

人工智能平民化改变生活 有人找到好帮手有人被“割韭菜”

DeepSeek 成为“流量密码”的背后

一款由中国团队研发的智能工具 DeepSeek，如同一颗耀眼的新星横空出世，震撼了全球 AI（人工智能）行业，这也让普通人对新技术更加好奇。如何让 DeepSeek 走进大众生活？从提问到互动都有技巧。

入门

简单对话随时响应

“周围不少朋友都在讨论 DeepSeek。我一开始还以为是个新游戏，没想到是个AI工具。”在一家车企上班的李翔，最近被 DeepSeek 的 AI 应用彻底“圈粉”了。DeepSeek 的火爆，还从城市一路蔓延到了乡村。AI 从业者袁进辉不久前回到农村探亲，发现村里人也在讨论 DeepSeek，“俨然已经成了国民级 App！”

免费使用、用着简单，是 DeepSeek 火出圈的重要原因。它卸掉了 AI 看似高深的使用门槛，只需要简单对话就能让它随时响应人们的各种问题。例如，当健身教练需要给自己的学员设计增肌食谱，他只需要表示：“我有个 1 米 8 的会员，体重 65 公斤，想 3 个月增重到 70 公斤，每天训练 2 小时，请设计高蛋白饮食方案。”这样他就能获得一份科学严谨的饮食计划表。

“不需要记指令代码，就像教新同事做事，你就把它想象成坐你隔壁的同事。”在某互联网公司担任产品经理的陈默如此形容。

如同与新同事的熟悉过程一样，与 AI 的初次对话往往只是“破冰”。如果遇到不满意的回复，可以换个说法再试，或者给它提出一些新要求：“预算砍到 300 元内，重新给方案”“去掉专业术语，只要实操步骤”“用表格对比不同方案优缺点”……

此外，在给 DeepSeek 下达任务时，问题提得越具体，回答才能越精准。例如让 AI“推荐北京人少景美的拍照地，适合带 5 岁孩子”，就会比问它“北京哪里好玩”效果更好。

想要激发 DeepSeek 这个智能伙伴的潜能，还可以使用“角色设定法”——例如，当遇到婚姻财产纠纷需要法律人士提供专业建议时，可以提问：“假设你是熟悉《民法典》的婚姻律师，在这种情况下，你认为有什么风险？”

“AI 有点像捏橡皮泥，问一次不满意很正常，要针对它的结果反复追问，就能把橡皮泥一点点捏成自己想要的样子。”科技博主塞缪尔分享自己的 DeepSeek 使用心得时说。



助力

复杂任务也能应对

复杂的问题能不能求助 DeepSeek？“要像剥洋葱一样层层提问，把复杂任务拆解成一个个小任务，分步骤提问，它就能完成得超乎你的想象。”陈默说。

在早高峰的地铁上，上班族姜女士正为下午的会议 PPT 发愁。她习惯性地点开手机里那个蓝白配色的图标，输入“如何用思维导图讲清项目价值”，两分钟后，一份清晰的框架建议跃然眼前——学会使用 DeepSeek 等 AI 工具，正成为上班族的必备技能。

当平面设计师小白做某茶饮品牌的设计提案陷入僵局时，她尝试输入“将敦煌壁画元素与现代极简风结合，输出 5 个包装设计方向”。很快，AI 不仅给出了“飞天飘带化作吸管装饰”的具体方案，还推荐“琉璃蓝”作为主色调，并附上相关国潮品牌案例分析。

“在设计行业，DeepSeek 提供的答案当然没法直接拿来用，但用它来激发灵感还是不错的。”建筑设计师郭享不久前完成了一个商业体项目的设计，不过客户还提出要他为这个商业体想一个简洁有力的英文名。起初，郭享和同事为这个并不匹配自身专业技能的需求而挠头，不过，在求助 DeepSeek 后，他们很快有了一些灵感，“结合具体项目情况做了调整、润色

后，形成了几个不错的提名方案，作为增值服务提供后，客户很满意。”

除了提高工作效率，DeepSeek 也迅速变身为陪娃利器。“孩子现在是五年级下学期了，DeepSeek 真是缓解了我的新学期焦虑。”家住东城区的傅女士表示。

傅女士说，碰到孩子不会的数学题，她就直接拍照上传，并在对话框里写道：“用启发式提问的方法，帮我引导孩子解决这道数学题，一次只问一个问题，等孩子回答后再问下一个。”

“DeepSeek 就像一个超有耐心的老师，一步步引导孩子思考，而不是直接给出答案。”傅女士说，等孩子解出这道题，她就让 DeepSeek 出几道类似的题巩固一下。

“以前带娃逛博物馆，都得提前一天查攻略，现在能偷个懒，直接问 AI。”家长温女士表示，以国家自然博物馆为例，她直接输入指令：“我计划在下周六带 8 岁孩子去逛国家自然博物馆，需要做哪些准备，包括游玩攻略和知识储备。”

根据温女士的指令，DeepSeek 不但能给出预约购票、携带物品、交通用餐等出行前准备，还能推荐核心展区和互动策略，甚至提供亲子共学资源，方便家长和孩子预习。

提醒

过度依赖会有风险

自 DeepSeek 上线以来，由于访问量快速上涨不时出现过载现象。在一些社交媒体平台上，不少人表示，因 AI 服务中断而心生不适。有些人甚至掉进了“没 AI 干不了活”的怪圈。据麦可思数据，99% 的国内高校师生都曾在学习和工作中使用过生成式 AI。

“我现在做课题已经离不开 AI 了。”就读比较文学专业的胡说，自己每天写论文、查文献，都习惯找大模型帮忙，底层逻辑基于中文训练的 DeepSeek 更是令她如虎添翼，“我每天有大量的文献材料要阅读，AI 能快速地进行文本翻译、写作构思和文字润色，还能帮我搜集某一课题的延伸文献资料。”

不过，需要警惕的是，大模型生成的内容不但可能有错，甚至能无中生有。

“慎用 DeepSeek 查文献！”在西北政法大学就读研究生的小西表示，最近她用 DeepSeek 查询“我国闲置土地处置”法制现状，却发现该大模型生成的回答看起来切题，但大量论证造假，连案号、法规文件名称、页码都编得有模有样，“这要是不进行查证，就是学术造假。”

“大模型出错，是因为 AI 幻觉，也就是大模型编造它认为是真实存在的甚至看起来合理或可信的信息，生成内容与现实世界事实或用户输入不一致。”一位业内人士表示，数据缺陷、架构缺陷、解码不完美等问题都可能令大模型产生幻觉，“这也对用户提出了更高的要求，需要仔细甄别其生成的信息。”

警惕

低价课程全是噱头

随着 DeepSeek 走红，已经有博主在直播间、知识付费平台、社交平台卖课，制造焦虑并利用信息差牟利。

“普通人逆天改命的最后机会”“认知差是最大红利”……记者调查发现，多个直播间大打 AI 焦虑牌后，往往会以“金牌名师授课、承诺接单变现”为噱头，以低价引诱消费者下单买课。

但以低价买来的课程并不靠谱，用户投诉频频。不少人称：“课程太鸡肋，没什么实质帮助”“讲师太水，发几个问题忽悠了事，实操基本没教，追问就要再买新课”“还不如直接去看官网教程，都比买的课程强”。记者以 29.9 元购买了一份《普通人利用 DeepSeek 赚钱》的课程，发现不少内容“驴唇不对马嘴”。比如课程资料内，有文档的标题是“DeepSeek 的口令教程”，打开来的内容却又写着“Kimi 口令大全”“豆包提示词大公开”等。

另外，一些短视频中看似神秘的赚钱秘籍，也并非真的教人掌握具体的 AI 大模型技术，而是让人利用直播卖课赚钱，去收割所谓的“AI 焦虑税”，并声称“卖课一定要会取标题，比如写上‘不懂 AI 的人正在被时代抛弃’才足够吸引人。”

据《北京晚报》