

培训时间/地点: 2025 年 9 月 18~19 日 (星期四 ~ 星期五) / 苏州

收费标准: ¥4500/人

- 含授课费、证书费、资料费、午餐费、茶点费、会务费、税费
- 不包含学员往返培训场地的交通费用、住宿费用, 早餐及晚餐

证书:

颁发上海市人工智能技术协会培训证书。

课程背景:

天下大势, 浩浩荡荡, 顺之者昌, 逆之者亡!

未来只有两种人, 一种是会用 AI 的人, 另一种是不会用 AI 的人。

ChatGPT 是一种基于人工智能技术的自然语言处理模型, 可以理解和生成自然语言, 同时也具有一定的推理和逻辑能力。可以通过回答用户的问题、提供建议和解决方案等方式辅助办公, 例如解答常见问题、提供技术支持、快速生成文档、制作 PPT, 编写函数, 自动化办公流程等。

然而, 直接对话存在不少问题, 如果对知识点不熟悉, 问不出好的问题, OFFICE 基础知识不牢, 再好的工具也不能为我所用。

基于此, 我们推出 ChatGPT 在 OFFICE 中的应用课程, 用当下最先进的 AI 技术辅助办公, 很多操作不用学不用背, 提问+测试+修正, 轻松实现娱乐办公, 两天系统学习四大软件, 站在巨人肩膀上必然事半功倍。

未来已来, 你来不来?

课程收益:

- **操作简单** 动动嘴皮, 复制粘粘, 鼠标随便拖拉几下, 10 秒搞定各种奇怪操作。
- **闪电完成** 不写函数, 不敲代码, 一键操作, 自动完成, 真正实现办公自动化。
- **效果震撼** 个性辅导, 智能服务, 大道至简, 神奇 AI 力量, 绝对超出你想像。

参训对象:

人事经理、销售经理、生产经理、财务经理、一般员工等需要大量使用 Excel 的各部门人员

授课形式:

集中讲授



课程大纲:

单元一【整体概述】0.5 小时

本单元介绍 ChatGPT 基础知识，了解在各种场合的普遍应用！

- 什么是 ChatGPT
- ChatGPT 定义和概述
- ChatGPT 历史和发展
- 使用 ChatGPT 准备工作
- 如何电脑上使用和如何手机上使用
- ChatGPT 的使用和调教
- 如何升级 Word 中试用 Copilot
- 如何在 Excel 中直接使用 AI 询问公式
- ChatGPT 各种应用场景简介
- 国内一些类似 ChatGPT 的其他网站介绍（免注册账号）

单元二【EXCEL】3 小时

简单，快速，全方位多角度，介绍 Excel 最常用最实用知识点，不写公式函数，全用 ChatGPT 自动完成！

本章目标：利用 ChatGPT, 辅助办公，掌握大概规律，实现 Excel 数据整理，公式函数，图表呈现，数据透视表。

- Excel 最常用最实用知识点介绍
- 使用 ChatGPT 辅助整理各种不规范表格
- 使用 ChatGPT 辅助快速输入数据
- 使用 ChatGPT 辅助实现 IF 函数 AND 函数
- 使用 ChatGPT 实现 SUMIF, COUNTIF, COUNTIFS, SUMIFS 函数
- 使用 ChatGPT 实现 VLOOKUP 多行多列快速查找
- 使用 ChatGPT 实现多条件查找公式
- Excel 图表基本原理，常见绘制图表知识点



- 使用 ChatGPT 辅助制作动态图表
- 数据透视表基本原理，常用操作
- 使用 ChatGPT 实现一键透视表并自动更新
- 宏的基本原理，实操案例
- 使用 ChatGPT 录制宏解决重复操作问题

单元三【PPT】3 小时

介绍 PPT 中最常用的知识点，结合 ChatGPT 辅助处理文字，字体，色彩，图形，图像！

了解各种模板素材，掌握运用各种常用工具。

- PPT 最常用最实用的知识点介绍
- 使用 ChatGPT 一次性提取 PPT 中所有素材
- 快速 Word 转 PPT，一键改颜色，快速统一字体使用 ChatGPT 搞定
- 借助 ChatGPT 快速吸取颜色，统一识别字体安装字体
- 用 ChatGPT 生成大纲，借助工具全自动做 PPT
- 绘制图形图形运算抠图去水印图片虚化等基础知识介绍
- 借助 ChatGPT 加 PPT 将两张图片合成自然过渡
- 母版模板版式主题等最常用基础知识介绍
- 使用 ChatGPT 一次性在同一位置批量插入不同图片
- 一套 PPT 快速套用另一套 PPT 模板
- 使用 ChatGPT 进行封面策划标题策划
- 使用 ChatGPT 进行结束页策划
- PPT 中的常见逻辑设计
- PPT 中常见动画动作设计
- 使用 ChatGPT 创建方案自动生成视频素材
- PPT 中声音视频的使用介绍
- 借助 ChatGPT 搜索素材模板学习网站



- PPT 最常用的工具介绍

单元四【WORD】 2 小时

2 小时掌握 Word 最常用最实用的功能

借助 ChatCPT 快速掌握 Word 中复杂高级功能!

- Word 中查找替换清除格式快速输入等高频操作
- 多人共享文档快速将一个文件进行拆分
- 不同页眉页脚的设置
- 使用文档保护功能限制编辑
- 使用 ChatGPT 处理讨厌的修订功能
- 使用 ChatGPT 快速自动化创建表格
- Word 中语音输入功能
- 展示未来的 Copilot 功能
- 了解 Word 中长文编辑各种应用
- 使用邮件合并批量处理
- 使用宏一键处理页边距
- 借助 ChatGPT 批量将 Word 转为 PDF 格式 TXT 格式
- 使用 ChatGPT 几百个文件快速合并

单元五【VBA】 2 小时

掌握基础的 VBA 理论，了解 VBA 语言结构，就可以借助 ChatGPT 大量使用代码。

掌握排错知识，知道常用的修改并能灵活运用。

- 手动录制一个宏
- 自己编写一个自定义函数
- 声明语句，数据类型
- 信息对话框和输入对话框



- 注释语句与屏蔽错误
- 处理工作表处理工作簿
- 对象属性方法事件的基本原理
- 借助 ChatGPT 一次性插入几百个表
- 借助 ChatGPT 一次性删除几百个表
- 借助 ChatGPT 一键拆分表格
- 借助 ChatGPT 一键合并几百个文件
- 借助 ChatGPT 快速自定义一个简单函数

单元六【综合应用】1 小时

以下操作全部用 ChatGPT 实现，针对零基础用户，结合 OFFICE 复杂功能深度学习，掌握高级应用！

- Word 综合案例：实现 Word 一键进行几百个文件清除格式借助
- Word 综合案例：Word 中自制 Copilot 小程序
- Excel 综合案例：小白借助 ChatGPT 处理不规则单元格快速统计
- Excel 综合案例：不写任何函数生成漂亮报表并全自动更新
- PPT 综合案例：ChatGPT 结合 PPT 制作倒计时小程序
- PPT 综合案例：ChatGPT 自动方案借助工具全自动做 PPT
- VBA 综合案例：借助 ChatGPT 自定义函数提取单元格汉字
- VBA 综合案例：借助 ChatGPT 将 EXCEL 内容发送到 Word 中动态通知
- 使用 ChatGPT 深化提问不断自学

单元七【文案策划】0.5 小时

让 ChatGPT 给你实现写作自由，各种文案不再头痛。像人一样思维富有创意，百看不厌！

- 用 ChatGPT 写份新闻
- 用 ChatGPT 来个藏头诗
- 用 ChatGPT 商业策划广告评价



- 用 ChatGPT 写会议总结培训总结
- 用 ChatGPT 进行自媒体创作
- 用 ChatGPT 进行润色论文
- 用 ChatGPT 进行修改简历
- 用 ChatGPT 辅助撰写邮件
- 用 ChatGPT 编写销售话术
- 用 ChatGPT 询问人生规划问题
- 用 ChatGPT 询问英语学习类问题
- 把 ChatGPT 充当老师深度玩法
- 解锁更多有趣玩法

单元八【疑难解答】0.5 小时

最后解决提问出现的各种问题，转换思维方式，快速得出准确结果。

- 小白如何一步步提问
- 不同的 AI 回答结果不同
- 同一问题多次提问结果不同
- 得不到正确结果如何修正关键词
- 复杂问题如何分步解决
- 清晰语言目标明确聚焦主题
- 有效提示和无效提示举例
- 设定身份让推荐更精准
- 优化指令持续输出结果
- 请注意不同的版本操作系统的结果不同
- 提问+测试+修改三步曲解决问题

——【整体答疑，总结提高】——

课堂有配套练习，课后有详细操作笔记



讲师介绍：彭老师

- 微软认证 Office 应用大师
- 北京石油化工学院指定 Office 讲师
- 《PPT 职场/商务应用》专业讲师
- 《Excel 高级数据处理》专业讲师
- 《不加班早下班的创意 Excel 玩法》作者
- 上海 Office 专项能力考试命题专家

实践/学术背景：

先后就职于国内多家著名的 Office 培训机构、金牌讲师，有非常丰富的 EXCEL 培训/商 PPT 商务应用经验和实战经验。

多年以来一直专注企业 Office 培训，对企业 Office 培训有独到的见解，自主开发的 Office 课程体系、结合企业实际应用的“案例式教学法”。**13 年**以上授课经验、累积授课时间 **10000** 小时以上，服务过世界五百强企业 **60** 家以上。培训风格生动幽默，深入浅出，深受学员喜爱。

课程特点：

1. 专业：

严谨的工作作风，认真负责的教学态度，久经考验的专业技术，同时非常注重对学员的启发诱导，循序渐进。

2. 实用：

根据企业实际特点，精心筛选培训内容，有针对性制定培训课件，涵盖人力资源、市场营销、财务管理、行政文秘，仓储物流各个部门，有效改善职场人士的办公效率，提高企业的市场竞争力、学员的职场竞争力。

3. 易懂：

大量精彩的实际案例，分步操作讲解得清晰易懂，演示方法演练得透彻明白。可操作性强，费时少，见效快。学而能用并且灵活巧用。

4. 趣味：

课程精心设计，趣味搞笑，让枯燥的技术课程生动起来，让学员在良好的学习气氛中轻松学习。



5. 服务:

课程结束后持续为企业学员服务，及时帮助学员解决实际工作中遇到的问题。

主讲方向:

- 《弹指一挥间——10 秒完成数据分析》
- 《震撼全场时——工作型 PPT 深度策划》
- 《功到自然成——Excel VBA 高效办公》
- 《更上一层楼——从 Excel 到 Power BI 商务智能》

部分服务客户:

外企: 可口可乐（中国）公司、法国施耐德电气，美国嘉吉（中国）投资公司、拜耳，德国舍弗勒、德国采埃孚伦福德，美国 3M 公司、惠普、西门子、施耐德电器、康乐保（中国）有限公司，三星，三星道达尔，ISUZU，TDK 东电化（上海）国际贸易有限公司，TDK(苏州)阿特拉斯·科普柯，江森自控有限公司，路易威登，米其林，通用集团，劳力领机械制造，安德烈斯蒂尔，伟创力电子技术(苏州)有限公司，康明斯，科世达，通芯微电子，不二越，川崎，霍尼韦尔（苏州），景致电子，丰田，阿克苏诺贝尔，日立电梯

银行资产: 交通银行、汇丰银行，农业银行海口分行，上海浦东发展银行、平安银行、深圳发展银行、星展银行，成都兴业银行，进出口银行，平安资产，信达资产，光大银行，花旗银行，易方达资产，托克资产

通讯: 上海移动，广州移动，深圳移动，中山移动，武汉移动，番禺电信，揭阳电信，江门电信，阳江电信，汕头电信，海珠电信，白云电信，上海电信，珠海电信，泉州电信，中通服，南方规划设计院，公诚管理，邮电储蓄，郑州中讯设计院，奥星光通讯，广东电信规划设计院

高等院校: 上海交大，广东邮电职业技术学院，北京石油化工学院，上海东华大学，南京化工技术学院

人才中介: 保圣那人才，肯耐珂萨，环球人力资源智库，吴江人力资源，上海外商投资协会，伯乐会

医药: 国药控股，国药大学，国药物流，恒瑞医药，海正辉瑞

其他: 阿里巴巴，衡水老白干，上海烟草，广州烟草，长沙烟草，首都机场，香港驻成都办事处，云梧高速管理中心，广贺高速管理中心，东北电力设计院，中建投科技广西分公司，DHL，上海聚龙加油站管理，上海老庙黄金，天津松尾贸易，国家电网，中国南方电网，东莞常平粤海水务，梅州粤海水务，郑州人寿保险，桐乡振石集团，合肥时代新媒体，株州中国中车，青岛中国中车，常州中国中车，南京中国中车，中国铁塔，宁波万华，交大南洋，海澜之家。

