

# 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—审—改—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