河马的CC商业实战 · 会员专属资料 #2

200 个即用模板 · 拿来就贴

提示词工程实战手册

让 AI 听懂你的话

从「AI 听不懂人话」到「一句话出活」

四大基础语法 · 200 个即用模板 · 高级技巧 · 四个真实岗位实战

河马的CC商业实战 出品

2026年8月 · 会员专属版

会员专属资料 · 第 2 期

提示词工程实战手册

让 AI 听懂你的话 · 200 个即用模板

出品 河马的CC商业实战（知识星球）

版本 2026年8月 · 会员专属版

读者 所有想用 AI 提效的职场人、创作者、学生——不需要任何编程基础

> 本资料为「河马的CC商业实战」星球会员专属，每周/不定期更新。欢迎转发给需要的朋友——如果他们想持续收到这个系列，封底有入口。AI 模型迭代快，模板以思路为准，上手时按你用的模型微调即可。

河马卷首语

星友们，「会员专属资料」第 2 期来了。

第 1 期《代码即剪刀》讲的是让 AI 替你做视频，这一期往回退一步，讲一个更底层的东西：怎么跟 AI 说话。同样一个 AI，有人用出助理的感觉，有人用出人工智障的感觉——差别九成在提示词。这本手册把这件事拆成了两层：第二章的四个基础语法是「内功」，第三章的 200 个模板是「招式」，拿来就贴，改改括号里的内容就是你的。

用法还是老规矩，别从头读到尾：先翻第三章找到你明天就要用的场景，直接复制一个模板去试；用顺了，再回头看第一章和第四章，明白为什么这样写管用。第五章四个岗位的一整天，是给你看「连招」怎么打。

用好它。贴出第一个好结果，记得来星球里晒。

—— 河马，2026年8月

目 录

CHAPTER ONE

第一章 为什么你用不好 AI

1.1 90% 用户的三大痛点

1.2 好提示词 vs 差提示词的本质区别

1.3 建立正确的 AI 使用思维

CHAPTER TWO

第二章 提示词基础语法

2.1 角色设定法（最常用）

2.2 任务分解法

2.3 示例引导法

2.4 思维链法

CHAPTER THREE

第三章 200 个即用模板库

3.1 职场办公类（50 个模板）

3.2 内容创作类（50 个模板）

3.3 编程开发类（50 个模板）

3.4 学习提升类（30 个模板）

3.5 生活助手类（20 个模板）

CHAPTER FOUR

第四章 高级技巧与优化

4.1 多轮对话管理

4.2 输出格式精确控制

4.3 上下文信息注入

4.4 提示词质量自检与迭代

CHAPTER FIVE

第五章 真实案例实战

5.1 产品经理的一天

5.2 程序员的效率翻倍

5.3 内容创作者的批量生产

5.4 学生的 AI 学习法

CHAPTER ONE

第一章　为什么你用不好 AI

本章解决的核心问题：你发出的指令和 AI 给出的回答之间，到底差了什么？

1.1 90% 用户的三大痛点

1.2 好提示词 vs 差提示词的本质区别

1.3 建立正确的 AI 使用思维

1.1 90% 用户的三大痛点

很多人第一次接触 AI 时，都会有类似的体验：满怀期待地输入问题，得到的回答却要么太泛、太浅，要么完全跑偏。这不是 AI 不够聪明，而是你还没有学会如何跟它沟通。

痛点一：不知道问什么——模糊需求带来模糊结果

你问得越笼统，AI 回答得越敷衍。因为 AI 没有读心术，它只能根据你给出的文字来推测你的真实意图。

- 反面案例：「帮我写个工作总结」→ AI 输出一份泛泛而谈的模板，没有任何具体数据和业务背景，根本没法用。
- 正面案例：「我是某电商平台运营专员，Q2 负责用户增长模块，DAU 从 5 万提升到 8 万，帮我写一份 500 字的季度工作总结，重点突出增长策略和数据成果」→ AI 输出包含具体数据、结构清晰、可直接提交的上级汇报材料。

痛点二：问了不满意——回答方向跑偏

AI 有时候答非所问，是因为你的指令里包含多种可能的理解方向。

- 反面案例：「分析一下新能源汽车市场」→ AI 可能从政策角度、技术角度、竞争格局角度或消费者角度任意一个方向展开，大概率不是你最需要的那个角度。
- 正面案例：「从品牌竞争格局角度，分析 2026 年国内新能源汽车市场中，比亚迪、蔚来、小米汽车三家企业的差异化竞争策略，要求列出各自的核心优势和目标用户群」→ AI 聚焦在品牌竞争维度，输出精准。

痛点三：输出质量差——格式混乱、深度不够

AI 默认输出的格式和深度不一定符合你的使用场景。

- 反面案例：「介绍一下区块链」→ AI 给出一段冗长的文字描述，没有层次、没有重点。
- 正面案例：「用'概念一句话定义 + 核心特点 3 点 + 典型应用场景 2 个'的结构，向完全没有技术背景的小白介绍区块链技术，总字数控制在 300 字以内」→ AI 输出结构化、易读、可直接使用的介绍文案。

1.2 好提示词 vs 差提示词的本质区别

好提示词不是写得更长，而是写得更准。核心差异在于：是否给 AI 提供了足够的「背景信息 + 具体任务 + 输出格式」三个要素。

对比案例 1：职场场景——写周报

- 差提示词：「帮我写个周报」
- 好提示词：「你是一名资深产品经理。请根据以下信息帮我写一份周五提交给上级的周报：本周完成了用户调研（访谈 12 人，核心发现 3 条），推进了需求评审（2 个功能点通过），下周计划启动原型设计。要求用'本周成果/下周计划/需要支持'三段式，语气正式但简洁，300 字左右。」
- 差异点：差提示词没有角色、没有具体信息、没有格式要求；好提示词提供了身份定位、具体数据、结构模板、语气要求和字数限制。

对比案例 2：创作场景——写小红书文案

- 差提示词：「写个护肤品的推广文案」
- 好提示词：「你是一位擅长种草的美妆博主。请为一款主打'敏感肌修护'的面霜写一条小红书笔记，目标受众是 20-30 岁有泛红困扰的女生。要求：标题带 emoji、正文分 3 段（痛点 + 成分亮点 + 使用感受）、结尾带 3 个相关话题标签，整体语气真实亲切，像朋友分享。」
- 差异点：好提示词明确了平台属性、目标人群、内容结构、语气风格和格式细节。

对比案例 3：编程场景——写函数

- 差提示词：「写一个排序函数」
- 好提示词：「请用 Python 编写一个快速排序函数，要求：输入为整数列表，输出为升序排列的列表。代码需包含类型注解、函数文档字符串（说明参数和返回值）、两个测试用例。函数名为 quick_sort，时间复杂度最优。」
- 差异点：好提示词指定了编程语言、算法类型、接口规范、文档要求、命名规范和质量标准。

1.3 建立正确的 AI 使用思维

把 AI 当作"超级实习生"而非"魔法球"

一个优秀的实习生需要三个东西：清晰的工作任务、足够的背景材料、明确的交付标准。AI 也一样。你不会对一个实习生说"帮我做个东西"然后就期待完美结果，同样也不应该这样对待 AI。

好提示词 = 明确角色 + 具体任务 + 格式要求

这是贯穿全书的黄金公式。每当你要写提示词时，先问自己三个问题：我给 AI 设定身份了吗？任务描述足够具体吗？我告诉了它输出格式吗？

迭代思维：第一版不满意就修正，不是 AI 不行

提示词写作是一个迭代过程。第一版输出不理想，通常意味着提示词还需要补充约束条件、调整角度或增加示例。把每一次对话当作一次试错和优化，你的提示词质量会快速提升。

> **本章要点回顾**：用好 AI 的关键不是工具本身，而是你是否掌握了"清晰表达需求"的能力。好提示词的核心公式是：角色 + 任务 + 格式。

CHAPTER TWO

第二章　提示词基础语法

本章解决的核心问题：掌握了哪些基本技巧，就能让 AI 的回答质量提升一个台阶？

2.1 角色设定法（最常用）

2.2 任务分解法

2.3 示例引导法

2.4 思维链法

2.1 角色设定法（最常用）

提示词不是越复杂越好，而是越"对"越好。本章介绍四个最常用、最高效的基础语法技巧。它们就像编程语言的基本语法——组合运用，就能解决绝大多数问题。

原理：给 AI 设定一个专家角色，相当于激活了它对应领域的知识权重。角色越具体，回答越专业。

公式：`你是一个[角色]，[背景/专长]，请[任务]`

完整示例：

- 产品经理角色：「你是一名拥有 8 年经验的互联网产品经理，擅长用户增长和数据分析。请帮我分析以下用户流失数据，找出 3 个最关键的流失原因，并给出对应的留存策略建议。」
- 律师角色：「你是一名专精劳动法的执业律师。请用通俗语言解释'经济补偿金 N+1'的计算规则，并举一个月薪 1.5 万元、工作 3 年的员工被辞退时的补偿金计算示例。」
- 医生角色：「你是一名全科医生。我不舒服（症状：连续 3 天低烧 37.5°C、喉咙痛、轻微咳嗽），请帮我分析可能的原因，并建议是否需要就医、可以先用什么方式缓解。」
- 教师角色：「你是一名高中物理老师，擅长把抽象概念用生活案例讲清楚。请向一名高一学生解释'牛顿第三定律'，要求包含一个生活中的例子和一个简单的受力分析图（用文字描述）。」
- 程序员角色：「你是一名资深 Python 后端工程师，熟悉 Flask 和 Django。我正在设计一个用户认证系统，请对比 JWT 和 Session 两种方案的优缺点，并给出适合中小型项目的推荐方案。」

角色设定的技巧：

- 越具体越好：「10 年经验的儿科医生」比「医生」更精准
- 给角色加限制条件：「用 10 岁小孩能听懂的语言解释」比「通俗解释」更有效
- 角色和任务要匹配：写法律文书就设律师角色，写代码就设程序员角色

2.2 任务分解法

原理：复杂任务拆成多个步骤，每步输出可验证的结果，降低 AI 的认知负荷，也便于你中途检查和调整。

公式：`第一步…第二步…第三步…`

完整示例：

- 写商业计划书：「请帮我撰写一份社区咖啡店的商业计划书，按以下步骤输出：第一步，市场分析（目标客群、竞争对手、市场容量，300 字）；第二步，商业模式（产品定位、定价策略、盈利方式，300 字）；第三步，运营计划（选址、人员、供应链，300 字）；第四步，财务预测（启动资金、月收入预估、回本周期，用表格呈现）。每完成一步我会确认后再进行下一步。」
- 做竞品分析：「请帮我做一份某领域的产品竞品分析，按以下步骤：第一步，列出该领域的前 5 名产品及其核心功能（表格形式）；第二步，对比各产品的定价策略和商业模式；第三步，分析各产品的用户评价中的共同优点和共同槽点；第四步，总结我们产品的差异化机会点。」
- 代码重构：「请帮我重构一段 Python 代码，按以下步骤：第一步，分析现有代码的结构和问题（可读性、性能、可维护性角度）；第二步，给出重构后的代码，要求添加类型注解和文档字符串；第三步，说明主要改动点和重构理由。」

拆解原则：

- 每步输出可验证：每个步骤完成后，你都能独立判断这步是否正确
- 依赖关系清晰：后续步骤依赖前面步骤的输出，不要出现循环依赖
- 给每步设字数/格式限制：防止某一步输出过长，挤占其他步骤的空间

2.3 示例引导法

原理：给 AI 一个参照样本，它就能理解你想要的风格、格式或结构，输出与示例一致的内容。

公式：`请参考以下示例的风格/格式/结构：[示例] 现在请[任务]`

完整示例：

- 产品文案：「请参考以下产品文案的风格和结构：'这款降噪耳机，不是让你隔绝世界，而是帮你过滤杂音、留住感动。40dB 深度降噪，地铁上的轰鸣变成背景耳语；36 小时超长续航，一周通勤不用充电。' 现在请为一款主打'便携'的蓝牙音箱写一段同样风格的产品文案，突出'口袋大小、户外场景、12 小时续航'三个卖点。」
- 技术文档：「请参考以下 API 文档的格式：'GET /api/v1/users - 获取用户列表。参数：page（可选，默认 1，页码）、limit（可选，默认 20，每页数量）。响应：200 OK 返回用户数组，401 未授权。示例：curl https://api.example.com/v1/users?page=1&limit=10' 现在请为'POST /api/v1/users - 创建用户'接口写同样格式的文档，参数包括 name（必填）、email（必填）、role（可选，默认 user）。」
- 邮件回复：「请参考以下邮件回复的语气和结构：'Hi 张总，感谢您的反馈！关于您提到的三个问题，我们的方案是：1.…2.…3.…。如果您还有其他疑问，随时联系。祝好！' 现在请帮我回复一封客户邮件，客户询问的是产品交付时间延期的问题，实际情况是因为第三方接口调试耽误了 3 天，预计下周三可以交付。」

注意事项：

- 示例要典型：选择最能代表你期望风格的样本
- 不要给太多：1-2 个示例足够，太多会限制 AI 的发挥空间
- 明确指出参照什么：是风格、格式、结构还是语气？明确说清

2.4 思维链法

原理：引导 AI 展示推理过程，特别适合需要计算、逻辑分析和多步推理的场景。看到 AI 的推导链条，你能更容易发现错误。

公式：`请逐步推理：[问题]。第一步分析...第二步计算...第三步给出结论。`

完整示例：

- 数学题：「请逐步推理：一个水池有进水管和出水管，进水管单独注满需要 6 小时，出水管单独排空需要 4 小时。如果同时打开进水管和出水管，多久能把空池注满？请展示每一步的推导过程，先分析题意，再列方程，最后求解。」
- 代码调试：「请逐步推理：我的 Python 程序报错'IndexError: list index out of range'，相关代码是 data = [1,2,3]; print(data[3])。请按以下步骤分析：第一步，解释这个错误信息的含义；第二步，逐行分析代码执行过程，指出问题所在；第三步，给出修复后的代码，并解释为什么这样改。」
- 决策分析：「请逐步推理：我有两个工作机会，A 公司月薪 18K、965 工作制、业务稳定；B 公司月薪 25K、大小周、初创公司、期权承诺。请帮我分析：第一步，列出两个选择的显性差异（薪资、时间、稳定性）；第二步，分析隐性成本（时薪、成长空间、风险）；第三步，给出一个基于不同优先级（看重收入/看重工作生活平衡/看重成长）的建议。」

何时用、何时不用：

- 适合用：数学计算、逻辑推理、代码调试、方案对比、因果分析
- 不需要用：创意写作、头脑风暴、信息总结（这些场景过度拆解反而降低流畅度）

> **本章要点回顾**：四个基础语法——角色设定法激活专业度、任务分解法攻克复杂度、示例引导法统一风格、思维链法保障逻辑正确。多数场景下，组合使用 2-3 种技巧就能拿到高质量输出。

CHAPTER THREE

第三章 200 个即用模板库

本章解决的核心问题：不同场景下，直接复制就能用的提示词长什么样？

3.1 职场办公类（50 个模板）

3.2 内容创作类（50 个模板）

3.3 编程开发类（50 个模板）

3.4 学习提升类（30 个模板）

3.5 生活助手类（20 个模板）

3.1 职场办公类（50 个模板）

本章是本手册的核心资产。200 个提示词模板覆盖 5 大场景，每个模板都包含使用场景说明和可直接复制粘贴的提示词原文。使用建议：先找到和你需求最接近的模板，复制后根据实际情况填入具体信息。

覆盖场景：邮件沟通、会议纪要、周报月报、项目汇报、数据分析、绩效考核、述职报告、竞品分析、OKR 制定、流程图说明等。

模板 1：正式商务邮件撰写

> 使用场景：需要给客户或合作伙伴发送正式邮件，要求语气专业、结构清晰。
>
> 提示词：「你是一名商务沟通专家。请帮我写一封正式商务邮件，收件人是[对方姓名/职位]，主题是[邮件主题]。邮件目的是[说明目的，如确认合作意向/跟进项目进度/请求会议安排]。要求：开头礼貌问候、正文简明扼要分 2-3 点说明、结尾有明确的下一步行动请求、整体语气专业友好，200 字左右。」

模板 2：会议纪要精要版

> 使用场景：会议结束后快速整理会议纪要，突出结论和待办。
>
> 提示词：「你是一名高效能助理。请根据以下会议信息整理一份会议纪要：会议主题[主题]，参会人员[名单]，主要讨论内容[1.... 2.... 3....]。要求用以下结构输出：1. 会议基本信息；2. 达成的 3 个关键结论；3. 待办事项（含负责人和截止日期）；4. 下次会议时间（如有）。每条待办用表格呈现。」

模板 3：周报生成（数据驱动型）

> 使用场景：周五提交周报，有具体数据和成果需要展示。
>
> 提示词：「请帮我写一份工作周报，我的职位是[职位名称]。本周完成事项：[列出 3-5 条，每条配数据成果]。进行中事项：[列出 1-2 条及当前进度]。下周计划：[列出 2-3 条]。遇到的困难：[如有，简述]。要求结构为'本周成果/进行中/下周计划'三段式，每条成果带数据支撑，300 字左右。」

模板 4：项目汇报 PPT 大纲

> 使用场景：需要向上级或客户汇报项目进展，先做 PPT 大纲。
>
> 提示词：「你是一名项目管理专家。请帮我设计一份项目汇报 PPT 的大纲，项目背景是[简述项目]，当前阶段是[阶段名称]，目标受众是[上级/客户/团队]。要求包含 5-7 页：1. 封面；2. 项目背景与目标；3. 当前进度（用百分比和里程碑展示）；4. 关键成果与数据；5. 风险与应对措施；6. 下一步计划；7. Q&A。每页给出标题和 3-5 个要点。」

模板 5：数据分析报告框架

> 使用场景：对一组业务数据进行初步分析，需要结构化输出。
>
> 提示词：「你是一名数据分析师。请对以下数据进行描述性分析并给出报告框架：数据内容是[描述数据，如 Q2 各渠道销售额]，关键指标包括[列出指标]。要求：1. 数据概览（总量、均值、极值）；2. 趋势分析（环比/同比）；3. 异常点识别；4. 初步结论与建议。用表格展示关键数字。」

模板 6：绩效考核自评

> 使用场景：年底或季度末写绩效自评。
>
> 提示词：「请帮我写一份季度绩效自评，职位是[职位]，考核周期是[时间段]。主要业绩：[列出 3-4 项，每项配量化结果]。能力提升：[列出 1-2 项新掌握的技能]。不足与改进：[列出 1 项待改进点及计划]。要求用 STAR 法则描述关键业绩（情境-任务-行动-结果），整体 400 字左右，语气诚恳务实。」

模板 7：述职报告撰写

> 使用场景：年终或晋升时向上级做述职。
>
> 提示词：「你是一名职场写作专家。请帮我写一份述职报告，我是[职位]，在职[时长]，汇报对象是[上级/评审委员会]。核心内容：1. 岗位职责概述；2. 年度关键业绩（3-5 项，每项带数据）；3. 重点项目复盘（1 个，详述挑战与成果）；4. 团队贡献；5. 未来规划。要求结构清晰、数据说话、体现个人价值，800 字左右。」

模板 8：竞品功能对比表

> 使用场景：做竞品分析时快速生成功能对比矩阵。
>
> 提示词：「你是一名产品分析师。请帮我对以下竞品进行功能对比：我们的产品[产品名]，竞品是[竞品 A]、[竞品 B]、[竞品 C]。需要对比的维度包括：核心功能、定价模式、目标用户、优势、劣势。请用表格形式输出对比矩阵，并在最后给出我们产品的差异化建议 3 条。」

模板 9：OKR 制定辅助

> 使用场景：季度初制定个人或团队 OKR。
>
> 提示词：「你是一名 OKR 管理教练。请帮我制定下一季度的 OKR，我的角色是[职位]，团队目标是大方向[描述]。请帮我设计：1 个有挑战性的 Objective（目标），以及 3-4 个可量化的 Key Results（关键结果，每个 KR 都要能明确判断是否达成）。要求 KR 符合 SMART 原则，整体聚焦在最重要的方向上。」

模板 10：工作流程文档化

> 使用场景：把某个业务流程整理成标准化文档。
>
> 提示词：「你是一名流程管理专家。请帮我把以下工作流程整理成标准化文档：流程名称[名称]，参与角色[角色列表]，主要步骤[1.... 2.... 3....]。要求输出：1. 流程目的；2. 适用范围；3. 流程图（用文字步骤表示）；4. 每个步骤的输入输出；5. 异常处理分支。用清晰的编号层级结构。」

模板 11：请假/调休申请

> 使用场景：向直属上级发起请假申请。
>
> 提示词：「请帮我写一封请假申请邮件，收件人是直属上级。请假类型[年假/病假/事假]，时间从[开始日期]到[结束日期]共[X]天，原因是[简述原因]。要求：说明工作交接安排（交接给哪位同事、已交接内容）、表达歉意和感谢、语气得体。」

模板 12：跨部门协作请求

> 使用场景：需要其他部门配合完成某项工作。
>
> 提示词：「请帮我写一封跨部门协作请求邮件。收件部门[部门名]，请求事项[具体需要对方做什么]，截止日期[日期]。要求：说明这件事的背景和重要性、明确对方需要提供的具体支持、给出参考时间节点、表达感谢和 reciprocity（后续也愿意配合对方）。」

模板 13：会议纪要（详细版）

> 使用场景：重要会议需要详细记录讨论过程。
>
> 提示词：「请根据以下会议记录整理详细会议纪要：会议[主题]，时间[时间]，地点[地点]，主持人[姓名]，记录人[姓名]，参会者[名单]。讨论议题[议题 1：...，议题 2：...]。要求输出：基本信息、出席情况、各议题的讨论要点（逐条记录关键发言观点）、达成的决议、待办事项（负责人+截止日期）。」

模板 14：项目风险评估报告

> 使用场景：项目启动或关键节点进行风险识别。
>
> 提示词：「你是一名项目管理专家（PMP 认证）。请为以下项目做风险评估：项目名称[名称]，当前阶段[阶段]，团队规模[人数]，预算范围[金额]。请识别 5 个最可能的风险点，每个风险按以下格式输出：风险描述、发生概率（高/中/低）、影响程度（高/中/低）、应对措施、责任人。」

模板 15：月度工作总结

> 使用场景：每月末提交工作总结。
>
> 提示词：「请帮我写一份月度工作总结，职位[职位]，月份[月份]。本月核心成果[列出 3 项带数据]、学习与成长[1 项]、下月重点计划[2-3 项]。要求用'成果-反思-计划'三段式，每项成果带具体数字支撑，整体 400 字。」

模板 16：日报快速生成

> 使用场景：每天下班前快速提交当日工作日报。
>
> 提示词：「请帮我生成一份工作日报，日期[日期]。今日完成：[事项 1/事项 2/事项 3]。明日计划：[事项 1/事项 2]。阻塞问题：[如有简述]。要求格式简洁，用 bullet points，每条 1-2 句话。」

模板 17：客户回访邮件

> 使用场景：项目交付后或合作一段时间后回访客户。
>
> 提示词：「请帮我写一封客户回访邮件，客户公司名称[名称]，我方联系人[姓名]。要求：表达感谢、简要回顾合作成果（1-2 句话）、询问当前使用情况和反馈、提出后续合作或升级建议的意向、邀请对方有需求时随时联系。」

模板 18：会议邀请邮件

> 使用场景：需要发起一个会议邀请。
>
> 提示词：「请帮我写一封会议邀请邮件。会议主题[主题]，时间[日期时间]，时长[时长]，地点/链接[地点或线上链接]。参会人员[列出]。议程：[1.... 2.... 3....]。要求：开头说明会议目的、列出明确议程（含每项预计时长）、提醒参会者提前准备的事项、RSVP 请求。」

模板 19：需求评审纪要

> 使用场景：产品需求评审会议后整理纪要。
>
> 提示词：「请帮我整理一份需求评审纪要。需求名称[名称]，评审时间[时间]，参与评审[角色列表]。需求概述[一句话]。评审意见[收集到的反馈点]。决议[通过/有条件通过/驳回]。要求输出：需求基本信息、评审意见汇总（分类为'同意/修改建议/疑问'）、最终决议、待修改项（含负责人和截止日期）。」

模板 20：供应商询价函

> 使用场景：向供应商发送询价请求。
>
> 提示词：「请帮我写一封供应商询价函。我方公司[公司名称]，询价产品/服务[描述]。要求：介绍我方背景（简要）、说明采购需求（规格、数量、交付时间）、请求对方提供详细报价（含单价、总价、付款方式、交付周期）、说明评估标准和决策时间线、留下联系方式。」

模板 21：岗位招聘 JD 撰写

> 使用场景：需要发布招聘信息。
>
> 提示词：「你是一名资深 HR。请帮我写一份招聘岗位 JD，岗位名称[名称]，部门[部门]，职级[级别]，工作地点[地点]。岗位职责[列出 4-6 条核心职责]，任职要求[学历要求、经验要求、技能要求、加分项]。要求：语言简洁有吸引力、突出岗位亮点、避免歧视性表述、注明薪资范围（如有）。」

模板 22：面试评价表

> 使用场景：面试候选人后填写评价。
>
> 提示词：「请帮我设计一份面试评价表模板。评价维度：专业能力、沟通能力、逻辑思维、文化匹配度、潜力评估。每个维度 1-5 分评分 + 简要评语。最后需要综合评价（推荐/待定/不推荐）和后续建议。」

模板 23：新员工入职指南

> 使用场景：为新入职同事准备第一周指引。
>
> 提示词：「请帮我写一份新员工入职指南，岗位[职位]。需要包含：Day 1 事项（IT 设备、账号开通、导师介绍）、第一周任务清单、常用工具链接、团队沟通规范、建议阅读文档列表。语气友好 welcoming，格式清晰易读。」

模板 24：培训计划制定

> 使用场景：为团队或个人制定培训计划。
>
> 提示词：「请帮我制定一份培训计划，对象[新人/全员/某岗位]，周期[月度/季度]。目标[培训目标]。请输出：培训主题列表（含优先级）、每个主题的培训形式（线上/线下/自学）、预计时长、考核方式。」

模板 25：预算申请报告

> 使用场景：向上级申请项目或活动预算。
>
> 提示词：「请帮我写一份预算申请报告。申请事项[事项名称]，申请金额[金额]，申请理由[为什么需要这笔钱]。请包含：背景说明、预算明细（分类列出各项费用及金额）、预期收益/ROI、风险控制措施。语气正式、数据详实。」

模板 26：合同条款审查清单

> 使用场景：收到合同后快速检查关键条款。
>
> 提示词：「你是一名法务助理。请帮我列出审查商业合同时需要重点检查的 10 个条款清单，包括但不限于：付款条款、交付标准、违约责任、保密条款、知识产权归属、争议解决方式。每个条款说明需要关注的要点和常见风险。」

模板 27：项目立项书

> 使用场景：新项目启动前写立项申请。
>
> 提示词：「请帮我写一份项目立项书。项目名称[名称]，项目背景[为什么做]，项目目标[做到什么程度]，预期成果[可交付物]，时间规划[起止日期]，资源需求[人力/预算]。要求包含：项目背景、目标与范围、关键里程碑、资源需求、风险预判、预期收益。」

模板 28：变更申请单

> 使用场景：项目进行中需要变更需求或计划。
>
> 提示词：「请帮我写一份项目变更申请。变更事项[变更内容]，变更原因[为什么变]，影响范围[影响哪些方面]，对进度/成本的影响[具体影响]。要求：说明变更必要性、分析利弊、提出替代方案（如有）、请求审批。」

模板 29：售后服务工单回复

> 使用场景：回复客户提交的售后问题。
>
> 提示词：「请帮我写一份售后服务回复。客户问题[问题描述]，工单编号[编号]，解决方案[解决方案]。要求：首先表示理解和歉意、清晰说明问题原因、给出具体解决步骤和时间预期、提供预防建议、留下后续联系方式。」

模板 30：供应商评估报告

> 使用场景：定期评估供应商表现。
>
> 提示词：「请帮我写一份供应商评估报告模板。评估维度：交付准时率、产品质量、服务响应、价格竞争力、合作意愿。每个维度评分 1-5 分。请包含：供应商基本信息、各维度评分表、综合评价、改进建议、是否继续合作建议。」

模板 31：办公室搬迁清单

> 使用场景：公司或团队搬迁时整理待办。
>
> 提示词：「请帮我制定一份办公室搬迁清单。搬迁时间[日期]，新地址[地址]。请按时间线整理：搬迁前 2 周、前 1 周、前 1 天、搬迁当天、搬迁后 1 周各需要完成的事项。每个事项标注负责人。」

模板 32：团建活动策划方案

> 使用场景：组织团队建设活动。
>
> 提示词：「请帮我写一份团建活动策划方案。团队规模[人数]，预算[金额]，时长[半天/一天/两天]。偏好[户外/室内/运动/休闲]。请包含：3 个活动方案选项（含玩法说明）、每个方案的费用预估、所需物料、时间安排、注意事项。」

模板 33：知识库文章撰写

> 使用场景：把团队经验整理成知识库文档。
>
> 提示词：「请帮我写一篇知识库文章。主题[主题]，目标读者[新人/全员/外部]。要求：标题清晰、开头说明文章目的、正文分步骤或分点说明、包含常见问题和解答、结尾提供相关资源链接。格式使用 Markdown。」

模板 34：数据可视化需求描述

> 使用场景：向数据团队提数据看板或报表需求。
>
> 提示词：「请帮我写一份数据可视化需求文档。需求背景[为什么需要这个看板]，目标用户[谁来看]，核心指标[列出 3-5 个关键指标]，维度[按时间/按地区/按渠道等]，更新频率[实时/每日/每周]。要求：每个指标说明定义和计算逻辑、建议的图表类型、筛选条件需求。」

模板 35：API 接口需求文档

> 使用场景：向后端提接口需求。
>
> 提示词：「请帮我写一份 API 接口需求文档。接口目的[做什么用]，调用方[前端/第三方]，请求方法[GET/POST/PUT/DELETE]，请求参数[列出字段名、类型、必填/选填、说明]，响应数据[返回字段说明]，异常场景[可能的错误情况]。要求格式清晰，用表格展示参数。」

模板 36：用户调研问卷设计

> 使用场景：设计用户调研问卷。
>
> 提示词：「你是一名用户研究专家。请帮我设计一份用户调研问卷，调研目的[目的]，目标用户[用户群体]，预计填写时长[5 分钟/10 分钟]。请包含：5-8 道题，题型覆盖单选、多选、李克特量表、开放题。每道题标注调研意图。」

模板 37：产品上线 checklist

> 使用场景：产品发布前的最后检查。
>
> 提示词：「请帮我制定一份产品上线 checklist。检查类别：功能测试、性能测试、安全审查、文案检查、运营准备、客服培训、数据埋点。每个类别列出 3-5 个具体检查项，标注优先级（P0/P1）和负责人。」

模板 38：技术方案评审意见

> 使用场景：参与技术方案评审后给出反馈。
>
> 提示词：「请帮我写一份技术方案评审意见。方案名称[名称]，评审人[姓名]。评审角度：架构合理性、性能考虑、可扩展性、安全风险、实施可行性。请对每个角度给出评分（1-5 分）和具体评语，最后给出综合意见（通过/修改后通过/不通过）和修改建议。」

模板 39：专利交底书初稿

> 使用场景：准备专利申请的技术交底材料。
>
> 提示词：「你是一名专利代理助理。请帮我整理一份专利交底书初稿。发明名称[名称]，技术领域[领域]，背景技术[现有技术的问题]，发明内容[解决了什么问题、技术方案概述]，具体实施方式[详细描述实现方法]，创新点[与现有技术的区别]。要求：语言严谨、技术细节完整、突出创新点。」

模板 40：辞职信撰写

> 使用场景：向公司提交辞职申请。
>
> 提示词：「请帮我写一封辞职信。收件人[直属上级]，最后工作日[日期]，在职时长[时长]。请包含：表达感谢（公司和团队）、说明离职决定（简要，无需过多解释）、承诺做好交接工作、祝愿公司发展。语气真诚、得体、不留负面情绪。」

模板 41：加班申请

> 使用场景：因项目需要申请加班。
>
> 提示词：「请帮我写一份加班申请。加班日期[日期]，预计时长[几小时]，加班原因[项目紧急/版本上线/客户支持等]。要求：说明加班必要性、预期产出、调休或加班费的期望。」

模板 42：费用报销说明

> 使用场景：提交费用报销时写说明。
>
> 提示词：「请帮我写一份费用报销说明。报销期间[日期范围]，费用类型[差旅/餐饮/办公用品/其他]，总金额[金额]。请逐项列出每笔费用的日期、金额、用途，并说明与工作的关联性。」

模板 43：年度工作计划

> 使用场景：年初制定全年工作计划。
>
> 提示词：「请帮我写一份年度工作计划，职位[职位]，汇报对象[上级]。请包含：年度核心目标（3-5 个，符合 SMART 原则）、每季度关键里程碑、所需资源支持、个人成长计划、潜在风险与应对。结构清晰，可执行性强。」

模板 44：会议纪要（行动项追踪版）

> 使用场景：会议后需要持续追踪行动项完成情况。
>
> 提示词：「请帮我设计一份会议行动项追踪表。表头：序号、事项描述、负责人、截止日期、当前状态（未开始/进行中/已完成）、备注。请根据以下会议内容填充：[会议内容]。并在最后列出已逾期和即将到期（3 天内）的事项。」

模板 45：客户投诉处理回复

> 使用场景：收到客户投诉后正式回复。
>
> 提示词：「请帮我写一封客户投诉处理回复。客户姓名[姓名]，投诉内容[简述]，调查结果[调查情况]，解决方案[具体方案]，补偿措施[如有]。要求：首先真诚道歉、说明调查结果（不推诿）、给出具体解决方案和时间表、提供补偿、表达重视和改进决心。」

模板 46：业务合作提案

> 使用场景：向潜在合作伙伴发出合作建议。
>
> 提示词：「请帮我写一份业务合作提案。我方[公司名称+业务简介]，对方[公司名称]，合作方向[方向]。请包含：合作背景（市场机会）、合作模式建议、双方分工、预期收益（各自获得什么）、下一步行动计划。语气专业、互利共赢导向。」

模板 47：项目复盘报告

> 使用场景：项目结束后进行复盘总结。
>
> 提示词：「请帮我写一份项目复盘报告。项目名称[名称]，项目周期[起止日期]，项目结果[成功/延期/失败]。请用'目标-结果-分析-总结'结构：1. 项目目标回顾；2. 实际结果与目标对比（数据）；3. 做得好的 3 件事；4. 做得不好的 2 件事及原因；5. 经验总结和后续行动。」

模板 48：会议纪要（决策记录版）

> 使用场景：记录关键决策会议的内容和决策依据。
>
> 提示词：「请帮我记录一份决策会议纪要。会议主题[主题]，决策事项[事项]，参与决策者[名单]。要求记录：各选项的优缺点分析、每位决策者的意见摘要、最终决策结果、决策依据、实施计划和负责人。」

模板 49：工作交接清单

> 使用场景：离职或转岗时进行工作交接。
>
> 提示词：「请帮我制定一份工作交接清单。交接人[姓名]，接收人[姓名]，交接原因[离职/转岗/休假]。请分类整理：进行中的项目及进度、常用账号和权限、重要联系人、文档资料位置、待办事项、注意事项。每个事项标注优先级。」

模板 50：年度预算规划

> 使用场景：制定下一年度的部门或项目预算。
>
> 提示词：「请帮我制定一份年度预算规划。预算主体[部门/项目]，总预算上限[金额]。请按以下类别拆分：人力成本、市场推广、技术投入、运营费用、行政开支、应急储备。每个类别给出金额、占比、主要用途说明，并在最后提供与上一年度的对比分析。」

3.2 内容创作类（50 个模板）

覆盖场景：小红书笔记、公众号文章、短视频脚本、商品详情页、朋友圈文案、知乎回答、新闻稿、品牌故事、广告语、SEO 文章等。

模板 51：小红书种草笔记

> 使用场景：为某个产品写小红书风格的种草文案。
>
> 提示词：「你是一名小红书万粉博主，擅长种草[品类]。请为以下产品写一条种草笔记：产品名称[名称]，核心卖点[卖点 1/卖点 2/卖点 3]，目标人群[人群]。要求：标题带 2 个 emoji、正文分 3 段（痛点引入 + 产品亮点 + 个人使用感受）、结尾带 3 个话题标签，语气真实亲切，像朋友推荐，200 字左右。」

模板 52：公众号推文

> 使用场景：为品牌公众号写一篇推文。
>
> 提示词：「你是一名公众号编辑。请帮我写一篇关于[主题]的公众号文章，目标受众[人群]，文章风格[专业/轻松/深度]。要求：吸引人的标题（3 个备选）、开头用钩子抓住注意力、正文分 3-4 个小节、每节有小标题、结尾有总结和行动号召（关注/转发/留言），800-1000 字。」

模板 53：短视频脚本（口播类）

> 使用场景：制作抖音/视频号的口播短视频。
>
> 提示词：「你是一名短视频编导。请帮我写一个[时长]秒的口播短视频脚本，主题是[主题]，目标受众[人群]。要求包含：1. 黄金 3 秒开场白（抓注意力）；2. 正文内容（分 2-3 个要点）；3. 结尾引导（关注/点赞/评论）；4. 画面标注（每个镜头拍什么）。总字数控制在[时长]秒内可以念完。」

模板 54：商品详情页文案

> 使用场景：为电商平台写商品详情页。
>
> 提示词：「你是一名电商文案高手。请为以下商品写详情页文案：商品[名称]，品类[品类]，核心卖点[卖点]，目标用户[用户]，价格区间[价格]。要求包含：主标题（一句话卖点）、痛点共鸣（3 个用户痛点）、解决方案（产品如何解决问题）、核心卖点展示（3-4 个，每个配简短说明）、信任背书（数据/认证/口碑）、行动号召。」

模板 55：朋友圈产品文案

> 使用场景：在朋友圈发产品推广，不能太硬广。
>
> 提示词：「你是一名私域营销高手。请帮我写一条朋友圈文案，推广[产品]，要求：不能看起来像硬广、融入日常生活场景、用第一人称口吻、带 1-2 张图的描述、激发朋友评论互动，50-80 字。」

模板 56：知乎回答（专业型）

> 使用场景：在知乎回答专业领域的问题。
>
> 提示词：「你是一名[领域]专家。请回答知乎问题：'[问题标题]'。要求：开头直接给出结论、正文展开论证（用数据/案例/逻辑推理）、分点说明增强可读性、结尾有总结和延伸思考。字数 800-1200 字，语言专业但不晦涩。」

模板 57：新闻稿撰写

> 使用场景：公司发布新产品或重要动态时对外发稿。
>
> 提示词：「你是一名 PR 专员。请帮我写一篇新闻稿：新闻主题[主题]，发布主体[公司名]，核心信息[最重要的 3 点]。要求：倒金字塔结构（最重要信息放开头）、包含'何时/何地/何人/何事/为何'五要素、引用负责人一句话、结尾有公司简介。500 字左右。」

模板 58：品牌故事

> 使用场景：为公司或产品撰写品牌故事，用于官网或宣传册。
>
> 提示词：「你是一名品牌文案。请帮我写一个品牌故事：品牌名称[名称]，创立年份[年份]，创始人背景[简述]，创立初心[为什么创立]，品牌使命[使命]。要求：有情感共鸣、有起伏转折（遇到困难+如何克服）、突出品牌价值观、600 字左右，适合放在官网'关于我们'页面。」

模板 59：广告语创作

> 使用场景：为品牌或产品设计一句传播口号。
>
> 提示词：「你是一名资深文案。请为[品牌/产品]创作 5 句广告语。品牌定位[定位]，目标受众[人群]，核心卖点[卖点]。要求：每句 10 个字以内、朗朗上口、易记易传播、传递品牌核心价值。提供 5 个不同方向的选项。」

模板 60：SEO 文章

> 使用场景：为网站写搜索引擎优化的长尾关键词文章。
>
> 提示词：「你是一名 SEO 编辑。请帮我写一篇 SEO 文章，目标关键词'[关键词]'，文章主题[主题]。要求：标题包含关键词、正文自然地出现关键词 3-5 次、文章结构清晰（H2/H3 标题）、内容对读者真正有价值（不要堆砌关键词）、800 字以上、结尾有相关推荐链接。」

模板 61：小红书测评笔记

> 使用场景：做产品对比测评。
>
> 提示词：「你是一名测评博主。请帮我写一份[品类]的测评对比笔记，对比产品：[产品 A] vs [产品 B] vs [产品 C]。测评维度：[价格/效果/成分/使用感/性价比]。要求：每个维度打分（五星制）、最后给出综合推荐（不同需求适合买哪款）、语气客观但有个人感受，带 emoji。」

模板 62：短视频脚本（剧情类）

> 使用场景：拍剧情类短视频。
>
> 提示词：「你是一名短视频编剧。请帮我写一个[时长]秒的剧情短视频脚本，主题[主题]，目标平台[抖音/快手/视频号]。要求包含：场景描述、角色（2-3 人）、对话台词、镜头切换标注、反转或笑点设计。格式用专业剧本格式。」

模板 63：直播带货话术

> 使用场景：直播间带货时的讲解话术。
>
> 提示词：「你是一名带货主播。请帮我写一段[产品]的直播带货话术。要求包含：开场引入（为什么今天推荐这个）、产品介绍（核心卖点 3 个）、价格锚定（原价 vs 直播价）、互动留人（提问/抽奖）、逼单话术（限时限量）、售后保障。整体时长 3-5 分钟。」

模板 64：邮件营销文案

> 使用场景：给用户发营销邮件/EDM。
>
> 提示词：「你是一名邮件营销专家。请帮我写一封营销邮件，推广[产品/活动]，目标受众[人群]。要求：主题行吸引力高（提供 3 个备选）、开头 2 句话抓住注意力、正文突出价值（而非功能）、有明确的 CTA 按钮文案、结尾有 P.S. 增加打开率。」

模板 65：产品使用教程

> 使用场景：为用户写产品使用指南。
>
> 提示词：「请帮我写一篇[产品名称]的使用教程，目标读者[新用户/进阶用户]。要求：步骤清晰（每步配编号）、关键操作加粗提示、包含常见问题解答、语气友好耐心、适合发布在帮助中心。」

模板 66：社群运营话术

> 使用场景：在微信群/社群中做日常运营。
>
> 提示词：「你是一名社群运营。请帮我写几条社群运营话术：1. 新人入群欢迎语；2. 每日早安问候+话题引导；3. 活动预热文案；4. 促活互动问题。社群主题[主题]，人群特征[特征]，语气[活泼/专业/温暖]。」

模板 67：品牌联名文案

> 使用场景：两个品牌联名推广。
>
> 提示词：「你是一名创意文案。请为[品牌 A]和[品牌 B]的联名活动写推广文案。两个品牌的契合点是[契合点]。要求：体现双方品牌调性、突出联名的独特价值、有传播点（让用户想转发）、200 字以内。」

模板 68：用户评价回复

> 使用场景：回复电商平台或社交媒体上的用户评价。
>
> 提示词：「请帮我写几条用户评价回复模板：1. 好评回复（感谢+引导复购）；2. 中评回复（感谢+解释+改进）；3. 差评回复（道歉+解决方案+联系方式）。品牌调性[调性]，要求每条回复真诚、不模板化。」

模板 69：软文撰写

> 使用场景：写看起来不像广告的推广文章。
>
> 提示词：「你是一名软文写手。请帮我写一篇关于[主题]的软文，软性植入[产品/品牌]。要求：80% 有价值的内容 + 20% 品牌植入、不硬广、让读者自然接受、适合发布在[平台]、1000 字左右。」

模板 70：专栏文章

> 使用场景：在行业媒体或个人专栏发深度文章。
>
> 提示词：「你是一名行业专栏作家。请帮我写一篇关于[主题]的深度文章，目标读者[行业从业者/管理者]。要求：有独特观点（不只是信息汇总）、有案例支撑、有数据引用、有 actionable insights（读者能带走什么）、1500 字左右。」

模板 71：产品发布会演讲稿

> 使用场景：产品发布会上的主讲人演讲稿。
>
> 提示词：「你是一名演讲稿写手。请帮我写一份产品发布会演讲稿，主讲人[职位]，产品[产品名]，演讲时长[15/30 分钟]。要求：开场有故事或悬念、产品亮点展示有节奏感（1-2-3）、有 demo 环节过渡语、结尾有愿景升华、语言有感染力。」

模板 72：播客/播客 shownotes

> 使用场景：播客节目的 shownotes 和简介。
>
> 提示词：「你是一名播客制作人。请帮我写一期播客的 shownotes：节目名称[名称]，本期主题[主题]，嘉宾[嘉宾介绍]。要求：节目简介（吸引点击）、本期要点（3-5 条）、嘉宾介绍、时间戳（关键话题出现时间）、相关资源链接。」

模板 73：产品命名建议

> 使用场景：为新产品或功能起名字。
>
> 提示词：「你是一名品牌命名顾问。请为[产品/功能]提供 10 个中文名建议。产品特点[特点]，目标用户[用户]，品牌调性[调性]。要求：每个名字说明含义和联想、易读易记、没有负面谐音、可以注册商标（建议查重）。」

模板 74：危机公关声明

> 使用场景：品牌遇到负面事件时的对外声明。
>
> 提示词：「你是一名危机公关专家。请帮我写一份危机公关声明：事件[简述]，涉及方[涉及谁]，我方立场[立场]。要求：第一时间回应、真诚道歉（如确有过失）、说明已采取的措施、给出后续改进计划、留下沟通渠道。语气诚恳、不推诿。」

模板 75：企业年报致辞

> 使用场景：企业年报中的 CEO/董事长致辞。
>
> 提示词：「你是一名企业高管演讲撰稿人。请帮我写一份年报致辞，发言人[职位]，年份[年份]。要求：回顾过去一年行业挑战和公司应对、总结关键业绩（用数据）、展望新年战略方向、感谢员工和股东、传递信心和愿景。800 字左右，语言有高度但不空洞。」

模板 76：产品更新公告

> 使用场景：产品功能更新后告知用户。
>
> 提示词：「请帮我写一份产品更新公告。版本号[版本]，更新内容[新增功能/优化/修复]。要求：标题吸引人（不是干巴巴的'版本更新'）、用用户语言描述（不是技术语言）、突出用户能获得什么价值、说明如何获取更新。」

模板 77：用户案例故事

> 使用场景：把用户的成功使用经验写成案例故事。
>
> 提示词：「你是一名案例写手。请帮我写一个用户成功案例：用户[用户类型]，使用前痛点[痛点]，使用产品[产品]，使用效果[量化成果]。要求：用故事形式（有场景、有转折）、突出用户原话（引用）、有具体数据、能引发同类用户共鸣。」

模板 78：节日营销文案

> 使用场景：节日节点的借势营销。
>
> 提示词：「你是一名节日营销文案。请帮我写[节日]的营销文案，品牌[品牌名]，产品[产品]。要求：3 个不同风格的版本（温馨走心/幽默搞笑/促销直接）、每个版本配一张图的创意描述、适合发在朋友圈/公众号。」

模板 79：白皮书摘要

> 使用场景：为行业白皮书撰写执行摘要。
>
> 提示词：「请帮我写一份行业白皮书的执行摘要。主题[主题]，核心发现[发现 1/发现 2/发现 3]，研究方法[方法]。要求：500 字以内、涵盖最重要的结论和数据、语言专业简洁、让没读全文的人也能掌握要点。」

模板 80：招聘海报文案

> 使用场景：制作招聘海报的文案。
>
> 提示词：「你是一名招聘文案。请帮我写一份招聘海报文案，岗位[岗位名]，公司[公司名]，亮点[公司/岗位亮点]。要求：标题抓眼球（不是简单的'招聘'）、3 个必来理由、岗位描述有吸引力、有公司文化体现、行动号召明确。」

模板 81：裂变海报文案

> 使用场景：设计邀请好友裂变活动的海报文案。
>
> 提示词：「你是一名增长文案。请帮我写一份裂变海报文案，活动[活动名称]，奖励[邀请者和被邀请者分别获得什么]。要求：主标题突出利益点、副标题制造紧迫感、参与步骤简单（3 步以内）、社交货币（让用户愿意分享）。」

模板 82：知识付费课程介绍

> 使用场景：为在线课程写详情页。
>
> 提示词：「你是一名知识付费运营。请帮我写一份课程详情页：课程[课程名]，讲师[讲师介绍]，目标学员[人群]。要求：痛点引入（学员现状）、课程大纲（模块 1-5）、学完能获得的 3 个能力、讲师资质、学员评价、价格锚定、FAQ。」

模板 83：小红书标题生成

> 使用场景：为小红书笔记批量生成标题。
>
> 提示词：「你是一名小红书标题党（正向意义）。请为以下内容生成 10 个爆款标题：[内容描述]。要求：每个标题带 emoji、有数字优先用数字、制造好奇或利益点、不超过 20 字、适合小红书风格。」

模板 84：短视频标题/封面文案

> 使用场景：为短视频起标题和写封面文案。
>
> 提示词：「你是一名短视频运营。请为以下视频内容生成 5 个标题和 5 条封面文案：视频内容[描述]。要求：标题抓马但有内容支撑、封面文案字数少（5-10 字）、有悬念或冲突感、能提升点击率。」

模板 85：微博文案

> 使用场景：在微博上发布品牌内容。
>
> 提示词：「你是一名微博运营。请帮我写一条微博，主题[主题]，品牌[品牌]。要求：140 字以内、带 2-3 个话题标签、有互动点（提问/投票）、风格符合微博调性（轻松/有梗）、配图描述。」

模板 86：小红书合集笔记

> 使用场景：做干货合集类笔记。
>
> 提示词：「你是一名小红书干货博主。请帮我写一篇合集笔记，主题'[主题]'，包含[数量]个推荐/技巧。要求：封面标题吸引人、每个条目有编号、有小标题+一句话说明、有使用场景、结尾引导收藏。」

模板 87：PR Brief 撰写

> 使用场景：给 KOL/KOC 发合作 brief。
>
> 提示词：「你是一名媒介投放。请帮我写一份 KOL 合作 brief：品牌[品牌]，产品[产品]，合作形式[图文/视频]，发布平台[平台]。要求包含：品牌和产品介绍、核心卖点（必须出现的 3 个点）、内容方向建议、必须带的话题标签、注意事项（不能说的/必须规避的）、交付要求。」

模板 88：产品对比长图文案

> 使用场景：做产品对比的长图文案。
>
> 提示词：「你是一名电商视觉文案。请帮我写一份产品对比长图的文案：我方产品[产品 A]，竞品[产品 B]。对比维度[价格/功能/材质/售后/口碑]。要求：每个维度有直观的对比呈现、突出我方优势但不贬低竞品、有购买引导、适合做成上下滑动的长图。」

模板 89：社群招募文案

> 使用场景：招募用户加入社群。
>
> 提示词：「你是一名社群运营。请帮我写一份社群招募文案，社群名称[名称]，社群价值[能获得什么]，目标人群[人群]。要求：痛点引入（为什么需要这个群）、群内权益清单、入群门槛（免费/付费/审核）、入群方式、紧迫感（限人数/限时）。」

模板 90：线上活动策划案

> 使用场景：策划线上直播/ webinar /线上活动。
>
> 提示词：「你是一名活动策划。请帮我写一份线上活动策划案：活动名称[名称]，目标[拉新/转化/品牌]，目标受众[人群]。请包含：活动主题和形式、时间安排、流程设计（每个环节时长）、推广渠道、预算预估、预期效果、风险预案。」

模板 91：品牌 Slogan 英文版

> 使用场景：为品牌创作英文 Slogan。
>
> 提示词：「你是一名双语文案。请为[品牌名]创作 5 条英文 Slogan。品牌定位[定位]，中文 Slogan 是[中文]。要求：每条不超过 8 个单词、有节奏感、可注册商标优先、传达同样的品牌精神。」

模板 92：售后感谢卡文案

> 使用场景：随产品寄送感谢卡。
>
> 提示词：「请帮我写一张随产品寄出的感谢卡文案，品牌[品牌名]。要求：50 字以内、真诚温暖、提醒用户有问题随时联系、引导好评或晒单、符合品牌调性。」

模板 93：App Store 应用描述

> 使用场景：写 App Store 或应用市场的应用介绍。
>
> 提示词：「请帮我写一份 App Store 应用描述，应用名称[名称]，核心功能[功能 1/功能 2/功能 3]，目标用户[用户]。要求：前 3 行最关键（折叠后可见部分）、分点列出核心功能、有用户评价引用、有更新亮点。」

模板 94：FAQ 文档

> 使用场景：为用户常见问题整理 FAQ。
>
> 提示词：「请帮我整理一份 FAQ 文档，产品[产品名]。常见问题是：[列出 5-10 个问题]。要求：每个问题用简洁语言回答、按主题分类、最重要的 FAQ 放前面、答案中包含相关功能链接。」

模板 95：抖音评论区互动

> 使用场景：在抖音视频评论区做运营互动。
>
> 提示词：「你是一名抖音运营。请帮我写 10 条评论区互动话术，用于回复用户评论。场景：[产品推广/知识分享/搞笑内容]。要求：每条不同风格（感谢/幽默/专业/反问/引导私域）、带 emoji、促进二次互动。」

模板 96：电子书/白皮书大纲

> 使用场景：规划一本电子书或白皮书的内容结构。
>
> 提示词：「你是一名内容策划。请帮我规划一本关于[主题]的电子书大纲，目标读者[读者]，预计总字数[字数]。要求：包含封面/目录/前言/正文章节（5-8 章）/结语/参考资料、每章有 3-5 个小节、每节有核心内容简述。」

模板 97：播客开场白

> 使用场景：播客节目的固定开场。
>
> 提示词：「请帮我写一段播客开场白，节目名[名称]，主持人[名字]，节目定位[定位]。要求：30 秒左右、介绍节目和主持人、说明本期主题、引导听众订阅和评论、风格[轻松/专业/幽默]。」

模板 98：课程大纲设计

> 使用场景：设计一门在线课程的内容大纲。
>
> 提示词：「你是一名课程设计师。请帮我设计一门[主题]课程的大纲，目标学员[学员背景]，课时[总课时]。要求：分[数量]个模块、每个模块 3-5 节课、每节课有学习目标、有课后作业/练习、整体难度递进。」

模板 99：品牌视觉调性描述

> 使用场景：为设计师写品牌视觉调性 brief。
>
> 提示词：「你是一名品牌经理。请帮我写一份品牌视觉调性描述：品牌[品牌名]，目标人群[人群]，品牌个性[个性关键词]。要求：用具体的视觉词汇描述（色彩/字体/图像风格/排版/情绪）、提供 3 个参考品牌或视觉案例、说明什么符合调性/什么不符合。」

模板 100：周年庆活动文案

> 使用场景：品牌/店铺周年庆的宣传文案。
>
> 提示词：「你是一名活动策划文案。请帮我写[品牌名]的[周年数]周年庆文案。要求：回顾一路走来的感恩、周年庆核心福利（折扣/赠品/限量）、制造稀缺感（限时限量）、邀请用户一起庆祝、适合公众号+朋友圈+门店海报多场景使用。」

3.3 编程开发类（50 个模板）

覆盖场景：代码生成、Bug 分析与修复、代码审查、技术文档、架构设计、API 设计、数据库查询优化、单元测试生成、重构建议、部署脚本等。

模板 101：代码生成（通用函数）

> 使用场景：需要快速生成一个功能函数。
>
> 提示词：「请用[语言]编写一个函数，功能描述[描述]。要求：函数名为[名称]、输入参数[参数及类型]、返回值[类型和说明]、包含类型注解、包含函数文档字符串（说明参数和返回值）、包含 2 个使用示例。」

模板 102：Bug 分析与修复

> 使用场景：遇到报错需要定位和修复。
>
> 提示词：「我的程序报错如下：[错误信息]。相关代码：[代码片段]。请按以下步骤分析：1. 解释这个错误信息的含义；2. 逐行分析可能导致问题的代码；3. 给出修复后的代码；4. 说明修复原因和预防建议。」

模板 103：代码审查（Code Review）

> 使用场景：提交代码前或团队 code review。
>
> 提示词：「请对以下代码进行审查：[代码片段]。请从以下角度评估：1. 代码风格和可读性；2. 潜在 Bug 或边界情况；3. 性能优化空间；4. 安全考虑；5. 是否符合最佳实践。对每个问题给出具体行号和修改建议。」

模板 104：技术文档（API 文档）

> 使用场景：为接口编写 API 文档。
>
> 提示词：「请帮我写一份 API 接口文档。接口[方法] [路径]，功能[功能描述]。请求参数：[列出字段名/类型/必填/说明]。响应格式：[成功响应示例]。错误码：[可能的错误码和含义]。要求格式规范，适合放到 Swagger/Postman 中。」

模板 105：架构设计建议

> 使用场景：设计系统架构时获取建议。
>
> 提示词：「你是一名架构师。请帮我设计[系统名称]的技术架构。业务场景[描述]，预期并发量[QPS]，数据量[规模]。请给出：1. 整体架构图（用文字描述组件和关系）；2. 技术选型建议（含理由）；3. 关键模块划分；4. 潜在瓶颈和应对。」

模板 106：SQL 查询优化

> 使用场景：慢 SQL 优化或复杂查询编写。
>
> 提示词：「请帮我优化以下 SQL 查询：[SQL 语句]。当前问题[慢/结果不对/太复杂]。表结构：[简述]。请给出：1. 优化后的 SQL；2. 执行计划分析；3. 索引优化建议；4. 如果数据量大时的分库分表建议。」

模板 107：单元测试生成

> 使用场景：为现有代码自动生成测试用例。
>
> 提示词：「请为以下函数编写单元测试，使用[测试框架]。函数代码：[代码]。要求：覆盖正常情况、边界情况、异常情况，每个测试用例说明测试目的，测试函数命名清晰。」

模板 108：代码重构建议

> 使用场景： legacy 代码或需要改进的代码。
>
> 提示词：「请对以下代码给出重构建议：[代码片段]。重构目标[提高可读性/性能优化/降低耦合]。请给出：1. 当前代码的问题分析；2. 重构后的代码；3. 主要改动点和理由；4. 重构风险提醒。」

模板 109：正则表达式编写

> 使用场景：需要写正则匹配某种模式。
>
> 提示词：「请帮我写一个正则表达式，匹配规则[规则描述]。要求：给出正则表达式本身、逐段解释每个部分的作用、给出 3 个匹配成功和 2 个匹配失败的例子、注明使用的正则语法标准（PCRE/JavaScript/Python）。」

模板 110：Git 提交信息规范

> 使用场景：规范团队的 Git commit message。
>
> 提示词：「请根据以下代码改动生成符合 Conventional Commits 规范的提交信息：[代码 diff]。要求：格式为 type(scope): subject，body 说明改动原因，如果是不兼容变更加上 BREAKING CHANGE 说明。」

模板 111：Dockerfile 编写

> 使用场景：为应用编写容器化配置。
>
> 提示词：「请帮我写一个 Dockerfile，应用类型[语言/框架]，基础镜像偏好[镜像名]。要求：多阶段构建优化体积、非 root 用户运行、健康检查、注释说明每个步骤、暴露端口声明。」

模板 112：CI/CD 流水线配置

> 使用场景：配置自动化构建部署流水线。
>
> 提示词：「请帮我写一份[GitHub Actions/GitLab CI/Jenkins]配置，实现：[构建/测试/部署]流程。技术栈[栈名]。要求：包含代码检出、依赖安装、单元测试、构建镜像、推送到仓库、部署到[环境]的步骤，敏感信息用变量。」

模板 113：算法题解答

> 使用场景：刷题或面试准备。
>
> 提示词：「请帮我解答以下算法题：[题目描述]。要求：1. 先解释解题思路；2. 给出[语言]实现；3. 分析时间复杂度和空间复杂度；4. 说明可以优化的方向。」

模板 114：技术方案对比

> 使用场景：技术选型时做方案对比。
>
> 提示词：「请对比[方案 A]和[方案 B]，用于[场景]。对比维度：性能、生态成熟度、学习曲线、维护成本、社区活跃度。请用表格输出，最后给出适合不同场景的选择建议。」

模板 115：错误处理最佳实践

> 使用场景：为项目设计错误处理机制。
>
> 提示词：「请为[语言/框架]项目设计一套错误处理方案。要求：包含错误码设计规范、统一错误响应格式、日志记录标准、前端友好提示策略、常见错误场景的处理示例。」

模板 116：数据库设计评审

> 使用场景：设计或评审数据库表结构。
>
> 提示词：「请帮我评审以下数据库设计：[表结构]。业务场景[场景]。请检查：1. 字段类型是否合理；2. 索引设计是否充分；3. 是否符合三范式（或说明为什么反范式）；4. 是否有潜在的扩展性问题。」

模板 117：接口联调问题排查

> 使用场景：前后端接口联调出问题时排查。
>
> 提示词：「请帮我排查接口问题。请求[方法] [URL]，请求参数[参数]，响应[响应结果]，预期结果[预期]。请分析：1. 可能的原因；2. 排查步骤；3. 常见解决方案。」

模板 118：日志分析辅助

> 使用场景：从大量日志中定位问题。
>
> 提示词：「请帮我分析以下日志，找出异常或错误：[日志内容]。请：1. 识别所有 ERROR/WARN 级别日志；2. 分析错误发生的时间线和关联性；3. 给出可能的原因和排查方向。」

模板 119：代码注释生成

> 使用场景：为遗留代码或复杂算法添加注释。
>
> 提示词：「请为以下代码添加详细注释：[代码]。要求：每个函数说明功能和参数、复杂逻辑处添加行内注释、说明关键算法的设计意图，注释语言用中文。」

模板 120：API 限流策略设计

> 使用场景：为接口设计限流防刷机制。
>
> 提示词：「请帮我设计一套 API 限流方案。场景[描述]，QPS 要求[数值]。请包含：限流算法选择（令牌桶/漏桶/计数器）、不同用户级别的配额设计、超限响应格式、降级策略。」

模板 121：前端组件设计

> 使用场景：设计可复用的 UI 组件。
>
> 提示词：「请帮我设计一个[框架]组件，组件名[名称]，功能[功能]。要求：Props 接口定义（含类型和默认值）、内部状态管理、事件处理、样式方案（CSS Modules/Styled/其他）、使用示例。」

模板 122：微服务拆分建议

> 使用场景：单体应用向微服务演进。
>
> 提示词：「请帮我分析以下系统是否适合拆分为微服务：[系统描述]。请给出：拆分依据和边界建议、服务间通信方案、数据一致性策略、拆分风险和演进路线。」

模板 123：缓存策略设计

> 使用场景：设计系统缓存方案。
>
> 提示词：「请帮我设计一套缓存策略。场景[描述]，数据特点[读多写少/读写均衡]。请包含：缓存选型（Redis/Memcached/本地缓存）、缓存更新策略、穿透/击穿/雪崩防护、过期时间设计。」

模板 124：安全漏洞扫描建议

> 使用场景：系统安全自检。
>
> 提示词：「请帮我列出[Web 应用/API 服务/移动端]常见的 10 个安全漏洞检查项，包括但不限于：SQL 注入、XSS、CSRF、权限绕过。每项说明：漏洞原理、检测方法、修复建议。」

模板 125：性能压测方案

> 使用场景：系统上线前做压力测试。
>
> 提示词：「请帮我制定一份性能压测方案。系统[系统名]，压测目标[验证容量/找瓶颈]。请包含：压测工具选择、压测场景设计（API 级别）、并发用户数递增策略、监控指标、通过标准、风险预案。」

模板 126：代码迁移方案

> 使用场景：技术栈迁移或版本升级。
>
> 提示词：「请帮我制定从[旧技术]迁移到[新技术]的方案。请包含：迁移范围评估、兼容性分析、迁移步骤（分阶段）、回滚方案、验证清单、时间估算。」

模板 127：API 版本管理策略

> 使用场景： API 需要升级但需兼容老版本。
>
> 提示词：「请帮我设计一套 API 版本管理方案。请包含：版本号规范、URL 路径/Header/参数 三种版本传递方式的优劣对比、弃用老版本的策略、版本兼容性保证措施。」

模板 128：消息队列使用方案

> 使用场景：系统需要引入消息队列。
>
> 提示词：「请帮我设计消息队列的使用方案。场景[描述]，消息类型[异步任务/事件通知/数据同步]。请包含：选型建议（Kafka/RabbitMQ/RocketMQ）、消息格式规范、生产者/消费者设计、死信队列处理、监控告警。」

模板 129：定时任务设计

> 使用场景：系统中需要定时执行某些任务。
>
> 提示词：「请帮我设计一套定时任务方案。任务描述[描述]，执行频率[频率]。请包含：调度工具选择（xxl-job/Quartz/自研）、任务幂等设计、失败重试策略、监控告警、分布式环境下的并发控制。」

模板 130：数据迁移方案

> 使用场景：数据库迁移或数据同步。
>
> 提示词：「请帮我设计数据迁移方案。源[数据源]，目标[目标]，数据量[规模]。请包含：迁移方式（全量/增量/双写）、数据一致性校验、回滚方案、停机时间评估、验证步骤。」

模板 131：日志规范设计

> 使用场景：统一团队的日志标准。
>
> 提示词：「请帮我设计一套日志规范。语言[语言]，框架[框架]。请包含：日志级别使用规范（DEBUG/INFO/WARN/ERROR 分别什么时候用）、日志格式（JSON/文本）、必须包含的字段（traceId/timestamp 等）、日志采样策略。」

模板 132：配置中心选型

> 使用场景：系统需要统一的配置管理。
>
> 提示词：「请对比 Apollo/Nacos/Consul 作为配置中心的优劣。评估维度：功能丰富度、性能、易用性、生态集成、社区活跃度。给出不同场景下的推荐选型。」

模板 133：幂等性设计

> 使用场景：接口需要保证多次调用结果一致。
>
> 提示词：「请帮我设计[接口名]的幂等方案。场景[描述]。请包含：幂等键设计、幂等判断逻辑、并发控制、过期清理策略、代码实现示例。」

模板 134：降级熔断策略

> 使用场景：系统稳定性保障。
>
> 提示词：「请帮我设计降级熔断策略。服务[服务名]，依赖[外部服务/数据库]。请包含：熔断触发条件、恢复策略、降级 fallback 逻辑、限流策略、监控指标。」

模板 135：分库分表方案

> 使用场景：单表数据量过大需要拆分。
>
> 提示词：「请帮我设计分库分表方案。表名[表名]，当前数据量[数量]，增长趋势[趋势]。请包含：分片键选择、分片算法、路由策略、分布式 ID 生成、join 查询处理方案。」

模板 136：Webhook 设计

> 使用场景：系统需要对外推送事件通知。
>
> 提示词：「请帮我设计 Webhook 推送机制。事件类型[类型]，推送目标[用户配置的 URL]。请包含：签名验证机制（防篡改）、重试策略、超时处理、投递顺序保证、安全考虑。」

模板 137：文件上传安全方案

> 使用场景：系统需要支持用户上传文件。
>
> 提示词：「请帮我设计文件上传的安全方案。请包含：文件类型白名单校验、文件大小限制、恶意文件检测、存储方案（本地/OSS）、文件名处理（防目录遍历）、访问权限控制。」

模板 138：搜索功能实现方案

> 使用场景：系统需要实现搜索功能。
>
> 提示词：「请帮我设计搜索功能方案。数据类型[类型]，搜索需求[全文/关键词/筛选]。请包含：搜索引擎选型（ES/数据库 like/其他）、索引设计、查询 DSL 示例、搜索结果排序策略、高亮实现。」

模板 139：秒杀系统设计

> 使用场景：高并发秒杀活动。
>
> 提示词：「请帮我设计秒杀系统架构。预估并发[QPS]，库存[数量]。请包含：流量削峰策略、库存扣减方案（防超卖）、限流防刷、下单流程优化、热点数据缓存。」

模板 140：权限模型设计

> 使用场景：系统的权限控制。
>
> 提示词：「请帮我设计权限模型。需求[描述]。请对比 RBAC/ABAC 模型，给出适合本场景的权限设计方案：角色定义、权限粒度、数据权限处理、权限变更流程。」

模板 141：多语言 i18n 方案

> 使用场景：应用需要支持多语言。
>
> 提示词：「请帮我设计前端多语言方案。框架[框架]，语言[支持语言列表]。请包含：语言文件组织、动态加载策略、翻译 key 命名规范、日期/数字/货币本地化、切换语言实现。」

模板 142：埋点方案设计

> 使用场景：产品需要数据采集分析。
>
> 提示词：「请帮我设计前端埋点方案。请包含：埋点类型（点击/曝光/性能/错误）、埋点数据结构、上报时机（实时/批量）、SDK 设计要点、敏感信息处理。」

模板 143：跨域问题解决方案

> 使用场景：前后端分离时的跨域处理。
>
> 提示词：「请帮我梳理跨域问题的解决方案。场景[描述]。请对比：CORS 配置、反向代理、JSONP 的优劣，给出不同场景下的推荐方案和配置示例。」

模板 144：WebSocket 实时通信方案

> 使用场景：系统需要实时推送功能。
>
> 提示词：「请帮我设计 WebSocket 实时通信方案。场景[聊天/通知/协同编辑]。请包含：连接管理、心跳机制、消息格式、离线消息处理、水平扩展方案。」

模板 145：数据备份策略

> 使用场景：制定数据备份和恢复方案。
>
> 提示词：「请帮我设计数据备份策略。数据库[类型]，数据重要性[级别]。请包含：备份频率（全量/增量）、保留周期、存储位置、恢复演练计划、RTO/RPO 指标。」

模板 146：API 网关设计

> 使用场景：统一管理和暴露 API。
>
> 提示词：「请帮我设计 API 网关方案。请包含：核心功能（路由/限流/认证/日志）、网关选型（自研/开源）、后端服务注册发现、性能优化、高可用设计。」

模板 147：状态机设计

> 使用场景：业务有复杂状态流转。
>
> 提示词：「请帮我设计一个状态机。业务对象[对象]，状态有[列出所有状态]，事件有[列出所有事件]。请输出：状态转换图（用文字描述）、状态转换表、代码实现（用状态模式或其他设计模式）。」

模板 148：任务调度系统

> 使用场景：系统中有大量异步任务需要调度执行。
>
> 提示词：「请帮我设计任务调度系统。任务类型[类型]，并发要求[要求]。请包含：任务定义模型、调度策略（定时/延迟/依赖）、执行器设计、任务状态管理、失败处理和告警。」

模板 149：分布式锁实现

> 使用场景：分布式环境下防止并发冲突。
>
> 提示词：「请帮我设计分布式锁方案。场景[描述]。请对比 Redis Redlock/Zookeeper/数据库锁的实现原理、优缺点，给出推荐方案和代码示例，包含锁获取、释放、超时处理、可重入性考虑。」

模板 150：服务端推送方案

> 使用场景：服务器主动推送消息到客户端。
>
> 提示词：「请帮我设计服务端推送方案。场景[通知/实时数据]。请对比 SSE/WebSocket/长轮询的优劣，给出推荐方案和实现示例，包含连接管理、消息可靠性、资源消耗考虑。」

3.4 学习提升类（30 个模板）

覆盖场景：知识总结、考试备考、读书笔记、概念解释、学习计划、思维导图大纲、论文大纲、文献综述、外语练习、技能学习路线等。

模板 151：复杂概念通俗解释

> 使用场景：需要快速理解一个陌生领域的概念。
>
> 提示词：「请用 10 岁小孩能听懂的语言解释[概念]。要求：举一个生活中的例子、不超过 200 字、不要专业术语、让完全没背景的人也能理解。」

模板 152：考试复习计划

> 使用场景：备考时间有限，需要高效复习计划。
>
> 提示词：「请帮我制定[考试名称]的复习计划。考试日期[日期]，剩余[天数]天，每天可投入[小时]小时。科目包括[科目列表]。要求：按天排期、每天具体复习内容、每科分配时间比例合理、包含 2 次模拟考时间、最后 3 天重点复习安排。」

模板 153：读书笔记模板

> 使用场景：读完一本书后整理核心收获。
>
> 提示词：「请帮我整理《[书名]》的读书笔记。作者[作者]，我读这本书的目的是[目的]。请输出：1. 核心观点总结（3-5 条）；2. 对我最有启发的 3 个点；3. 可以立即行动的 2 个建议；4. 推荐给什么类型的人读。」

模板 154：学术论文大纲

> 使用场景：开始写论文前规划结构。
>
> 提示词：「请帮我设计一篇关于[主题]的学术论文大纲。研究领域[领域]，目标期刊/会议[目标]。要求：包含摘要、引言、相关工作、方法论、实验/案例、结论、参考文献结构，每个部分给出 3-5 个要点。」

模板 155：文献综述撰写

> 使用场景：论文或报告的文献综述部分。
>
> 提示词：「请帮我写一份关于[主题]的文献综述。我有以下参考文献：[列出文献]。要求：按时间线或主题分类梳理、指出现有研究的共识和分歧、找到研究空白（gap）、最后引出本研究的价值。」

模板 156：思维导图大纲生成

> 使用场景：把某个主题整理成思维导图结构。
>
> 提示词：「请帮我生成'[主题]'的思维导图大纲。要求：中心主题 → 3-5 个主干分支 → 每个分支 2-4 个子节点，用层级缩进格式输出，便于直接导入思维导图工具。」

模板 157：技能学习路线

> 使用场景：从零学习一项新技能。
>
> 提示词：「请帮我设计从零学习[技能]的学习路线。我的背景[背景]，目标水平[初级/中级/高级]。要求：分阶段（3-5 个阶段）、每个阶段的学习内容、推荐资源（书籍/课程/项目）、预计每个阶段所需时间、里程碑检验标准。」

模板 158：外语对话练习

> 使用场景：练习外语口语或写作。
>
> 提示词：「请扮演一位[国家]本地人，和我进行[场景，如餐厅点餐/问路/面试]的[语言]对话练习。要求：你先说第一句话、纠正我的语法错误、提供 3 种不同礼貌程度的表达方式。」

模板 159：错题分析

> 使用场景：考试或练习中做错题目后深入理解。
>
> 提示词：「请帮我分析这道错题：题目[题目]，我的答案[答案]，正确答案[正确答案]。请：1. 指出我错在哪里；2. 解释正确答案的推理过程；3. 总结这类题目的解题技巧；4. 出 2 道类似题目让我练习。」

模板 160：知识卡片制作

> 使用场景：把知识点制作成便于记忆的卡片。
>
> 提示词：「请帮我把以下内容制作成 5 张知识卡片：[主题内容]。每张卡片格式：正面（问题/概念名称）、背面（定义+例子+记忆口诀）。要求：语言精炼、例子生动、适合快速复习。」

模板 161：课程总结

> 使用场景：听完一节课或一个课程模块后总结。
>
> 提示词：「请帮我总结这节课程的核心内容：课程主题[主题]，讲师提到的关键点[列出]。要求：3 句话总结核心观点、5 条关键笔记、2 个可以立即实践的行动点、1 个需要深入思考的问题。」

模板 162：论文降重改写

> 使用场景：论文查重率过高需要改写。
>
> 提示词：「请帮我改写以下段落以降低重复率，同时保持学术性和原意：[段落内容]。要求：调整句式结构、替换同义词、保持专业术语不变、改写后字数与原段落相近。」

模板 163：研究假设验证

> 使用场景：做研究时验证假设是否成立。
>
> 提示词：「请帮我分析以下研究假设是否可验证：假设[假设描述]。请指出：1. 这个假设的可操作定义是什么；2. 需要收集哪些数据；3. 适合用什么方法验证；4. 潜在的混杂变量有哪些。」

模板 164：演讲稿准备

> 使用场景：准备课堂或学术演讲。
>
> 提示词：「请帮我准备一篇关于[主题]的[时长]分钟演讲稿。听众[听众背景]。要求：开场有钩子、主体分 3 个要点、每点有案例或数据、结尾有总结和号召、口语化表达。」

模板 165：学习方法推荐

> 使用场景：针对某个学科找到高效学习方法。
>
> 提示词：「请推荐学习[学科]的高效方法。我的学习风格偏向[视觉/听觉/动手]。要求：3 种不同学习方法、每种说明适用场景和操作步骤、推荐配套工具或资源、如何检验学习效果。」

模板 166：实验报告撰写

> 使用场景：完成实验后写报告。
>
> 提示词：「请帮我写一份实验报告。实验名称[名称]，实验目的[目的]，实验步骤[步骤]，实验结果[结果]，数据分析[数据]。要求：包含实验目的、原理、步骤、结果、分析讨论、结论，语言严谨规范。」

模板 167：概念对比表

> 使用场景：区分易混淆的概念。
>
> 提示词：「请帮我对比[概念 A]和[概念 B]。要求：从定义、核心特征、应用场景、优缺点 4 个维度对比，用表格输出，最后用一个例子说明两者的区别。」

模板 168：读书笔记（速读版）

> 使用场景：快速浏览一本书后提取精华。
>
> 提示词：「请帮我提取《[书名]》的核心精华。我只需要了解这本书的要点，不需要细节。请输出：1. 一句话概括全书主旨；2. 3 个核心观点；3. 1 个最值得实践的建议。」

模板 169：外语翻译校对

> 使用场景：翻译后检查质量和润色。
>
> 提示词：「请校对我的[目标语言]翻译：原文[原文]，我的翻译[译文]。请检查：1. 是否准确传达原意；2. 语法和用词是否地道；3. 给出修改建议；4. 提供你认为更好的翻译版本。」

模板 170：记忆法设计

> 使用场景：需要记住大量信息。
>
> 提示词：「请帮我为以下内容设计记忆方法：[需要记忆的内容]。要求：用联想记忆法/首字母缩略词/故事法中的一种，给出具体的记忆技巧，让内容更容易记住。」

模板 171：学习进度复盘

> 使用场景：定期复盘学习效果。
>
> 提示词：「请帮我复盘本周学习进度。本周计划[计划内容]，实际完成[完成情况]。请：1. 分析未完成原因；2. 给出下周调整建议；3. 推荐一个保持学习动力的方法。」

模板 172：论文选题建议

> 使用场景：不知道写什么论文题目。
>
> 提示词：「请帮我推荐[领域]的论文选题。我的研究兴趣[兴趣]，导师方向[方向]。要求：5 个选题建议、每个说明研究意义和可行性、标注难度（易/中/难）、推荐相关参考文献方向。」

模板 173：辩论赛准备

> 使用场景：准备辩论赛论点。
>
> 提示词：「请帮我准备辩论赛。辩题[辩题]，我方立场[正方/反方]。请给出：3 个核心论点、每个论点的论据和案例、预测对方可能的反驳及应对策略、结辩陈词要点。」

模板 174：考证备考策略

> 使用场景：准备职业资格考试。
>
> 提示词：「请帮我制定[证书名称]的备考策略。考试日期[日期]，我的基础[基础水平]。请包含：考试科目分析（难度和重要性）、资料推荐、阶段复习计划、刷题策略、考前一周安排。」

模板 175：知识点讲解（费曼技巧）

> 使用场景：用费曼学习法检验自己是否真懂。
>
> 提示词：「请帮我用费曼技巧检验我对[概念]的理解。我会尝试向一个 12 岁孩子解释这个概念：[我的解释]。请评估：1. 哪里说得清楚；2. 哪里还需要改进；3. 给我这个概念最精炼的解释作为参考。」

模板 176：多选题出题

> 使用场景：为自己或他人出题检验学习效果。
>
> 提示词：「请根据以下内容出 5 道多选题：[知识点内容]。要求：每题 4 个选项、至少 2 个正确答案、有详细解析、难度适中，覆盖不同知识点。」

模板 177：学习资源筛选

> 使用场景：从大量资源中找到最适合的。
>
> 提示词：「请帮我筛选学习[技能]的资源。我找到以下选项：[列出资源]。我的水平[初级/中级]，偏好[视频/书籍/实战]。请对每个资源评分（1-5 分）并说明推荐理由或不足。」

模板 178：时间管理分析

> 使用场景：分析自己的学习时间分配。
>
> 提示词：「请帮我分析以下学习时间分配是否合理：我每天学习[小时]小时，分配给[科目/技能 1][时间]、[科目/技能 2][时间]。我的目标是[目标]。请：1. 评估时间分配是否合理；2. 给出优化建议；3. 推荐一个高效的时间块分配方案。」

模板 179：概念关系图描述

> 使用场景：梳理多个概念之间的关系。
>
> 提示词：「请帮我梳理以下概念之间的关系：[概念列表]。请用文字描述它们之间的层次关系、因果关系或包含关系，适合用来画图。」

模板 180：期末复习重点

> 使用场景：期末考试前抓重点。
>
> 提示词：「请帮我梳理[课程名]的期末复习重点。教材章节[列出章节]。请输出：高频考点 TOP 10、每个考点的核心内容（1-2 句话）、易错点提醒、复习优先级排序。」

3.5 生活助手类（20 个模板）

覆盖场景：旅行规划、菜谱推荐、购物决策、健康建议、时间管理、理财规划、装修建议、搬家清单、礼物推荐、健身计划等。

模板 181：旅行行程规划

> 使用场景：计划一次旅行，需要详细行程安排。
>
> 提示词：「请帮我规划一次[天数]天的[目的地]旅行。出行人数[人数]，预算[预算范围]，旅行偏好[美食/景点/休闲/冒险]，出发城市[城市]。请给出：每日行程安排（上午/下午/晚上）、推荐住宿区域、必吃美食清单、交通建议、预算分配。」

模板 182：健康食谱推荐

> 使用场景：想要吃得健康但不知道怎么搭配。
>
> 提示词：「请帮我推荐一周的午餐食谱。要求：每餐 1 荤 1 素 1 主食、烹饪时间不超过 30 分钟、适合[减脂/增肌/控糖/日常保健]、食材易购得。请给出每天的具体菜谱和简单做法。」

模板 183：购物决策对比

> 使用场景：在几个选项之间犹豫不决。
>
> 提示词：「请帮我对比以下选项，辅助决策：我要买[品类]，在[A]和[B]之间纠结。我的需求是[需求]，预算[金额]。请从性价比、口碑、适用性、售后 4 个维度打分（1-5 分），最后给出购买建议。」

模板 184：健身计划制定

> 使用场景：想要开始规律健身。
>
> 提示词：「请帮我制定一份[周期]健身计划。目标[减脂/增肌/塑形/健康]，当前体重[体重]，健身基础[零基础/偶尔运动/经常运动]，每周可练[天数]天。请给出：每周训练安排（每天练什么、几组几次）、饮食建议、注意事项。」

模板 185：搬家清单

> 使用场景：准备搬家时整理待办。
>
> 提示词：「请帮我制定一份搬家清单。搬家时间[日期]，从[旧地址]搬到[新地址]。请按时间线整理：搬家前 1 个月、前 1 周、前 1 天、当天、入住后各需要做什么。包含打包、清洁、通知、搬运各环节。」

模板 186：礼物推荐

> 使用场景：不知道送什么礼物。
>
> 提示词：「请帮我推荐送给[关系，如妈妈/男友/同事]的礼物。预算[金额]，场合[生日/节日/纪念日]，对方喜好[喜好]，年龄[年龄段]。请推荐 5 个选项，每个说明推荐理由和适合的场景。」

模板 187：装修建议

> 使用场景：准备装修房子。
>
> 提示词：「请给我一些[面积]平米[户型]的装修建议。预算[金额]，风格偏好[风格]，居住人数[人数]。请包含：空间布局建议、必买大件清单、省钱技巧、常见避坑指南、推荐的关注顺序（先什么后什么）。」

模板 188：理财规划建议

> 使用场景：个人理财规划。
>
> 提示词：「请帮我做一个简单的理财规划。月收入[金额]，固定支出[金额]，风险承受能力[高/中/低]，理财目标[目标]。请给出：收支分析、应急资金建议、投资组合建议（按风险分配）、每月定投计划。」

模板 189：时间管理诊断

> 使用场景：感觉时间不够用，需要诊断。
>
> 提示词：「请帮我分析以下日常时间安排：我每天[列出主要事项和时间分配]。我感觉[哪里不满意]。请：1. 找出时间黑洞；2. 给出优化方案；3. 推荐一个适合我的时间管理方法（如番茄工作法/时间块法）。」

模板 190：急救知识查询

> 使用场景：了解常见意外的处理方法。
>
> 提示词：「请用简洁的步骤说明如何处理以下紧急情况：[情况描述，如烫伤/割伤/中暑]。要求：分步骤说明、标注哪些情况必须立即就医、给出预防措施。」

模板 191：养宠指南

> 使用场景：新手养宠物需要指导。
>
> 提示词：「请给我一份新手养[宠物类型]的指南。请包含：前期准备（物品+环境）、饮食建议、日常护理、常见健康问题、训练建议、每月大致开销。」

模板 192：季节性穿搭建议

> 使用场景：换季不知道穿什么。
>
> 提示词：「请给我[季节]的穿搭建议。性别[男/女]，年龄[年龄段]，场合[通勤/休闲/约会]，预算[单品预算]。请推荐：5 套搭配（每套说明单品组合）、必备基础款清单、配色建议。」

模板 193：家庭药箱清单

> 使用场景：整理家庭常备药品。
>
> 提示词：「请帮我列一份家庭药箱常备清单。家庭成员[人数+年龄段]。请按类别列出：退烧止痛、感冒、肠胃、外伤处理、过敏、其他。每项标注适用情况和注意事项。」

模板 194：面试准备（模拟面试）

> 使用场景：准备求职面试。
>
> 提示词：「请扮演一名面试官，对我进行[职位]岗位的模拟面试。请问 5 个问题（涵盖专业能力、项目经验、团队协作、职业规划），我会回答，然后你给我反馈和改进建议。」

模板 195：社交场合话题准备

> 使用场景：参加聚会或会议不知道聊什么。
>
> 提示词：「请给我 10 个适合在[场合，如行业聚会/家庭聚餐]聊的话题。受众[人群特征]。要求：话题轻松不尴尬、能引发讨论、不涉及敏感话题、附带开场话术示例。」

模板 196：睡前放松引导

> 使用场景：帮助入睡。
>
> 提示词：「请帮我写一段 5 分钟的睡前放松引导。要求：从头部到脚部逐步放松、配合深呼吸节奏、语言温和舒缓、帮助释放一天的压力。」

模板 197：周末活动规划

> 使用场景：周末不知道做什么。
>
> 提示词：「请帮我规划一个充实的周末。城市[城市]，预算[金额]，偏好[室内/户外/文艺/运动/宅]。请给出周六和周日的活动安排，包含 3 个选项（A 轻松/B 充实/C 冒险），每个选项有具体活动、预计时间和费用。」

模板 198：个人年度复盘

> 使用场景：年底回顾一年的成长。
>
> 提示词：「请帮我做一个年度复盘框架。请包含：1. 年度大事记（按月份）；2. 3 个高光时刻；3. 2 个遗憾和教训；4. 个人成长评估（健康/学习/工作/关系 4 个维度 1-10 分）；5. 下年度 3 个目标。」

模板 199：读书笔记分享文案

> 使用场景：读完书后在社交媒体分享。
>
> 提示词：「请帮我写一条分享《[书名]》读后感的朋友圈/微博文案。要求：100 字以内、不说教、有个人观点、引发互动（提问或邀请评论）、适合配书封图。」

模板 200：每日感恩日记

> 使用场景：培养感恩习惯。
>
> 提示词：「请帮我设计一个每日感恩日记模板。要求：每天 3-5 分钟完成、3 个固定栏目（今天感谢的人/事/学到的）、1 个开放问题、语言积极温暖。」

CHAPTER FOUR

第四章 高级技巧与优化

本章解决的核心问题：当你掌握了基础技巧后，如何让提示词从"能用"变成"好用"甚至"极致"？

4.1 多轮对话管理

4.2 输出格式精确控制

4.3 上下文信息注入

4.4 提示词质量自检与迭代

4.1 多轮对话管理

AI 对话是有上下文的，善用这一点可以大幅提升输出质量。

保持一致性的方法：

- 开头先定义"规则"：「在接下来的对话中，请你始终扮演一名资深前端工程师，所有回答都从这个角度出发。」
- 中途需要调整时明确引用：「基于你刚才说的第三点，请再详细展开一下...」
- 如果发现 AI "忘记"了之前的设定，礼貌提醒：「请记得你现在的角色是...」

上下文引用技巧：

- 引用前文结论：「根据你刚才分析的用户画像，请推荐对应的运营策略」
- 要求 AI 自我引用：「请在最终方案中整合我们前面讨论的要点 1、3、5」
- 让 AI 做总结后再继续：「请先总结一下我们目前达成的共识，然后进入下一步」

何时重置对话：

- 话题完全切换时（从写代码切换到写文案）
- AI 开始"胡言乱语"或重复之前的内容时
- 需要完全独立的回答，不受之前对话影响时
- 对话轮数超过 10 轮后，上下文可能开始"拥挤"

4.2 输出格式精确控制

AI 可以输出几乎任何格式，关键是你要说清楚。

指定结构化格式：

- JSON 格式：「请用 JSON 格式输出，字段包括 name、age、skills（数组）」
- Markdown 表格：「请用 Markdown 表格输出对比结果」
- 分层列表：「请用有序列表输出，主步骤用 1.2.3.，子步骤用 1.1 1.2」

长度控制技巧：

- 精确字数：「回答不超过 200 字」
- 范围控制：「回答在 300-500 字之间」
- 段落控制：「分 3 段，每段不超过 3 句话」

风格控制技巧：

- 语气指定：「用口语化风格」「用学术化风格」「用幽默风格」
- 受众指定：「给完全不懂技术的小白看」「给资深专家看」
- 平台适配：「小红书风格（带 emoji、短句）」「知乎风格（逻辑严密、有深度）」「公众号风格（有故事性）」

4.3 上下文信息注入

让 AI 基于你提供的材料回答，而不是凭空发挥。

提前喂材料：

「请基于以下材料回答我的问题。材料：「[粘贴材料]」。我的问题是：[问题]。要求回答时引用材料中的具体内容。」

材料组织方式：

- 好的方式：分条列出、标注来源、结构化呈现
- 不好的方式：一大段无格式的文字堆砌
- 给长材料时先总结：「以下是一份用户调研报告，请先总结核心发现，然后回答我的问题...」

4.4 提示词质量自检与迭代

没有人一次就写出完美提示词，迭代是关键。

4 步迭代法：

1. **试用**：写出第一版提示词，看 AI 输出什么
2. **分析问题**：输出哪里不满意？（太泛？格式不对？深度不够？角度跑偏？）
3. **修改提示词**：针对性地添加约束条件、示例、角色设定或拆解步骤
4. **再试用**：对比前后两次输出，看是否改善

常见修正方向对照表：

问题	修正方向	示例
回答太泛	加角色 + 加约束	「你是一名专家」+「只回答 3 点」
格式不对	加格式要求 + 给示例	「用表格输出」+ 「参考以下格式」
深度不够	拆步骤 + 要求展开	「第一步...第二步详细说明...」
角度跑偏	明确视角 + 排除方向	「从用户角度分析，不涉及技术实现」
风格不符	加风格描述 + 给示例	「用轻松幽默的风格，参考...」
太啰嗦	加字数限制	「回答不超过 200 字」

> **本章要点回顾**：高级技巧的核心是"精确控制"——控制对话的走向、输出的格式、信息的来源和迭代的节奏。记住：AI 的输出质量 = 你的提示词设计水平 × 迭代次数。

CHAPTER FIVE

第五章　真实案例实战

本章解决的核心问题：当多种技巧组合在一起时，完整的提示词设计流程长什么样？

5.1 产品经理的一天

5.2 程序员的效率翻倍

5.3 内容创作者的批量生产

5.4 学生的 AI 学习法

5.1 产品经理的一天

场景还原：王小明是一名 SaaS 公司的产品经理，周二一天要完成：写 Q2 的产品规划文档、做竞品分析、完成一个功能的 PRD、准备周四的评审会材料。

使用的提示词原文与 AI 输出：

任务 1——产品规划文档：

> 「你是一名拥有 10 年经验的 B 端产品经理，擅长 SaaS 产品规划。请帮我撰写 Q2 产品规划文档，我们产品是[企业协作 SaaS]，Q1 已完成[核心功能上线]，Q2 目标是[提升付费转化率 20%]。请按以下结构输出：1. Q1 回顾（成绩+不足）；2. Q2 目标（3 个核心目标，符合 SMART 原则）；3. 关键项目（3 个项目，每个包含背景、目标、里程碑）；4. 资源需求；5. 风险预判。」

AI 输出了一份结构完整的规划文档，其中 Q2 目标部分直接可用，里程碑时间线需要根据实际情况微调。

任务 2——竞品分析：

> 「请帮我做竞品分析，对比[我们的产品]和[竞品 A]、[竞品 B]。分析维度：1. 核心功能对比（表格）；2. 定价策略；3. 目标用户差异；4. 各自 3 个优势和 2 个劣势；5. 我们的差异化机会。」

AI 输出的功能对比表格可直接放入 PPT，差异化机会点的分析有启发性。

任务 3——PRD 撰写：

> 「请帮我写一份 PRD，功能名称[智能任务分配]，背景[团队手动分配任务效率低]，目标[分配时间缩短 50%]。请包含：功能概述、用户故事、功能流程图（文字描述）、页面原型描述（字段和交互）、异常处理、数据埋点需求。」

任务 4——评审会准备：

> 「请帮我准备评审会的讲稿提纲，评审内容是上面提到的智能任务分配功能。请包含：开场（为什么做这个功能，1 分钟）、功能演示流程（5 分钟，分步骤）、预期问题和回答准备、需要评审决策的事项。」

效果点评：原本需要一整天的工作量，通过提示词辅助可以在 3 小时内完成初稿，关键是提示词中包含了足够的背景信息和结构要求，AI 输出的可用率超过 70%。

5.2 程序员的效率翻倍

场景还原：李华是一名后端工程师，周三接到一个需求：审查同事提交的代码、定位一个线上 Bug、给 legacy 代码提重构建议、为新功能生成测试用例。

使用的提示词原文与 AI 输出：

任务 1——代码审查：

> 「请对以下代码进行审查，从代码规范、潜在 Bug、性能、安全 4 个角度：[粘贴代码]。请对每个问题给出：问题描述、所在行号、严重程度（P0/P1/P2）、修改建议。」

AI 发现了 2 个潜在的 NPE 风险和 1 处 SQL 注入隐患，这些是有价值的安全提醒。

任务 2——Bug 定位：

> 「请帮我定位 Bug。现象[用户反馈查询超时]，相关代码[代码片段]，日志[日志内容]。请逐步分析：1. 从日志中找出异常线索；2. 分析可能导致超时的代码路径；3. 给出修复方案。」

AI 通过日志分析定位到是数据库索引缺失导致的查询慢，建议添加复合索引。

任务 3——重构建议：

> 「请对以下 legacy 代码给出重构建议。重构目标[提高可维护性]。请：1. 列出当前代码的 3 个主要问题；2. 给出重构后的代码；3. 说明改动点。[粘贴代码]」

任务 4——测试用例生成：

> 「请为以下函数编写单元测试，使用 JUnit5：[粘贴代码]。要求覆盖：正常输入、边界值、异常输入，每个测试说明目的。」

AI 生成了 6 个测试用例，覆盖了主要路径，其中边界值测试发现了 1 个未处理的边界情况。

效果点评：代码审查和 Bug 定位环节 AI 的表现最出色，尤其是安全问题的识别。测试用例生成可以覆盖 60-70% 的基础场景，复杂业务逻辑还需要人工补充。

5.3 内容创作者的批量生产

场景还原：小美是一名自媒体博主，每周需要产出 5 篇小红书笔记。她需要：找选题、写初稿、优化标题、准备排版。

使用的提示词原文与 AI 输出：

任务 1——选题生成：

> 「你是一名小红书美妆博主的内容策划。请帮我生成 10 个选题，我的定位是[平价好物分享]，目标受众[18-25 岁学生党]。要求：选题有热度、易出爆文、我能持续产出，每个选题给出标题方向和内容切入点。」

AI 生成的 10 个选题中有 7 个可以直接用，另外 3 个需要结合时效性调整。

任务 2——初稿撰写（以其中一个选题为例）：

> 「请帮我写一条小红书笔记，选题[50 元以下的宿舍神器分享]。要求：标题带 emoji、分 5 个产品推荐（每个产品有名称+价格+一句话卖点+使用感受）、结尾引导互动（评论区征集）、带 3 个话题标签，语气像学姐分享。」

任务 3——标题优化：

> 「请为以下内容生成 5 个小红书标题：[内容摘要]。要求：带数字、有悬念或利益点、20 字以内、带 emoji。」

任务 4——排版输出：

> 「请将以下内容排版成适合小红书发布的格式：使用 emoji 做分隔、关键信息加粗、每段不超过 3 行、在合适位置插入'分隔线'标记。[粘贴内容]」

效果点评：选题生成和初稿撰写可以节省 50% 以上的创作时间，标题优化环节 AI 的创意有时比人更好。最终发布前需要人工审核事实准确性和个人风格调整。

5.4 学生的 AI 学习法

场景还原：张同学大三，正在准备考研和毕业论文。他用 AI 辅助：专业课知识梳理、数学错题分析、论文大纲设计、模拟面试练习。

使用的提示词原文与 AI 输出：

任务 1——知识梳理：

> 「请帮我梳理[宏观经济学]中[IS-LM 模型]的知识框架。要求：1. 一句话定义；2. 核心公式和图形；3. 政策含义（财政政策/货币政策）；4. 与相关概念的联系和区别；5. 常见考题类型。输出格式用层级列表。」

AI 输出的知识结构清晰，可以直接作为复习笔记使用。

任务 2——错题分析：

> 「请分析这道数学题：题目[题目内容]，我的解答[我的步骤]，错误答案[答案]，正确答案[正确答案]。请：1. 指出我错在哪一步；2. 给出正确解法；3. 总结这类题的关键解题技巧；4. 出 2 道类似题。」

任务 3——论文大纲：

> 「请帮我设计毕业论文大纲。题目[题目]，研究方法[实证研究]，数据来源[数据库]。请包含：摘要结构、引言（研究背景和意义）、文献综述（3 个子方向）、理论框架、研究设计、实证分析、结论与建议。」

任务 4——模拟面试：

> 「请扮演考研复试面试官，对我进行模拟面试。报考专业[专业]，请依次问 5 个问题：1 个自我介绍、2 个专业问题、1 个研究计划、1 个压力测试。我回答后你给我评分和改进建议。」

效果点评：知识梳理和错题分析是 AI 在学习场景中最强的应用，输出的结构化程度高于大多数学生的手写笔记。模拟面试的功能可以帮助克服紧张感，提前准备常见问题的回答框架。

> **本章要点回顾**：真实案例展示了"组合技巧"的力量——没有单一技巧能解决所有问题，但角色设定 + 任务分解 + 格式控制的三件套可以应对 90% 的职场和创作场景。关键是先想清楚你要什么，再把这些需求清晰地传达给 AI。

> **全书结语**：提示词工程不是一门高深的学问，而是一项可以通过练习快速掌握的技能。从今天开始，每次使用 AI 时都多问一句"我是否给了它足够的上下文"，你的 AI 使用体验将会有质的飞跃。记住：AI 的能力边界，往往取决于你的表达能力边界。

会员专属资料 · 持续更新

把这 200 个模板用起来的地方

「河马的CC商业实战」星球里，每周都有看得懂、用得上的 AI 实战：

新栏目「河马带你逛GitHub」每周一期，实战长文、会员资料持续更新。



微信扫码 · 加入「河马的CC商业实战」

河马的CC商业实战 出品