

Dan Koe—Twitter 增长专家、一人公司标杆

每天 2 小时，400 万粉丝，他是如何做到的？

没有团队，每天仅工作 2 小时，靠一套简单到人人都能学会的“AI 内容生产工作流”，在全网吸粉数百万，每年赚上百万美元。

成功案例、什么赚钱、顶、热点 这也能开播

Dankoe——Twitter 增长专家、一人公司标杆

评论区置顶评论：“Dankoe 有句话：『你的粉丝不是数字，是相信你的人。』你怎么理解这句话？”

每天 2 小时，400 万粉丝，他是如何做到的？

没有团队，每天仅工作 2 小时，靠一套简单到人人都能学会的“AI 内容生产工作流”，在全网吸粉数百万，每年获利百万美元。

今天“五个步骤”为你详细拆解他的内容生产工作流。如果你在内容创作、粉丝增长上遇到瓶颈，那么不妨试试他的方法。

他就是一人公司标杆、Twitter 增长专家、油管大神 dankoe。

和大多数迷茫的年轻人一样，dan 在成功之前经历了长达 7 年的低谷期，在这期间他尝试了包括：

代购、代理、品牌建设、搜索引擎优化、摄影、健身博主等，无一例外都以失败而告终。直到在网页设计领域取得一定成功后，dan 辞去了工作，就在那时他发现了 Twitter。Twitter 是以写作为基础，不用把时间花在视

觉效果或视频剪辑上。不必展示自己的身体，用自己的想法而不是外表建立事业。dan 发现自己也能写出同样的优质内容。那么是什么阻碍了 dan 做他们所做的事情？答案是“自己的限制性信念”于是，他悟了。从此开始了 Twitter 写作生涯。

Dan 每天写 3 篇推文，每周写 1 篇深度长文，录 1 个 YouTube 视频，这就是他一周的工作量。

听到这里，是不是有一种你上你也行的感觉？

区别在于，Dan 的所有内容都源于同一个核心的创意。他不是为每个平台单独创作，而是把一个核心的想法像变形金刚一样，适配到不同平台。

结果，就是一份时间投入，全平台收益。而多数人的做法是，某书一套，蝴蝶号一套，抖音再拍一套，这样只会累成狗，效果还差。

1. 以短文为核心测试爆款

首先是推特，因为它有 280 字符的限制。既然它是所有平台中的限制因素，这内容就可以轻松转移到任何其他平台。

Dan 每天固定写 2-3 条社交推文。这些推文就是他当天所有内容的“种子”。

Dan 的推文想法并非凭空而来，它们都经过验证，以确保有更高的成功率。

来源主要有两个：

1. 自己爆过的推文。
2. YouTube 上的爆款视频（只看标题和话题，不看内容）。

Dan 的源头统一策略，它不是一个简单的复制粘贴过程，而是一个以“数据验证”为指导、以“高效分发”为路径的完整工作流。

2. 多平台分发

Dan 会将当天所发推文中流量较好的帖子作为母体，然后通过最小化的调整，将其适配到不同平台的格式和用户习惯中，从而实现内容价值的最大化。

如图所示：

“核心创作每日 2-3 条推文”

平台分发

“推特直接发布”

“Threads/Instagram 文字版同步”

“Instagram/Linkedin 转为图文卡片”

“YouTube/长视频：推文作为视频脚本”

“播客：将文字稿作为脚本录制”

“短视频：剪辑精华片段”

全平台曝光与粉丝增长

有了核心推文后，Dan 会进行各个平台的适配：

1. 推特：直接发布原始推文。

2. Threads/Instagram 文字版：几乎原封不动地同步发布到这些以文字为主的平台。

3. LinkedIn/Instagram 图片版：将文字内容制作成精美的图片或图文卡片。他提到，加上图片后，曝光量会有显著提升。

4. YouTube/长视频：将推文或一系列相关推文组成的文字稿，作为视频的脚本。原话是这样说的，我打开相机，看着手机，读我最好的推文，对着镜头复述出来，可能再补充一点内容。

5. 播客：将文字稿作为播客的内容基础进行朗读和发挥。

6. TikTok/Reels/Shorts（短视频）：从 YouTube 视频或新闻稿中摘取最精华、最触动人心的 15-60 秒片段，制作成短视频。

这么做的道理是什么？

首先，效率是指数级的提升，这是直接的好处。一份核心创作时间投入，获得全平台的曝光和增长。

其次是，所有平台都传达同一个核心信息和世界观，这极大地强化了个人品牌的认知度和一致性。粉丝无论在哪个平台接触到 Dan，得到的都是统一的核心价值。

还有就是，由于所有内容都源于同一个经过深思熟虑的核心 idea，确保了内容质量的底线。不会因为平台多而分散精力，导致内容质量参差不齐。

3. 数据驱动的选题策略

这个策略的核心是，他从不凭空创造话题，而是让数据告诉你，什么内容会火。通过一套系统化的方法，

确保自己投入时间创作的每一个想法，在诞生之初就已经具备了比较高成功率。

如图所示：

“选题灵感来源”

“个人历史爆款

(如：高互动推文)”

“外部平台爆款

(如：YouTube 热门视频)”

“数据验证机制”

“验证逻辑”

“内部验证：

已在我自己的受众中

证明受欢迎”

“外部验证：

已在类似受众中

证明有市场需求”

“结论：此话题

具有高成功概率”

“执行：将该话题

进行扩展与变形

(写成新闻稿/视频等)”

他的验证来源哪里？可以分为这么 2 个方面：

1. 内部验证——挖掘自己的历史爆款

他的具体做法是，看自己过去发布的内容，找出那些已经获得了远超平均水平的点赞、转发和评论的帖子。

如果一个话题在你自己的现有受众中已经引起了强烈共鸣，那么将它深入扩展成一期深度长文、一个视频，

成功率极高。因为你已经完成了最小规模的市场测试。

2. 外部验证——借鉴平台的爆款话题

这是用于发现新话题、扩大内容边界的主要方法。

具体做法是：

- 找到所在领域（或想进入的领域）的成功创作者。
- 去他们频道，筛选“最受欢迎”的视频。
- 记录下 10 个你认为自己可以重新创作的视频标题/话题。

道理很简单，如果一个内容有几十万或数百万的观看量，这本身就证明了这个话题拥有巨大的市场需求和受众基础。

这里的秘诀是，他特别强调，你不要去看那些视频，

也不要窃取视频里的任何内容。你要做的是抓住话题和角度，然后写出你自己的观点。

不看原视频内容，只借鉴话题，可以确保你产出的是独一无二的、带有你个人视角和风格的内容，从而避免成为简单的复制品。

你看，Dan 的验证机制本质上是一种风险低、效率高的内容创业方法。它解决了创作者很大的痛点之一：

我辛辛苦苦写的东西，为什么没人看？

他的回答是：因为你没有在创作之前，先让数据为你指路。

4. AI 辅助提升效率

很多人把 AI 当作写手，在 Dan 看来，AI 是助理。

Dan 反复强调一个原则：我不会让大语言模型直接替我写作....我不是要复制粘贴这些内容作为推文，我只是在生成一个想法的起点。

他具体怎么做的呢？

要点 1：找到高质量内容源

Dan 选择了 Actualized.org 频道的 3 个视频，总时长约 6 小时这些视频深度探讨了这一复杂主题。

要点 2：使用正确的工具（比如 Gemini 2.5）

通过这个 AI 工具，将 6 小时视频内容，浓缩为 1000 字精华摘要

要点 3：精准的指令策略

不是直接说，总结这个视频这么简单。而是要求 A 提取：核心悖论和反直觉的真相，关键引述和洞察，转变弧线（人物或观念的变化过程），核心问题和痛点，具体例子和案例

这样就有了一堆优质内容的构建模块。

翻译过来就是：

1. 输入：将视频内容喂给 AI
2. 分解：AI 输出结构化的内容构件
3. 组合：像玩乐高一样，将这些构件重新组合成原创内容
4. 注入观点：加入自己的经验和见解

Dan 的这种方法揭示了 AI 对内容创作者的最大价值：

不是替代创作，而是消除创作过程中的摩擦

让创作者能够专注于最擅长的部分——组合想法、注入个性、建立情感连接

当其他人在纠结 AI 写的内容没有灵魂时，Dan 已经找到了将 AI 的效率和人类的创造力完美结合的方法。这或许就是他能用 2 小时完成别人 8 小时工作量的核心秘密。

5. 标准化 workflow

每天 2 小时，能干什么？2 小时他能搞完所有的工作吗？

这不仅仅是时间管理，而是一套将前面所有环节（源头统一、平台适配、验证机制、AI 研究）变成一个高效、可执行的日常习惯而已。

这 2 小时都干啥？

“每日 2 小时深度创作”

“核心产出深度长文的一个章节 + 3 条推文”

“多平台分发推特/Threads/Ins 等”

“每周一次视频录制”

“全平台内容更新”

1、在这 2 小时内，他必须完成两项硬性任务：

1. 完成深度长文的一部分内容：为他每周的核心输出推进一部分。

2. 写完 3 条社交推文：作为当天全平台内容的种子。

2、在剩余时间内，他会将写好的 3 条推文立即分发到其他平台（Threads，Instagram，LinkedIn 等）。

这样，创作和分发在同一时间段内完成，避免了任务切换带来的效率损耗。

3、每周闭环，融入视频录制

每日 2 小时的写作工作流，与每周一次的视频录制形成了完美闭环：

- 一天/周：用深度长文再作为脚本，录制 YouTube 视频。
- 其余六天：执行每日 2 小时的内容创作和分发。

如此一来，他仅用每周 2 小时×6 天+一次录制时间，就维持了一个高质量、多平台的内容 IP。

他分享了一个心法，就是：一旦我发现某条推文开始带来更多粉丝，我就知道我需要开始创作它的变体。这样我几乎就有了一种可预测的增长粉丝的方法。

写在最后

Dankoe 的故事，不是一个天才的故事，是一个普通人的故事。如果你也想走这条路，今天就可以开始做三件事——

第一，选一个平台。不用贪多，Twitter、知乎、小红书，选一个你待着最舒服的。

第二，每天发一条有用内容。不是日记，不是吐槽，是对你目标用户有帮助的东西。

第三，坚持 100 天。别管有没有人看，100 天后你再看。

Dankoe 说过一句话特别狠：“大多数人不是输在能力上，是输在第三天没看到结果就放弃了。”