M2 · 第 4 讲

提示词工程：把要求说清楚

从“会问”到“问对”

阅读约 35 分钟

练习约 30 分钟

产出：提示词库 v1

本节目录

开场：同一个问题，为什么别人一句顶你十句

本课目标

一、先纠正三个误解

二、六段式：一张万能骨架

三、三个改写示例

四、迭代四步法

五、四个进阶技巧

六、图像提示词：另一种写法

七、建立你的提示词库

八、30 分钟练习

九、七个反模式

十、作业与检查清单

十一、延伸阅读

开场：同一个问题，为什么别人一句顶你十句

你在群里看到别人用一句话就让 AI 写出可用的方案，自己照着问，得到的却是泛泛而谈。差距往往不在“话术”，而在三处：

1. 他给了背景，你没给；
2. 他说清了输出长什么样，你没说；
3. 他把任务拆成了几步，你想一步到位。

提示词工程不是背模板，而是把你的隐性要求，变成模型能执行的显性指令。

本课目标

- 用六段式结构写出第一条“稳定可用”的提示词；
- 掌握四种进阶技巧：示例、分步、反问、结构化输出；
- 会为图像生成写提示词；
- 建立自己的提示词库，而不是每次从零想。

一、先纠正三个误解

误解一：提示词越长越好

长不等于清楚。有效的提示词是“信息完整 + 约束明确”，不是把十页背景全塞进去。

误解二：存在万能咒语

“你是一个顶尖专家”这类开场，作用有限。真正起作用的是任务、材料和验收标准。

误解三：一次就能问对

专业用法几乎都是多轮：先拿初稿，再指出问题，再补约束。把提示词当成一次对话的开始，而不是一次性的许愿。

二、六段式：一张万能骨架

把提示词拆成六段，缺哪段补哪段：

1. **角色**：你希望它以什么身份回答（可选，但能定语气）；
2. **任务**：具体要它做什么，用动词开头；
3. **背景**：读者是谁、用在哪里、为什么要做；
4. **输入**：它能使用的材料，原文、数据、链接或样例；
5. **约束**：长度、语气、必须包含/必须避免的内容；
6. **输出**：格式、结构、字段、示例。

一个可直接套用的写法：

> 你是（角色）。请完成（任务）。 背景：（读者 / 场景 / 目的）。 材料：（粘贴原文或数据）。 要求：（3–5 条硬约束）。 输出：（格式与长度），先给（结构），再给（正文）。

三、三个改写示例

示例 1：写通知

差：帮我写个活动通知。

好：你是校园社团的宣传负责人。请写一份活动通知，读者是大一新生，活动是周五晚 7 点的免费 AI 入门讲座，地点在图书馆报告厅，限 80 人。要求：开头 30 字内说清“免费 + 名额有限”，正文不超过 200 字，语气友好不夸张。输出：一个标题 + 正文 + 一句报名指引。

示例 2：改文案

差：把这段文案改得高级一点。

好：把下面这段文案改写成小红书风格，读者是 25–35 岁的职场女性。保留全部事实，不新增承诺。要求：开头用一个具体场景，正文分 3 段，每段不超过 2 行，结尾给一个可执行建议。输出：正文 + 3 个备选标题。

示例 3：做分析

差：分析一下这个行业。

好：基于我提供的 5 条新闻（附后），分析 AI 视频工具近半年的三个变化。要求：每条结论必须引用至少一条新闻作为依据；区分“事实”和“推测”；推测部分标注不确定性。输出：三段结论 + 一张“变化—证据—影响”的表格。

看出共同点了吗？**读者、材料、约束、输出**，四件事一旦写清，结果就稳定了。

四、迭代四步法

第一版提示词很少完美。用这四步收敛：

1. **先跑**：拿到初稿，不急着改提示词；
2. **挑错**：指出具体问题（“第二段太笼统”“没有引用材料”）；
3. **补约束**：把问题翻译成一条新要求，追加到原提示词；
4. **固化**：结果稳定后，存进提示词库，标好适用场景。

一个好用的动作：让模型自己复盘。

> 以上回答中，哪些部分是没有依据的推测？请逐条标出，并说明需要什么材料才能确认。

五、四个进阶技巧

1. 示例法（Few-shot）

给 1–2 个“输入—输出”样例，比十句形容词有效。适合格式固定、风格统一的任务。

2. 分步法

把任务拆成阶段，每阶段只做一件事：

> 第一步：只列提纲，不要写正文。等我确认后再写。

3. 让模型先提问

信息不足时，先让它反问：

> 在开始前，请列出完成这个任务还缺的 3 条信息，逐条问我。

这能避免它自作主张编背景。

4. 结构化输出

需要进入表格或程序时，直接指定格式：

> 只输出 JSON，字段为 title、summary、tags，不要任何解释文字。

六、图像提示词：另一种写法

图像生成不看“角色”，看画面要素。一个够用的结构：

> 主体 + 动作/状态 + 环境 + 风格 + 构图/镜头 + 光线 + 色彩 + 画质

示例：

> 一只橘猫坐在旧书店窗台上，午后逆光，暖色调，35mm 胶片质感，浅景深，背景是虚化的书架，画面安静、有生活感，高清。

三个要点：

- **具体胜过抽象**：“温暖”不如“午后逆光、暖色调”；
- **一次只改一个变量**：先定主体，再调风格，最后调镜头；
- **保留成功配方**：把好结果反推成模板，下次替换主体即可。

七、建立你的提示词库

不要收集“1000 条大全”，那没有用。只存自己验证过的：

字段	说明
名称	一句话说明用途，如“活动通知–校园版”
场景	什么时候用
提示词	完整可复制的版本
变量	每次需要替换的部分，用【】标出
样例	一次成功输出
版本	v1 / v2，改了什么

十条高质量提示词，胜过一千条收藏。

八、30 分钟练习

1. 从你的工作里挑一个本周真实任务；
2. 先用“差提示词”跑一次，保存结果；
3. 用六段式重写，再跑一次；
4. 对比两次结果，写下 3 条差异；
5. 把改进后的版本存进提示词库。

九、七个反模式

1. **只说要什么，不说给谁看**：语气和详略全错；
2. **同时提十个要求**：模型会漏，拆成两轮；
3. **用形容词代替标准**：“专业一点”不如“给出三个方案并说明取舍”；
4. **不给材料却要具体数字**：必然出现幻觉；
5. **把示例当装饰**：示例是约束，不是凑字数；
6. **从不保存成功版本**：每次都从零开始；
7. **把模型当搜索引擎**：时效信息要联网或给材料。

十、作业与检查清单

作业：提交一条“改写前 / 改写后”的提示词对照，并附两次输出。

自查：

- [ ] 我的提示词写清了读者和使用场景；
- [ ] 我给了模型可用的材料，而不是让它猜；
- [ ] 约束不超过 5 条，且每条可判断是否做到；
- [ ] 我指定了输出格式和长度；
- [ ] 我把成功版本存进了库，并标注了变量。

十一、延伸阅读

- 知识库 1.2 Prompts（提示词）：模板与案例；

- 知识库 1.4 AI 绘画：图像提示词的更多写法；
- 知识库 1.5 AI 视频：镜头与运动描述。

> 下一讲：结构化输出与批量任务。你会把“一次问一条”变成“一次处理一百条”，并保证格式统一。
