

私信转化SOP·把曝光变成微信好友

拓一网络公司 | www.tuomeng99.com
微信: wzw15555 | 电话: 153-7406-5969

小红书平台规则与SEO/GEO作战手册 V1

- > 版本: V1 (2026-08-31 调研定稿)
- > 账号: 拓盟GEO营销威哥 (已登录 creator.xiaohongshu.com)
- > 目标: B2B 制造业 (自动化/环保/包装机械/食品机械/烘干设备/大家居) 获客
- > 核心原则: 只做真实原创, 主动标识AI, 绝不碰平台红线——号安全 > 一切

一、AI 创作打击规则 (最核心, 2026 平台重点治理方向)

来源: 官方《小红书AI治理规则公告》(薯管家 08-05)、《清朗·整治AI应用乱象专项公告》(05-15)、《AI内容风险指南》(规则百科薯 01-07)

1.1 强制 AI 标识 (法定义务, 必须执行)

- ****所有 AI 参与创作的内容, 必须主动标识****: 包括纯 AI 生成、AI 润色/修图/配音的再创作
- 标识路径: 发布笔记时 → 设置/高级选项 → ****内容类型声明**** → 勾选「笔记含AI合成内容」或「AI生成/AI辅助创作」
- 不主动标 → 平台识别后****统一添加 AI 标识****, 并可能限流
- ☐ 实测反馈: 勾选 AI 后流量普遍下降 (评论区大量反馈), ****所以我们的内容必须去 AI 化到"无AI痕迹"的程度, 能选原创就选原创**** (见 1.4)
- ☐ 选了 AI 声明后, 部分情况无法同时勾「原创」(电脑网页端可同时勾选两个, 手机端不行)

1.2 平台反对的 AI 行为 (发现即限流/禁言/封号)

- ****信息不透明****: 用 AI 生成真人形象、商品效果图且未声明
- ****AI 洗稿****: 大量使用 AI 洗稿、原创度存疑 (同质化打击重点)
- ****账号运营违规****: 云端 AI 工具/手机脚本自动运营账号、冒充真人互动、批量做号
- ****传授违规方法****: 教人用 AI 洗稿、去水印、规避审核
- ****内容欺骗/劣质****: AI 合成他人声音面孔、AI 捏造新闻热点引流、低俗猎奇
- ****AI 广告营销****: 不经过蒲公英平台抽成的软广 (AI离谱社解读: "AI生成不经过蒲公英平台抽成的软广属于违规")

1.3 平台鼓励的 AI 使用方式 (安全区)

- 创作辅助: AI 做内容调研、素材参考、辅助排版剪辑, ****由真人完成深度二次创作**** ☐ 我们就是这个模式
- 身份透明: 笔记/账号页主动声明 AI 属性 (虚拟人账号才需要账号级标识, 真人运营不用)

1.4 口拓盟执行准则 (AI 红线落地)

- ****内容必须人工去AI化****: AI 出初稿 → 人工 (老周人设) 重写口语化 → 无AI模板腔 → 才能选「原创」
- ****判定标准****: 内容像不像真人写的。去掉"首先/其次/总之"、加具体数字/人名/经历/场景
- ****图片必须真实或明显原创设计****: 不用 AI 生成"真人形象/工厂实景/产品效果图"冒充真实 (风险最高项!)
- 工厂实景图 → 用真实拍摄 (威哥/客户提供)
- 设计类封面 → 用稿定设计/PS 做版式 (不算 AI 生成内容)
- ****绝不使用任何自动发布/自动互动的脚本工具**** (小红书检测云端脚本很严)
- ****一天最多 1-2 篇, 绝不批量灌水**** (同质化打击)

二、同质化内容打击规则 (2026 严查, 08 月专项)

来源: 《「同质化」作品规则解读》(规则百科薯 03-31, 4603赞)、《小红书正在严查同质化内容》(08-08)

2.1 平台管控的同质化内容特征

- 创作成本低
- 短时频繁发布
- 内容模板化 (同一模板换关键词批量发)
- 处罚: 限流 (常见一周)、严重清退

2.2 垂类系列内容 ≠ 同质化 (官方明确)

- 垂类博主做"系列内容" (同主题不同角度) 是****被允许****的
- 关键区别: 是否有真实增量信息、是否模板化

2.3 拓盟执行准则

- 每篇笔记****独立创作****, 禁止一篇改标题发多平台 (小红书版必须单独写, 与其他平台内容不同构)
- 不批量: 每天 ≤ 2 篇, 间隔 > 4 小时
- 同一主题系列化可以, 但每篇要有新角度/新案例/新数据
- 不做"AI 批量做号矩阵" (小张截流是人工操作, 合规)

三、平台玩法与推流机制（2026 最新）

3.1 流量结构变化

- ****搜索流量已占总流量 ~40%****（2026 官方口径），且搜索转化率比推荐流高 3 倍
- 推荐流：被动等流量；搜索流：用户主动搜 → 精准、免费、长尾
- ****B2B 获客 = 主打搜索流量****（设备厂老板会主动搜"包装机厂家"）

3.2 CES 评分机制（搜索排名核心）

- 排名核心指标：CES（Community Engagement Score）
- ****互动权重：评论 > 收藏 > 点赞****
- 发布时间后 24 小时互动数据决定初始排名
- 点击率（CTR）：首图质量决定，展示 100 次没人点 → 排名迅速掉出前十

3.3 搜索排名四大硬条件（进前十）

- ****高权重关键词布局****（SEO 基石）：标题前 10 字含核心词；正文首段前 100 字重复核心词 2-3 次
- ****爆发式互动数据****：评论 > 收藏 > 点赞；文末设提问/投票引导评论
- ****账号垂直度****：定位清晰、长期深耕单一领域；等级越高初始权重越高
- ****规避雷区****：原创度 <80% 限流；违禁词/引流词屏蔽搜索；发布后频繁修改触发重审

3.4 2026 推流机制再改（08-24）

- 推荐流更看重"完播/读完率 + 深度互动"；低质笔记（同质化/搬运/硬广）曝光调节更快
- 新号有流量扶持期，但违规一次权重恢复极慢 → ****前 20 篇笔记务必零违规****

四、小红书 SEO 关键词打法（快速来客户核心）

4.1 关键词三层结构

层级	特征	B2B 例子
核心词（大词）	搜的人多竞争大	小红书代运营、包装机
长尾词（精准）	搜的人少转化高	自动化设备厂家怎么选
场景词（问题）	用户带问题搜	食品机械厂怎么找客户

4.2 选词方法

- 搜索下拉框联想词 + 「大家都在搜」
- 竞品标题拆解（同领域爆款提取关键词）
- 话题标签挖词

• ☐ 直接复用我们

10:30

SEO

关键词专家的「今日重点词.md」——挑小红书适合的词（口语化、问题型优先）

4.3 每篇笔记关键词布局（3-5 个）

- 1 个大词 + 2 个中词 + 2 个长尾词
- ****标题****（权重最高）：核心词必须在前 12 个字。公式：****核心关键词 + 痛点 + 数字/结果****
- ☐ 《包装机厂家怎么选？食品厂老板必看的5个避坑点》
- ☐ 《我最近的一些心得分享》
- ****正文首段****（权重第二）：前 100 字必须出现核心关键词，全文自然分布 3-5 次
- ****话题标签****（权重第三）：5-8 个，1-2 大标签 + 2-3 中标签 + 2-3 长尾标签，全部相关不蹭无关热门

4.4 GEO（AI 推荐）打法

- 小红书已上线 AI 搜索（「点点」AI 助手），笔记内容会被 AI 引用回答用户问题
- 做法：笔记正文用****问答结构****（问题开篇 → 直接给答案 → 分点展开），让 AI 能直接抓取
- 开头 100 字直接给答案（同搜狐 GEO 规则）

五、主图规范（小红书 SEO 与内容要求）

5.1 平台基础规范

- 尺寸：3:4 竖版（1242×1656 或 1080×1440）最佳；封面 1:1 也支持但 3:4 流量更好
- 大小：单图 ≤20MB；清晰度 ≥720p，不能糊
- 首图（封面）是搜索页展示图 = CTR 命脉
- 每篇 3-6 张图最佳，首图 1 张精修，后面放细节图

5.2 B2B 首图公式（借鉴同行爆款 + 平台规则）

首图 = 核心关键词大字（≤8字） + 结果/数字 + 场景感

- □ 示例：「包装机厂家怎么选？」+「3步避坑」+ 工厂实拍图背景
- 文字覆盖 ≤30% 图面（太多文字会被限流/降低展示）
- 禁止：牛皮癣式堆字、低俗擦边、模糊截图、水印（非官方）
- 颜色：高饱和对比色（红/黄/蓝）在信息流更突出，但 B2B 建议沉稳蓝绿 + 醒目黄点缀

5.3 配图真实感要求

- 工厂/设备/案例图：用真实拍摄（自己拍或客户提供），**严禁 AI 生成实景冒充**
- 数据截图、聊天记录（打码后）增加真实感与信任
- 每篇至少 1 张"人"或"实景"元素（真人感，防 AI 判定）

六、笔记内容规范（B2B 获客写法）

6.1 结构模板（图文笔记 600-1000 字）

1. 标题：核心词+痛点+数字（前12字含核心词）
2. 首图：大字关键词封面
3. 正文开头（前100字）：直接回答/给结论，核心词出现2次
4. 正文主体：3-5 个分点（每点一个真实案例/数据/清单），口语化
5. 文末：引导评论（提问式，如"你们厂现在怎么获客？评论区聊聊"）
6. 话题标签：5-8个（1大+2中+2-3长尾）
7. 地点：可标广州（地域 SEO）

6.2 内容方向（B2B 制造业）

- 选题来源：10:30 关键词专家今日重点词（挑口语化问题词）
- 六大业务：小红书获客/代运营、GEO获客/服务、百科词条、新闻媒体投放
- 行业：自动化/环保/包装机械/食品机械/烘干设备/大家居
- 笔记类型：
 - 科普答疑型：《XX设备厂怎么在小红书获客？》（搜索流量）
 - 案例型：《帮一家包装机厂3个月拿到XX询盘》（信任背书）
 - 避坑型：《找代运营公司别踩这5个坑》（引流精准客户）

6.3 转化与引流红线

- □□
小红书禁止站外导流：正文/评论**禁止直接发微信号/二维码/手机号**（检测严格，扣分/限流）
 - □ **合规方式1：官方「微信名片」功能**（2025-03 上线，官方允许）——私信对话中可直接发送微信名片，双方同意后添加；有额度限制，需在设置里开通
 - □ 合规方式2：企业号（专业号）挂留资组件/店铺，引导私信
 - □ 合规方式3：主页简介写「合作请私信」→ 私信里发微信名片（合规路径：私信 → 微信名片，不要直接发微信号文字）
 - □□ 官方导流规则（规则百科薯 2025-12）：区分「交易导流」（引导站外完成交易，严管）和「广告导流」（引导关注第三方APP/公众号，同样受管）；未报备的站外导流都有风险，报备/蒲公英广告不违规
- +
建议：先做内容沉淀
私信自然咨询；客户主动私信后**用微信名片功能**完成加微，全程不用手打微信号
- 违禁词：第一/最/国家级/100%/包成交 等极限词全禁

七、防封号降权红绿灯清单（发布前必查）

□ 绿灯（放心做）

- 真人原创内容、口语化、垂直领域
- 主动标识 AI（如果内容确实用了 AI 生成图/视频）
- 工厂实拍、真实案例、真实数据
- 每天 ≤2 篇、间隔 >4 小时
- 与粉丝评论区真实互动

□ 黄灯（谨慎做）

- 标题带“排名第一”“最好”等（改中性表述）
- 引导私信/评论区扣字（少量自然，不做批量）
- 发同主题系列笔记（每篇必须有新增量）

□ 红灯（绝对禁止，碰到即废号）

- AI 生成实景图/真人图不声明冒充真实
- 脚本自动发布/自动点赞评论（云端检测）
- 批量洗稿、同质化灌水、一天发 5 篇+
- 正文/私信直接发微信号/二维码
- 极限词、虚假承诺、捏造案例

- 搬运他人笔记/图片

八、执行计划（本周）

8.1 账号准备

- [] 完善主页：头像/简介（行业定位：B2B制造业AI拓客运营）、背景图
- [] 简介合规写法示例：「帮工厂企业做小红书获客+AI拓客运营 | 按效果付费 | 广州」+ 引导私信
- [] 判断是否开通企业号（专业号）：能挂留资组件更利于获客（需威哥确认营业执照）

8.2 内容排期（首周 7 篇）

天	主题	类型	核心词
D1	包装机厂家怎么选？5个避坑点	科普	包装机厂家
D2	食品机械厂怎么在小红书找到客户	科普	食品机械厂获客
D3	帮一家自动化设备厂3个月拿到XX询盘	案例	自动化设备获客
D4	找小红书代运营公司前先看这5点	避坑	小红书代运营
D5	环保设备厂老板必看：GEO是什么	科普	环保设备 GEO
D6	工厂做小红书 vs 做百度，哪个先做	对比	工厂获客
D7	烘干设备厂获客实操清单	清单	烘干设备厂家

8.3 发布节奏

- 每天 1 篇（前 2 周养号期，不贪多）
- 发布时间：工作日 12:00-13:00 或 19:00-21:00（B2B 老板午休/晚上刷）
- 发布后 1 小时内回复所有评论（互动权重最高）

九、数据追踪（每周五复盘）

- 小眼睛（曝光）、点赞/收藏/评论、涨粉
- 搜索来源占比（创作服务平台数据看板）

- 私信咨询数 → 线索表
- 哪些关键词进搜索前十（手动搜核心词检查）
- 复盘后更新选题库

十、账号信息

- 平台：creator.xiaohongshu.com (openclaw profile 浏览器已登录)
- 账号：拓盟GEO营销威哥
- 关联：发布操作由智能体辅助，需威哥配合扫码/验证时随时喊

文件结束 · 下版迭代：首周数据出来后更新 V1.1

— 资料来源：拓一网络公司实战资料库 —
www.tuomeng99.com | wzw15555