開始使用 / Claude / 更新 2026-11-06

第一次用 Claude：先對話，再一起修改

從整理待辦開始，再用飯店入住的英文對話，練習一次問一題、說不出來就請它幫忙。



AI 生成情境圖

開始前 能用瀏覽器開啟 Claude，並開始對話。

完成後 和 Claude 練習英文對話，隨時請它解釋或調整難度。

把一句筆記變成待辦清單

開啟 Claude，登入後開始新對話。這一篇只用文字，不需要連接資料夾。介面正在分批更新：有些帳號還有 Chat 和 Cowork，有些已合在同一入口；一般文字對話直接輸入即可。

先試這一句

> 下午三點開會，會前要把報告寄給同事。
> 幫我列成待辦清單。

它可能回答「先把報告寄給同事；下午三點開會」。把一段筆記變成清單，就完成了第一個小任務。若想讓格式更簡單，可以接著說「每件事一行，不用補充說明」。

下面用幾段教學示例，帶你試試怎麼接著問。你收到的回答可能會有不同說法。

讓 Claude 陪你練英文

另開新對話。假設你準備出國，想先練習在飯店櫃檯辦理入住。不要只說「教我英文」，把情境和希望怎麼練一起說清楚：

你可以這樣問

> 陪我練習飯店入住的英文。你當櫃檯人員，我當旅客。我的英文大約初級，請用簡單句子，一次問一個問題，等我回答再繼續。如果我的說法不自然，先用繁體中文簡短提醒，再給我一句比較自然的英文。現在請先跟我打招呼。

說不出來時，就停在那一句

接著可以這樣問

> 我不知道怎麼說「我用王先生的名字訂了一間雙人房」，請先教我這一句，再繼續對話。

卡住時，先學眼前這一句

AI 當櫃檯	Good evening! Welcome to our hotel. Do you have a reservation?
你先求助	我不知道怎麼說「我用王先生的名字訂了一間雙人房」。
AI 提供一句	I booked a double room under the name Wang.
你再練一次	自己打一次，再說「繼續剛才的對話」。

教學示例。可以先問中文、學會一句，再回到原來的角色對話。

如果它一次列出所有問題，就提醒「一次問一題，等我回答」。練習到哪裡卡住，就在那裡停下來問。

太難時，說「先給我兩個回答選項」；太簡單時，再換成訂房出狀況的情境。打字練的是用句，發音要另外透過語音練習。

下次換成點餐或問路

把情境換掉，仍請它「一次問一題、等我回答」。你卡在哪一句，就停在那裡問。

想換成工作上的練習，可以看練習面試的問法；這篇先把一段英文對話練完就好。

資料來源與網頁版

Claude：Chat 與 Cowork 的整合 https://support.claude.com/en/articles/16761823-claude-cowork-and-chat-are-one-claude

Claude：使用說明 https://support.claude.com/en/articles/8114491-get-started-with-claude

本篇網頁版與提示詞 https://ai.kanrays.com/learn/claude-start/