

Повний гайд по ChatGPT для початківця 2026

Все що треба знати про ChatGPT з нуля: моделі, Custom GPTs, Canvas, voice mode, search, projects, memory. Від першого логіну до досвідченого користувача.

~12 ХВ

GOSHA.LIVE

ЩО ВСЕРЕДИНІ

- Налаштування за 15 хвилин з нуля
- Гайд по моделях: GPT-4o, o1, o3, GPT-5
- 10 фіч, про які 80% користувачів не знає
- 30 робочих промптів за категоріями

ChatGPT — це не просто чат. Це 8 продуктів в одному інтерфейсі: моделі різного рівня, Canvas, Voice, Custom GPTs, Search, Code Interpreter, Image Gen і Memory. Більшість людей використовує тільки 10% можливостей.

Цей гайд проводить тебе через все що варто знати — від першого логіну до досвідченого користувача.

Крок 1: Аккаунт і план

- **Free** — обмежена кількість запитів до сильних моделей, базовий image gen, voice. Ок для теста
- **Plus (\$20/міс)** — повний доступ до GPT-5, o3, image gen без обмежень, voice і Advanced Voice
- **Pro (\$200/міс)** — необмежений доступ + o3-pro з reasoning, sora, deep research
- **Team / Enterprise** — для команд з admin-контролем і workspace

Для серйозної роботи Plus вистачає на 95% сценаріїв.

Крок 2: Моделі і коли яку

Модель	Коли	Приклад
GPT-5	За замовчуванням, універсальна	Будь-який чат, draft, аналіз
o3 / o3-mini	Складне reasoning, math, код	«Розв'яжи це», «Проаналізуй цей баг»
GPT-4o	Швидкі відповіді, voice	Голосові розмови, real-time
Image gen (GPT-Image-1)	Будь-яка картинка	Promo, cover, ілюстрації

Як вибрати швидко

Питання починається з «чому/як працює/проаналізуй» → o3. Питання типу «напиши/придумай/перепиши» → GPT-5. Картинки — image gen. Голос — Advanced Voice.

Крок 3: Memory і Custom Instructions

Memory запам'ятовує контекст про тебе між чатами. Відкрий Settings → Personalization → Memory.

Custom Instructions — постійний контекст. Заповнюй два поля: - «What would you like ChatGPT to know about you» — твоя роль, аудиторія, мова, тон - «How would you like ChatGPT to respond» — формат відповідей, стиль, що уникати

Один раз налаштував — всі наступні чати слухаються цих правил.

Крок 4: Custom GPTs

Власні мікроасистенти з конкретною інструкцією і базою знань. Не треба коду — заходиш у GPT Builder, описуєш «що робить», завантажуєш PDF/документи.

Корисні сценарії: - **Brand voice GPT** — пише в стилі твого бренду - **Customer Support GPT** — відповідає по твоїй документації - **Code Review GPT** — критикує код за твоїми стандартами

Крок 5: Canvas

Canvas — окремий редактор-документ. Підходить для довгих текстів і код-задач. Можна виділити шматок і попросити «зроби лаконічніше», «додай таблицю», «переклади UA» — модель змінює тільки виділене, не весь документ.

Крок 6: Voice і Advanced Voice

Дві голосові моделі: - **Voice** — read-aloud, перетворює текст у мову - **Advanced Voice Mode** — справжній real-time розмов, з паузами, інтонацією, перебиваннями

Чудово для практики мови, brainstorm на прогулянці, читання довгих документів.

Крок 7: Search і Deep Research

Search — ChatGPT шукає інтернет real-time для актуальної інформації. Активується автоматично коли запитуєш про події після training cutoff.

Deep Research — багатогодинні дослідження з виходом у форматі звіту. Питаєш — він йде в інтернет, читає 30-50 джерел, повертає 10-15 сторінок аналізу. Plus: 10/міс, Pro: 50/міс.

Крок 8: Projects

Контейнер для багатоденної роботи. Окрема файл-база, окремі custom instructions, окрема історія чатів. Ідеально для: - Дослідницьких проєктів - Робочих clients (один project на одного клієнта) - Особистих ініціатив (репозиторій думок на тему)

Інтеграція всього разом

Створи Project «Daily Work». Завантажена база знань: твоя біографія, тон бренду, шаблони. Custom Instructions: твій робочий стиль. Custom GPT всередині: твій brand voice. І Memory активна на всіх чатах. Так ChatGPT перетворюється з generic-асистента на персонального стажера.

Pro-tips

- **Регулярно чисти Memory** — старі факти про тебе застарівають
- **Не вкладай ВСЕ в один Custom GPT** — краще 5 спеціалізованих ніж один універсальний
- **Користуйся Search** — більшість користувачів забуває що ChatGPT не знає про події після training cutoff
- **Voice — недооцінений** — спробуй один день вести майже всі чати голосом. Швидше і природніше

Чого уникати

- Не вір моделі сліпо у фактах — особливо щодо чисел, цитат, поточних подій. Перевірй
- Не «розмазуй» один чат на 50 тем — створюй нові коли тема міняється
- Не клеїй всю інструкцію у Custom Instructions — це 1500 символів максимум, treat them as priority

Що далі

У повному PDF — checklist'и налаштування під 5 ролей (маркетолог, розробник, дослідник, учитель, бізнес-власник), 30 промптів з прикладами, гайд по інтеграції з Google Workspace і Slack. Завантажуй і працюй ефективніше.