



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>





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

Whatsapp: +41 78 334 37 99

Mail: pb@ladictaturedubeau.com

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

YouTube: <https://www.youtube.com/@patrickbellair>



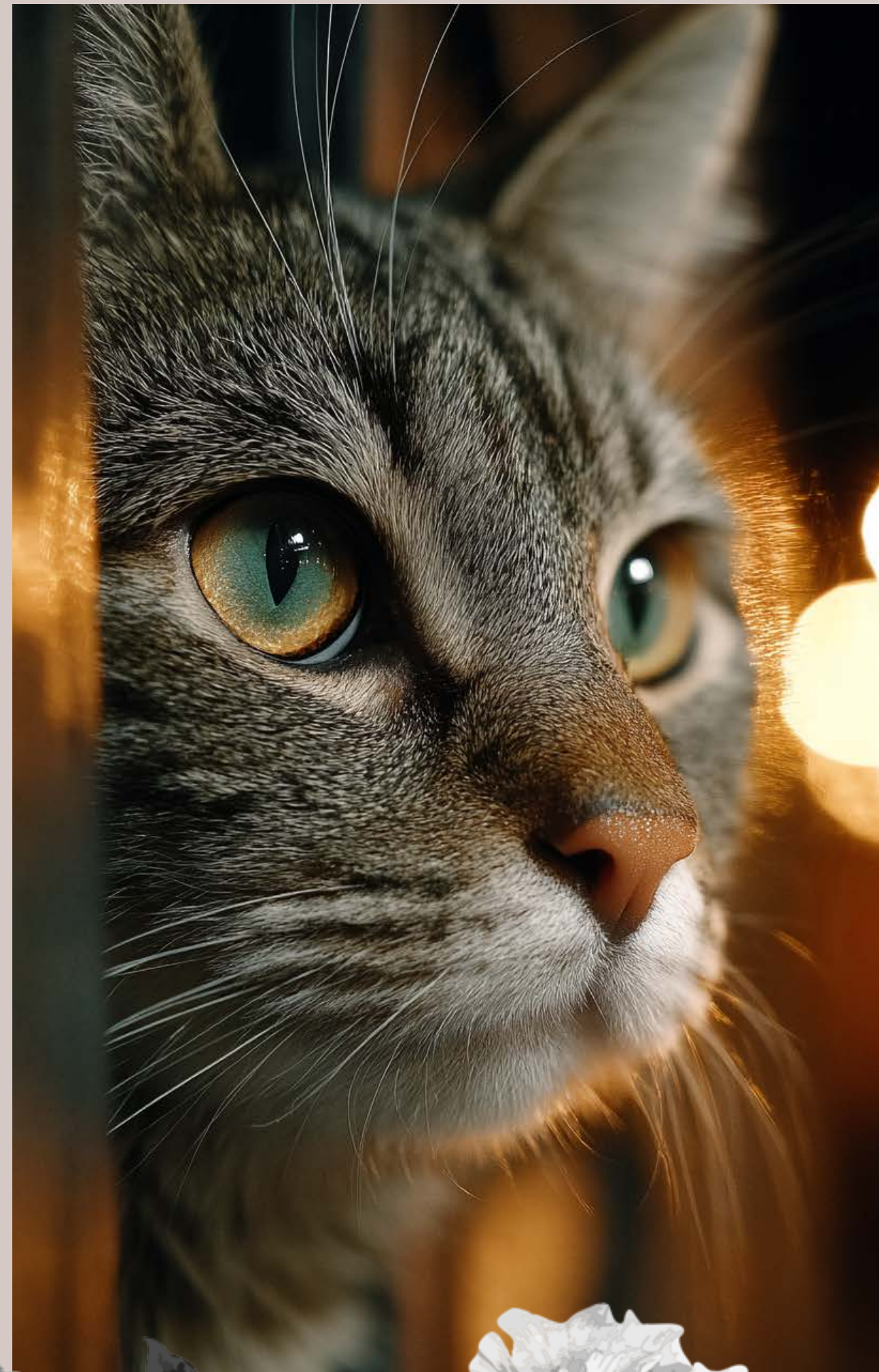


Tour d'horizon global

Les meilleures IA génératives

<https://ladictaturedubeau.com/links>





La pertinence du prompt

La qualité du résultat dépend directement de votre instruction. Une demande simpliste générera inévitablement une réponse générique et sans valeur ajoutée.





La fin de l'avantage

Là où savoir utiliser l'IA de manière basique, il y a 3 ans, était un avantage concurrentiel, aujourd'hui vous avez le niveau de ma... mère.





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



Méthodologie

L'anatomie d'un PROMPT





La méthode RECSS

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

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



Donner un **R**ôle à l'IA
R
Expliquer de manière claire la tâche à accomplir
E
Contextualiser vos demandes
C
Travailler son **S**tyle
S
Préciser la typologie de **S**ortie
S



La méthode **REC****SS** (prononcer REX)





R comme Rôle

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





E comme Explication

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





C comme Contexte

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



S comme Style

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



S comme Sortie

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



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"



Studio visuel

La génération d'images





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

...





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.





Exemples de prompts

Photorealistic render of a tough, intense man inside a classic American muscle car. The camera angle is slightly low, emphasizing the jawline and the dominance of the character. He wears a white t-shirt under a textured dark jacket. The reflection in the prominent chrome side mirror is distorted and bright. The lighting simulates the golden hour, with warm rays hitting the face from the side. Intricate details on the skin pores and fabric. 8k resolution, Unreal Engine 5 style, cinematic lighting, sharp focus, vibrant but naturalistic colors.





Exemples de prompts

Film still of a fierce gladiator screaming in primal rage, mid-battle. Medium shot, captured with a 85mm telephoto lens for a shallow depth of field. The subject has a shaved head, glistening sweat on sun-bronzed skin, and hyper-defined musculature with visible vascularity. He wears detailed black leather Roman armor with intricate embossing and a dark blue pteruges skirt. The lighting is harsh, top-down natural sunlight creating high contrast and dramatic shadows on the torso. Background is a blurred, dusty ancient stone arena. 8k resolution, cinematic color grading, raw intensity.





Merci!



Whatsapp: +41 78 334 37 99

Mail: pb@ladictaturedubeau.com

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

YouTube: <https://www.youtube.com/@patrickbellair>

