

VIBEFIRE · AUTOPILOT

내 SNS, 알아서 돌아가게

Claude Code 자동발행 완전판

손으로 올리던 SNS, 매일 알아서 게시되게

Team Grit

바이브파이어

내 SNS, 알아서 돌아가게 — Claude Code 자동발행 완전판

지은이 팀그릿 · 바이브파이어

펴낸 곳 팀그릿(Team Grit)

홈페이지 vibefire.teamgrit.co · 카페 cafe.naver.com/vibefire

문의 카카오톡 채널 '팀그릿' pf.kakao.com/_ndxIxIX · 이메일 contact@teamgrit.co

초판 2026년

© 2026 Team Grit. All rights reserved.

이 전자책은 구매하신 분 본인의 개인적인 사용을 위해서만 제공됩니다. 저작권자의 사전 서면 동의 없이 이 책의 전부 또는 일부를 복제·전송·전재하거나 재판매할 수 없으며, 단체 대화방·카페·블로그 게시, 클라우드나 파일 공유 사이트 업로드를 포함한 어떤 형태의 공유·재배포도 금지됩니다. 위반 시 저작권법에 따라 민사상 손해배상 및 형사상 책임(저작권법 제136조)을 물을 수 있습니다.

본문에 수록된 명령 문구와 스크립트는 구매하신 분 본인의 SNS 채널 운영 목적에 한해 자유롭게 사용하고 고쳐 쓰실 수 있습니다. 다만 스크립트 자체를 유상·무상으로 재배포하는 것은 금지됩니다.

이 책에 실린 외부 서비스의 화면, 요금, 정책은 2026년 7월 기준이며 이후 변경될 수 있습니다. 변경으로 화면이 다르게 보일 때의 대처 방법은 본문 각 장에 함께 적어 두었습니다.

차례

프롤로그 — 매일 밤 10시, 손으로 올리고 있다면.....	4
1장 · 레시피 0 — 10분 만에 내 PC에 AI 일꾼 들이기.....	7
2장 · 레시피 1 — 채널이 없다면, 오늘 만든다.....	13
3장 · 레시피 2 ★ — Threads, 내 톤으로 매일 자동 발행.....	17
4장 · 레시피 3 — 글 하나가 카드 7장이 되게 (인스타 캐러셀).....	27
5장 · 레시피 4 — 아침마다 소재가 배달되게 (아이디어 수집기).....	31
부록 — 명령 50선 · 비용 · 구조대.....	36
에필로그 — 자동화 다음의 것.....	42

프롤로그 — 매일 밤 10시, 손으로 올리고 있다면

밤 10시입니다. 오늘도 해야 할 일이 하나 남았습니다.

인스타그램을 열고, 아까 찍어둔 사진을 고르고, 문구를 쓰다가 지우고, 해시태그를 붙였다 뗐다 하다가, 올립니다. 15분. 어떤 날은 40분. 그리고 내일 밤에도, 모레 밤에도 같은 일이 기다립니다.

채널을 키우고 싶은 마음은 진심인데, 꾸준함이 매번 발목을 잡습니다. 3일은 올리고, 하루 빼먹고, 죄책감에 이를 몰아 올리고, 그러다 2주를 통째로 쉬어 버립니다. 문제는 의지가 아닙니다. **사람이 매일 밤 수동으로 하기에는 애초에 구조가 잘못된 일**이라는 게 문제입니다.

이 책은 그 구조를 바꿉니다.

이 책이 약속하는 것

이 책을 끝내면, 여러분의 PC에는 이런 시스템이 돌아갑니다.

- 매일 정해진 시간에, **여러분의 말투로 쓰인 글이 Threads에 자동으로 올라갑니다.** 여러분이 자고 있어도요.
- 글 하나를 던져 주면, **인스타그램 카드(캐러셀) 여러 장의 텍스트와 이미지가 자동으로 만들어집니다.**
- 아침에 일어나면, **오늘 올릴 만한 소재와 트렌드가 요약된 쪽지 한 통이 도착해 있습니다.**

코드는 한 줄도 배우지 않습니다. 여러분이 하는 일은 Claude Code라는 AI 도구에게 **한국어로 시키는 것**뿐입니다. 이 책은 무엇을, 어떤 순서로, 어떤 문장으로 시켜야 하는지를 알려 드립니다.

이 책이 약속하지 않는 것

정직하게 먼저 말씀드립니다.

- **팔로워가 늘어난다고 약속하지 않습니다.** 자동화는 꾸준함을 만들어 주지만, 콘텐츠의 매력은 여전히 여러분의 몫입니다.
- **수익을 약속하지 않습니다.** “이 책으로 월 얼마 벌었다” 같은 이야기는 이 책에 없습니다.
- **쉽기만 하다고 약속하지 않습니다.** 특히 3장에서 만나는 ‘토론 발급’은 이 여정에서 가장 험한 고개입니다. 대신 그 고개를 넘는 확실한 방법(막힘 구조대)을 함께 드립니다.

이 책이 파는 것은 성공이 아니라 **상태**입니다. “매일 밤 손으로 하던 일이, 알아서 돌아가는 상태.” 그 상태의 가치는 써 본 사람만 압니다.

왜 이 책을 믿어도 되는가

이 책의 모든 레시피는 이론이 아닙니다. **저희 팀이 지금 이 순간에도 실제로 돌리고 있는 시스템**에서 나왔습니다.

저희는 여러 SNS 채널을 이 책과 같은 방식으로 운영합니다. 매일 정해진 시각에 Threads에 자동 발행되는 채널, 카드 이미지를 자동 생성해 인스타그램에 올리는 채널, 매일 아침 팀 채팅방으로 배달되는 요약 브리핑. 전부 Claude Code에게 시켜서 만들었고, 전부 지금 가동 중입니다.

그래서 이 책에는 남의 성공담 대신, 저희가 직접 겪은 **막힘의 기록**이 들어 있습니다. 토큰이 만료돼서 새벽 발행이 조용히 죽어 있던 날, 예약 실행이 노트북 잠자기 때문에 안 돌던 날, 그걸 어떻게 찾아내고 고쳤는지. 여러분은 같은 곳에서 저희보다 훨씬 빨리 빠져나오게 됩니다.

준비물

- **노트북 또는 데스크톱 (Mac 또는 Windows).** 항상 커 둘 수 있으면 좋지만, 필수는 아닙니다. 책에서 대안을 다룹니다.
- **Claude 구독 또는 API 키.** Claude Code를 쓰려면 Anthropic 계정이 필요합니다. 구독(Pro 기준 월 20달러 안팎) 또는 사용량만큼 내는 API 방식 중 하나면 됩니다. 비용 상세는 부록에 정리했습니다.
- **SNS 계정.** 없어도 됩니다. 2장에서 같이 만듭니다.

나는 어디서부터 읽어야 하나

여러분이 어떤 상태이든 진입로가 있습니다.

유형	지금 상태	시작 지점
A. 직장인 콘텐츠 담당	회사·사이드 채널 운영 중, AI 써 봄	1장 빠르게 훑고 → 3장 직행
B. 1인 자영업자	가게 SNS를 본인이 운영 중	1장 빠르게 훑고 → 3장 직행
C. 프리랜서·크리에이터	본인 브랜드 채널이 곧 영업	1장 빠르게 훑고 → 3장 직행
D. 사이드 프로젝트형	부업 채널 1개 운영 중	1장 빠르게 훑고 → 3장 직행
E. 완전 처음	채널 없음, AI도 처음	1장부터 순서대로. 서두르지 않아도 됩니다

한 가지만 부탁드립니다. 3장(Threads 자동 발행)은 **한 번에 끝내려 하지 마세요.** 저희가 잘라 둔 단계마다 “여기까지 되면 오늘은 성공” 표시가 있습니다. 그 표시만 밟고 가면 됩니다.

그럼 시작하겠습니다. 첫 번째로 할 일은, 여러분 PC에 일꾼을 들이는 것입니다.

1장 · 레시피 0 — 10분 만에 내 PC에 AI 일꾼 들이기

완성되면: 여러분 PC에 Claude Code가 설치되어 있고, 한국어로 시킨 첫 명령이 실제로 실행된 상태.

이미 Claude Code를 쓰고 계신 분은 이 장 끝의 '안전 수칙 3가지'만 확인하고 3장으로 넘어가셔도 됩니다.

Claude Code가 뭔가요

Claude Code는 Anthropic(클로드를 만든 회사)의 공식 도구입니다. 채팅창에서 대답만 해 주는 AI와 결정적으로 다른 점이 하나 있습니다. **여러분 PC 안에서 직접 일을 합니다.** 파일을 만들고, 프로그램을 작성해서 실행하고, 결과를 확인하고, 틀리면 스스로 고칩니다.

비유하자면 이렇습니다. 챗GPT 같은 채팅 AI가 “요리법을 알려 주는 사람”이라면, Claude Code는 “**주방에 들어와서 직접 요리해 주는 사람**”입니다. 여러분은 메뉴만 주문하면 됩니다. 한국어로요.

“터미널”이라는 검은 화면을 쓰긴 합니다. 무서워 보이지만, 여러분이 거기서 할 일은 한국어 문장을 치는 것뿐입니다. 명령어 암기는 없습니다. (이 책에서 '터미널'이라고 하면 Windows에서는 'PowerShell'을 뜻합니다. 같은 역할의 창입니다.)

이 책에서 가장 많이 하게 될 동작은 **복사해서 붙여넣기**입니다. 확실히 해 두고 갑니다. 복사는 글자를 마우스로 긁어서 `command+C` (Windows는 `Ctrl+C`), 붙여넣기는 `command+V` (Windows는 `Ctrl+V`). 터미널 안에서 붙여넣기가 안 되면 마우스 오른쪽 버튼을 눌러 보세요. 이것만 되면 이 책의 모든 조작이 됩니다.

준비물

- Mac 또는 Windows PC
- Anthropic 계정 (claude.ai 가입 계정 그대로. 없다면 claude.ai에서 이메일로 가입하면 됩니다)
- Claude 유료 구독(Pro, 월 20달러 안팎) 또는 API 키(쓴 만큼 과금). 처음이라면 구독을 권합니다. 요금이 예측 가능하고, 이 책의 사용량이면 충분합니다. 구독은 claude.ai에 로그인한 뒤 요금제(Upgrade) 메뉴에서 가입할 수 있습니다.