

바이브 메이커 · 무료 자료

챗GPT 앱 설정 3가지 가이드

클로드 코드에서 가져오기, 브라우저 CDP, 전체 액세스. 켜는 순서 옆에 앱 경고 원문과 끄는 법을 같이 적었습니다.

켜는 순서 · 앱 경고 원문 · 끄는 법 · 권한 비교표

목차

한눈에	세 설정이 하는 일	03
1 · 가져오기	클로드 코드에서 가져오는 순서	04
1 · 가져오기	무엇이 어디로 옮겨 오나	05
1 · 가져오기	가져온 뒤 꼭 볼 것	06
2 · 브라우저	CDP 액세스 전체 활성화	07
2 · 브라우저	CDP 로 되는 일, 안 켜도 되는 일	08
3 · 전체 액세스	켜지는 건 두 번째 단계에서	09
3 · 전체 액세스	언제만 켜고, 어떻게 끄나	10
되돌리기 · 막히면	끄는 자리와 자주 막히는 곳	11

한눈에

세 설정이 하는 일

릴과 같은 순서입니다. 1번은 쓰던 것을 옮겨 오는 설정, 2번과 3번은 GPT가 할 수 있는 일을 넓히는 설정입니다. 넓히는 두 개에는 앱이 직접 경고를 붙여 두었습니다.

	설정 자리	하는 일	앱에 적힌 말	그만둘 때
1	**설정 → 가져오기**	클로드 코드에서 쓰던 규칙 · 스킬 · 도구 · 최근 30일 대화를 옮겨 온다	「기존 앱 설정은 영향을 받지 않습니다」	「가져오기 동기화 유지」를 끈다
2	**설정 → 브라우저 → 개발자 모드** 「CDP 액세스 전체 활성화」	성능 추적 · 콘솔 · 네트워크까지 살펴 느리거나 깨진 원인을 찾는다	위험 격상	같은 스위치를 끈다
3	**설정 → 일반 → 권한** 그다음 **작성 창 아래 권한 메뉴** (Work 에서)	파일 수정 · 명령 실행 때 허락을 묻지 않고 끝까지 한다	「데이터 손실, 유출 또는 예기치 않은 동작 위험이 크게 높아집니다」	권한 메뉴를 「승인 요청」으로 되돌린다

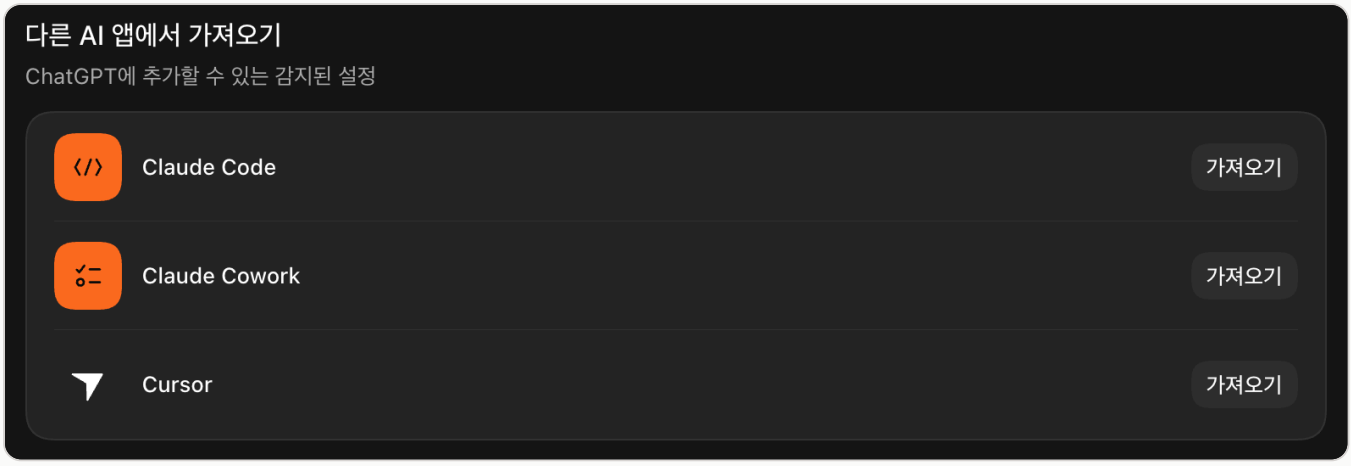
누가 무엇을 켜면 되나

나는	1 가져오기	2 CDP	3 전체 액세스
클로드 코드를 쓰다가 GPT도 써 보려는 사람	**먼저**	나중에	나중에
웹사이트 · 웹앱을 고치는 사람	쓰던 게 있으면	**고칠 때만**	나중에
긴 작업을 지켜볼 수 있는 사람	쓰던 게 있으면	필요할 때만	**그 작업 동안만**
챗GPT 앱이 처음인 사람	**건너뛰어도 됨**	**꺼 두기**	**꺼 두기 (「승인 요청」 그대로)**

> 이 자료의 메뉴 이름과 화면은 맥용 챗GPT 앱 26.915.31945 를 2026-11-24 에 열어 본 것이고, 설명은 공식 문서 (learn.chatgpt.com)를 같은 날 확인해 옮겼습니다. 설정을 하나씩 켜서 돌려 본 결과가 아니라 화면에 적힌 글과 문서 기준입니다. 경고 창처럼 눌러야 나오는 글은 앱에 들어 있는 한국어 문구에서 옮겼습니다. 앱 판 · 요금제 · 회사 설정에 따라 메뉴가 안 보이거나 이름이 다를 수 있습니다. OpenAI 와 제휴 관계가 없습니다.

1 · 가져오기

클로드 코드에서 가져오는 순서



앱 26.915 실제 화면 · 2026-11-24 · 설정 › 가져오기. 이 목록 위에 「자동 동기화」 칸이 따로 있습니다(6쪽).

1 **설정에서 「가져오기」를 엽니다**

메뉴가 아직 없으면 「일반」에서 「다른 AI 앱 설정 가져오기」 줄을 찾습니다. 판에 따라 「다른 에이전트 설정 가져오기」로 보일 수도 있습니다.

2 **Claude Code 줄의 「가져오기」를 누릅니다**

가져올 수 있는 앱은 Claude Code · Claude Cowork · Cursor 셋입니다. 이 컴퓨터에서 찾은 앱만 보입니다.

3 **「가져올 항목을 선택하세요」에서 고릅니다**

아래 표의 세 묶음입니다. 처음이면 「도구 및 설정」만 골라도 됩니다.

4 **끝나면 왼쪽 아래 상태 카드를 봅니다**

로그인이나 검토가 남은 항목이 있으면 이 카드가 알려 줍니다.

화면에 보이는 묶음	들어 있는 것 (앱 문구)
도구 및 설정	설정, 지침, 플러그인, 스킬
프로젝트	기존 프로젝트 폴더 사용. 폴더를 복사하지 않고 같은 폴더를 씁니다
채팅 세션	최근 채팅. 공식 문서 기준 최근 30일 대화

> 가져와도 원래 쓰던 클로드 코드 설정은 바뀌거나 지워지지 않습니다. 앱에도 「기존 앱 설정은 영향을 받지 않습니다」라고 적혀 있습니다.

1 · 가져오기

무엇이 어디로 옮겨 오나

공식 문서의 「가져올 수 있는 것」 표를 우리말로 옮겼습니다. 이름이 그대로인 것도 있고, 모양이 바뀌는 것도 있습니다.

클로드 쪽	GPT 쪽	달라지는 점
`CLAUDE.md`	**`AGENTS.md`**	지침 파일 이름이 바뀝니다. 「CLAUDE.md를 AGENTS.md로 가져옵니다」
`settings.json`	**`config.toml`**	설정 파일 형식이 바뀝니다. 「settings.json을 config.toml로 가져옵니다」
스킬	스킬	이름 그대로. 다만 스킬 안의 도구 제한 · 권한은 다시 봅니다
플러그인	플러그인	연결 · 설치를 다시 마쳐야 하는 것이 있습니다
MCP 서버	MCP 설정	로그인을 다시 해야 할 수 있습니다
훅	훅	동작이 다를 수 있어 앱이 실행 전에 검토부터 하라고 알려 줍니다
슬래시 명령어	**스킬**	**명령어는 스킬로 바뀝니다**
서브에이전트	서브에이전트	도구 제한 · 권한을 다시 봅니다
프로젝트 메모리	메모리	클로드 코드의 프로젝트 메모리만 해당합니다
프로젝트 폴더	같은 폴더를 쓰는 프로젝트	폴더는 그대로 두고 연결만 합니다
최근 30일 대화	**챗GPT 채팅**	**데스크톱 앱 기준**

터미널에서 쓴다면

코덱스 CLI 에서도 같은 일을 할 수 있습니다. 하던 작업이 없을 때 아래를 치고 Claude Code 를 고릅니다.

복사해서 그대로 쓰세요

```
/import
```

데스크톱 앱

Claude Code · Claude Cowork · Cursor 에서 가져오기. 최근 30일 대화

코덱스 CLI

Claude Code · Cursor 에서 가져오기. 최근 30일 안의 대화 최대 50개

> 「전부 똑같이」 옮겨 오는 것은 아닙니다. 거의 다 옮겨 오되, 로그인 · 훅 · 권한은 다음 쪽에서 한 번 더 봅니다.

1 · 가져오기

가져온 뒤 꼭 볼 것

공식 문서가 「믿고 쓰기 전에 검토하라」고 적은 다섯 가지입니다.

볼 것	왜	앱에서 보이는 말
스킬 · 에이전트의 도구 제한, 권한	클로드에서 막아 둔 것이 그대로 막히는지 확인	「가져온 항목 보기」
MCP 서버의 로그인 · 헤더 · 환경 변수	다시 로그인해야 할 수 있음	「이 MCP 서버를 사용하려면 인증부터 해야 합니다」
훅	가져온 뒤 동작이 다를 수 있음	「가져온 훅을 실행을 허용하기에 앞서, 검토를 먼저 거치세요」
플러그인 · 마켓	손으로 마저 해야 하는 설정이 있음	「확인 필요」 · 「설치」
인자 · 셸 치환 · 파일 경로를 쓰는 명령어	스킬로 바뀌면서 빈칸 처리가 달라질 수 있음	「Codex 스킬로 변환됨」

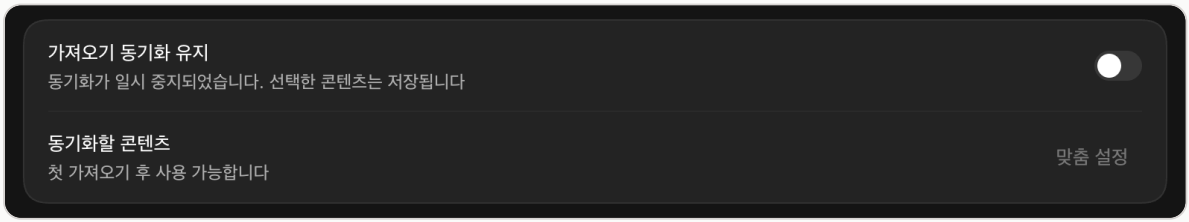
GPT에게 먼저 훑게 하기

복사해서 그대로 쓰세요

이 프로젝트의 AGENTS.md 와 가져온 스킬 목록을 읽어 줘.
파일은 고치지 말고, 아래 셋만 표로 정리해 줘.
1) 클로드 전용 도구 이름이 남아 있는 줄
2) 다시 로그인해야 할 것 같은 연결
3) 실행 전에 내가 확인해야 하는 훅과 명령

예시 문장입니다. 답은 참고로만 보고, 로그인과 훅은 위 표의 자리에서 직접 확인하세요.

계속 맞춰 둘지 정하기



앱 26.915 실제 화면 · 2026-11-24 · 설정 › 가져오기 › 자동 동기화 (꺼진 예). 「동기화할 콘텐츠」는 첫 가져오기 뒤에 열립니다.

공식 문서는 자동 업데이트를 켜면 가져온 것을 원래 쓰던 앱과 맞춰 둔다고 적습니다.

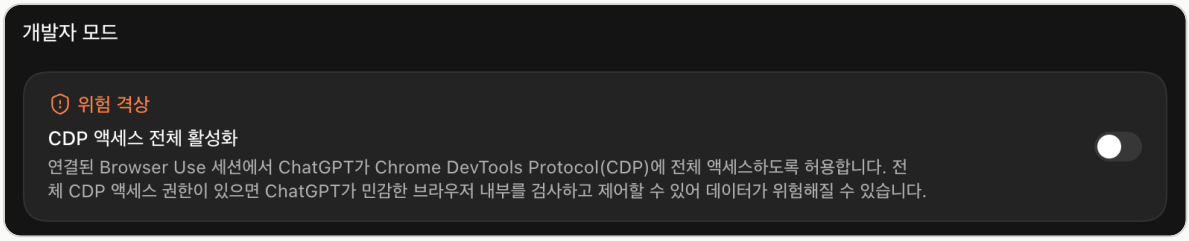
끄는 법

설정 → 가져오기에서 「가져오기 동기화 유지」를 끕니다. 앱 문구에 따르면 설정을 바꿔도 「이미 가져온 콘텐츠는 그대로 유지됩니다」. 한 번 가져온 것을 통째로 되돌리는 방법은 공식 가져오기 문서에 따로 적혀 있지 않습니다(2026-11-24 확인). 필요 없는 스킬 · 연결은 스킬 · 플러그인 · MCP 서버 설정에서 하나씩 정리합니다.

2 · 브라우저

CDP 액세스 전체 활성화

CDP 는 크롬 개발자 도구 프로토콜(Chrome DevTools Protocol)의 줄임말입니다. 개발자가 크롬 안쪽을 들여다볼 때 쓰는 통로를 GPT에게도 열어 주는 설정입니다.



앱 26.915 실제 화면 · 2026-11-24 · 설정 › 브라우저 › 개발자 모드 (꺼진 예). 화면 맨 아래에 있습니다.

1 **설정에서 「브라우저」를 엽니다**

맨 아래로 내리면 「개발자 모드」 묶음이 있습니다.

2 **「CDP 액세스 전체 활성화」를 켭니다**

이름 위에 「위험 격상」 표시가 붙어 있습니다. 「조직에서 이 설정을 사용 중지했습니다.」가 보이면 회사 관리자가 막은 것이라 내 쪽에서 켤 수 없습니다.

3 **어느 브라우저에서 볼지 부릅니다**

앱 안의 내장 브라우저는 `@Browser`, 내 크롬은 `@Chrome` 입니다. 크롬은 설정 「컴퓨터 사용」에서 확장 프로그램을 먼저 깔아야 합니다.

4 **사이트마다 묻는 승인을 읽고 누릅니다**

공식 문서는 전체 CDP 로 사이트를 살피기 전에 승인을 따로 묻는다고 적습니다. 사이트 · 하려는 일 · 요청한 접근을 보고 정합니다.

앱 경고 원문

「전체 CDP 액세스 권한이 있으면 ChatGPT가 민감한 브라우저 내부를 검사하고 제어할 수 있어 데이터가 위험해질 수 있습니다.」

끄는 법

같은 자리에서 「CDP 액세스 전체 활성화」를 다시 끕니다. 사이트마다 다르게 두려면 설정 「브라우저」의 사이트 권한 표에서 「디버깅 / CDP」 칸을 「승인 필요」나 「차단」으로 바꿉니다.

> 은행 · 관리자 화면이 열려 있을 때는 켜지 않는 쪽이 안전합니다. 고치는 동안만 켜고 끕니다.

2 · 브라우저

CDP 로 되는 일, 안 켜도 되는 일

이 스위치를 켜야 GPT가 크롬을 쓸 수 있는 것은 아닙니다. 페이지를 열고 누르고 입력하는 일은 켜지 않아도 됩니다.

안 켜도 되는 일

· 페이지 열기 · 누르기 · 입력하기
· 화면 상태 확인 · 스크린샷
· 결과를 다시 열어 확인하기
· 열린 탭을 대화에 불러오기

켜야 되는 일

· 자바스크립트 성능 분석
· 콘솔에 찍힌 오류 보기
· 네트워크 요청 살피기
· 화면 구조(DOM)와 적용된 스타일 살피기

공식 문서 예시 1 · CDP 를 켜고 쓰는 요청 (우리말로 옮김)

복사해서 그대로 쓰세요

이 앱이 느려. @Browser 로 성능 추적을 뜨고 네트워크 요청을 살펴본 다음, 어디서 막히는지 찾아 줘.

원문 · This app is slow. Use @Browser to capture a performance trace and inspect network traffic, then identify the bottleneck.

공식 문서 예시 2 · CDP 없이도 되는 요청 (우리말로 옮김)

복사해서 그대로 쓰세요

브라우저로 http://localhost:3000/settings 를 열어서 화면이 깨지는 버그를 재현하고, 넘치는 부분만 고쳐 줘.

원문 · Use the browser to open http://localhost:3000/settings, reproduce the layout bug, and fix only the overflowing controls.

어느 브라우저를 부를까

	@Browser (내장)	@Chrome (내 크롬)
준비	앱에 들어 있음	설정 「컴퓨터 사용」에서 확장 프로그램 설치
로그인 상태	내 크롬과 따로인 프로필	이미 로그인한 사이트를 그대로 씀
어울리는 일	내가 만든 사이트 · 로컬 화면 점검	로그인이 꼭 필요한 화면

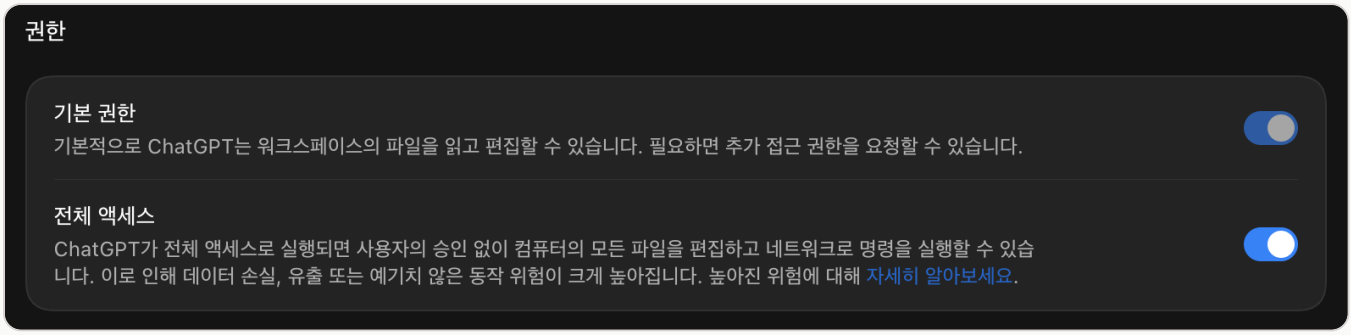
> 페이지 안에 적힌 문장은 내 지시가 아닙니다. 공식 문서도 페이지 내용을 믿지 않는 자료로 다루라고 적습니다. 보내기 · 결제 · 삭제처럼 되돌리기 어려운 일은 GPT가 물을 때 내용을 읽고 누르세요.

3 · 전체 액세스

켜지는 건 두 번째 단계에서

설정에서 스위치를 켠 것만으로는 켜지지 않습니다. 설정은 메뉴에 항목을 하나 더 보여 줄 뿐이고, 실제로 켜지는 건 작성 창에서 고를 때입니다.

1단계. 설정 → 일반 → 권한

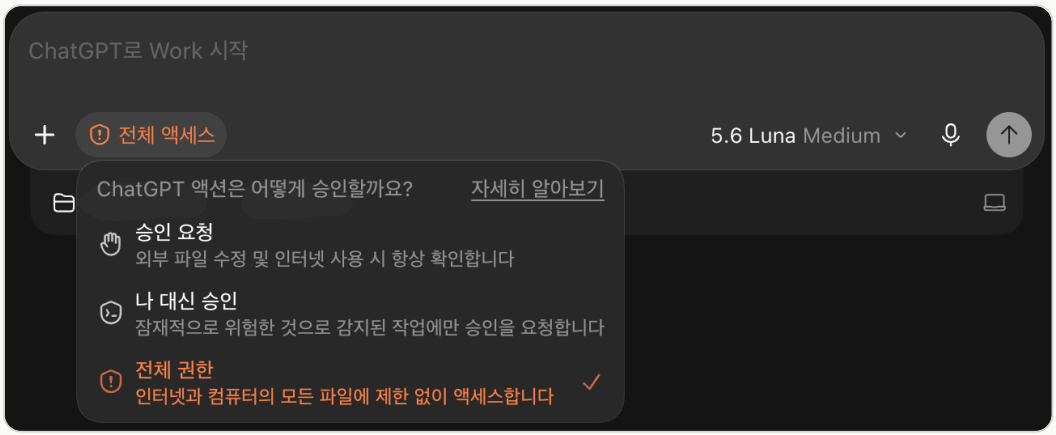


앱 26.915 실제 화면 · 2026-11-24 · 설정 › 일반 › 권한 (「전체 액세스」가 켜진 예).

확인 창 「전체 액세스를 사용할 수 있게 할까요?」에 이렇게 적혀 있습니다. **「이 기능을 켜면 권한 메뉴에 전체 액세스가 추가됩니다. 전체 액세스가 켜지지는 않습니다.」**

2단계. 작성 창 아래 권한 메뉴

이 메뉴는 **위쪽 Chat · Work 중 「Work」를 고른 뒤**에만 나옵니다. 작성 창 아래쪽 방패 표시를 누릅니다.



앱 26.915 실제 화면 · 2026-11-24 · Work 의 작성 창 (「전체 권한」을 고른 예). 메뉴 이름은 「전체 권한」, 고른 뒤 작성 창에 보이는 이름은 주황색 「전체 액세스」입니다. 같은 것입니다.

고르면 「전체 액세스를 켤까요?」 창이 뜨고 파일 및 폴더 · 터미널 명령어 · 인터넷 및 연결된 앱 세 가지를 알려 줍니다. 「확인」을 눌러야 켜지고, 켜지면 「전체 액세스가 켜져 있습니다」가 보입니다.

앱 경고 원문

「ChatGPT가 전체 액세스로 실행되면 사용자의 승인 없이 컴퓨터의 모든 파일을 편집하고 네트워크로 명령을 실행할 수 있습니다. 이로 인해 데이터 손실, 유출 또는 예기치 않은 동작 위험이 크게 높아집니다.」

3 · 전체 액세스

언제만 켜고, 어떻게 끄나

권한 메뉴	묻는 때	이럴 때
승인 요청	**작업 폴더 밖 파일을 고치거나 인터넷을 쓸 때마다**	**평소. 공식 문서가 「대부분의 일은 여기서 시작하라」고 권하는 값**
나 대신 승인	위험할 수 있다고 감지된 일에만	묻는 횟수를 줄이고 싶을 때. 작업 폴더 경계는 그대로입니다
전체 권한	묻지 않음	지켜볼 수 있는 긴 작업 한 번
사용자 지정(`config.toml`)	내가 정한 대로	설정 파일을 직접 다룰 때. 2026-11-24 화면의 메뉴에는 없었습니다

전체 액세스는 폴더를 가리지 않습니다

연습용 폴더에서 시작해도 컴퓨터의 다른 파일까지 닿습니다. 공식 문서는 전체 액세스를 파일 · 네트워크 경계를 없애는 값으로 설명합니다. 그래서 「연습 폴더니까 괜찮다」는 맞지 않습니다.

켜기 전에 다섯 가지

	확인
1	중요한 파일은 다른 곳에 복사해 두었다
2	작업이 끝날 때까지 화면을 볼 수 있다
3	할 일과 하지 말 일을 요청문에 적었다 (지우지 말 것 · 보내지 말 것)
4	회사 컴퓨터가 아니거나, 관리자에게 물어봤다
5	끝나면 「승인 요청」으로 되돌릴 것이다

복사해서 그대로 쓰세요

이 작업은 [폴더 이름] 안에서만 해 줘.
파일을 지우거나, 메일 · 메시지를 보내거나, 새 프로그램을 설치해야 하면 멈추고 나에게 먼저 물어봐.
끝나면 바꾼 파일 목록을 알려 줘.

예시 문장입니다. 요청문은 부탁일 뿐 막는 장치가 아닙니다. 확실히 막으려면 「승인 요청」을 쓰세요.

끄는 법

① 작성 창 아래 권한 메뉴에서 「승인 요청」을 고릅니다. ② 메뉴에서 아예 빼려면 설정 → 일반 → 권한에서 「전체 액세스」 스위치를 끕니다. ③ 공식 문서는 「지금 대화에 골라진 모드를 확인하라」고 적습니다. 새 대화를 열 때 권한 메뉴를 한 번 봅니다.

되돌리기 · 막히면

끄는 자리와 자주 막히는 곳

끄는 자리 한 장

설정	끄는 자리	남는 것
1 가져오기	설정 → 가져오기 → 「가져오기 동기화 유지」 끄기	이미 가져온 스킬 · 대화는 남습니다. 클로드 쪽은 처음부터 그대로입니다
2 CDP	설정 → 브라우저 → 개발자 모드 → 「CDP 액세스 전체 활성화」 끄기	사이트 권한 표의 「디버깅 / CDP」 예외를 만들었다면 같이 지웁니다
3 전체 액세스	작성 창 권한 메뉴 → 「승인 요청」 설정 → 일반 → 권한 → 「전체 액세스」 스위치 끄기	이미 바꾼 파일은 되돌아오지 않습니다

막히면

증상	볼 것
설정에 「가져오기」가 없다	「일반」에서 「다른 AI 앱 설정 가져오기」를 찾습니다. 그래도 없으면 앱을 새 판으로 올립니다
「가져올 수 있는 설정을 찾을 수 없음」	이 컴퓨터에 클로드 코드 설정이 있는지 봅니다. 「다시 확인」을 누릅니다
「이 MCP 서버를 사용하려면 인증부터 해야 합니다」	가져온 연결에 다시 로그인합니다
「조직에서 이 설정을 사용 중지했습니다.」	회사 관리자가 CDP 를 막은 것입니다. 내 쪽에서 켤 수 없습니다
`@Chrome` 이 안 보인다	설정 「컴퓨터 사용」에서 확장 설치와 스위치, 확장을 깐 크롬 프로필인지 봅니다
권한 메뉴나 「전체 권한」이 안 보인다	위쪽에서 「Work」를 골랐는지, 1단계 스위치가 켜졌는지, 조직 정책(requirements.toml)에 막혔는지 봅니다
전체 액세스를 켰는데 또 묻는다	다른 대화인지 봅니다. 공식 문서는 「지금 대화에 골라진 모드를 확인하라」고 적습니다

근거로 본 문서

가져오기	**learn.chatgpt.com/docs/import**
브라우저 · 개발자 모드	**learn.chatgpt.com/docs/browser**
크롬 확장 프로그램	**learn.chatgpt.com/docs/chrome-extension**
권한 모드	**learn.chatgpt.com/docs/permission-modes**

> 2026-11-24 기준입니다. 앱은 자주 바뀌니 메뉴 이름이 다르면 공식 문서를 먼저 보세요. 다른 무료 자료는 docs.vibemake.kr 에 있습니다.