

① 六大類行為動詞（動詞決定方向）

類別	核心動詞	使用時機
生成	撰寫、草擬、生成、設計、發想、擬定、舉例、延續	從無到有
轉換	改寫、精簡、擴寫、摘要、翻譯、重構、轉換格式、潤飾、校對、改編	已有素材再加工
分析	分析、比較、評估、診斷、歸納、拆解、檢核、解讀	理解與判斷
結構	條列、表格化、分類、排序、彙整、建立大綱、對照	組織與呈現
推理	逐步推理、驗證、反思、論證、推導、提出反例、先提問再回答	複雜問題求正確
情境	扮演、模擬、假設、參照、聚焦於、排除	設定視角與邊界

② 四維約束（約束決定範圍）—— 下指令前自問四句

維度	檢查問句	常用句式
格式	輸出要長成什麼樣子？欄位是什麼？	以表格呈現，欄位為…／以 JSON 輸出／分「現況、問題、建議」三段／每點附一例
長度	多長算剛好？有硬上限嗎？	約 300 字／不超過 500 字／三句話以內／條列不超過五點
語氣受眾	寫給誰看？他懂多少？什麼口吻？	寫給完全外行的讀者／語氣正式／術語附白話解釋／以臺灣慣用詞彙為準
範圍依據	只能根據什麼？哪些不要碰？	僅根據我提供的資料回答／若資料不足請直接說明，不要猜測／聚焦 X，略過 Y

③ 句型框架

RTF	角色 Role → 任務 Task → 格式 Format（入門首選）
CO-STAR	背景・目標・風格・語氣・受眾・回應格式
Few-shot	直接給 1-3 個範例讓模型模仿，格式一致性最穩
思維鏈	「請逐步推理再下結論」，複雜問題正確率↑

三段式工作流：① 建立大綱（骨架）→ ② 撰寫／擴寫（血肉）→ ③ 檢核／潤飾（打磨）

④ 提示語範本（四維齊備）

請以〔角色〕身分，為〔受眾〕〔動詞〕〔主題〕。
格式：〔結構／欄位〕，每段附一例。
長度：約〔N〕字。語氣：〔語域〕，術語附白話解釋。
範圍：僅根據下方資料，不足處請直接註明。

抑制幻覺金句：「若資料不足，請直接說明，不要猜測。」

⑤ 低效 → 高效 快速對照

低效 x	高效 ✓	關鍵
幫我弄一下這段文字	請 精簡 至 100 字內，保留三個關鍵數據	動詞＋長度＋保留條件
這個好不好？	請 評估 此文案，從吸引力、清晰度、行動呼籲三面向各給 1-5 分並說明理由	標準＋結構
寫詳細一點	請 擴寫 第二段，補充兩個案例與一組數據	指定段落＋方向
這程式有 bug 幫我修	① 診斷 錯誤並說明原因 ② 修正 並註解標示改動 ③說明如何避免	任務分解
你確定嗎？	請 逐步驗證 答案是否滿足全部條件，有誤請指出並修正	驗證取代質疑