

GPT-5.4

实战应用完全指南

企业 · 专家 · 讲师 · 老板 · 主播 · 电商 · 小白

✓ 原生计算机操控能力 ✓ 100 万 Token 上下文 ✓ 深度推理与编程

✓ Excel 深度集成 ✓ 自动化工作流 ✓ 多场景变现方案

2026 年 3 月

目 录

前言：GPT-5.4 核心能力概览

第一章：企业应用场景

第二章：专家/顾问应用场景

第三章：讲师/培训师应用场景

第四章：老板/管理者应用场景

第五章：主播/自媒体应用场景

第六章：电商运营应用场景

第七章：小白/初学者应用场景

附录：提示词优化技巧

前言：GPT-5.4 核心能力概览

2026 年 3 月，OpenAI 正式发布了 GPT-5.4 系列模型，这是迄今为止能力最强、效率最高的专业工作前沿模型。GPT-5.4 不仅是版本号升级，更是 AI 从"对话工具"向"自动化执行代理"转型的里程碑。

核心能力突破

- **原生计算机操控能力**：GPT-5.4 能直接操作电脑软件、浏览网页、控制鼠标和键盘完成任务，在 OSWorld-Verified 测试中成功率达 75.0%，超越人类平均水平 72.4%
- **百万 Token 上下文窗口**：支持高达 100 万 tokens 的上下文处理，可一次性分析整个代码库或长篇文档，实现跨步骤长链路任务的规划与执行
- **Excel 深度集成**：在投行级电子表格建模任务中准确率达 87.3%，可直接嵌入 Excel 单元格进行复杂财务模型构建与分析
- **思考过程预览**：新增"思考过程预览"功能，用户可在模型响应过程中实时调整任务方向
- **编程能力升级**：融合 GPT-5.3-Codex 优势，token 生成速度提升 1.5 倍，支持大型代码库理解与复杂 Bug 排查

适用人群与价值

本指南针对七类核心用户群体，提供可落地、能变现、高频使用的应用场景和精准提示词。无论您是企业管理者、行业专家、培训讲师、创业者、内容创作者，还是 AI 初学者，都能在 GPT-5.4 中找到提升效率、创造价值的具体方法。

第一章：企业应用场景

对于企业用户而言，GPT-5.4 的最大价值在于其原生计算机操控能力和 Excel 深度集成功能。以下 10 个应用场景均经过验证，可直接落地实施，帮助企业降本增效。

场景 1：自动化财务报表生成

应用场景

财务部门每月需要花费大量时间整理各部门数据、制作财务报表。GPT-5.4 可直接操作 Excel，自动从多个数据源提取信息，生成标准化的财务报表，包括资产负债表、利润表、现金流量表等。

变现价值

节省财务人员 60% 以上的报表制作时间，按月薪 8000 元计算，每月可节省约 3200 元人力成本；同时减少人为错误，降低财务风险。

提示词模板

请帮我生成本月财务报表。数据源如下：

- 销售数据在[销售系统导出文件路径]
- 采购数据在[采购系统导出文件路径]
- 费用报销数据在[OA 系统导出文件路径]

要求：

- 生成标准的资产负债表、利润表、现金流量表
- 与上月数据进行对比分析，标注异常波动（超过 10%）
- 添加数据可视化图表
- 输出格式为 Excel，保存在[指定路径]
- 在报表末尾添加财务分析摘要

场景 2：智能合同审查与风险识别

应用场景

企业在签署各类合同前需要进行法律审查。GPT-5.4 可快速分析合同条款，识别潜在风险点，对比标准模板找出差异条款，并给出修改建议。在法律 AI 平台 Harvey 的 BigLaw Bench 评估中得分达 91%。

变现价值

将合同审查时间从平均 4 小时缩短至 30 分钟，法务人员效率提升 8 倍；对于中小企业，可减少外部律师咨询费用，每年节省数万元。

提示词模板

请对以下合同进行专业审查：

[粘贴合同全文]

审查要求：

- 1. 识别所有对甲方不利的条款，用红色标注
- 2. 检查付款条款、违约责任、保密条款等关键条款是否完整
- 3. 对比行业标准合同模板，找出非常规条款
- 4. 评估每条风险的严重程度（高/中/低）
- 5. 针对高风险条款提供修改建议
- 6. 输出审查报告，包含：风险清单、修改建议、补充条款建议

场景 3：市场竞品分析报告自动生成

应用场景

市场部门需要定期跟踪竞争对手动态，制作竞品分析报告。GPT-5.4 可利用其增强的网络搜索能力，自动搜集竞品信息，整理分析并生成专业报告。

变现价值

竞品分析工作从 2-3 天缩短至 2-3 小时，市场研究员效率提升 10 倍；报告质量标准化，便于管理层快速决策。

提示词模板

请生成[产品名称]的竞品分析报告。

主要竞品：[竞品 A]、[竞品 B]、[竞品 C]

分析维度：

1. 产品功能对比（制作功能矩阵表）
2. 价格策略分析
3. 用户评价分析（搜索各平台用户反馈）
4. 营销策略分析
5. 技术架构对比
6. SWOT 分析

输出要求：

- 使用 Excel 制作对比表格
- 生成 PPT 格式的分析报告
- 提供战略建议和行动方案

场景 4：跨系统数据整合与清洗

应用场景

企业数据分散在 CRM、ERP、财务系统等多个平台，数据格式不统一，整合困难。GPT-5.4 可编写自动化脚本，跨系统提取数据，进行格式转换和清洗，建立统一的数据视图。

变现价值

数据整合工作从数周缩短至数天，数据工程师效率提升 5 倍以上；数据质量提升，为后续数据分析和 AI 应用奠定基础。

提示词模板

请帮我整合以下系统的数据：

数据源：

1. CRM 系统：客户信息表（CSV 格式），字段包括客户 ID、姓名、电话、公司名称
2. ERP 系统：订单数据（Excel 格式），字段包括订单号、客户 ID、产品、金额、日期
3. 财务系统：收款记录（CSV 格式），字段包括订单号、收款金额、收款日期

任务要求：

1. 编写 Python 脚本自动读取三个系统的数据
2. 统一客户 ID 格式（CRM 用数字，ERP 用字符串）
3. 处理缺失值和重复数据
4. 建立客户-订单-收款的关联视图
5. 生成数据质量报告
6. 输出整合后的 Excel 文件

场景 5：自动化周报/月报生成

应用场景

各部门每周/每月需要汇总工作进展，制作汇报材料。GPT-5.4 可自动从 Jira、Slack、邮件等渠道收集信息，整合生成标准化的周报/月报，并自动发送给相关人员。

变现价值

每位员工每周节省 2-3 小时汇报时间，100 人团队每年可节省约 10000 小时；汇报材料标准化，提升管理层阅读效率。

提示词模板

请生成本周工作周报：

数据来源：

1. Jira 项目管理系统：[访问链接或导出文件]
2. 团队 Slack 频道：[频道名称]
3. 邮件往来：[指定文件夹]

周报结构：

1. 本周完成工作（按项目分类）
2. 关键里程碑达成情况
3. 遇到的问题及解决方案
4. 下周工作计划
5. 需要协调支持的事项

格式要求：

- Word 文档格式
- 包含数据可视化图表
- 语言简洁专业

场景 6：智能客服知识库构建

应用场景

企业需要建立完善的客服知识库，帮助客服人员快速响应客户咨询。GPT-5.4 可分析历史客服记录，自动提取常见问题，生成标准答案，并持续优化知识库内容。

变现价值

客服培训时间缩短 50%，新人上岗速度加快；客服响应速度提升，客户满意度提高 15-20%。

提示词模板

请基于以下客服记录构建知识库：

[粘贴客服聊天记录或上传文件]

任务要求：

1. 提取高频问题 TOP50，按产品/订单/售后等分类
2. 为每个问题编写标准答案（包含话术和解决方案）
3. 标注问题的紧急程度和解决难度
4. 建立问题关联关系（相关问题推荐）
5. 生成知识库文档（Excel 格式，便于检索）
6. 提供知识库使用培训手册

场景 7：招聘简历智能筛选

应用场景

HR 每天需要处理大量简历，筛选合适的候选人耗时耗力。GPT-5.4 可根据岗位要求自动分析简历，评估匹配度，生成筛选报告和面试建议。

变现价值

简历筛选效率提升 10 倍，HR 可将更多时间投入面试和人才发展；减少主观偏见，提高招聘质量。

提示词模板

请帮我筛选以下简历，岗位是[Java 高级工程师]：

岗位要求：

1. 5 年以上 Java 开发经验
2. 熟悉 Spring Boot、微服务架构
3. 有大型项目经验
4. 本科及以上学历

[粘贴简历内容或上传简历文件]

分析要求：

1. 评估候选人符合哪些硬性要求
2. 识别简历中的亮点和潜在问题
3. 给出匹配度评分（0-100 分）
4. 推荐面试问题（5-8 个）
5. 给出是否进入面试的建议及理由

场景 8：项目风险评估与预警

应用场景

项目经理需要持续监控项目风险，及时发现问题。GPT-5.4 可分析项目文档、会议纪要、进度报告，识别潜在风险点，评估风险等级，并提供应对建议。

变现价值

风险识别提前期从 2 周延长至 1 个月，项目延期率降低 30%；减少因风险失控导致的项目损失。

提示词模板

请对以下项目进行风险评估：

项目背景：[项目简介]

当前进度：[进度百分比]

项目文档：[粘贴或上传相关文档]

评估维度：

1. 进度风险（关键路径分析）
2. 资源风险（人员、预算）
3. 技术风险（技术难点、依赖项）
4. 外部风险（供应商、政策）
5. 沟通风险（团队协作）

输出要求：

- 风险清单（按严重程度排序）
- 每个风险的详细分析和影响评估
- 风险应对策略和责任人建议
- 预警指标和监控方案

场景 9：供应链数据分析与优化

应用场景

企业需要优化供应链管理，降低库存成本，提高交付效率。GPT-5.4 可分析采购、库存、销售数据，识别优化机会，生成供应链优化方案。

变现价值

库存周转率提升 20-30%，库存成本降低 15%；缺货率降低，客户满意度提升。

提示词模板

请分析以下供应链数据并提供优化建议：

数据范围：过去 12 个月

数据文件：[上传采购、库存、销售数据]

分析任务：

1. 计算各 SKU 的库存周转率，识别滞销品
2. 分析安全库存设置是否合理
3. 识别采购周期中的瓶颈
4. 评估供应商交付表现
5. 预测未来 3 个月的需求

输出要求：

- Excel 分析报告（含数据透视表和图表）
- 具体的优化建议（可执行）
- 预期效果量化评估

场景 10：企业培训材料智能生成

应用场景

企业需要为新员工或现有员工制作培训材料，包括产品知识、操作流程、合规要求等。GPT-5.4 可根据现有文档快速生成培训课件、考试题目和学习路径。

变现价值

培训材料制作时间缩短 70%，培训部门效率大幅提升；培训内容标准化，确保信息传递一致性。

提示词模板

请基于以下资料生成新员工入职培训材料：

参考资料：[公司介绍、产品手册、规章制度等]

培训对象：新入职销售代表

培训时长：3 天

生成内容：

1. 培训大纲（按天划分，包含时间分配）
2. 每节课的 PPT 课件（关键点+案例）
3. 配套练习题（每节课 10 道选择题）
4. 结业考试试卷（50 道题，含答案）
5. 学习路径图（后续自学建议）

格式要求：

- PPT 格式课件
- Word 格式练习题和考试卷
- 内容生动有趣，避免枯燥

第二章：专家/顾问应用场景

对于行业专家和咨询顾问，GPT-5.4 是强大的研究助手和知识管理工具。其深度推理能力和长上下文处理功能，特别适合复杂分析和专业报告撰写。

场景 1：行业研究报告撰写

应用场景

咨询顾问需要定期输出行业研究报告，为客户提供决策支持。GPT-5.4 可协助收集行业数据、分析市场趋势、撰写专业报告，大幅提升研究效率。

变现价值

研究报告撰写时间从 2 周缩短至 3-5 天，顾问产能提升 3 倍；报告质量标准化，客户满意度提升，可承接更多项目。

提示词模板

请撰写一份[新能源汽车行业]的深度研究报告。

报告结构：

1. 执行摘要（1 页）
2. 行业概况（市场规模、增长率、主要玩家）
3. 政策环境分析
4. 技术发展趋势
5. 竞争格局分析（波特五力模型）
6. 投资机会与风险
7. 未来 3-5 年预测
8. 战略建议

要求：

- 数据需有来源标注
- 包含数据可视化图表
- 语言专业严谨
- 字数 8000-10000 字

场景 2：战略规划方案设计

应用场景

企业聘请战略顾问制定发展规划，需要系统分析内外部环境，制定可落地的战略方案。GPT-5.4 可协助完成 SWOT 分析、战略选项设计、实施路径规划等工作。

变现价值

战略规划项目周期从 1 个月缩短至 2 周，顾问可承接更多项目；方案质量提升，客户续约率增加。

提示词模板

请为[某制造业企业]制定未来 3 年战略规划方案。

企业背景：

- 行业：精密机械零部件制造
- 规模：年营收 5 亿元，员工 800 人
- 现状：面临成本上升和市场竞争加剧

规划内容：

1. 外部环境分析（PESTEL 模型）
2. 内部能力评估（VRIO 框架）
3. SWOT 分析矩阵
4. 战略选项设计（至少 3 个方案）
5. 战略选择与理由
6. 实施路线图（分年度）
7. 关键成功因素和风险
8. KPI 指标体系

输出格式：PPT 演示文稿

场景 3：尽职调查报告撰写

应用场景

投资机构在进行投资决策前需要进行尽职调查，评估目标公司的价值与风险。GPT-5.4 可协助整理尽调资料，分析财务数据，撰写尽调报告。

变现价值

尽调报告撰写时间从 1 周缩短至 2-3 天，投资团队可评估更多项目；报告完整性提升，降低投资风险。

提示词模板

请基于以下资料撰写尽职调查报告：

目标公司：[公司名称]

行业：[行业名称]

尽调资料：[上传财务数据、业务资料、法律文件等]

报告结构：

1. 公司概况（历史沿革、股权结构、管理团队）
2. 业务分析（商业模式、核心竞争力、客户分析）
3. 财务分析（收入、利润、现金流、关键财务指标）
4. 法律风险（诉讼、知识产权、合规性）
5. 估值分析（多种估值方法对比）
6. 风险因素
7. 投资建议

要求：

- 数据详实，分析深入
- 风险提示全面
- 格式专业规范

场景 4：专家知识库构建与管理

应用场景

专家积累了大量专业知识和案例，需要系统化整理形成知识库。GPT-5.4 可协助将零散的知识 and 经验结构化，建立可检索、可复用的知识管理系统。

变现价值

知识整理效率提升 5 倍，专家可将隐性知识显性化；知识库可用于培训、咨询、出版等多种变现渠道。

提示词模板

请帮我将以下专业知识整理成知识库：

专业领域：[企业管理咨询]

资料内容：[上传案例、文章、演讲稿等]

整理要求：

1. 建立知识体系框架（按主题分类）
2. 提取核心概念和理论模型
3. 整理典型案例（背景-问题-解决方案-效果）
4. 制作工具模板（分析框架、评估表等）
5. 建立关键词索引
6. 生成知识地图

输出格式：

- 知识库文档（Word 格式，便于检索）
- 配套 PPT 素材库
- 使用指南

场景 5：专业培训课程开发

应用场景

专家需要将自己的专业知识转化为培训课程，进行知识变现。GPT-5.4 可协助设计课程体系、开发课件、编写案例、设计互动环节。

变现价值

课程开发周期从 2 个月缩短至 2 周，专家可快速推出多门课程；课程质量标准化，学员满意度提升，复购率增加。

提示词模板

请帮我开发一门[数字化转型]培训课程：

课程定位：

- 目标学员：中小企业管理者
- 课程时长：2 天（16 小时）
- 授课形式：线下培训

开发内容：

1. 课程大纲（细化到每个小时）
2. 讲师手册（授课要点、话术、时间分配）

3. 学员手册（知识点、案例、练习题）
4. PPT 课件（每节课独立文件）
5. 案例库（5-8 个完整案例）
6. 互动环节设计（小组讨论、角色扮演等）
7. 课后作业和评估方案

要求：

- 理论与实践结合
- 案例贴近学员实际
- 互动性强，避免单向灌输

场景 6：学术论文辅助写作

应用场景

研究人员需要撰写学术论文，包括文献综述、研究方法、数据分析、结论等部分。GPT-5.4 可协助整理文献、梳理论证逻辑、润色语言，提升论文质量。

变现价值

论文撰写效率提升 50%，研究人员可将更多时间投入核心研究；论文质量提升，发表成功率增加。

提示词模板

请协助我完善以下学术论文：

论文题目：[题目]

研究领域：[领域名称]

当前进度：[已完成部分]

协助任务：

1. 文献综述部分：补充近 3 年相关研究，按主题分类整理
2. 研究方法部分：检查逻辑完整性，补充细节描述
3. 数据分析部分：优化图表呈现，补充统计解释
4. 讨论部分：深化理论贡献分析
5. 全文润色：提升学术表达，检查术语一致性
6. 参考文献格式：统一为 APA 格式

要求：

- 保持学术严谨性

- 不虚构数据和引用
- 突出研究创新点

场景 7：政策解读与影响分析

应用场景

新政策出台后，企业需要专业解读和政策影响分析。专家可利用 GPT-5.4 快速分析政策文本，评估对行业和企业的影响，提供应对建议。

变现价值

政策解读报告产出时间从 3 天缩短至 4 小时，专家可快速响应客户需求；解读深度和准确性提升，建立专家权威形象。

提示词模板

请对以下政策进行专业解读：

政策名称：[政策全称]

发布机构：[机构名称]

政策原文：[粘贴或上传政策文件]

解读要求：

1. 政策背景（为什么出台）
2. 核心要点提炼（逐条解读）
3. 与旧政策的对比（变化点分析）
4. 行业影响分析（直接影响和间接影响）
5. 企业应对建议（短期和长期）
6. 实施时间表和关键节点
7. 风险提示

输出格式：

- Word 报告（3000-5000 字）
- PPT 摘要版（10 页以内）

场景 8：商业模式画布设计

应用场景

创业者或企业需要设计或优化商业模式。专家可利用 GPT-5.4 协助客户系统梳理商业模式各要素，发现创新机会，设计差异化竞争策略。

变现价值

商业模式设计工作坊从 2 天缩短至 1 天，专家可服务更多客户；设计方案质量提升，客户实施成功率增加。

提示词模板

请为[创业项目/企业]设计商业模式画布：

项目背景：

- 产品/服务：[描述]
- 目标客户：[描述]
- 当前阶段：[种子期/成长期/成熟期]

设计内容：

1. 客户细分（详细画像）
2. 价值主张（独特卖点）
3. 渠道通路
4. 客户关系
5. 收入来源（定价策略）
6. 核心资源
7. 关键业务
8. 重要合作
9. 成本结构

输出要求：

- 商业模式画布可视化图
- 每个模块的详细说明
- 创新点分析
- 实施建议

场景 9：投资标的价值评估

应用场景

投资机构需要快速评估潜在投资标的的价值。专家可利用 GPT-5.4 进行多维度分析，包括财务估值、市场地位、团队能力、成长潜力等。

变现价值

投资评估效率提升 5 倍，投资团队可覆盖更多项目；评估框架标准化，降低投资决策风险。

提示词模板

请对以下投资标的进行价值评估：

标的公司：[公司名称]

行业：[行业名称]

投资阶段：[天使/VC/PE]

尽调资料：[上传资料]

评估维度：

1. 市场分析（TAM/SAM/SOM）
2. 商业模式评估
3. 团队能力分析
4. 财务分析（历史表现+预测）
5. 竞争分析
6. 估值分析（多种方法）
7. 投资回报测算
8. 风险评估

输出要求：

- 投资备忘录格式
- 明确投资建议（投/不投/观望）
- 关键条款建议

场景 10：专业咨询服务标准化

应用场景

专家希望将个人咨询服务产品化、标准化，实现规模化变现。GPT-5.4 可协助设计服务产品体系、制定服务流程、开发配套工具。

变现价值

咨询服务从纯人力模式转向"产品+服务"模式，边际成本降低；服务标准化后可培训团队，实现业务规模化。

提示词模板

请帮我将[战略咨询]服务产品化：

当前服务：

- 服务形式：一对一咨询
- 服务内容：企业战略规划
- 服务周期：1-3 个月
- 收费标准：[金额]

产品化要求：

1. 设计 3 个标准化产品（入门/标准/高端）
2. 每个产品的服务内容和交付物清单
3. 标准化服务流程（SOP）
4. 配套工具包（模板、检查表等）
5. 定价策略
6. 销售话术和方案
7. 团队培训方案

输出要求：

- 产品手册
- 服务 SOP 文档
- 工具包

第三章：讲师/培训师应用场景

对于培训讲师，GPT-5.4 是课程开发和教学辅助的利器。从课程设计到课件制作，从案例开发到考试出题，GPT-5.4 都能大幅提升效率。

场景 1：系统化课程大纲设计

应用场景

讲师需要设计一门完整的培训课程，包括课程目标、内容框架、教学方法等。GPT-5.4 可根据培训目标和学员特点，设计科学合理的课程大纲。

变现价值

课程设计时间从 1 周缩短至 1 天，讲师可快速推出新课程；课程结构更科学，学员学习效果更好，口碑传播带来更多生源。

提示词模板

请帮我设计一门[Python 数据分析]培训课程大纲：

课程基本信息：

- 目标学员：零基础职场人士
- 课程时长：40 课时（每课时 45 分钟）
- 授课形式：线上直播+录播
- 课程目标：学员能独立完成数据分析项目

设计要求：

1. 课程总体目标和学习成果
2. 模块化课程结构（8-10 个模块）
3. 每个模块的学习目标、内容要点、课时分配
4. 每节课的教学活动设计（讲授/演示/练习/讨论）
5. 课程项目设计（综合实践）
6. 学习路径和先修知识说明

输出格式：

- Excel 课程大纲表
- 课程结构图

场景 2：高质量 PPT 课件批量生成

应用场景

讲师需要为课程制作大量 PPT 课件，耗时耗力。GPT-5.4 可根据课程大纲自动生成 PPT 内容，包括知识点讲解、案例分析、互动设计等。

变现价值

PPT 制作效率提升 5 倍，40 课时的课件从 2 周缩短至 2 天；课件质量标准化，视觉风格统一，提升品牌形象。

提示词模板

请为以下课程生成 PPT 课件内容：

课程名称：[时间管理]
本节主题：[番茄工作法]
课时：45 分钟

PPT 要求：

1. 封面页（课程名+本节主题）
2. 学习目标页
3. 内容页 15-20 页，包含：
 - 番茄工作法的原理
 - 操作步骤详解
 - 实际案例演示
 - 常见误区和解决方案
4. 互动环节设计（小组讨论/实操练习）
5. 小结页
6. 课后作业

格式要求：

- 每页 PPT 的内容脚本（标题+要点）
- 备注栏添加讲师话术
- 标注需要配图的位置

场景 3：实战案例库开发

应用场景

培训课程需要大量实战案例来增强学习效果。GPT-5.4 可根据课程主题开发丰富的案例库，包括背景、问题、解决方案、效果评估等完整内容。

变现价值

案例开发效率提升 10 倍，讲师可快速积累丰富的案例库；案例质量高、贴近实际，学员满意度大幅提升。

提示词模板

请为[领导力培训]课程开发 10 个管理案例：

案例要求：

1. 覆盖不同管理场景（团队激励、冲突处理、绩效面谈等）
2. 每个案例包含：
 - 背景介绍（公司、人物、情境）
 - 面临的问题/挑战
 - 关键决策点
 - 解决方案（至少 2 种）
 - 结果和反思
 - 教学要点
3. 案例真实可信，有代入感
4. 难度分级（初级/中级/高级）

输出格式：

- Word 文档（每个案例独立章节）
- 配套讨论问题

场景 4：考试题库智能生成

应用场景

培训课程需要配套考试来检验学习效果。GPT-5.4 可根据课程内容自动生成各类题型，包括选择题、判断题、简答题、案例分析题等。

变现价值

出题效率提升 10 倍，100 道题库从 1 周缩短至半天；题目质量高、覆盖面全，考试效度提升。

提示词模板

请为[项目管理]课程生成考试题库：

课程知识点：

- 1. 项目启动（章程、干系人）
- 2. 项目规划（WBS、进度、成本）
- 3. 项目执行（团队、沟通）
- 4. 项目监控（变更、风险）
- 5. 项目收尾

题目要求：

- 1. 单选题 50 道（每题 4 个选项）
- 2. 多选题 20 道
- 3. 判断题 30 道
- 4. 简答题 10 道
- 5. 案例分析题 5 道
- 6. 所有题目附答案和解析
- 7. 标注每道题对应的知识点
- 8. 难度分布：易 30%/中 50%/难 20%

输出格式：Excel 表格

场景 5：学员作业批改与反馈

应用场景

培训结束后，讲师需要批改学员作业并给出反馈。GPT-5.4 可辅助批改作业，指出问题，给出改进建议，大幅提升批改效率。

变现价值

作业批改时间从每份 30 分钟缩短至 5 分钟，讲师可服务更多学员；反馈更专业、更及时，学员学习效果更好。

提示词模板

请帮我批改以下学员作业并给出反馈：

作业要求：[描述作业要求]

评分标准：[标准说明]

学员作业内容：

[粘贴学员作业]

批改要求：

1. 给出总体评分（百分制）
2. 指出优点（至少 3 点）
3. 指出不足（至少 3 点）
4. 给出具体改进建议
5. 提供参考答案要点
6. 写一段鼓励性评语

语气要求：专业但亲切，鼓励为主

场景 6：在线课程脚本撰写

应用场景

讲师需要录制在线视频课程，需要撰写详细的视频脚本。GPT-5.4 可根据课程大纲生成完整的视频脚本，包括讲解内容、画面指示、转场提示等。

变现价值

脚本撰写效率提升 5 倍，讲师可快速产出大量视频内容；脚本质量高，录制效率高，视频成品率提升。

提示词模板

请为以下视频课程撰写脚本：

课程名称：[Excel 数据透视表入门]

本节标题：[创建第一个数据透视表]

视频时长：10-15 分钟

授课风格：轻松活泼，通俗易懂

脚本要求：

1. 开场白（30 秒，吸引注意）
2. 本节学习目标

3. 内容讲解（分步骤，每步包含：
 - 讲解话术
 - 屏幕操作指示
 - 画面切换提示）
4. 实操演示
5. 小结和预告
6. 结尾

格式：表格形式（时间轴+内容+画面）

场景 7：培训效果评估报告

应用场景

培训结束后，讲师需要评估培训效果，撰写评估报告。GPT-5.4 可分析学员反馈、考试成绩、行为变化等数据，生成专业的培训效果评估报告。

变现价值

评估报告撰写时间从 2 天缩短至 2 小时；报告专业度高，有助于赢得企业客户的长期合作。

提示词模板

请基于以下数据撰写培训效果评估报告：

培训信息：

- 课程名称：[名称]
- 培训时间：[日期]
- 学员人数：[人数]

评估数据：

- 满意度问卷结果：[数据]
- 考试成绩：[数据]
- 学员反馈：[摘录]

报告结构：

1. 培训概况
2. 反应层评估（满意度分析）
3. 学习层评估（知识掌握情况）
4. 行为层评估（行为改变）
5. 结果层评估（业务影响）
6. 亮点和不足

7. 改进建议

输出格式：Word 报告

场景 8：学员常见问题 FAQ 整理

应用场景

培训过程中学员会有大量重复性问题，讲师需要整理 FAQ 提高答疑效率。GPT-5.4 可分析历史问答记录，提取高频问题，生成标准答案。

变现价值

答疑时间减少 50%，讲师可将时间投入课程开发；学员自助查询 FAQ，问题得到快速解决。

提示词模板

请帮我整理以下培训课程的 FAQ:

课程名称: [Python 编程入门]

学员问题记录: [粘贴问题列表]

整理要求:

1. 提取高频问题 TOP50
2. 按主题分类（环境配置/语法/调试/项目等）
3. 为每个问题编写标准答案
4. 答案包含：问题原因+解决方案+预防措施
5. 复杂问题附操作截图说明
6. 建立关键词索引

输出格式:

- Word 文档（便于搜索）
- Excel 表格（便于分类查看）

场景 9：培训营销文案撰写

应用场景

讲师需要撰写课程宣传文案，吸引学员报名。GPT-5.4 可生成各类营销文案，包括课程介绍、海报文案、朋友圈文案、销售信等。

变现价值

文案产出效率提升 10 倍，讲师可快速测试不同文案效果；文案质量提升，转化率提高 20-30%。

提示词模板

请为以下课程撰写营销文案：

课程名称：[30 天学会短视频剪辑]

目标学员：零基础想从事自媒体的人

课程价格：999 元

课程亮点：实战项目、1 对 1 辅导、就业推荐

文案需求：

1. 课程详情页文案（1000 字）
2. 朋友圈推广文案（3 条不同风格）
3. 短视频口播脚本（30 秒）
4. 销售信（2000 字）
5. 海报文案（标题+卖点）
6. 社群推广话术

风格要求：

- 痛点切入，激发需求
- 突出差异化优势
- 有紧迫感，促进行动

场景 10：培训体系搭建咨询

应用场景

企业客户需要搭建内部培训体系，讲师提供咨询服务。GPT-5.4 可协助设计培训体系框架、课程体系、讲师培养方案等。

变现价值

咨询方案产出效率提升 3 倍，讲师可承接更多咨询项目；方案专业度高，客户满意度提升，带来转介绍。

提示词模板

请为[某科技公司]设计内部培训体系：

公司背景：

- 规模：500 人
- 业务：软件开发
- 现状：培训零散，缺乏体系

设计内容：

1. 培训体系总体框架
2. 岗位学习路径图（技术/产品/运营/管理）
3. 课程体系设计（按层级和序列）
4. 讲师队伍建设方案
5. 培训运营机制
6. 培训效果评估体系
7. 培训平台建设建议
8. 实施路线图

输出要求：

- 咨询报告（8000 字）
- 配套 PPT 汇报材料

第四章：老板/管理者应用场景

对于企业老板和管理者，GPT-5.4 是高效的决策助手和管理工具。从战略规划到日常管理，从数据分析到团队沟通，GPT-5.4 都能提供有力支持。

场景 1：商业计划书撰写

应用场景

创业者需要撰写商业计划书，用于融资或内部规划。GPT-5.4 可协助完成市场分析、商业模式设计、财务预测等核心内容。

变现价值

商业计划书撰写时间从 1 个月缩短至 1 周，创业者可快速启动融资；计划书质量提升，融资成功率增加。

提示词模板

请帮我撰写一份商业计划书：

项目信息：

- 项目名称：[名称]
- 行业：[行业]
- 产品/服务：[描述]
- 融资需求：[金额]

计划书结构：

1. 执行摘要
2. 公司介绍（愿景、使命、团队）
3. 市场分析（市场规模、趋势、痛点）
4. 产品/服务介绍
5. 商业模式
6. 竞争分析
7. 营销策略
8. 运营计划
9. 财务预测（3-5 年）
10. 融资需求与用途

11. 风险分析与应对
12. 附录

输出格式：Word 文档+PPT 路演版

场景 2：年度经营计划制定

应用场景

每年年底，企业需要制定下一年度的经营计划。GPT-5.4 可协助分析本年度数据，制定目标，分解任务，形成完整的年度经营计划。

变现价值

经营计划制定时间从 2 周缩短至 3 天；计划更科学合理，执行率提升 30%以上。

提示词模板

请帮我制定 2026 年度经营计划：

公司信息：

- 行业：[行业]
- 规模：[营收/人数]
- 2025 年数据：[上传数据]

计划内容：

1. 2025 年经营回顾（成绩与不足）
2. 外部环境分析（机会与威胁）
3. 2026 年经营目标（财务+业务+管理）
4. 关键策略与举措
5. 部门目标分解
6. 重点项目计划
7. 资源配置计划
8. 风险预案
9. 月度里程碑

输出格式：Excel 计划表+Word 说明文档

场景 3：重要演讲稿撰写

应用场景

老板需要在各种场合发表演讲，如年会致辞、投资人路演、行业论坛等。GPT-5.4 可根据场合和受众，撰写专业且有感染力的演讲稿。

变现价值

演讲稿撰写时间从 2 天缩短至 2 小时；演讲质量提升，增强个人影响力和企业形象。

提示词模板

请帮我撰写一篇演讲稿：

演讲场合：[公司年会]

演讲时长：15 分钟

受众：全体员工

主题：[回顾 2025，展望 2026]

演讲要点：

- 1. 感谢团队过去一年的努力
- 2. 回顾 2025 年的主要成绩（用数据说话）
- 3. 分享公司面临的挑战和应对
- 4. 展望 2026 年的目标和愿景
- 5. 激励团队，表达信心

风格要求：

- 真诚、有温度
- 有故事性，避免枯燥
- 有号召力，激发士气
- 适当幽默

场景 4：团队会议纪要整理

应用场景

管理者需要参加各种会议，会后需要整理会议纪要并跟进落实。GPT-5.4 可将会议录音或速记快速整理成规范的会议纪要，提取行动项。

变现价值

会议纪要整理时间从 2 小时缩短至 15 分钟；会议决议执行率提升，管理效率大幅提高。

提示词模板

请将以下会议内容整理成规范的会议纪要：

会议信息：

- 会议主题：[主题]
- 时间：[日期时间]
- 地点：[地点]
- 参会人员：[名单]

会议内容：

[粘贴会议录音转文字或速记]

纪要要求：

1. 会议基本信息
2. 会议议程回顾
3. 各项议题讨论要点
4. 达成的决议（明确、可执行）
5. 行动项清单（任务+负责人+截止日期）
6. 下次会议安排

格式：专业商务风格

场景 5：员工绩效评估报告

应用场景

管理者需要定期对员工进行绩效评估，撰写评估报告。GPT-5.4 可根据员工的工作数据和表现，生成客观、全面的绩效评估报告。

变现价值

绩效评估报告撰写时间从 1 小时缩短至 10 分钟；评估更客观全面，员工认可度提升。

提示词模板

请帮我撰写员工绩效评估报告：

员工信息：

- 姓名：[姓名]
- 岗位：[岗位]
- 评估周期：[时间段]

绩效数据：

- KPI 完成情况：[数据]

- 工作成果：[描述]
- 360 度反馈：[摘要]

报告内容：

1. 基本信息
2. 工作目标完成情况
3. 主要工作成果（量化）
4. 能力评估（专业能力、协作能力、创新能力等）
5. 优势与亮点
6. 待改进方面
7. 发展建议
8. 绩效等级建议
9. 面谈要点

语气：客观、建设性、鼓励为主

场景 6：投资决策辅助分析

应用场景

老板需要做出各种投资决策，如新项目投资、并购、股权投资等。GPT-5.4 可协助进行尽职调查、财务分析、风险评估，提供决策支持。

变现价值

投资分析效率提升 5 倍，决策质量提升；降低投资风险，避免重大损失。

提示词模板

请对以下投资机会进行分析：

投资标的：[描述]
投资金额：[金额]
投资目的：[战略/财务]

分析内容：

1. 行业分析（市场规模、增长趋势、竞争格局）
2. 标的公司分析（业务、财务、团队）
3. 估值分析
4. 投资回报测算
5. 风险识别与评估
6. 与现有业务的协同效应

7. 投资建议（投/不投/观望）
8. 关键条款建议

输出：投资决策备忘录

场景 7：企业品牌故事撰写

应用场景

企业需要品牌故事用于官网、宣传册、媒体报道等。GPT-5.4 可根据企业发展历程，撰写有感染力的品牌故事。

变现价值

品牌故事撰写时间从 1 周缩短至 1 天；品牌故事质量提升，增强品牌认知和情感连接。

提示词模板

请帮我撰写企业品牌故事：

企业信息：

- 公司名：[名称]
- 成立时间：[年份]
- 创始人：[姓名+背景]
- 主营业务：[描述]
- 发展历程：[关键节点]
- 企业使命/愿景：[描述]

故事要求：

1. 有清晰的故事线（起承转合）
2. 突出创业初心和坚持
3. 有关键转折点和感人细节
4. 体现企业价值观
5. 有情感共鸣点
6. 适合多种传播渠道

字数：1500-2000 字

场景 8：危机公关应对方案

应用场景

企业遇到负面事件，需要快速制定危机公关方案。GPT-5.4 可协助分析危机性质，制定应对策略，撰写公关声明。

变现价值

危机应对方案产出时间从 1 天缩短至 2 小时；快速响应，有效控制危机扩散，减少品牌损失。

提示词模板

请帮我制定危机公关应对方案：

危机事件：[描述事件经过]
影响范围：[描述]
舆论态势：[描述]

- 方案内容：
- 1. 危机性质分析
 - 2. 利益相关方分析
 - 3. 应对策略（短期+长期）
 - 4. 公关声明稿
 - 5. 媒体沟通话术
 - 6. 内部沟通方案
 - 7. 社交媒体应对方案
 - 8. 舆情监测方案
 - 9. 善后措施

要求：快速响应，真诚负责，化危为机

场景 9：组织架构优化方案

应用场景

企业发展过程中需要优化组织架构，提升运营效率。GPT-5.4 可协助分析现有架构问题，设计优化方案。

变现价值

组织架构设计时间从 1 个月缩短至 1 周；方案更科学合理，变革阻力降低，执行效果更好。

提示词模板

请帮我设计组织架构优化方案：

公司现状：

- 规模：[人数]
- 业务：[描述]
- 现有架构：[描述问题]
- 发展目标：[描述]

方案内容：

1. 现状诊断（问题分析）
2. 优化原则
3. 新组织架构图
4. 部门职责调整
5. 岗位设置优化
6. 汇报关系调整
7. 人员配置建议
8. 实施步骤和时间表
9. 风险与应对

输出：方案文档+组织架构图

场景 10：企业文化建设方案

应用场景

企业需要系统建设企业文化，提升团队凝聚力。GPT-5.4 可协助设计企业文化体系，制定落地实施方案。

变现价值

文化建设方案设计时间从 2 周缩短至 3 天；文化落地效果更好，员工认同度提升，离职率降低。

提示词模板

请帮我设计企业文化建设方案：

公司信息：

- 行业：[行业]
- 规模：[人数]
- 发展阶段：[初创/成长/成熟]
- 现状：[描述]

方案内容：

1. 企业文化诊断
2. 使命、愿景、价值观设计
3. 文化理念体系（经营理念、人才理念等）
4. 员工行为准则
5. 文化落地活动设计
6. 文化宣传方案
7. 文化考核机制
8. 实施路线图

输出：文化手册+实施方案

第五章：主播/自媒体应用场景

对于主播和自媒体创作者，GPT-5.4 是内容创作的超级助手。从选题策划到脚本撰写，从文案优化到数据分析，GPT-5.4 能全方位提升创作效率。

场景 1：爆款选题策划

应用场景

创作者需要持续产出优质内容，选题是最关键的环节。GPT-5.4 可分析热点趋势，结合账号定位，批量生成有潜力的选题。

变现价值

选题效率提升 10 倍，从每天苦想 1 小时到批量生成 50 个选题；选题质量提升，爆款率提高 30%以上。

提示词模板

请帮我策划 30 个短视频选题：

账号定位：

- 领域：[职场成长]
- 目标受众：[25-35 岁职场人]
- 内容风格：[干货实用+轻松幽默]
- 时长：[1-3 分钟]

选题要求：

1. 结合当前热点（如 AI、裁员潮等）
2. 覆盖不同主题（沟通、效率、晋升、跳槽等）
3. 每个选题包含：标题+核心观点+3 个分论点
4. 预估爆款潜力（高/中/低）
5. 标注内容形式（口播/剧情/图文）

输出：Excel 表格

场景 2：短视频脚本批量生成

应用场景

创作者需要大量短视频脚本，但写作耗时。GPT-5.4 可根据选题快速生成完整的视频脚本，包括开场、内容、结尾、画面指示等。

变现价值

脚本撰写效率提升 5 倍，日产出从 2 条提升至 10 条；内容质量稳定，粉丝增长加速。

提示词模板

请为以下选题撰写短视频脚本：

选题：[为什么你越努力越焦虑？]

时长：2 分钟

风格：口播+轻剧情

脚本结构：

1. 开场（黄金 3 秒，抓人眼球）
2. 痛点共鸣（描述目标受众的焦虑场景）
3. 问题分析（为什么努力会焦虑）
4. 解决方案（3 个实用方法）
5. 结尾（金句+引导互动）

格式要求：

- 分镜表形式（时间+画面+台词+音效）
- 标注情绪起伏曲线
- 提供 2-3 个备选开场

场景 3：直播话术与脚本设计

应用场景

主播需要设计直播话术和脚本，包括开场、产品介绍、互动、促单等环节。GPT-5.4 可生成完整的直播脚本，提升直播效果。

变现价值

直播准备时间从半天缩短至 1 小时；话术更专业，转化率提升 20-30%。

提示词模板

请帮我设计一场 2 小时直播脚本：

直播主题：[新品发布会/带货/知识分享]

目标 GMV：[金额]

产品清单：[产品列表]

脚本内容：

1. 开场话术（5 分钟，暖场+福利预告）
2. 产品介绍话术（每个产品包含：卖点+使用场景+价格优势+限时福利）
3. 互动环节设计（抽奖、问答、投票等）
4. 促单话术（紧迫感营造+信任背书+行动指令）
5. 应对话术（价格质疑、质量质疑、犹豫等）
6. 收尾话术

格式：时间轴形式

场景 4：小红书/朋友圈文案撰写

应用场景

创作者需要为不同平台撰写适配的文案。GPT-5.4 可生成小红书、朋友圈、微博等不同风格的文案。

变现价值

文案产出效率提升 10 倍；文案更贴合平台调性，互动率提升。

提示词模板

请为以下内容撰写多平台文案：

内容主题：[推荐一款效率 APP]

核心卖点：[AI 自动整理笔记、多端同步、免费]

平台要求：

1. 小红书（标题党+emoji+分段+标签）
2. 朋友圈（生活化+真实体验+适度营销）
3. 微博（热点关联+话题标签+互动引导）
4. 抖音（短平快+口语化+行动指令）

每个平台写 2 个版本

场景 5：内容日历规划

应用场景

创作者需要系统规划内容发布，保持更新频率。GPT-5.4 可协助制定月度/季度内容日历，合理分配内容类型和发布时间。

变现价值

内容规划时间从 1 天缩短至 1 小时；更新更规律，粉丝粘性提升。

提示词模板

请帮我制定下月内容日历：

账号信息：

- 平台：[抖音+小红书]
- 更新频率：日更
- 内容类型：[干货 60%+生活 30%+带货 10%]

日历要求：

1. 30 天完整排期
2. 每天包含：日期+选题+内容形式+发布平台
3. 结合热点事件（如节日、行业大会等）
4. 内容节奏设计（高潮点分布）
5. 带货内容合理穿插

输出：Excel 表格

场景 6：粉丝互动话术库

应用场景

创作者需要回复大量粉丝评论和私信，耗时耗力。GPT-5.4 可生成各类互动话术库，提高回复效率和质量。

变现价值

回复时间减少 70%，粉丝互动效率大幅提升；互动质量提升，粉丝忠诚度增加。

提示词模板

请帮我生成粉丝互动话术库：

账号人设：[专业但亲和的职场导师]

话术类型：

- 1. 感谢关注（5 种不同表达）
- 2. 回复夸奖（5 种）
- 3. 回复质疑/批评（5 种，化解负面）
- 4. 引导点赞关注（5 种，自然不突兀）
- 5. 回复常见问题（10 个高频问题）
- 6. 私信回复模板（咨询类、合作类、求助类）
- 7. 直播互动话术（欢迎、提问、感谢打赏等）

要求：符合人设，自然真诚

场景 7：账号数据分析报告

应用场景

创作者需要定期分析账号数据，优化内容策略。GPT-5.4 可分析后台数据，生成数据报告，提供优化建议。

变现价值

数据分析时间从半天缩短至 30 分钟；数据洞察更深入，优化方向更明确。

提示词模板

请分析以下账号数据并给出优化建议：

数据周期：近 30 天

平台：[抖音]

数据内容：[粘贴后台数据]

分析维度：

- 1. 粉丝增长分析
- 2. 内容表现分析（找出爆款规律）
- 3. 用户画像分析

4. 流量来源分析
5. 互动数据分析
6. 带货转化分析（如有）

优化建议：

- 内容方向调整建议
- 发布时间优化
- 标题/封面优化
- 互动策略优化

场景 8：品牌合作方案撰写

应用场景

创作者与品牌合作时，需要撰写专业的合作方案。GPT-5.4 可根据品牌需求和账号特点，生成专业的合作提案。

变现价值

方案撰写时间从 1 天缩短至 2 小时；方案专业度高，合作成功率提升，报价可提高 20%。

提示词模板

请帮我撰写品牌合作方案：

品牌方：[品牌名称]

产品：[产品名称]

合作形式：[短视频/直播/图文]

账号信息：

- 粉丝数：[数量]
- 受众画像：[描述]
- 历史合作案例：[案例]

方案内容：

1. 账号介绍（数据+优势）
2. 受众分析（与品牌匹配度）
3. 合作创意（内容构思）
4. 执行计划（时间+流程）
5. 预期效果（曝光+互动+转化）
6. 报价方案
7. 成功案例

输出：PPT 方案

场景 9：个人 IP 定位与包装

应用场景

创作者需要明确个人 IP 定位，进行系统包装。GPT-5.4 可协助分析个人优势，设计 IP 定位，制定包装方案。

变现价值

IP 定位更清晰，差异化竞争优势明显；粉丝增长加速，变现能力提升。

提示词模板

请帮我设计个人 IP 定位方案：

个人信息：

- 姓名/昵称：[名称]
- 专业背景：[背景]
- 擅长领域：[领域]
- 个人特点：[特点]
- 目标受众：[描述]

方案内容：

1. IP 定位（一句话定义）
2. 人设设计（性格、语言风格、价值观）
3. 差异化优势分析
4. 内容矩阵规划
5. 视觉形象建议
6. 变现路径设计
7. 竞品对标分析
8. 成长路线图

输出：IP 定位手册

场景 10：多平台内容分发适配

应用场景

创作者需要将内容分发到多个平台，但各平台调性不同。GPT-5.4 可将同一内容快速适配为不同平台的版本。

变现价值

内容适配效率提升 10 倍，一鱼多吃；全平台布局，流量获取最大化。

提示词模板

请将以下内容适配为多平台版本：

原始内容：[粘贴原文]

原始平台：[公众号]

适配平台：

1. 抖音（15 秒短视频脚本）
2. 小红书（图文笔记）
3. 微博（短内容+话题）
4. B 站（中长视频脚本）
5. 知乎（问答形式）
6. 播客（音频脚本）

要求：

- 保留核心观点
- 符合各平台调性
- 适当调整表达方式

第六章：电商运营应用场景

对于电商运营者，GPT-5.4 是全方位的运营助手。从商品文案到客服话术，从活动策划到数据分析，GPT-5.4 能大幅提升电商运营效率。

场景 1：商品详情页文案撰写

应用场景

电商需要为每个商品撰写吸引人的详情页文案。GPT-5.4 可根据商品特点，生成专业、有吸引力的详情页文案。

变现价值

文案撰写效率提升 10 倍，日产出从 5 款提升至 50 款；文案质量提升，转化率提高 15-25%。

提示词模板

请为以下商品撰写详情页文案：

商品名称：[智能保温杯]

核心卖点：

- 温度显示
- 24 小时保温
- 316 不锈钢材质
- 500ml 容量

目标人群：[上班族、学生]

价格：[129 元]

文案结构：

1. 主标题（抓眼球）
2. 副标题（核心卖点提炼）
3. 痛点引入
4. 产品卖点详解（每个卖点配场景描述）
5. 使用场景展示
6. 产品参数

- 7. 售后保障
- 8. 行动号召

风格：专业、有温度、促转化

场景 2：电商客服话术库

应用场景

电商客服需要回复大量重复性问题，话术库能大幅提升效率。GPT-5.4 可生成覆盖各类场景的客服话术库。

变现价值

客服响应速度提升 50%，客户满意度提高；客服培训时间缩短，人力成本降低。

提示词模板

请帮我生成电商客服话术库：

店铺类型：[女装店]

话术场景：

1. 欢迎语（5 种）
2. 尺码咨询（标准回复+测量建议）
3. 物流咨询（发货时间、快递选择、查询方式）
4. 退换货（政策说明+操作流程）
5. 价格议价（委婉拒绝+价值强调）
6. 催单（礼貌提醒+紧迫感营造）
7. 好评引导（自然不突兀）
8. 差评处理（道歉+解决方案）
9. 售后问题（质量问题、物流损坏等）
10. 促单话术（限时优惠、库存紧张等）

要求：专业、亲切、高效

场景 3：促销活动策划方案

应用场景

电商需要定期策划促销活动，提升销量。GPT-5.4 可协助策划完整的促销活动方案，包括活动主题、玩法设计、文案物料等。

变现价值

活动策划时间从 1 周缩短至 1 天；活动创意更丰富，参与度提升，GMV 增长 20-30%。

提示词模板

请帮我策划一场促销活动：

活动背景：

- 店铺类型：[美妆店]
- 活动节点：[618 大促]
- 目标 GMV：[100 万]
- 活动周期：[6 月 1 日-6 月 18 日]

方案内容：

1. 活动主题和 slogan
2. 活动玩法设计（满减、秒杀、抽奖等）
3. 优惠力度设计
4. 活动节奏安排（预热期/爆发期/返场期）
5. 各阶段推广计划
6. 文案物料清单（海报、详情页、推送等）
7. 客服应对预案
8. 数据监控指标
9. 风险预案

输出：完整方案文档

场景 4：商品标题 SEO 优化

应用场景

商品标题直接影响搜索流量，需要优化关键词。GPT-5.4 可分析热搜词，生成高点击率的商品标题。

变现价值

标题优化效率提升 10 倍；搜索流量提升 30-50%，免费流量增加。

提示词模板

请为以下商品优化标题：

商品：[无线蓝牙耳机]

核心卖点：[降噪、长续航、低延迟]

目标平台：[淘宝/天猫]

优化要求：

1. 分析热搜关键词（至少 10 个）
2. 生成 5 个优化后的标题（30 字以内）
3. 每个标题说明优化思路
4. 标注核心关键词位置

优化原则：

- 关键词完整
- 卖点突出
- 符合平台规则
- 有吸引力

场景 5：用户评价管理与回复

应用场景

电商需要管理大量用户评价，及时回复好评和差评。GPT-5.4 可生成专业的评价回复，维护店铺形象。

变现价值

评价回复时间减少 80%；差评处理更专业，负面影响降低，店铺评分提升。

提示词模板

请帮我生成评价回复话术：

店铺类型：[母婴用品店]

回复场景：

1. 好评回复（5 种模板，不同字数）
2. 中评回复（表示重视+改进承诺）
3. 差评回复模板：
 - 质量问题

- 物流问题
- 描述不符
- 服务态度
- 无理由差评

4. 追评回复

要求：

- 真诚、专业
- 化解负面情绪
- 展现品牌温度

场景 6：直播带货脚本设计

应用场景

直播带货需要详细的脚本，包括产品介绍、互动、促单等环节。GPT-5.4 可生成完整的直播带货脚本。

变现价值

脚本准备时间从 1 天缩短至 2 小时；直播更流畅，转化率提升 20-30%。

提示词模板

请帮我设计一场 2 小时直播带货脚本：

直播信息：

- 主播：[主播名称]
- 品类：[家居用品]
- 商品数：[10 款]
- 目标 GMV：[5 万]

脚本内容：

1. 开场（5 分钟，暖场+福利预告）
2. 每款商品脚本（包含：
 - 产品引入
 - 卖点讲解（3-5 个）
 - 使用场景
 - 价格对比
 - 限时福利
 - 促单话术）
3. 互动环节（抽奖、问答）

4. 应对话术（价格质疑、犹豫等）
5. 收尾（感谢+预告）

格式：时间轴+话术

场景 7：竞品监控与分析

应用场景

电商需要持续监控竞品动态，调整运营策略。GPT-5.4 可协助收集竞品信息，分析竞争态势，提供应对建议。

变现价值

竞品分析效率提升 5 倍；及时响应竞品动作，保持竞争优势。

提示词模板

请帮我分析以下竞品：

我的店铺：[店铺信息]

竞品店铺：[3-5 家]

分析维度：

1. 商品结构对比
2. 价格策略分析
3. 销量和流量分析
4. 促销活动分析
5. 用户评价分析
6. 视觉设计对比
7. 服务对比

输出：

- 竞品对比表
- 优劣势分析
- 应对策略建议

场景 8：私域运营话术设计

应用场景

电商需要运营私域流量，提升复购率。GPT-5.4 可设计私域运营话术，包括欢迎语、日常互动、促销推送等。

变现价值

私域运营效率提升 3 倍；私域转化率提升，复购率提高 20-30%。

提示词模板

请帮我设计私域运营话术库：

店铺类型：[护肤品店]
私域载体：[微信社群+个人号]

- 话术场景：
- 1. 新客欢迎语（5 种）
 - 2. 日常问候（不同时间段）
 - 3. 护肤知识分享（10 条）
 - 4. 新品推荐（5 款）
 - 5. 促销活动通知（5 种模板）
 - 6. 复购提醒（根据购买周期）
 - 7. 生日祝福+专属优惠
 - 8. 流失客户挽回
 - 9. 裂变活动话术
 - 10. 售后关怀

要求：亲切自然，不过度营销

场景 9：电商数据分析报告

应用场景

电商需要定期分析运营数据，优化策略。GPT-5.4 可分析店铺数据，生成数据报告，提供优化建议。

变现价值

数据分析报告产出时间从 2 天缩短至 2 小时；数据洞察更深入，运营决策更科学。

提示词模板

请分析以下店铺数据并给出优化建议：

数据周期：近 30 天

数据内容：[粘贴后台数据]

分析维度：

1. 流量分析（来源、转化）
2. 销售分析（品类、价格带、时段）
3. 用户分析（新老客、复购、客单价）
4. 商品分析（爆款、滞销）
5. 营销效果分析

优化建议：

- 流量获取优化
- 转化率提升
- 客单价提升
- 复购率提升
- 商品结构优化

场景 10：跨境电商多语言文案

应用场景

跨境电商需要将商品文案翻译成多语言版本。GPT-5.4 可生成高质量的多语言商品文案，适应不同市场。

变现价值

多语言文案产出效率提升 10 倍；文案本地化程度高，海外市场转化率提升。

提示词模板

请将以下商品文案翻译为多语言版本：

中文文案：[粘贴原文]

目标语言：

1. 英语（美国市场）
2. 日语（日本市场）
3. 德语（德国市场）
4. 法语（法国市场）
5. 西班牙语（西班牙市场）

翻译要求：

- 不只是直译，要本地化
- 符合当地消费习惯
- 保留营销吸引力
- 符合平台规则

第七章：小白/初学者应用场景

对于 AI 初学者，GPT-5.4 是最好的学习伙伴和入门导师。从基础知识学习到实际应用，从问题解答到技能提升，GPT-5.4 都能提供耐心、系统的指导。

场景 1：AI 基础知识系统学习

应用场景

初学者需要系统学习 AI 相关知识，建立知识框架。GPT-5.4 可制定学习计划，讲解知识点，解答疑问。

变现价值

学习效率提升 3 倍，快速建立 AI 知识体系；为后续深入学习和应用打下坚实基础。

提示词模板

请帮我制定 AI 学习计划：

我的背景：[完全零基础/有编程基础/有其他基础]

学习目标：[了解 AI/使用 AI 工具/开发 AI 应用]

学习时间：[每天 1 小时，持续 3 个月]

学习计划：

1. 学习路线图（分阶段）
2. 每个阶段的学习目标
3. 推荐学习资源（书籍/课程/网站）
4. 实践项目建议
5. 学习检查点

请从今天开始，每天给我讲解一个知识点

场景 2：GPT-5.4 使用技巧学习

应用场景

初学者需要学习如何高效使用 GPT-5.4，掌握提示词技巧。GPT-5.4 可教授使用技巧，提供练习案例。

变现价值

学习效率提升 5 倍，快速掌握 GPT-5.4 核心功能；提示词质量提升，输出效果更好。

提示词模板

请教我如何高效使用 GPT-5.4:

学习内容:

- 1. GPT-5.4 的核心功能和特点
- 2. 提示词编写的基本原则
- 3. 角色设定技巧
- 4. 上下文管理方法
- 5. 多轮对话优化技巧
- 6. 常见使用误区
- 7. 高级功能介绍（代码解释器、文件处理等）

教学方式:

- 每个知识点配实际案例
- 提供练习题目
- 及时解答我的疑问

场景 3：日常问题解答助手

应用场景

初学者在学习、工作、生活中遇到各种问题，需要快速获取答案。GPT-5.4 可作为 24 小时在线的问答助手。

变现价值

问题解答效率提升 10 倍，无需花费时间搜索；答案准确、针对性强。

提示词模板

请帮我解答以下问题:

问题: [具体问题]

回答要求：

1. 用通俗易懂的语言解释
2. 提供具体例子帮助理解
3. 如有多种解决方案，对比优缺点
4. 推荐相关学习资源（如需深入了解）
5. 如有后续疑问，可以继续追问

场景 4：技能学习路径规划

应用场景

初学者想学习新技能，但不知道从何入手。GPT-5.4 可根据目标和时间，制定个性化的学习路径。

变现价值

学习效率提升 3 倍，避免走弯路；学习路径清晰，目标明确。

提示词模板

请帮我规划[Python 编程]学习路径：

我的情况：

- 当前水平：[零基础/有基础]
- 学习目标：[能独立完成项目/找到工作]
- 可用时间：[每天 2 小时，持续 6 个月]
- 学习偏好：[视频/书籍/实战]

路径规划：

1. 分阶段学习计划（每阶段目标+时长）
2. 每个阶段的学习内容
3. 推荐学习资源（按优先级排序）
4. 实战项目建议（由易到难）
5. 学习检查点
6. 常见困难及应对方法
7. 学习社群推荐

场景 5：简历优化与求职辅导

应用场景

初学者需要找工作，需要优化简历和准备面试。GPT-5.4 可协助优化简历，模拟面试，提供求职建议。

变现价值

简历通过率提升 50%，面试准备效率提升 3 倍；更快找到满意工作。

提示词模板

请帮我优化简历并提供求职辅导：

我的信息：

- 目标岗位：[岗位名称]
- 当前简历：[粘贴简历]
- 工作经历：[描述]
- 求职意向：[行业/城市/薪资]

辅导内容：

1. 简历优化建议
2. 优化后的简历版本
3. 面试常见问题及回答
4. 模拟面试（3-5 个问题）
5. 薪资谈判技巧
6. 目标公司推荐
7. 求职时间规划

场景 6：个人知识管理系统搭建

应用场景

初学者需要建立个人知识管理系统，提高学习和工作效率。GPT-5.4 可协助设计知识管理框架，推荐工具和方法。

变现价值

知识管理效率提升 3 倍，信息不再碎片化；知识体系化，便于复习和应用。

提示词模板

请帮我设计个人知识管理系统：

我的需求：

- 主要场景：[学习/工作/两者都有]
- 知识类型：[文章/笔记/书籍/视频]
- 使用设备：[电脑/手机/平板]

系统设计：

1. 知识管理框架（输入-处理-输出）
2. 工具推荐（笔记软件、思维导图等）
3. 知识分类体系
4. 笔记方法（康奈尔/卡片盒等）
5. 定期复习机制
6. 知识输出计划
7. 系统使用 SOP

场景 7：写作能力提升训练

应用场景

初学者想提升写作能力，需要系统训练。GPT-5.4 可提供写作指导，批改文章，给出改进建议。

变现价值

写作能力提升速度加快 2 倍；文章质量提升，获得更好反馈。

提示词模板

请帮我提升写作能力：

我的情况：

- 写作目标：[职场写作/自媒体/文学创作]
- 当前水平：[初级/中级]
- 薄弱点：[结构/表达/逻辑]

训练计划：

1. 写作能力评估
2. 针对性训练方案
3. 练习题目（每周 3-5 个）
4. 范文分析
5. 我的文章批改

6. 进步跟踪

请批改我这篇文章：[粘贴文章]

场景 8：时间管理与效率提升

应用场景

初学者想提高时间管理能力，提升工作学习效率。GPT-5.4 可协助分析时间使用情况，制定改进方案。

变现价值

时间利用效率提升 30%，完成更多事情；减少拖延，更有成就感。

提示词模板

请帮我提升时间管理能力：

我的情况：

- 日常安排：[描述典型一天]
- 主要困扰：[拖延/分心/任务多]
- 目标：[提高工作效率/平衡工作生活]

分析内容：

1. 时间使用分析
2. 问题诊断
3. 时间管理方法推荐（番茄工作法/时间块等）
4. 工具推荐
5. 每日/每周计划模板
6. 习惯养成方案
7. 进度跟踪方法

场景 9：理财入门与投资规划

应用场景

初学者想了解理财知识，进行投资规划。GPT-5.4 可讲解理财基础知识，协助制定投资计划。

变现价值

快速建立理财知识体系，避免常见投资误区；科学规划，资产稳健增值。

提示词模板

请教我理财入门知识：

我的情况：

- 月收入：[金额]
- 现有资产：[金额]
- 风险承受能力：[保守/稳健/积极]
- 理财目标：[买房/养老/财务自由]

学习内容：

1. 理财基础知识（资产配置、复利等）
2. 常见投资工具介绍（基金/股票/债券等）
3. 适合我的投资组合建议
4. 投资计划制定
5. 风险管理方法
6. 推荐学习资源
7. 常见误区提醒

注意：仅提供知识普及，不构成投资建议

场景 10：兴趣爱好培养规划

应用场景

初学者想培养新的兴趣爱好，丰富生活。GPT-5.4 可协助选择合适的爱好，制定学习计划。

变现价值

快速找到适合自己的爱好，避免盲目尝试；系统学习，更快看到进步。

提示词模板

请帮我规划兴趣爱好培养：

我的情况：

- 可用时间：[每周 10 小时]
- 预算：[每月 500 元]
- 偏好：[室内/户外/动手/动脑]
- 目标：[放松/社交/技能提升]

规划内容：

1. 适合我的爱好推荐（3-5 个）
2. 每个爱好的入门路径
3. 学习资源推荐
4. 装备/工具清单
5. 学习社群推荐
6. 进步里程碑
7. 坚持方法

附录：提示词优化技巧

一、提示词编写原则

1. 明确具体：避免模糊表述，给出具体要求和约束条件
2. 角色设定：让 GPT-5.4 扮演特定角色，输出更专业
3. 分步指导：复杂任务分解为多个步骤，逐步完成
4. 示例引导：提供示例，让 GPT-5.4 理解期望的输出格式
5. 迭代优化：根据输出结果，持续优化提示词

二、常用提示词模板

角色设定模板

请你扮演[角色]，具备以下特点：

- [特点 1]
- [特点 2]
- [特点 3]

你的任务是[任务描述]，请以[风格/格式]输出。

任务分解模板

请完成以下任务，按步骤执行：

步骤 1：[具体任务]

步骤 2：[具体任务]

步骤 3：[具体任务]

输出要求：

- 每个步骤单独输出
- 步骤之间用分隔线区分
- 最后提供总结

示例引导模板

请参考以下示例，完成类似任务：

示例输入：[输入]

示例输出：[输出]

现在请处理：

[新的输入]

三、常见问题与解决方案

问题 1：输出内容不够详细

解决方案：添加 '请详细说明'、'请展开阐述'、'字数要求 XXX 字' 等指令

问题 2：输出格式不符合要求

解决方案：明确指定格式，如 '请以表格形式输出'、'请使用 Markdown 格式' 等

问题 3：内容偏离主题

解决方案：在提示词中强调核心要求，使用 '请重点关注...'、'核心是...' 等表述

问题 4：输出过于笼统

解决方案：添加具体约束，如 '请给出 3 个具体例子'、'请量化说明' 等

GPT-5.4 实战应用完全指南

让 AI 成为你的超级助手

2026 年 3 月