

專業心聲

陳君兒老師

Aug 25, 2025

AI與我

生活中，你會怎樣運用AI？最常見會把AI作為新一代的搜尋器，例如：搜尋名詞定義、搜尋旅行景點介紹等。此外，我們亦會請AI進行一些設計工作，例如：生成圖片、簡報。但AI的功能其實不止於此。

時間管理是成功的一項主要因素，AI是一位時間管理大師，可以幫助我們規劃工作時間表。例如：我想改善身型，只要輸入時間、目標、個人飲食喜好等資料，AI便可以幫你規劃一個健美時間表。

我們也可以請AI進行角色扮演並分析事情，例如：我想推行一項新計劃，除了簡單請AI規劃推行時間表，更可以給予AI一個特定身分、角色並進行設計。

AI已經成為我們生活的一部分，就讓我們一起發掘更多與AI一起改善生活的方法。

