

豆包+Seedance 2.0 做AI短剧

保姆级教程 - 从爆款题材到视频生成的完整流程

21万+

播放量

40-50%

完播率



教程概述与数据验证

完整工作流程

- 01 找爆款题材
- 02 生成完整剧本
- 03 设计角色形象
- 04 生成分镜视频
- 05 剪辑合成发布

☑ 真实数据验证



21万播放 · 完播率40-50% · 经过实战验证的完整流程

Seedance 2.0真人照片限制的 4个绕开方法

AI重新生成真人照片

01

把真人照片用AI工具重新生成一遍，可以修改衣服、换背景，AI生成的图片比较好过审

使用APP的创建分身

02

使用豆包APP的“创建分身”功能，适用于真人出镜的场景

转成手绘电影分镜风格

03

把照片转成手绘电影分镜插画风格，也可以做成三视图，AI更好识别特征

用角色代码代替人名

04

用校色A、B、C来代替人名，图片后加上“角色A”、“角色B”，不用具体人名

为什么选择豆包+Seedance 2.0组合

Seedance 2.0

✦核心优势

- ✓ 支持人物参考图，角色形象稳定
- ✓ 分镜控制精准，可控性强
- ✓ 口型完美，音效恰当
- ✓ 画面质量高，接近专业水准

⚠ 主要限制

- ✗ 单个视频限制15秒
- ✗ 需要后期剪辑拼接
- ✗ 真人照片生成有限制



豆包

✦核心优势

- ✓ 完全免费使用
- ✓ 剧本生成能力强
- ✓ 支持长篇内容创作
- ✓ 可生成完整分镜说明
- ✓ 内置Seedance 2.0插件

⚠ 使用建议

- ✓ 适合生成剧本大纲和台词
- ✓ 配合Seedance完成视频制作

组合价值：豆包负责内容创作（剧本、分镜、台词），Seedance 2.0负责视频生成（画面、口型、音效）。两者互补，形成从创意到成片的完整 workflow，且**完全免费**，是当前AI短剧制作的**最佳组合**。

STEP 1: 找爆款题材

爆过的还会爆

① 热榜查找热门话题

② 搜索已验证题材

③ 对标爆款账号

已验证爆款题材：霸总、真假千金



真假千金题材 - 豪门恩怨



高定礼服 + 美艳御姐风

STEP 2: 用豆包生成完整剧本

以真假千金为例 · 从创作思路到完整分镜

01 输入创作思路

1. 你的起点C 2. 剧本类型: 都市爱情 3. 总集数: 15集 4. 核心故事: 【风格】豪门恩怨 (High Society), 真假千金梗, 极致反转, 撕绿茶爽文, 高定礼服, 美艳御姐风, 5. 标签受众: 通用。

【状态摘要 v1.0】 已锁定

Step1 创意定型 · 完成

- 起点: C 已有完整创意
- 类型: 都市爱情 + 豪门恩怨
- 总集数: 15 集
- 核心故事: 真假千金梗, 极致反转, 撕绿茶爽文, 高定礼服, 美艳御姐风
- 受众: 通用

【Step2 全剧设计 · 自动生成】

一、全剧大纲 (15 集节奏)

1. 真千金流落民间, 被找回豪门, 初入豪宅受尽冷眼
2. 假千金伪装善良, 暗中使绊, 众人皆被蒙蔽
3. 真千金假意天賦, 惊艳全场, 初步动摇假千金地位
4. 假千金设计陷害, 真千金陷入危机
5. 男主登场, 识破阴谋, 对真千金产生兴趣
6. 真千金开始反击, 小试牛刀打脸绿茶
7. 豪门宴会高潮, 真千金逆袭高定礼服镇压全场

发消息或输入厂选择技能

快速 PPT 生成 剪辑写作 思维导图 视频生成 小程序 更多

02 生成剧本大纲

《御姐归来：真假千金的豪门对决》第 1-5 集剧本

剧本基础信息



- 剧名: 《御姐归来：真假千金的豪门对决》
- 类型: 都市爱情 + 豪门恩怨
- 集数: 第 1-5 集 (共 15 集)
- 受众: 通用
- 格式: AI 视频适配 (景号 + 时长 + 场景 + 镜头 + 台词 + 音效 + 字幕)

第 1 集：尘埃里的真千金

景号	时长	场景	镜头	台词	音效	字幕
1	0:00-0:08	苏家豪宅	全景→近	(苏晚穿着荷	豪门环境	真千金失落

03 生成角色设定

二、核心人物

1. 女主：苏晚

- 身份: 真千金, 前期隐忍, 后期美艳御姐
- 人设: 智商在线、气场强大、有仇必报、穿搭高级
- 核心: 从尘埃回归王座, 手撕仇人, 搞事业 + 谈恋爱

2. 女配 (反派)：林薇薇

- 身份: 假千金
- 人设: 表面温柔单纯, 实则心机绿茶、嫉妒心极强
- 核心: 靠窃取人生活着, 最终全盘皆输

3. 男主：顾景辰

- 身份: 顶级豪门总裁、女主坚定支持者
- 人设: 冷漠腹黑、眼光毒辣、只对女主温柔
- 核心: 鉴妹达人, 全程帮女主撑腰

4. 苏家父母

- 前期偏心假千金, 后期追悔莫及

三、世界观与风格

- 背景: 顶级豪门圈、高定时尚、商业酒会、豪宅名车
- 风格: 美艳御姐 + 爽文打脸 + 豪门拉扯 + 极致反转
- 爽点密集: 鉴妹、反击、逆袭、换装、当众打脸、手撕绿茶

STEP 3: 设计核心人物形象

人物颜值和气质占短剧吸引力的一半

- ◆ 用豆包生成人物设定（身份、人设、核心故事）
- ◆ 编写详细提示词（服装、发型、气质、背景）
- ◆ 生成2-3张不同角度、表情的参考图
- ◆ 工具选择：豆包、Seedream 4.5、MJ V7、Nano Banana Pro



STEP 4: 用Seedance生成分镜视频

① 打开豆包APP（网页版只能上传1张图）

② 选择Seedance 2.0功能

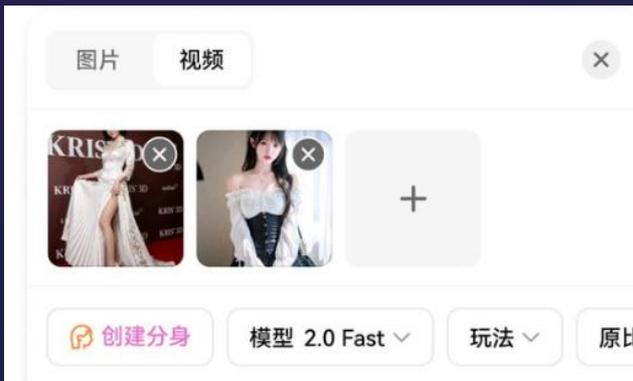
③ 上传人物参考图（多张）

④ 输入剧情提示词（从剧本复制）

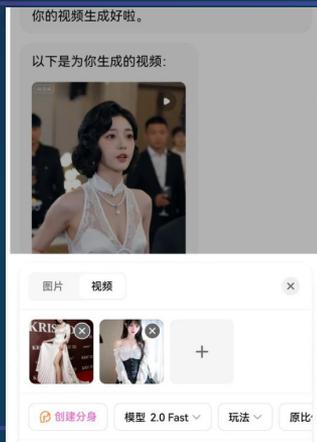
⑤ 点击生成，等待几分钟

⑥ 口型完美对上，音效恰到好处

① 创建分身 / 选择模型



② 上传参考图 / 输入提示词



STEP 5:

剪辑合成最终视频

- ① 导入多个15秒视频到剪映
- ② 调整播放速度（加快或减慢）
- ③ 剪掉多余或重复的镜头
- ④ 添加字幕（识别语音自动生成）
- ⑤ 调整音效和背景音乐
- ⑥ 添加转场效果（可选）
- ⑦ 导出高清视频（1080p）

剪映剪辑界面



☑最终成品视频



实战经验总结（一）

经验 01

剧本钩子设计：前3秒决定成败

抖音用户平均停留时间只有1.5秒，如果前3秒无法抓住注意力，视频会被快速划走。开头必须有强烈的冲突、悬念或反常识信息，让观众产生“想知道后续”的欲望。

- ✓ **冲突型开头：** “你敢再说一遍？”（激烈对话）
- ✓ **悬念型开头：** “我发现了一个秘密...”（引发好奇）
- ✓ **反常识开头：** “年薪百万的人都在做这件事”（颠覆认知）
- ✓ **情感型开头：** 突然哭泣、愤怒的画面（情绪共鸣）

案例：原教程中的21万播放视频，开头就是“我发现了一个用AI做短剧的方法，完全免费”，直接点明核心价值，吸引目标用户。

经验 02

角色稳定性：保持形象一致的关键

AI生成视频最大的挑战是 **角色形象在不同场景中容易变化**。解决方法：

- ✓ **固定参考图：** 每次生成都使用同一张角色参考图
- ✓ **统一提示词：** 角色描述要完全一致（服装、发型、年龄）
- ✓ **角色命名法：** 用“角色A”、“角色B”代替人名，避免触发敏感词
- ✓ **分身功能：** 真人出镜场景使用Seedance APP的“创建分身”

技巧：在Seedance中，每次 图片时都上传同一张参考图，并在提示词中明确“保持角色A的形象不变”，可大幅提升稳定性。

实战经验总结（二）

经验 03

完播率优化：提升推荐的核心指标

抖音算法最看重 **完播率（用户看完视频的比例）**。原教程中的案例完播率达到 **40-50%**，远高于行业平均 **15-20%**。提升完播率的关键：

- ✓ **控制时长：** 60-90秒最佳，太长会降低完播率
- ✓ **节奏紧凑：** 每3-5秒一个信息点，不拖沓
- ✓ **悬念设置：** 中间埋伏笔，结尾才揭晓答案
- ✓ **字幕引导：** 关键信息用字幕强调，引导继续观看

数据参考：原教程案例21万播放，完播率**40-50%**，远超行业平均水平，证明方法有效。

经验 04

测试与合规：避免违规的关键

AI生成内容容易触发平台审核，必须 **先小范围测试，确认合规后再大规模发布**。注意事项：

- ✓ **内容审核：** 避免暴力、色情、政治敏感内容
- ✓ **版权问题：** 不使用真人照片，避免肖像权纠纷
- ✓ **音乐合规：** 只用抖音音乐库，避免版权音乐
- ✓ **小号测试：** 新账号先发1-2条测试，观察审核结果

建议：每次发布前，用小号测试**24**小时，确认无违规后再用主号发布。避免主号被限流或封禁。

工具 + 内容 = 机会窗口

豆包和Seedance 2.0的组合，让**零成本制作专业级AI短剧**成为可能。但工具只是基础，**内容创意和执行力**才是决定成败的关键。

豆包（剧本） + Seedance 2.0（视频） + 剪辑（合成） = 爆款短剧



立即开始

不要等待完美时机，先做出第一个短剧，在实践中学习和优化。



持续迭代

分析数据，优化选题、剧本和剪辑。每次发布都是一次学习机会。



建立矩阵

成功后批量复制，建立账号矩阵，扩大影响力和商业价值。

AI短剧的机会窗口不会永远存在，现在就是最好的时机！