

# DeepSeek 15天指导手册——从入门到精通

## 第一章：准备篇（30分钟上手）

### 1.1 三分钟创建你的AI伙伴

步骤详解：

1. 访问官网：在浏览器输入「[www.deepseek.com](http://www.deepseek.com)」（就像打开微信一样简单）
2. 注册账号：点击右上角「笑脸图标」→ 选择「邮箱/手机注册」（建议使用常用邮箱）
3. 验证身份：查看收件箱找到验证邮件→ 点击蓝色确认按钮（找不到？检查垃圾箱）
4. 首次登录：输入密码时建议使用「大小写字母+数字」组合（例如：Deep2024@seek）

避坑指南：

- 如果遇到验证码不显示，尝试刷新页面或切换浏览器
- 注册后建议立即绑定手机号，方便找回账号

---

### 1.2 认识你的AI控制台

核心界面全解析：

!控制台标注图]（此处应有示意图）

1. 对话输入框：像发微信一样打字，但记得按「Enter」发送（而不是微信的「发送」按钮）
2. 历史记录栏：左侧列表显示所有对话，可右键「重命名对话」方便查找（例如改为「毕业论文辅助」）
3. 功能工具栏：
  - 霉 格式按钮：插入代码块、表格、公式的快捷键
  - 记忆库：点击星标保存重要信息（相当于AI的记事本）
  - 设置：调整响应速度/创意程度（新手建议保持默认）

实时演练：

1. 输入「你好，请做自我介绍」观察响应
  2. 尝试点击「代码块」图标，输入「请用Python打印爱心图案」
  3. 将当前对话重命名为「测试练习」
- 

## 第二章：基础对话篇（像交朋友一样学交流）

### 2.1 有效提问的五个黄金法则

#### 法则一：明确需求

- × 错误示例：「帮我写点东西」
- ✓ 正确姿势：「我需要一封求职邮件，应聘新媒体运营岗位，强调3年公众号运营经验」

#### 法则二：提供背景

- × 错误示例：「分析这个数据」
- ✓ 正确姿势：「这是一家奶茶店过去三个月的销售数据，请分析周末和工作日的销量差异（附CSV数据）」

#### 法则三：指定格式

- × 错误示例：「给几个营销方案」
- ✓ 正确姿势：「请用表格形式列出三种情人节咖啡店促销方案，包含成本预估和预期效果」

#### 法则四：控制长度

- × 错误示例：「详细说明」
- ✓ 正确姿势：「请用200字以内解释区块链技术，让完全不懂技术的老人能听懂」

#### 法则五：及时纠正

- 当回答不满意时，可以：
  - 「这个方案成本太高，请提供预算控制在500元以内的版本」
  - 「请用更正式的语气重写第二段」

---

## 2.2 新手必学的10个魔法指令

基础指令集：

1. `/续写`：当回答中断时自动继续生成
2. `/简化`：将复杂内容转换成大白话
3. `/示例`：要求展示实际案例（特别是写代码时）
4. `/步骤`：让AI分步骤指导操作流程
5. `/检查`：帮你发现文档中的错误

场景演练：

1. 输入「`/步骤` 如何用手机拍摄美食照片」，观察分步指导
2. 输入「请解释量子计算，然后`/简化`」，对比前后差异

---

## 第三章：效率飞跃篇（文件处理与复杂任务）

### 3.1 五分钟学会文档分析

操作流程：

1. 点击「回形针」图标上传文件（支持PDF/Word/TXT）
2. 输入具体指令：
  - 「总结这份年报的三个核心要点」
  - 「提取合同中的责任条款制成表格」
3. 进阶技巧：
  - 对比分析：「对比文档A和文档B的市场策略差异」
  - 数据提取：「从实验报告中整理所有温度数据」

避坑指南：

- 超过50页的文档建议先拆分处理

- 扫描版PDF需确保文字可复制
- 

## 3.2 让AI帮你写代码

万能模板：

- 1 【语言】 Python
- 2 【功能】 自动下载网页图片
- 3 【要求】
- 4 - 处理SSL证书错误
- 5 - 显示下载进度条
- 6 - 保存到指定文件夹

执行策略：

1. 先让AI生成代码
2. 要求添加注释说明
3. 请求逐行解释关键代码段
4. 遇到报错直接粘贴错误信息

---

好的，我们立即展开场景实战篇的完整内容，采用「保姆级教学+多场景覆盖」模式：

---

## 第四章：场景实战篇——解决真实世界问题

### 4.1 学术论文全流程辅助（从开题到答辩）

#### 阶段一：开题攻坚

操作流程：

1. 找研究方向输入：「我是机械工程专业本科生，请推荐5个适合毕设的智能机器人相关课题，要求：

- 。 具有创新性但不过于前沿
  - 。 需要仿真实验而非实物制作
  - 。 附相关参考文献查找关键词
2. 优化题目示例对话：你：「基于深度学习的机械臂抓取系统研究」 AI：「建议改为'基于改进YOLOv5的未知物体自适应抓取系统研究'，创新点更明确」
3. 文献速览上传10篇PDF文献后输入：「请用表格对比各文献的研究方法，按'创新点/局限/可借鉴处'三列整理」

## 阶段二：正文写作

核心技巧：

- 方法描述：输入「请将这段实验步骤改写成学术被动语态：『我们先用CAD画了模型，然后导入ANSYS做力学分析』」
- 数据可视化：提供Excel数据后输入「请建议三种适合展示温度变化曲线的图表类型，并说明选择理由」
- 降重技巧：对指定段落使用指令「/学术化改写 保持原意但调整句式结构」

## 阶段三：格式调整

实战示例：

- 1 请检查我的论文格式是否符合以下要求：
- 2 1. 三级标题用1.1.1格式
- 3 2. 参考文献[1]需要补充DOI号
- 4 3. 所有图片添加居中的「图1-」编号
- 5 4. 行距调整为1.5倍

## 阶段四：仅做文本辅助

查重降重一体化

查重预检

## 指令:

- 1 分析以下段落: [粘贴文本]
- 2 1. 预测查重率及高危片段 (标红显示)
- 3 2. 识别潜在引用缺失 (推荐3篇相关文献)
- 4 3. 给出改写建议 (同义替换/结构调整)

## 示例输出:

- 1 原句: "机器学习需要大量数据支持"
- 2 改写方案:
- 3 "当代AI模型的训练过程, 往往依赖于海量样本的持续输入 (wang et al., 2022) "

## 期刊匹配引擎

### 匹配指令:

- 1 基于我的研究:
- 2 - 领域: 人工智能辅助教育
- 3 - 创新点: 动态知识点图谱构建
- 4 - 数据量: 10万+用户样本
- 5 推荐:
- 6 1. 3个冲刺期刊 (IF 3-5)
- 7 2. 2个保底期刊 (录用率>40%)
- 8 3. 1个新兴开源期刊 (APC免费)
- 9 要求:
- 10 - 附最新影响因子和审稿周期
- 11 - 标注格式要求差异 (参考文献/图表规范)

## 辅助必备:

- 1 实时监控指令:
- 2 "追踪[研究关键词]的最新预印本, 每周一生成简报"
- 3 "发现与我方法论相似的已发表论文, 对比优劣势"

## 避坑指南

- 警惕「该领域最新研究显示」等模糊表述，学术内容引用要明确，内容要严谨。
- 涉及敏感数据应使用「假设我们有某型号机床的振动频率数据」代替真实信息
- 答辩PPT生成后务必人工检查动画逻辑

## 4.2 自媒体运营从0到1

### 爆款内容生产线

#### 标题生成术：

- 基础版：「请生成10个关于『时间管理』的小红书标题，要求：
  - 使用emoji符号
  - 包含数字量化
  - 突出痛点解决」
- 进阶版：「将『Python入门教程』改写成吸引大学生的抖音文案标题，要求：
  - 使用悬念结构
  - 不超过15字
  - 带热门话题标签」

#### 内容创作模板：

- 1 【类型】 科普类短视频脚本
- 2 【主题】 量子计算机原理
- 3 【要求】
- 4 1. 用「冰箱整理食物」做类比解释量子比特
- 5 2. 每30秒设置一个悬念转折
- 6 3. 结尾引导点赞话术

#### 排版优化技巧：

- 输入「将这段文字改造成适合微信公众号的排版：
  - 每段不超过3行

- 。 每段不超过 行
- 。 关键句加尹emoji
- 。 添加间隔符号如「----」
- 。 重要数据用绿色字体标注」

## 数据分析实战

上传后台数据截图后输入：

「分析粉丝活跃时间段，建议下周最佳发稿时刻表，用24小时制展示高峰时段」

## 4.3 智能学习规划系统

### 定制专属学习方案

步骤演示：

1. 输入背景：「我需要三个月内雅思达到7分，当前水平5.5，每天可学习3小时」
2. 生成计划：「请按周制定备考方案，包含：
  - 。 每日各科时间分配
  - 。 必备资料清单
  - 。 阶段自测时间点」
3. 动态调整：「本周听力正确率仅60%，请重新调整下周听力训练计划」

### 知识点攻克策略

- 概念理解：输入「用三句话解释蒙特卡洛模拟，第一句类比生活场景，第二句技术定义，第三句应用案例」
- 错题分析：上传错题照片后输入「请解析错误根源，并推荐3道同类强化练习题」
- 记忆强化：「将这些医学名词生成记忆口诀，每句7个字押韵」

## 学习监督系统

- 2 1. 每周日晚8点提醒我提交学习总结
- 3 2. 每次刷手机超过30分钟发送警示语
- 4 3. 完成阶段目标后生成奖励方案

## 避坑指南

- 论文场景：慎用「帮我写文献综述」等宽泛指令，应改为「请对比A学者和B学者在XX理论上的分歧」
- 自媒体场景：避免直接发布AI生成的时事评论，需人工核实事实
- 学习场景：当AI建议「每天背200个单词」时，应追问「如何科学分配复习周期」

# 第五章：高手进化篇——解锁专业级生产力

## 5.1 构建你的私人知识库

### Step 1：数据准备黄金法则

适用场景：

- 法律从业者整理判例库
- 医生建立疾病诊疗手册
- 电商运营积累产品知识

操作流程：

#### 1. 创建结构化文档模板示例：

- 1 【知识单元】糖尿病饮食管理
- 2 【核心要点】
- 3 - 每日碳水化合物摄入量  $\leq$  130g
- 4 - 推荐食材：荞麦、西蓝花、鳕鱼
- 5 【禁忌清单】

- 6 × 高GI水果：荔枝/龙眼/香蕉
- 7 × 加工食品：蜜饯/罐头/火腿肠
- 8 【常见问题】
- 9 Q: 可以喝无糖可乐吗?
- 10 A: 建议每周不超过2罐，注意...

## 2. 文件格式转换

- 。 纸质资料→ 手机扫描王APP→ 导出为可编辑PDF
- 。 微信聊天记录→ 使用「腾讯文档」导出为TXT

## 3. 数据清洗技巧输入指令：「请删除文档中的重复段落，并按'概念定义-操作步骤-注意事项'结构重组内容」

## Step2: 知识库训练实战

网页端操作：

1. 进入「知识库」面板→ 点击「新建知识库」
2. 拖拽上传文件（支持PDF/Word/Markdown）
3. 设置调用关键词：「当问题包含'治疗方案'或'用药指南'时优先调用该库」

API开发者模式：

```
1 from deepseek import KnowledgeBase
2
3 kb = KnowledgeBase(api_key="your_key")
4 kb.create(
5     name="心血管疾病库",
6     documents=["heart_disease.pdf", "treatment_guide.docx"],
7     description="三甲医院内部诊疗标准",
8     access_level="private"
9 )
```

## Step 3: 调用与优化

对话中激活:

- 1 @我的知识库[心血管疾病]
- 2 患者男性58岁，血压160/95，有吸烟史，请推荐干预方案

持续优化策略:

- 每月使用「知识体检」指令：「找出知识库中过时的药品名称，对比2024版国家药典」
- 添加纠错机制：「当用户指出知识库错误时自动生成修订工单」

## 5.2 自动化 workflow 搭建（解放双手的终极方案）

### 场景一：日报自动生成系统

配置步骤:

1. 数据源接入
  - 钉钉/企业微信 → 导出当日工作日志
  - 销售系统 → 获取CRM数据

#### 2. AI处理链

- 1 /创建自动化流程
- 2 名称：销售日报生成
- 3 触发条件：每天18:00
- 4 执行动作：
  - 5 1. 读取CRM今日订单数据
  - 6 2. 对比昨日数据计算增长率
  - 7 3. 生成三段式日报：
    - 8 - 关键指标
    - 9 - 异常预警
    - 10 - 明日建议
  - 11 4. 发送邮件至manager@company.com

#### 3. 异常处理机制

- 。 设置关键词监控：当日报中出现「下降」「异常」时，自动抄送技术总监

## 场景二：智能客服中台

Zapier联动示例：

1. 当官网表单收到新咨询→ 触发DeepSeek API
2. AI分析客户需求→ 分类为「售后/报价/技术」
3. 根据类别：
  - 。 简单问题→ 直接回复解决方案
  - 。 复杂问题→ 生成工单派发对应部门

关键指令：

- 1 /设置自动回复模板
- 2 当问题包含["怎么退货","运费谁付"]时，回复：
- 3 感谢咨询！我们的退换货政策是：
- 4 1. 7天内无理由退货（标签未撕）
- 5 2. 质量问题免运费（附照片证明）
- 6 需要人工帮助请回复「转接客服」

## 5.3 跨语言自由切换实战（商务谈判/文献翻译）

### 模式一：精准翻译模式

商务场景：

- 1 /开启专业翻译模式
- 2 【源语言】中文
- 3 【目标语言】商务英语
- 4 【特殊要求】
- 5 - 保留敬语格式（Dear/Honored）
- 6 - 金额保留两位小数
- 7 - 使用ICC国际商会术语

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/428005010054007027>