



Гайд

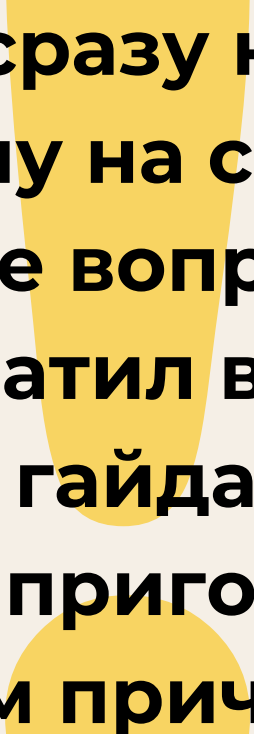
КАК ДЕЛАТЬ НЕЙРОФОТО
САМОСТОЯТЕЛЬНО

@dfox_ai

моя ключевая задача — дать тебе пошаговую инструкцию к самостоятельному созданию реалистичных фото на основе ТВОЕЙ внешности



@dfox_ai



**Однако, сразу на берегу
ответу на самые
популярные вопросы, чтобы
ты не тратил время на
изучение гайда, который
может не пригодиться по
разным причинам...**

“Дорого ли по итогу будут обходиться готовые фото?”

от 890р за тариф = примерно 850 фото генераций

“Нужен ли мощный комп или специальные навыки в IT?”

Точно нет. Лично я - визажист и фотограф. Да, безусловно, насмотренность, чувство света, цвета и формы мне очень помогают, но по сути нужен лишь телефон.



**ЧТО Ж,
НАЧНЁМ?**



Что ты узнаешь

- 01 Что такое Syntx AI?
- 02 Функционал Syntx AI
- 03 Запуск бота и навигация
- 04 Пошаговое создание **Lora**
- 05 Сбока своего Data set
- 06 Как правильно делать \prompt
- 07 Где и как искать референс, ценные советы по удачным генерациям

01

Что такое Syntx AI?

— это телеграм-бот, в его арсенале **все самые известные нейронные сети** для выполнения разных задач. Представь, что ты хочешь сделать свое фото, написать для него текст, сочинить маме песню на ДР, а у тебя нет времени или навыков, чтобы это осуществить?

Вот тут и приходит на помощь **Syntx AI**. Он сделает все это за тебя, причем довольно быстро.

SYNTAX

ДОСТУП К 90+ AI ИНСТРУМЕНТАМ

— 02

Функционал Syntx AI
насчитывает ~ 90
различных нейросетей.

в конце гайда я подробнее про них расскажу

@dfox_ai

Однако, для того, чтобы генерить СВОИ фото, нас интересует **ТОЛЬКО**



о нем я расскажу ниже, давай всё по порядку, чтобы точно не запутаться!

03

telegram bot Syntx AI

“Работать лучше с ПК или с телефона?”

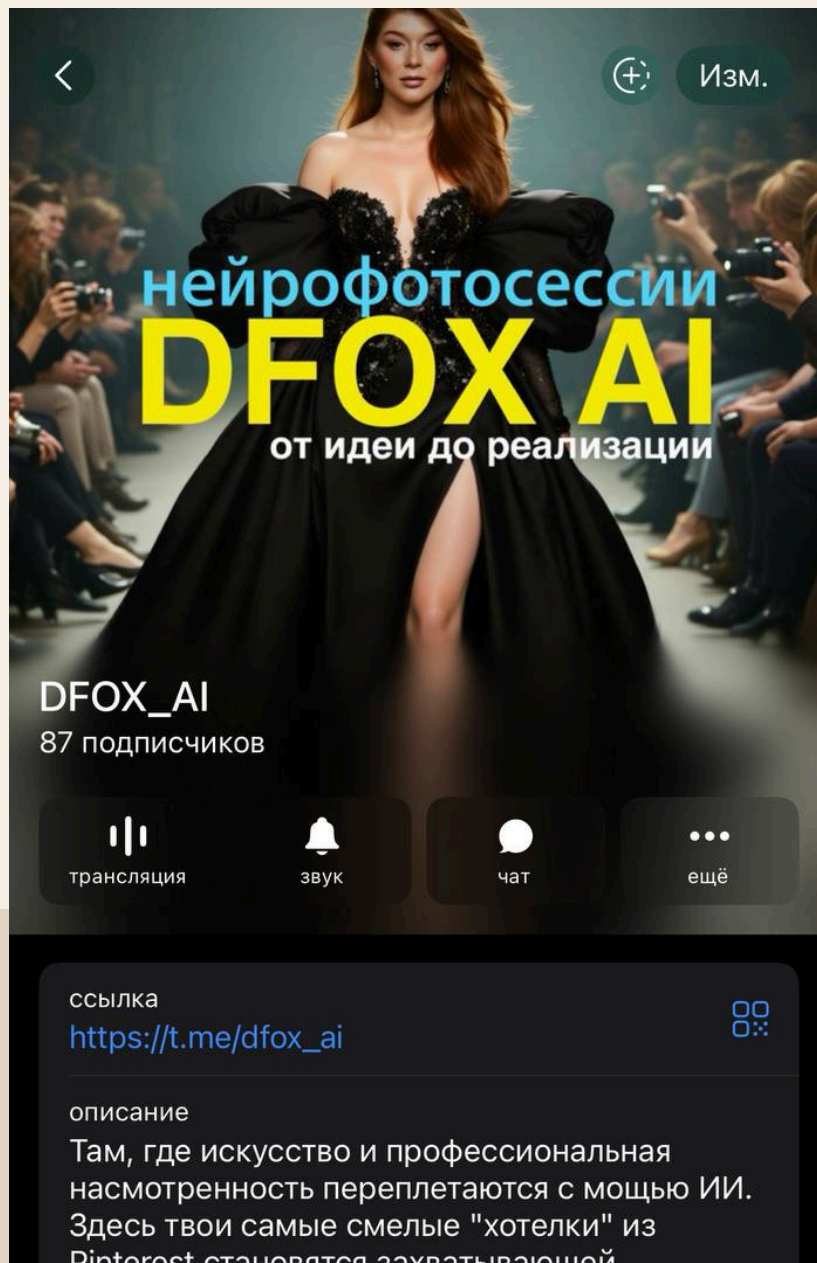
– Как Вам удобнее.

Лично я работаю и
с телефона и с **десктоп**
версии на ноутбуке.

Версия **web** (сайт) так же
доступна.

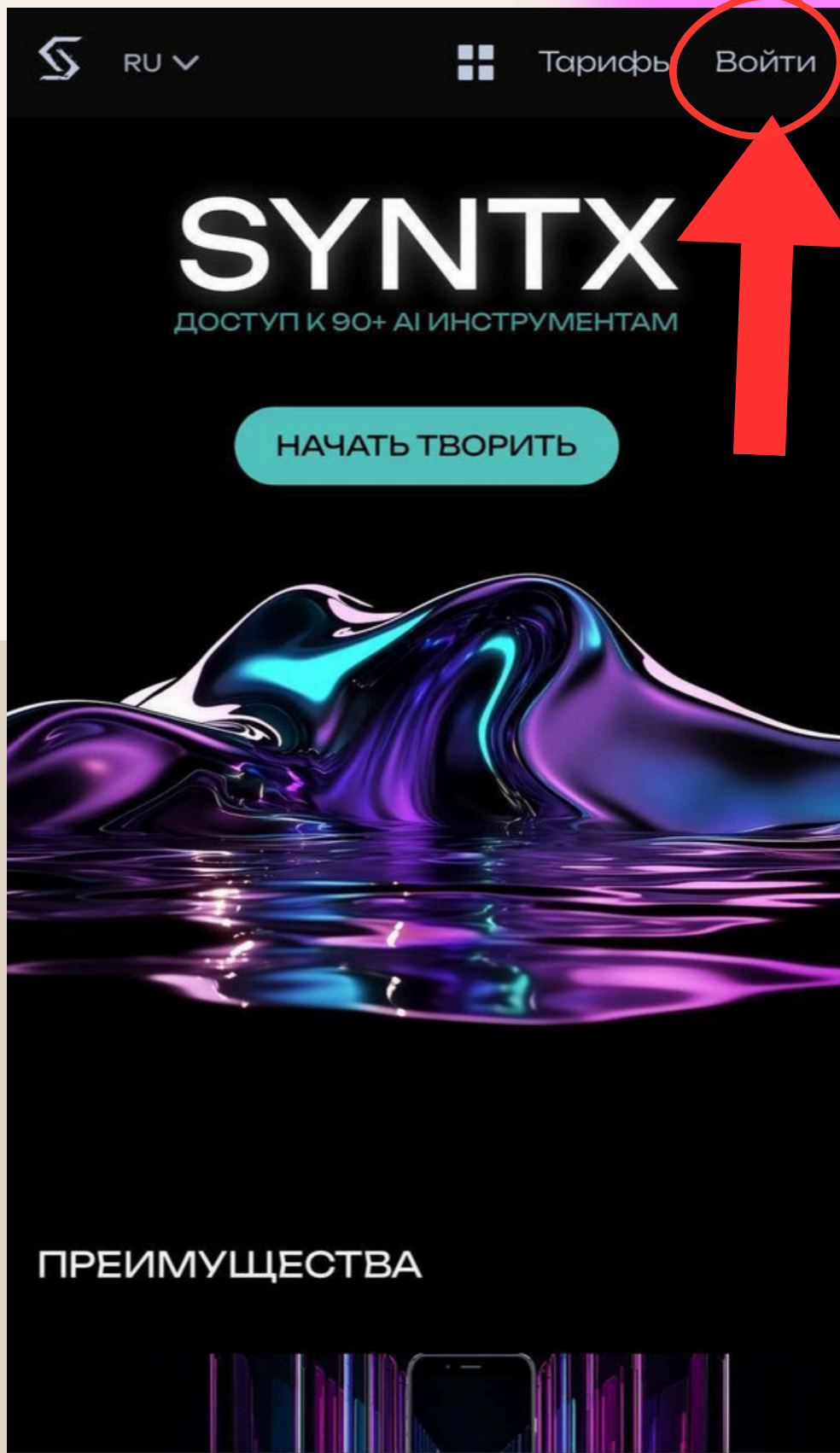
@dfox_ai

Переходим по ссылке, указанной
в моем профиле телеграм



реальностью! 🔥 Переходи, чтобы генерить
самостоятельно: [https://www.syntx.ai/welcome/
um9DUvg6](https://www.syntx.ai/welcome/um9DUvg6)

@dfox_ai



RU ▾



Тарифы

Войти

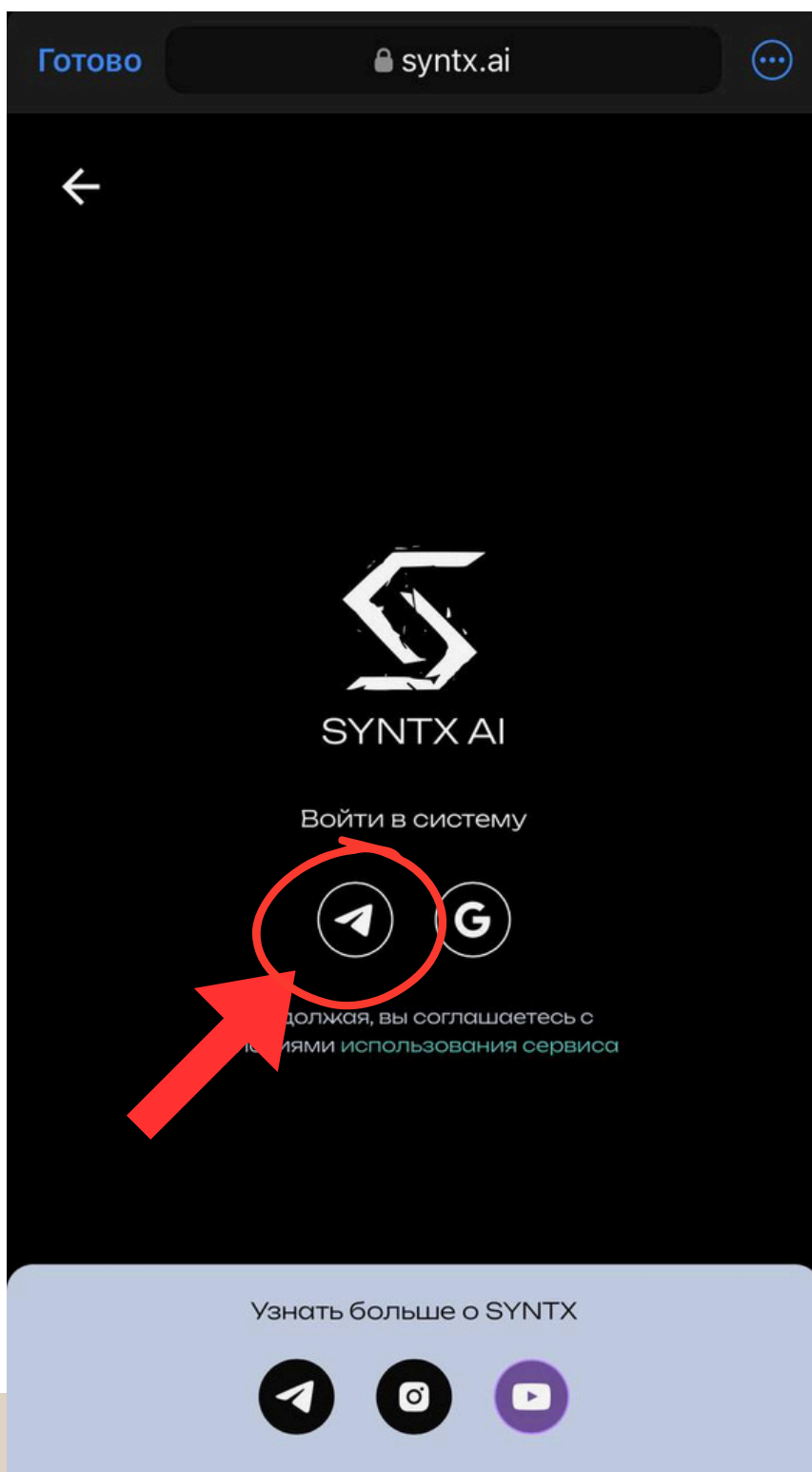
SYNTAX

ДОСТУП К 90+ AI ИНСТРУМЕНТАМ

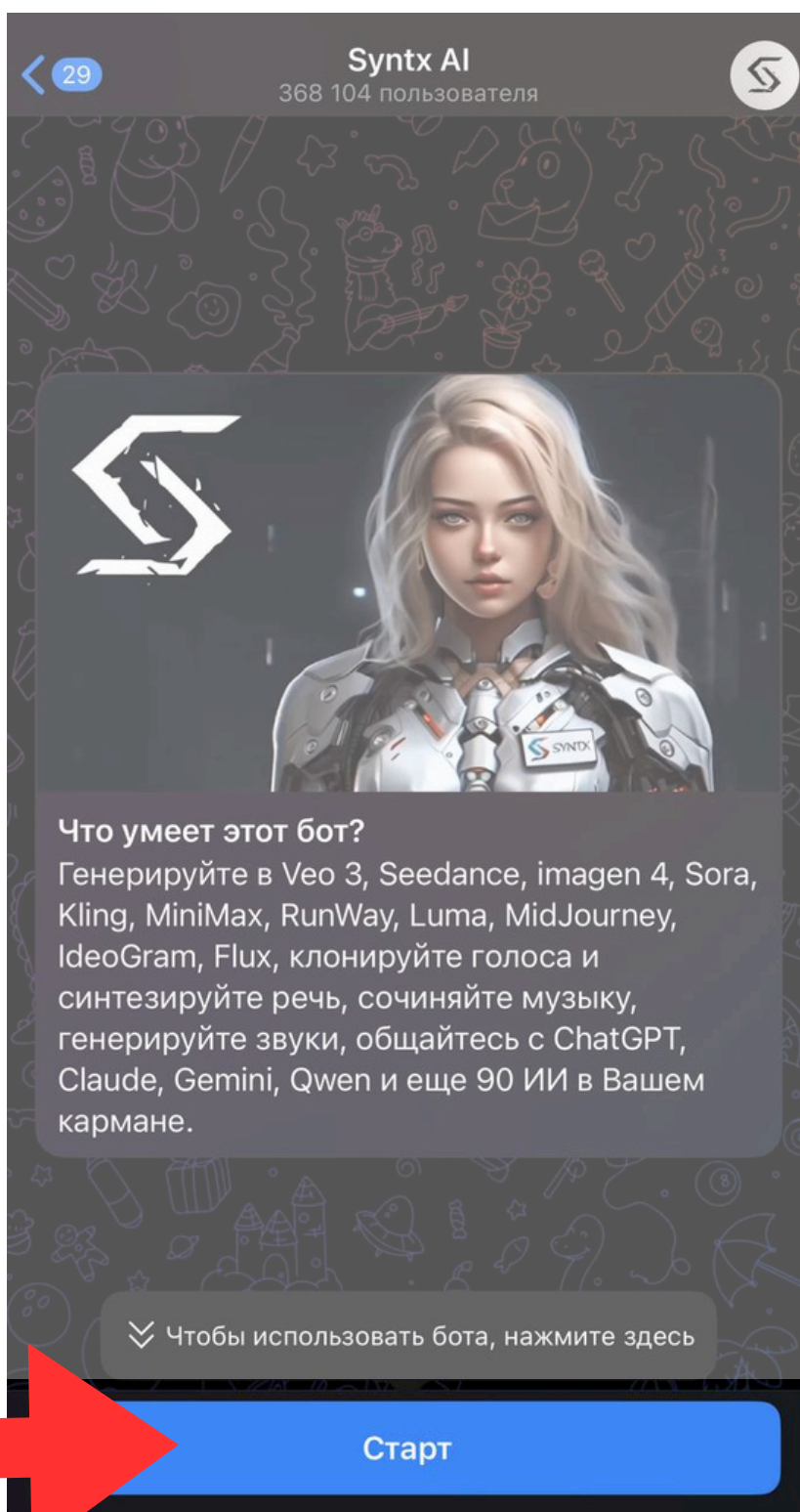
НАЧАТЬ ТВОРИТЬ

ПРЕИМУЩЕСТВА

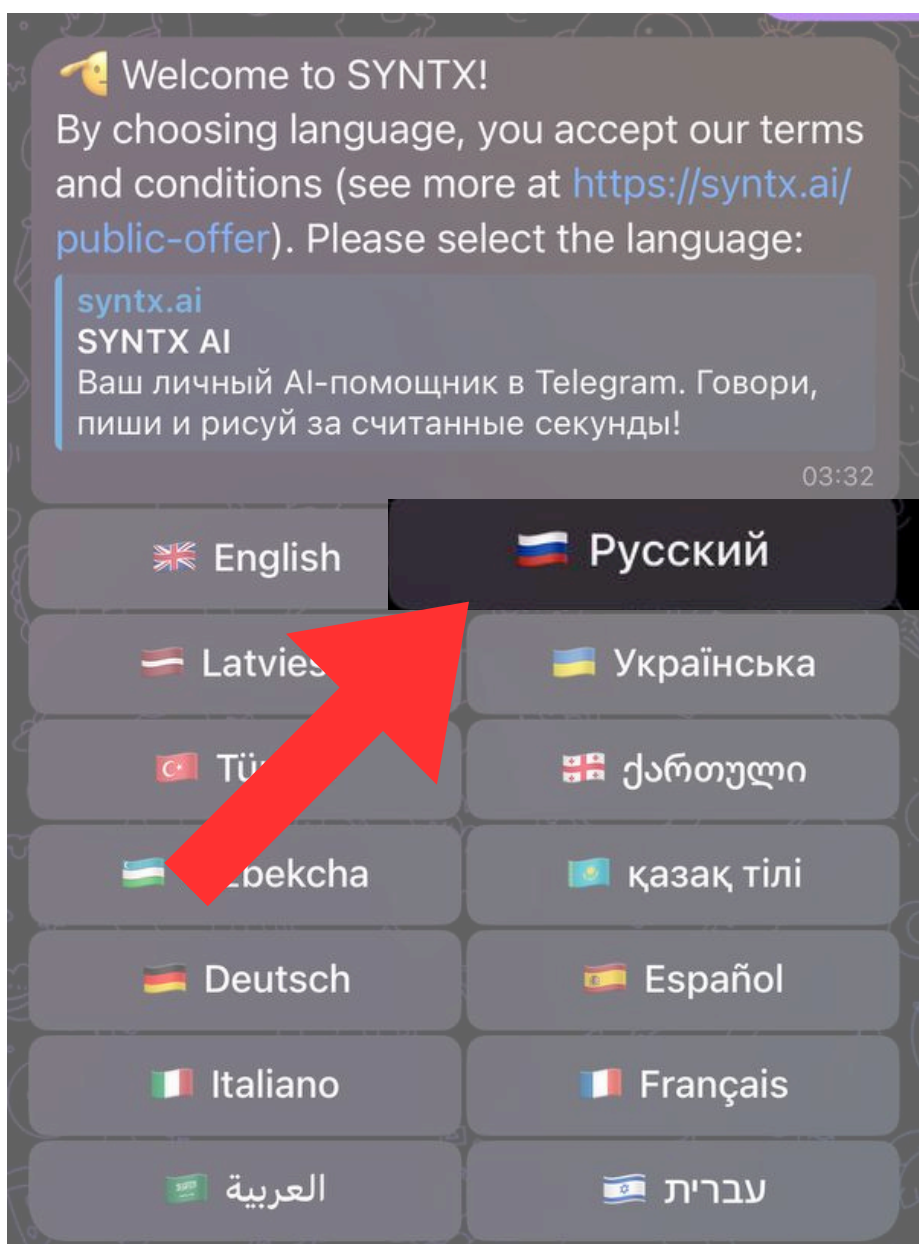
Вам откроется такая страница.
Разрешаем всё.
Нажимаем значок **Telegram**.



Нажимаем синюю кнопку **“СТАРТ”**



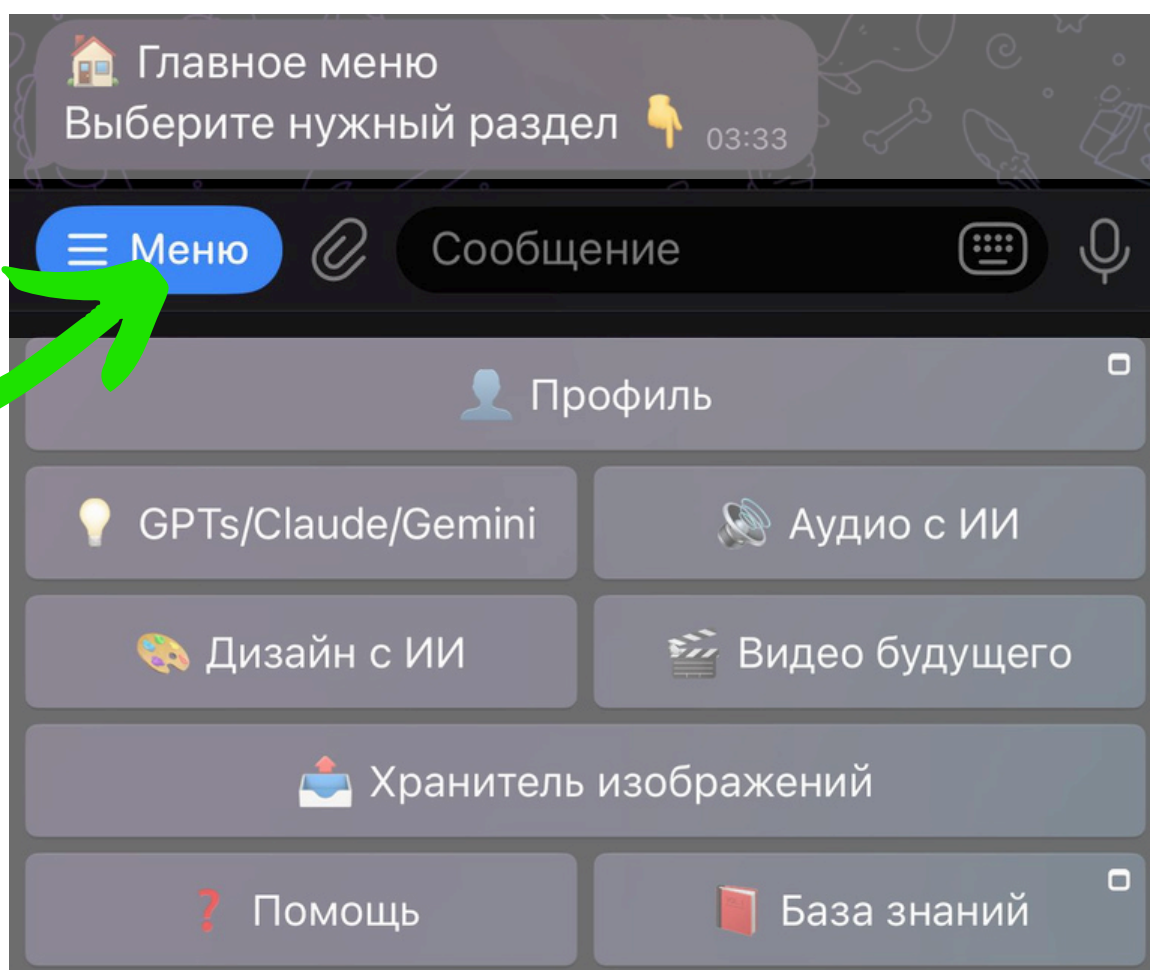
Выбираем нужный язык,
к примеру: **русский**



Бегло знакомимся с функционалом. Интерфейс максимально простой!

Справится даже дедушка.

Через кнопку  Меню и будет происходить вся работа.



Общая информация:

токены - местная валюта, которой вы оплачиваете генерации. Тебе подарят несколько, чтобы опробовать функционал.

Одна генерация фото стоит от **0,30 токена** (зависит от выбора ИИ)

Теперь тебе надо выбрать тариф.
Возвращаемся на сайт.

Я начинала с **Basic**: для пробы 260 токенов вполне хватает, чтобы генерить от души!

ТАРИФЫ

ГОД -15%

МЕСЯЦ

Сравнить все тарифы

Токен - внутренняя валюта чат-бота

BASIC

0 ТОКЕНОВ

260 ТОКЕН...

Частичный функционал чат-бота
+ 10 запросов/час в языковые модели
+ 60 запросов/24ч. в языковые модели
+ **Безлимит** GPT 4o-mini, Claude Haiku
+ **Бесплатно** Stable Diffusion
+ **Бесплатно** Kling Try-On
+ **Бесплатно** Google AI Editor

~~38100~~ **890.00**
₽

Узнать больше

КУПИТЬ

PRO ОПТИМАЛЬНЫЙ

0 ТОКЕНОВ

680 ТОКЕН...

Полный функционал чат-бота
+ 150 запросов/24ч. в языковые модели
+ 25 запросов/час в языковые модели
+ **Безлимит** GPT 4o-mini, Claude Haiku
+ **Бесплатно** Stable Diffusion
+ **Бесплатно** Kling Try-On
+ **Бесплатно** Google AI Editor

~~66200~~ **1690.00**
₽

Узнать больше

КУПИТЬ



Покупка подписки

Приобрести тариф

Pro

Получатель: dfox_production

Токенов: 680

Скидка: 0 %

Итоговая цена **1690,00 RUB**

Подарить подписку другу:

Ник пользователя Telegram

Промокод

Введите промокод

Применить промокод

Способ оплаты

Россия СБП

Срок подписки

1 месяц

Оплатить

Принимается оплата **по карте и СБП**.

Если токенов не хватит, их всегда можно докупить.

Токены в конце месяца **не сгорают**.

Шаг 4. Итак, вернемся к самому важному, **когда ты оплатил тариф и приступил к практике**



Flux.1 — это нейросеть для генерации наших фото. Она использует метод **Lora** для создания высококачественных фотографий по текстовым запросам.

С Flux разобрались. Что же такое *Lora*?

Представь, что у тебя есть **картина**, но ты хочешь добавить личные элементы (например, свой портрет).

Вместо того чтобы рисовать картину заново, ты просто вставляешь эти элементы в уже готовую работу.

Так и работает Lora

она **адаптирует** уже обученную нейросеть, **добавляя нужные детали**, чтобы результат соответствовал твоим предпочтениям, **не меняя всю нейросеть с нуля.**

САМ ПРОЦЕСС БУДЕТ
НАЗЫВАТЬСЯ
ОБУЧЕНИЕМ AI - МОДЕЛИ

ПЕРВОЕ НА ЧЕМ ОНА
УЧИТСЯ – *ВНЕШНОСТЬ.*

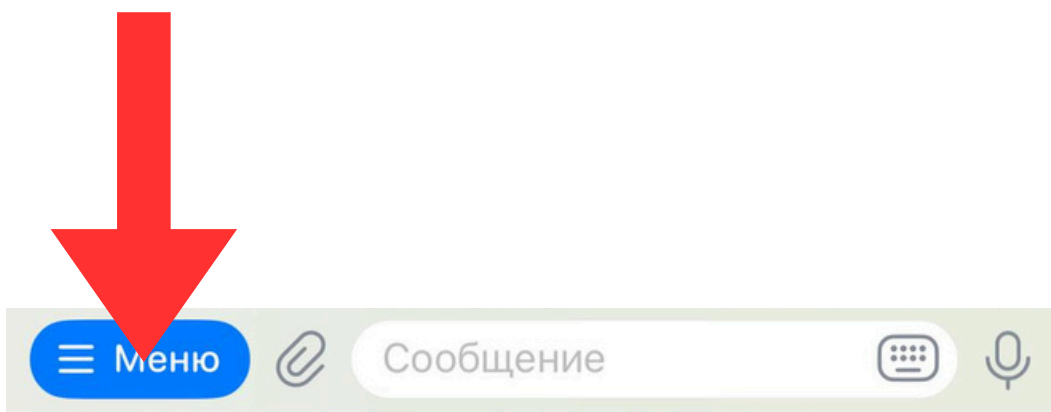
ПОЭТОМУ НУЖНЫ БУДУТ
ТВОИ ФОТО.

МНОГО.

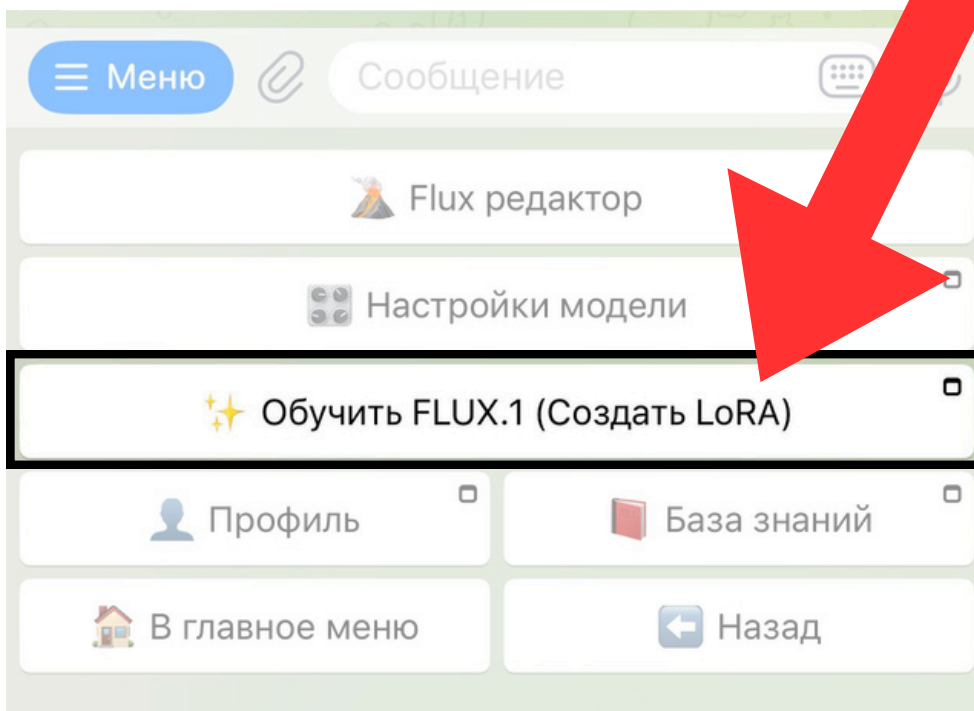
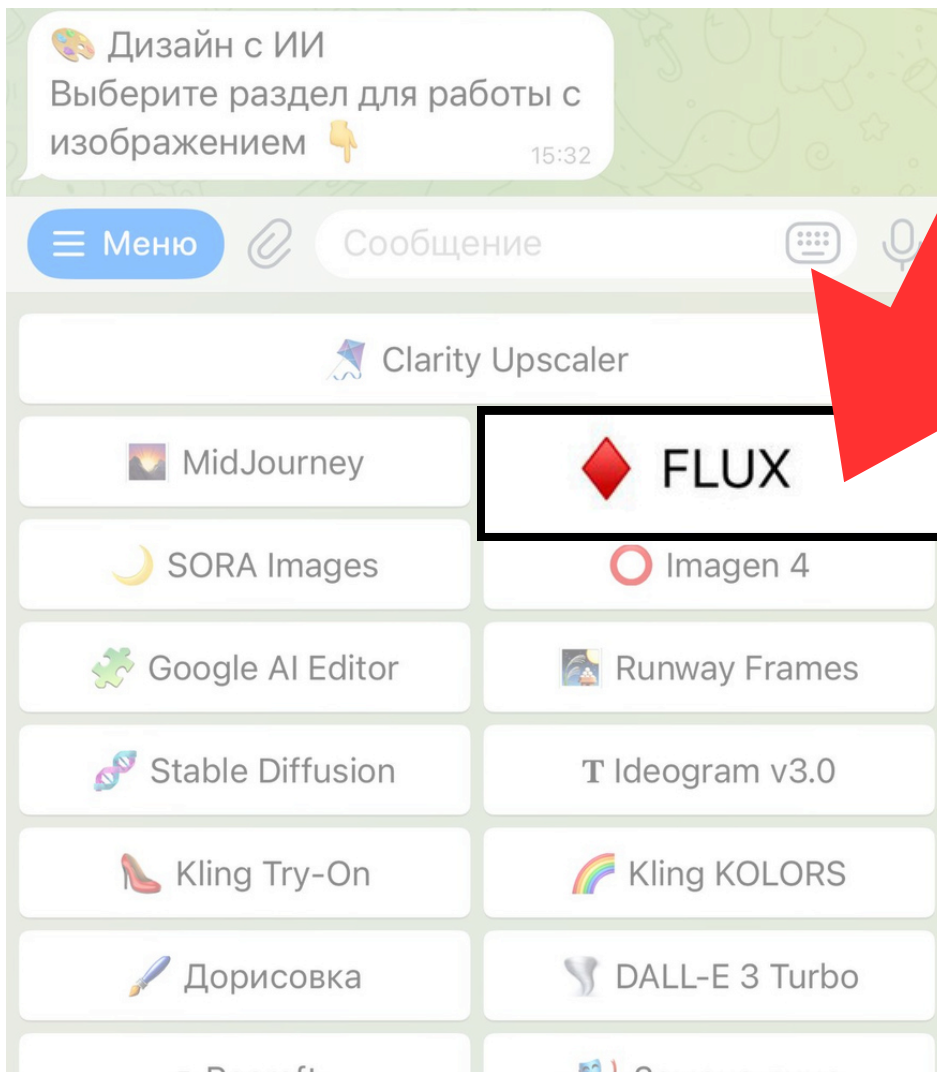
КАКИЕ? – УЗНАЕШЬ
ДАЛЬШЕ.
ВСЁ ПО ПОРЯДКУ.

04

Пошаговое руководство по созданию своей LORA



AI Design / Дизайн с ИИ ✓



Выбор версии:

здесь нет неправильного варианта. Просто их два. Давай разберем оба.

The screenshot shows a user interface for creating a LoRa model. At the top, there are four navigation buttons: 'Обучить' (Train), 'Мои LoRa' (My LoRa), 'Архив' (Archive), and 'О LoRa' (About LoRa). Below these is the main heading 'Создать Lora @ Flux (new)'. A dashed box contains a notification: 'Новая модель обучения LoRa от Syntx. Более качественная, требует меньше фотографий и дешевле более чем на 40%. Загружайте до 35 изображений и создавайте свои собственные лоры. Подходит для создания нейрофотосессии, товара или уникальных стилей.' Below the notification are three form fields: 'Версия обучения' (Training version) with a dropdown menu showing '★ Новая (от Syntx)'; 'Название' (Name) with a text input field containing 'Название Вашей лоры?'; and 'Назначение' (Purpose) with a dropdown menu showing 'Для персонажей'.

Обучить Мои LoRa Архив О LoRa

Создать Lora @ Flux (new)

! Новая модель обучения LoRa от Syntx. Более качественная, требует меньше фотографий и дешевле более чем на 40%.
Загружайте до 35 изображений и создавайте свои собственные лоры. Подходит для создания нейрофотосессии, товара или уникальных стилей.

Версия обучения ★ Новая (от Syntx) ▾

Название Название Вашей лоры?

Назначение Для персонажей ▾

Новая (от SYNTAX) —
дешевле сама по себе, но и
результат обучения с
меньшим количеством
изначального материала
скорее всего выйдет хуже.

*Я работаю на втором
варианте:*

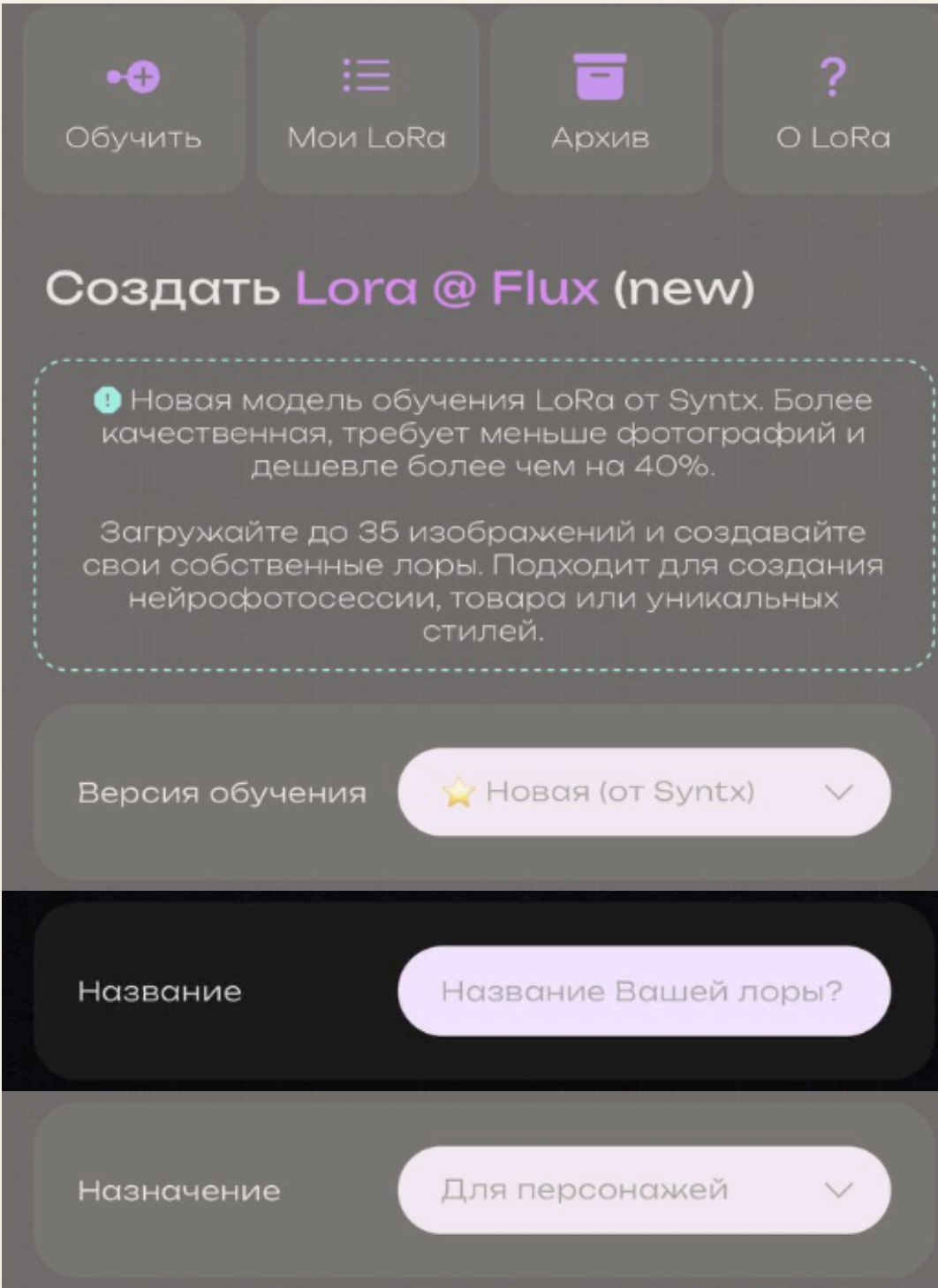
Старая версия — традиционный способ обучения LoRA на базовых настройках.

Модель генерирует **качественные и чёткие изображения** за короткое время. *Стоимость чуть выше* по сравнению с новой версией.

Здесь нужно больше фото.
Смело выбирай первый вариант, если у тебя их совсем мало.

Название (пиши что-то понятное для тебя)

Мой пример: *Dariana Fox*



The image shows a mobile application interface for creating LoRa models. At the top, there are four navigation buttons: 'Обучить' (Train) with a plus icon, 'Мои LoRa' (My LoRa) with a list icon, 'Архив' (Archive) with a trash icon, and 'О LoRa' (About LoRa) with a question mark icon. Below this is a section titled 'Создать Lora @ Flux (new)'. A dashed box contains an information message: 'Новая модель обучения LoRa от Syntx. Более качественная, требует меньше фотографий и дешевле более чем на 40%. Загружайте до 35 изображений и создавайте свои собственные лоры. Подходит для создания нейрофотосессии, товара или уникальных стилей.' Below the message are three form fields: 'Версия обучения' (Training version) with a dropdown menu showing 'Новая (от Syntx)' (New (from Syntx)); 'Название' (Name) with a text input field containing 'Название Вашей лоры?' (Name of your LoRa?); and 'Назначение' (Purpose) with a dropdown menu showing 'Для персонажей' (For characters).

Обучить Мои LoRa Архив О LoRa

Создать Lora @ Flux (new)

! Новая модель обучения LoRa от Syntx. Более качественная, требует меньше фотографий и дешевле более чем на 40%.
Загружайте до 35 изображений и создавайте свои собственные лоры. Подходит для создания нейрофотосессии, товара или уникальных стилей.

Версия обучения ★ Новая (от Syntx) ▾

Название Название Вашей лоры?

Назначение Для персонажей ▾

Здесь выбираем
“для персонажей”

Обучить Мои LoRa Архив О LoRa

Создать Lora @ Flux (new)

! Новая модель обучения LoRa от Syntx. Более качественная, требует меньше фотографий и дешевле более чем на 40%.

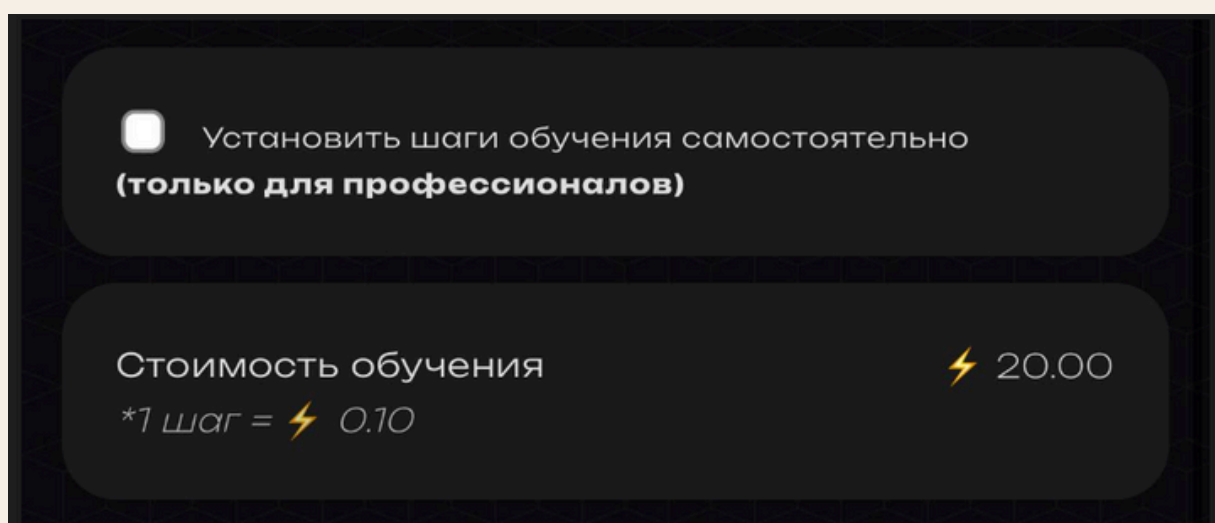
Загружайте до 35 изображений и создавайте свои собственные лоры. Подходит для создания нейрофотосессии, товара или уникальных стилей.

Версия обучения ★ Новая (от Syntx) ▾

Название Название Вашей лоры?

Назначение Для персонажей ▾

Можно **не** ставить галочку на шагах и просто продолжить. Система сама сделает на свое усмотрение.



*** чем больше шагов, тем выше будет итоговая стоимость (не критично!)*

05

DATASET =
набор фотографий
для обучения Lora



Перетащите изображения в этот блок или

 Выберите файлы

** PNG, JPG, WEBP • Max 5MB каждый • До 35 изображений*

Для создания в старой версия LoRA желательное количество изображений

35-50 штук.

Для создания в новой версия LoRA желательное количество изображений **20-35**.

Формат **PNG, WEBP и JPG**.

Максимальный вес 1го фото

– **5 мб**.

Оптимальное пиксельное

разрешение – **1024x1024**.

Подойди к делу ответственно.

Представь, что Лора – это ребенок,
который не знает мира.

Это – чистый лист, куда ты пишешь
свой портрет.

Создай отдельную папку на компе
и кинь туда все свои фото, которые
считаешь подходящими.



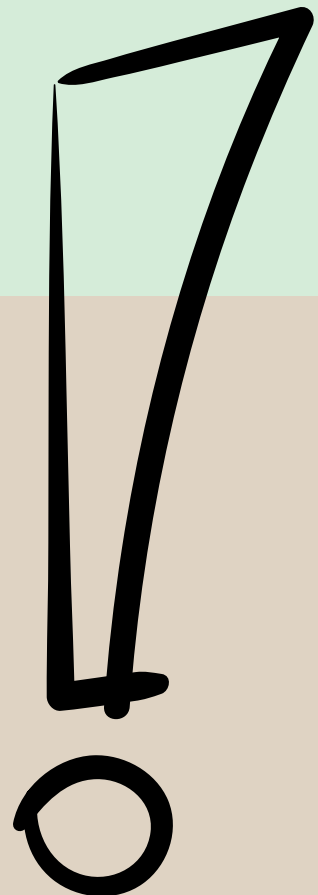
Желательно: переименуй их как **img001, img002, img003** и т.д. для твоего удобства и удобства **Lora**.

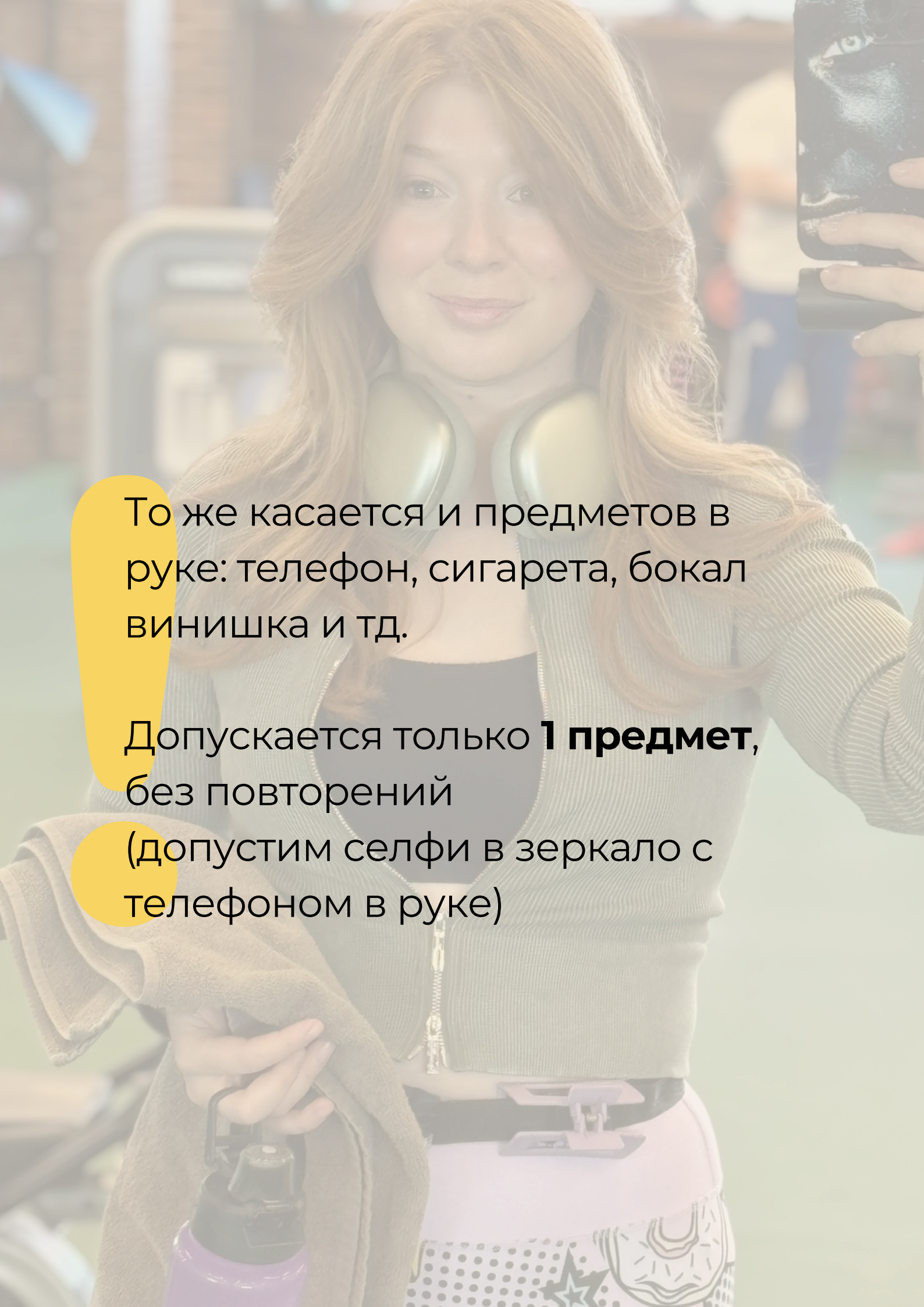
Когда отберешь - не заливай их в агрегатор сразу, подожди! Лучше еще раз **взгляни через какое-то время** в общем на всю подборку **свежим взглядом** и убери лишнее.

ВАЖНО:

чтобы **фон** был визуально **отделен от объекта** съемки.

Если бэкграунд и ты будете единым целым – Lora может посчитать какой-то кусок частью тела и дальше на всех генеративных фото будет это рисовать.





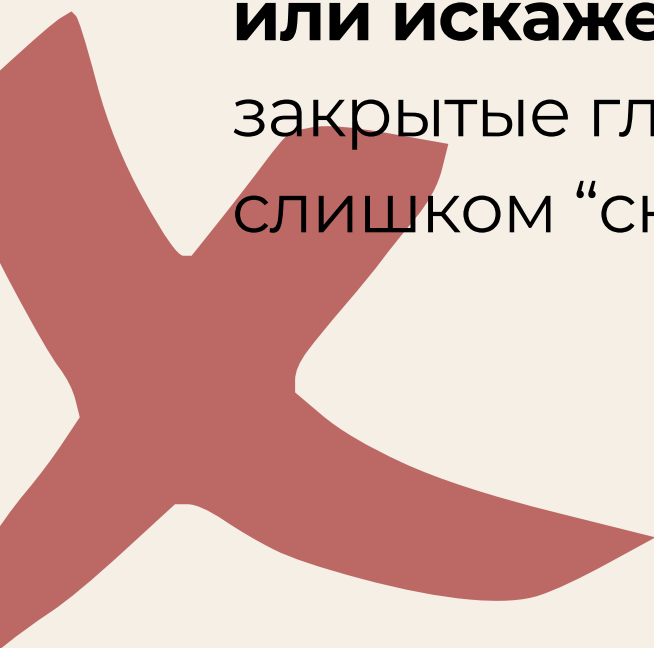
То же касается и предметов в руке: телефон, сигарета, бокал винишка и тд.

Допускается только **1 предмет**, без повторений (допустим селфи в зеркало с телефоном в руке)



Не стоит загружать фото с
не очевидной
или искаженной анатомией:

закрытые глаза или поза
слишком “скрюченная”, гримаса

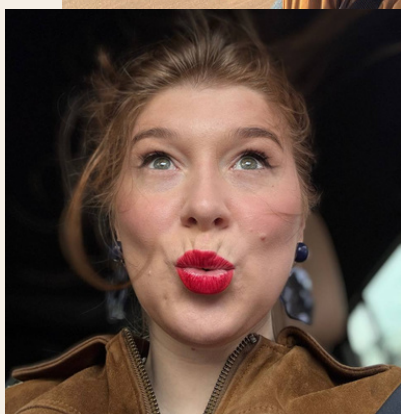


как и фото где ты **сливаешься с окружающим миром** из-за **низкого качества** снимка, или **оттенок** твоей **кожи не** является **естественным**



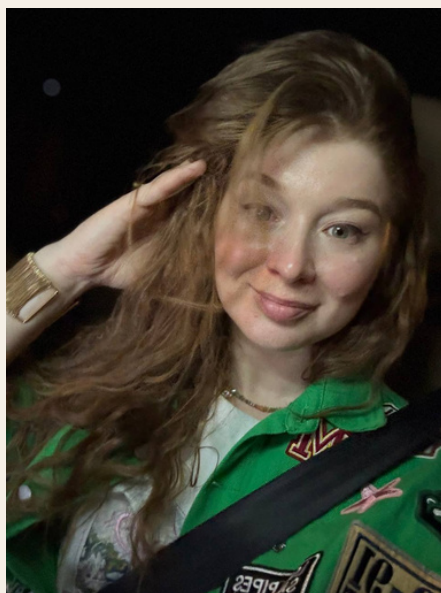
а так же **плохой выбор** -
широкоугольный формат,
кадры со спины, фильтры,
спецэффекты типа “рыбий глаз”

Или слишком закрытая
внешность:

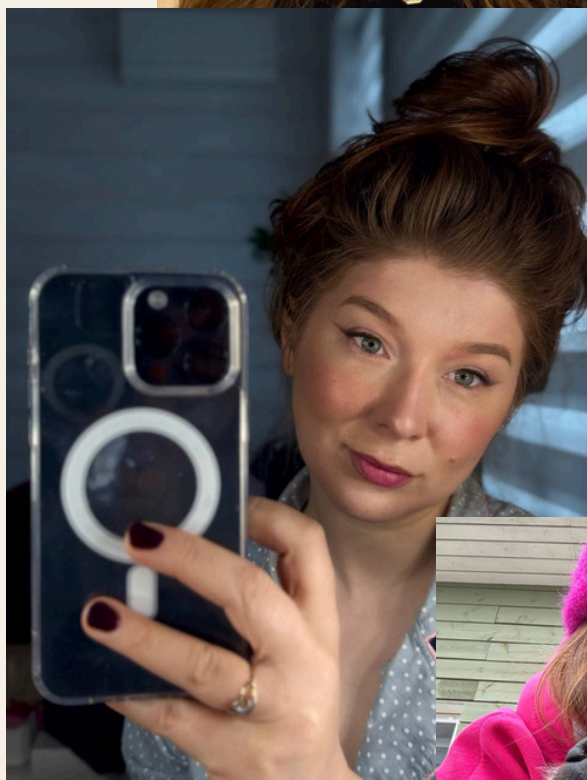


на чем тут учиться?

Закрепим: эти фото не подходят
из-за **искажения** реальных
оттенков кожи и плохого
светотеневого рисунка



здесь **фильтры на лице** и плоская анатомия, **лишние предметы** в руке **на первом плане**



**ВЫБОР ПРАВИЛЬНОГО DATA SET
ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ LORA – ЭТО
КЛЮЧЕВОЙ МОМЕНТ, КОТОРЫЙ
ВЛИЯЕТ НА ТО, НАСКОЛЬКО
ХОРОШО НЕЙРОСЕТЬ СМОЖЕТ
ВЫПОЛНИТЬ ПОСТАВЛЕННУЮ
ЗАДАЧУ.**

- Используй **чёткие, хорошо освещённые** фотографии.
- **Разные ракурсы:**
фронтальные, боковые, анфас и профиль.
- **Разнообразиие фонов:** на улице, в помещении, с разными текстурами и окружением.
- **Разнообразиие одежды:**
разные стили (формальные, повседневные, спортивные и т. д.).
- **Разные выражения лица:**
улыбка, нейтральное лицо, серьёзное выражение и т. д

Давай приведу

ПРИМЕРЫ МОЕГО DATASET:



портреты селфи, в рост, 3\4
разные эмоции,
профессиональные фото,
любительские фото
разные ракурсы и локации
не сильно динамичные
отсутствуют “искривленные” позы
отсутствуют фильтры
1 предмет в руке на весь сет

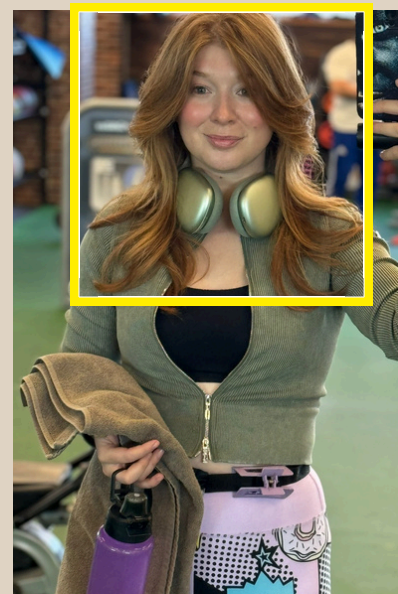
улица: разные ракурсы, в рост, 3\4,
разная одежда, разные эмоции,
профессиональные и любительские



портреты селфи: везде
разный свет, макияж, прическа,
эмоции, с головным убором\без



из повторяющихся фото с
телефоном в руке **можно вырезать**
удачный вариант



чтобы отделить себя
от фона **МОЖНО**
обрезать кадр



максимум **два**
разных кадра **с**
одной съёмки



Моя Lora всегда рисует меня с макияжем, *если я не прошу иного*, потому что мой dataset был таким: я визажист, у меня преобладают фото с разным макияжем. Для меня это **органично**.



Но если ты выглядишь всегда примерно под NUDE - *на этапе генерации ты сможешь добавить макияж.* Это не проблема.

Только имей в виду, что **макияж всегда СИЛЬНО МЕНЯЕТ анатомию.** Поэтому, желательно чтобы LORA знала как ты выглядишь с макияжем и без в жизни.



После загрузки пройдет от 10-20 минут и ты получишь сообщение в чате, что твоя **Lora** **ГОТОВА** и можно играть

✓ ✨ Ваша LoRa "Dariana Fox" готова and already activated in the model settings!

Чтобы изменить настройки или начать генерировать, перейдите в раздел " 🎨 Дизайн с ИИ" -> " ▼ Flux.1.1 PRO" -> " 🛠️ Настройки модели

Важно: LoRa работает только с моделью "Flux.1 +OPT" (в настройках выбрана по стандарту).

📄 Подробная инструкция, как создать и работать со своей LoRa [здесь](#).

📄 Подробная инструкция, как работать с Flux.1 [здесь](#).

Желаем удачных генераций 🚀

20:17

▼ Сгенерировать со своей LoRa

Всегда читай инструкции

✓ ✨ Ваша LoRa "Dariana Fox" готова and already activated in the model settings!

Чтобы изменить настройки или начать генерировать, перейдите в раздел " 🎨 Дизайн с ИИ" -> " ▼ Flux.1.1 PRO" -> " 🖨️ Настройки модели

Важно: LoRa работает только с моделью "Flux.1 +OPT" (в настройках выбрана по стандарту).

👉 Подробная инструкция, как создать и работать со своей LoRa [здесь](#).

📄 Подробная инструкция, как работать с Flux.1 [здесь](#).

Желаем удачных генераций 🚀

20:17

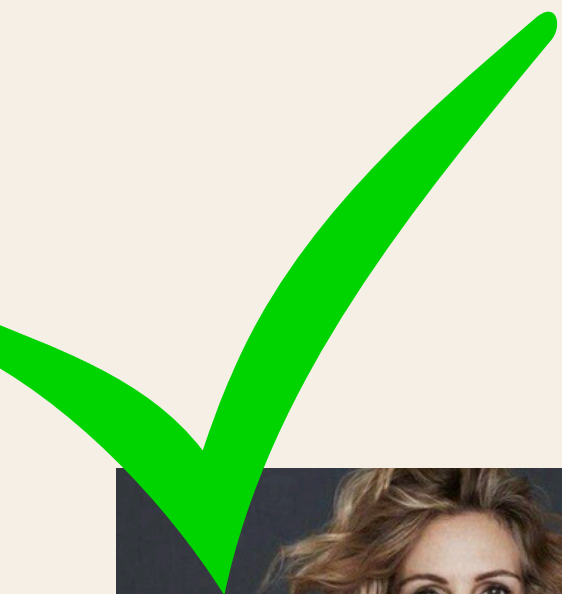
Далее, ищи ИДЕИ!
Часть уже у меня на канале, а
так же в самом популярном
ресурсе - на **Pinterest**



Мой совет: не спеши с
креативными идеями.



По началу, дай твоей Лора простые и понятные сцены, к примеру - контент для блога на простых фонах.



уточняй и усиливай промт

деталями или эпитетами, если тебе действительно необходимо изменить в своей Lora допустим

ЦВЕТ ВОЛОС или **глаз**



Когда генерация будет по-настоящему похожа на тебя - ставь лайк. Это поможет в ее обучении. Твоя обратная связь очень важна для последующих успешных воплощений.





В чём сила? Всё о работающем \prompt

Промт (от английского "prompt") — это запрос или команда, которую ты даешь нейросети, чтобы она выполнила нужную задачу. Это может быть текстовое описание того, что ты хочешь получить от ИИ, будь то создание изображения, генерация текста, анализ данных или что-то другое.

Промты на том же **Pinterest** опытные авторы выставляют **бесплатно**, часто прямо на самом фото.

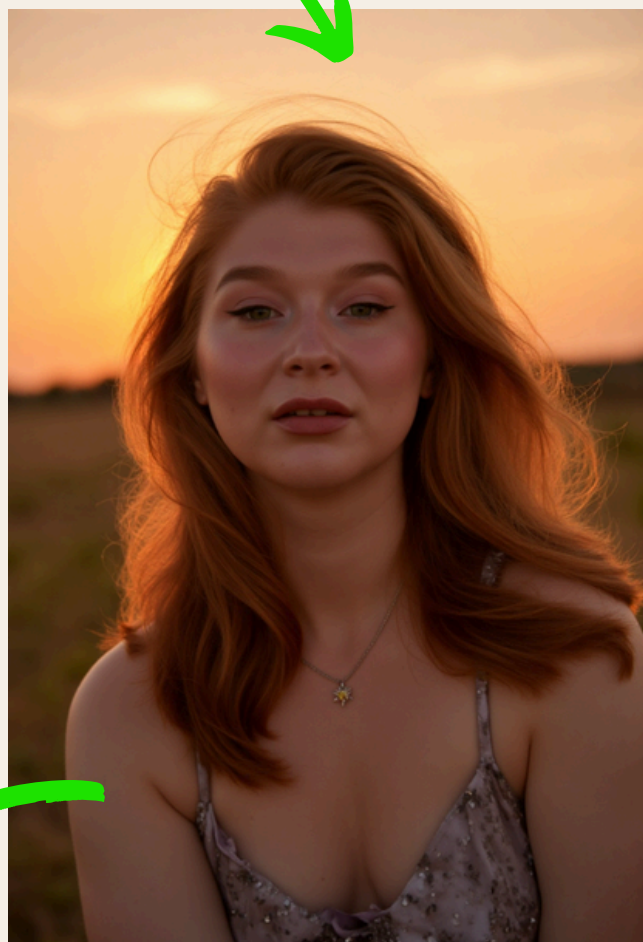
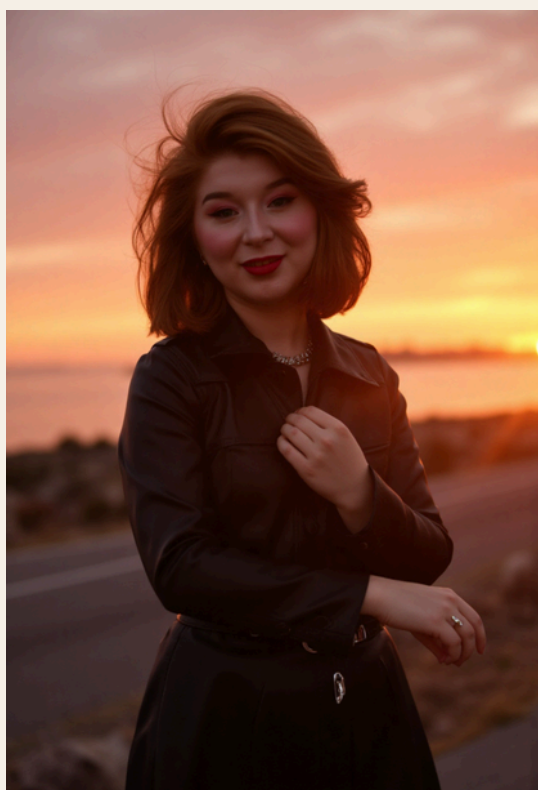
Чтобы “вытащить” промт, попроси сделать это Gpt или любой текстовый ИИ.



Правила хорошего промта

Будь конкретным: чем более **точным и детализированным** будет твой запрос, тем выше вероятность, что нейросеть создаст именно то, что ты хочешь.

Например,
вместо "женщина на фоне заката"

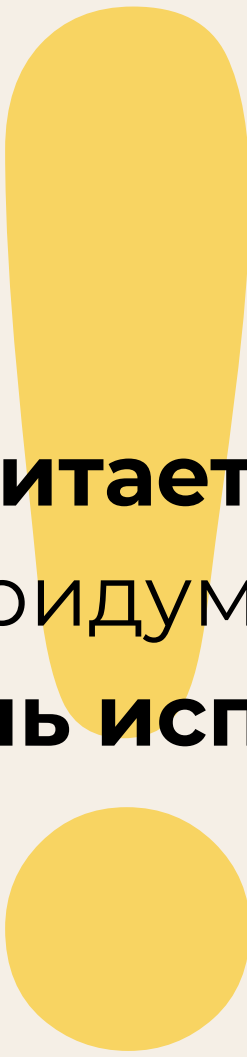




предпочтительнее **дать атмосферу и эмоциональную окраску:**

"Красивая женщина в купальнике нежно розового цвета идет по пляжу с SUP-доской в руках, на фоне бескрайний океан, волны, закатное солнце и ванильное небо, реалистичное фото на айфон 16 pro".





ИИ не читает мысли
и не придумывает.
Он лишь исполняет

Используй описание с ключевыми словами:

указывай важные детали,
которые должны быть в
результате.

Если тебе нужно изображение,
напиши не только, что ты
хочешь, но и **как оно должно
выглядеть:** реалистично, в
стиле анимэ, текстура, фактура,
цветовая палитра, свет и т.п

Важно

добавляй **референс** прямо к промту. лучше один, который наиболее правильно отображает нужный тебе вариант.



<lora:Dariana Fox:1.0>

Dariana Fox sitting in a Soviet Khrushchyovka kitchen, wearing an old Soviet-style dress with small floral print, in dirty brown-yellow tones, faded and worn fabric, closed posture (leg over leg, leaning face on one hand, smoking with the other), old square table with worn oilcloth, glass with hot tea in metal podstakannik and teaspoon (visible steam), behind her a window with grey overcast weather, muted colors, dim natural light, cinematic lighting, realistic film texture

17:04 ✓

Запомни!

Если на референсе, который ты прикладываешь к промту изображен человек **противоположного пола**, обязательно пиши в начале так:

<lora:имя твоей лора:сила>, где:

- **lora** — ключевое слово, обозначающее, что ты подключаешь LoRA-модель.
- **[Dariana Fox]** — точное имя LoRA, которое ты загружаешь или выбираешь в интерфейсе.
- **1.0** — сила: насколько сильно LoRA влияет на результат.

<lora:Dariana Fox:1.0>

Результат не всегда будет выдавать идеальную генерацию.

К примеру, здесь было очень сложно сделать граненый советский стакан с подстаканником, поэтому такие вещи уже либо ручками в ФШ, пробовать закидывать в “дорисовку” из меню на базе Syntx и надеяться на чудо.



При простых генерациях,
к примеру, когда человек просто
сидит за столом у своего ноутбука,
иногда **лучше не перегружать
промт ненужными деталями.**

В таком случае, чем проще, но
точнее – тем лучше.



Женщина в очках сидит за работой в своем офисе за ноутбуком,
контр-свет солнечный через окно.

16:14 ✓✓



ЯЗЫК?

Ты можешь составлять промт вручную, на русском языке, платформа сама переведет его на английский.

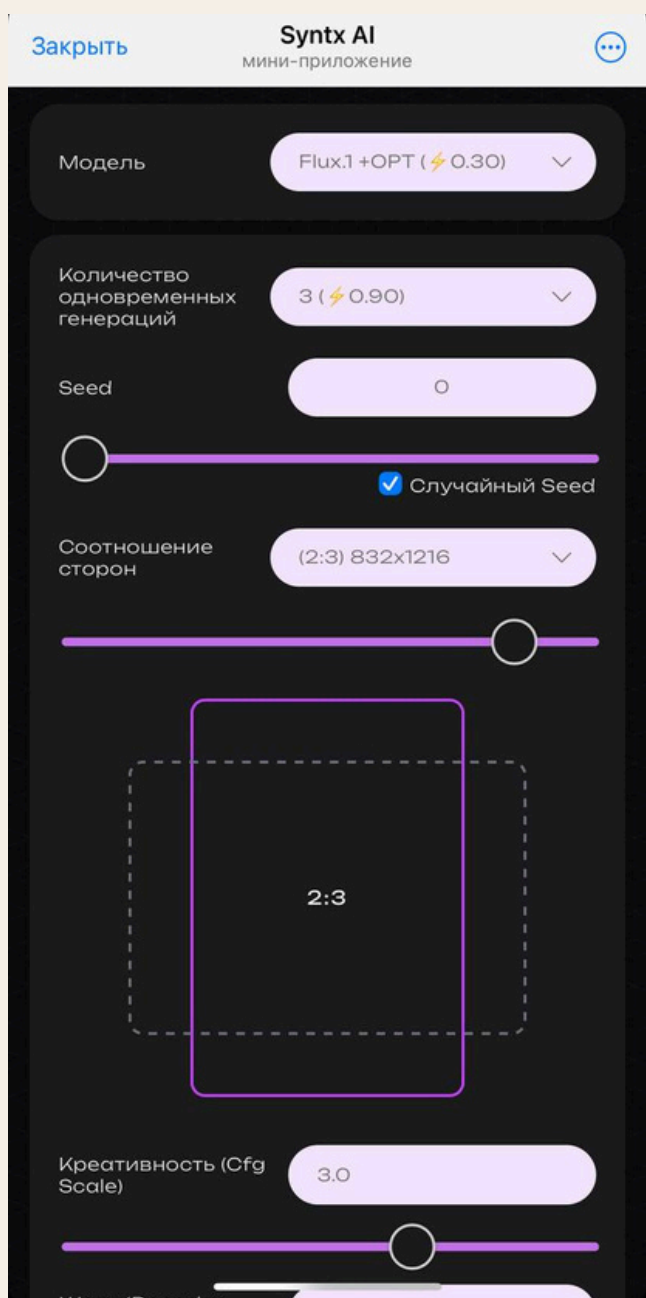
НО!

Тут все таки всё очень индивидуально, смотря какой промт и какая задача. Надо пробовать и так и так с одной и той же задачей и находить свой подход. Лично я всё делаю только на английском.

Убери все айдентики из промта, которые **не хотел бы повторить** со своим фото. Допустим, азиатская внешность модели лишняя, а вот сам кадр тебе нужен именно такой. Иначе рискуешь поменять расу.



МОИ САМЫЕ ПОПУЛЯРНЫЕ НАСТРОЙКИ LORA



Всегда **меняй** их, **исходя из своей задачи.**

Настройки, которые я привожу - **не панацея** и работают индивидуально.

Важно, то как в принципе обучена модель Lora , сам **реф и цель\задача.**

Еще больше функционала Syntx AI

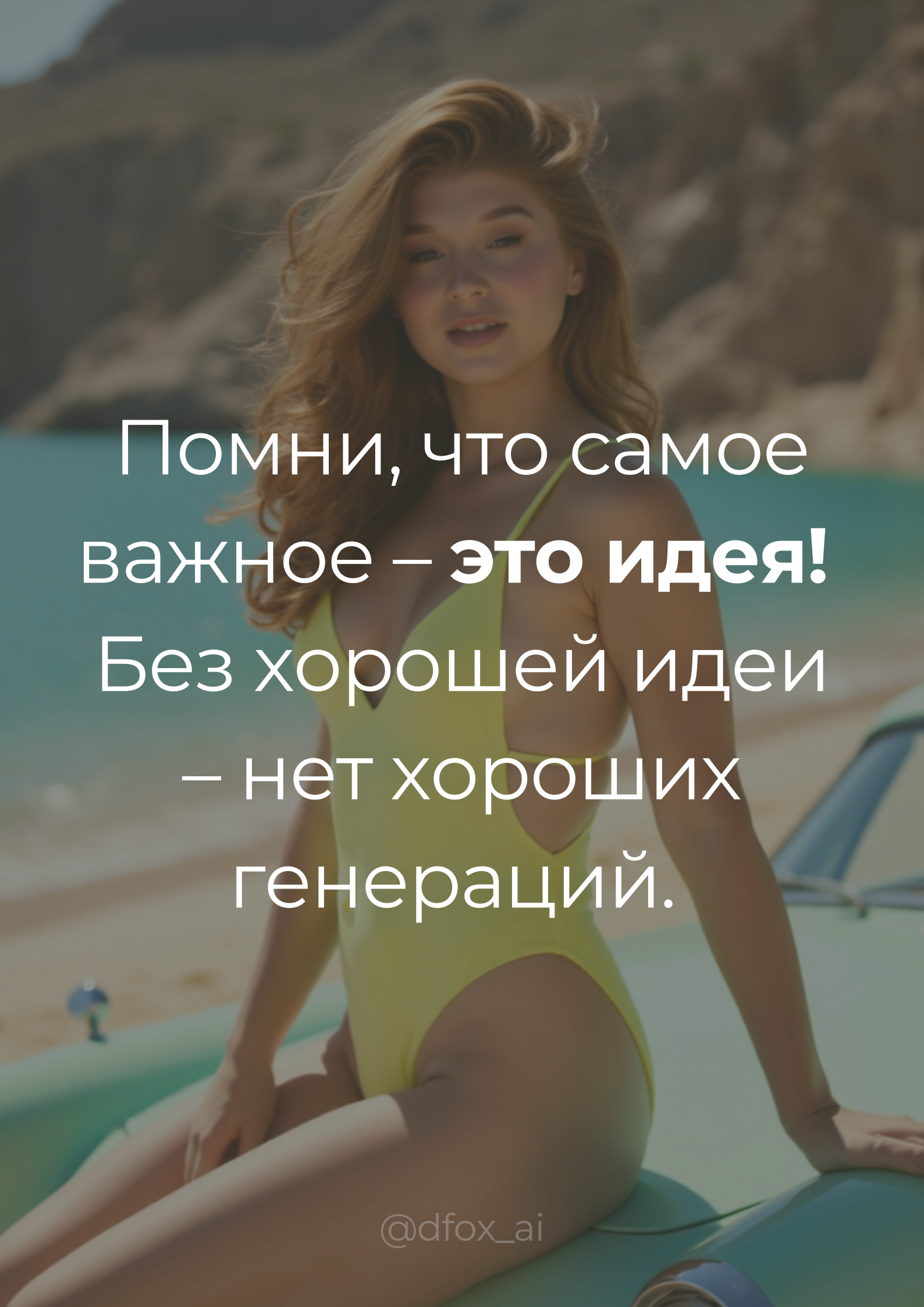
90+ различных ИИ в комплекте

- **Veo 3** — создание и редактирование видео, преобразовывает текстовые описания в видеоконтент.
- **Imagen 4** — ИИ для генерации изображений, визуальные работы высокого качества на основе текстовых запросов.
- **Sora** — генерация и редактирование изображений и видео, подходит художникам и дизайнерам.
- **Kling** — инструмент для создания музыки и аудиоконтента, фокусируется на создании уникальных музыкальных произведений.

- **MiniMax** — нейросеть, которая специализируется на оптимизации и улучшении изображений и видео, а также на их сжатии без потери качества.
- **Runway** — универсальная платформа для создания мультимедийного контента, включает инструменты для видео, изображений и аудио.
- **MidJourney** — мощная нейронка, создание изображений и визуальных концепций по текстовым описаниям, известная своими художественными результатами.
- **Suno** — синтеза звука, генерации музыки и аудиоэффектов на основе заданных критериев.

@dfox_ai

Так же, ты можешь **улучшать**
качество изображения,
увеличивать размер, убирать
царапины/размытие/шум/
фон, раскрашивать
фотографии и многое другое



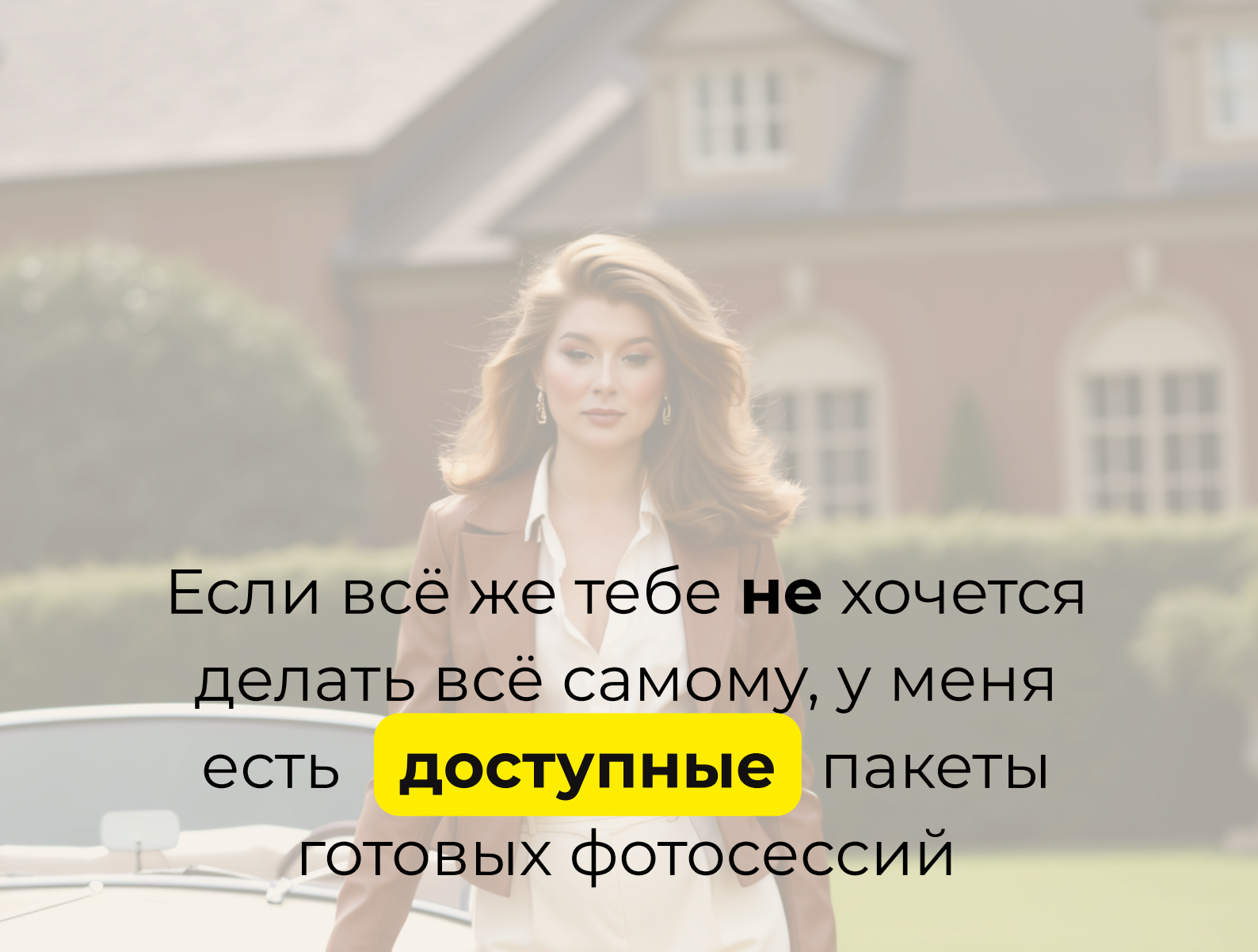
Помни, что самое
важное – **это идея!**
Без хорошей идеи
– нет хороших
генераций.

@dfox_ai

**А за ними ты всегда
можешь обращаться
ко мне на канал с
готовыми промтами и
классными идеями:**

@dfox_ai





Если всё же тебе **не** хочется
делать всё самому, у меня
есть **доступные** пакеты
готовых фотосессий

НЕЙРОФОТОСЕССИЯ ПОД КЛЮЧ

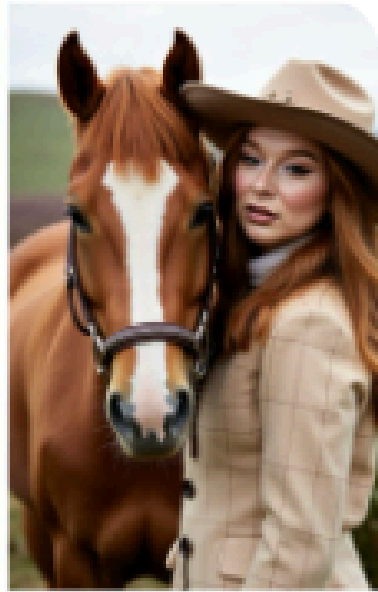
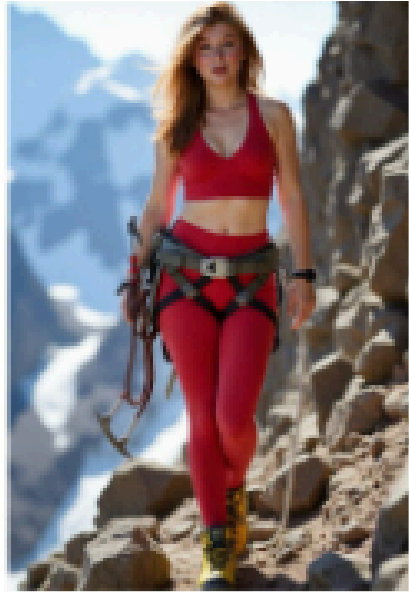
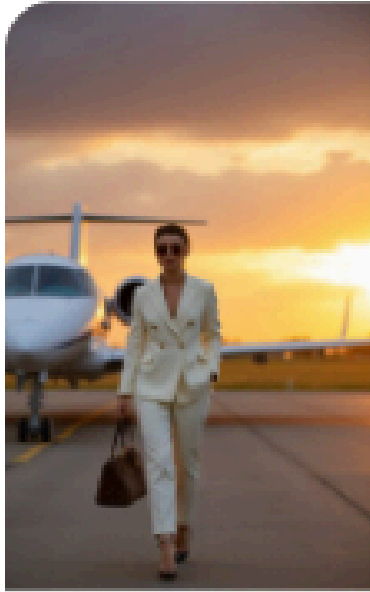




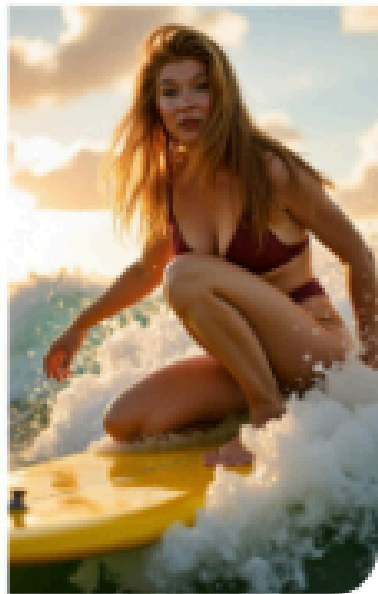
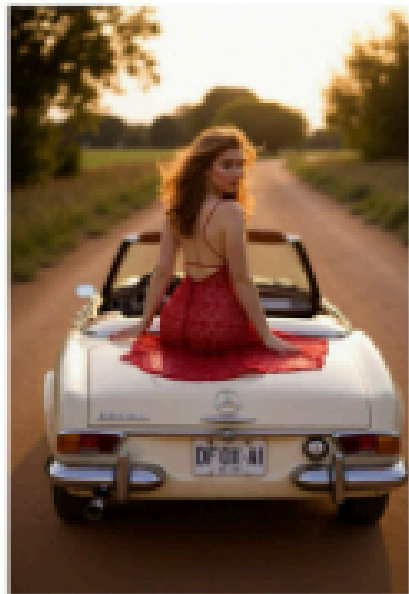
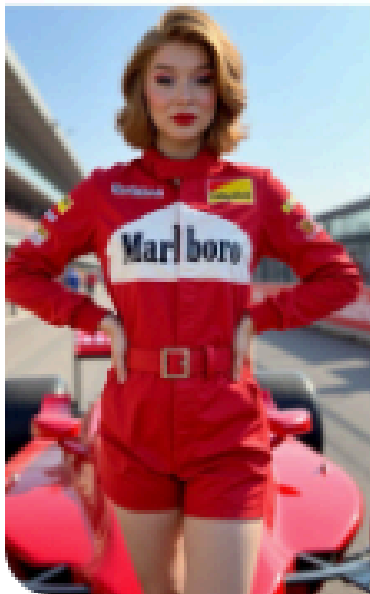
Пакет Start - Попробуй и пойми

5 фотосессий по 10 кадров или 50 фотографий (любая тематика, помогаю с референсами)

2990 р. ~~3990 р.~~



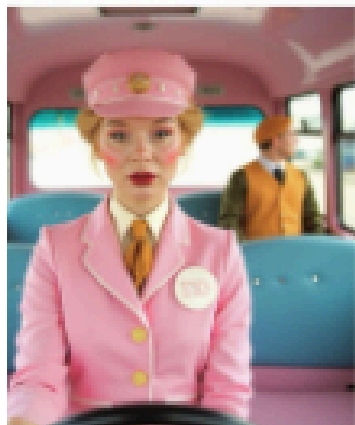
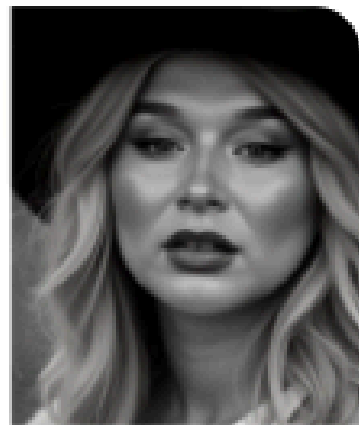
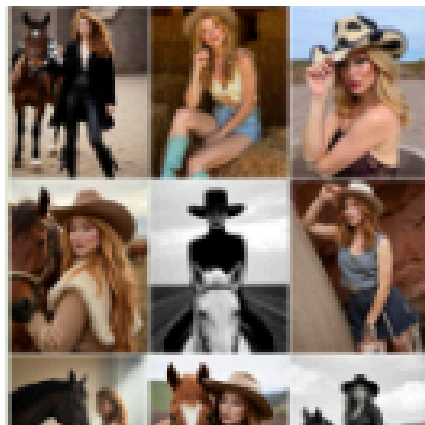
PRO '60



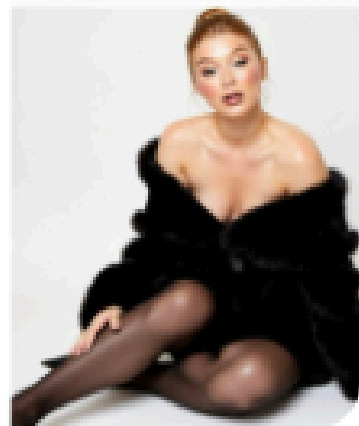
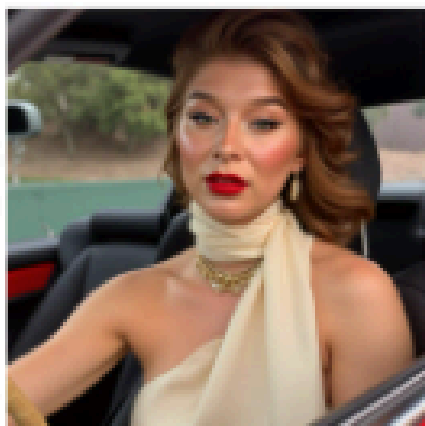
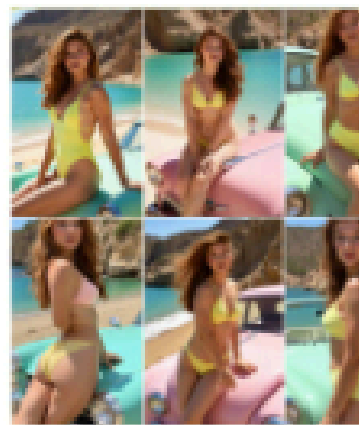
Пакет Pro - больше и дешевле

10 фотосессий по 10 кадров или 100 фотографий (любая тематика, помогаю с референсами)

3590 р. ~~4990 р.~~



MAX
'90



Пакет Max - Профи-режим

15 фотосессий по 10 кадров или 150 фотографий (любая тематика, помогаю с референсами)

4590 р. ~~6990 р.~~



НЕЙРОФОТОСЕССИЯ

- это еще и оригинальный подарок,
который **исполняет мечты!**

Я всегда **мечтала** о фотосессии в
Каппадокии и **когда получила**
свои нейрофото - бегала по дому
и **ликовала от счастья** 😊
это работает именно так!



Контакты:

Watsapp\Telegram: +7 999 214 00 45

Email: dfoxproduction@yandex.ru

Россия, Санкт-Петербург



DFOX_AI

Там, где искусство и профессиональная насмотренность переплетаются с мощностью ИИ. Здесь твои самые смелые "хотелки" из Pinterest становятся...

 Telegram



У ТЕБЯ ВСЁ ПОЛУЧИТСЯ!

Подписывайся и делись
своим опытом!

@dfox_ai

