

# ***IA CONVERSATIONNELLE AU TRAVAIL***

---

Acquérir les bons réflexes pour un usage professionnel responsable

**Fiche pédagogique**

## PRÉAMBULE

Les modèles de langage conversationnels se sont installés durablement dans le paysage numérique professionnel. Accessibles depuis un navigateur, une application de bureau ou directement intégrés aux environnements de travail, ils font désormais partie des outils mobilisables au quotidien pour rechercher de l'information, produire des contenus ou structurer une réflexion. L'entrée en application du règlement européen sur l'intelligence artificielle (AI Act) confirme par ailleurs que ces technologies appellent un cadre d'usage clair et responsable.

Pourtant, leur apparente simplicité d'utilisation masque des enjeux importants. Il ne suffit pas de savoir s'en servir : il faut aussi savoir quand et pourquoi les mobiliser, comment formuler une demande pertinente, évaluer la fiabilité d'une réponse, et éviter les dérives liées à la confidentialité, à la désinformation ou à une illusion de maîtrise. Plus ces outils deviennent accessibles, plus la posture critique et la méthode deviennent essentielles.

Au-delà d'une initiation technique, cette formation vise à développer une culture professionnelle éclairée de ces technologies. Elle alterne des phases d'appropriation technique avec des moments de réflexion critique, dans une progression conçue pour responsabiliser l'usage, outiller la réflexion, et favoriser une intégration pertinente et éthique dans l'environnement de travail.

Cette formation est particulièrement adaptée aux professionnels amenés à produire, organiser ou vérifier des contenus (emails, rapports, synthèses, présentations, analyses, etc.) dans des secteurs variés tels que l'administration, le conseil, les ressources humaines, la communication ou la gestion de projet.

Elle répond à un besoin avéré d'efficacité dans la recherche d'information, l'analyse de documents complexes et la production de livrables professionnels, dans un contexte où les modèles de langage conversationnels sont devenus des assistants du quotidien.

## BESOINS PROFESSIONNELS IDENTIFIÉS ET PUBLIC VISÉ

Cette formation a été conçue en réponse à des échanges réguliers avec des professionnels issus de tous secteurs confrontés à un enjeu commun : intégrer efficacement et de manière responsable les modèles de langage conversationnels dans leurs pratiques professionnelles, alors que ces outils se sont généralisés dans leur environnement de travail.

Les profils concernés sont variés. Certains n'ont jamais utilisé d'IA conversationnelle et ressentent un décalage croissant. D'autres ont commencé à les utiliser de manière intuitive, sans méthode structurée, et peinent à en tirer un bénéfice fiable. D'autres encore les utilisent régulièrement mais souhaitent consolider leur pratique et mieux en maîtriser les limites. Dans tous les cas, des freins communs persistent :

- un manque de repères sur le fonctionnement réel de ces technologies,
- des doutes concernant les risques d'erreur, de mésusage ou de surconfiance dans les réponses générées,
- et l'absence de méthode claire pour intégrer ces outils dans leurs pratiques quotidiennes sans en perdre le contrôle.

À cela s'ajoute, pour beaucoup, une pression croissante de leur environnement professionnel (hiérarchie, partenaires, clients) qui attend d'eux qu'ils sachent mobiliser ces outils, sans pour autant leur fournir de cadre ou de formation adaptée.

Ces professionnels recherchent des formations pragmatiques, débarrassées des discours sensationnalistes, qui leur permettent de tester, comprendre, évaluer et intégrer l'IA de manière responsable, en restant maîtres de leurs usages.

La présente action de formation s'inscrit dans cette attente :

- en proposant une initiation contextualisée, centrée sur les usages concrets et métiers,
- en favorisant une prise en main critique et progressive plutôt qu'un simple effet de découverte,
- en adoptant une posture pédagogique fondée sur l'expérimentation, la réflexion, et l'adaptation aux réalités de terrain.

Cette formation s'adresse aux professionnels de tous secteurs amenés à traiter de l'information, produire des écrits ou structurer des idées dans le cadre de leurs missions. Elle vise aussi bien les personnes découvrant ces outils que celles souhaitant structurer et fiabiliser une pratique déjà engagée.

## OBJECTIF DE LA FORMATION

Former des professionnels à l'usage des modèles de langage conversationnels (LLM), en lien avec leurs tâches professionnelles quotidiennes (rédaction de contenus, synthèse d'informations, veille thématique, préparation de documents analytiques) afin de renforcer leur efficacité et leur esprit critique dans un environnement de travail où ces outils sont désormais courants.

À l'issue de la formation, les apprenants seront capables :

- d'utiliser un modèle de langage conversationnel (LLM) en respectant les principes de confidentialité, d'éthique et de pertinence,
- de structurer des instructions efficaces en fonction de leurs besoins professionnels,
- d'évaluer les réponses générées avec un regard critique,
- d'identifier les cas d'usage pertinents des LLM dans leur environnement de travail,
- de reconnaître les situations où l'usage d'un LLM est inadapté, insuffisant ou risqué,
- et d'intégrer ces outils comme leviers d'amélioration de leurs pratiques, dans une logique de progression continue.

**L'acquisition de ces savoir-faire permettra de développer ou renforcer les compétences professionnelles suivantes :**

- rechercher efficacement des informations en ligne en gagnant en rapidité et en pertinence,
- analyser rapidement un document long et/ou complexe pour en extraire l'essentiel,
- synthétiser l'information de manière structurée sous forme de tableau, plan, ou fiche synthèse,
- rédiger des contenus professionnels adaptés à un objectif (email, compte rendu, texte explicatif, appel d'offre),
- améliorer la formulation de ses écrits professionnels en travaillant la clarté, la concision, l'orthographe et le style,
- exploiter une IA conversationnelle pour structurer un document de travail à partir de sources variées (notes, documents existants, échanges),
- générer des idées nouvelles dans un cadre contraint, pour répondre à un besoin de créativité (brainstorming, innovation, contenu),
- préparer un argumentaire structuré ou une prise de parole, en s'appuyant sur des idées organisées et hiérarchisées,
- organiser une veille thématique en structurant les sources et en synthétisant les apports,
- développer une approche critique face à une information : repérer les incohérences, les approximations ou les zones d'incertitude,
- structurer sa réflexion pour mieux résoudre un problème professionnel, en posant clairement les enjeux, les hypothèses et les pistes d'action,
- adapter sa méthode de travail en distinguant ce qui relève de l'assistance par l'IA et ce qui relève du jugement humain.

## ENCADREMENT PÉDAGOGIQUE

La formation est assurée par un praticien dont la légitimité tient d'abord à l'usage : les IA conversationnelles constituent des instruments de travail quotidiens mobilisés dans des contextes de production réelle, développement logiciel, rédaction contractuelle, communication écrite, architecture de solutions, pilotage de projets. Chaque recommandation pédagogique est adossée à cette pratique effective, pas à une expertise distante des réalités de terrain.

Cette position de praticien-formateur présente un avantage direct pour les participants : les mises en pratique proposées en formation sont inspirées de cas réels rencontrés dans sa propre activité professionnelle, mais aussi lors de formations dispensées à d'autres publics et de coachings individuels. Ces situations, réadaptées en cas d'apprentissage, permettent d'ancrer les apports dans des réalités concrètes et immédiatement transférables.

*Cette double légitimité, pédagogique et opérationnelle, garantit une formation à la fois accessible, contextualisée et directement transférable dans l'environnement de travail des participants.*

## PRÉREQUIS

Aisance avec l'environnement informatique : les participants doivent être à l'aise avec un ordinateur, naviguer sur Internet et manipuler les outils bureautiques courants (messagerie, traitement de texte, moteur de recherche, etc.).

*Cette formation ne comprend pas l'initiation aux fondamentaux de l'usage d'un poste informatique. Elle ne constitue pas non plus un tutoriel dédié à une application d'IA spécifique : elle porte sur les principes, la méthode et la posture applicables à l'ensemble des modèles de langage conversationnels.*

## PLAN DE PROGRESSION PÉDAGOGIQUE

### **Approche générale**

Le programme de cette formation a été conçu pour accompagner des professionnels, qu'ils soient novices ou déjà utilisateurs, dans l'usage structuré et responsable des IA conversationnelles. Il s'appuie sur une progression pédagogique en deux demi-journées distinctes, volontairement espacées dans le temps afin de favoriser une assimilation active par la pratique en autonomie.

La première demi-journée est centrée sur l'acculturation et la prise en main. Les participants situent les IA conversationnelles dans le paysage technologique, en comprennent le fonctionnement et les limites, choisissent et configurent leur outil en paramétrant la confidentialité, puis découvrent les capacités fondamentales de ces outils par la pratique. La demi-journée se conclut par l'apprentissage d'une méthode de structuration des instructions, appliquée sur un cas concret.

Entre les deux sessions, une intersession pédagogique permet aux participants de mettre en pratique les acquis dans leur propre contexte professionnel. Ils sont invités à identifier des cas d'usage concrets, à tester des instructions structurées, à observer les réponses générées et à noter leurs réussites, difficultés ou interrogations.

La deuxième demi-journée repose sur une approche réflexive et professionnalisante. Après un retour sur les acquis et les expériences de l'intersession, les participants sont engagés dans un atelier de production en plusieurs phases qui mobilise l'ensemble des compétences acquises en J1 : idéation, rédaction, analyse critique. Un enrichissement méthodologique est intégré au fil de l'atelier pour gagner en précision dans la structuration des instructions. La formation se clôt sur une synthèse des acquis et l'évaluation du parcours.

Ce rythme en deux temps, acculturation puis mise en pratique réelle, favorise non seulement la compréhension, mais surtout l'appropriation durable des outils et des usages, dans une logique de formation orientée vers l'action.

## DÉROULÉ PÉDAGOGIQUE

### **Jour 1 — Acculturation et prise en main (4h)**

Séquence / Thématique	Durée	Objectif pédagogique	Méthode(s)	Moyen(s)	Évaluation
<b>S1 — Comprendre les IA conversationnelles</b>	45 min	Situer les IA conversationnelles dans le paysage de l'intelligence artificielle, expliquer le fonctionnement d'un modèle de langage et distinguer intelligence artificielle et intelligence humaine	Exposé interactif, discussion collective	Support visuel projeté	Observation formateur sur la qualité des échanges

Séquence / Thématique	Durée	Objectif pédagogique	Méthode(s)	Moyen(s)	Évaluation
<b>S2 — Choisir et configurer son outil</b>	45 min	Identifier les critères de choix d'une IA conversationnelle, découvrir les principaux outils disponibles, créer ou vérifier la configuration d'un compte en paramétrant la confidentialité	Exposé interactif, démonstration guidée, configuration en binôme	PC connecté, plateformes LLM	Validation de la configuration par observation formateur
<i>Pause (20 min)</i>					
<b>S3 — Découvrir les capacités fondamentales</b>	45 min	Prendre en main les 5 capacités d'une IA conversationnelle par la pratique, identifier les forces et limites de chacune, et acquérir les réflexes de posture critique	Prise en main guidée, exercices courts sur chaque capacité, exposé interactif sur les limites et la posture critique	PC connecté, outils LLM, support visuel	Observation formateur sur la qualité des échanges et la prise de recul
<b>S4 — Structurer ses instructions</b>	45 min	Prendre conscience de l'importance de la qualité de la demande, puis structurer ses instructions avec méthode et l'appliquer sur un cas concret	Analyse collective d'un exemple, exposé interactif, exercice de réécriture d'une instruction type	PC connecté, outils LLM, support visuel	Qualité de l'instruction retravaillée + feedback collectif

### Intersession — Pratique en autonomie

Objectif pédagogique	Activités attendues	Modalité	Évaluation / Suivi
Renforcer l'appropriation des acquis en contexte réel en appliquant la méthode C-A-D	Expérimentation structurée d'instructions dans le contexte professionnel / Identification d'un ou plusieurs cas d'usage / Observation et évaluation critique des réponses générées / Notation des réussites, obstacles, questions	Autonomie entre les deux demi-journées (travail individuel)	Retour d'expérience structuré en début de 2e session : partage oral, analyse critique, restitution d'une instruction commentée

### Jour 2 — Approfondissement et intégration (4h)

Séquence / Thématique	Durée	Objectif pédagogique	Méthode(s)	Moyen(s)	Évaluation
<b>S1 — Retour sur l'essentiel</b>	20 min	Consolider les acquis de J1 et recueillir les retours d'expérience de l'intersession	Synthèse visuelle interactive, partage d'expérience oral	Support visuel projeté	Restitution orale des retours d'intersession
<b>S2 — Atelier pratique : idée et créativité</b>	40 min	Mobiliser les acquis de J1 dans un contexte de production en variant les natures de demandes (recherche, reformulation, création, synthèse)	Atelier en binôme/trinôme, mise en situation, production de livrables	PC connecté, outils LLM, fiche consignes	Livrables produits + observation formateur

Séquence / Thématique	Durée	Objectif pédagogique	Méthode(s)	Moyen(s)	Évaluation
<b>S3 — Analyser la sortie d'une IA conversationnelle</b>	15 min	Acquérir une méthode d'analyse systématique des réponses générées par une IA conversationnelle	Exposé interactif, exemples issus de l'atelier	Support visuel projeté	Application de la méthode sur ses propres productions
<b>S4 — Atelier pratique : rédaction et mise en forme</b>	35 min	Structurer un argumentaire professionnel en s'appuyant sur les productions précédentes et en itérant sur les résultats	Atelier en binôme/trinôme, production de livrables	PC connecté, outils LLM, fiche consignes	Livrables produits + cohérence d'ensemble
<i>Pause (20 min)</i>					
<b>S5 — Enrichir la structuration des instructions</b>	15 min	Approfondir la méthodologie de structuration des instructions pour gagner en précision et en contrôle sur les résultats	Exposé interactif	Support visuel projeté, fiche de structure	Compréhension vérifiée par reformulation collective
<b>S6 — Atelier pratique : analyse et amélioration</b>	35 min	Formaliser une réflexion structurée sur l'usage de l'IA au cours des phases précédentes et formuler une posture d'usage pour l'avenir	Atelier individuel ou en binôme, rédaction d'un rapport structuré	PC connecté, outils LLM, fiche consignes	Rapport structuré produit + qualité de l'analyse réflexive
<b>S7 — Clôture</b>	20 min	Consolider les acquis du parcours, ancrer les points clés à retenir, évaluer le parcours	Synthèse interactive, questionnaire d'évaluation	Support visuel projeté, questionnaire papier ou en ligne	Questionnaire sommatif + autoévaluation

## SYNTHÈSE DE LA FORMATION

<b>Intitulé de la formation</b>	IA conversationnelle au travail — Acquérir les bons réflexes pour un usage professionnel responsable
<b>Durée</b>	8 heures (2 demi-journées espacées)
<b>Public visé</b>	Professionnels de tous secteurs amenés à traiter de l'information, produire des écrits ou structurer des idées dans le cadre de leurs missions, qu'ils découvrent les outils ou souhaitent structurer une pratique existante.
<b>Prérequis</b>	Aisance avec l'environnement informatique (navigation web, messagerie, bureautique)
<b>Modalité</b>	Présentiel (ou distanciel si besoin)
<b>Méthodes pédagogiques</b>	Exposés interactifs, démonstrations guidées, travaux pratiques, échanges collectifs
<b>Évaluation</b>	Évaluation formative pendant les exercices pratiques Questionnaire (évaluation sommative) en fin de chaque session Restitution d'un cas d'usage ou d'un prompt commenté en groupe
<b>Suivi de l'assiduité</b>	Émargement à chaque demi-journée Attestation de fin de formation remise à chaque participant