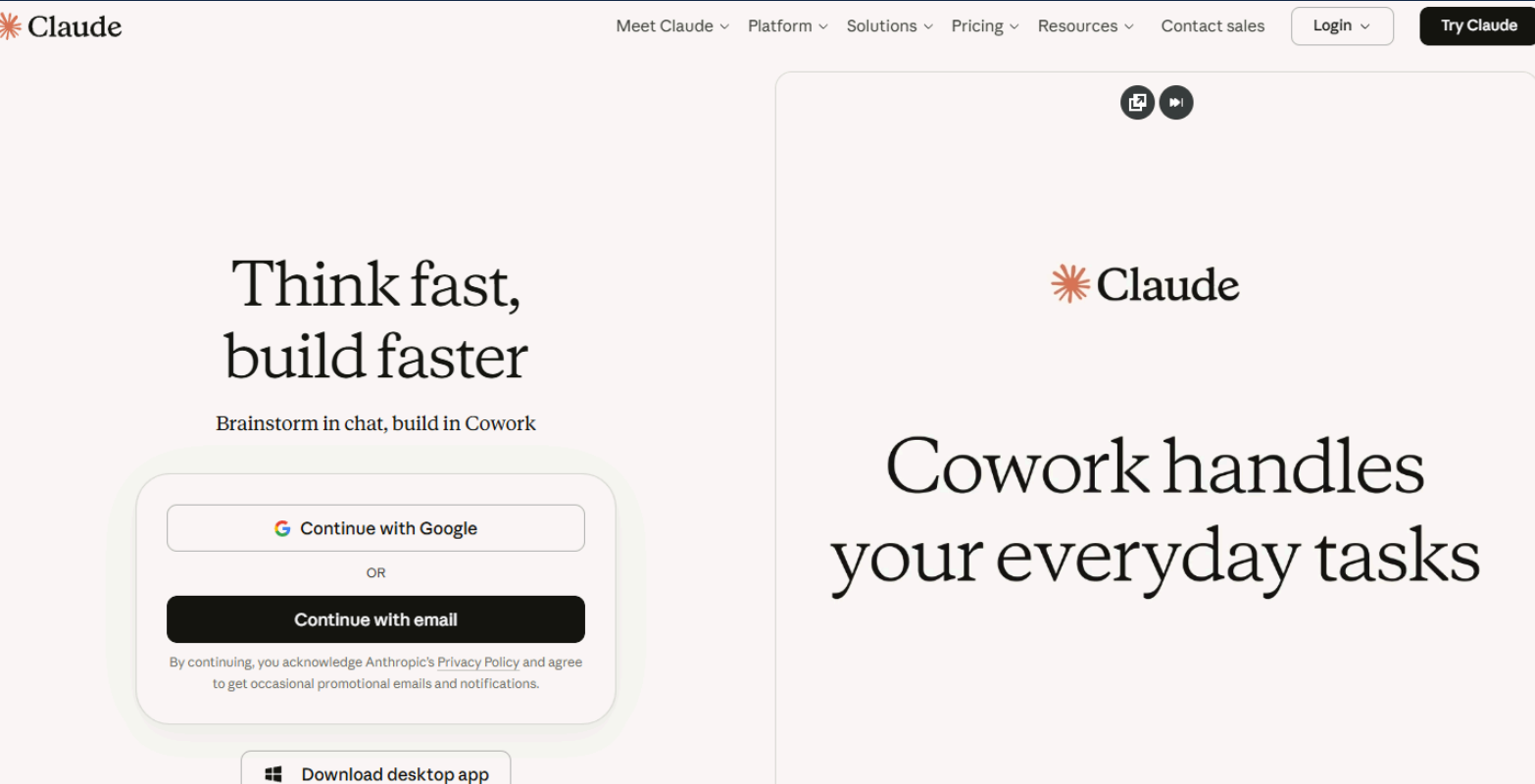


Claude для НОВИЧКОВ

Этот гайд подойдёт тем, кто только знакомится с нейросетями. Неважно, вы предприниматель, специалист на фрилансе или просто хотите экономить время в повседневных задачах



Шаг 1 Регистрация и первые настройки



➤ Шаг 1. Создайте аккаунт

Перейдите на [Claude](#) и зарегистрируйтесь. Для создания аккаунта понадобятся email и зарубежный номер телефона.

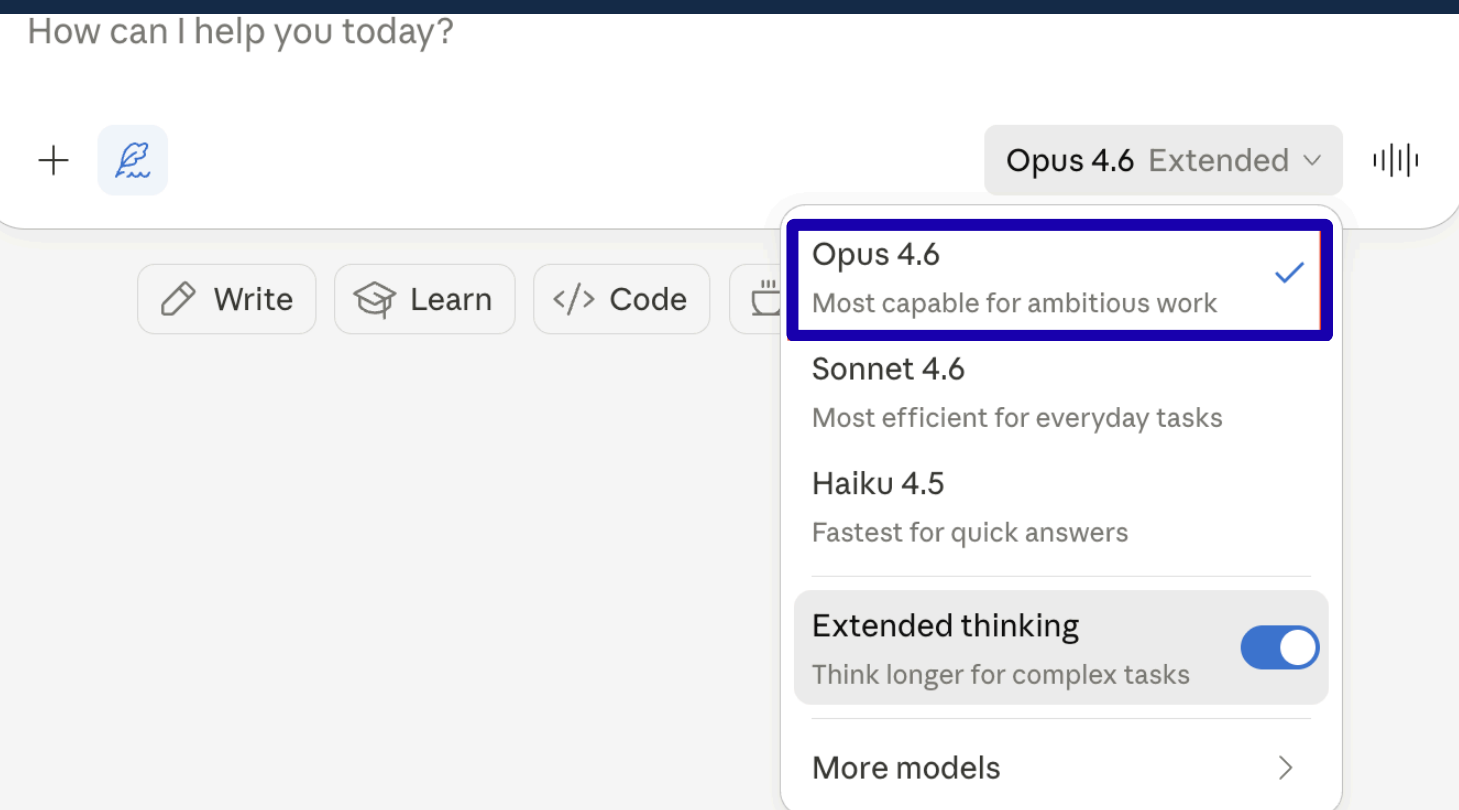
Для пользователей из РФ я подготовил отдельное видео, где прошел все шаги по регистрации ([НАЖМИТЕ, ЧТОБЫ ПОСМОТРЕТЬ](#)).

Бесплатного тарифа хватит, чтобы познакомиться с возможностями Claude. Но если планируете использовать его регулярно и без ограничений, лучше подключить Claude Pro — подписку за \$20 в месяц. Она даёт доступ к более мощной модели и увеличивает лимиты на использование.

Шаг 2

Выберите модель

После входа в аккаунт в верхней части интерфейса вы увидите переключатель моделей



На текущий момент (май 2026) самой мощной считается Claude Opus 4.6. Её лучше выбирать, когда нужны сложные и “тяжёлые” задачи – аналитика, работа с большими текстами, описание проектов, код и структурирование информации.

Если задача проще и важна скорость, используйте Claude Sonnet. Он работает быстрее и хорошо справляется с повседневными запросами без лишней нагрузки.

Шаг 3

Активируйте память

Перейдите в Settings → Capabilities
и включите функцию Memory

Memory

Search and reference chats

Allow Claude to search for relevant details in past chats. [Learn more.](#)



Generate memory from chat history

Allow Claude to remember relevant context from your chats. This setting controls memory for both chats and projects. [Learn more.](#)



There isn't enough meaningful information from the available conversation to generate a useful synthesis for Azamat. The only conversation on

Memory from your chats

Updated 4 days ago from your chats

Import memory from other AI providers

Bring relevant context and data from another AI provider to Claude. We'll provide a prompt you can use to fetch the memory from your other account. [Learn more](#)

Start import

После этого Claude начнёт сохранять ключевую информацию из ваших диалогов: имя, сферу деятельности, предпочтения в стиле общения и другие важные детали

Со временем ответы станут более точными и персонализированными — модель будет учитывать ваш контекст и подстраиваться под него

Шаг 4

Проверьте, что всё работает

Отправьте Claude первое сообщение, чтобы убедиться, что всё настроено корректно:

Привет! Меня зовут [имя]. Я [ваша профессия / чем вы занимаетесь]. Кратко, в 3 предложениях, расскажи, чем ты можешь быть мне полезен в моей сфере.

Если ответ получился логичным и по делу, значит всё настроено правильно

Можно идти дальше

Как общаться с Claude

чтобы он давал нормальные ответы

Частая причина разочарования в ИИ проста: люди пишут что-то вроде «сделай красиво» и ожидают точный результат. Но так это не работает. Модель не угадывает намерения, она опирается только на то, как сформулирован запрос

Формула хорошего промпта

Роль — кем должен быть Claude в задаче

- ⊕ Например: «Ты — HR-специалист, который помогает отбирать кандидатов в IT-компанию»

Задача — что именно нужно сделать

- ⊕ Не «сделай текст вакансии», а «напиши вакансию для backend-разработчика в стартапе»

Детали — контекст, стиль, ограничения

- ⊕ Например: «удалённая работа, небольшой продуктовый стартап, неформальный тон, без канцелярита»

Формат — как должен выглядеть результат

- ⊕ Например: «заголовок, описание компании, требования, условия, 3 варианта текста».

Плохой запрос vs хороший



Сделай вакансию для программиста



Ты — HR в технологической компании. Напиши вакансию для backend-разработчика (Python). Мы — небольшой стартап в сфере финтеха, команда 15 человек, работаем полностью удалённо. Нам нужен человек с опытом 3+ лет, который умеет строить API и работать с высокими нагрузками. Тон — живой, без формального HR-стиля. Структура: заголовок, кратко о компании, обязанности, требования, условия работы, небольшой блок “почему у нас классно”

3 правила

которые сэкономят вам нервы

➤ ***Правило 1: первый ответ — это заготовка***

Не стоит ждать идеального результата с первой попытки. Обычно это просто базовая версия. Дальше вы уточняете, что не так, и корректируете. После 2–3 правок результат уже становится точным и рабочим

➤ ***Правило 2: не начинайте заново***

Claude сохраняет контекст внутри диалога, поэтому нет смысла каждый раз открывать новый чат. Гораздо эффективнее просто вносить правки: «Оставь структуру, но сделай текст более коротким» или «этот блок упростить и убрать лишние слова»

➤ ***Правило 3: показывайте пример***

Если сложно объяснить словами — покажите образец. Это ускоряет результат в разы. Например: «Мне нравится такой стиль заголовков: “Кожа без высыпаний за 7 дней — без косметолога”. Сделай ещё 5 вариантов в похожем тоне»

Проекты — твоя суперсила в Claude

Функция Projects — одна из самых недооценённых, но при этом самых мощных возможностей Claude. По сути, это отдельное рабочее пространство, где ты объединяешь контекст, файлы и инструкции. И дальше Claude учитывает всё это в каждом диалоге внутри проекта

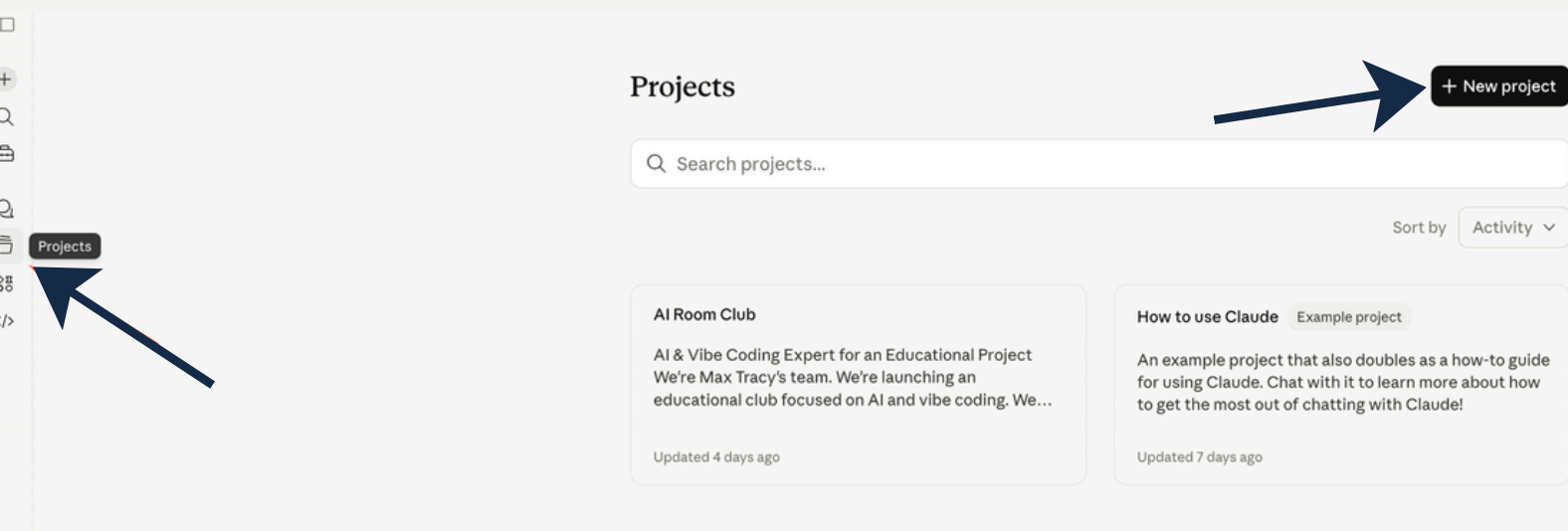
➤ *Зачем это нужно*

Представь: ты работаешь с клиентом и регулярно пишешь для него контент, например, посты для Telegram-канала. Без проектов каждый раз приходится заново объяснять: кто клиент, какая у него аудитория, какой тон общения и стиль. С проектом всё иначе: один раз загрузил контекст и дальше Claude всегда “в теме” и работает как встроенный ассистент под конкретного клиента или задачу.



Как создать проект

Зайдите на главную страницу Claude и откройте раздел Projects в левом меню



Далее:

- нажмите Create Project
- задайте название (например, «Контент для кофейни» или «SMM для бренда одежды»)
- в разделе Project Instructions опишите, как Claude должен работать внутри проекта
- загрузите нужные материалы: брифы, тексты, примеры, документы, гайды

еще больше про мир ИИ



[instagram](#)



[telegram](#)



[дзен](#)



[linkedin](#)