



Denoise AI Lab
for education

ГАЙД

Голосовое управление Claude

Говорите вслух — Claude делает. Голос превращается в текст и летит в любое поле: терминал, браузер, мессенджер. Ставите один раз, жмёте кнопку, диктуете задачу

Instagram @ai.denoise

Telegram @denoise_ai_lab

Печатать медленно, говорить — быстро. Средняя скорость печати 40–60 слов в минуту, речи — 130–150. На сложной задаче, где нужно объяснить контекст, голос выигрывает примерно втрое. Схема простая: жмёте горячую клавишу, диктуете задачу обычными словами, программа за секунду превращает речь в текст и вставляет его в активное поле — а дальше работает Claude.

Какой инструмент выбрать — зависит от системы

Инструментов для голосового ввода два, и выбор зависит от вашей операционной системы. Оба распознают речь локально на вашем устройстве: Superwhisper — на модели Whisper, Whispering на Windows — на движке NVIDIA Parakeet.

- Mac → Superwhisper. Нативное приложение только для macOS. Есть бесплатный план (30 транскрипций в день) и платный (\$9/мес, безлимит). Распознаёт локально на Mac — голос не уходит в облако.
- Windows → Whispering. Именно его мы поставили себе на Windows. Бесплатный, с открытым кодом, кроссплатформенный (Windows, Mac, Linux). Аккаунт не нужен.

● Почему на Windows не Superwhisper

Superwhisper — приложение только под Apple (macOS), на Windows оно не работает. Поэтому для Windows мы используем Whispering — он делает ровно то же самое: горячая клавиша, речь, текст в активное поле.

Как это работает — одна кнопка

- 1 Жмёте горячую клавишу — программа начинает запись, на экране появляется индикатор.
- 2 Говорите задачу обычным языком, как другу: «Найди все баги в этом файле и объясни каждый» или «Напиши хук для карусели про Claude Code».
- 3 Отпускаете кнопку — за 0.5–1 секунду речь превращается в текст и вставляется туда, где стоит курсор: терминал, браузер, Telegram.
- 4 Нажимаете Enter — дальше работает Claude, а вы уже диктуете следующую задачу или пьёте кофе.

Установка на Mac — Superwhisper (около 3 минут)

- 1 Скачайте Superwhisper с superwhisper.com → Download (только для Mac).
- 2 Дайте доступ к микрофону — macOS спросит при первом запуске, нажмите Allow. Приложение живёт в строке меню.
- 3 В настройках выберите модель Whisper Large v3 — она локальная, работает без интернета. Первый раз скачается (~1.5 ГБ), потом всё локально.
- 4 Preferences → Hotkey — назначьте горячую клавишу. Удобно Right Option (⌘) или F5, главное — чтобы не конфликтовала с другими приложениями.
- 5 Откройте Claude (claude.ai в браузере или терминал с Claude Code), кликните в поле ввода, нажмите горячую клавишу и говорите. Текст вставится сам, Enter — и Claude работает.

Установка на Windows — Whispering (то, что стоит у нас)

Whispering — бесплатное приложение с открытым кодом для распознавания речи. На Windows его локальный движок — NVIDIA Parakeet v3: работает офлайн прямо на вашей видеокарте (аудио никуда не уходит), понимает русский и ещё два десятка языков с автоопределением, а по качеству и скорости обгоняет прежний Whisper. Если сильной видеокарты нет — есть режим через API-ключ провайдера (Groq, OpenAI, ElevenLabs): быстрее на слабом железе, но аудио уходит провайдеру. Для приватности выбирайте локальный Parakeet.

- 1 Скачайте последний релиз Whispering под Windows со страницы проекта на GitHub (репозиторий [EpicenterHQ/epicenter](https://github.com/EpicenterHQ/epicenter), раздел Releases). Аккаунт регистрировать не нужно.
- 2 Установите как обычную программу и запустите — дайте доступ к микрофону, когда Windows спросит.
- 3 В настройках выберите способ транскрипции: локальный NVIDIA Parakeet v3 (офлайн, приватно, нужна видеокарта) или свой API-ключ провайдера. Для локального движка модель скачается один раз, дальше работает без интернета.
- 4 Назначьте горячую клавишу записи — такую, что не конфликтует с другими

программами.

- 5 Откройте Claude (claude.ai в браузере или терминал с Claude Code), поставьте курсор в поле ввода, нажмите горячую клавишу, продиктуйте задачу. Текст вставится сам, Enter — и Claude работает.

● **Приватность**

И Superwhisper (модель Whisper), и Whispering с локальным Parakeet распознают речь прямо на вашем устройстве — голос не уходит в облако. Если в Whispering выбрать облачный API-ключ, аудио пойдёт выбранному провайдеру: это быстрее, но менее приватно. Решаете вы.

■ **Как используем это мы — реальные сценарии**

- В терминале с Claude Code: «Открой файл smm.md, найди шаг 6 и перепиши его — убери всё про Gemini, оставь только HTML-шаблоны».
- В браузере на любом сайте: «Напиши комментарий к этому посту — согласишься с автором и добавь один конкретный пример из нашего опыта».
- В Telegram: «Ответь на это сообщение — скажи, что разберёмся в пятницу, детали уточним».
- Генерация контента: «Сделай хук для карусели про Claude Code — провокационный, без воды, первая строка максимум 7 слов».

■ **Советы, которые сразу улучшают результат**

- Говорите чуть медленнее, чем думаете. Whisper справится и с быстрой речью, но структура задачи становится чётче, а ответ Claude — точнее.
- Начинайте с глагола: «Найди», «Напиши», «Объясни», «Исправь». Первое слово задаёт Claude режим — работает точнее, чем «мне нужно, чтобы ты...».
- Добавляйте контекст файлом: перед голосовой командой вставьте путь к файлу или скопируйте код — голос вставится после курсора, и всё будет в одном месте.
- Используйте голос для длинных задач. Для одного слова проще напечатать; выигрыш во времени появляется на запросах в 3+ предложения.

Один раз настроили — и дальше диктуете задачи голосом вместо того, чтобы печатать. Больше приёмов работы с Claude — в нашем каталоге и на канале Denoise AI Lab.