高级提示词模式

学习可复用的结构化写法，用来处理更复杂的任务

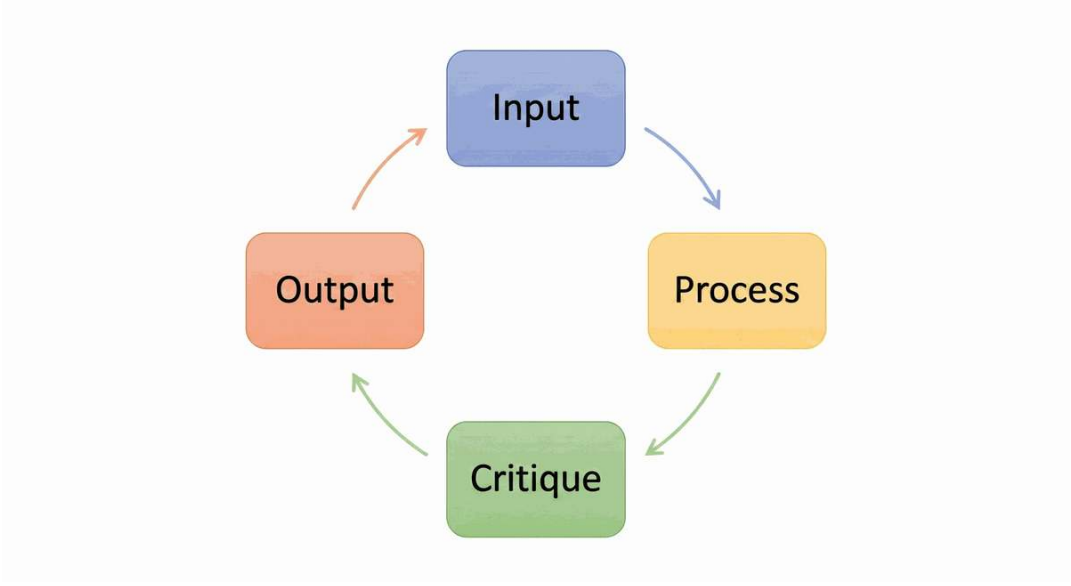
预计阅读时间: 7 分钟

---

1. 用“ 模式” 来思考

当基础写法已经熟练之后，更进一步的做法，是开始把提示词看成一套“ 模式” 。模式就是一种可以反复复用的结构。

你不再只是索取一次答案，而是在设计一个 AI 可以照着走的小流程。



2. 角色 + 任务 + 限制

这个模式非常实用，因为它把任务内容、上下文和边界条件分开写清楚了。

示例提示词

```
#ROLE
[AI 扮演的角色]

#TASK
[你希望完成的任务]

#CONSTRAINTS
[需要遵守的规则]

#FORMAT
[输出应该长什么样]
```

提示: 对于稍长的提示词，简单的小标题会让内容清楚很多。

3. 迭代式打磨

很多高质量提示词并不是一句话写成的，而是通过来回调整逐步变好的。

- 1. 先让 AI 给出第一版。
- 2. 明确指出哪里不对、哪里不够。
- 3. 再让它根据反馈重写。

一个对话示例:

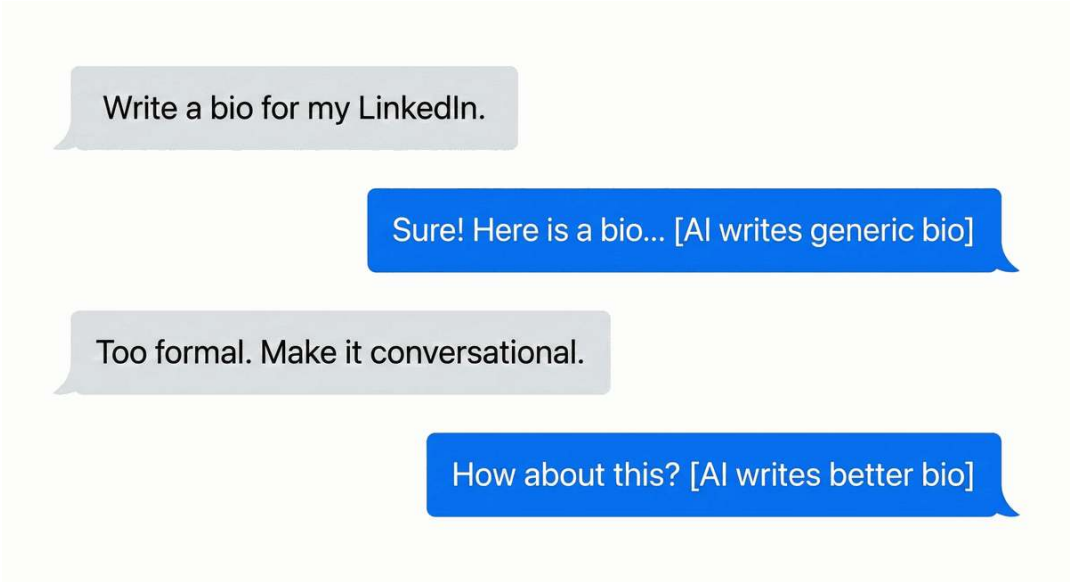
用户：帮我写一段 LinkedIn 简介。

AI：先给出一版很普通的简介。

用户：太正式了，改得更有聊天感一点，并且提到我喜欢徒步。

AI：给出更好的版本。

用户：很好，现在把它压缩到 100 字以内。



4. 结构化输出

如果结果还要放进别的工具里，提前要求结构化格式会省很多事。

JSON / CSV

当你要把结果放进表格或其他系统时，这类格式会很方便。

示例提示词

```
请从下面的文字中提取姓名和邮箱地址，并整理成 CSV 列表。
```

摘要模式

长文本摘要也同样适合先规定结构。

示例提示词

```
请总结下面这段文字。先输出一个“关键结论”部分，列出 5
条要点；再输出一个“下一步建议”部分。
```

5. 分步骤推理

在逻辑题和计算题里，让模型先展示思路，再给结论，往往会更稳。

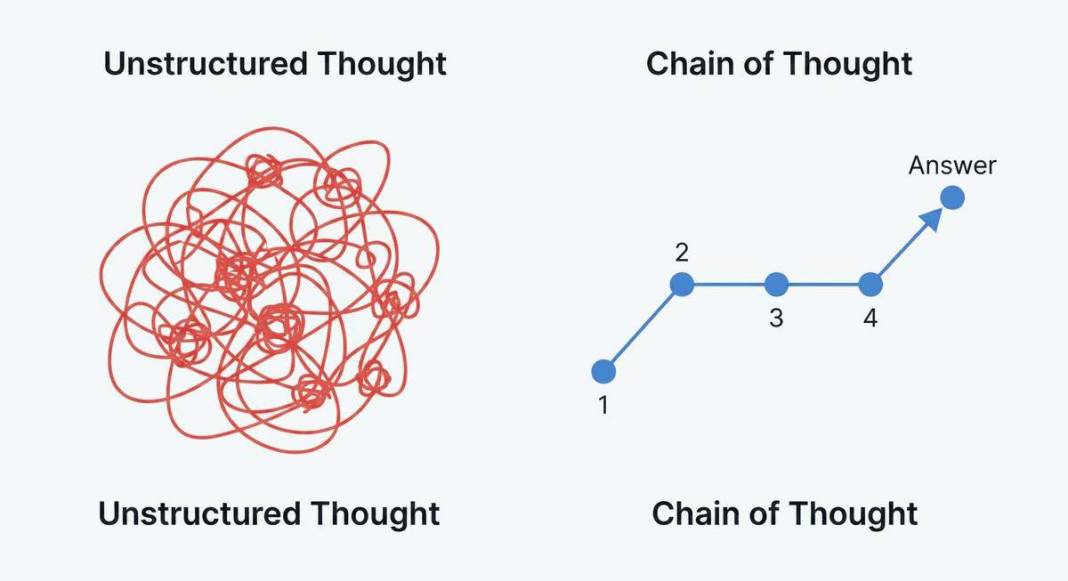
常用短语

示例提示词

```
请一步一步思考。
```

这句短短的话，在需要推理的场景里非常有帮助。

例如：我有 5 个苹果，吃掉 2 个，又买了 3 个，然后掉了 1 个。最后还剩几个？请一步一步思考。



6. 可复用的高级模板

这些模板很值得保存，之后很多场景都能直接拿来改。

苏格拉底式导师

示例提示词

```
我想学习 [Topic]。不要直接上来讲解。先问我一个问题，判断我已经知道什么，再根据我的回答补足我缺的部分。请继续重复这个过程。
```

风格模仿

示例提示词

```
请分析下面这段文字的写作风格，说明语气、句式和用词特点。然后围绕 [NewTopic] 写一个新段落，保持同样的风格。
```

唱反调视角

示例提示词

```
我正在考虑 [Decision]。请站在批判方立场，给出 3
个反对这项决定的有力理由，并指出我可能忽略的风险。
```

在应用中打开
在 Promta 中试试

iPhone 和 iPad | Mac

7. 练习

风格迁移

- 1. 找一段你喜欢的作者或博客文字。
- 2. 把它贴进 AI。
- 3. 用“ 风格模仿” 模板，让 AI 按同样的风格写一条发给朋友的消息。

8. 高阶检查清单

- [ ] 我是否用了清晰的结构？
- [ ] 我是否对第一版继续打磨了？

- □ 在需要时，我是否要求了推理过程？
- □ 输出是否方便再次复用？