

ChatGPT × 生產力： 23 種最實用的 AI 上手 情境



隨著人工智慧技術的迅速發展，ChatGPT 作為一種強大的語言模型，為我們提供了無限的可能性。無論是簡單的語法修正，還是複雜的商務計畫擬定，ChatGPT 都能在各種場景中發揮其強大的能力，成為我們工作和生活中不可或缺的助手。如果你還沒有付費訂閱，其實目前只需要註冊就能登入使用了，雖然會有些限制，還是非常值得一試。

本章節旨在幫助讀者全面了解，該如何運用 ChatGPT 的各種功能，從初級應用到進階操作，讓您能夠在不同的需求情境下，將這項免費工具的潛力發揮到極致。無論您是初次接觸這項技術的一般使用者，還是尋求提升工作效率的在職工作者，亦或是需要高效管理與決策的管理者，透過範例解說與實作幫助您更好地掌握並運用 ChatGPT。

2.1 語法精修術：寫得更準更專業

在現代日常和商務環境中，清晰且精準的語言表達是成功溝通的關鍵。不論是撰寫商務文件、參加會議，還是與客戶交流，語法的準確性直接影響訊息的傳達效果。然而，許多在職工作者、管理者以及對 ChatGPT 有高度期待的使用者，經常因語法結構不當而導致溝通障礙和誤解。

透過精準應用 ChatGPT 進行提詞，學習如何簡化句子結構，使其更加簡潔有力，您將能夠更自信地應對各種商務交流挑戰，提升整體工作效率和溝通效果。

範例一 修正句子結構

輸入提詞 原始句子：「他在參加客戶會議的時候，不小心說錯了話，導致了誤解。」幫我修正句子結構，列出原始句子，修正後句子與修正項目及說明修正理由。



原始句子：「他在參加客戶會議的時候，不小心說錯了話，導致了誤解。」

修正後句子：「他在客戶會議中不小心說錯了話，結果導致了誤解。」

修正項目及說明修正理由：

1. 語序調整：將「在參加客戶會議的時候」改為「在客戶會議中」，使句子更流暢自然。
2. 結構簡化：將「導致了誤解」改為「結果導致了誤解」，增加了句子的邏輯連貫性。

這樣的修正讓句子更直接清晰，同時保留了原始句子的意思。

提詞說明 提詞結構簡單，先把原始句子放在最前面，接著給出目的“幫我修正句子結構”，最後明確定義輸出要有三項，包括修正後句子、修正項目及說明修正理由。您可以將需要進行語法修正的內容放在最前面的「」符號內，這是一個萬用的提詞。可能的應用場景包括但不限於商務往來信件、商務編輯和校對、公文寫作等。

範例二 更正拼寫錯誤

輸入提詞 原始句子：「我很喜歡閱讀原文書籍，特別是電腦與科技方面的。」幫我更正拼寫錯誤，列出原始句子，修正後句子與修正項目說明。



原始句子：「我很喜歡閱讀原文書籍，特別是電腦與科技方面的。」

修正後句子：「我很喜歡閱讀原文書籍，特別是電腦與科技方面的。」

修正項目說明：

- 將「閱讀」改為「閱讀」：「閱讀」是正確的繁體中文詞彙，表示閱讀文字或書籍的行為。
- 句中其他部分無語法或用詞錯誤，修正後句子保留了原始句子的意思並正確使用了詞彙。

提詞說明 先把原始句子放在最前面，接著說明目的，例如“幫我更正拼寫錯誤”。最後明確定義輸出內容應包括三項：修正後句子、修正項目及說明修正理由。您可以將需要更正的內容放在最前面的「」符號內。

範例三 改進句子流暢度

輸入提詞 原始句子：「他是個很好的運動員，他受過很多獎勵。」幫我改進句子流暢度，列出原始句子，修正後句子與修正項目說明。



原始句子：「他是個很好的運動員，他受過很多獎勵。」

修正後的句子：「他是一位出色的運動員，曾獲得多項獎勵。」

修正項目說明：

1. 運動員改為出色的運動員：這樣可以更生動地描述他的運動才能，使句子更具形象化。
2. 受過很多獎勵改為曾獲得多項獎勵：這樣更正式且流暢地表達了他的成就。

提詞說明 先將原始句子放在最前面，接著說明目的“幫我改進句子流暢度”。最後明確定義輸出格式總共三項，包括修正後句子、修正項目及說明理由。

2.10

會議神助手：自動總結精準不漏

文章和會議紀錄的總結能夠幫助讀者快速理解核心內容，從而節省時間並提高工作效率。進行文章總結時，以下是基本原則：

1. **理解主旨**：首先要抓住文章的核心主題和主要觀點，確保理解文章的主旨和訊息。
2. **篩選重點**：挑選出文章中的關鍵數據、論點和結論，去掉次要或冗長的內容，聚焦於對理解整體內容最重要的部分。
3. **簡潔表達**：使用簡明扼要的語言來概括文章的內容，避免過多細節，以確保總結清晰易懂。

這些原則適用於文章和會議紀錄的總結，有助於快速掌握訊息要點，並有效提升工作效率。

通用提詞模板：

- **請幫我總結以下文章的主要內容和觀點**：{ 這裡貼上您的文章內容 }
- **請幫我總結以下會議紀錄的主要議題和決議**：{ 這裡貼上您的會議紀錄內容 }

進階提詞模板：

- **請根據以下文章內容生成一個重點摘要，涵蓋主要研究發現和結論**：{ 這裡貼上您的文章內容 }
- **請將以下文章分段總結，每段總結不超過兩句話**：{ 這裡貼上您的文章內容 }

- 請幫我總結以下文章的主要結論，並說明該結論對未來研究或應用的影響：{ 這裡貼上您的文章內容 }
- 請幫我總結以下會議紀錄的主要議題、討論內容和決議，並生成一份行動項目清單：{ 這裡貼上您的會議紀錄內容 }

2.11 AI 時間管家：幫你規劃與提醒

時間管理是現代生活中一項至關重要的技能。善用 ChatGPT，我們可以顯著提升時間運用的效率，進而更妥善地規劃日程、設置目標、追蹤進度以及優化工作流程。以下是如何利用 ChatGPT 實現更高效的時間管理：

範例一

輸入提詞 幫我生成一個每日行程表，包含工作、休息和運動時間，假設我的工作時間是上午 9 點到下午 6 點，並且我希望每天運動 1 小時。



每日行程表

早晨

- 06:30 - 07:00：起床與個人準備（如洗滌、穿衣）
- 07:00 - 07:30：早餐
- 07:30 - 08:30：自由時間（閱讀、冥想或輕鬆的家務）

上午

- 08:30 - 09:00：上班通勤
- 09:00 - 12:00：工作時間

範例二

輸入提詞 幫我制定一個月的健身目標，包括每週的運動計劃和進度追蹤。



健身目標

- 目標體重：減少 2 公斤
- 增加肌肉量：提升核心肌群和腿部肌肉的力量
- 增強耐力：能夠連續跑步 30 分鐘

每週運動計劃

週一（力量日）

- 上半身訓練：做臥推、引體向上和啞鈴飛鳥各三組，每組 10-12 次。
- 核心訓練：仰臥起坐和俄羅斯轉體各三組，每組 15 次。

範例三

輸入提詞 今天我有五個任務要完成：準備會議報告、回覆客戶郵件、完成產品設計、參加團隊會議和整理文件。請幫我按照重要性和緊急性排列優先順序。



要合理安排這些任務的優先順序，我們可以採用愛森豪威爾矩陣（Eisenhower Matrix），這是一種根據任務的緊急性 and 重要性來分類和決定工作優先順序的方法。讓我來幫您分析這五個任務：

1. 參加團隊會議：如果會議時間已確定，則此項任務既緊急又重要，需要首先處理。
2. 回覆客戶郵件：這通常也是緊急且重要的，尤其如果郵件涉及即將到來的截止日期或重要問題，應該在會議前或直後處理。
3. 準備會議報告：假如這份報告是爲了即將舉行的會議，那麼它是緊急且重要的。如果會議是今天，那麼這應該是您接下來要做的事。
4. 完成產品設計：這項任務的緊急性取決於產品設計的截止日期。如果截止日期非常近，則它是緊急且重要的。如果還有一定的彈性，可以考慮安排在回覆郵件之後。

3.7.1 Line 貼圖輕鬆產出：角色、表情、文字一鍵完成

01 STEP 請先上傳一張人物角色照片，或使用本單元提供的範例圖檔。

02 STEP 接著輸入以下提示詞。傳送後，ChatGPT 可能會先提供回覆或建議，此時只需輸入「請繼續」，即可讓它完成後續生成！

輸入提詞 「設計一組適合上班族在職場中舒壓的 LINE 貼圖，生成 6 個背景透明的 png 圖檔，將貼圖分成 6 張單獨圖片，並去除背景，最後打包成壓縮檔讓我下載格式：正方形。」



- **角色設定**：用我上傳的照片，以一位穿著辦一職場服裝的可愛角色為主，展現各種情緒和動作，如開心、快樂、生氣等。
- **貼圖內容**：每張貼圖搭配 4 個字以內的中文字或英文，反映上班族在工作與長官對長官時的心情。
- **風格**：採用日系可愛風格，角色形象簡單明瞭，表情生動，能夠傳達上班族的日常情緒。
- **實用性**：貼圖內容應貼近上班族的日常對話，方便在與同事或長官的交流中使用，達到舒壓效果。」

- 產出結果：



4.4 股票圖也看得懂！解讀技術線型圖與趨勢

我們將深入探討如何使用 ChatGPT 解析股票技術線圖，幫助投資者洞悉市場趨勢和指標，從而做出更明智的投資決策。股票技術線圖是投資者分析市場的重要工具，它們能夠提供關於價格走勢、交易量和技術指標等關鍵數據的訊息。

透過學習如何解析這些圖表，即使你對技術分析不太熟悉，也可以輕鬆掌握圖表中的關鍵訊息，從而更好地預測市場動向。在這個章節中，我們將展示如何透過 ChatGPT 來解讀各種技術指標，包括移動平均線 (MA)、相對強弱指數 (RSI)、MACD 等，這些指標能夠幫助你識別買入或賣出的時機。

您可以訪問 yahoo 網頁的以下連結來取得實際的技術線圖作為學習範例：<https://tw.stock.yahoo.com/quote/2330.TW/technical-analysis>，讓我們一起來探索如何使用技術線圖來進行有效的市場分析，並提升你的投資技巧吧！

01 STEP 上傳技術線圖。



圖片來源：截取自 <https://tw.stock.yahoo.com/quote/2330.TW/technical-analysis>

02
STEP

輸入提詞 解釋這張圖。



這張圖表顯示了一隻股票的價格走勢及其交易量，應該是從 2024 年 3 月到 8 月的日線 K 線圖。以下是圖表的各個要素及其含義的解釋：

1. 日期軸（橫軸）：橫軸顯示了時間，從 2024 年 3 月到 2024 年 8 月。
2. 價格軸（縱軸）：縱軸顯示了股價的範圍，大約從 700 到 1050 之間。
3. K 線：
 - 紅色 K 線代表股票價格上漲（收盤價高於開盤價）。
 - 綠色 K 線代表股票價格下跌（收盤價低於開盤價）。
 - 每一根 K 線由一根豎線和上下兩根短橫線組成，其中豎線代表當天的價格波動範圍（最高價到最低價），上下兩根短橫線分別代表開盤價和收盤價。

總結來說，這張圖顯示該股票在最近幾個月的價格上漲趨勢，並且在近期出現了一些調整。股價在達到高點後有回落的跡象，目前價格似乎在尋找支撐位。成交量顯示近期有明顯的波動，特別是在價格回落時，成交量顯著增加。

4.5

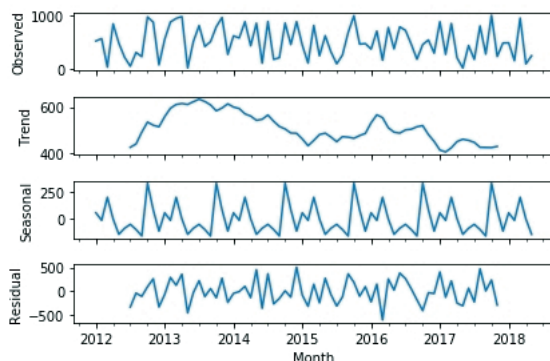
統計圖不再難！解說圖表數據的含義

我們將探討如何使用 ChatGPT 來解讀複雜的統計圖表。無論是工作報告中的數據圖表，還是學術研究中的統計圖，對於許多人來說，這些圖表可能顯得難以理解。但即使你對統計學並不熟悉，也完全不用擔心，因為 ChatGPT 能夠幫助你輕鬆理解圖表中的訊息。

我們將展示如何透過簡單的描述和提問，讓 ChatGPT 為你解讀各類統計圖表，無論是折線圖、柱狀圖、餅圖還是散點圖，ChatGPT 都能夠提供清晰、易懂的解釋。你將學會如何透過 ChatGPT 了解數據趨勢、識別關鍵訊息，並掌握數據分析的結果。

無論你是需要準備一份數據報告，還是想更好地理解研究中的圖表，這些技巧都將幫助你輕鬆應對統計圖表的挑戰。一起來看看如何使用 ChatGPT 解讀複雜的統計圖表，並探索這項技術在數據分析中的無限可能吧！

01 STEP 上傳一張統計圖表。



NOTE

此圖是透過統計手法產生的季節性分析圖表。對於沒有學過統計學的人，單靠觀看圖表可能無法理解其中的意義。但現在利用 ChatGPT，你不在需要依賴具有專業統計背景的人，自己也能完成這些以往看似不可能的任務。

02 STEP 輸入提詞 解釋這張圖。



這張圖顯示的是一個時間序列的分解結果，通常是將時間序列數據分解為趨勢 (Trend)、季節性 (Seasonal) 和殘差 (Residual) 三個部分。這種分解方法常用於分析時間序列數據，以更好地理解其內在結構。下面是對每個部分的解釋：

1. Observed (觀測值)：

- 這是原始的時間序列數據，通常顯示的是隨著時間變化的某些觀測值。在這張圖中，數據的範圍是從 2012 年到 2018 年，顯示出每個月份的觀測值。觀測值可能包含了趨勢、季節性變化以及隨機波動。

2. Trend (趨勢)：

- 這部分顯示的是時間序列中的長期趨勢。圖中顯示的趨勢線表明數據在 2012 年到 2018 年間的整體走勢。在這個例子中，趨勢先是上升，然後在 2015 年左右達到峰值，接著開始下降並穩定下來。

7.6 全能 AI 助手：Claude 協助創意發想與程式開發

7.6.1 Claude 是什麼？為什麼你該學會用？

Claude 由 Anthropic 開發，以 Constitutional AI 為基礎，強調安全與倫理。它支援多模態輸入（包括文本與圖片），在長上下文的處理與多任務應用方面表現卓越。無論是編程輔助、法律文件審查還是創意寫作，Claude 都能提供具體且深入的回應，是職場上解決複雜問題的強大工具。

7.6.2 Claude 的核心優勢

| Claude 技能 | 它有什麼厲害的？ | 實際可以怎麼用？ |
|------------------------------|--|---|
| 一鍵產出互動圖卡 | Claude 會自動把你輸入的內容整理成「互動卡片」，像是圖表、計算機、程式碼範例等等，還可以再編輯或分享，超方便！ | 用它 3 秒產出一張資訊圖、一個小工具或 Markdown 筆記，甚至還能直接變成網頁或 CSV 檔！ |
| 200K 超大記憶容量（上下文） | Claude 可以一次讀完十幾份報告、一本書都不怕，還能幫你抓重點、分析趨勢，做資料彙整超有一套！ | 把一整年的財報丟給它，它可以一句話就幫你整理出 SWOT 分析和市場趨勢，超像資深分析師！ |
| Claude Code 雲端執行器（REPL） | 直接在對話框裡寫程式、執行、看結果、修 bug，無需切換工具，整個開發流程超順暢。 | 叫它幫你把一段 Python 程式轉成 JavaScript，還能直接執行測試結果！ |
| 看圖說話功能（Vision & File Reader） | 上傳圖片、PDF、CSV 等檔案，Claude 能「看懂內容」還幫你轉成圖表、會議紀錄、表格或摘要。 | 拍下會議白板 → Claude 幫你整理成流程圖和會議紀錄，會議效率翻倍！ |
| AI 安全設計（憲法式對齊） | Claude 採用一套「憲法式規則」來確保回答穩定、安全、不亂講話，是目前業界最重視 AI 安全性的模型之一。 | 公司可以放心把內部文件給它摘要分析，不怕洩漏、不怕亂猜。 |

7.6.5 創意發想 × 程式開發：雙引擎範例

範例一 即時產出品牌品牌識別卡

輸入提詞

我是一家永續咖啡品牌行銷負責人，請在一張 Artifact 圖卡中：

1. 用 #HEX 色碼列出 6 組配色
2. 建議可搭配的 Google Font
3. 用一張簡易訊息卡展示品牌標語與 Logo 位置

Claude 會回傳一張可點擊下載的「品牌識別卡」。

永續咖啡品牌設計指南

Sustainable Coffee Brand Design Guide

品牌配色方案

經典大地



#2C5530 #8FBC8F #D2B48C

森林綠意



#4A7C59 #7CB9A8 #F5F5DC

咖啡溫暖



#8B4513 #CD853F #FFA07A

自然和諧



#556B2F #9ACD32 #FFFFAC

永續藍綠



#2F4F4F #20B2AA #FFFFFF

有機質感



#3C5441 #A0522D #F5E6D3

推薦字體組合

Playfair Display

Sustainable Coffee

適用於標題、品牌名稱

Inter

現代簡潔的內文字體

適用於內文、說明文字

Poppins

Fresh & Organic

適用於副標題、按紐文字

品牌訊息展示卡

LOGO

每一杯都是對地球的承諾

From Farm to Cup, Sustainably Crafted

範例二 尾牙、活動線上即時抽獎程式，一鍵完成！

只要輸入簡單的提示，Claude 就能立即為你產生一段可在線上執行也能下載到自已電腦執行的互動抽獎程式碼，無需額外安裝環境，讓你馬上大展身手，實作也能變得有趣又實用！

輸入提詞

幫我寫一個線上抽獎的程式，要有動畫與聲音效果，使用內建音效，開始抽獎前有倒數。從 32 個數字中選出一個中獎名單。

當你請 Claude 產生抽獎功能的程式碼時，它會自動生成一個可在線上執行的互動網頁程式。完成後，你可以：

- 點擊右上方的「Copy」 按鈕：將完整的 HTML 網頁程式碼複下載到本地電腦即可執行或編輯使用。
- 點擊右上方的「Publish」 按鈕：一鍵發布成線上網頁，並產生分享連結，讓其他人也能立即開啟使用，不需下載或安裝。

