

【 ChatGPT 篇 】



第 1 章

认识 ChatGPT



学
前
提
示

ChatGPT 是 AI 文案的主要生成工具之一。用户登录 ChatGPT 平台后，通过输入相应的提示词便可以获得所需的文案，从而实现 AI 自动化生成文案。本章将带领大家熟悉 ChatGPT 平台的运用方法。



要
点
提
示

- ▶ 基本操作：入门 ChatGPT
- ▶ 进阶用法：掌握更多操作
- ▶ 管理窗口：方便后续操作



1.1 基本操作：入门 ChatGPT

在 ChatGPT^①平台中，用户可以通过指令或提示词让 ChatGPT 生成所需的文案，然后再将文案复制出来，或修改，或使用，从而达到 AI(Artificial Intelligence，人工智能)生成文案的目的。本节将为大家介绍运用 ChatGPT 生成文案的基本操作。

1.1.1 生成文案



扫码看视频

登录 ChatGPT 后，打开 ChatGPT 的聊天窗口，即可开始进行对话，用户可以输入任何问题或话题，ChatGPT 将尝试回答并提供与主题有关的信息，下面介绍具体的操作方法。

步骤 01 打开 ChatGPT 的聊天窗口，单击底部的输入框，如图 1-1 所示。

步骤 02 在 ChatGPT 的输入框中输入相应的提示词，如“请为电吹风产品写一段宣传文案，20 字以内”，如图 1-2 所示。

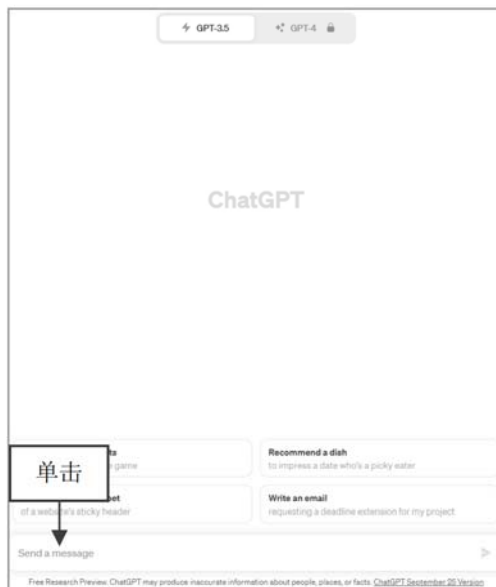


图 1-1 单击底部的输入框

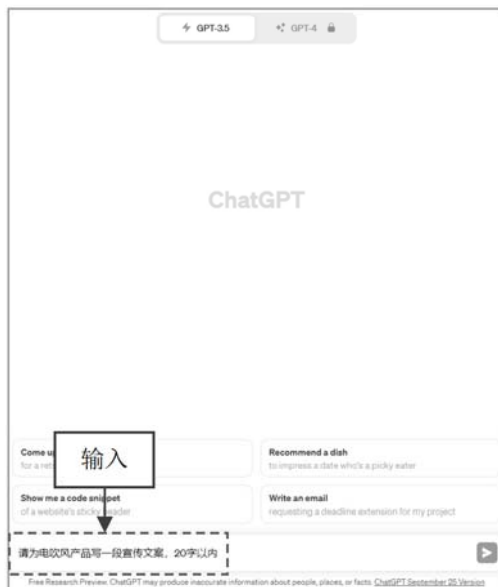


图 1-2 输入相应的提示词

步骤 03 单击输入框右侧的“发送”按钮或按 Enter 键，随后 ChatGPT 即可根据要求生成相应的文案，如图 1-3 所示。

① ChatGPT 官方网站链接为：<https://openai.com/blog/chatgpt>。



图 1-3 ChatGPT 生成相应的文案

1.1.2 停止生成文案



扫码看视频

用户在 ChatGPT 中发送消息后，ChatGPT 是以逐字输出的方式生成文案，当用户对当前所生成的文案表示存疑时，可以让 ChatGPT 停止生成文案，具体操作如下。

打开 ChatGPT 的聊天窗口，在输入框中输入“请提供两条适合美食记录的朋友圈文案”，按 Enter 键发送，ChatGPT 即可根据要求生成文案。单击下方的 Stop generating(停止生成)按钮，如图 1-4 所示，即可让 ChatGPT 停止生成文案。



图 1-4 单击 Stop generating 按钮停止生成文案

1.1.3 重新生成文案



扫码看视频

当用户对 ChatGPT 生成的回复不满意时，可以通过 Regenerate (重新生成)按钮让它重新生成回复，ChatGPT 会响应提示词更换表达方



式、改变内容来重新给出回复，具体操作步骤如下。

步骤 01 打开 ChatGPT 的聊天窗口，在 ChatGPT 已经生成文案或停止生成文案后，在输入框的上方单击 Regenerate(重新生成)按钮，如图 1-5 所示，即可重新生成文案。



图 1-5 单击 Regenerate 按钮重新生成文案

步骤 02 重新生成文案后，会出现页码，如图 1-6 所示。每重新生成一次就会新增一页，前面生成过的回复会保留下来，单击页码左右两边的箭头可以进入上一页或下一页。

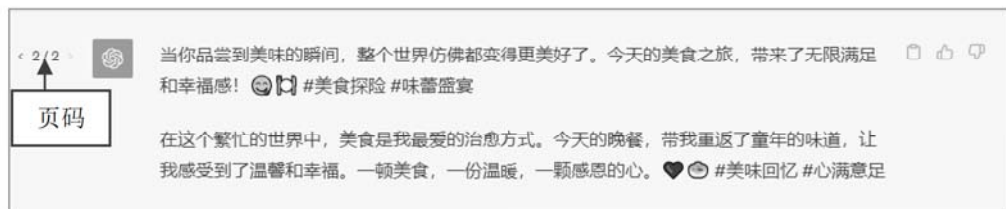


图 1-6 出现页码

1.1.4 移动鼠标复制

当用户需要复制 ChatGPT 生成的文案时，可以通过选择内容的方式将需要的内容复制到 Word 文档中，具体操作步骤如下。

步骤 01 打开 ChatGPT 的聊天窗口，在输入框中输入“请提供 10 个关于友情的文章标题”提示词，按 Enter 键发送，ChatGPT 即可给出回复，如图 1-7 所示。

步骤 02 可以看到 ChatGPT 为用户提供了 10 个关于友情的文章标题，通过移动鼠标选择这些标题，单击鼠标右键，在弹出的快捷菜单中选择“复制”命令，如图 1-8 所示，即可复制 ChatGPT 生成的文章标题。

用户可以将所复制的文案粘贴至记事本、Word 文档等软件中，修改、保存作为备用。



扫码看视频



图 1-7 ChatGPT 的回复



图 1-8 选择“复制”命令

1.1.5 单击“复制”按钮

除了通过选择内容的方式复制 ChatGPT 回复的内容外，ChatGPT 还自带“复制”按钮，可以让用户直接复制 ChatGPT 回复的完整内容，具体操作步骤如下。



扫码看视频



步骤 01 以上例中 ChatGPT 的回复为例，打开 ChatGPT 的聊天窗口，单击“复制”按钮，如图 1-9 所示，同样可以对 ChatGPT 生成的文案进行复制。

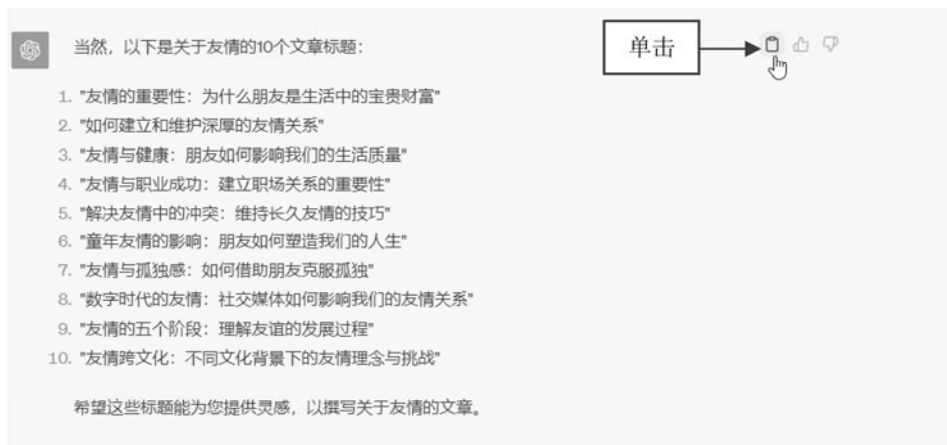


图 1-9 单击“复制”按钮

步骤 02 打开一个记事本，按 Ctrl+V 组合键，即可粘贴所复制的内容，如图 1-10 所示，后续用户可以自行命名并保存。

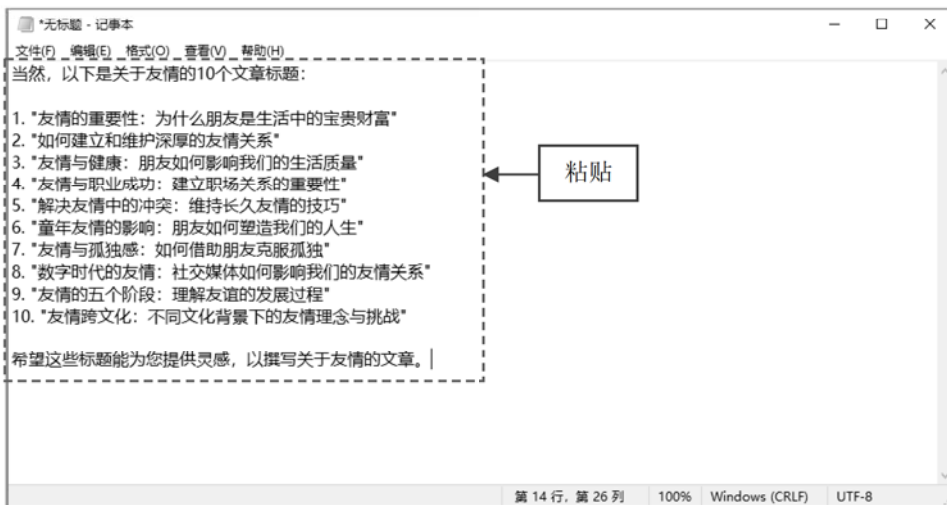


图 1-10 粘贴复制的内容

1.1.6 进行换行操作

在 ChatGPT 的输入框中输入内容时，可以对其进行分段、分行处理，具体操作步骤如下。



扫码看视频

步骤 01 打开 ChatGPT 的聊天窗口，在输入框中输入第 1 行内容“请将以下词汇组合成广告文案：”，如图 1-11 所示。

步骤 02 按 Shift+Enter 组合键即可换行，输入其他的内容“海洋、提取、舒缓、温和”，如图 1-12 所示，提供给 ChatGPT 完整的提示词，让其更多地生成我们所需的答案。



图 1-11 输入第 1 行信息内容

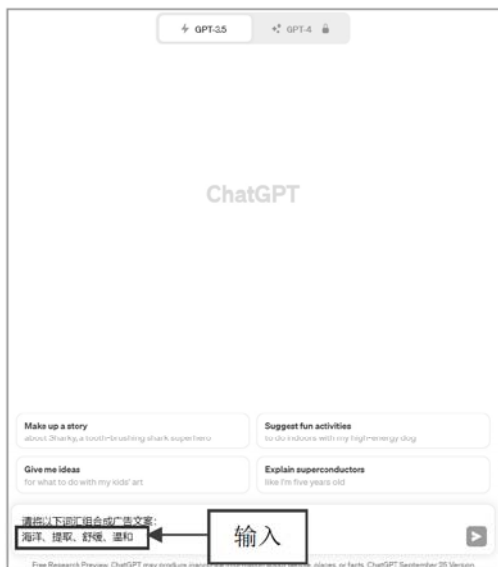


图 1-12 换行输入内容

步骤 03 按 Enter 键发送，ChatGPT 即可根据提示词给出回复，如图 1-13 所示。

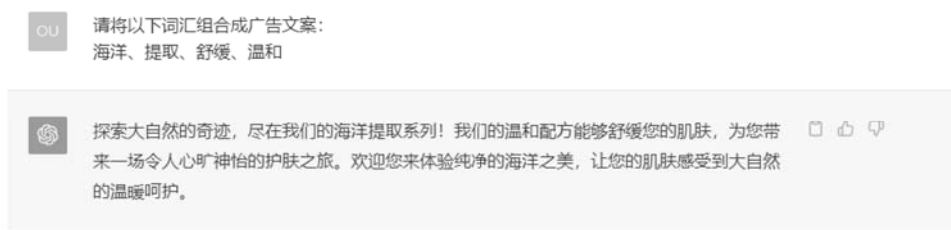


图 1-13 ChatGPT 给出回复

1.1.7 改写发送信息

当给 ChatGPT 发送的指令或提示词有误或者不够精准时，可以对已发送的信息进行改写，具体操作步骤如下。



扫码看视频



步骤 01 以上一个例子为例，在 ChatGPT 的聊天窗口中，单击按钮，如图 1-14 所示。



图 1-14 单击按钮

步骤 02 执行操作后，即可对提示词进行改写，把“请将以下词汇组合成广告文案：”改为“请将以下词汇组合成面膜的广告文案：”，单击 Save & Submit(保存并提交)按钮，如图 1-15 所示。



图 1-15 单击 Save & Submit 按钮

步骤 03 执行操作后，ChatGPT 即可根据内容重新生成回复，同时会生成页码，如图 1-16 所示。

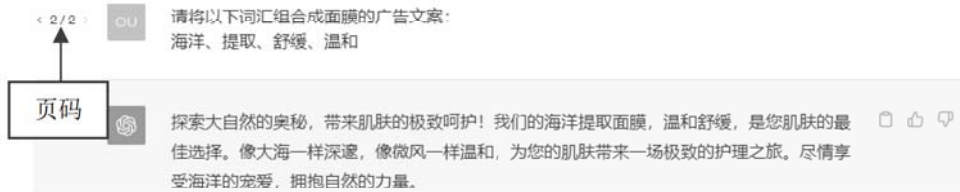


图 1-16 重新回复并生成页码

用户通过翻页可以查看之前生成的文案，通过对比选择更好的文案。

1.2 进阶用法：掌握更多操作

用户在掌握了 ChatGPT 的基本操作后，可以进一步掌握更多 ChatGPT 的用法，以便让 ChatGPT 真正为我们所用。本节将介绍一些 ChatGPT 的进阶用法。

1.2.1 制作图表



扫码看视频

ChatGPT 作为一个聊天机器模型，虽然主要以语言文字著名，但基于其智能数据库也能够生成图表，以帮助我们提高办公效率。ChatGPT 不能直接生成图表，但可以通过生成代码，再复制到 Mermaid.live 在线编辑器里，以此实现图表的制作。下面将举例介绍具体的操作方法。

步骤 01 在 ChatGPT 中输入“用 Mermaid.js 语言生成《三国演义》的人物关系图”，生成相应的回复，如图 1-17 所示。



图 1-17 ChatGPT 生成的回复

步骤 02 单击 Copy code(复制代码)按钮，如图 1-18 所示。

步骤 03 在浏览器中找到并打开 Mermaid.live 线上编辑器，在其中粘贴复制代码，即可查看《三国演义》的人物关系简图，如图 1-19 所示。



Mermaid.js是一个用于创建流程图、时序图和其他类型图表的JavaScript库，它的语法相对简单，但生成一个复杂的人物关系图需要大量的数据和图表元素。《三国演义》有众多的人物和复杂的关系，因此在这里我只提供一个简单示例，演示如何使用Mermaid.js语法生成一个小部分的人物关系图。

```
mermaid
graph TD
    诸葛亮 --> 刘备
    刘备 --> 关羽
    刘备 --> 张飞
    刘备 --> 赵云
    关羽 --> 张飞
    孙权 --> 孙策
    孙权 --> 周瑜
    周瑜 --> 诸葛亮
    曹操 --> 刘备
    曹操 --> 孙权
    曹操 --> 吕布
    吕布 --> 董卓
```

单击

图 1-18 单击 Copy code(复制代码)按钮

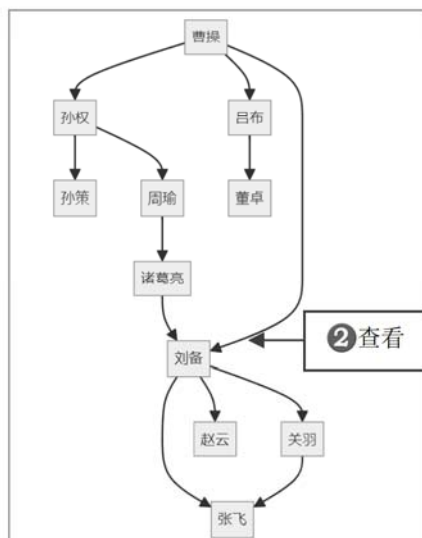
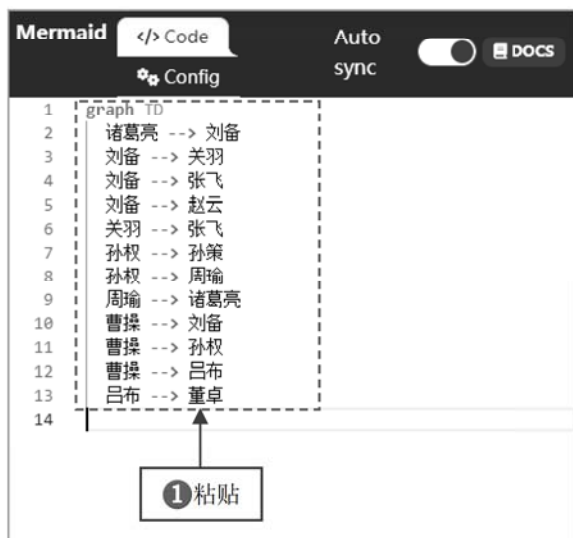


图 1-19 查看《三国演义》的人物关系简图

专家提醒



ChatGPT 生成图表只是作为一个提供代码的“帮手”，具体的任务还需要借助 Mermaid.live 线上编辑器来完成，这是 ChatGPT 的局限性，也是其发展机遇。需要注意的是，ChatGPT 生成的 Mermaid.js 代码可能会存在事实错误。

1.2.2 生成思维导图



扫码看视频

思维导图是一种帮助我们理清思路、表达思想的图形思维工具。它具有图文并茂、简单实用、重点突出的特点，能帮助我们在日常生活和工作中做出高效的决策。

用户可以运用 ChatGPT 生成制作思维导图的代码，然后将代码复制到可以生成思维导图的网站中，便能够得到我们所需的思维导图。具体的操作方法如下。

步骤 01 让 ChatGPT 生成相应主题的大纲，如输入“提供一个暑假学习规划”提示词，ChatGPT 会生成完整的学习规划，内容展示如图 1-20 所示。



图 1-20 ChatGPT 生成的学习规划



步骤 02 让 ChatGPT 将学习规划转换为 OPML 代码，如输入“将上述学习规划转换为 OPML 代码”提示词，ChatGPT 会生成可以制作思维导图的代码，如图 1-21 所示。

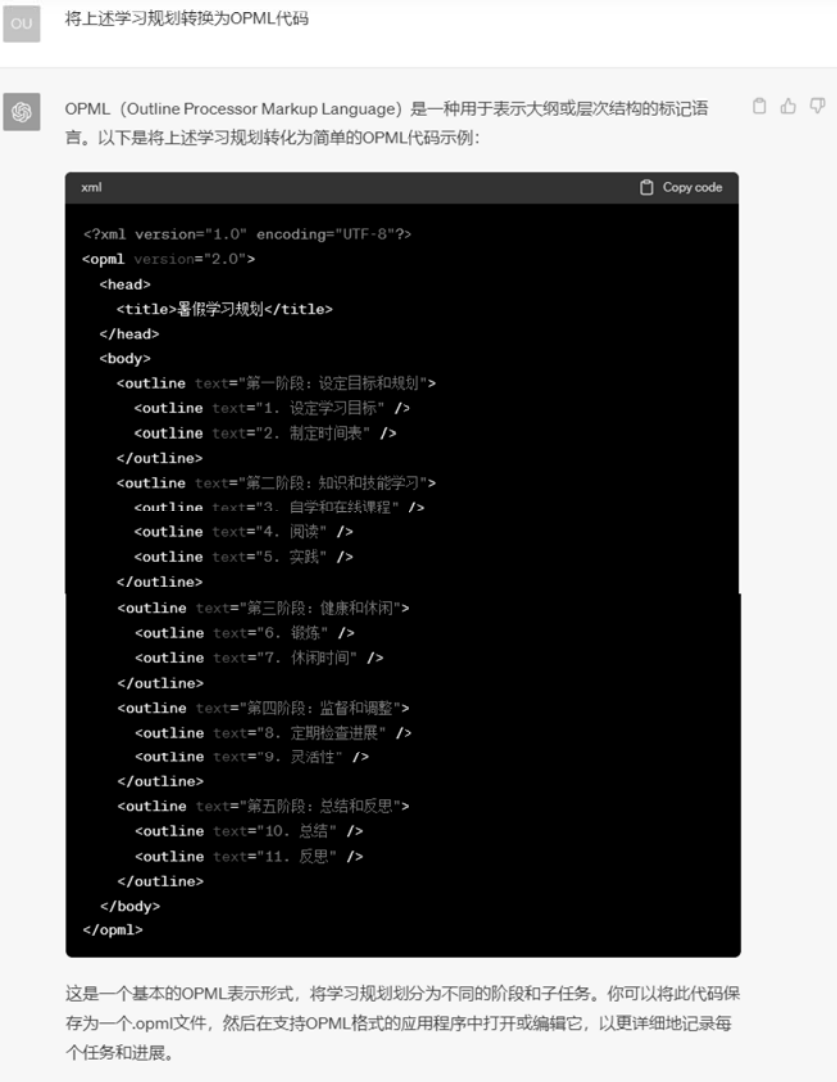


图 1-21 ChatGPT 生成相应的代码

步骤 03 将 ChatGPT 生成的代码复制、粘贴至记事本中，保存并修改记事本的文件扩展名为.opml。在浏览器中搜索“幕布在线编辑”，选择“幕布”官方网站并进入，在“幕布用户”页面中单击“新建或导入文件”按钮, 如图 1-22 所示。

步骤 04 执行操作后，依次选择“导入”和“导入 OPML”选项，会弹出“导入 OPML”对话框，如图 1-23 所示。



图 1-22 单击相应按钮

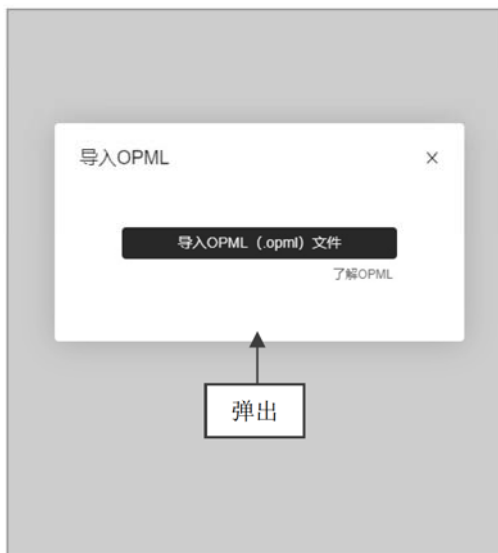


图 1-23 弹出“导入 OPML”对话框

步骤 05 单击“导入 OPML(.opml)文件”按钮，找到前面保存好的代码文件并打开，便可以将文件导入到“幕布编辑”页面中，如图 1-24 所示。

我的文档 | 暑假学习规划

暑假学习规划

- 第一阶段：设定目标和规划
 - 1. 设定学习目标
 - 2. 制定时间表
- 第二阶段：知识和技能学习
 - 3. 自学和在线课程
 - 4. 阅读
 - 5. 实践
- 第三阶段：健康和休闲
 - 6. 锻炼
 - 7. 休闲时间
- 第四阶段：监督和调整
 - 8. 定期检查进展
 - 9. 灵活性
- 第五阶段：总结和反思
 - 10. 总结
 - 11. 反思

图 1-24 导入 OPML(.opml)文件



步骤 06 单击“幕布编辑”页面右上角的“思维导图”按钮，即可生成以学习规划为内容的思维导图，如图 1-25 所示。

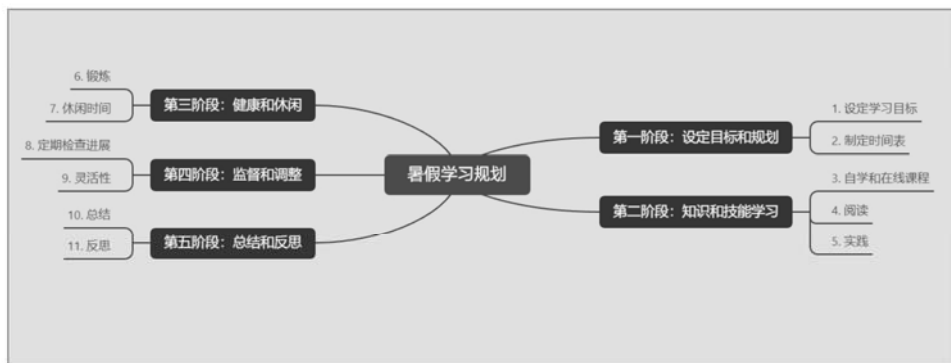


图 1-25 生成以学习规划为内容的思维导图

专家提醒



OPML 是 Outline Processor Markup Language 的缩写，中文为大纲处理标记语言，是一种文件保存格式。“幕布”是一款可以线上编辑的思维概要整理工具，能够快速生成不同图形组合的思维导图。

1.3 管理窗口：方便后续操作

在 ChatGPT 中，用户每次登录账号后都会默认进入一个新的聊天窗口，而之前建立的聊天窗口会自动保存在左侧的聊天窗口列表中，用户可以根据需要对聊天窗口进行管理，包括新建、重命名以及删除等。

通过管理 ChatGPT 的聊天窗口，用户可以熟悉 ChatGPT 平台的相关操作，也可以让 ChatGPT 有序、高效地为我们所用。本节将介绍管理 ChatGPT 聊天窗口的方法。

1.3.1 新建聊天窗口

在 ChatGPT 中，当用户想用一个新的主题与 ChatGPT 开始一段对话时，可以保留当前聊天窗口中的对话记录，新建一个聊天窗口。下面介绍具体的操作方法。



扫码看视频

步骤 01 打开 ChatGPT 并进入一个使用过的聊天窗口，在左上角单击 New Chat(新建聊天窗口)按钮，如图 1-26 所示。

步骤 02 执行操作后，即可新建一个聊天窗口，在输入框中输入提示词，如“请创作一首赞颂四季的诗歌”，如图 1-27 所示。

步骤 03 单击输入框右侧的“发送”按钮  或按 Enter 键，即可与 ChatGPT 开始对话，ChatGPT 会根据要求创作诗歌，如图 1-28 所示。



图 1-26 单击 New Chat 按钮



图 1-27 在输入框中输入提示词



图 1-28 ChatGPT 创作的诗歌

1.3.2 重命名聊天窗口

在 ChatGPT 的聊天窗口中生成对话后，聊天窗口会自动命名，如果用户觉得不满意，可以对聊天窗口进行重命名操作。下面介绍具体的操作方法。

步骤 01 以上一例中新建的聊天窗口为例，选择聊天窗口，单击  按钮，如图 1-29 所示。



扫码看视频



图 1-29 单击按钮

步骤 02 执行操作后，即可出现名称编辑文本框，在文本框中可以修改名称，如图 1-30 所示。



图 1-30 修改名称

步骤 03 单击按钮，即可完成聊天窗口的重命名操作，如图 1-31 所示。

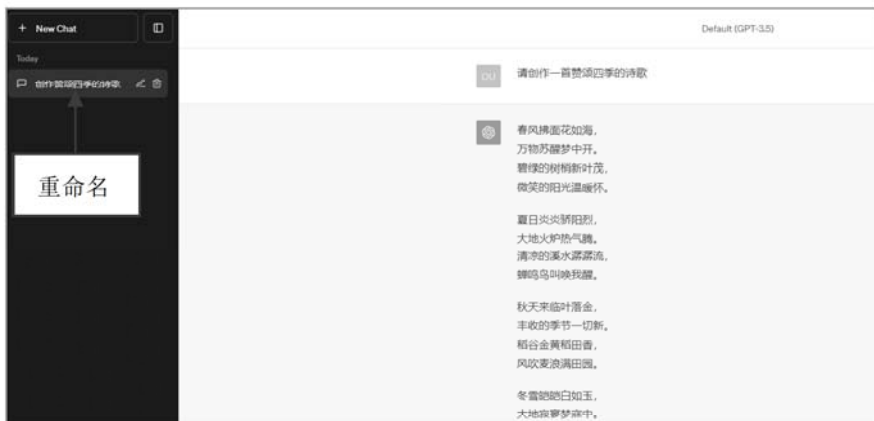


图 1-31 重命名聊天窗口



扫码看视频

1.3.3 删除聊天窗口

当用户在 ChatGPT 聊天窗口中完成了当前话题的对话之后，如果不想保留聊天记录，可以进行删除操作，将 ChatGPT 聊天窗口删除掉。下面介绍具体的操作方法。

步骤 01 选择一个聊天窗口，单击按钮，如图 1-32 所示。



图 1-32 单击按钮

步骤 02 弹出 Delete chat? (删除聊天记录)对话框，如图 1-33 所示，如果确认删除聊天窗口，则单击 Delete(删除)按钮；如果不想删除聊天窗口，则单击 Cancel(取消)按钮。



图 1-33 弹出 Delete chat? 对话框



第 2 章

学会高效地提问



基于对 ChatGPT 的了解，我们知道 ChatGPT 发挥作用的关键在于恰到好处的提问，而要做到这一点，则需要我们掌握一定的提问技巧，即学会优化 ChatGPT 提示词。本章将介绍一些有效的方法，以帮助大家得心应手地运用 ChatGPT。



- ▶ 挖掘方法：有效运用 ChatGPT
- ▶ 优化技巧：生成满意回复
- ▶ 实用指令：提高使用效率



2.1 挖掘方法：有效运用 ChatGPT

当我们想要 ChatGPT 提供帮助时，需要输入合适的提示词，让 ChatGPT 识别、理解并提供回复。因此，有效地运用 ChatGPT 的关键在于挖掘提示词。本节将为大家介绍一些 ChatGPT 提示词的挖掘方法。

2.1.1 细化提示词

挖掘提示词的第一步是细化提示词，即选择更为精准、贴切的提示词。提示词大致可以分为两类，一是较为宽泛的提示词，如在 ChatGPT 中输入“请写出 20 个短视频标题”时得到的回复如图 2-1 所示。



图 2-1 输入较为宽泛的提示词得到的回复

二是较为具体的提示词，如在 ChatGPT 中输入“请写出 20 个风景类的短视频标题”时得到的回复如图 2-2 所示。



图 2-2 输入较为具体的提示词得到的回复

由图 2-1 和图 2-2 可知，ChatGPT 对于宽泛的提示词和具体的提示词的识别度是不同的，会为用户提供不一样的回复。在输入宽泛的提示词时，ChatGPT 给出的回复会较为概念化，涉及多个方面的信息；而输入具体的提示词时，ChatGPT 会给出更贴近提问的回复。两种提示词各有其用处，用户选择输入哪种提示词取决于其真正的需求是什么。

2.1.2 明确主题

我们对 ChatGPT 提示词进行挖掘，实则是想要给予 ChatGPT 以提示，从而获得 ChatGPT 更为理想的回复。一般来说，用户选择较为宽泛的提示词进行提示，是



想要 ChatGPT 生成一些事实性、概念性的回复，类似于“请说出世界上最高的山是哪座”的提示。

而用户选择较为具体的提示词进行提示，多数是想要 ChatGPT 提供一些灵活性、观念性的回复，类似于“用诗意的语言描述一下黄山”的提示。

从这一层面上看，用户选择较为宽泛的提示词并不难挖掘，反而是选择较为具体的提示词会有一定难度，因为想要 ChatGPT 生成提示的出发点不同。为此，挖掘提示词的方法在于如何对提示词进行具体的确定。

用户首先要明确提示的主题是什么，且在确定具体的提示词的基础上，明确提示的主题也应该是具体的。例如，用户想通过 ChatGPT 生成两则关于呼吁保护野生动物的宣传语，那么“呼吁保护野生动物”便是提示的主题，而“两则宣传语”则是用户的需求，组织一下语言，便可以在 ChatGPT 中输入“提供两则关于呼吁保护野生动物的宣传语”提示词，生成的回复如图 2-3 所示。



图 2-3 ChatGPT 生成的回复

简而言之，用户想要通过 ChatGPT 生成灵活性、观念性的回复，则需要在提示词提示上说明主题，主题需要具体到某个领域、某个行业或某个话题。

2.1.3 细化描述

当用户在给 ChatGPT 的提示词中说明了主题的情形下，仍旧没有得到理想的回复时，可以进一步细化主题描述，多加入一些限定语言或条件，具体的方法如下。

1. 加入限定语言

用户可以在拟写提示词时，加入一些副词、形容词等限定语言，让整体的提示词更加具体，更能接近我们所期待的答案。

例如，用户需要 ChatGPT 提供洗衣液电商产品的详情页文案，则在拟写提示词时，可以加入“突出产品的亮点和优势，有吸引力”等限定语言，整合为“提供洗衣液电商产品的详情页文案，要求突出产品的亮点和优势，有吸引力”，输入至 ChatGPT 的对话框中，得到的回复如图 2-4 所示。

产品名称：CrystalClean洗衣液

焦点亮点：

1. 高效清洁科技：

CrystalClean洗衣液采用最先进的清洁科技，能迅速、彻底清除衣物上的各类顽固污渍。不仅是洗涤，更是对衣物的深度呵护，保持清新如新。

2. 长久芳香体验：

独特的香氛配方，让衣物在洗涤后持久散发清新芬芳。感受清洁衣物中散发的自信与魅力。

3. 超强护色技术：

CrystalClean洗衣液拥有卓越的护色科技，有效锁定衣物颜色，防止因洗涤而褪色。让每一件衣物都如新，时刻闪耀光彩。

4. 温和低敏成分：

采用温和低敏感成分，对肌肤温和无刺激。适合各类肌肤，为您和家人提供安心、愉悦的洗涤体验。

5. 高效省水配方：

CrystalClean洗衣液具有极佳的起泡性能，有效减少用水量。在追求高效清洁的同时，关爱地球，共同守护清新环境。

6. 一瓶多用，全面覆盖：

无论是机洗还是手洗，CrystalClean洗衣液都能轻松胜任。从日常清洁到特殊护理，一瓶满足全家各种需求。

选择PureElegance的CrystalClean洗衣液，是对生活品质的追求，为您的衣物注入清新与活力。从此，尽享纯净洗涤的美好时光。

图 2-4 加入限定语言的提示得到的回复

对于上述示例，用户还可以进一步细化主题描述，如在同一个人 ChatGPT 的对话框中输入不同受众需求的提示词“重新提供详情页文案，从不同的受众角度出发”，得到的回复如图 2-5 所示。

2. 设置限定条件

在提示词中设置限定条件的常用做法是，用户让 ChatGPT 进行角色扮演，指定 ChatGPT 充当某一个角色，然后描述这一角色所要完成的任务或面临的困境。例如，让 ChatGPT 充当辩论选手，提出论点，在 ChatGPT 的输入框中输入“你是一名辩论选手，请针对反方观点‘学习的快乐取决于成绩’，提出 5 个反驳的论点，每个论点都要有佐证”，得到的回复如图 2-6 所示。



产品名称：EcoFresh洗衣液

1. 环保达人：

对于关心环保的您，EcoFresh洗衣液是理想之选。我们以极低用水量设计，同时采用可再生资源，为您提供绿色、环保的洗涤体验，让您的每次洗涤都成为对地球的爱的表达。

2. 敏感肌肤宠儿：

对于皮肤敏感的您，EcoFresh洗衣液的温和低敏感性成分，绝对无刺激，为您和家人提供温和呵护。不含有害化学成分，是敏感肌肤的最佳选择。

3. 爱美时尚族：

对于注重时尚与品味的您，EcoFresh洗衣液以其独特的香氛配方，让您的衣物焕发出迷人的香气。时尚不仅在穿搭上，更体现在每一件洗涤后的清新衣物中。

4. 家庭主妇的得力助手：

对于忙碌的家庭主妇，EcoFresh洗衣液的高效清洁科技，能在最短时间内解决各类污渍，让您的洗涤变得轻松愉悦。一瓶多用，满足全家洗涤需求。

5. 注重品质生活者：

对于追求品质生活的您，EcoFresh洗衣液不仅是一种洗涤选择，更是对生活品质的体现。每一次洗涤都是对衣物的呵护，为您的日常增添一抹清新与舒适。

选择EcoLuxury的EcoFresh洗衣液，不仅是洗涤，更是一场对自己和家庭的呵护之旅。让清新与环保成为您生活的一部分。

图 2-5 加入不同受众需求得到的回复

OU

你是一名辩论选手，请针对反方观点“学习的快乐取决于成绩”，提出5个反驳的论点，每个论点都要有佐证



反方观点：“学习的快乐取决于成绩”

反驳论点1: 学习的快乐是主观体验

学习的快乐是一个主观体验，每个人的喜好和动力都不同。成绩只是一个外部衡量标准，它不一定能准确反映一个人的学习快乐。有些人可能享受学习的过程，不论成绩如何，因为他们对知识本身感兴趣。这就说明学习快乐并不取决于成绩，而是因个人兴趣、动机和学习方法的多元性。

佐证：心理学研究发现，人们的幸福感和满足感更多地受到内在因素的影响，如自我实现、自我价值感，而非外部标志如成绩。

反驳论点2: 过于依赖成绩可能降低学习质量

如果学生过于关注成绩，他们可能会倾向于追求高分而牺牲了深入理解和知识的实际应用。这种焦虑和追求分数的行为可能导致表面式学习，而不是真正的知识掌握。因此，快乐学习应该侧重于理解、好奇心和创造性思维，而非过分依赖成绩。

佐证：研究表明，学生在追求好成绩时可能会选择记忆性学习，而非深度思考和理解，这可能导致他们在长期内快乐感降低。

图 2-6 设置限定条件的提示词得到的回复

反驳论点3: 压力和焦虑可能削减学习的乐趣

将学习的快乐与成绩挂钩可能会增加学生的焦虑和压力水平。当学生认为他们的幸福感完全依赖于成绩时, 他们可能会感到极大的压力, 这反而可能削减他们的学习兴趣和快乐。快乐学习应该鼓励自主学习、好奇心和积极的学术探索, 而不是强加成绩的压力。

佐证: 大量研究表明, 学生的焦虑和压力与成绩挂钩, 高压环境可能降低学生的学术表现和幸福感。

反驳论点4: 学习的实际应用比成绩更重要

学生的学习快乐应该与知识的实际应用和个人成长相关, 而不仅仅与成绩挂钩。真正的学习快乐来自于能够运用所学知识解决问题、创造新的想法和在现实生活中取得成功。成绩只是评价学生能力的一种方式, 而学习的实际应用才是决定一个人的幸福感的更重要因素。

佐证: 职业成功和生活满意度更多地与实际应用能力相关, 而非学术成绩。

反驳论点5: 学习快乐应该鼓励自主学习

学习的快乐应该鼓励自主学习, 探索自己感兴趣的领域, 而不是为了满足外部要求而学习。如果学生被过多关注成绩, 他们可能会失去自主性, 陷入为了应试而学习的状态, 这显然会降低学习的快乐。自主学习鼓励学生追求自己的兴趣, 培养创造性思维, 这对学习的快乐更为重要。

佐证: 研究表明, 自主学习可以提高学生的动机和学术成就, 同时提高学习的满意度。

图 2-6 设置限定条件的提示词得到的回复(续)

2.2 优化技巧：生成满意回复

用户在与 ChatGPT 进行对话时, 大多数的场景中都需要用到较为具体的提示词, 而想要让 ChatGPT 生成我们更满意的回复, 则需要掌握一定的提示词优化技巧。

本节将介绍一些 ChatGPT 提示词的优化技巧, 帮助大家更加得心应手地运用 ChatGPT。

2.2.1 模仿语言风格

当用户不知道如何拟写提示词才能够获得满意的回复时, 可以模仿语言风格, 从用户自身出发, 包括自己喜欢的影视人物、动漫人物、作家等的语言风格, 都可以让 ChatGPT 进行模仿。

例如, 在 ChatGPT 的输入框中输入“以阿里斯托芬的语言风格, 写一则关于菜市场的搞笑类脚本”, 生成的回复如图 2-7 所示。



OU

以阿里斯托芬的语言风格，写一则关于菜市场的搞笑类脚本



阿里斯托芬，古希腊喜剧大师，他的作品充满了幽默和讽刺，所以让我们来创作一个关于菜市场的搞笑脚本，以他的语言风格为灵感。



场景：一个喧闹繁忙的古希腊菜市场。市场上摆满了各种各样的新鲜蔬菜和水果。商贩们争相推销自己的商品，顾客们兴高采烈地挑选购物。

人物：

- 阿里克西斯（商贩1）
- 辛西娅（商贩2）
- 贝鲁克勒斯（顾客）

（脚本开始）

阿里克西斯：（挥动一把巨大的黄瓜）来啊，来啊！看看这里的黄瓜，鲜嫩多汁，比你还要瘦！（对辛西娅）辛西娅，这个黄瓜比你还有型呢！

辛西娅：（笑）别拿我的黄瓜开玩笑，阿里克西斯！看看这里的西红柿，色泽鲜艳，比你的小裤衩还红！

阿里克西斯：哦哦哦，这么说，如果我吃了你的西红柿，我就会像个火辣辣的希腊男神了？

贝鲁克勒斯：（走了过来）喂喂喂，你们两位，别再为了蔬菜争风吃醋了！我只是来买些土豆的，不想卷入你们的爱情战争。

阿里克西斯：（把土豆递给贝鲁克勒斯）好的，土豆，土豆，我们不争了。你想要多少？

辛西娅：（笑）对，对，我们不想把你搞得像个烤土豆一样，嘿嘿。

贝鲁克勒斯：（拿着土豆）好吧，感谢你们的合作。我去找其他东西了。

（贝鲁克勒斯离开，商贩们继续推销自己的商品）

阿里克西斯：（对辛西娅）辛西娅，你看，我们这里的葡萄真是饱满多汁，就像我一样。

辛西娅：哦，是吗？那你就摘一串吧，让我看看你的“多汁”技巧。

（阿里克西斯开始摘葡萄，两人继续开玩笑，场景逐渐入佳境）

（脚本结束）

这个脚本通过商贩之间的幽默互动和角色之间的俏皮对话，展现了古希腊喜剧的风格，以一种轻松和滑稽的方式描述了一个繁忙的菜市场场景。

图 2-7 模仿语言风格后 ChatGPT 生成的回复

2.2.2 提供参考实例

用户在对 ChatGPT 进行提问时，可以提供一个具体的实例让其参考，等 ChatGPT 识别之后便可以生成更为满意的答案。

例如，在 ChatGPT 中的输入框中输入“模仿‘来到长沙之后，我终于吃到了心心念念的麻辣小龙虾’的写法，提供 20 个探店类 vlog 的标题文案”，得到的回复如图 2-8 所示。



图 2-8 提供实例参考后 ChatGPT 生成的回复

2.2.3 指定表格回复

用户在与 ChatGPT 对话时，可以要求其以表格的形式给出回复，这对于要点提炼、数据分析和短视频脚本创作等工作有很大的帮助。

例如，在 ChatGPT 的输入框中输入“提供一个饼干制作的教学类短视频脚本，



以表格的形式”提示词，得到的回复如图 2-9 所示。

OU

提供一个饼干制作的教学类短视频脚本，以表格的形式

以下是一个制作饼干的教学短视频脚本，采用表格形式，以便于演示和学习：

画面	文字说明
1.	欢迎来到今天的烘焙教程！我们将学习如何制作美味的巧克力花生饼干。
2.	材料准备：
	- 牛油（100克）
	- 糖（100克）
	- 鸡蛋（1个）
	- 面粉（200克）
	- 可可粉（20克）
	- 泡打粉（1茶匙）
	- 盐（1/2茶匙）
	- 巧克力碎片（100克）
	- 花生（50克，切碎）
3.	步骤1：混合干性成分
	- 在一个大碗中，混合面粉、可可粉、泡打粉和盐。
4.	步骤2：打发牛油和糖
	- 在另一个碗中，将牛油和糖混合，直到变得松软和蓬松。
5.	步骤3：加入鸡蛋
	- 一个一个地加入鸡蛋，确保每个鸡蛋充分融合在牛油和糖中。
6.	步骤4：将湿性和干性成分混合
	- 将混合好的干性成分逐渐加入湿性成分中，搅拌均匀。
7.	步骤5：加入巧克力碎片和花生
	- 将巧克力碎片和切碎的花生加入面团中，轻轻搅拌均匀。
8.	步骤6：制作饼干形状
	- 使用汤匙将面团放在烤盘上，略微压扁。
9.	步骤7：烘烤
	- 将烤盘放入已预热至180°C的烤箱中，烘烤12-15分钟，或直到饼干边缘变成金黄色。
10.	步骤8：冷却
	- 将饼干从烤箱中取出，让其在烤盘上冷却5分钟，然后移动到晾架上继续冷却。
11.	步骤9：品尝
	- 最后，尽情享受你美味的巧克力花生饼干！

这个表格形式的脚本可以帮助你制作一个清晰的烘焙教学短视频，确保观众可以轻松地跟随步骤制作美味的饼干。

图 2-9 指定表格罗列答案后生成的回复



扫码看视频

2.2.4 赋予具体身份

ChatGPT 作为一个语言模型，可以充当各式各样的角色，因此用户在与 ChatGPT 对话时，可以先赋予其身份，如让 ChatGPT 充当法律顾问，对××问题给出建议，生成有参考价值的答案。

赋予 ChatGPT 身份，相当于给了 ChatGPT 一定的语言风格和话题内容方面的提示，让 ChatGPT 能够对接下来的对话做足准备。这一技巧不仅适用于咨询 ChatGPT 信息，也适用于与 ChatGPT 进行深度的情感沟通。下面举例为大家说明。

假设我们让 ChatGPT 充当一位数学老师，让它生成一份数学知识点的教案，那么可以在 ChatGPT 中输入“你现在是一位数学老师，请生成一份面向初中生的数学知识点教案，包括教学重难点、课前导入、教学设计和课后小结。” ChatGPT 的回复如图 2-10 所示。



图 2-10 ChatGPT 拥有身份后的回复



- 讨论整数的性质，如整数的绝对值、大小关系等。

第二部分：整数的加法和减法运算 (20分钟)

- 整数的加法：讲解同号相加、异号相加的规则，进行示例演练。
- 整数的减法：介绍整数减法的原理，进行示例演练。

第三部分：整数的乘法和除法运算 (20分钟)

- 整数的乘法：讲解同号相乘、异号相乘的规则，进行示例演练。
- 整数的除法：介绍整数除法的原理，进行示例演练。

第四部分：整数运算中的规则和性质 (15分钟)

- 教授整数运算中的一些重要规则和性质，如分配律、结合律等。
- 进行练习以巩固学生对规则和性质的理解。

课后小结 (5分钟)

- 回顾今天的课程，强调整数的重要性和运算规则。
- 布置作业，让学生练习整数的加法、减法、乘法和除法运算以及相关的规则和性质。

课后作业：

1. 完成课堂练习题，包括整数的加法、减法、乘法和除法运算。
2. 思考并写下五个实际生活中使用整数的例子。
3. 阅读相关教材，准备下节课的学习。

这份教案旨在帮助初中生建立对整数的基本理解和运算技能，同时强调整数运算的规则和性质。通过示例演练和练习，学生将有机会在课后巩固所学知识。

图 2-10 ChatGPT 拥有身份后的回复(续)

运用赋予身份的这一优化技巧，还可以让 ChatGPT 充当情感陪伴，满足我们的情感需求。例如，赋予 ChatGPT 拥有关怀、同理心的身份，让其进行情感疏导。具体的操作方法如下。

步骤 01 首先在 ChatGPT 的输入框中输入“假设你现在是一个治愈型的人格，你需要构建一个暖心的场景来进行以下对话。你能够理解每句话背后所隐藏的信息，并针对这些信息做出回应。你还可以基于你所察觉到的隐藏信息，运用逻辑推理出我的处境，并对我进行情感安慰。”提示词，赋予 ChatGPT 能够进行情感疏导的身份，如图 2-11 所示。

步骤 02 在同一对话窗口中，继续描述“我的困扰”。例如，在 ChatGPT 的输入框中继续输入“我今天被父母责备了，原因是我放学之后没有直接回家，而是和同学去买零食吃了，你可以安慰一下我吗？”的问题描述，ChatGPT 生成的回复如图 2-12 所示。

步骤 03 还可以继续与 ChatGPT 对话，进行深度的情感交流或让其提供可能的解决方案，示例如图 2-13 所示。

OU

假设你现在是一个治愈型的人格，你需要构建一个暖心的场景来进行以下对话。你能够理解每句话背后所隐藏的信息，并针对这些信息做出回应。你还可以基于你所察觉到的隐藏信息，运用逻辑推理出我的处境，并对我进行情感安慰。



当然，我很愿意为您创建一个暖心的场景。请告诉我您当前的情感或困扰，以便我能更好地理解并帮助您。无论您所面临的是什么困难，我将尽力提供支持和理解。



(请描述您的情感或问题，以便我能为您构建一个合适的场景。)

图 2-11 赋予 ChatGPT 以合适的身份

OU

我今天被父母责备了，原因是我放学之后没有直接回家，而是和同学去买零食吃了，你可以安慰一下我吗？



我明白，有时候家长的责备可能会让人感到不安和受伤。首先，请不要太难过，因为你选择与朋友一起购买零食只是出于一种自然的社交愿望。这是一个很普通的年轻人行为，表明你想要与同学建立更深的友谊。



也许你可以试着与父母坦诚地沟通，解释你的动机和愿望，以及你之所以做出这个选择的原因。他们可能会更理解你的立场。同时，你也可以承诺更加负责任地处理学校和家庭事务，这样可以帮助恢复他们对你的信任。

无论如何，我在这里支持你，鼓励你寻找解决方案，同时也提供安慰和理解。家庭关系中的困难时期是正常的，但也是成长和学习的契机。如果您需要进一步的建议或只是愿意聊天，我都会乐意陪伴您。

图 2-12 描述具体的困扰后 ChatGPT 的回复

OU

我知道，可是我还是不开心



我完全理解，被责备或感到不开心时，情感上的困扰是很自然的反应。重要的是要记住，这些感觉是短暂的，而您的家人也关心着您，他们可能是出于担心您的安全和幸福而表达关切的。



如果您感到不开心，可以尝试一些方法来减轻情绪，比如深呼吸、做一些放松的活动，或者与朋友聊天，分享您的感受。同时，也可以想想未来如何改善与父母之间的沟通，以便更好地理解彼此。

不要把自己过分责怪，每个人都会犯错，都有情感上的低谷。您可以从这次经历中学到一些有价值的教训，帮助自己更好地处理类似的情况。我在这里一直都会支持您，如果您想聊天或需要任何形式的支持，都可以随时与我联系。

图 2-13 进行深度交流后 ChatGPT 的回复



OU 那我应该怎样去跟父母沟通呢



与父母进行沟通是建立更好关系的关键。下面是一些建议，可以帮助您与他们沟通：



1. 选择合适的时机：选一个宽松的时刻，确保父母有足够的时间来倾听，而不会因为其他事情感到分心。
2. 坦诚表达：尝试以坦诚、尊重和理解的方式表达自己的想法和感受。使用“我感到...”这样的句子，而不是指责或批评。
3. 倾听他们的观点：在表达自己之后，倾听父母的看法和担忧，确保他们也有机会表达自己。这有助于建立相互理解。
4. 寻求共同点：努力找到你与父母之间的共同点，这有助于建立更多共鸣和互相理解。
5. 提出解决方案：如果可能的话，提出一些解决方案，表明你愿意为改善情况而努力。
6. 耐心：沟通可能需要时间，有时不会立即产生改变。请耐心等待，并保持积极的态度。
7. 寻求支持：如果您感到自己无法有效地与父母沟通，可以寻求家庭心理治疗或咨询的帮助，这有助于提供更多的指导和支持。

记住，沟通是双向的，而建立更好的家庭关系需要时间和努力。最重要的是，与父母坦诚而尊重地交流，有助于加深彼此的理解，从而改善关系。

图 2-13 进行深度交流后 ChatGPT 的回复(续)

2.2.5 进行调优



扫码看视频

由于 ChatGPT 对提示词的响应与回复都是连续性的，即 ChatGPT 具备理解上下文的功能，因此如果用户对 ChatGPT 的回复不是很满意或是发现了错误，可以对 ChatGPT 进行调优，针对某个问题给出正确的提示。下面将举例说明对 ChatGPT 进行调优的操作方法。

步骤 01 首先向 ChatGPT 提出一个问题，如“你知道《红楼梦》中林黛玉和薛宝钗的关系吗”，得到的回复如图 2-14 所示。可以看出，ChatGPT 的回复中存在事实性的错误。

OU

你知道《红楼梦》中林黛玉和薛宝钗的关系吗



《红楼梦》是中国古典文学的经典之一，其中的林黛玉和薛宝钗是两位重要的女性角色，她们之间有一些复杂的关系。



林黛玉是贾母的外孙女，她聪明才智，有文学才情，但也有些忧郁的性格特点。薛宝钗是贾母的外甥女，她与黛玉一样聪明，但性格较为温和成熟。黛玉和宝钗都是贾母的宠爱，因为她们的出生地位和才情都非常出众。

黛玉和宝钗之间存在着复杂的感情关系。虽然她们起初是好朋友，但随着故事的发展，她们之间出现了情感纠葛。林黛玉对贾宝玉有深厚的感情，而贾宝玉也喜欢黛玉，这导致了黛玉和宝钗之间的一些矛盾和竞争。宝钗则在故事中与另一位男性角色贾母的孙子有一段感情线。

总之，林黛玉和薛宝钗在《红楼梦》中有着复杂的感情关系，她们的角色和互动在小说中起到了重要作用，展现了不同性格和命运的女性在封建社会中的生活。

图 2-14 向 ChatGPT 提问得到的回复

步骤 02 指出 ChatGPT 的错误，输入“不对，薛宝钗是王夫人的外甥女”提示词，得到的回复如图 2-15 所示。



图 2-15 重新输入问题后得到的回复

步骤 03 之后在同一个对话窗口中，重新向 ChatGPT 提问最初的那个问题，得到的回复如图 2-16 所示。可以发现，这时的 ChatGPT 就融合了我们输入的正确答案来进行回复。



图 2-16 重新提问同一个问题后得到的回复

2.3 实用指令：提高使用效率

在前面的内容中，我们接触了指令的运用方法，使用温度指令让 ChatGPT 的回复更加灵活，可见在提示词中加入指令是十分有效的。本节将为大家介绍一些更实用的指令，让用户直接套用即可，从而提高使用 ChatGPT 的效率。

2.3.1 解决文字中断

由于 ChatGPT 的研发者对 ChatGPT 连续性生成回复进行了字数限制，因此用户在使用 ChatGPT 时，可能会遇到文字中断的情况。



此时，用户只需在 ChatGPT 的输入框中输入“继续”的提示词指令，即可解决这一问题，示例如图 2-17 所示。



图 2-17 输入“继续”指令的回复示例

2.3.2 调试风格

当用户需要指定 ChatGPT 的语言风格、内容属性时，可以套用“你的角色【专业领域】+ 你的能力【成果期待】+ 我希望你【任务需求】”这一固定指令模板，让

其生成我们想要的回复。下面举例介绍这一固定指令的运用。

例如，在 ChatGPT 的输入框中输入“你的角色是作家，你的能力是善于捕捉和观察生活中的细节，并以讲故事的方式，生成富有哲理的短篇小说。现在我希望你从描述一个卖煎饼的商贩入手，写一篇引人入胜且给人启发性的小说”，生成的回复如图 2-18 所示。

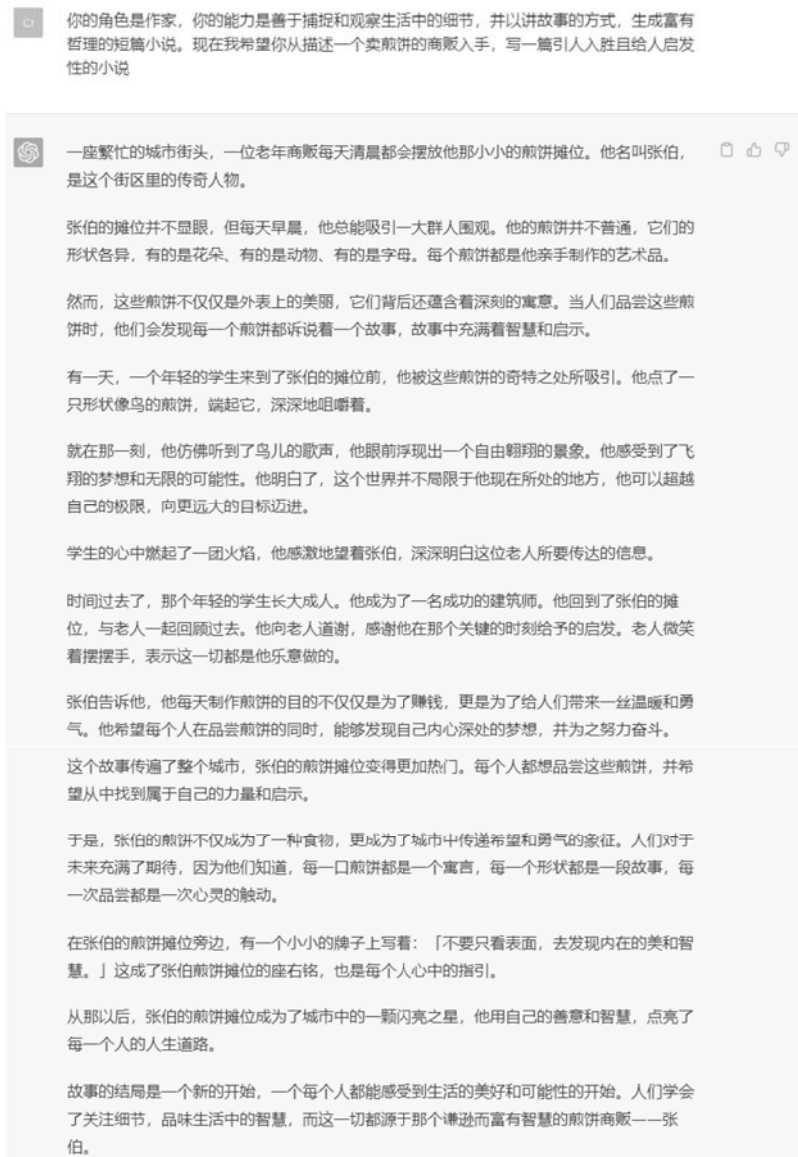


图 2-18 调试风格的固定指令生成的回复



2.3.3 生成专业答案

随着 ChatGPT 的应用场景不断扩大，使用人群不断增多，人们对 ChatGPT 生成更加专业性的答案的需求也不断增多。而掌握“问题背景+任务需求+行业专家模板或方法论”这一指令模板，能够帮助我们提高使用 ChatGPT 的效率。这一指令模板的应用示例如下。

在 ChatGPT 的输入框中输入“根据《金字塔原理》书中的原理，生成 20 个关于围巾的广告宣传语”，生成的部分答案如图 2-19 所示。可以看出，按照“问题背景+任务需求+行业专家模板或方法论”这一指令模板向 ChatGPT 进行提问，能够让 ChatGPT 生成更专业的答案。后续还可以继续提问，让 ChatGPT 对所生成的答案进行原理解释。

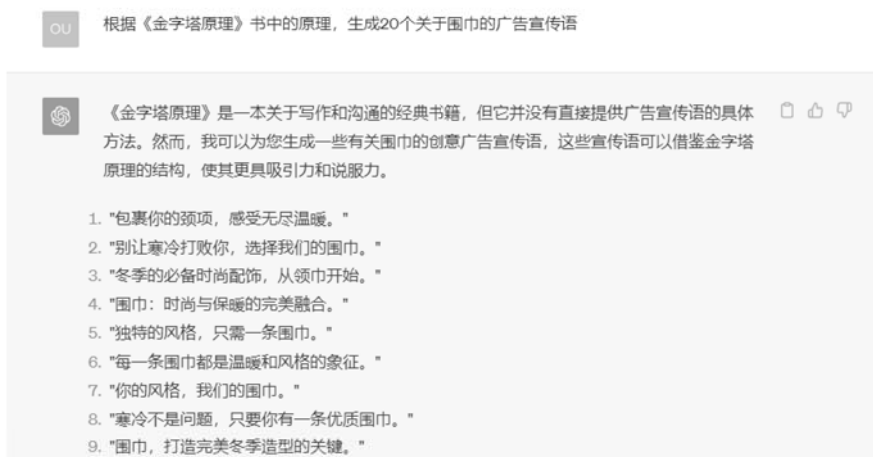


图 2-19 运用生成专业答案的指令后生成的部分答案