

GUIDA PRATICA | @LAMARKETER.AI

Setup Claude in 10 minuti.

La guida completa per chi parte da zero. Setup iniziale, importare la memoria da ChatGPT, e tutti i trucchi per usarlo come un professionista dal giorno uno.

Edizione 2026 •• @lamarketer.ai

PARTE 1

Perché Claude.

Claude è un assistente AI creato da Anthropic. Fa quello che fa ChatGPT (scrivere, analizzare, rispondere) ma con differenze concrete che contano per chi lavora.



Scrive meglio

Tono più naturale, meno "linguaggio AI". Frasi che sembrano scritte da una persona.



Lavora sui file

Crea Word, Excel, PowerPoint, PDF direttamente dalla chat. Li scarichi pronti.



Memoria reale

Ricorda chi sei tra una conversazione e l'altra. Non devi rispiegarti ogni volta.



Progetti

Spazi di lavoro separati con istruzioni e documenti permanenti per ogni area del tuo lavoro.

Il piano gratuito include la chat, la memoria, i Progetti (max 5), gli artefatti e i connettori. Il piano Pro (20 dollari/mese) aggiunge skill avanzate, più progetti e utilizzo prioritario.

Non devi scegliere subito. Parti con il piano gratuito. Configura tutto con questa guida. Se dopo una settimana ti serve di più, passi a Pro.

PARTE 2

L'interfaccia: dove trovi cosa.

Apri claude.ai dal browser, oppure scarica l'app desktop o mobile.

Sidebar sinistra

Conversazioni passate, Progetti, "Personalizza" (Skills, Connettori, preferenze). In alto: "Nuova chat".

Area centrale

La chat. Scrivi in basso, risposte sopra. Allega file (PDF, immagini, documenti) con l'icona graffetta.

Le tue iniziali (basso a sinistra)

Impostazioni, Profilo, Capacità, Piano, tutta la configurazione.

Pannello artefatti (a destra)

Quando Claude crea qualcosa di complesso (documento, grafico, pagina web, componente interattivo) lo mostra qui. Puoi copiarlo, scaricarlo, modificarlo. Gratuito su tutti i piani.

Consiglio: non scrivere tutto in un messaggio lunghissimo. Dividi le richieste in step. Prima il contesto, poi l'azione. Claude lavora meglio con messaggi chiari e separati.

STEP 1 DI 5

Dì a Claude chi sei.

2 minuti. Funziona sul piano gratuito.

01

Clicca sulle tue iniziali in basso a sinistra

Si apre il menu del tuo account.

02

Vai su Impostazioni, poi Profilo

Trovi un campo di testo libero.

03

Scrivi tutto quello che serve

Che lavoro fai. Chi sono i tuoi clienti. Come vuoi che Claude ti parli. In che lingua. I tuoi servizi, i tuoi prezzi, il tuo tono.

ESEMPIO

Sono una fotografa freelance a Milano. Faccio branding photography per piccoli business e professionisti. I miei clienti sono imprenditori e freelance 28-45 anni che hanno bisogno di foto professionali per sito e social. Vendo pacchetti da 300 a 800 euro tramite Instagram e passaparola. Parlami in italiano, tono diretto, frasi corte. Non usare mai "certamente" o "assolutamente".

Da questo momento, ogni chat sa con chi sta parlando. Non riscrivi mai più chi sei. Questo da solo elimina i primi 5 minuti di ogni conversazione.

STEP 2 DI 5

Collega i tuoi strumenti.

3 minuti. Funziona sul piano gratuito.

01

Impostazioni > Connettori (oppure Personalizza > Connettori)

Clicca il "+" e autorizza con il tuo account Google.

Gmail

"Leggimi le ultime email." "Scrivi una risposta a quella di Marco." "Trovami l'email del preventivo di aprile."

Google Calendar

"Cosa ho domani?" "Metti una call con Luca giovedì alle 15." "Quali slot ho liberi questa settimana?"

Google Drive

"Trovami quel documento di marzo." "Leggimi il brief del cliente X." "Cerca i file con la parola budget."

Email, calendario e documenti senza uscire da Claude. Tutto dalla stessa chat. Gratis.
Non cambi pagina, non apri altre app.

STEP 3 DI 5

Attiva le skill.

2 minuti. Le skill base sono gratuite.

01

Impostazioni > Capacità

Attiva "Code execution and file creation".

02

Personalizza > Skills

Attiva le skill preinstallate che ti servono.

Word (docx)

Proposte, report, lettere con formattazione professionale.

Excel (xlsx)

Carichi un Excel disordinato, te lo restituisce sistemato.

PowerPoint (pptx)

Presentazioni complete dalla chat.

PDF

Legge, genera e modifica file PDF.

Non devi fare niente di speciale. Chiedi "crea un documento Word con la proposta per il cliente X" e Claude lo crea. Lo scarichi pronto.

STEP 4 DI 5

Memoria e import da ChatGPT.

Claude impara da ogni conversazione. Se vieni da ChatGPT, importa tutto in 60 secondi.

La memoria

Claude salva automaticamente informazioni su di te: lavoro, progetti, preferenze. Per vederla o modificarla: Impostazioni > Capacità > Memoria. Ogni voce è modificabile e cancellabile.

IMPORTARE DA CHATGPT

01

Vai su claude.com/import-memory

Claude ti mostra un prompt pronto da copiare.

02

Incolla il prompt in ChatGPT

ChatGPT genera un riassunto di tutto quello che sa su di te.

03

Copia la risposta e incollala in Claude

Nella pagina di import. Claude lo integra nella sua memoria.

04

Verifica e pulisci

Apri una chat nuova: "Cosa sai di me?" Poi vai nella memoria e cancella quello che non è più vero.

Funziona anche da Gemini, Copilot o qualsiasi altro tool. Stesso procedimento. Funziona sul piano gratuito.

STEP 5 DI 5

Crea il tuo primo Progetto.

5 minuti. Piano gratuito: max 5. Pro: illimitati.

Un Progetto è uno spazio di lavoro con istruzioni e documenti permanenti. Ogni chat dentro un Progetto ha sempre accesso a tutto. Non cade mai dalla memoria.

01

Sidebar > Progetti > Nuovo

Nome chiaro: "Clienti Studio" non "Progetto 1".

02

Scrivi le istruzioni

Chi sei in quel contesto, cosa deve fare Claude, che tono usare, cosa evitare.

03

Carica i documenti

Listino, presentazione, FAQ, template. Claude li legge e li usa.

04

Testa

Apri una chat nel Progetto. Chiedi qualcosa che richiede le info caricate. Se le usa, funziona.

Esempio istruzioni:

Sei l'assistente di [NOME]. [ATTIVITÀ]. I clienti scrivono per info e preventivi. Italiano, tono diretto. Usa i prezzi del listino allegato. Non inventare servizi non nel documento.

Il setup è finito. Adesso Claude sa chi sei, accede ai tuoi strumenti, lavora sui tuoi file e ricorda il contesto. Nelle prossime pagine: come usarlo da professionista.

Non accettare mai la prima risposta.

La differenza tra chi usa l'AI da principiante e chi la usa da professionista è una sola: iterare.

La prima risposta di Claude è una bozza. Buona, ma generica. Il vero risultato arriva dopo 2-3 correzioni. Ogni correzione rende l'output più preciso, più tuo, più utilizzabile.

Correggi il tono

"Troppo formale, rifallo più diretto." "Parla come se fossi un amico, non un consulente." "Meno parole, più sostanza."

Correggi la lunghezza

"Dimezzalo." "Troppo corto, espandi il punto 3." "Max 100 parole."

Correggi il contenuto

"Il punto 2 è sbagliato, il mio servizio non include questo." "Aggiungi il prezzo." "Togli la parte sul competitor."

Chiedi alternative

"Dammi 3 versioni diverse di questa frase." "Riscrivilo con un angolo completamente diverso." "E se partissi con una domanda?"

La regola: se copi la prima risposta e la usi così com'è, stai usando l'AI al 20% del suo potenziale. Il vero valore è nella conversazione: chiedi, correggi, guida, affina. 3 iterazioni cambiano tutto.

USALO DA PRO

Lavora con i file.

Claude non è solo una chat. È un assistente che lavora sui tuoi documenti.

PDF

"Riassumimi questo contratto in 5 punti."
"Trova le clausole problematiche." "Estraimi tutti i numeri."

Excel

"Questo foglio è un disastro, sistemalo."
"Aggiungi una colonna con il margine %." "Fai un grafico dei ricavi per mese."

Immagini

"Cosa c'è in questa foto?" "Trascrivi il testo da questo screenshot." "Analizza questo grafico."

Documenti

"Riscrivi questo documento in tono più diretto." "Confronta questi due preventivi." "Trasforma queste note in un report."

Per allegare: clicca l'icona graffetta accanto al campo di testo. Trascina il file nella chat. O copia-incolla direttamente il testo.

USALO DA PRO

Concatena le richieste.

Non chiedere tutto insieme. Costruisci il risultato passo per passo nella stessa chat.

Messaggio 1: "Ecco i dati di vendita del Q1. Analizzali."

Messaggio 2: "Quali sono i 3 prodotti con margine più alto?"

Messaggio 3: "Scrivi un report di una pagina con questi dati."

Messaggio 4: "Trasformalo in un documento Word con grafici."

Ogni messaggio costruisce sul precedente. Claude usa tutto il contesto della conversazione. Il risultato finale è molto più preciso che chiedere tutto in un colpo.

10 cose che puoi chiedergli.

Non è solo un chatbot. Ecco cosa può fare che la maggior parte delle persone non sa.

01

Creare un sito web

"Crea una landing page per il mio servizio di fotografia." Claude genera HTML/CSS funzionante che puoi usare o modificare.

02

Analizzare la concorrenza

"I miei 3 competitor sono X, Y, Z. Dimmi dove sono deboli e come posso differenziarmi."

03

Scrivere un intero piano marketing

"Piano marketing per [attività] a [città]. Budget: [X]. Obiettivo: [Y]. Per ogni azione: cosa fare, costo, risultato atteso."

04

Preparare un colloquio di lavoro

"Devo fare un colloquio per [ruolo] in [azienda]. Fammi le 10 domande più probabili e suggeriscimi come rispondere."

05

Generare grafici e dashboard

"Ecco i dati. Crea un grafico interattivo che mostra il trend dei ricavi per mese." Claude lo genera come artefatto visivo.

06

Riscrivere il tuo sito

"Ecco il testo del mio sito. Riscrivilo tutto: più diretto, meno parole, più conversioni."

07

Fare ricerca di mercato

"Voglio lanciare [prodotto]. Analizza il mercato: chi lo fa già, a che prezzo, dove c'è spazio."

08

Gestire le email dal mattino

"Leggimi le email di oggi. Quali richiedono una risposta urgente? Scrivi le bozze per le prime 3."
(Serve Gmail collegato.)

09

Trasformare appunti in documenti

"Ecco i miei appunti della riunione [incolla]. Trasformali in un verbale professionale con azioni e deadline."

10

Validare un'idea di business

"La mia idea è [X]. Dammi 5 punti di forza, 5 punti deboli, i competitor, e un verdetto onesto."

DA EVITARE

I 5 errori dei principianti.

Prompt troppo vaghi. "Scrivimi un'email" non funziona. Specifica: a chi, perché, che tono, quanto lunga.

Un messaggio per tutto. 500 parole con 10 richieste diverse = risultato mediocre su tutto. Un task per messaggio.

Accettare la prima risposta. La prima bozza è un punto di partenza. Itera. Correggi. La terza versione è quella buona.

Non allegare file. Se hai un documento, allegalo. Non riscriverlo nella chat. Claude lavora meglio sul file originale.

Usarlo solo per scrivere. Claude analizza, calcola, crea file, genera grafici, gestisce email, pianifica. Scrivere è il 20% di quello che può fare.

CHECKLIST

La tua prima settimana.

Giorno 1: Setup

Profilo, Connettori, Skill, Import memoria. Questa guida. 15 minuti.

Giorno 2: Primo task reale

Prendi qualcosa che fai ogni settimana (email, report, contenuto). Fallo con Claude. Itera 3 volte.

Giorno 3: Primo Progetto

Crea un Progetto per il tuo caso principale (clienti o contenuti). Carica 2-3 documenti. Testa.

Giorno 4: Lavora con i file

Carica un PDF o un Excel. Chiedi a Claude di analizzarlo, riassumerlo, sistemarlo. Scopri cosa può fare.

Giorno 5: Usa i connettori

"Cosa ho in agenda domani?" "Leggimi le ultime email." "Trovami il file X su Drive."

Giorno 6: Sperimenta

Prova qualcosa di nuovo: analisi competitor, script video, presentazione, piano marketing.

Giorno 7: Controlla la memoria

Impostazioni > Capacità > Memoria. Guarda cosa Claude ha imparato. Cancella il vecchio, aggiungi quello che manca.

Dopo una settimana di uso quotidiano, Claude conosce il tuo lavoro, il tuo tono e i tuoi file. Ogni conversazione è più veloce e precisa della precedente.

Riepilogo completo.

Step 1: Profilo (2 min)

Iniziali > Impostazioni > Profilo. Chi sei, cosa fai, come vuoi che Claude ti parli.

Step 2: Connettori (3 min)

Impostazioni > Connettori. Gmail, Calendar, Drive.

Step 3: Skill (2 min)

Impostazioni > Capacità > Code Execution. Personalizza > Skills.

Step 4: Memoria (3 min)

Importa da ChatGPT: claude.com/import-memory. Pulisci.

Step 5: Progetto (5 min)

Sidebar > Progetti > Nuovo. Istruzioni, documenti, testa.

Tempo totale: 15 minuti. Poi: non accettare la prima risposta. Lavora con i file. Concatena le richieste. Usa i connettori come centro di controllo. Sperimenta un task nuovo al giorno.

Un ultimo consiglio. Non cercare di imparare tutto subito. Usa Claude per un task reale al giorno. Dopo una settimana avrai capito più di qualsiasi corso. L'AI si impara usandola, non leggendo guide.



15 minuti di setup. Poi cambia tutto.

Claude smette di essere una chat e diventa una
persona che lavora accanto a te.

[@lamarketer.ai](#)