

## Tableau de référence – Prompts IA par séquence (phrases types opérationnelles)

Séquence	Finalité	Usage IA recherché	Prompt générique (logique)	Prompts opérationnels – phrases types	IA & liens
0 – Brise-glace	Sécurité psychologique	Entrée en dialogue collectif	Installer un cadre d'expression non jugeant	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Propose une question métaphorique simple permettant à chacun d'entrer dans l'atelier sans parler de son rôle ou de son expertise. »</li> <li>• « Génère une question d'ouverture favorisant une prise de parole courte et équitable dans un groupe professionnel. »</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Claude <a href="https://www.anthropic.com/claude">https://www.anthropic.com/claude</a>
1 – Inspiration	Ouverture des possibles	Déplacement des cadres de pensée	Stimuler l'imaginaire sans solutionner	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Donne cinq analogies issues de secteurs éloignés pour éclairer notre</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Claude <a href="https://www.anthropic.com/claude">https://www.anthropic.com/claude</a> ; Midjourney

				défi autrement. » • « Imagine trois futurs contrastés à 10 ans si notre organisation ne change rien / change partiellement / se transforme radicalement. »	<a href="https://www.midjourney.com">https://www.midjourney.com</a>
2 – Empathie	Compréhension des usages	Analyse qualitative	Structurer vécus et tensions	• « À partir de ces verbatims, identifie les tensions récurrentes sans interpréter les intentions. » • « Reformule les besoins exprimés en phrases neutres orientées usage. »	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Fireflies <a href="https://fireflies.ai">https://fireflies.ai</a> ; Noota <a href="https://noota.ai">https://noota.ai</a>
3 – Définition	Clarification stratégique	Formulation de défis	Passer du flou à un enjeu partageable	• « Reformule ce problème sous forme d'un défi positif centré sur la création de valeur d'usage. » • « Propose trois formulations	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Claude <a href="https://www.anthropic.com/claude">https://www.anthropic.com/claude</a>

				alternatives de ce défi, du plus prudent au plus ambitieux. »	
4 – Idéation	Exploration de solutions	Divergence cognitive	Augmenter la diversité des pistes	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Génère dix pistes de solutions volontairement différentes, sans les évaluer. »</li> <li>• « Propose cinq solutions frugales répondant au défi en mobilisant des ressources existantes. »</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Gemini <a href="https://gemini.google.com">https://gemini.google.com</a>
5 – Prototypage	Concrétisation	Mise en forme testable	Rendre les idées discutables	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Décris un scénario d'usage simple permettant de tester cette idée en situation réelle. »</li> <li>• « Propose une version zéro testable rapidement, en précisant ce qui</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Figma <a href="https://www.figma.com">https://www.figma.com</a>

				doit être observé. »	
6 – Test	Apprentissages	Analyse des retours	Transformer l'essai en savoir	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Analyse ces retours utilisateurs et distingue usage réel, irritants et satisfactions. »</li> <li>• « Identifie les écarts entre l'intention du projet et les usages observés. »</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Fireflies <a href="https://fireflies.ai">https://fireflies.ai</a>
7 – Structuration	Passage à l'action	Priorisation et planification	Stabiliser la mise en œuvre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Propose un plan d'action structuré sur 30, 60 et 90 jours à partir de ces apprentissages. »</li> <li>• « Identifie les principaux points de vigilance organisationnels pour le déploiement. »</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Notion AI <a href="https://www.notion.so/product/ai">https://www.notion.so/product/ai</a>
8 – Analyse des risques	Sécurisation	Lecture systémique	Anticiper fragilités	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Identifie les risques humains, organisationnels</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; OneTrust

				et symboliques liés à ce projet. »	<a href="https://www.onetrust.com">https://www.onetrust.com</a>
				• « Propose des leviers de régulation sans formuler de décisions définitives. »	
9 – Communication	Adhésion	Traduction stratégique	Rendre le projet intelligible	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Reformule ce projet pour un comité de direction en mettant en avant les enjeux stratégiques. »</li> <li>• « Reformule ce même projet pour les équipes terrain en mettant l'accent sur les usages. »</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Gamma <a href="https://gamma.app">https://gamma.app</a>
10 – Gouvernance	Pilotage collectif	Lecture des jeux d'acteurs	Réguler sans imposer	<ul style="list-style-type: none"> <li>• « Identifie les rôles clés et leurs responsabilités dans ce dispositif de gouvernance. »</li> <li>• « Analyse les zones potentielles de</li> </ul>	ChatGPT <a href="https://chat.openai.com">https://chat.openai.com</a> ; Holistic AI <a href="https://www.holisticaai.com">https://www.holisticaai.com</a>

tension dans les  
processus de  
décision. »