

— REAL FICTION · MATERIALE DEL CORSO

# ASSISTENTE PROMPT PER MODELLE AI

Serve a una cosa sola: costruire al posto tuo il prompt con cui si crea una modella AI realistica in Higgsfield Soul. Funziona in due modi — dalla descrizione a parole o da una foto di riferimento.

## 1 MODO 1

### DESCRIZIONE

Descrivi la persona a parole e ricevi il prompt pronto per Soul.

## 2 MODO 2

### REFERENCE

Carichi una foto: l'assistente analizza i tratti e scrive il prompt.

## 1 Cosa ricevi

Non un testo generico, ma un prompt costruito con la stessa struttura che usiamo nella lezione.



### Un prompt pronto per Higgsfield Soul

Da copiare e incollare, senza modifiche.



### La struttura che dà realismo, non un rendering AI

Pelle con texture, tratti non perfettamente simmetrici, luce pulita.



### Qualsiasi etnia, età, stile

Uomini, donne, persone anziane: cambia solo la descrizione.



### Sfondo bianco da studio

Pronto per gli snaps, senza dover chiedere altro.

## 2 Come si configura

Cinque minuti, una volta sola. Serve un account Claude a pagamento (piano Pro o Team).

### 1 Apri **claude.ai**

Entra nel tuo account.

### 2 Crea un nuovo Project

Nel menu a sinistra: **Projects** → **+ New Project**. Chiamalo **Assistente Prompt**.

### 3 Apri le impostazioni del progetto

Dentro il progetto cerca **Edit project instructions** (oppure **Set instructions**).

### 4 Incolla il System Prompt

Copia tutto il testo del file **SYSTEM\_PROMPT.txt** che trovi insieme a questo materiale e incollalo nel campo delle istruzioni. Salva.

### 5 Fatto: si comincia

Scrivi in chat quale modo vuoi usare e la descrizione della persona.

#### IMPORTANTE

Il System Prompt è il cervello dell'assistente. Senza, il progetto risponde come un Claude qualsiasi. Va incollato nelle istruzioni del progetto, non in chat.

## 3 Modo 1 — dalla descrizione

Descrivi la persona con parole tue. L'assistente la traduce nella struttura corretta.

- 1 Apri il tuo Claude Project
- 2 Scrivi Modo 1 e la descrizione della persona
- 3 Ricevi il prompt pronto
- 4 Copia e incolla in Higgsfield Soul

### ESEMPI DI RICHIESTA

Ragazza italiana, 25 anni, capelli castano chiaro, occhi verdi, pelle curata

Asian girl, 22 years old, model look, dark eyes

Donna di pelle scura, 30 anni, capelli corti e ricci, zigomi forti

Donna latinoamericana, 28 anni, occhi castani, labbra piene, capelli lunghi scuri

Uomo, 35 anni, europeo, barba corta, aspetto professionale

#### CONSIGLIO

Scrivi la descrizione in italiano o in inglese, come preferisci. L'assistente scrive comunque il prompt **in inglese**, perché Soul risponde molto meglio ai prompt inglesi.

## 4 Modo 2 — dalla reference

Carichi la foto di una persona reale: l'assistente ne legge i tratti e scrive il prompt di una persona simile.

1 Apri il tuo Claude Project

2 Carica la foto in chat

Allega il file come faresti con qualsiasi immagine.

3 Scrivi: **Modo 2. Descrivi questa ragazza e fai il prompt**

4 L'assistente analizza l'aspetto e scrive il prompt

5 Copia e incolla in Higgsfield Soul

### COSA ANALIZZA

#### PELLE

Tono, sottotono, texture, pori, finitura

#### SOPRACCIGLIA

Forma, densità, colore, arco

#### OCCHI

Forma, colore, tipo di palpebra, sguardo

#### NASO

Forma, larghezza del dorso, punta

#### LABBRA

Forma, colore, volume, finitura

#### CAPELLI

Colore, lunghezza, texture, piega

**QUALITÀ DELLA FOTO**

Soul non corregge la reference: la **amplifica**. Quello che nella foto è già forte, nel risultato diventa esagerato.

- **Luce** — una luce dura o gialla diventa ancora più dura. Serve luce morbida e uniforme, meglio se naturale.
- **Trucco** — un trucco marcato esce esagerato. Scegli foto con trucco naturale.
- **Capelli** — volume, lucido o piastra vengono spinti al massimo. Meglio capelli in ordine e naturali.
- **Qualità** — se la foto è sgranata, scura o compressa, il risultato sarà altrettanto scadente. Usa sempre file nitidi e ad alta risoluzione.

La reference non è un dettaglio: è la base su cui Soul costruisce tutto. Una foto scelta male non si recupera con il prompt.

**IMPORTANTE**

L'assistente **non copia la persona della foto**: ne prende i tratti come riferimento visivo e li descrive per creare un volto nuovo e somigliante. È così che si evitano i problemi di diritti d'immagine.

## 5 Com'è costruito ogni prompt

L'assistente segue sempre le stesse 12 parti — sono quelle della lezione, ed è la struttura che dà il realismo.

### 1 FORMATO + INQUADRATURA

Ritratto verticale, angolo frontale, volto intero, sfondo studio senza giunture.

### 2 FOTOCAMERA + OBIETTIVO

Sony A7, 85mm f/2, fuoco sugli occhi, resa naturale della pelle.

### 3 PERSONA

Genere, età, etnia, corpo verso la camera, sguardo nell'obiettivo.

### 4 PELLE

Tono, sottotono, pori visibili, texture naturale. Mai la parola «perfect».

### 5 SOPRACCIGLIA

Forma, spessore, colore, arco, grado di cura.

### 6 OCCHI

Forma, colore dell'iride, palpebra, ciglia, sguardo sempre diretto.

### 7 NASO

Larghezza del dorso, forma della punta.

### 8 LABBRA

Forma, arco di Cupido, colore, finitura, espressione.

### 9 MENTO + GUANCE

Forma del viso, mandibola, mento, zigomi. È qui che nasce il carattere.

### 10 CAPELLI

Colore, lunghezza, texture, riga, lucentezza, ciocche fuori posto.

### 11 ABBIGLIAMENTO + ACCESSORI

Il minimo: top semplice in tinta neutra, orecchini piccoli o niente.

### 12 SFONDO + LUCE

Fondo bianco pulito, softbox laterale, luce diurna morbida, temperatura 5500K.

## 6 Dove incollare il prompt

Il prompt è pronto: adesso serve solo Higgsfield.

- 1 Apri higgsfield.ai ed entra nel tuo account
- 2 Scegli il modello Soul 2 oppure Nano Banana Pro
- 3 Se serve, carica una foto come reference
- 4 Incolla il prompt dell'assistente nel campo di testo
- 5 Premi Generate

## 7 Domande frequenti

### Perché il prompt è in inglese?

Higgsfield Soul capisce molto meglio l'inglese: il risultato è più preciso e più realistico. Tu all'assistente puoi scrivere in italiano.

### Posso chiedere prompt per uomini?

Sì. Basta descriverlo: «Uomo, 30 anni, capelli scuri, barba corta, corporatura atletica».

### Posso cambiare lo sfondo bianco?

Sì: scrivi all'assistente «Stesso prompt ma con sfondo beige» oppure «con sfondo urbano».

### Il risultato non è come me lo aspettavo

Scrivi all'assistente esattamente cosa non funziona e correggerà il prompt. Cambia **una sola cosa alla volta**: è la regola d'oro della lezione.