

AI使用的顶级心法

AI最重要的技巧：**用嘴！**

用嘴说话，才能学会用AI

我们公司实测：说话的，比不说话的快10倍

四步总纲

FOUR STEP GENERAL OUTLINE

AI使用顶级心法 · 四步

01

背景同步

02

路径规划

03

执行验收

04

总结沉淀

诚实同步，AI规划，执行验收，总结沉淀



01

背景同步心法

BACKGROUND SYNCHRONIZED HEART METHOD

自诚 —— 背景要真，不演不藏

留白 —— 不必全说，AI能推理

补充 —— 让AI主动补充信息

引导 —— 让AI反问你，激发思考



给AI一块“活的土壤”

02

路径规划心法

PATH PLANNING METHOD

自定标准

—— AI自己说什么算好

自主扩展

—— AI主动联想，多种方案

自主规划

—— AI自己拆目标成步骤

自设框架

—— AI画自己的方法论和蓝图

AI从工具变军师

03

执行与验收心法

EXECUTION AND ACCEPTANCE TECHNIQUES

断点 —— 分步执行，逐步审核

挑错 —— AI先自评，自我挑毛病

溯源 —— 出问题时追查，是背景错还是规划错

迭代 —— 自动修正，生成优化方案再跑

执行不是一锤子买卖，而是跑一审一改一再跑的循环

04

总结与沉淀心法

SUMMARIZE AND CONSOLIDATE THE MENTAL METHODS

总结 —— 回顾全过程

抽象 —— 提炼出通用模式

造词 —— 生成新的提示词或框架

归档 —— 存入知识库，下次复用



执行一次是经验，沉淀下来才是资产