

FAIRE ÉVOLUER SA MANIÈRE D'INTERAGIR AVEC L'IA GÉNÉRATIVE : PENSER AVEC L'IA, GARDER LA MAIN

Référence : IA07

Fiche programme

BESOINS DE L'ENTREPRISE

Les utilisateurs réguliers sentent souvent un plafond : les réponses se ressemblent, la première version est acceptée trop vite, la délégation devient excessive. L'enjeu n'est plus d'écrire de meilleurs prompts, mais de changer de posture.

Ce programme travaille la manière de penser avec l'IA, pas seulement de lui écrire. Il limite la dépendance et l'effet « tout se ressemble ».

LIVRABLES

- Une charte personnelle d'interaction avec l'IA.
- Une bibliothèque personnelle d'exemples : prompts, consignes, grilles de contrôle.
- Des essais engagés sur 30 jours (version 2 jours).

CONTACT

FACE-ÉQUIPE
PatrickJAYCommunications
5 rue de la Terrasse
F-75017 Paris
+33 (0)6 07 19 18 42
contact@face-equipe.fr
www.face-equipe.fr

PRESCRIPTIONS

Objectifs opérationnels

- Repérer ses habitudes d'interaction : demande trop vague, acceptation de la première réponse, délégation excessive, évitement.
- Distinguer les postures : exécutant, relecteur, partenaire d'entraînement, tuteur, challenger.
- Utiliser l'IA pour réfléchir et pas seulement produire : explorer des options, tester un raisonnement, jouer l'avocat du diable, simuler un interlocuteur.
- Garder son esprit critique : détecter la flatterie, les contresens, l'uniformisation des idées et la perte de son propre style.
- Choisir ce que l'on délègue, ce que l'on co-construit et ce que l'on garde pour soi.
- Définir un protocole personnel d'usage et le faire évoluer.

Public concerné

- Utilisateurs réguliers qui sentent un plafond, managers, fonctions d'expertise ou de conseil.

Prérequis

- Usage régulier d'un assistant d'IA depuis quelques semaines.

Durée

- Version 1 jour : 7 heures. Version 2 jours : 14 heures.

Formats

- Intra-entreprise ou coaching, en présentiel, distanciel et hybride. 6 participants maximum par session.

Déroulé – version 1 jour : principes et méthodes

- **Matin** : Diagnostic de ses habitudes d'interaction sur des exemples réels. Les cinq postures. Effets sur la qualité de la pensée et du travail.
- **Après-midi** : Exercices de changement de posture : le même problème traité en exécutant, puis en partenaire d'entraînement, puis en challenger. Première charte personnelle d'interaction.

Jour 2 – application et entraînement

- **Matin** : Application sur une décision ou un livrable réel. Confrontation à son propre raisonnement. Repérage des biais et des dérives : flatterie, dépendance.
- **Après-midi** : Pratique accompagnée en binômes, avec observation mutuelle des échanges avec l'IA. Ajustement de la charte. Engagement d'essais sur 30 jours.

Deux versions au choix

- **Version 1 jour** : 7 heures : diagnostic des habitudes, cinq postures, première charte personnelle.

- **Version 2 jours** : 14 heures : la deuxième journée se déroule de préférence 2 à 4 semaines après la première. Elle peut aussi suivre immédiatement la première.

Livrables

- Une charte personnelle d'interaction avec l'IA.
- Une bibliothèque personnelle d'exemples : prompts, consignes, grilles de contrôle.
- Des essais engagés sur 30 jours (version 2 jours).

Méthodes pédagogiques

- Démonstrations, exercices guidés sur des cas courts puis, en version 2 jours, travail sur des cas réels apportés par les participants. Tout résultat produit par une IA est vérifié avant usage.

Les plus du programme

- Un travail sur la posture, qui limite la dépendance et l'uniformisation des idées.
- Très adapté à un accompagnement individuel.
- Une pratique en binômes avec observation mutuelle.
- Une passerelle vers le programme IA03 si des blocages émotionnels apparaissent.

Modalités pratiques

- Programme disponible pour les entreprises, en intra-entreprise ou en coaching.
- Formats : présentiel, distanciel et hybride. 6 participants maximum par session.
- Chaque participant dispose d'un accès à un outil d'IA autorisé par son entreprise et travaille sur des données non confidentielles ou anonymisées.
- Règle de contrôle commune : tout résultat produit par une IA est vérifié avant usage (sources, chiffres, noms, ton).
- Dates, lieux et tarifs sur devis personnalisé.
- Demandes par email à contact@face-equipe.fr ou par téléphone au +33 (0)6 07 19 18 42.
- Accessibilité : signaler tout besoin d'adaptation lié à une situation de handicap.
- Page du programme : https://www.face-equipe.fr/formation-ia-faire-evoluer-interaction-ia-IA07.html

Actualisation : novembre 2026.