut somemateriaalin manerismit.



ChatGPT

Tekoälytyökalut mullistavat yrittäjän arkea ja avaavat uusia ovia liiketoiminnan kehittämiseen. Matalan kynnyksen tekoälytyökalut, kuten virtuaaliavatarit, äänikloonit, kuvatyökalut ja tekstityökalut, tarjoavat yrittäjille ennenäkemättömiä mahdollisuuksia viestinnässä, markkinoinnissa ja asiakaspalvelussa.

Kuvitellaanpa hetki, että voit luoda virtuaaliavatареja edustamaan yritystäsi verkossa. Nämä digitaaliset edustajat voivat olla vuorovaikutuksessa asiakkaiden kanssa kellon ympäri, tarjoten henkilökohtaista palvelua ja vahvistaen asiakassuhteita. Ääniklooniteknologian avulla voimme puolestaan personoida viestintäämme entisestään – kuvittele, että yrityksesi perustajan ääni toivottaa asiakkaat tervetulleeksi verkkosivustollesi tai antaa ohjeita tuotteen käyttöön.

Kuvatyökalut, kuten generatiivisen tekoälyn avulla toimivat kuvanluontialustat, mullistavat markkinointimateriaalien luomisen. Ei enää turhauttavia hetkiä kuvapankkien syövereissä tai kalliita kuvitustöitä freelancerilta – nyt voit luoda tarkasti brändiisi sopivia kuvia muutamassa minuutissa. Ja kun puhutaan tekstityökaluista, kuten ChatGPT:stä, avautuu yrittäjälle mahdollisuus tuottaa korkealaatuista sisältöä, oli kyse sitten blogipostauksista, tuotekuvauksista tai vaikkapa usein kysytyjen kysymysten päivittämisestä.

ChatGPT haamukirjoittajana



You

Tämä oli aika mainosmainen teksti. Voisitko tehdä siitä enemmän henkilökohtaisiin kokemuksiin nojaavaa ja asiantuntijamaista? Voit keksiä ne kokemukset, minä vaihdan niitä sitten omiini.



ChatGPT

Tekoälytyökalujen matka omassa yrittäjäurassani on ollut silmiä avaava kokemus. Käytännön esimerkit matalan kynnyksen tekoälytyökalujen hyödyntämisestä liiketoiminnassa ovat valottaneet niiden todellista potentiaalia, joka ylittää pelkän hypetyksen.

Erityisesti virtuaaliavatarit ovat muuttaneet tapaamme kommunikoida asiakkaidemme kanssa. Aluksi skeptisenä suhtauduin ajatukseen digitaalisista edustajista, mutta kokeilun myötä huomasin, kuinka ne mahdollistivat henkilökohtaisen ja jatkuvan vuorovaikutuksen asiakkaiden kanssa – aina heidän ehdoillaan. Tämä ei ainoastaan parantanut asiakaspalvelua, vaan myös vapautti aikaa luovempaan työhön ja strategiseen suunnitteluun.

The best AI writing software

- [Jasper](#) for businesses
- [Copy.ai](#) for copywriting
- [Anyword](#) for assisting you with writing
- [Sudowrite](#) for fiction
- [Writer](#) for a non-GPT option
- [Writesonic](#) for GPT-4 content
- [Rytr](#) for an affordable AI writer

The best AI productivity tools by category

- Chatbots ([ChatGPT](#), [Claude 2](#), [Bing AI](#))
- Content creation ([Jasper](#), [Copy.ai](#), [Anyword](#))
- Grammar checkers and rewording tools ([Grammarly](#), [Wordtune](#), [ProWritingAid](#))
- Video creation and editing ([Descript](#), [Wondershare Filmora](#), [Runway](#))
- Image generation ([DALL·E 3](#), [Midjourney](#), [Stable Diffusion](#))
- Voice and music generation ([Murf](#), [Splash Pro](#), [AIVA](#))
- Knowledge management and AI grounding ([Mem](#), [Notion AI Q&A](#), [Personal AI](#))
- Task and project management ([Asana](#), [Any.do](#), [BeeDone](#))
- Transcription and meeting assistants ([Fireflies](#), [Airgram](#), [Krisp](#))
- Scheduling ([Reclaim](#), [Clockwise](#), [Motion](#))
- Email inbox management ([SaneBox](#), [Mailbutler](#), [EmailTree](#))
- Slide decks and presentations ([Decktopus](#), [Beautiful.ai](#), [Slidesgo](#))
- Automation ([Zapier](#))
- [Other AI productivity tools](#)

The best AI chatbots

- The original: [ChatGPT](#)
- Longest conversation memory: [Claude](#)
- Online search, text, and image generation: [Microsoft Bing AI](#)
- Integration with Google apps: [Google Bard](#)
- Open license: [Meta Llama 2](#)
- For personal use: [Pi](#)
- Multiple AI models: [Poe](#)
- For internet deep dives: [Perplexity](#)
- Safety off: [Grok](#)
- Open source: [HuggingChat](#)
- For building your own chatbot: [Zapier Chatbots](#)
- For searching the web: [YouChat](#), [KoalaChat](#)
- For content writing: [Jasper Chat](#), [Chat by Copy.ai](#), [Chatsonic](#), [ZenoChat](#)
- For sales and marketing: [ChatSpot](#)
- For messaging: [Personal AI](#)
- For tinkering: [OpenAI playground](#), [DeepAI Chat](#)
- For fun: [Character.AI](#)
- On social media: [Snapchat My AI](#)
- For learning: [Khan Academy's Khanmigo](#)
- On mobile: [Chatty Butler](#), [ChatOn](#)
- For coding auto-complete: [GitHub Copilot](#), [Amazon CodeWhisperer](#), [Tabnine](#), [Codeium](#)

The best AI image generators

- [DALL·E 3](#) for an easy-to-use AI image generator
- [Midjourney](#) for the best AI image results
- [DreamStudio \(Stable Diffusion\)](#) for customization and control of your AI images
- [Firefly \(Photoshop\)](#) for integrating AI-generated images into photos
- [Generative AI by Getty Images](#) for usable, commercially safe images

The best AI video editing software

- [Descript](#) for editing video by editing the script
- [Wondershare Filmora](#) for polishing video with AI tools
- [Runway](#) for experimenting with generative AI
- [Peech](#) for content marketing teams
- [Synthesia](#) for using digital avatars
- [Fliki](#) for social media videos
- [Visla](#) for turning a script into a video
- [Opus Clip](#) for repurposing long-form to short-form video

Työkaluja löytyy kyllä...



Yleispätevän chat-tekoälytyökalun kanssa työskentelyn perusperiaatteja:

1. Määritä selkeä tavoite ja rooli tekoälylle.
2. Anna mahdollisimman paljon yksityiskohtia.
3. Pyydä muokkauksia ja jalostuksia.
4. Tarkista faktat ja valvo itse tekoälyn tuotoksia.
5. Koita ymmärtää tekoälyn rajoitteita.
6. Käytä tekoälyä luovissa töissä.
7. Ajattele tekoälyä, niin kuin sinulla olisi 100 harjoittelijaa.
8. Pidä huoli omasta salassapidettävästä tiedosta.
9. Räätelöi tekoälytyökalut omaan tarpeeseesi sopiviksi.

Joona Kotilaisen esitys

Vahvempaa naisyrittäjyyttä -hanke

Ilomantsi

13.3.2024

'24

Tekoälyn hyödyntäminen yrittäjän näkökulmasta