AI 课学习文档第一课

ChatGPT 的无限可能

大多数使用 ChatGPT 的人只触及了皮毛，甚至自己都没意识到。他们输入问题，得到回答，仅此而已。

这样确实有用，但这只是它强大功能的一小部分。ChatGPT 还有许多模式和功能，能彻底改变你的交互方式，本课程将带你探索这些被忽略的强大功能。

你的第一个 ChatGPT 挑战

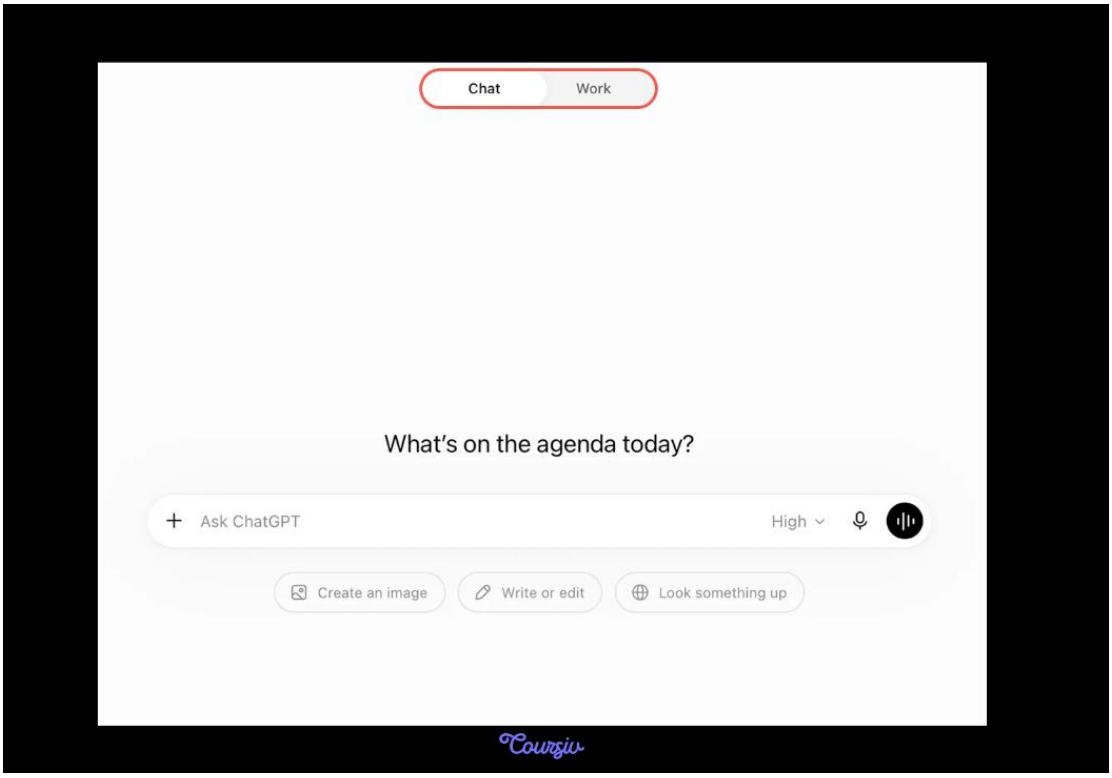
假设你正在准备面试。你需要调查公司背景、准备一份量身定制的“自我介绍”，还要生成三个练习题——这些都要用 ChatGPT 完成。如果所有任务都用同一种方法，效率会很低。

本课将教你如何为不同的任务匹配合适的 ChatGPT 智能级别和功能。

在开始之前

打开 ChatGPT，主页提供两种模式：**Chat** 和 **Work**。Chat 适合处理日常任务，如提问、写草稿和调查研究。
Work 是高级模式：一个高级工作区，包含用于处理专业、复杂任务的额外设置。

*本课程主要讲解 Chat 模式：*它涵盖了你日常遇到的大部分任务。Work 模式将在另一门课程中深入讲解。



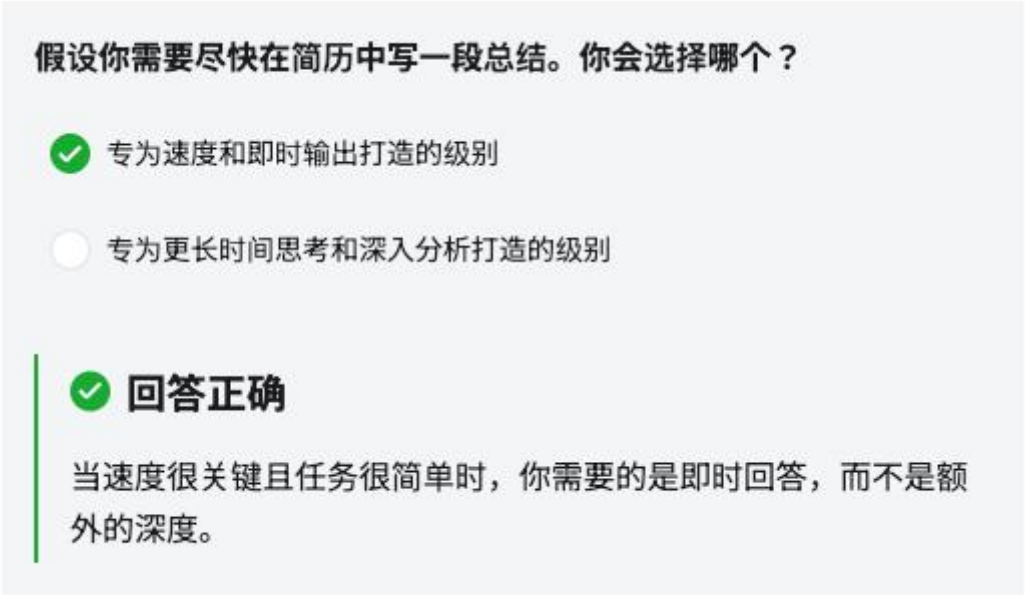
ChatGPT 运行在一系列不断更新的模型之上。最新一代 **GPT-5.6** 分为三个层级：

- **Sol** —— 旗舰版，功能最强大
- **Terra** —— 平衡了性能、速度和成本
- **Luna** —— 该系列中速度最快、成本最低的版本

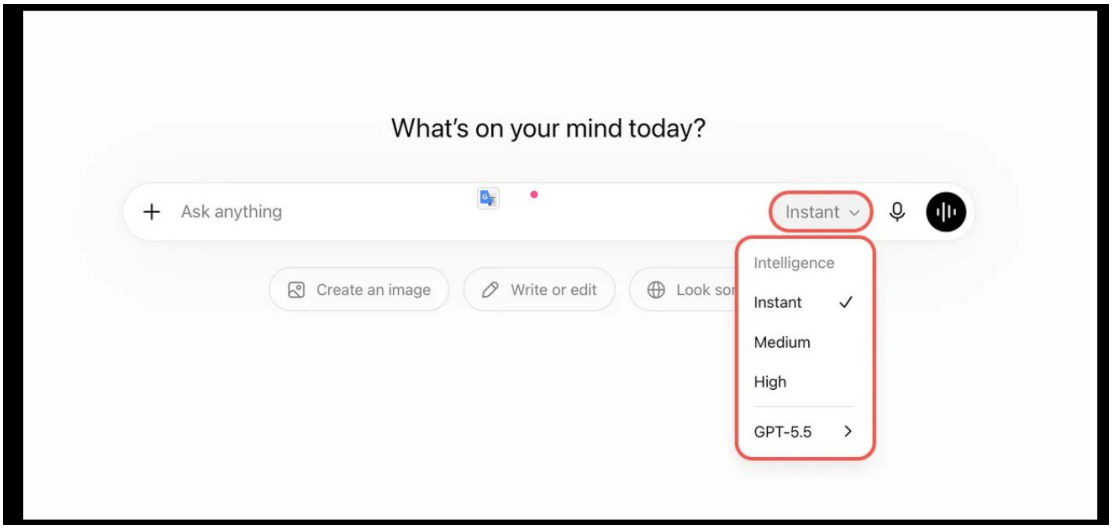
*层级和可用性可能会随时间变化。*不过，在标准的 ChatGPT 对话中，你通常选择的是**推理级别**，而不是模型。

这个推理级别就是 **Intelligence** 设置。它包含三个级别——**Instant**、**Medium** 和 **High**（Pro 计划会解锁更多级别）。你选择的级别决定了 ChatGPT 在生成回答时投入的推理程度。



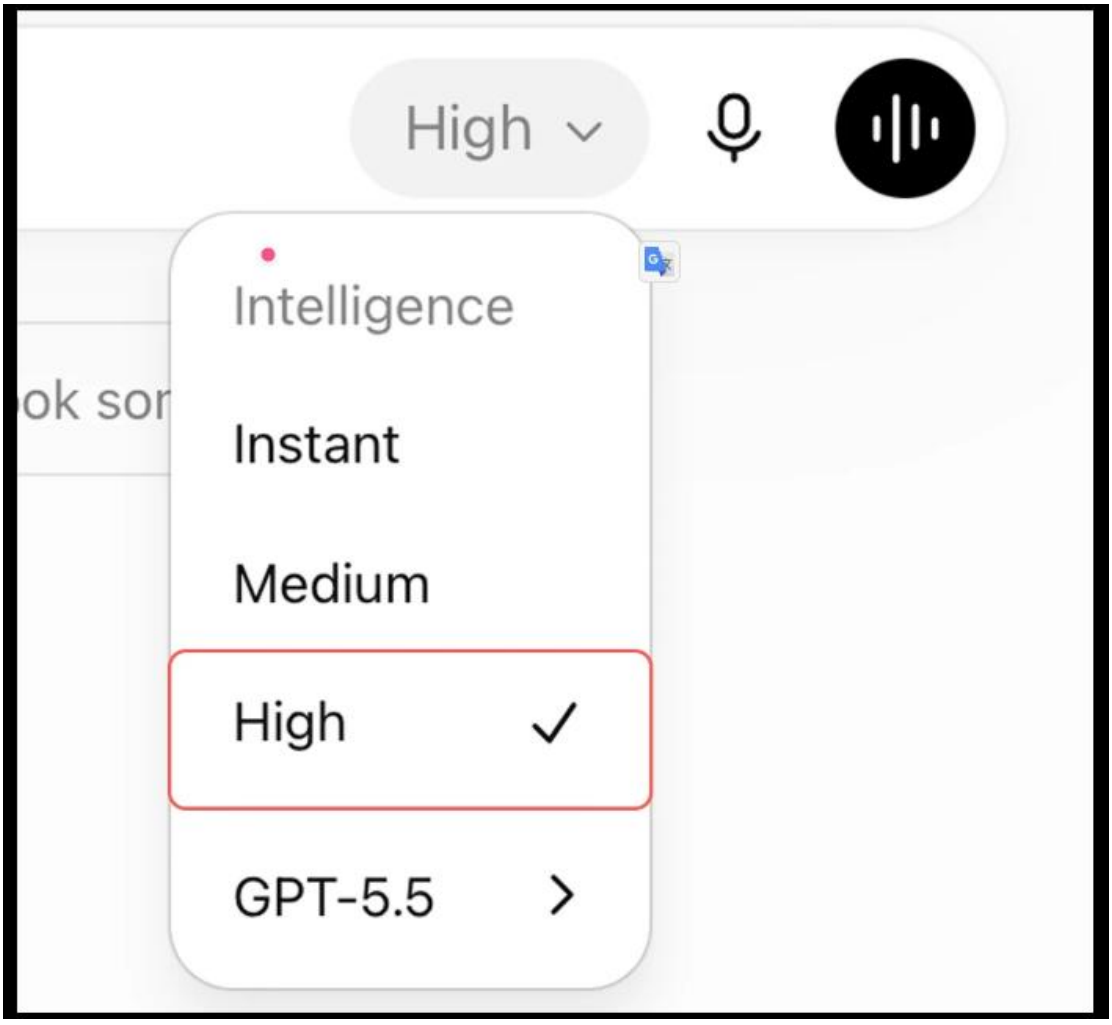


对于简单快捷的任务，**Instant** 是最佳选择。它是最快的选项，专为日常问题和即时结果而设计。





像这样的多步任务需要更多的推理。这正是 **Medium** 和 **High** 的用武之地。
这两个级别比 Instant 思考的时间更长，因此回答速度会较慢（但更深入）。

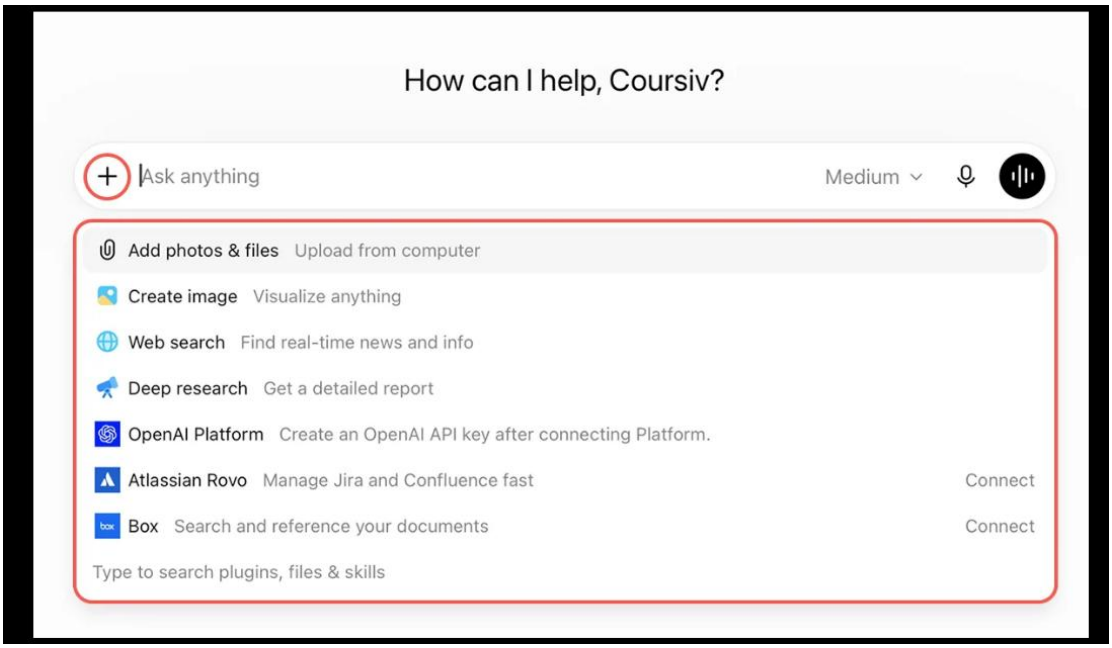


不想手动选择？开启 **Higher intelligence**，这样当任务需要更深入的思考时，Instant 会自动提升到更高的智能级别。可以在 **Settings** → **General** 中找到该选项。

> 💡 **要点**
>
> 可以把 **Intelligence** 想象成不同的档位：
>
> - **Instant** —— 快速响应，适合日常任务
> - **Medium** —— 标准推理，适合需要更多分析的任务
> - **High** —— 扩展推理，适合复杂的多步工作
> - **Higher intelligence** 允许 ChatGPT 自动在 Instant 和 Medium 之间切换
>
> 根据任务选择合适的档位，或者让系统自动切换。

选择合适的智能级别只是第一步。ChatGPT 还有专门的*功能*，可以增强特定类型的任

务。
下面来看看哪些功能最适合不同的场景。







ChatGPT 的功能

你刚刚已经找出了哪些功能适合哪些任务。

现在，我们来了解每个功能的作用以及何时使用它们。

功能 1：Web Search

如前所述，**Web Search** 从互联网获取最新信息——新闻、公司动态和近期发展。

*它非常适合：*公司调查、时事新闻和近期产品发布。

以求职场景为例：你正在准备 Nike 的面试，需要了解他们的最新新闻。试试看。



Web Search 直接将最新的 Nike 新闻提取到了对话中——不需要你自己去翻阅新闻网站。如需更深入的分析，请切换到 **Deep Research**。

功能 2：Deep Research

Deep Research 专为多步、深入的问题而设计。它可以搜索网络、使用上传的文件和连接的应用，并生成带有引用的结构化报告。

*适用场景：*市场分析、文献综述、竞品调查和详细的决策简报。

功能 3：Add Photos & Files

Add Photos & Files 功能允许你上传图片、PDF、演示文稿、文本文档和电子表格。ChatGPT 可以对它们进行总结、比较、提取信息、回答有关其内容的问题或分析其数据。

*示例：*修改上传的简历、分析电子表格、总结 PDF 或解读截图。

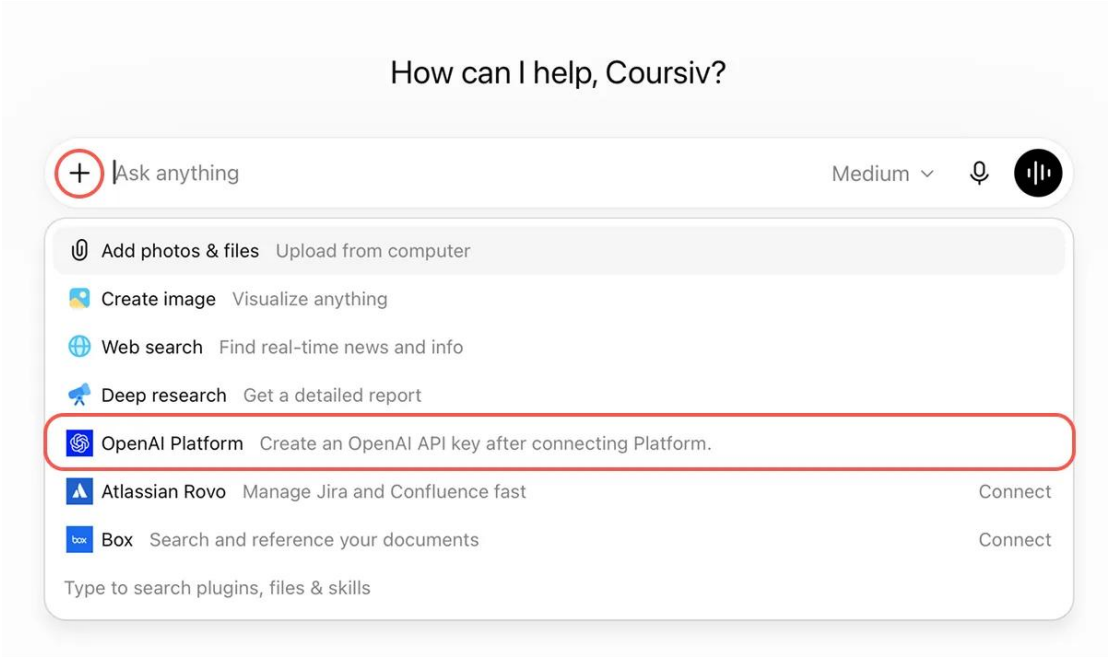
功能 4：Create Image

除了处理图片，ChatGPT 还可以**生成和编辑图片**。用文字描述你需要的视觉效果，ChatGPT 就能将其生成出来。

*适用场景：*作品集视觉素材、品牌 Logo、演示文稿图表、社交媒体视觉素材，或者纯粹为了好玩。

OpenAI Platform

在工具包中，你还会看到 **OpenAI Platform**。这是 ChatGPT 的开发者端——一个用于构建你自己的应用、工作流程和集成的 API。ChatGPT 是你在这里使用的现成应用；而 OpenAI Platform 是用于构建你专属应用的工具包。
在功能菜单下方，你还可以搜索**插件、文件和技能**——比如用于学习计划和测验的 Study and Learn，或其他为你工作量身定制的工具。



Coursiv

要点

ChatGPT 的各项功能就像工具箱里的工具：

- **Web Search** 用于获取最新信息（快）
- **Deep Research** 用于综合分析（慢）
- **Files & Photos** 用于分析上传的文件
- **Image Creation** 用于生成视觉内容

根据任务选择合适的工具。

为任务匹配智能级别和功能

现在，我们来练习为不同的求职场景选择合适的智能级别和功能。

功能匹配

将每项任务与最合适的 ChatGPT 功能匹配起来。





我们把两者结合起来：智能级别加上功能。假设你想在面试前快速了解 Nike 的企业文化。

你应该选择 **Instant**——任务很简单，不需要深入推理——并使用 **Web Search** 获取实时信息。



现在，你可以为不同的任务类型匹配 ChatGPT 的智能级别和功能，并将它们结合使用。

这项技能会成倍提升你使用提示词的效果。知道怎么提问很重要，但知道该用哪个工具同样重要。

本课要点

- **智能级别影响速度和推理：**Instant 适合日常任务，Medium 适合标准推理，High 适合更复杂的工作。某些计划包含额外的级别。
- **自动切换为你代劳。**当任务需要更多思考时，让 Instant 自动提升到 Medium。
- **功能增加了文本之外的能力：**Web Search、Deep Research、Add Photos & Files、Create Image、OpenAI Platform。
- **结合级别和功能以获得最佳效果：**例如 Instant + Web Search 用于快速获取公司概况。

接下来

接下来，你将发现一个大多数用户都会直接忽略的功能——**Voice Mode**：这是一种与 ChatGPT 互动的全新方式，在处理某些任务时比打字更合适。
敬请期待!