

Czego potrzebujesz?

1 Konto Metricool

Wejdź na metricool.com, załóż konto i połącz profile, na których chcesz publikować.

2 ChatGPT na komputerze

Aplikacja z trybem Work, dostępem do folderu na dysku i wtyczką Metricool. W rolce używam modelu Astra.

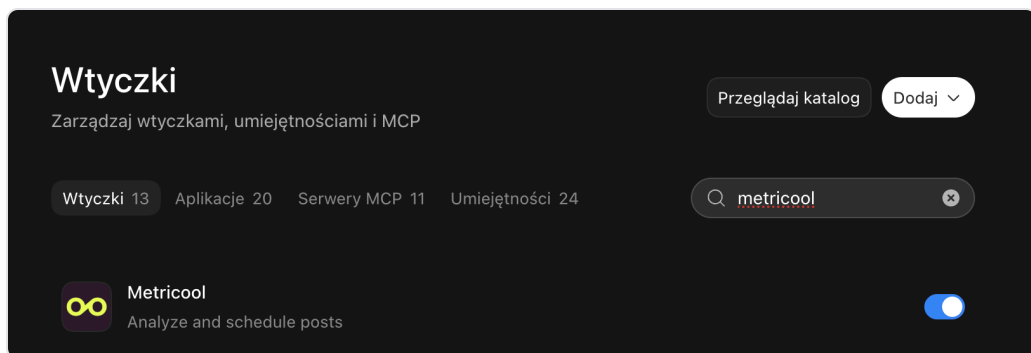
3 Materiały do publikacji

Film lub filmy, miniatury i treści postów. Jeśli nie masz gotowego opisu, możesz dołączyć transkrypcję i poprosić AI o propozycję.

Połącz ChatGPT z *Metricool*.

1 Otwórz ustawienia wtyczek

W aplikacji ChatGPT przejdź do **Ustawienia** → **Wtyczki**. Wybierz **Przeglądaj katalog** i wyszukaj **Metricool**.



Widok po instalacji: Metricool w Ustawieniach → Wtyczki. Na screenie wtyczka jest już włączona.

2 Połącz swoje konto

Wybierz Metricool, a następnie opcję połączenia. Zaloguj się na swoje konto Metricool i zaakceptuj dostępy.

Wszystko w jednym miejscu

Utwórz na dysku folder **Dystrybucja** i wskaż go jako folder pracy nowego zadania w ChatGPT Work. Tutaj będą instrukcje, materiały i archiwum. Kolejne zadania uruchamiaj z dostępem do tego samego folderu.

Folder na dysku jest podstawą tego procesu. Możesz powiązać go z projektem w aplikacji, jeśli tak organizujesz pracę. Sam projekt bez dostępu do folderu nie wystarczy.

[Dokumentacja połączenia Metricool >](#)

Jedna instrukcja.

Gdy Metricool jest połączony, otwórz zadanie z dostępem do folderu **Dystrybucja**, który wcześniej stworzyłeś. **Skopiuj poniższą instrukcję i wklej ją do czatu.**

Skonfiguruj proces dystrybucji filmów w udostępnionym folderze Dystrybucja. Utwórz pliki na dysku, nie kończ na opisanie planu. Jeśli nie masz dostępu do folderu, poproś mnie o jego wskazanie. Nie nadpisuj istniejących instrukcji bez uzgodnienia.

1. Utwórz foldery Input, Output, Output/_to_delete i Archiwum.
2. Przez wtyczkę Metricool odczytaj dostępne marki i profile. Ustal ze mną właściwą markę, docelowe profile i strefę czasową. Zapisz potwierdzone dane w INSTRUKCJA-DYSTRYBUCJI.md.
3. W tej instrukcji zapisz poniższe zasady:
 - Przed każdym zadaniem przeczytaj instrukcję i OSTATNI-PRZEBIEG.md. Materiały pobieraj z Input. Przypisz do każdej rolki film, miniaturę i opis. Zachowuj gotowe treści; brakujący opis przygotuj na podstawie materiałów.
 - Sprawdź istniejące wpisy w Metricool, aby nie tworzyć duplikatów. Zgłaszaj brakujące pliki, niejednoznaczne terminy i wcześniejsze wykorzystanie filmu.
 - Działaj przez wtyczkę Metricool. Sprawdź zgodność filmu z docelowymi sieciami; nie koduj ponownie poprawnych plików. Przygotowane pliki zapisuj w Output, zachowując oryginały.
 - Przygotuj wpisy na wskazane profile i terminy. Domyślnie zapisuj je jako drafty do mojej późniejszej akceptacji. Nie uruchamiaj publikacji. Gdy poproszę o zmianę tego ustawienia, zapisz w instrukcji uzgodniony tryb planowania publikacji.
 - Dodaj film, opis, wymagane tytuły, miniaturę i pierwszy komentarz, jeśli go przekazałem lub uzgodniliśmy. Uwzględnij możliwości każdej sieci. Miniatura ma być okładką filmu, nie dodatkowym zdjęciem posta. Przy aktualizacji zachowaj media i ustawienia.
 - Po zapisie ponownie odczytaj wpis. Sprawdź treść, film, miniaturę, komentarz, profile, termin, strefę i status. Przy błędzie sprawdź stan istniejącego wpisu i popraw go, zamiast tworzyć kolejny. Zgłoś, czego nie udało się wykonać lub potwierdzić.
 - Po zakończeniu przenieś obsłużone materiały z Input do Archiwum, bez nadpisywania. Dokładne duplikaty odkładaj do Output/_to_delete. Nie kasuj oryginałów. Zapisz wynik, identyfikatory wpisów i ewentualne problemy w OSTATNI-PRZEBIEG.md.
4. Utwórz AGENTS.md i CLAUDE.md. W obu zapisz: „Przed każdym zadaniem przeczytaj INSTRUKCJA-DYSTRYBUCJI.md i OSTATNI-PRZEBIEG.md. Pierwszy plik określa zasady, drugi stan pracy. Najnowsze polecenie użytkownika ma pierwszeństwo.”
5. Utwórz OSTATNI-PRZEBIEG.md z informacją, że konfiguracja jest gotowa. Sprawdź utworzone pliki i podaj lokalizację Input. Podczas konfiguracji nie twórz postów.

Instrukcja utworzy foldery **Input**, **Output** i **Archiwum** oraz zapisze pliki **AGENTS.md** i **CLAUDE.md**, które wskażą zasady pracy w folderze Dystrybucja.

Wrzuć materiały.

Powiedz, kiedy chcesz publikować.

1 Dodaj materiały do folderu Input

2 Otwórz nowe zadanie w folderze Dystrybucja

Powiedz chatowi:

„Hej, przeczytaj instrukcję dystrybucji w tym folderze. W folderze Input zapisałem nowe filmy, miniatury i opisy. Przygotuj ich dystrybucję na profilach mojej firmy na najbliższy wtorek o godzinie dziesiątej.”

ChatGPT przygotowuje drafty postów.

U mnie domyślnie powstają szkice, które potem zatwierdzam. Jeśli chcesz, żeby ChatGPT od razu planował publikację, zmień to ustawienie w instrukcji.

Działaj i powodzenia!