

溯源深挖法：通用研究推理方法论

著作权人：梁霁舟
作品类型：文字作品

溯源深挖法 · Trace-Dig Method

****结论是入口，不是答案。****

一套通用的研究推理方法论：任何领域的问题挖掘（市场分析 / 用户研究 / 技能设计 / 产品定位 / 消费心理），都可以用它从"二手结论"一路溯源到"可行动的根因"。

为什么需要它：直接搜结论会被二手信息带偏——结论可能是营销话术、样本偏差、过时数据。溯源深挖法把"搜结论"变成"挖链条"，直到挖到能指导行动的那一层。

![badge](https://img.shields.io/badge/方法论-通用推理-brightgreen)
![badge](https://img.shields.io/badge/证据分级-▣▣▣-blue)
![badge](https://img.shields.io/badge/适用-市场/研究/产品/技能-orange)

快速上手（30 秒）

目标问题（先分层：对象分层 / 问题分层）
|
第1层 搜结论（现有说法）→ 只作参考，不采信
第2层 溯源：这个结论由什么得出？（依据不可查 → 弃用）
第3层 挖机制：为什么会这样？（心理/经济/社会机制）
第4层 挖根因：这个机制为什么存在？
收敛 挖到"可行动"为止（能指导决策的那一层）

每挖一层必做三件事：① 分析这层需要什么资料 → ② 按需检索 → ③ 证据分级标注（▣数据 / ▣研究 / ▣推测）。

四条纪律（防翻车）

- **结论只作假设****——任何引用结论先看依据，依据不可查 → 不采信
- **挖到可行动就停****——不是无限深挖，能转化为决策即收敛
- **防结论幻觉****——区分"别人说的"和"验证过的"，同一结论多源交叉（≥2 独立来源）
- **不确定标注****——推测部分明确标"推测"，不混入事实陈述

与三种思维方式的结合

视角	侧重	用法
大众视角	目标群体的普遍心理/行为	第1-2层主力（结论+依据）
高效思维	机制与本质	第3-4层主力（机制/根因）

视角	侧重	用法
自我追问	适用性与边界	收敛层（可行动检查）

三视角交叉：共识点 = 最该采信；分歧点 = 最该验证。

使用示例

示例 A：消费心理（分层客群 × 溯源深挖）

目标：小众手工轻奢品牌的三层客群各缺什么

- 客层① 普通年轻人：表层"买好看不贵" → 溯源"悦己消费报告" → 机制"即时犒赏" → 根因"压力补偿" → **行动：小物线做零压力入门**
- 客层② 中产通勤：表层"品质+身份感" → 机制"通勤体面" → 根因"中产焦虑" → **行动：通勤线做克制高级感**
- 客层③ 高净值：表层"独特+手工价值" → 机制"反撞衫/共创" → 根因"消费主权" → **行动：定制线"另一半由你完成"**

示例 B：技能设计

目标：某个 AI skill 应该怎么做

- 第1层：搜"skill 怎么做"的结论 → 参考
- 第2层：溯源依据（官方工程博客/课程）→ 采信有依据的
- 第3层：挖机制（为什么渐进式披露？→ token 效率 + 触发准确）
- 第4层：根因（agent 上下文有限 → 按需加载是最优解）
- **收敛：八阶段 SOP**

目录

```
trace-dig-method/  
├── README.md      # 本文件（快速上手）  
├── method.md      # 方法论完整版（核心思想/流程/三件事/纪律/结合）  
├── examples/  
│   ├── consumer-psychology.md # 示例A：消费心理完整链条  
│   └── skill-design.md       # 示例B：技能设计完整链条  
└── LICENSE        # CC BY 4.0
```

谁在用

- AI 研究助手：把溯源深挖作为统一挖掘工具，每层按需检索 + 证据分级
- 产品/市场从业者：深挖客群、验证结论、防结论幻觉
- 学习者：训练"结论→依据→机制→根因"的思考链路

☑ 如果这个方法论对你有用，点个 star 帮助更多人找到它。

License

[CC BY 4.0](LICENSE) — 署名即可自由使用、修改、分享。

溯源深挖法（通用研究方法论）

版本：V1.0 | 2026-08-13 | 作者：梁霁舟

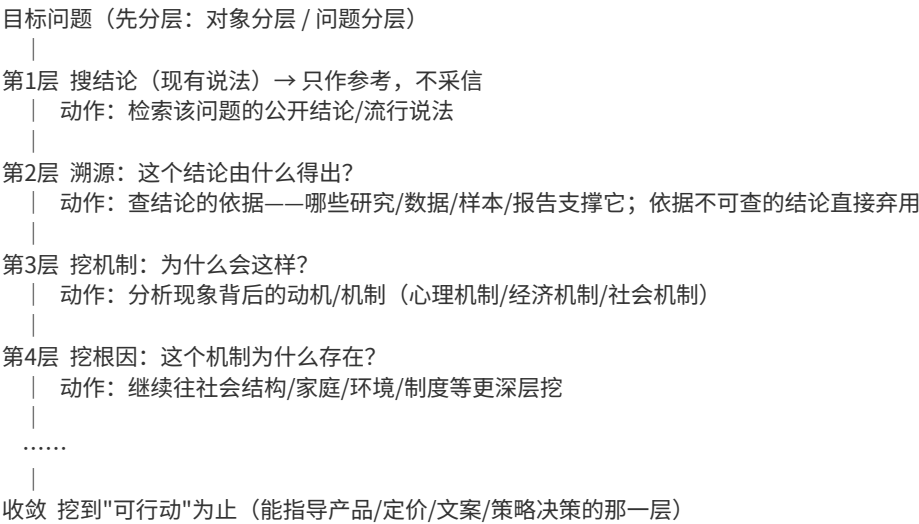
性质：通用思维方法。任何领域的问题挖掘（消费心理/市场分析/技能设计/产品定位/用户研究）都可以用。

一、核心思想

结论是入口，不是答案。

直接搜结论会被二手信息带偏（结论可能是营销话术、样本偏差、过时数据）。正确做法：以结论为线索，逐层溯源到"得出这个结论的依据"，再往依据里挖机制和根因——直到能指导行动的那一层。

二、流程（逐层深挖）



三、每层必做三件事

- **分析这层需要什么资料****：这一层的问题要回答，需要哪类资料？（研究报告/基础数据/一手访谈/历史资料）
- **按需检索****：去搜对应资料（web/知识库/订阅库），而不是笼统搜
- **证据分级标注****：本层结论标为——
- ☒ 数据支撑（有可查的统计数据/实验数据）
 - ☒ 研究支撑（有学术研究/权威报告）
 - ☒ 合理推测（逻辑推演，无直接证据）

四、四条纪律

****结论只作假设****：任何引用结论先看它的依据；依据不可查 → 不采信，标"待验证"

****挖到可行动就停****：不是无限深挖，挖到能转化为产品/策略决策的那一层即收敛；继续挖边际收益递减

****防结论幻觉****：区分"别人说的"和"验证过的"；同一结论多源交叉（至少 2 个独立来源）

****不确定标注****：每一层的推测部分明确标出"推测"，不混入事实陈述

五、与三种思维方式的结合

视角	侧重	用法
大众视角	目标群体的普遍心理/行为	第1-2层主力（结论+依据）
高效思维	机制与本质	第3-4层主力（机制/根因）
自我追问	适用性与边界	收敛层（可行动检查）

三视角交叉：各挖一层 → 共识点 = 最该采信；分歧点 = 最该验证。

六、产出格式

一次溯源深挖的输出应为结构化链条：

- 目标问题： _____
- 客群/对象分层： _____
- 第1层 表层结论： _____（来源： _____， 证据： ☒）
- 第2层 溯源依据： _____（来源： _____， 证据： ☒/☒）
- 第3层 机制： _____（证据： ☒/☒）
- 第4层 根因： _____（证据： ☒/☒）
- 收敛 可行动结论： _____（对应客群/场景的动作）

示例A：消费心理（分层客群 × 溯源深挖）

目标：小众手工轻奢品牌的三层客群各缺什么

△☒ **教学演示声明**：本示例用于展示溯源深挖法的格式与流程，各层标注（☒/☒）为**示意**——展示"证据分级"应该怎么标，不代表本示例已完整溯源。真实使用时，每个 ☒ 必须给出可查证的具体来源（报告名称/链接/数据出处），☒ 需注明研究/理论依据，☒ 明确标注推测。完整溯源示例见 method.md 的纪律条款。

客层① 普通年轻人（几百元）

- 第1层 表层结论：买好看不贵的小东西 ☒
- 第2层 溯源：悦己消费报告 ☒
- 第3层 机制：即时犒赏 ☒
- 第4层 根因：压力补偿 ☒
- **收敛 可行动：小物线做零压力入门（低门槛、即时满足）**

客层② 稍有钱（1000+）

- 第1层 表层结论：品质 + 身份感 ☒
- 第2层 溯源：轻奢消费研究 ☒
- 第3层 机制：通勤体面 ☒
- 第4层 根因：中产焦虑（怕廉价怕浮夸）☒
- **收敛 可行动：通勤线做克制高级感（不张扬、耐用、讲得出故事）**

客层③ 高净值（手工轻奢）

- 第1层 表层结论：独特 + 手工价值 ☒
- 第2层 溯源：独特性需求理论 / IKEA 效应 ☒
- 第3层 机制：反撞衫 / 自我表达 / 共创 ☒
- 第4层 根因：消费主权意识 ☒
- **收敛 可行动：定制线"另一半由你完成"（参与共创、独一份）**

示例B：技能设计（AI skill 怎么做）

目标：某个 AI skill 应该怎么做

- 第1层：搜"skill 怎么做"的结论（官方指南等）→ 只作参考
- 第2层：溯源这些结论的依据（官方工程博客/课程）→ 采信有依据的部分
- 第3层：挖机制——为什么渐进式披露？→ token 效率 + 触发准确性
- 第4层：挖根因——agent 上下文有限 → 按需加载是最优解
- **收敛：八阶段 SOP（Use Case → 检索 → 方案确认 → 拆解 → 实践验证 → 沉淀 → 归档 → 蒸馏）**

推论：什么样的 skill 是好 skill

- 触发条件清晰（什么时候该用，什么时候不该用）
- 内容按需加载（不把所有知识堆在上下文里）
- 有明确的输入/输出契约
- 可验证（有 SOP、有验收标准）
- 可迭代（版本管理、经验蒸馏回流）