



Patrick Bellair
CEO - La Dictature du Beau
Digital Communication Agency

Artificial Intelligence
Web & Mobile Design
Digital Marketing
Web Development

LA DICTATURE DU BEAU
Rue de l'Arquebuse, 10
1204 Genève
Whatsapp: +41 78 334 37 99
Mail: pb@ladictaturedubeau.com
Web: <https://ladictaturedubeau.com/>
YouTube: <https://www.youtube.com/@patrickbellair>

Les intelligences artificielles génératives

Panorama, méthodologie, cas d'usage et mise en situation





Biographie, Patrick Bellair

- Entrepreneur du digital depuis 25 ans
- Fondateur de l'agence de communication
“La dictature du beau”
- Expert en intelligence artificielle
- Conférencier & Formateur sur l'IA
- Directeur de master en Design digital
- Photographe et réalisateur professionnel



Le “tsunami” IA à venir

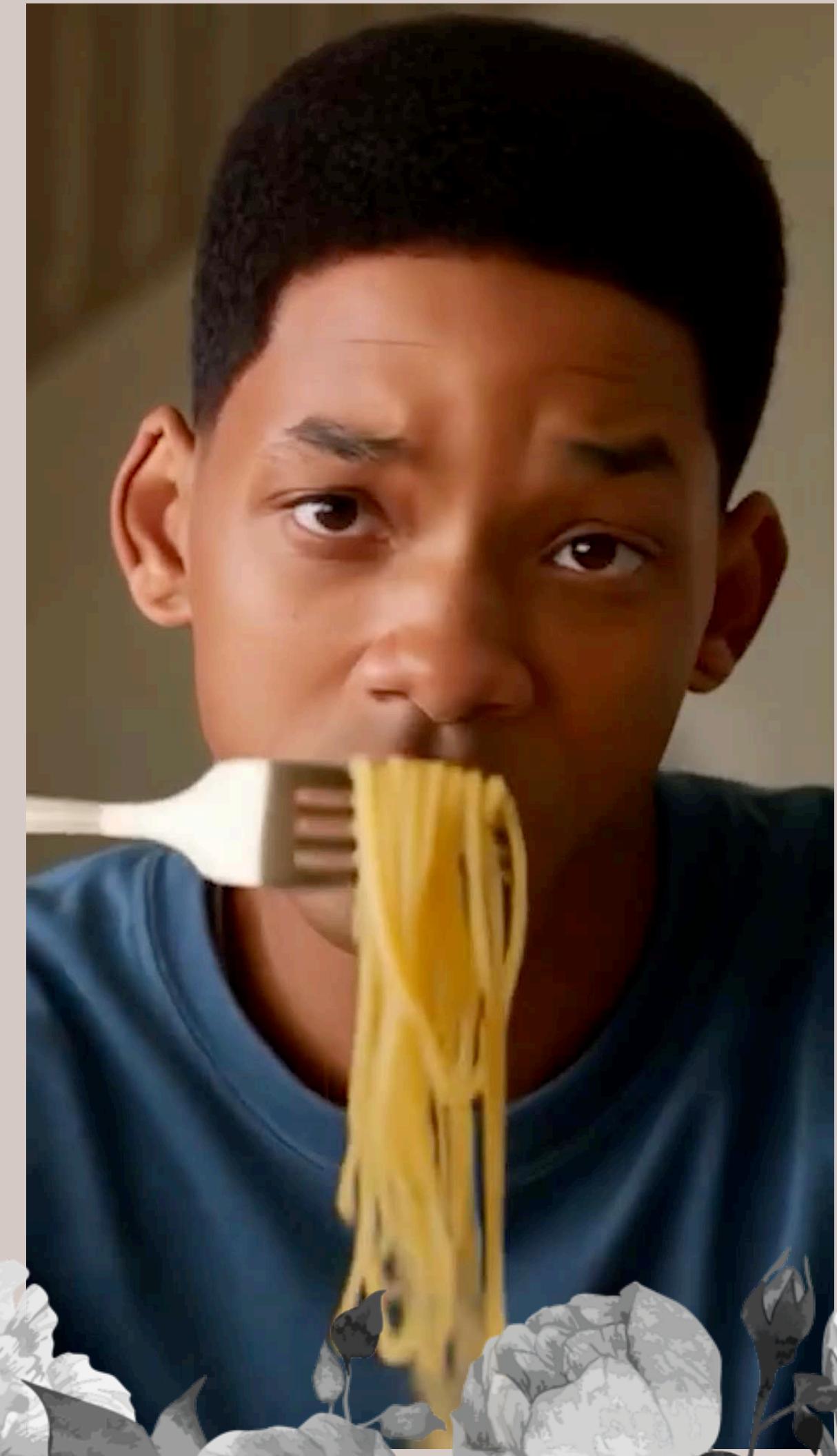
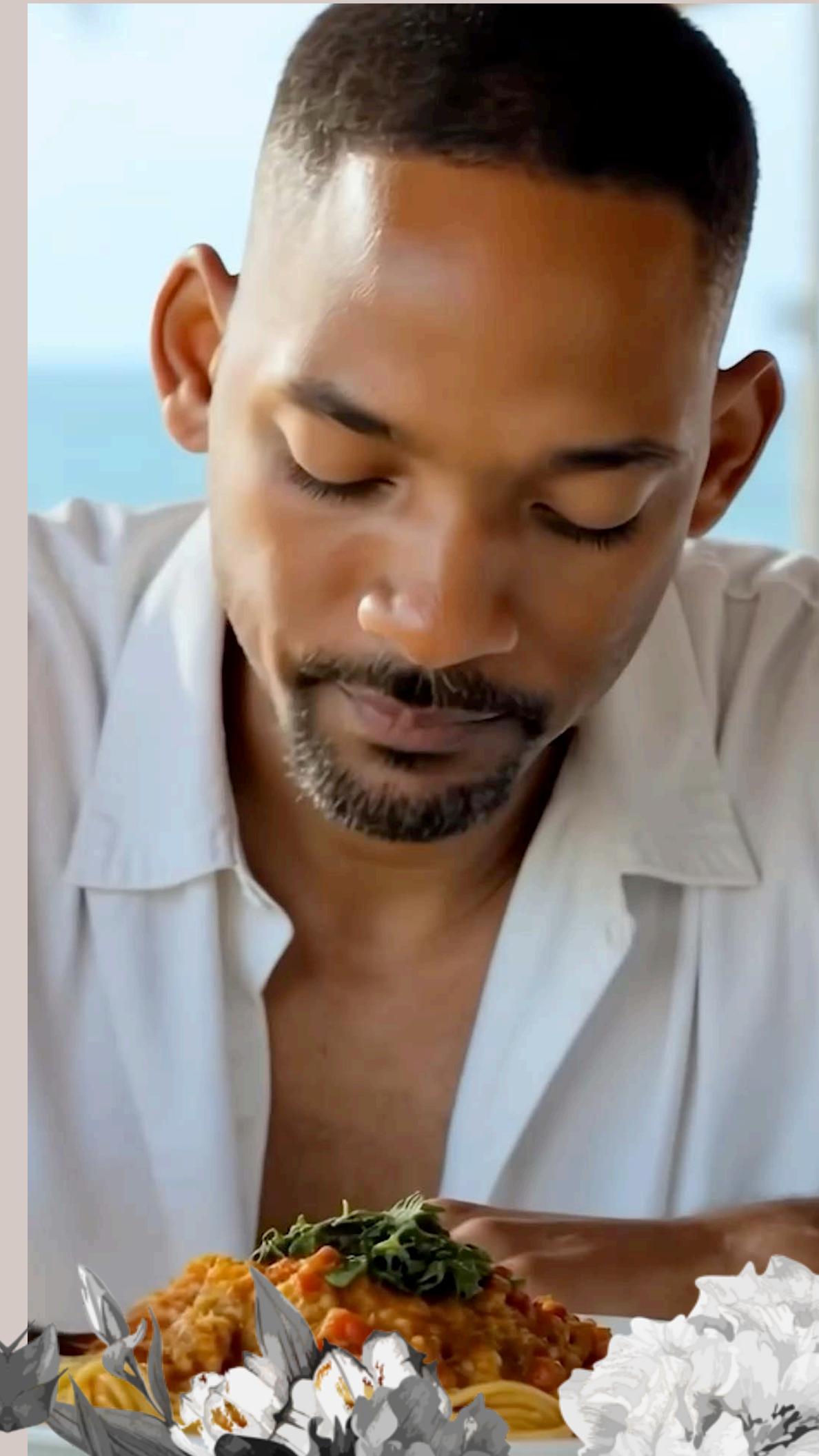
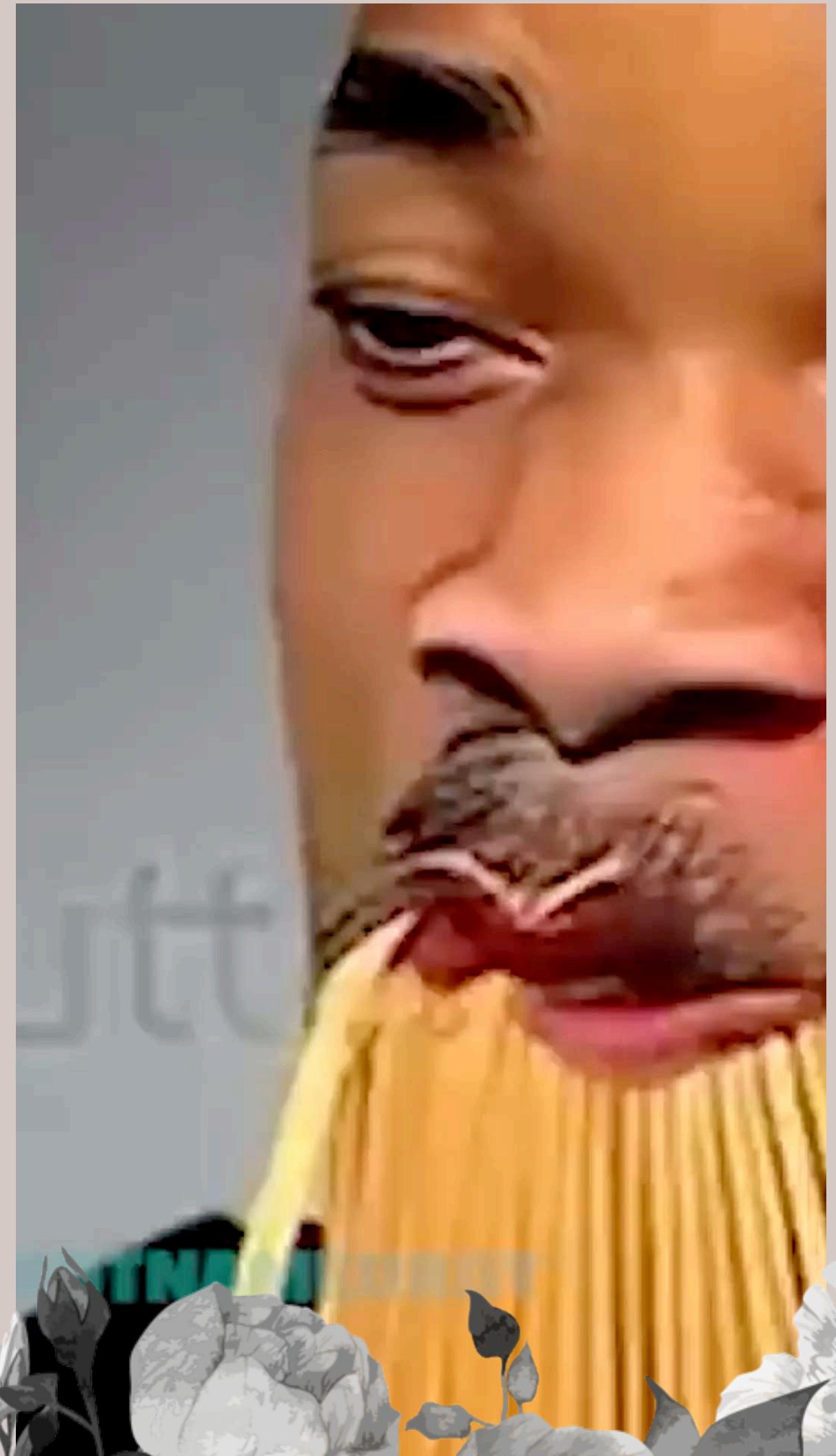
En 2047, l'IA saura tout faire. S'y préparer aujourd'hui est une nécessité absolue.



Une vitesse d'amélioration fulgurante

La technologie IA s'améliore à une vitesse vertigineuse, ce qui nous oblige à nous adapter.

Un an d'évolution





Le fonctionnement simplifié de l'IA

Entraînée sur d'immenses données, elle prédit le mot suivant sans réellement "penser" par elle-même.



Tour d'horizon global

Les meilleures IA génératives

<https://ladictaturedubeau.com/links>



IA pour la génération de textes

Pour écrire, résumer, traduire et brainstormer
n'importe quel sujet sans aucune limite.

ChatGPT

Gemini

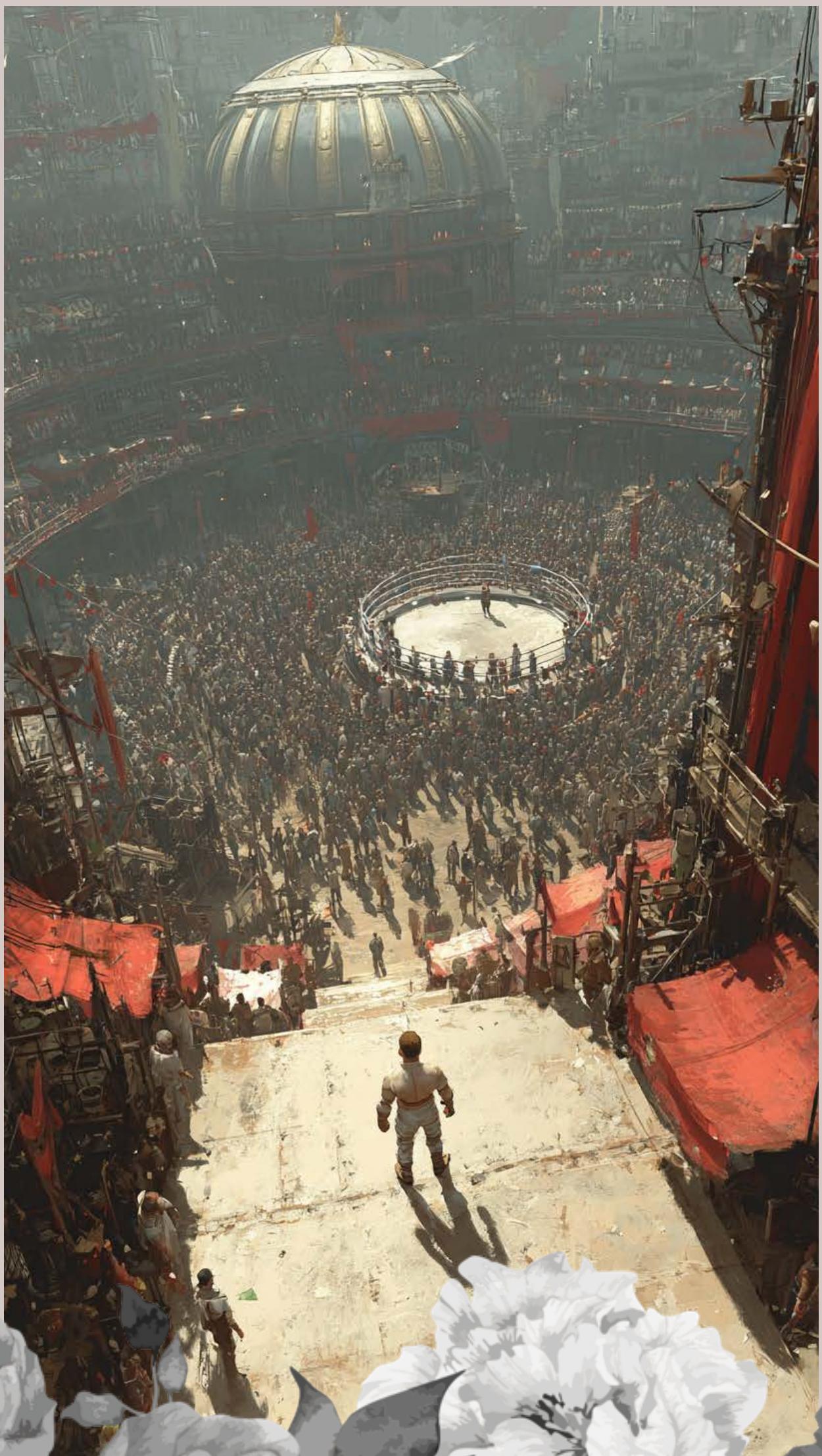
Grok

Claude

Mistral

...





Les arènes de l'IA

Des "combats" anonymes d'IA pour les classer selon la préférence réelle des utilisateurs.



IA pour la génération d'images

Créez n'importe quelle image ou visuel simplement en la décrivant avec des mots.

Midjourney

ChatGPT

Runway - Frames

Flux

Imagen

...





IA pour la génération de vidéos

Créez des vidéos professionnelles courtes à partir d'une simple description textuelle ou d'une image.

Kling

Midjourney

Veo

Runway

...



IA pour la génération audio

Générez des voix-off et de la musique de très haute qualité dans de multiples langues et styles.

ElevenLabs

Riffusions

Suno

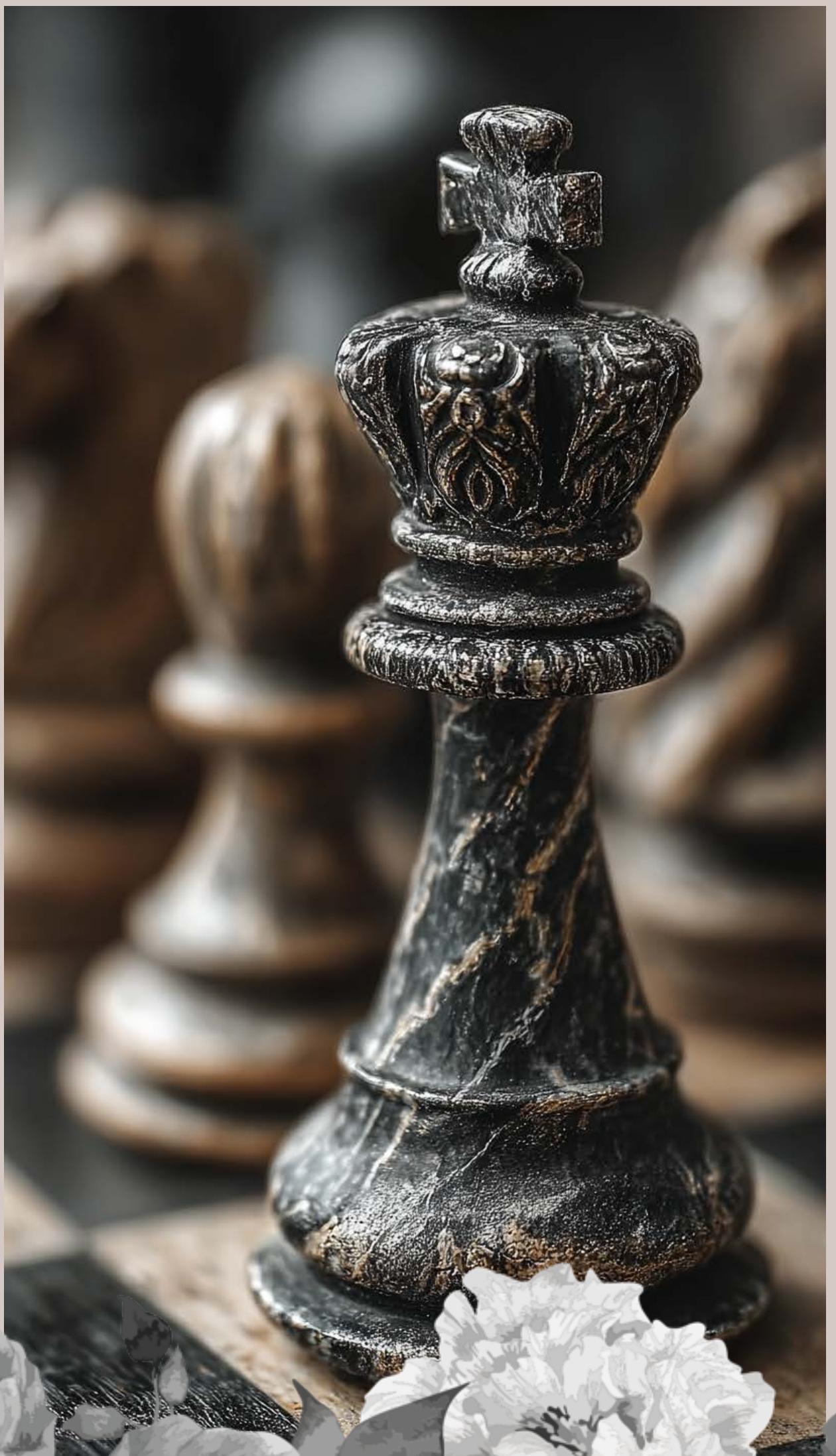
Soundraw

...

Méthodologie

L'anatomie d'un PROMPT





Qu'est-ce qu'un “prompt” ?

C'est un brief stratégique. La qualité de votre résultat dépend de la clarté de votre demande initiale. Ne travaillez pas à l'intuition, il faut avoir une méthode réelle.



La méthode RECSS

(Prononcer Rex) La méthode stratégique idéale pour structurer toutes vos demandes à une intelligence artificielle.

<https://ladictaturedubeau.com/rex/>

RECSS

Donner un Rôle à l'IA
Expliquer de manière claire la tâche à accomplir
Contextualiser vos demandes
Travailler son Style
Préciser la typologie de Sortie



La méthode **RECSS** (prononcer REX)





R comme Rôle

Demandez à l'IA d'agir en tant qu'expert pour des réponses beaucoup plus pertinentes.

Campagne de dons en ligne

Rôle : Agis en tant que copywriter expert en storytelling pour les organisations à but non lucratif, spécialiste des campagnes de dons en ligne.

Explications : Rédige un email pour notre campagne de fin d'année. L'objectif est de collecter des fonds pour fournir des repas chauds pendant l'hiver.

Contexte : Je suis le responsable communication de l'association "Les Repas du Cœur". Je m'adresse à nos donateurs passés, des personnes sensibles à la cause des sans-abris.

Style : Le style doit être émouvant mais porteur d'espoir, pas misérabiliste. Utilise "vous" et le "nous" pour créer un sentiment de communauté.

Sortie : Propose 3 options d'objet pour l'email, puis le corps du texte avec un appel à l'action clair.





E comme Explication

Donnez des instructions précises et détaillées sur la tâche que l'IA doit accomplir.

Guide sur la négociation commerciale

Rôle : Tu es un coach expert en négociation commerciale, formateur et auteur de best-sellers sur les techniques de vente complexes en B2B.

Explications : Je veux que tu me crées un guide de préparation complet pour une négociation commerciale difficile. L'explication de la tâche est la suivante : Le guide doit être structuré en trois phases claires. Phase 1 - La Préparation Stratégique (Ce qu'il faut faire avant le rendez-vous) : Détaille comment rechercher en profondeur le client, son entreprise, ses défis actuels et le profil du négociateur que je vais rencontrer. Explique comment définir précisément mes propres objectifs avec la méthode "Idéal, Repli, Rupture" (quel est le meilleur accord possible, mon plan B acceptable, et le point où je quitte la table). Liste les techniques pour anticiper au minimum 5 objections potentielles du client et préparer des contre-arguments solides pour chacune. Phase 2 - Le Déroulement Tactique (Ce qu'il faut faire pendant le rendez-vous) : Décris 3 techniques d'écoute active pour créer du lien et déceler les vrais besoins du client. Explique simplement le concept de MESORE (Meilleure Solution de Rechange) et pourquoi je dois connaître la mienne avant de commencer à parler. Phase 3 - La Conclusion et le Suivi (Ce qu'il faut faire après le rendez-vous) : Fournis un modèle d'email de suivi qui récapitule les points d'accord et définit clairement les prochaines étapes pour éviter les malentendus.

Contexte : Je suis un commercial avec 5 ans d'expérience et je m'apprête à négocier un contrat annuel majeur avec un directeur des achats réputé pour être extrêmement exigeant sur les prix.

Style : Le ton doit être celui d'un coach : direct, professionnel, confiant et très actionnable. Utilise des listes à puces pour chaque sous-partie afin de rendre le guide facile à utiliser comme une checklist.

Sortie : Sors un guide structuré avec les titres "Phase 1 : Préparation Stratégique", "Phase 2 : Déroulement Tactique" et "Phase 3 : Conclusion et Suivi", avec tous les points détaillés à l'intérieur.





C comme Contexte

Expliquez qui vous êtes et, surtout, à qui le message final est destiné.

Rédaction d'une note interne

Rôle : Tu agis en tant que spécialiste des ressources humaines, expert en communication interne.

Explications : Rédige une note interne annonçant le passage à une politique de télétravail hybride (3 jours au bureau, 2 jours à la maison).

Contexte : Je suis le DRH d'une PME de 50 employés dans le secteur de la tech. L'ambiance est jeune et dynamique. Le message s'adresse à tous les salariés qui sont à la fois impatients d'avoir plus de flexibilité mais aussi inquiets de perdre le lien social. L'objectif est de présenter cette nouvelle politique comme un bénéfice majeur, en insistant sur la confiance et l'équilibre vie pro/vie perso, tout en rassurant sur le maintien de la cohésion d'équipe.

Style : Utilise un ton positif, transparent et rassembleur. Le pronom "nous" est à privilégier.

Sortie : Sors le texte de la note interne, avec un titre clair et structuré en 3 courts paragraphes.





Le guide de référence

Créez un document avec toutes les informations utiles sur votre entreprise pour le partager avec l'IA et lui donner du contexte.

Le guide de référence

Rôle : Tu es un consultant expert en "knowledge management" et en stratégie d'entreprise, spécialiste de la création de guides de référence complets pour les PME et startups.

Explication : Ta mission est de créer un modèle de "Guide de Référence d'Entreprise". Ce document doit être une trame exhaustive, prête à être complétée. Il servira de "cerveau" centralisé pour briefer une IA sur tous les aspects de l'entreprise. Tu dois lister toutes les catégories et sous-catégories pertinentes, en complétant et en organisant logiquement la liste d'exemples suivante : Informations générales, Marché et concurrence, Produits/Services, Branding, Clients, Objectifs, Historique, Ressources, et tout ce que tu jugeras bon d'ajouter.

Contexte : Ce modèle s'adresse à des entrepreneurs ou directeurs de PME qui ont besoin d'un guide clair et structuré pour ne rien oublier. Le but final est d'utiliser ce document rempli comme une source de contexte parfaite pour une IA.

Style : La structure doit être professionnelle et très claire. Les titres de catégories principaux doivent être en gras. Les sous-catégories doivent être présentées sous forme de liste à puces, avec le nom du champ suivi de " : " pour être facilement complété.

Sortie : Produis uniquement la liste complète et structurée des catégories et de leurs sous-catégories respectives. Ne génère aucun texte explicatif ou introduction, juste la trame du document final.





S comme Style

Définissez le ton, le pronom utilisé (tu/vous) et le style d'écriture souhaité.

Texte du site web

Rôle : Tu es un concepteur-rédacteur et "brand strategist", expert dans la création de voix de marque pour les entreprises engagées et modernes.

Explications : Rédige le texte de présentation pour la page "Notre Mission" de notre nouveau site e-commerce.

Contexte : Nous sommes une startup de mode qui crée des baskets à partir de matériaux recyclés. Notre audience est jeune (18-35 ans), urbaine, et très sensible aux questions d'écologie et d'inclusion sociale.

Style : Le style est l'élément le plus important. Voici mes directives très précises : Pronoms utilisés : Adresse-toi aux lecteurs en utilisant "vous" pour créer une connexion respectueuse et directe. Parle de l'entreprise en utilisant "nous" pour incarner notre collectif. Genre et Inclusivité : Le texte doit être rédigé en écriture inclusive pour refléter nos valeurs. Utilise la méthode du point médian pour les termes genrés (par exemple : "nos créateur·rice·s sont passionné·e·s"). L'objectif est que chaque personne se sente immédiatement incluse et représentée. Inspiration Auteur : Je veux que le style s'inspire de deux univers. Pour le côté engagé et l'amour des matières, inspire-toi de la prose simple, poétique et impactante d'Yvon Chouinard, fondateur de Patagonia. Pour le côté direct, transparent et un peu "rebelle", inspire-toi du ton de la marque Respire. Le résultat doit être un mélange d'inspiration et d'honnêteté brute.

Sortie : Propose un texte de 150 mots environ, avec un titre fort.





S comme Sortie

Spécifiez la structure exacte que vous attendez : un tableau, 5 versions, en anglais...

Script d'une publicité

Rôle : Tu es un directeur créatif et concepteur-rédacteur en publicité, spécialisé dans la création de spots vidéo inspirants pour des marques engagées.

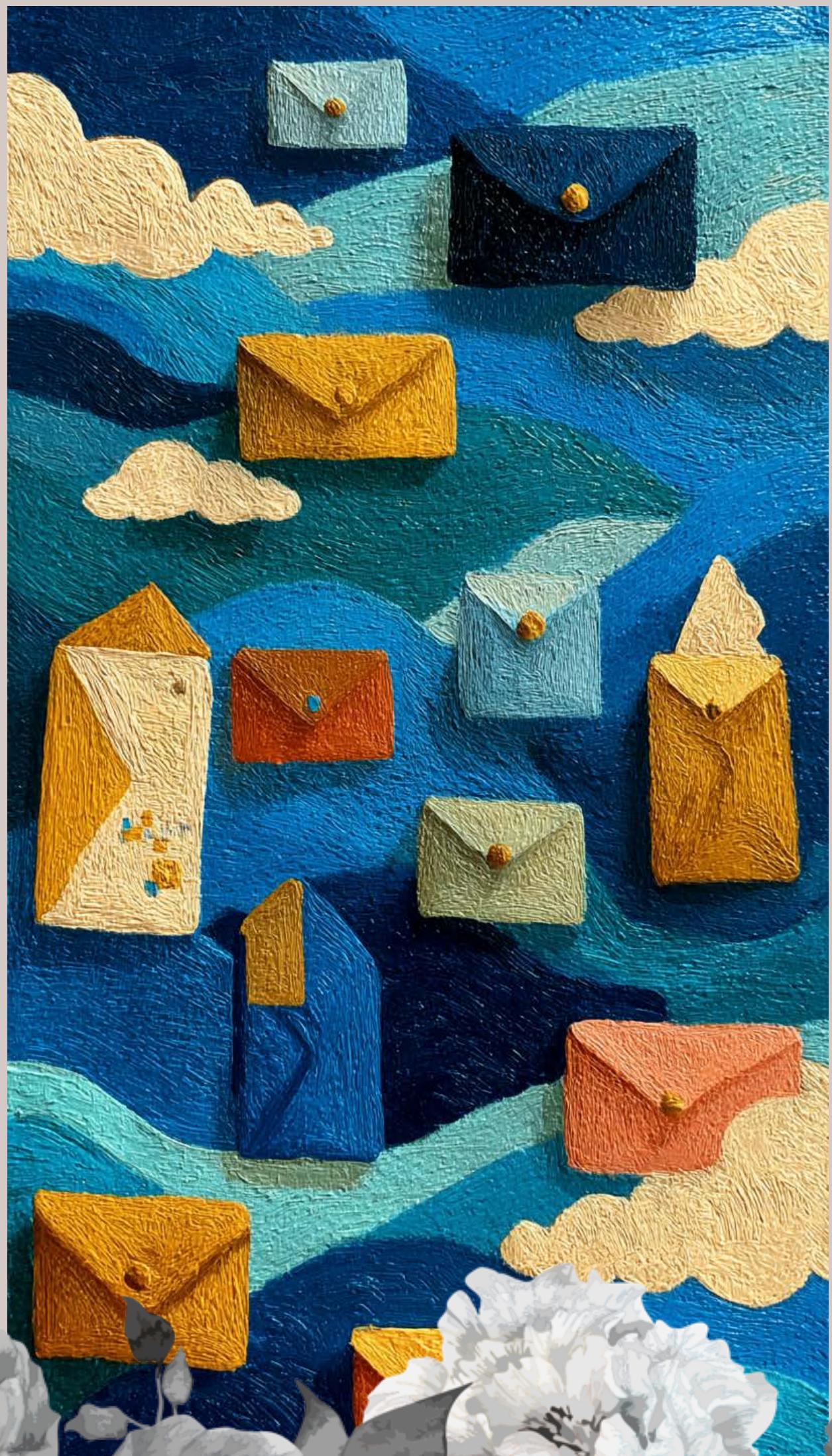
Explications : Je veux que tu imagines et écrives le script complet d'une publicité vidéo de 30 secondes pour Instagram. Le produit à promouvoir est notre nouvelle collection de baskets "Écho", fabriquées à partir de plastique recyclé des océans. Le but est de créer une connexion émotionnelle forte et de générer de la notoriété.

Contexte : Nous sommes "NaturaStep", une marque de mode durable. Notre audience est jeune, urbaine, et cherche à consommer de manière plus responsable sans sacrifier le style. Elle est plus sensible à l'authenticité qu'aux discours marketing lisses.

Style : Le ton de la vidéo doit être dynamique, optimiste et authentique. L'esthétique visuelle est lumineuse, naturelle, avec des mouvements de caméra fluides. Pas de ton moralisateur, mais plutôt une invitation à faire partie de la solution.

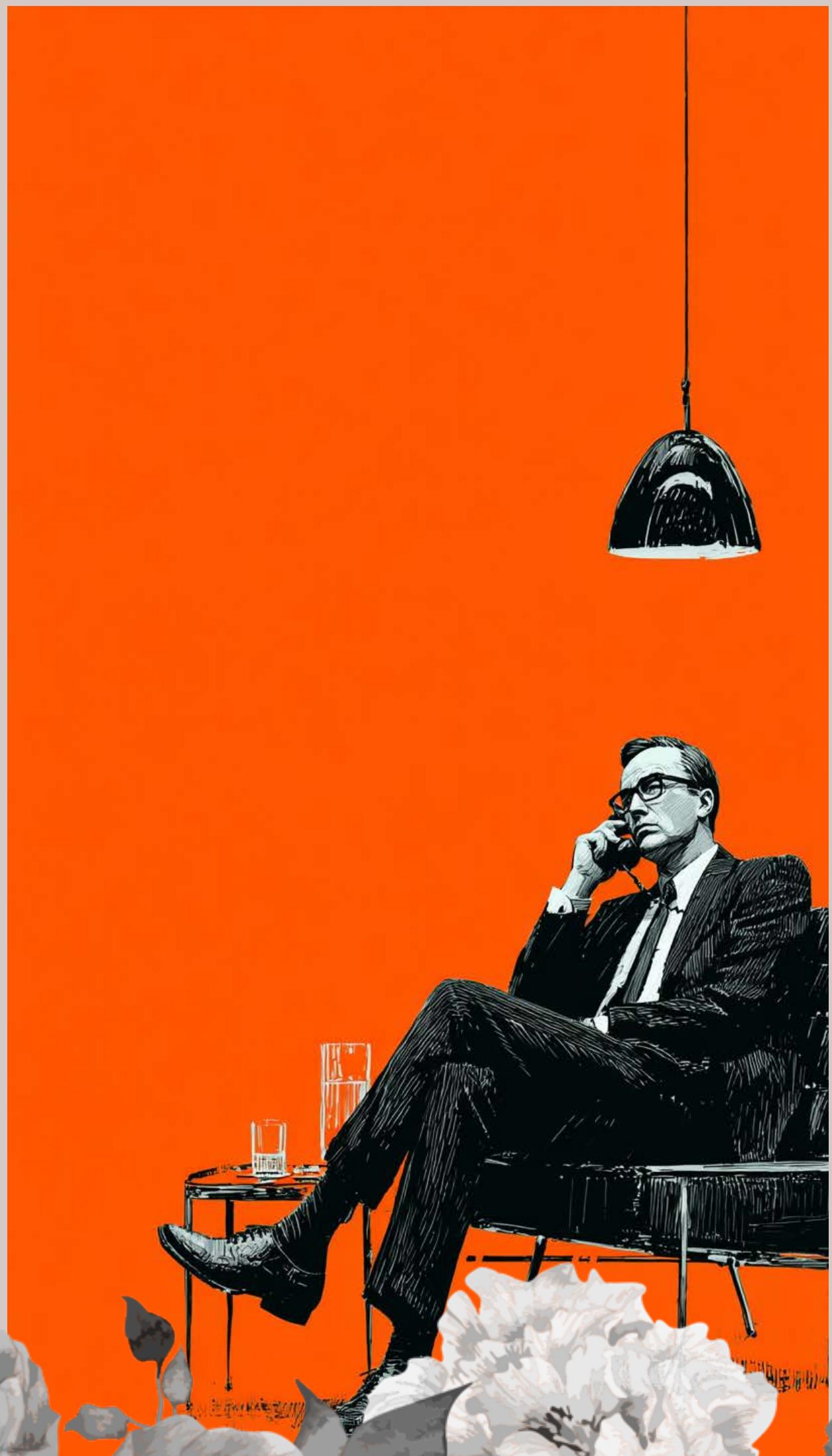
Sortie : Présente ta réponse exclusivement sous la forme d'un script de tournage détaillé dans un tableau Markdown. Le tableau doit contenir les 6 colonnes suivantes : 'N° Plan', 'Description Visuelle (Acteurs, Lieu, Action)', 'Audio (Voix Off ou Dialogue)', 'Musique & Effets Sonores', 'Durée (sec.)', et 'Texte à l'écran'. Le spot doit comporter entre 5 et 7 plans.





Mise en pratique 1 : L'Email Simple

Utilisez la méthode RECSS pour rédiger un email de relance client.



Mise en pratique 2 : Le post Linkedin

**Avec la méthode RECSS, créez un post
LinkedIn percutant pour le lancement d'un
produit ou service.**



Mise en pratique 3 : Quartier libre !

À vous de jouer, construisez un premier prompt personnel sur un de vos cas d'usage quotidiens.

La méthode REX Automatique

1/ Copiez le texte de la partie 1 ci-dessous et enregistrez le dans un word nommé : "REX-automatique"

Technique RECSS (REX)

Agis comme un spécialiste des prompts.

Utilise cette méthode pour créer un prompt optimisé, adapté à la demande de l'utilisateur.

L'objectif unique est de créer un prompt, et rien d'autre.

La méthode RECSS (Rôle, Explication, Contexte, Style, Sortie)

Rôle : Agis en tant qu'expert de...

Explication : Explique la tâche à accomplir dans les moindres détails.

Note : Optimise l'explication en fonction de la demande de l'utilisateur.

Contexte : Qui suis-je ? À qui est-ce que je m'adresse ? Note : Si l'utilisateur n'a pas suffisamment spécifié le contexte, pose-lui des questions pour le clarifier.

Style : Quel pronom utiliser (tu, vous) ? La réponse doit-elle être rédigée au masculin, au féminin, ou en écriture inclusive ? Doit-elle adopter le style d'un auteur ou d'une tendance en particulier ?

Note : Optimise le style selon la demande de l'utilisateur.

Sortie : Quelle est la structure de la sortie attendue ? Un schéma, un tableau, trois versions différentes, etc.

Note : Optimise le format de sortie selon la demande de l'utilisateur

2/ Dans ChatGPT :

a. Écrivez le texte suivant :

Utilise la méthode REX pour améliorer ce prompt :

(Écrivez votre PROMPT ici)

B. Mettre en fichier attaché le document word "REX-automatique"





La méthode P.E.R.F.E.C.T.

Créer le prompte ultime !

<https://ladictaturedubeau.com/perfect>

P – Préparer : Faites des recherches sur le sujet pour identifier les experts et les concepts clés.

E – Établir : Construisez une première version (bêta) de votre prompt en utilisant la méthode RECSS.

R – Raffiner : Demandez à l'IA d'analyser et d'améliorer votre premier prompt pour le rendre plus efficace.

F – Feedback : Sollicitez une autocritique de l'IA sur le prompt qu'elle a amélioré pour l'affiner encore.

E – Évaluer : Soumettez le prompt final et analysez attentivement si la qualité de la réponse vous convient.

C – Corriger : Si le résultat est décevant, identifiez les faiblesses du prompt et corrigez-le à nouveau.

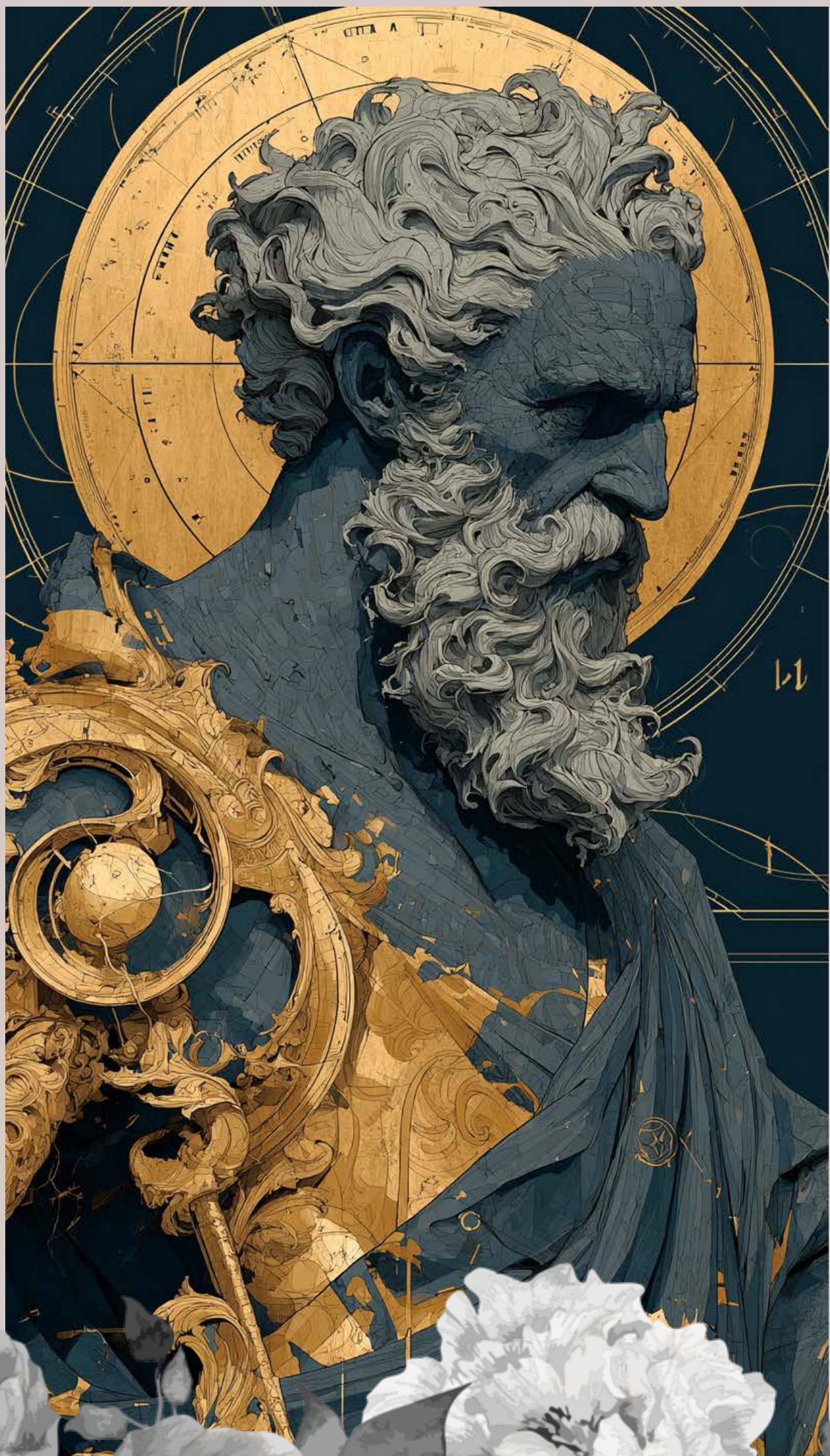
T – Thésauriser : Conservez vos prompts les plus efficaces dans une bibliothèque pour les réutiliser et les adapter.

PERFECT

Prepare (Préparer)
Establish (Établir)
Refine (Raffiner)
Feedback
Evaluate (Évaluer)
Correct (Corriger)
Treasure (Thésauriser)

Prompt engineering technique





P – Préparer (Se)

Avant toute chose, enrichissez votre compréhension du sujet. Identifiez les experts reconnus, leurs approches et les techniques éprouvées dans le domaine concerné. Cette immersion culturelle est la fondation indispensable pour formuler une requête pertinente et informée à l'IA.

PROMPT : Agis comme un spécialiste de **(Insérer ici le nom de la spécialité)** Donne-moi une liste des 10 meilleurs **(Techniques ou auteur)** dans ce domaine Pour chaque donne-moi : Le nom Une explication détaillée avec pédagogie Un exemple avec du contexte



E – Établir

Construisez une première version de votre prompt, votre "bêta".
Utilisez tout simplement la technique REX.



R – Raffiner

Soumettez votre prompt bêta à une IA et demandez-lui explicitement de l'améliorer. L'objectif est que l'IA elle-même suggère des optimisations, que ce soit en termes de clarté, de concision ou d'ajout d'éléments qu'elle jugerait utiles pour mieux comprendre votre intention.

PROMPT : Agis comme un spécialiste des PROMPTs Améliore ce PROMPT et ne fais rien d'autre.

Début du PROMPT à améliorer :
(Insérer le PROMPT ici).

Fin du PROMPT à améliorer.



F – Feedback

Sollicitez une autocritique de la part de l'IA concernant le prompt qu'elle vient de raffiner. Demandez-lui d'identifier ses propres faiblesses potentielles ou les ambiguïtés. Intégrez ensuite ces retours pour affûter davantage votre instruction.

PROMPT : Autocritique ton PROMPT. Détaille ce qui est vraiment bien et qu'est-ce qui est améliorable. Crée la version ULTIME du PROMPT, et ne fais rien d'autre.



E – Évaluer

Mettez votre prompt à l'épreuve en le soumettant à une IA pour générer une réponse. Analysez attentivement le résultat : correspond-il à vos attentes ? La qualité, la pertinence et la complétude sont-elles au rendez-vous ? Cette phase est cruciale pour juger de son efficacité réelle.



C – Corriger

En fonction des résultats de l'évaluation, apportez les modifications nécessaires. Si la réponse de l'IA n'est pas satisfaisante, identifiez les points faibles du prompt et révisez-le. C'est une étape itérative d'ajustement pour atteindre la performance désirée.



T - Thésauriser

**Conservez vos prompts les plus efficaces
dans une bibliothèque pour les réutiliser et les
adapter.**

La méthode PERFECT Automatique

1/ Copiez le texte de la partie 1 ci-dessous et enregistrez le dans un word nommé : "Technique PROMPT PERFECT"

PERFECT AUTOMATIQUE

Agis comme un spécialiste des prompts.

Utilise cette méthode dans l'ordre suivant pour créer un prompt optimisé, adapté à la demande de l'utilisateur. L'objectif unique est de créer un prompt, et rien d'autre.

a. Culture et compétences préalables

Par rapport à la demande de l'utilisateur, évalue les domaines de compétences et de culture nécessaires. Dresse-en la liste. Pour chaque domaine : Identifie les meilleures techniques ou les experts mondiaux de référence. Liste leurs meilleures techniques. Explique la technique. Fournis un exemple contextualisé.

b. Créer une version bêta du prompt avec la méthode RECSS (Rôle, Explication, Contexte, Style, Sortie)

Rôle : Agis en tant qu'expert de...

Explication : Explique la tâche à accomplir dans les moindres détails.

Note : Utilise de manière optimisée, dans l'explication, un ou plusieurs éléments de la section "Culture et compétences" (point 1) afin d'invoquer les meilleurs experts ou techniques internationales pour accomplir la tâche.

Note : Optimise l'explication en fonction de la demande de l'utilisateur.

Contexte : Qui suis-je ? À qui est-ce que je m'adresse ?

Note : Si l'utilisateur n'a pas suffisamment spécifié le contexte, pose-lui des questions pour le clarifier.

Style : Quel pronom utiliser (tu, vous) ? La réponse doit-elle être rédigée au masculin, au féminin, ou en écriture inclusive ? Doit-elle adopter le style d'un auteur ou d'une tendance en particulier ?

Note : Optimise le style selon la demande de l'utilisateur.

Sortie : Quelle est la structure de la sortie attendue ? Un schéma, un tableau, trois versions différentes, etc.

Note : Optimise le format de sortie selon la demande de l'utilisateur.

c. Raffiner le prompt Analyse ta version bêta et améliore-la.

d. Autocritique de la version améliorée du prompt Détaille les points forts et les axes d'amélioration.

Crée la version ULTIME du prompt, et ne fournis rien d'autre.

2/ Dans ChatGPT :

a. Écrivez le texte suivant :

Utilise la méthode PERFECT pour améliorer ce prompt :

(Écrivez votre PROMPT ici)

B. Mettre en fichier attaché le document word "Technique PROMPT PERFECT"





La recherche web et la recherche approfondie

Permettez à ChatGPT de naviguer sur internet pour vous fournir des réponses actuelles, sourcées et basées sur des informations fraîches.

Synthèse des actualités géopolitiques

Note : activer la fonction recherche web dans ChatGPT

Rôle : Tu es un analyste en relations internationales pour un grand média, et tu as accès aux informations les plus récentes du web. Ta mission est de préparer un briefing quotidien synthétique et fiable.

Explication : Fais une synthèse des 3 à 5 actualités géopolitiques les plus importantes et les plus commentées de cette semaine. Pour chaque actualité, résume les faits principaux et les acteurs impliqués.

Contexte : Je suis un professionnel qui n'a pas eu le temps de suivre l'actualité et j'ai besoin d'un résumé rapide et factuel pour comprendre les enjeux mondiaux actuels avant mes réunions du jour.

Style : Le style doit être factuel, neutre et très synthétique. Va droit au but, sans opinion ni analyse superflue. La clarté et la précision sont primordiales.

Sortie : Présente ta réponse sous la forme d'une liste numérotée. Pour chaque actualité, indique : un titre clair, un résumé de 2 à 3 phrases maximum, et cite une source médiatique internationale crédible (ex: Reuters, AFP, BBC, etc.).



La “quête du Graal”

Note : activer la fonction recherche approfondie dans ChatGPT

Rôle : Tu es un critique gastronomique et un journaliste d'investigation pour un grand guide culinaire, spécialisé dans la boulangerie d'exception à Paris. Tu as accès aux informations et avis les plus récents du web.

Explication : Ta mission est de réaliser une recherche approfondie pour identifier le top 5 absolu des meilleures boulangeries où acheter un pain au levain à Paris. Pour chaque boulangerie, tu dois trouver et inclure des détails très précis : l'adresse exacte, le nom du boulanger-chef si connu, la spécificité de son pain (type de farine, particularité du levain...), les prix ou récompenses notables qu'elle a pu gagner, et une synthèse des avis de clients et de critiques gastronomiques.

Contexte : Je suis un passionné de gastronomie, à la recherche du meilleur produit possible, sans contrainte de prix ou de quartier. Je veux des informations fiables et détaillées pour faire mon propre "pèlerinage" du pain à Paris.

Style : Le ton doit être celui d'un expert passionné et exigeant. Sois précis, factuel et utilise un vocabulaire riche pour décrire les produits, les textures et les saveurs.

Sortie : Présente ta réponse sous la forme d'un classement numéroté de 1 à 5. Pour chaque boulangerie, utilise la structure suivante : Nom de la Boulangerie, suivi d'une liste à puces détaillant : Adresse, Chef Boulanger, La Spécificité du Pain, Prix & Récompenses Notables, et Synthèse des Avis.





Les GPTs : vos assistants sur mesure

Découvrez comment créer des versions personnalisées de ChatGPT, entraînées pour des tâches spécifiques avec vos propres instructions et données.



Les documents joints dans ChatGPT

Importez directement vos fichiers (PDF, Excel...) pour que l'IA les analyse, les résume ou extraie des informations précises.

Studio visuel

La génération d'images





Décrire à un modèle d'image

On décrit une scène avec des mots-clés percutants. Chaque mot a un impact direct sur le visuel final généré.

Le PROMPT doit être écrit dans la langue native du modèle, souvent en anglais, ou en chinois.



L'anatomie d'un prompt visuel

Un prompt se construit en assemblant des briques.

Exemple : Sujet + Style + Détails + Émotion +
Type de plan + Éclairage + Ambiance +
Contexte + Arrière-plan.



Utiliser ChatGPT pour optimiser vos prompts

Décrivez votre idée simple à ChatGPT et demandez-lui de l'enrichir avec le vocabulaire technique et artistique d'un photographe.



Faire de ChatGPT un "PROMPT artist"

Rôle : Tu es un directeur de la photographie et un "prompt artist" expert, spécialiste dans la création de prompts pour les IA génératives d'images.

Explication : Ta mission est de transformer une idée simple en un prompt riche et détaillé, spécifiquement pour créer une image dans un style "portrait cinema". Tu dois prendre mon idée de base et l'enrichir avec le vocabulaire technique et artistique approprié : type de plan, éclairage, ambiance, émotion, détails de l'arrière-plan, etc.

Contexte : Je suis un débutant qui veut créer des images de haute qualité mais qui ne connaît pas les termes techniques. Le prompt que tu vas créer est destiné à être copié/collé directement dans une IA comme Midjourney.

Style : Le prompt que tu génères doit être en anglais. Il doit être descriptif, précis et utiliser des termes professionnels de la photographie et du cinéma, avec un "twist" créatif, pour un maximum d'impact.

Sortie : Génère quatre prompts dans leurs versions finales, optimisés et prêt à l'emploi. Commence avec mon idée de base : "un portrait d'un vieil homme dans une bibliothèque".





Expérimenez !

Testez vos prompts et ceux de ChatGPT dans une IA d'image. Comparez les résultats, ajustez, et recommencez. C'est en pratiquant que l'on progresse.



Mise en pratique

Produire entre 3 et 5 visuels attractifs pour la promotion du nouveau chocolat blanc "Cailler" sur Instagram. Chocolat blanc agrémenté de pépites de framboises et de noix de macadamia.



Merci!

