

第 4 章

进阶控制：解决 AI 视频的核心难题

我们掌握了Seedance 2.0的基础操作、提示词技巧和导演思维后，想要制作出更专业、更稳定的AI视频，就必须攻克人物一致性、运动异常、时长限制等核心难题。本章将针对这些难题，结合Seedance 2.0的核心功能，提供可落地的实操方法，实现从“能出片”到“出好片”的转变。

4.1 “@” 功能：强大的多模态控制中枢

“@” 功能是Seedance 2.0的多模态控制中枢，能够通过引用图片、视频、音频等素材，锁定画面中的角色、动作、运镜、风格，甚至音效，帮助用户摆脱“靠运气生成”的困境。不同于基础的参考模式，“@” 功能支持多素材同时引用，可实现更精细化的创作控制。

4.1.1 @Image：锁定角色长相，多角度参考技巧

@Image的核心作用是“视觉锚定”，通过引用一张或多张图片，让AI复刻图片中的主体（人物、物体、场景）特征，有效解决“角色长相跑偏”“物体形态变形”等问题。

选用图片时优先选择高清、无遮挡、光线统一的素材。人物最好包含正面、侧面、背面、45°角特写，重点突出面部特征、发型、服装细节，如图4-1所示；产品最好包含正面、侧面、顶部、细节特写，确保Logo、纹理清晰可见，如图4-2所示。

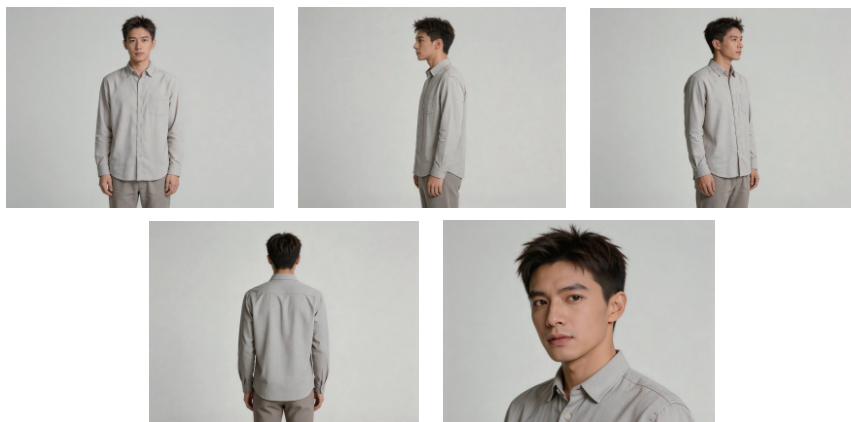
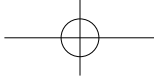


图4-1



图4-2

避免上传色调模糊、光影杂乱、角度偏差过大的图片，若需参考图片中的场景氛围，需在提示词中补充“参考@Image的场景色调和光影，不改变主体特征”，建议同类素材（如人物多角度图）集中引用，便于



AI识别关联。

写提示词时明确标注@Image的用途，避免AI混淆参考逻辑，例如“@图片1作为主角基础形象，@图片2参考面部轮廓，@图片3参考发型和服装版型，全程保持人物长相、服装细节一致，无变形、无偏差”，如图4-3所示。



图4-3

单击“生成”按钮, Seedance 2.0便可参照上传的参考图生成相应的视频人物，如图4-4所示。



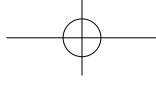
图4-4

4.1.2 @Video：统一动作 / 运镜 / 风格的参考技巧

@Video的核心作用是“动态复刻”，通过引用一段参考视频，让AI模仿视频中的动作逻辑、运镜方式、画面节奏和整体风格，适合复刻热门镜头、保持多段视频的运镜统一，或快速学习专业的镜头语言。Seedance 2.0支持同时引用多个参考视频（不超过15秒），可灵活搭配使用，尤其适合短视频创作者、短剧制作团队提升创作效率。

选择参考视频时，优先挑选镜头清晰、动作连贯、风格明确的片段，避免画面模糊、运镜杂乱、元素过多的视频（会增加AI识别难度）。引用时，需在提示词中明确标注参考重点，避免AI盲目复刻，例如“@视频1参考其运镜方式（缓慢推镜+环绕镜头），@视频2参考其人物动作（优雅转身+手部姿态），@视频3参考其画面风格（复古港风色调+颗粒感），主体替换为指定人物，保持运镜、动作、风格与参考视频一致，画面细节贴合提示词描述”，如图4-5所示。

若需复刻参考视频中的某一个特定镜头（如某一段运镜、某一个动作），可尝试先截取该片段作为参考视频，再在提示词中补充“仅参考@视频1的0~5秒运镜，其余部分按提示词生成”，如图4-6所示；若需保持



多段视频的运镜统一，可将第一段生成的视频作为参考，引用其运镜逻辑，确保整体叙事流畅。

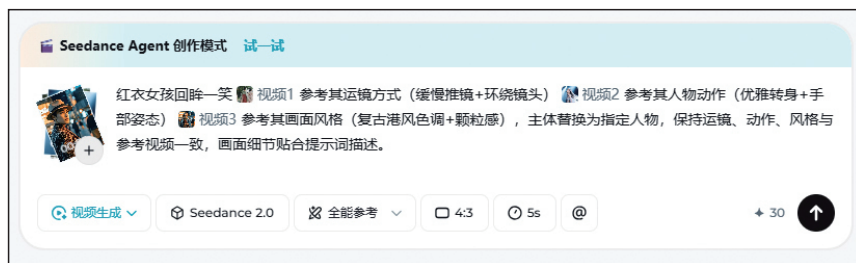


图4-5

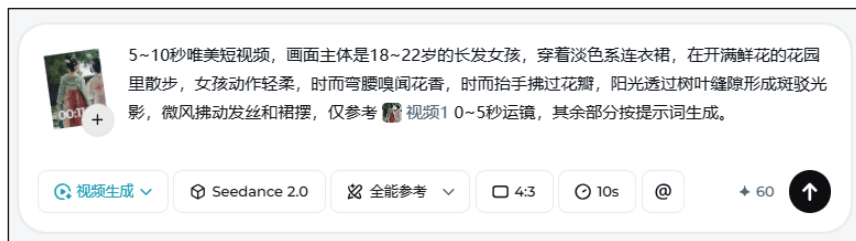


图4-6

4.1.3 @Audio: 音画同步与音乐卡点的实现技巧

@Audio是实现“音画同步”和“音乐卡点”的核心功能。通过引用音频文件（背景音乐、音效、语音等），AI可自动匹配音频的节奏与情绪，生成对应的视频画面，有效解决“音画脱节”“卡点不准”的痛点，尤其适合制作卡点视频、口播视频等场景。

- 卡点视频：上传背景音乐，在提示词中按“音乐风格+节奏节点+画面匹配”的逻辑编写，让AI根据鼓点、重音自动匹配镜头切换与动作节奏。图4-7所示为卡点视频的提示词示例。

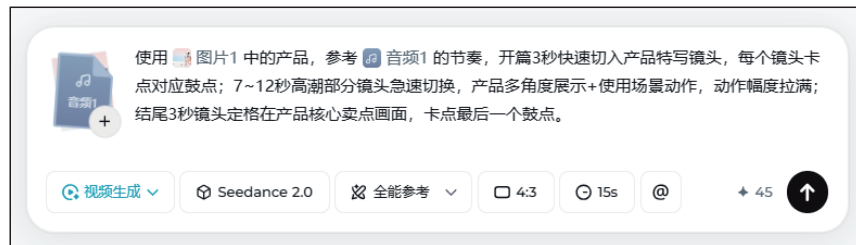


图4-7

- 口播视频：上传台词音频，在提示词中明确口型与台词的同步要求，并描述数字人的表情、镜头景别，AI即可生成自然的口型匹配效果。图4-8所示为口播视频的提示词示例。

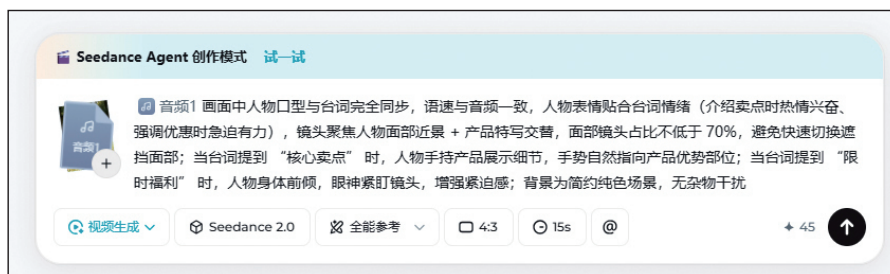
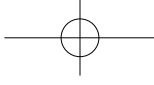


图4-8



使用@Audio功能时需注意，Seedance 2.0目前只支持15.4秒以内的音频文件，建议选用MP3格式，以确保音质清晰无杂音。若音频中有明显的鼓点或重音，可在提示词中标注“镜头切换与鼓点完全同步”。同时，应避免上传杂音过多或语速过快的音频，否则可能导致口型错位或卡点不准。

4.1.4 多文件@引用：同时控制角色+场景+音乐

多文件@引用是Seedance 2.0进阶控制的核心用法，即同时引用图片、视频、音频三类素材，实现“角色锁定+运镜统一+音画同步”的全方位控制，适合制作复杂场景的视频（如短剧片段、产品广告、音乐MV），让AI创作更具针对性，大幅减少后期修改成本。

多文件@引用时要明确每类素材的参考重点，避免AI混淆，在提示词中建议按“主体（@Image）+动态（@Video）+音频（@Audio）”的顺序标注，清晰地界定各素材的作用。例如，“@图片1@图片2（人物侧面图）锁定主角长相，@视频1参考运镜方式（跟拍+推镜头），@音频1匹配画面节奏，@音频2实现口型同步；画面场景为都市街头，主角穿着休闲装，镜头跟随主角行走，动作自然，色调为暖色调，音画完全同步，人物长相全程一致，无变形”，如图4-9所示。

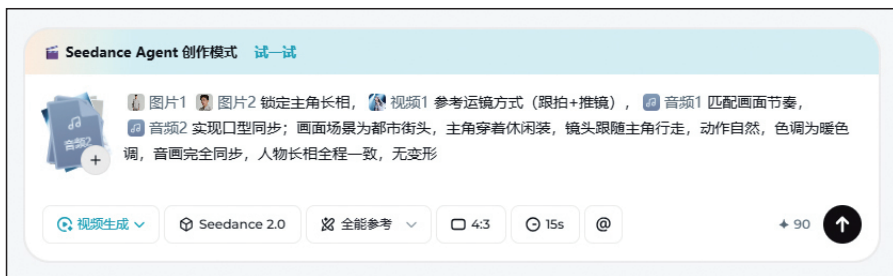


图4-9

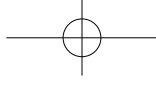
若是制作电商产品展示视频，可同时引用多张产品图片、竞品广告参考视频（参考运镜节奏）、动感背景音乐，例如“@图片1图片2图片3图片4作为产品参考，保持手表外观，@视频1参考其镜头切换节奏（特写→旋转→佩戴展示），@音频1匹配画面节奏，整体风格现代科技感，光影质感强，镜头切换顺滑，表盘细节清晰可见”，如图4-10所示。



图4-10

4.2 人物一致性：让角色贯穿始终

人物一致性是AI视频创作（尤其是短剧、系列视频、数字人口播）的核心痛点，很多用户生成多段视频后，发现同一个角色长相、服装、气质出现明显偏差，导致叙事断裂，影响观看体验。Seedance 2.0通过“多角度参考”“同场景复用”等功能，可有效解决这一问题，让角色贯穿视频始终，保持形象统一。



4.2.1 角色档案法：用固定关键词锁定角色形象

除了多角度参考图之外，建立“角色档案”也是保持人物一致性的一大核心技巧。它的本质是通过一组固定、精准的关键词，为AI建立一份“角色身份证”，让AI在多次生成、不同场景中始终调用同一套形象特征，避免因提示词表述差异导致的形象漂移。AI对文字描述的理解存在随机性，每次生成时即使使用相似的提示词，也可能因为措辞微调而产生不同的人脸结构、发型细节或服装款式。角色档案可以将角色的核心特征提炼为一组固定关键词，每次生成时直接复用，减少AI的“理解偏差”。

在实际操作中，首先需要从年龄、性别、脸型、五官特征等维度，用简洁、无歧义的词汇描述角色。图4-11所示为人物描述的主要维度。



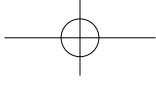
图4-11

描述时要避免使用“帅气”“漂亮”等主观词，改用“高颧骨”“单眼皮”“及肩卷发”等客观描述。例如，可以将角色设定为“女性，28岁，鹅蛋脸，高颧骨，单眼皮，鼻梁高挺，嘴唇偏薄，黑色及肩直发，空气刘海，身穿米白色针织衫，深蓝色直筒牛仔裤，体型偏瘦，气质温和”。然后将上述关键词整理成一段固定文本，每次生成视频时直接复制到提示词开头，作为角色的“基础设定”，后续再添加场景、动作、镜头等描述。

角色档案法可以与@Image功能结合使用，先上传一两张角色正面图作为视觉锚点，再配合关键词描述，双重锁定角色形象。这样即使参考图角度有限，AI也能通过文字描述补充侧面、背面等细节特征。组合提示词时，可以写成“@图片1作为视觉参考，结合以下角色设定：女性，28岁，鹅蛋脸，高颧骨，单眼皮，鼻梁高挺，嘴唇偏薄，黑色及肩直发，空气刘海，身穿米白色针织衫，深蓝色直筒牛仔裤，体型偏瘦，气质温和。场景为春日公园，角色坐在长椅上翻书，阳光透过树叶洒在身上，画面柔和，色调清新。全程保持角色形象与设定一致，无变形、无偏差。”，如图4-12所示。

当需要同一角色出现在多个不同场景时，可直接复制角色档案模板，仅替换场景、动作、镜头描述，即可确保角色特征不因场景变化而漂移。图4-13所示为同一角色出现在办公室和客厅两个场景的提示词示例。

需要注意的是，提示词描述需具体、客观，避免使用“漂亮”“时尚”“高级感”等模糊词；若角色



需要更换服装，需在提示词中明确“服装更换为连衣裙，其余长相、发型、体型保持角色设定不变”，并上传新服装的参考图。角色档案建立后，建议保存为独立文档，每次生成时直接复制，避免手动输入时遗漏或修改关键词。

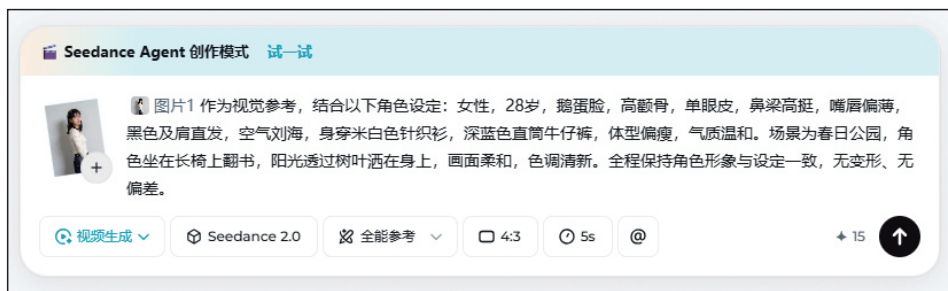


图4-12

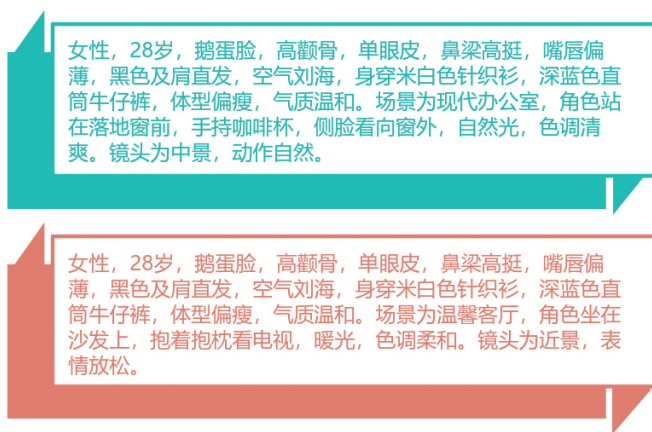


图4-13

4.2.2 跨片段锚定法：分段生成时的角色锁定技巧

在制作长视频或多场景视频时，往往需要分段生成多个片段。即便使用了多角度参考图或角色档案，分段生成过程中仍可能出现角色形象漂移，如发型轻微变化、服装颜色偏差、面部细节不一致等问题。跨片段锚定法的核心是用前一段的输出锚定后一段的输入，让AI在连续生成中始终保持角色稳定。其原理是每次生成新片段时，不仅复用角色档案，还将上一段生成的满意视频帧作为参考图，让AI在视觉上直接“看到”角色在前一段中的具体样貌，从而在后续片段中精准复刻，避免因文字描述歧义或AI随机性导致的形象偏差。

在实际操作中，首段视频生成时需要建立角色基准。在第一段视频生成时，使用“角色档案法+多角度参考图”，确保首段角色形象符合预期。生成后，从该视频中截取1、2帧最清晰、最能代表角色形象的关键帧，如正面近景、侧面全身等，保存为基准参考图。生成后续片段时，提示词中同时引用两部分内容：一是角色档案的文字关键词，二是前一段的基准参考图（@Image）。让AI既理解角色的抽象特征，又看到角色在前一段中的具体样貌，实现双重锁定。图4-14所示为使用“角色档案法+前段基准参考图”的提示词示例。

如果视频较长，如60秒以上，可分多个片段依次生成，每生成一个新片段，从中再截取一张清晰的关键帧，作为下一个片段的锚定参考。这样形成“链条式锚定”，确保角色形象在长视频中逐步传递、始终稳