БЕСПЛАТНЫЙ ГАЙД · ДЛЯ ВЛАДЕЛЬЦА МАЛОГО БИЗНЕСА

Первая неделя с AI

По десять минут в день. Через неделю у тебя свой рабочий чат, который знает твоё дело.

★ **Твоя неделя**

1 Первые десять минут

2 Какой чат выбрать и нужна ли подписка

3 Четыре правила хорошего ответа

4 Три просьбы, которые делают чат честнее

5 Как проверить ответ

6 Что не давать чату

7 Проект: чтобы чат знал твоё дело

8 Восемь готовых запросов

9 Куда дальше



Олег Гитман, Kaimei

Обновлено: октябрь 2026

Твоя неделя

По одному маленькому делу в день, минут по десять.

ДЕНЬ 1 **Поставь настоящее приложение**, реши с подпиской и попробуй микрофон: наговори любой вопрос голосом.
Разделы 1 и 2

ДЕНЬ 2 **Запиши в настройки три просьбы**, которые делают чат честнее. Один раз и навсегда.
Раздел 4

ДЕНЬ 3 **Проверь настройки приватности.** Потом разбери длинный документ, который давно лежит непрочитанным.
Разделы 6 и 8

ДЕНЬ 4 **Сведи продажи прошлой недели** в таблицу, без имён клиентов. Итог сверь сам.
Разделы 5 и 8

ДЕНЬ 5 **Создай проект:** кто ты, что продаёшь, твои цены, как тебе отвечать. Минут двадцать, прайс приготовь заранее.
Раздел 7

ДЕНЬ 6 **Внутри проекта ответь клиенту** на настоящее сообщение, убрав имя и телефон. Сравни с обычным чатом.
Разделы 6, 7 и 8

ДЕНЬ 7 **Наговори всё, что в голове** на следующую неделю, и разложи по дням. Удачные запросы сохрани.
Разделы 3 и 8

1 Первые десять минут

Скачай настоящее приложение. В магазине приложений много подделок с похожими названиями. Смотри на разработчика: Claude от Anthropic, ChatGPT от OpenAI, Gemini от Google.

Две кнопки, которые нужны сразу:

- **Микрофон** в строке ввода. Нажми и говори, как голосовое другу.
- **Плюс или скрепка** рядом. Сфотографируй документ или прикрепи файл.



Строка ввода в Claude: слева плюс, справа микрофон. В ChatGPT и Gemini похожие кнопки.

Язык. Пиши на русском, иврите или английском, чат ответит на том же. Пункты меню обычно на английском, я пишу их так, как они подписаны.

Настройки и проект удобнее делать на компьютере, на claude.ai. На телефоне те же пункты в меню под твоим именем.

2 Какой чат выбрать и нужна ли подписка

Мой совет: Claude с подпиской Pro, 20 долларов в месяц (17 при оплате за год). Я сам работаю в Claude каждый день.

Первые дни можно пройти и бесплатно. Но у бесплатной версии плавающий лимит сообщений и не больше пяти проектов. Если пользуешься каждый день, без подписки быстро упрёшься в лимит. Упёрся: подожди пару часов или продолжи в другом чате. Подпиской управляешь в Settings, Billing.

Уже пользуешься ChatGPT или Gemini? Почти всё из первой недели там тоже работает, а где что нажимать, я пишу и для них. Одно но: готовый файл Word или Excel бесплатный ChatGPT отдаёт не всегда.

Дальше примеры на Claude.

3 Четыре правила хорошего ответа

Чат отвечает средне? Дело не в чате. Дело в том, как ты им пользуешься.

1. **Дай контекст.** Для кого это и в каком виде: файл Word, таблица, пять строк для WhatsApp. Не просто «напиши текст». Приложи свои файлы и примеры.

2. **Одна задача, один чат.** Задача закончена? Новую начинай в новом чате. Длинные чаты замусориваются.

3. **Поправь, а не начинай заново.** Скажи прямо здесь, что не так: «слишком длинно, уложи в пять строк».

4. **Сохрани то, что сработало.** Удачный запрос запиши в заметки и в следующий раз начни с него.

4 Три просьбы, которые делают чат честнее

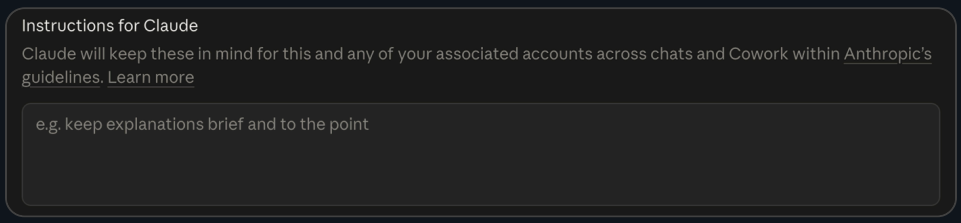
Чат сделан, чтобы быть полезным: он берётся за задачу и соглашается с тобой. Точным и честным он становится, когда об этом попросили. Просишь три вещи: **задай мне все вопросы до ответа**, **дай довод за и против**, **покажи, на что опирался**. Запиши это один раз в настройки:

СКОПИРУЙ В НАСТРОЙКИ

Отвечай честно, даже если это не то, что я хочу услышать. Не соглашайся со мной из вежливости. Прежде чем отвечать на сложный вопрос, задай мне все вопросы, которые тебе нужны. Давай довод за и против. Показывай, на что ты опирался. Если не уверен, так и скажи. Пиши коротко и простым языком.

Куда вставить:

- **Claude:** своё имя внизу слева, Settings, Account, поле Instructions for Claude.
- **ChatGPT:** Settings, Personalization, Enable customization, Custom instructions.
- **Gemini:** создай Gem со своими инструкциями (раздел 7).



Claude: Settings, Account, поле Instructions for Claude.

5 Как проверить ответ

Чат может ответить уверенно, даже когда не уверен. В цифрах иногда ошибается. Может поменять ответ, если надавить. Важное проверяй вопросами:

Откуда ты это знаешь?

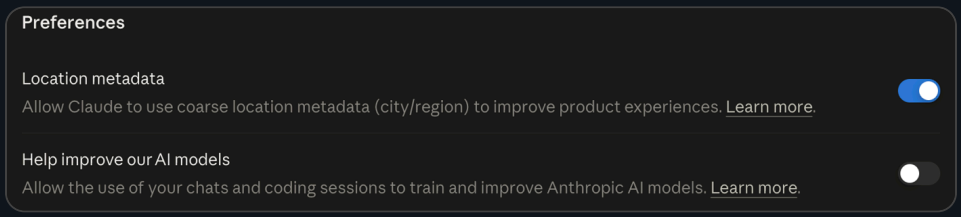
На что опираешься? Дай ссылку.

Не дави «ты уверен?»: так он скорее поменяет ответ, чем проверит. Итог в цифрах сверь сам: проверить быстрее, чем посчитать.

6 Что не давать чату

Чат это не сейф. Пара простых правил:

- **Не вставляй** пароли, номера карт, паспортные данные.
- **Данные клиентов обезличь.** Вместо имени и телефона пиши «клиент А». Для ответа или расчёта этого хватает.
- **Выключи обучение на своих чатах.** Claude: Settings, Privacy, переключатель Help improve our AI models выключен. ChatGPT: Settings, Data controls, выключи Improve the model for everyone. Gemini: Settings & help, Activity, выключи.
- **Медицина, право, налоги.** Чат помогает разобраться и подготовить вопросы. Окончательно решай со специалистом.



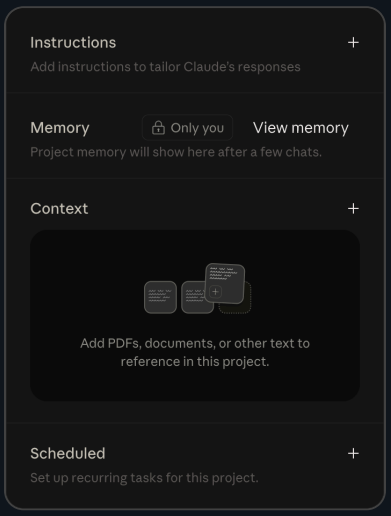
Claude: Settings, Privacy. Переключатель Help improve our AI models выключен.

7 Проект: чтобы чат знал твоё дело

Обычный чат каждый раз начинает с нуля. Проект это папка для одного дела: один раз кладёшь туда главное о себе, и каждый разговор внутри уже с этим знанием. В бесплатной версии Claude до пяти проектов.

Как настроить в Claude:

1. Слева Projects, вверху справа New project. Имя, например «Мой бизнес», и Create project.
2. Справа блок Instructions: плюс, вставь шаблон со следующей страницы.
3. Ниже блок Context: плюс, загрузи файлы.
4. Пиши прямо на странице проекта. Claude уже знает инструкции и файлы.



Страница проекта: справа Instructions и Context, у каждого плюс.

Чаты внутри проекта не делятся тем, что в них обсуждали. Общие для всех чатов только инструкции и файлы. Что должно помниться везде, добавь в файлы.

7 Что положить в проект

ИНСТРУКЦИИ ПРОЕКТА, ШАБЛОН

Я [чем занимаешься, один работаю или с командой]. Мои клиенты: [кто они, на каком языке пишут, о чём чаще спрашивают]. Отвечай коротко, по-русски, на «ты» (или на «вы»). Если чего-то не знаешь о моём деле, спроси, а не додумывай.

Например: «Я делаю ремонт квартир, у меня бригада из трёх человек. Мои клиенты: семьи, которые купили квартиру, пишут по-русски и на иврите, чаще всего спрашивают про сроки и смету.»

Какие файлы загрузить:

- Прайс или список услуг и товаров.
- Частые вопросы клиентов и твои ответы на них.
- Два-три своих сообщения или поста, которые тебе нравятся. Так чат поймёт, как ты пишешь.

Можно вести там и учёт: каждую неделю добавлять файл с продажами и спрашивать итог.

В ChatGPT и Gemini. В ChatGPT проекты тоже есть бесплатно: Projects, новый проект, туда инструкции и файлы (бесплатно до пяти файлов). В Gemini похожее называется Gems: их создают на сайте gemini.google.com и пишут им свои инструкции.

8 Восемь готовых запросов

Скопируй, подставь своё.

ОТВЕТИТЬ КЛИЕНТУ

Вот сообщение клиента: [вставь, без имени и телефона]. Напиши ответ: вежливо, коротко, с понятным следующим шагом. Дай три варианта, от мягкого к прямому.

РАЗОБРАТЬ ДОКУМЕНТ прикрепи файл или фото

Объясни коротко и простым языком, что в нём главное, что я обязан сделать и к каким срокам. Не больше пяти пунктов.

СВЕСТИ ПРОДАЖИ

Вот мои продажи за неделю: [заметка или фото, без имён клиентов]. Сведи в таблицу: дата, что продал, сумма. Посчитай итог и что продаётся лучше всего. Сделай файл Excel с диаграммой.

ПИСЬМО ПОСТАВЩИКУ

Напиши письмо поставщику: [что нужно]. Тон деловой, коротко, с датой, к которой мне нужен ответ.

8 Ещё четыре

ИТОГИ РАЗГОВОРА

Вот расшифровка разговора с клиентом: [вставь, имена замени]. Что решили, кто что обещал и к какому сроку. Списком.

ИДЕИ ДЛЯ ПОСТОВ

Я [кто ты и что продаёшь]. Дай пять идей для постов о моём бизнесе, по одной строке. Без общих советов.

ПОСЧИТАТЬ ЦЕНУ

Помоги посчитать цену на [услугу или товар]. Мои расходы такие: [вставь]. Покажи расчёт по шагам.

РАЗЛОЖИТЬ КАШУ В ПЛАН нажми микрофон и наговори всё, что в голове на неделю

Разложи это по дням недели, коротко.

9 Куда дальше

Всё в этом гайде работает, когда ты попросил. Следующий шаг, когда цифры, клиенты и задачи сами собираются в одно место и каждое утро ты видишь картину бизнеса. Такую систему я строю вместе с владельцем под его дело.

А если хочешь идти дальше вместе, в небольшой группе, для этого есть курс по Claude: пять живых встреч, на которых Claude учится работать с твоей почтой, календарём, клиентами и деньгами.

Курс по Claude, записаться в список
kaimei.co/ru/kurs

Как устроен второй мозг
kaimei.co/ru/vtoroy-mozg

Бесплатный звонок на 15 минут, разобрать твоё дело
kaimei.co/call



Кто я
Олег Гитман, Kaimei. Строю AI-системы вместе с владельцами малого бизнеса: разбираем, где теряются время, деньги и силы, и снимаем рутину.

kaimei

kaimei.co