開始使用 / ChatGPT、Claude / 更新 2026-11-06

AI 怎麼理解你的要求：對話、資料與工具

改寫、讀公告、整理資料夾，這次分別要給 AI 什麼？用三個小例子看懂。



AI 生成情境圖

開始前 打開 ChatGPT 或 Claude 的文字對話，就能跟著做。

完成後 分清楚哪些事情可以直接問，哪些需要補資料或使用工具。

先看這次要完成什麼

回訊息、讀通知、整理資料夾，需要的東西不一樣。先把任務分清楚，就知道要準備什麼。

從想要的成果，往回看需要準備什麼

回一句訊息

原句、對象、口氣

文字對話 → 一則草稿

讀今天的通知

當天原文或查詢結果

來源資料 → 有依據的整理

整理資料夾

來源檔、位置、讀寫權限

檔案工具 → 可開啟的成果

能寫文字、取得當天資料、把內容存成檔案，是不同的步驟；可用能力依工具、帳號與權限而定。

需要最新資訊時，請它附來源，再打開看日期和內容。

先試一段概念討論

你可以這樣問

> 我會使用電腦，但不懂技術名詞。請用日常例子說明「檔案同步」和「備份」有什麼不同，再舉一個只靠同步可能不夠的情況。最後問我一個簡單問題，看看我有沒有理解，先不要公布答案。

從熟悉的事情開始說明（教學示例）

> 同步讓不同地方的檔案維持相同狀態；備份則保留可用來還原的副本。若刪除動作也被同步到其他裝置，就需要看看服務是否有垃圾桶、版本紀錄或另外的備份。

還不清楚，就接著問：

接著可以這樣問

> 我還是分不清楚。用「改完報告又想找回昨天版本」的例子再說一次。

這是在討論一般觀念。要知道某個雲端硬碟能不能救回昨天的檔案，還得查該產品的版本紀錄與方案。

要做成檔案，就需要檔案工具

從聊天裡的文字，到能打開的檔案

1	→	2	→	3
先有內容		**再存成文件**		**自己打開**
AI 在對話裡整理好報告。		使用支援產生或寫入檔案的工具。		找到檔案或下載連結，確認內容。

能做哪些步驟，要看你目前的工具、帳號與權限。要直接處理資料夾，可以接著看文件整理示範。

想懂原理，一次看一個問題

- AI 怎麼把回答寫出來？：看懂「預測文字」。
- AI 怎麼查到今天的公告？：看資料怎麼成為回答的依據。
- 我說過的話，AI 都看得到嗎？：認識這次回答能參考的內容。
- 聊很久，前面的細節還在嗎？：看長對話怎麼整理，以及漏了細節怎麼補。

先選你現在想知道的一題即可。要反覆處理同一件工作，再學用專案保存背景。

資料來源與網頁版

OpenAI：Prompting https://learn.chatgpt.com/docs/prompting

OpenAI：語言模型如何學習與產生回答 https://help.openai.com/en/articles/7842364-how-chatgpt-and-our-foundation-models-are-developed

Anthropic：長任務的上下文管理 https://www.anthropic.com/research/effective-context-engineering-for-ai-agents

Claude Code：上下文填滿時怎麼處理 https://code.claude.com/docs/en/how-claude-code-works#when-context-fills-up

OpenAI：上下文壓縮 https://developers.openai.com/api/docs/guides/compaction

OpenAI：Projects and chats https://learn.chatgpt.com/docs/projects

本篇網頁版與提示詞 https://ai.kanrays.com/learn/how-ai-works/