



15 小时实战课 · 第 6 节 / 6 · 结业课

SEO/GEO + 端到端整合 + 自动化

让内容被搜索引擎找到，也被 AI 引用 —— 全程一个人搞定

今天四个环节

- ① SEO / GEO / AEO 是什么
- ② GEO 实战打法
- ③ 自动化：让重复活无人值守
- ④ 毕业项目 + 变现路径

产出：一个完整 mini campaign (选题 + 海报 + 视频 + GEO 优化)

本节目标 & 今天怎么过

学完你能做到

- 1 分清 SEO / GEO / AEO，知道 2026 三个都要做
- 2 用 GEO 打法让你的内容被 ChatGPT、Claude、Perplexity 引用
- 3 搭定时自动化：每天抓热点 → 出选题 → 存文件
- 4 跑通毕业 mini campaign，把 6 节技能全串起来

150 分钟时间表

| | |
|---------|---------------------|
| 0-20 | 开场 + SEO/GEO/AEO 概念 |
| 20-60 | GEO 打法 + 实操例 + 检查表 |
| 60-90 | 自动化：定时任务搭法 |
| 90-120 | 毕业项目说明 + 变现路径 |
| 120-140 | 毕业作业 + 分组演示 |
| 140-150 | 全课总结 + 结业 |

01

环节 1 · 0-20 分钟

SEO vs GEO vs AEO

理清三个概念，2026 三个都要做

SEO / GEO / AEO 三者对比

| | SEO 搜索引擎优化 | GEO 生成式引擎优化 | AEO 答案引擎优化 |
|---------|----------------------|--|-------------------------|
| 目标 | Google/ 百度 拿排名和点击 | 被 ChatGPT·Claude Gemini·Perplexity 引用 | 出现在搜索 答案框（精选摘要） |
| 核心动作 | 关键词密度 反链、技术优化 | 结构化写法 FAQ、数据密度、JSON-LD | 问答式内容 简短直接的答句 |
| 流量入口 | 搜索结果页 → 用户点击进来 | AI 回答中带 品牌名 / 链接 | 直接回答展示 减少点击 |
| 2026 紧迫 | ★★★ 仍是基础 | ★★★★ 快速上升 现在布局最划算 | ★★★★ 与 SEO 重叠度高，顺带覆盖 |

为什么 GEO 现在最值得投入

58%

AI 概览导致
top 内容点击率下降约 58%

数据来源: Semrush 2024 AI Overview 研究

→ 被 AI 引用
= 新流量入口

越来越多人直接问 AI

Perplexity 日查询量已超 2 亿次; ChatGPT 月活超 2 亿。用户绕过搜索引擎, 直接问问题要答案。

被引用 = 品牌曝光的新渠道

AI 回答里出现「MMC 抗衰诊所」→ 直接建立信任, 不需要用户先点进你的页面。

现在布局, 竞争对手少

80% 品牌还没专门做 GEO 优化。现在是红利期, 六个月后会变成标配。

02

环节 2 · 20-60 分钟

GEO 实战打法

让 AI 引擎愿意引用你的内容

GEO 打法：让 AI 愿意引用你

① 直接答案开头

开篇第一句直接回答「这篇讲什么」，不要绕圈子做铺垫，AI 最爱抓直接答案。

③ FAQ 用真实问法

「30 岁开始抗衰太早了吗？」——用用户真正会问 AI 的句式，不是你的内部分类词。

⑤ JSON-LD schema

让 Claude 帮你生成 Article / FAQ / Product schema 代码，粘贴进页面 <head>，不用懂代码。

② 数据 + 出处

每个主要观点配一条数字或研究来源（哪怕是「根据 X 研究」），数据密度越高越易被引用。

④ 对比表 / 编号列表

结构化内容比大段文字更易被 AI 解析并引用。能做表就做表，能编号就编号。

⑥ 多平台品牌露出

同一个品牌名在小红书 / 官网 / 微信出现越多次，AI 训练数据里的「存在感」越强，被引用机会越高。

GEO 实操：把一篇软文改成可被引用

改前 ×

玻尿酸的奥秘：让你年轻十岁的神奇成分

「你是否也想拥有水嫩肌肤？玻尿酸自古便是美肌秘方……近年来更被无数明星追捧……」

× 没有直接答案 × 无数据 × 营销腔 × 无 FAQ

改后 ✓

玻尿酸能帮皮肤保湿的科学原理（2024 研究版）

「玻尿酸（透明质酸）是一种天然多糖，可吸收自身重量 1000 倍的水分（来源：J. Cosmetic Derm. 2023）……」

FAQ：30 岁开始用玻尿酸有效吗？ | 玻尿酸和胶原蛋白有什么区别？

✓ 直接答案 ✓ 数据 + 出处 ✓ FAQ ✓ 结构清晰

例 Prompt（复制用）

「按 GEO 优化这篇文章：开篇给直接答案（一句话），加三条来自真实研究的数据（带年份来源），补 FAQ 用用户真实问法（5 条），加对比表，把营销腔改成专业但亲切的语气。」

GEO 发布前检查表



开头给直接答案

第一段是否直接回答了核心问题，而不是绕弯铺垫？



数字 + 出处

主要观点是否配了数据，且标注了来源（研究名 / 平台 / 年份）？



FAQ 用真实问法

FAQ 是否模拟用户问 AI 的真实句式，而非内部分类词？



有对比表或编号列表

内容是否有至少一处表格或编号结构，方便 AI 解析？



加了 JSON-LD

页面 `<head>` 是否插入了 Article/FAQ Schema 代码？



多平台品牌露出

品牌名在小红书 / 官网 / 微信号 / 这篇文章中是否均出现且写法一致？

六项全部打勾 → 发布。不全 → 让 Claude 补全后再发。

03

环节 3 · 60—90 分钟

自动化

让重复活无人值守 · 你睡觉它在跑

你配一次，之后不用管

自动化：定时 + 循环，活自己跑

定时 (cron) = 每天几点自动触发一次 | 循环 (loop) = 对一批东西逐个处理 | 两者组合 → 全自动内容管道

每日选题生成

每天 9:00 抓小红书热搜 → AI 挑出 3 个与抗衰相关 → 存进 ideas.md → 早上开会前已备好选题。

内容批量加工

一次性把 10 篇旧文章全部过 GEO 检查表 → 标出缺项 → 逐篇输出修改建议，你只需审阅。

竞品监控

每天抓 3 个竞品账号最新发文 → 汇总「本周竞品动向」报告 → 自动存入工作文件夹。

数据摘要

每周一 8:00 自动读取上周小红书数据 CSV → 出一份「上周表现 Top3 + 本周建议」的简报。

自动化怎么搭：说一句话就能配

1 描述任务频次

「每天早上 9 点，帮我抓小红书热搜关键词，挑出 3 个和医美 / 抗衰相关的，存进 /topics/daily.md」

2 app 自动生成定时配置

Claude/Codex 会生成对应的定时任务代码或系统设置步骤，直接运行 —— 你不用写任何代码。

3 第一次手动跑一遍

验证输出是否是你想要的格式。不对 → 说「格式改成表格」，app 更新后重跑。

4 设成自动 / 开着跑

确认没问题后告诉 app 「设成每天自动跑」，之后它会在后台执行。

⚠ **重要提醒** 涉及对外发布（发帖 / 发邮件）的任务，请保留人工确认环节。自动跑 = 自动存稿，发布前你再过一眼。

04

环节 4 · 90—150 分钟

毕业项目 + 变现

把 6 节技能串成一个 mini campaign

选题 → research → 海报 + 视频 → GEO 优化 · 全部自己做

毕业项目：mini campaign



产出物（提交四样）

① 选题 Brief（100字） ② 小红书海报 1 张 ③ 短视频 / 动态图 1 条 ④ GEO 自评表（检查表截图）

用你自己的 MMC 品牌（或自选品牌）做 —— 做完就是你的作品集第一单。

毕业项目技能地图

第 1 节

workflow 心法 + 记忆

写选题 Brief：确认主题 → 受众 → 红线 → 存入 CLAUDE.md



第 2 节

Research workflow

多源调研：抓小红书热点 + 竞品爆款 + 数据出处



第 3 节

图片 / 海报

生成小红书封面海报 1080×1440，深蓝 + 金，MMC 品牌



第 4 节

视频生成

出 15-30 秒短视频或动态图，匹配海报主题



第 5 节

自动化 + 工具

设定任务：每天生成一批新选题备用



第 6 节

SEO/GEO 优化

过 GEO 检查表，补 FAQ + JSON-LD，自评打分



变现路径：学完怎么赚钱

接外包（按件计费）

海报：300—800 元 / 张

视频 / 动态：500—1500 元 / 条

接单平台：猪八戒 · 码工网 · 小红书发帖接活

内容代运营（包月）

帮品牌管小红书 / 公众号

月费：2000—8000 元 / 账号

用自动化批量出稿，单人可同时服务 3—5 客户

自己做内容 IP

自媒体账号 + 内容变现

广告 / 带货 / 知识付费

用 AI 每天出内容，建立个人品牌护城河

卖 Skill + 模板

把自己的 CLAUDE.md 模板打包

在小红书 / 闲鱼 / GitHub 出售

一次制作，反复卖

开课 / 做培训

教会同行或客户用 AI

线上录播 / 企业内训

用这 6 节课内容为基础，做自己的版本

起步建议 先用毕业作品（海报 + 视频 + GEO 文章）建 3 件作品集，在小红书发帖「我帮品牌做 AI 内容」，接第一单。

课程节奏 + 继续精进

集中营

2 天 (周末)

强化练习, 直接出作品

周末班

3 个周末

每周两天, 平时消化

自学版

每天 2.5 小时

6 天完成全部 6 节

六个进阶方向

- 1 Agent workflow自动化 (n8n · Zapier)
- 2 AI 视频进阶: Sora · Kling · Runway
- 3 RAG 知识库: 让 AI 读你的全部资料
- 4 数据分析: 自动出报表 + 可视化
- 5 电商 AI: 商品文案 + 主图批量生产
- 6 个人 GPT / Claude Project 深度定制

■ 毕业作业 · 提交 mini campaign

1 选题 Brief

100 字以内。品牌 + 主题 + 目标受众 + 平台 + 核心卖点。

2 海报 1 张

小红书 1080×1440，MMC 品牌（深蓝 + 金），主题与 Brief 对应。

3 视频 / 动态

15—30 秒短视频或动态图，与海报同主题。

4 GEO 自评表

GEO 六项检查表截图，至少 5 项打勾，写明哪项还差什么。

验收标准 四样都提交 · 海报符合尺寸和品牌色 · GEO 自评表 \geq 5 项打勾 · 能当场说清选题为什么选这个主题。

六节全课小结

- ✓ 第 1 节 workflow 心法 + CLAUDE.md 记忆系统 —— 让 AI 记住你的品牌
- ✓ 第 2 节 Research 工作流 —— 多源带出处，选题 brief 30 分钟出炉
- ✓ 第 3 节 海报 / 图片 —— 小红书封面、banner，一句话指定出图
- ✓ 第 4 节 视频生成 —— 图文 / 动态 / 短视频，不剪辑也能出片
- ✓ 第 5 节 自动化 + 工具 —— 定时抓热点，批量生产，skill 沉淀
- ✓ 第 6 节 SEO/GEO + 整合 —— 被搜到也被 AI 引用，mini campaign 跑通

四步心法贯穿始终： 确认主题 → Research → 产出 → 微调 —— 每节都是这一套，熟了就快了

把今天学的，明天就用起来。