

คู่มือฉบับสมบูรณ์ • ฉบับลายมือ • ฉบับปรับปรุง ปี 2027

Claude Cowork

คู่มือใช้งานฉบับสมบูรณ์

ผู้ช่วยทำงาน AI ที่ทำงานบน Claude Desktop ได้จริง ตั้งแต่
ติดตั้ง ใช้งานทุกเมนู สั่งงานจากมือถือ ไปจนถึงการประยุกต์ใช้ใน
งานวิจัย พร้อมผังกระบวนการ (Flow Chart) และคลังคำสั่งพร้อม
ใช้

Writer2Research

โดย ดร.ขวัญใจ วงศ์ช่วย • © 2027

คำแนะนำ

เกี่ยวกับหนังสือเล่มนี้

หนังสือเล่มนี้ตั้งใจเขียนให้ "คนที่ยังไม่เคยใช้" สามารถเริ่มต้นได้ด้วยตนเอง ตั้งแต่ติดตั้งโปรแกรมครั้งแรก ไปจนถึงการสั่งงานที่ซับซ้อนแบบมืออาชีพ

Claude Cowork เป็นโหมดผู้ช่วยทำงานอัจฉริยะที่ "ลงมือทำงานหลายขั้นตอนให้เสร็จได้จริง" ไม่ใช่เพียงตอบคำถามแบบแชตทั่วไป สำหรับนักวิจัยและบุคลากรสุขภาพ เครื่องมือนี้ช่วยย่นเวลาในงานเอกสาร การทบทวนวรรณกรรม การจัดรูปแบบอ้างอิง และงานประจำที่ต้องทำซ้ำได้อย่างมาก

เนื้อหาแบ่งออกเป็นภาคต่าง ๆ จากง่ายไปยาก แต่ละเมนูอธิบายแบบจับมือทำ พร้อมผังกระบวนการให้เห็นภาพ ตัวอย่างคำสั่งจริง ข้อผิดพลาดที่พบบ่อย และคำถามที่พบบ่อย คุณสามารถอ่านเรียงลำดับหรือเปิดข้ามไปยังเมนูที่สนใจผ่านสารบัญได้ทันที

● หนังสือเล่มนี้เหมาะกับใคร

ผู้เริ่มต้นที่ยังไม่เคยใช้ Claude Cowork, นักวิจัยและบุคลากรสุขภาพที่อยากใช้ AI ช่วยงานวิชาการ, และผู้ที่ต้องการคู่มืออ้างอิงไว้เปิดดูเป็นขั้นตอน

- **ข้อควรทราบเรื่องความเป็นปัจจุบัน**

คู่มือฉบับนี้ปรับปรุงข้อมูลล่าสุด ปี 2027 อย่างไรก็ตาม Claude Cowork เป็นฟีเจอร์ที่พัฒนาต่อเนื่อง หน้าตาเมนูและตำแหน่งปุ่มอาจเปลี่ยนแปลงได้ หากไม่พบเมนูตามที่อธิบาย ให้อัปเดตแอปเป็นเวอร์ชันล่าสุด และตรวจสอบข้อมูลทางการที่ support.claude.com

สารบัญ

ภาค 1 – รู้จัก Claude Cowork

บทที่ 1 · Claude Cowork คืออะไร	10
บทที่ 2 · Cowork ต่างจาก Chat อย่างไร	13
บทที่ 3 · ข้อกำหนดระบบและแพ็คเกจ	16
บทที่ 4 · ติดตั้ง Claude Desktop	19
บทที่ 5 · รู้จักหน้าจอ Claude Desktop	21
บทที่ 6 · ภาพรวมกระบวนการใช้งาน	23
บทที่ 7 · เริ่มต้นใช้งานทีละขั้น	26

ภาค 2 – คู่มือเชิงลึกแต่ละเมนู

เมนู 1 · Global Instructions	29
เมนู 2 · Projects	34
เมนู 3 · Scheduled Tasks	38
เมนู 4 · Plugins	42
เมนู 5 · Dispatch	46
เมนู 6 · Computer Use	51
เมนู 7 · การอนุมัติและตรวจงาน	56

ภาคเทคนิค – การสร้างและเรียกใช้ทักษะ (Skills)

เทคนิค 1 · ทักษะคืออะไร ทำงานอย่างไร	61
เทคนิค 2 · โครงสร้างทักษะ และ SKILL.md	63
เทคนิค 3 · เขียน description ให้ถูกเรียกใช้	66
เทคนิค 4 · ขั้นตอนการสร้างทักษะ	68
เทคนิค 5 · การเรียกใช้ทักษะ	70
เทคนิค 6 · ทดสอบ ปรับปรุง และแชร์	72

ภาคพิเศษ – ตัวอย่างการทำงานครบวงจร

ตัวอย่าง 1 · สรุปเอกสาร PDF เป็นรายงาน	75
ตัวอย่าง 2 · ตั้งงานสรุปงานวิจัยทุกเช้า	77
ตัวอย่าง 3 · สั่งงานจากมือถือระหว่างเดินทาง	80
ตัวอย่าง 4 · จัดระเบียบไฟล์อย่างปลอดภัย	82
ตัวอย่าง 5 · เปลี่ยนบทความเป็นสไลด์	84
ตัวอย่าง 6 · วิเคราะห์ข้อมูลจาก Excel	87

ภาค 3 – การประยุกต์ใช้สำหรับนักวิจัย

การทำ Systematic Review	90
จัดการรายการอ้างอิง (APA/Vancouver)	92
สร้าง IOC Validation Form	94

ติดตามทุนวิจัยและงานวิชาการ	95
ร่างบทความและบทคัดย่อ	96
จัดการไฟล์และข้อมูลงานวิจัย	98
เตรียมสไลด์และโปสเตอร์นำเสนอ	100
จัดการอีเมลและตารางนัดหมาย	102
ตรวจแก้ภาษาและพิสูจน์อักษร	104
สร้างแบบสอบถามและแบบประเมิน	106
ภาค 4 — คลังคำสั่ง (Prompt Library)	
หลักการเขียน Prompt ที่ดี	109
คลังคำสั่งพร้อมใช้แยกตามหมวด	111
ภาค 5 — แก้ปัญหาและคำถามที่พบบ่อย	
แก้ปัญหาที่พบบ่อย (Troubleshooting)	116
คำถามที่พบบ่อย (FAQ)	118
ภาค 6 — ความปลอดภัยและการใช้อย่างรับผิดชอบ	
ความปลอดภัยและความเป็นส่วนตัว	121
ภาคผนวก	
อภิธานศัพท์ (Glossary)	124
เช็กलिสรวมสำหรับมือใหม่	126

แหล่งเรียนรู้เพิ่มเติม

127

เริ่มอ่าน

วิธีใช้หนังสือเล่มนี้

เพื่อให้ได้ประโยชน์สูงสุด แนะนำวิธีอ่านตามสถานการณ์ของคุณ ดังนี้

ถ้าเพิ่งเริ่มต้น

อ่านเรียงจากภาค 1 ให้จบ
ก่อน เพื่อเข้าใจภาพรวม
และติดตั้งให้พร้อมใช้

ถ้าอยากใช้เมนูใดเมนูหนึ่ง

เปิดสารบัญไปที่ภาค 2 เลือกเมนูที่
ต้องการไป

ภาค 1

รู้จัก Claude Cowork

ปูพื้นฐานให้แน่น ตั้งแต่ Cowork คืออะไร ทำอะไรได้ ต่างจากเซต
อย่างไร ติดตั้งอย่างไร หน้าตาเป็นแบบไหน และภาพรวมการทำงาน
ทั้งหมด

บทที่ 1

Claude Cowork คืออะไร

● เข้าใจง่าย ๆ

ลองนึกถึงความต่างระหว่าง "ที่ปรึกษา" กับ "เพื่อนร่วมงาน" — ที่ปรึกษานั่งตอบคำถามให้เราทีละข้อ ส่วนเพื่อนร่วมงานคือคนที่เรามอบงานให้แล้วเขาลงมือทำงานเสร็จ Claude Cowork คือแบบหลัง ดังนั้นเวลาใช้ Cowork ให้คิดว่าเรากำลัง "มอบหมายงาน" ไม่ใช่แค่ "ถามคำถาม" เราบอกเป้าหมาย แล้วเขาจะวางแผนและทำให้ทีละขั้น โดยเราคอยดูและอนุมัติ

Claude Cowork คือโหมดผู้ช่วยทำงานอัจฉริยะที่อยู่ในแอป Claude Desktop เปิดตัวเมื่อเดือนมกราคม 2026 และพัฒนาต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน (ปี 2027) ออกแบบมาสำหรับงานความรู้ (Knowledge Work) ที่ซับซ้อนกว่าการสนทนาแบบ Chat ทั่วไป

จุดเด่นที่สุดของ Cowork คือ Claude สามารถ "ลงมือทำงานหลายขั้นตอนให้เสร็จได้จริง" ไม่ใช่แค่ตอบคำถาม แต่เปิดไฟล์ ค้นข้อมูล สร้างเอกสาร และทำงานต่อเนื่องบนเครื่องของคุณ โดยมีคุณคอยกำกับและอนุมัติในจุดสำคัญ

ลองนึกภาพแบบนี้

ถ้า Claude แบบแชตคือ "ที่ปรึกษา" ที่นั่งตอบคำถามให้เราทีละคำถาม Claude Cowork ก็เปรียบเหมือน "เพื่อนร่วมงาน" ที่เรามอบหมายงานให้แล้วเขาลงมือทำเองตั้งแต่ต้นจนจบ คอยรายงานความคืบหน้า และหยุดถามเราเมื่อถึงทางแยกสำคัญ

Cowork ทำอะไรได้บ้าง

- ✿ ทำงานหลายขั้นตอนต่อเนื่องจนจบ โดยมีคุณคอยกำกับทิศทาง
- ✿ เข้าถึงไฟล์ในเครื่อง เชื่อมต่อเครื่องมือภายนอก และใช้ปลั๊กอินได้
- ✿ ตั้งเวลาให้ทำงานอัตโนมัติตามรอบที่กำหนด (Scheduled Tasks)
- ✿ ควบคุมหน้าจอเครื่องเพื่อทำงานแทนคุณได้ (Computer Use)
- ✿ จัดจำบริบทของงานในแต่ละโปรเจกต์ (Memory / Projects)
- ✿ รับคำสั่งจากมือถือเพื่อทำงานบนเดสก์ท็อป (Dispatch)

● สิ่งที่ทำให้ Cowork พิเศษ

ความสามารถในการ "ทำงานต่อเนื่อง" และ "เข้าถึงเครื่องมือจริง" ทำให้ Cowork เหมาะกับงานที่มีหลายขั้นตอน เช่น อ่านเอกสารหลายไฟล์แล้วสรุป จัดรูปแบบรายงาน หรือทำงานประจำซ้ำ ๆ ให้อัตโนมัติ

ตัวอย่างงานที่ Cowork ช่วยได้

กลุ่มงาน	ตัวอย่าง
งานเอกสาร	ร่างรายงาน จัดรูปแบบ สร้างไฟล์ Word/PDF/สไลด์
งานค้นคว้า	ค้นข้อมูล อ่าน PDF หลายฉบับ แล้วสรุปประเด็น
งานประจำ	สรุปข่าว/อีเมลทุกเช้า ดึงข้อมูลรายสัปดาห์
งานวิชาการ	จัดอ้างอิง APA/Vancouver ทำตารางสังเคราะห์งานวิจัย

● สรุปบทที่ 1

Cowork = ผู้ช่วยที่ "ลงมือทำ" ไม่ใช่แค่ "ตอบ" เหมาะกับงานยาวหลายขั้นตอน โดยคุณยังเป็นผู้ควบคุมและตัดสินใจขั้นสุดท้ายเสมอ

บทที่ 2

Cowork ต่างจาก Chat อย่างไร

● เลือกง่าย ๆ ด้วยคำถามเดียว

ถามตัวเองว่า "งานนี้จบได้ในคำตอบเดียวไหม?" ถ้าใช่ (เช่น ถาม นิยาม แปลประโยค) ให้ใช้ Chat — เร็วและพอแล้ว
 แต่ถ้าต้อง "ทำหลายขั้น" หรือ "ยุ่งกับไฟล์" หรือ "ทำซ้ำเป็นประจำ" (เช่น อ่าน PDF หลายไฟล์แล้วสรุป) ให้ใช้ Cowork เพราะมันลงมือทำ ต่อเนื่องได้

หลายคนสับสนว่าควรใช้ไหนดีไหน บทนี้จะช่วยให้คุณเลือกได้ถูกตั้งแต่ต้น

Chat	Cowork
เน้นถาม-ตอบโต้ตอบทันที เหมาะกับงานสั้น ๆ	เน้นลงมือทำงานยาวหลายขั้นตอน
ทำงานในหน้าต่างสนทนาเดียว ไม่จดจำข้ามบทสนทนา	เข้าถึงไฟล์ เครื่องมือ และควบคุมเครื่องได้
ไม่ลงมือทำงานบนเครื่องให้	มี Projects และ Memory จดจำบริบทต่อเนื่อง
	ตั้งเวลาทำงานอัตโนมัติได้