

用AI玩出第二人生_{初級}

- 講師：張 雪 芳 Sabrina



以AI數位轉型 創造三贏

大綱



了解AI
AI好好玩



懂得趨勢
AI幫助我甚麼



學會AI工具
現學現賣

課堂討論

上課時間-(安東基地)

- 9/30-GPT/AI工具
- 10/7-GPT/AI工具
- 10/14(南華) -CANVA
- 10/21(南華) -CANVA
- 10/28(南華) -CANVA
- 11/4-CANVA
- 11/11-CANVA
- 11/18(南華) -CANVA
- 11/25-CANVA
- 12/2-短影音
- 12/9-短影音
- 12/16-短影音
- 12/23-多重教學

什麼是好的 ChatGPT 提示詞？

好的提示詞會明確告訴我：

你要做什麼事？

你的目的是什麼？

需要有什麼格式或風格？

是否有範例或限制條件？

通用的提示詞架構 (Prompt Template)

你可以套用這個萬用範本來撰寫：

****你是一個 [角色]，我想讓你幫我 [任務]。**

請用 [風格/格式] 回答。具體需求如下：

主題是：[主題]

目的是：[目標]

限制或要求：[限制條件]

請提供：[你希望獲得的結果，例如清單、表格、逐步教學、代碼等等]**

範例：我想讓 GPT 幫我寫履歷

你是一個資深人資顧問，我想讓你幫我撰寫軟體工程師的履歷。

請用清晰專業的語氣，用繁體中文撰寫。具體需求如下：

主題是：軟體工程師履歷

目的是：申請前端工程師的職缺

限制或要求：不超過 2 頁，要有量化成果

請提供：完整履歷草稿，包括自我介紹、技能、工作經驗、學歷等段落

輪到你來試試

你可以這樣告訴我你要什麼，我幫你生成：

想學什麼主題？

你現在程度？

每週可以投入多少時間？

想多久學完？

學來做什麼？（目標）

偏好怎樣的學習方式？

輪到你來試試

- 想學什麼主題？

👉 「我想學習 _____ (例：GPT 提示工程、GPT 在行銷的應用、GPT API 實作、GPT 與 Excel/簡報整合) 」

- 你現在程度？

👉 「我目前的程度是 _____ (例：完全新手 / 有一點 ChatGPT 使用經驗 / 已懂基本程式但想進階) 」

- 每週可以投入多少時間？

👉 「我每週可以投入 _____ 小時 (例：2 小時 / 5 小時 / 每天 30 分鐘) 」

- 想多久學完？

👉 「我希望在 _____ 內學會 (例：1 個月 / 3 個月 / 半年) 」

- 學來做什麼？(目標)

👉 「我的學習目標是 _____ (例：提升工作效率 / 建立副業產品 / 研究 AI 創業 / 協助學生學習) 」

- 偏好怎樣的學習方式？

👉 「我比較喜歡 _____ (例：逐步實作練習 / 看案例拆解 / 系統化課程大綱 / 問題導向學習) 」

輪到你來試試

「請依據以下資訊，幫我規劃一份 GPT 學習計畫：

主題：GPT 在行銷的應用

程度：完全新手

每週時間：5 小時

學習期限：3 個月

目標：能用 GPT 製作行銷文案與簡報

偏好學習方式：案例拆解 + 逐步實作」

提示詞範本

1. 生活記錄與寫作

- 「請幫我把以下的故事，寫成 300 字的散文，用溫暖簡單的文字，好像分享給孫子聽。」
- 「請把我提供的日記內容，整理成一首四行小詩。」
- 「你是一位寫作老師，請幫我修飾以下文章，讓它更有文學味道，但不要太艱深。」

2. 學習與知識理解

- 「你是一位耐心的老師，請用生活化的例子，簡單解釋『區塊鏈』，不要超過 200 字。」
- 「請幫我解釋『AI 語音辨識』，用三個比喻，適合 60 歲以上的人聽得懂。」
- 「請幫我整理一份 10 個常見的英文旅遊單字，用表格列出單字、中文翻譯和例句。」

3. 健康與生活建議

- 「請幫我設計一週的低糖飲食菜單，用表格列出每天三餐。」
- 「請幫我整理 10 分鐘的居家運動流程，適合 65 歲以上的人，不需要器材。」
- 「請幫我設計一份 5 天旅遊行程，適合 60 歲以上族群，重點是舒適、慢活、不趕路。」

4. 社群互動與祝福

- 「請幫我寫一則 LINE 貼文，100 字左右，祝朋友中秋節快樂，要溫馨幽默。」
- 「請幫我設計三句適合 Facebook 貼文的金句，主題是『人生第二春』。」
- 「請幫我寫一段生日祝福，適合對孫子說，要有鼓勵與愛。」

提示詞範本

5. 🎤 分享與演講

- 「請幫我設計一份 5 分鐘的演講稿，主題是『我退休後學到的三件事』，語氣要溫暖鼓舞人心。」
- 「請幫我準備一份 10 分鐘的課程大綱，主題是『如何用 AI 幫助生活更便利』，分三段。」
- 「請幫我整理一份 3 個故事，主題是『人生轉折點』，適合在讀書會上分享。」

6. 🎨 興趣與娛樂

- 「請生成一張水彩風格的圖片，內容是一隻橘貓在花園裡散步，適合做手機桌布。」
- 「請幫我寫一個 200 字的小故事，主角是一對爺爺奶奶與孫子去旅行。」
- 「請設計一個 5 題的小遊戲，適合小學生玩英文單字，讓我可以跟孫子一起玩。」

7. 👨👩👦 家庭互動

- 「請幫我整理一份三代同堂的晚餐對話小劇本，讓大家練習英文。」
- 「請幫我設計 10 個適合和孫子一起聊天的問題，能引導他分享學校生活。」
- 「請幫我設計一份祖孫共讀計畫，每週一本書，簡單介紹書名、內容和討論問題。」

有問題請隨時呼叫老師

請動手
嘗試看看

GEMINI

- 請將相片改成穿上正裝，講師的形象照。背景為白色，圖中不要有文字
- 製作一張圖片，讓相片中的兩位女子在台北街頭漫步
- 請將相片中的衣服改為黑色西裝
- 請將人物表情改為生氣
- 請將相片中的人設計為Q版手遊的NPC, 手上要拿著魔法球

Prompt by Robin老師

GEMINI

產品與商業視覺化

- 一個台灣穿著西裝的高階主管喝著這瓶可樂
- 請將這瓶可樂巨大化，立在台灣101旁的街頭
- 請用這個LOGO，幫我設計客製化的馬克杯
- 請將上面拉麵製作成雜誌風格圖，上面寫 " 羅賓拉麵館"
- 請將模特兒換上這套米色西裝

場景與環境操控

- 請將相片中的天氣改為晴空萬里
- 請將右方的人物清除掉
- 將圖像視角改為廣角
- 一張真人一個卡通人物在未來的世界中相遇，互相打招呼

有問題請隨時呼叫老師

請動手
嘗試看看



你1个人就是1家公司，靠自己年赚1000万的多种方法（已验证），未来赚钱新趋势！公司都在裁员，上班的人只会越来越少，而赚钱的1人公司会...



澳洲Henry
56.3萬位訂閱者

訂閱

👍 878



➦ 分享



感謝您！

用AI陪伴你的美好生活
未來也歡迎與我分享

聯絡方式:

Sabrina@3wintech.com

