

30 дней до новой AI-профессии

Выбери одну роль из десяти. За месяц собери доказательство, что умеешь. Дальше отклик на вакансию или первый клиент.

ЧТО ВНУТРИ

01 Карта десяти ролей

что показать в каждой, чтобы тебя взяли

02 План на 30 дней

неделя за неделей, день за днём

03 Шаблон портфолио

с заполненным примером кейса

Выбери одну роль

Эти роли уже нанимают. Названия ещё не устоялись, поэтому конкуренции почти нет. Бери одну и не распыляйся.

- | | |
|--|---|
| 01 Дизайнер AI-процессов | Построй 3 повторяемых процесса для своей компании. В каждом укажи, сколько часов в неделю он экономит |
| 02 Настройщик Claude под бизнес | Собери 5 проектов-ассистентов: для CEO, отдела продаж, HR. Запиши экран и выложи |
| 03 AI-консультант по внедрению | Выбери нишу и проведи одно бесплатное внедрение за 90 дней. Оформи как кейс |
| 04 Промпт-инженер | Пройди сертификацию Anthropic Academy и опубликуй свою библиотеку промптов |
| 05 AI-контент стратег | Переупакуй 30 дней контента одного блогера через AI. Предложи это ещё 10 похожим |
| 06 AI-преподаватель и тренер | Проведи бесплатный часовой воркшоп для бизнеса. Запиши его и продавай платные версии |
| 07 AI Customer Success | Откликайся в AI-стартапы напрямую. Сиди в Claude каждый день, чтобы говорить на одном языке |
| 08 No-code AI разработчик | Собери 3 бесплатных приложения знакомым бизнесам. Документируй процесс публично |
| 09 AI Operations Manager | Стань «человеком по AI» на своей работе. Оформи 90-дневный план внедрения |
| 10 Fractional Chief AI Officer | Веди точку зрения в LinkedIn. Начни как fractional с компаниями среднего размера |

Недели 1 и 2

НЕДЕЛЯ 1

ДНИ 1-7

Фундамент

Цель: выбрать роль и освоить её главный инструмент

- | | |
|---------|---|
| День 1 | Выбери одну роль. Запиши одной строкой, почему именно она |
| Дни 2-3 | Разбери 3 вакансии или 3 клиентов в этой роли. Выпиши, что от тебя ждут |
| Дни 4-5 | Осваивай главный инструмент роли по 40 минут в день, сразу на реальной задаче |
| День 6 | Заведи место под портфолио: Notion, Tilda или папка на Google Диске |
| День 7 | Сформулируй доказательство номер один. Что конкретно покажешь |

НЕДЕЛЯ 2

ДНИ 8-14

Доказательство номер один

Цель: сделать первый кейс и оформить его

- | | |
|-----------|--|
| Дни 8-11 | Сделай работу из колонки «доказательство» для своей роли |
| Дни 12-13 | Собери цифру результата: сколько часов сэкономил, на сколько быстрее, плюс процент |
| День 14 | Оформи как мини-кейс по шаблону со страницы 5 |

Недели 3 и 4

НЕДЕЛЯ 3

ДНИ 15-21

Доказательства два и три

Цель: повторить ещё дважды, по-разному

- | | |
|-----------|---|
| Дни 15-18 | Сделай ещё два кейса. Меняй задачу, клиента или формат |
| Дни 19-20 | Документируй процесс: скрины, до и после, потраченное время |
| День 21 | Оформи оба кейса. Теперь у тебя три доказательства |

НЕДЕЛЯ 4

ДНИ 22-30

Витрина и отклик

Цель: показать работу и попросить о деле

- | | |
|-----------|---|
| Дни 22-24 | Выложи все три кейса публично: пост, карусель или Reels |
| Дни 25-26 | Собери отзыв у тех, кому помогла. Скрин отзыва в портфолио |
| Дни 27-30 | Откликнись на 10 вакансий или напиши 10 клиентам. Каждый день понемногу |

Один кейс = одна страница

Каждое доказательство оформляй одинаково. Так его легко читать и легко отправить ссылкой. Скопируй поля и заполни под себя.

ЗАГОЛОВОК · что ты сделала и для кого, одной строкой

РОЛЬ / ДЛЯ КОГО · название роли и тип клиента или компании

ЗАДАЧА · какая боль была до тебя

ЧТО Я СДЕЛАЛА · 3-5 конкретных шагов

ИНСТРУМЕНТЫ · Claude, n8n, Lovable и что ещё использовала

РЕЗУЛЬТАТ · обязательно цифра: часы, проценты, деньги

ССЫЛКА НА ПРУФ · демо, видео, документ или пост

Как это выглядит

ПРИМЕР ЗАПОЛНЕНИЯ

ЗАГОЛОВОК	Переупаковала 30 дней контента блогера через AI
РОЛЬ / ДЛЯ КОГО	AI-контент стратег · эксперт по психологии, 8K подписчиков
ЗАДАЧА	Тратила 6 часов в неделю на тексты, посты выходили нерегулярно
ЧТО Я СДЕЛАЛА	Собрала голос бренда в Claude, шаблоны под 4 рубрики, контент-план на месяц, переписала 30 старых постов
ИНСТРУМЕНТЫ	Claude, проекты Claude, Google Таблицы
РЕЗУЛЬТАТ	Время на контент с 6 часов до 1,5 в неделю. Охваты плюс 40 процентов за 3 недели
ССЫЛКА НА ПРУФ	notion.so/мой-первый-кейс

ГОТОВО К ОТКЛИКУ, ЕСЛИ

- ☐ Три кейса, в каждом есть цифра результата
- ☐ Всё опубликовано там, где тебя видно
- ☐ Есть хотя бы один отзыв
- ☐ Отправлено 10 откликов или 10 предложений

«Я сделала это за 30 дней» сегодня стоит дороже, чем 5 лет опыта в другой сфере.

Начни сегодня. Выбери роль на странице 2.

Больше про AI и Claude по-человечески:

Instagram: [@aa.rashchupkina](#) · Telegram: [@gelyadavay](#)