

抖音短视频脚本模板：10个经过验证的爆款结构

抖音运营 10分钟阅读2026-08-15

10个可直接套用的抖音短视频脚本模板，包含痛点型、反常识型、清单型、故事型等结构，每个附开场白话术和内容框架，照着写就能提升完播率。

为什么你的视频总是划走？因为缺一个好结构

很多人拍抖音想到什么说什么，开头没有钩子、中间没有节奏、结尾没有引导，观众3秒就划走了。爆款视频不是靠灵感，而是靠经过验证的结构。

这10个脚本模板是从大量高赞视频中提炼出来的，适用于知识分享、产品种草、本地生活等几乎所有领域。照着框架填内容，完播率至少提升30%。

模板1：痛点共鸣型

结构：痛点描述→放大痛苦→给出方案→行动引导

开场白："有没有人跟我一样，[具体痛点]？" / "你是不是也经常[痛点场景]？"

示例：

- (0-3秒) "做餐饮的老板有没有发现，今年的团购券卖得越多，利润反而越低？"
- (3-15秒) "因为9.9引流来的都是薅羊毛的，吃完就走，不复购、不充值....."
- (15-45秒) "其实问题不在团购，而在你没设计好引流款和利润款的组合....."
- (45-60秒) "关注我，下期讲具体怎么设计套餐结构。"

适用：知识分享、问题解决、B2B服务

模板2：反常识型

结构：抛出反常识观点→解释原因→给出证据→重新定义认知

开场白："你一直以为的[常识]，其实是错的。" / "90%的人都搞错了，[反常识观点]。"

要点：观点必须真正反直觉但有事实支撑，不能为了反而反。前3秒必须制造认知冲突。

适用：知识科普、行业揭秘、专业服务

模板3：数字清单型

结构：总起数字→逐条展开→总结+引导

开场白："[数字]个[做某事]的方法，第[X]个最容易被忽略。" / "做[某事]一定要记住这[数字]点，尤其是最后一个。"

示例框架："开餐馆必看的3个选址要点：第一，不要选转让费太高的铺面.....第二，注意周边业态互补.....第三，也是最重要的，看人流而不是看人流量....."

技巧：数字用3、5、7，太多记不住。每讲完一条用'第二点'提示进度，提升完播率。

适用：教程、攻略、盘点

模板4：前后对比型

结构：展示'之前'的糟糕状态→做了什么改变→展示'之后'的好结果

开场白："之前[糟糕状态]，自从用了这个方法，现在[好结果]。"

要点：视觉对比越强烈越好。画面上直接展示before/after，配合文字标注。适合装修、美容、健身、整理收纳等视觉效果强的领域。

适用：产品效果展示、服务案例、改造类内容

模板5：故事型

结构：人物+目标→遇到困难→转折/方法→结果→道理

开场白："我有一个客户/朋友，[背景]，他[遇到什么问题]....." / "去年这个时候，我[困境]，直到有一天....."

要点：故事要有具体细节（数字、对话、场景），不要笼统。前5秒要建立人物和冲突，让观众想知道结果。

适用：品牌故事、客户案例、创业分享

模板6：教程步骤型

结构：承诺结果→分步教学→常见错误→总结

开场白："30秒教你[做某事]，建议先收藏。" / "学会这招，[效果]，比[常见做法]强10倍。"

要点：步骤不超过5步，每步一个画面操作。关键步骤用文字标注在画面上。结尾提醒'收藏起来慢慢看'，提升收藏率（收藏是高权重互动）。

适用：实操教程、使用指南、技巧分享

模板7：提问互动型

结构：抛出有争议/选择困难的问题→给出2-3个选项→分析利弊→引导评论

开场白："买[产品]，选A还是B？90%的人都选错了。" / "你们觉得[争议话题]？评论区告诉我。"

要点：问题必须有讨论空间，不能是显而易见的答案。在视频中分别分析各选项，最后给出你的建议，但鼓励观众表达不同意见。

适用：产品对比、行业话题、消费决策

模板8：权威背书型

结构：身份/数据建立权威→揭示行业内幕→给出专业建议

开场白："做了[X]年[行业]，我来告诉你一个行业里不会公开的秘密....." / "根据[权威机构/数据]，[结论]，但很多人还不知道。"

要点：用真实数据和经历建立可信度。揭示'内幕'要真实，不能编造。穿着和环境要匹配你的专业形象。

适用：专业服务、B2B、高客单价产品

模板9：日常vlog型

结构：日常场景切入→自然带出产品/服务→真实互动/反馈

开场白："今天带大家看看[场景]....." / "带你们看看[产品/服务]是怎么做出来的。"

要点：不要像广告，要像随手记录。展示真实的工作环境、生产过程、客户互动。适当有"不完美"反而更可信。

适用：工厂展示、门店日常、老板人设

模板10：紧迫感型

结构：时间/数量限制→展示价值→给出行动指令

开场白："[时间]前必须[做某事]，否则[负面后果]。" / "只剩[数量]了，[产品/优惠]，手慢无。"

要点：紧迫感必须真实（真实的截止日期、真实的库存），不能虚假造势。适合直播预热、限时活动、节日促销。

适用：促销活动、直播预告、限时优惠

脚本写作的通用规则

要素	规则
前3秒	必须有钩子：提问/反常识/利益/痛点
语速	比正常说话快20%，保持节奏感
句子长度	每句不超过15字，口语化
画面	每5-8秒切换一次画面或角度
字幕	必须有！重点内容放大或变色
结尾	引导一个动作：关注/点赞/评论/点击链接

从脚本到成片的流程

1. 选一个模板，用填空方式写出脚本（不超过200字）
2. 标注每个时间段的画面和字幕
3. 拍摄：用手机，注意光线和收音
4. 剪辑：剪映加字幕、背景音乐、转场
5. 写标题和文案：包含关键词和话题标签
6. 发布：选对时间，添加位置/商品链接
7. 复盘：24小时后看完播率和互动数据

写在最后

模板不是限制创造力，而是帮你把注意力从"怎么组织内容"解放出来，专注于"内容本身是否有价值"。

建议把这10个模板保存下来，每次拍视频前选一个套用。拍20条以后你会自然形成自己的节奏，到时候可以灵活变通。

如需具体方案，可以联系我们（13266110769）。