

J'entre en RH

29<sup>€</sup><sub>95</sub>

# Cahier de IA et RH

+ Qes  
quiz  
pour jouer  
en équipe !

Tout le  
programme!

Performance

Entretien  
professionnel!

Outils IA

Docu-Jeux

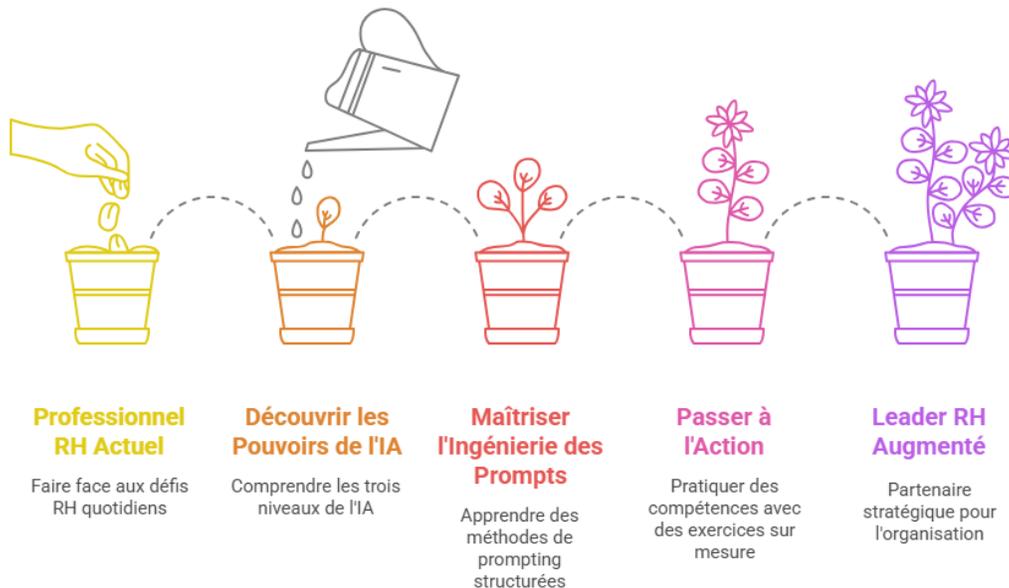
Avec plein  
d'autocollants



L'inventeur du cahier de RH

# Mon Carnet de Vacances IA pour les RH : Votre Mission Estivale pour Devenir un Super-Héros de l'IA!

Pendant que le soleil recharge vos batteries, si on rechargeait aussi vos super-pouvoirs RH? Bienvenue dans votre carnet de vacances pas comme les autres! Votre mission, si vous l'acceptez : transformer vos pauses-café, entre deux baignades ou randonnées, en sessions de brainstorming avec l'intelligence artificielle la plus pointue. Oubliez les tâches fastidieuses, ce carnet est conçu pour être ludique, pratique et immédiatement applicable.



Au fil de ces pages, nous embarquerons pour un voyage en trois étapes, conçu spécialement pour vous, professionnels des Ressources Humaines visionnaires :

1. **Découvrir vos Nouveaux Pouvoirs** : Nous allons décoder ensemble les trois niveaux de puissance de l'IA. Vous apprendrez à distinguer une simple commande d'une véritable délégation stratégique.
2. **Maîtriser la Magie du Prompt** : Vous découvrirez comment "parler" à l'IA pour obtenir exactement ce que vous voulez, grâce à des méthodes structurées comme ROCCA et RCT. C'est l'art de donner les bonnes instructions pour des résultats exceptionnels.
3. **Passer à l'Action** : Vous mettrez en pratique ces nouvelles compétences à travers des exercices concrets, taillés sur mesure pour les défis quotidiens du monde RH.

Maîtriser ces outils n'est pas seulement une question de gain de temps ou d'efficacité. C'est une démarche stratégique pour réinventer votre fonction. En déléguant les tâches répétitives à l'IA, vous libérez votre potentiel pour vous concentrer sur ce qui compte vraiment : l'humain, la stratégie, la créativité et l'impact. Vous êtes sur le point de devenir un leader RH augmenté, un véritable partenaire stratégique pour votre organisation. Alors, prêt(e) à commencer l'aventure?

# Partie 1 : Les 3 Niveaux de Puissance de l'IA - De l'Apprenti au Maître Jedi

Comprendre l'IA, c'est un peu comme apprendre à maîtriser une nouvelle force. Il y a différents niveaux de puissance, et chaque niveau débloque de nouvelles possibilités. Cette progression technique est une parfaite métaphore de l'évolution de la fonction RH elle-même : du rôle administratif transactionnel à celui de partenaire business stratégique. Explorons ensemble ces trois niveaux.

## Niveau 1 : Le Dialogue Simple (Entrée-Sortie) - L'IA comme Encyclopédie Instantanée

C'est le niveau le plus fondamental de l'interaction avec une IA. Vous posez une question directe, vous obtenez une réponse directe. C'est le principe de l'**Entrée-Sortie** (Input-Output).<sup>4</sup> L'IA agit ici comme une encyclopédie universelle, un traducteur instantané ou un assistant administratif qui vous donne une information factuelle sans délai. C'est l'équivalent de l'

**HR transactionnel** : rapide, efficace pour des tâches précises, mais purement réactif.

### Exercice "Premiers Pas"

**Votre mission** : Obtenir 3 définitions claires pour votre glossaire RH. Prenez votre smartphone ou votre ordinateur et lancez votre IA préférée (ChatGPT, Copilot, Gemini, etc.).

1. **Demandez à l'IA** : Qu'est-ce que la GPEC (Gestion Prévisionnelle des Emplois et des Compétences) en Suisse et quelles sont ses spécificités par rapport à la France?
2. **Demandez** : Synthétise en 3 points clés la loi sur le travail (LTr) en Suisse concernant les heures supplémentaires pour les cadres.
3. **Demandez** : Traduis l'expression "certificat de travail intermédiaire" en allemand, italien et anglais.

**Objectif de l'exercice** : Se familiariser avec l'IA pour des réponses factuelles et rapides. Remarquez la vitesse à laquelle vous obtenez des informations qui auraient nécessité plusieurs recherches manuelles.

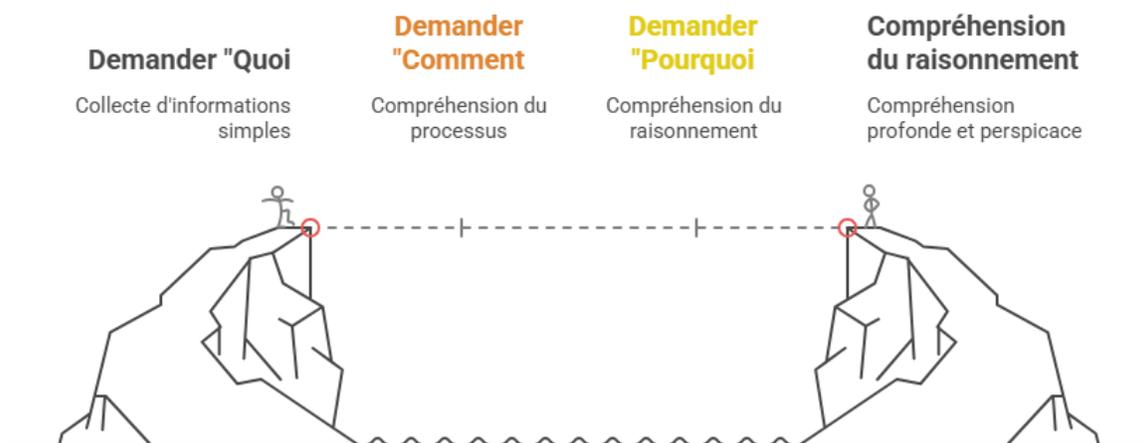
## Niveau 2 : La Chaîne de Pensée (Chain of Thought) - L'IA Révèle sa Stratégie

Ici, nous passons un cap. Au lieu de demander simplement "quoi", nous demandons aussi "comment" et "pourquoi". En ajoutant des instructions simples comme "pense étape par étape" ou "explique ton raisonnement", vous demandez à l'IA de vous montrer son processus de réflexion. C'est la technique de la

**Chaîne de Pensée** (Chain of Thought). L'IA ne se contente plus de donner un résultat, elle décompose sa logique, justifie ses choix et vous présente un plan structuré.

C'est l'équivalent de l'**HR tactique**. Vous ne demandez pas seulement un modèle de plan d'intégration, vous demandez un plan d'intégration et la logique qui le sous-tend, ce qui vous permet de le valider, de l'adapter et de vous l'approprier en toute confiance.

### De Demander Quoi à Comprendre Pourquoi



#### Exercice "L'Architecte de Processus"

**Votre mission :** Co-créer un processus RH avec l'IA en comprenant sa logique.

- **Votre prompt :** Je dois créer un processus pour gérer les demandes de formation continue de nos collaborateurs. Pense étape par étape et décris un plan d'action simple en 5 phases, de la demande initiale du collaborateur jusqu'à la mesure du retour sur investissement de la formation. Pour chaque étape, explique brièvement pourquoi elle est importante pour l'entreprise et pour le collaborateur.

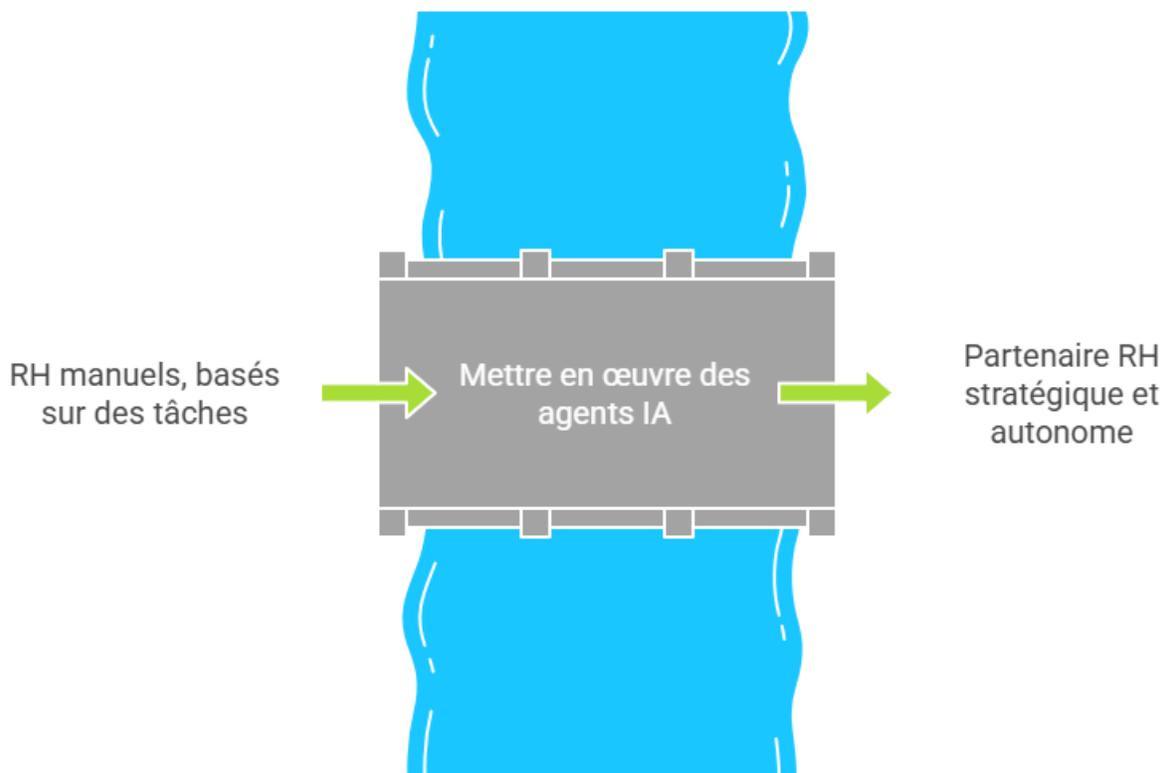
**Objectif de l'exercice :** Utiliser la chaîne de pensée pour générer des plans d'action structurés. Vous n'obtenez pas seulement une liste de tâches, mais une véritable stratégie de processus, ce qui vous positionne en pilote et non en simple exécutant.

### Niveau 3 : L'IA Agentique - Votre Co-Pilote Stratégique et Autonome

Bienvenue dans le futur des RH. L'**IA agentique** représente le saut quantique de l'outil réactif au partenaire proactif. Un agent IA est un système capable de comprendre un objectif de haut niveau, de percevoir son environnement (en se connectant à des API, des bases de données, etc.), de raisonner, de planifier une séquence d'actions complexes et de les exécuter de manière autonome pour atteindre cet objectif.

En d'autres termes, vous ne lui donnez plus une tâche, vous lui confiez une **mission**. C'est l'équivalent de l'**HR en tant que Business Partner stratégique**. Vous ne dites plus "rédige une annonce", mais "Objectif : réduis de 15% le temps de recrutement pour les postes de vente". L'agent IA va alors, de lui-même, analyser le marché, optimiser les annonces, sourcer des candidats sur LinkedIn, présélectionner les CV et planifier les entretiens dans votre agenda.

Les agents IA transforment les RH de réactifs à proactifs



## Exercice "Le Visionnaire"

**Votre mission :** Définir une mission pour votre futur agent IA RH.

- *Imaginez que vous disposez d'un assistant IA agentique parfaitement intégré à vos systèmes RH. Quel grand objectif stratégique lui confieriez-vous? Décrivez-le en une phrase. Ensuite, listez au moins 5 actions ou tâches que cet agent pourrait accomplir de manière autonome pour atteindre cet objectif.*
  
- **Exemple :**
  - **Objectif Stratégique :** Améliorer le bien-être et réduire le risque de burn-out au sein du département marketing.
  - **Actions de l'Agent IA :**
    1. Analyser les données anonymisées de connexion aux systèmes pour identifier les schémas de sur-travail (connexions tardives, travail le week-end).
    2. Déployer des micro-sondages de pouls ("pulse surveys") hebdomadaires via le chat interne pour mesurer le moral.
    3. Proposer proactivement et de manière confidentielle des ressources de bien-être (articles, sessions de méditation, contacts utiles) aux équipes identifiées comme étant en tension.
    4. Interagir avec les agendas de l'équipe pour suggérer et planifier des pauses "sans réunion" afin de garantir des temps de déconnexion.
    5. Générer un rapport mensuel de tendances, entièrement anonymisé, pour le management RH et marketing, avec des recommandations concrètes basées sur les données collectées.

**Objectif de l'exercice :** Vous projeter dans le futur de la collaboration Homme-IA. Cet exercice vous entraîne à penser en termes d'objectifs business et de délégation de missions complètes, la compétence clé des futurs leaders RH.

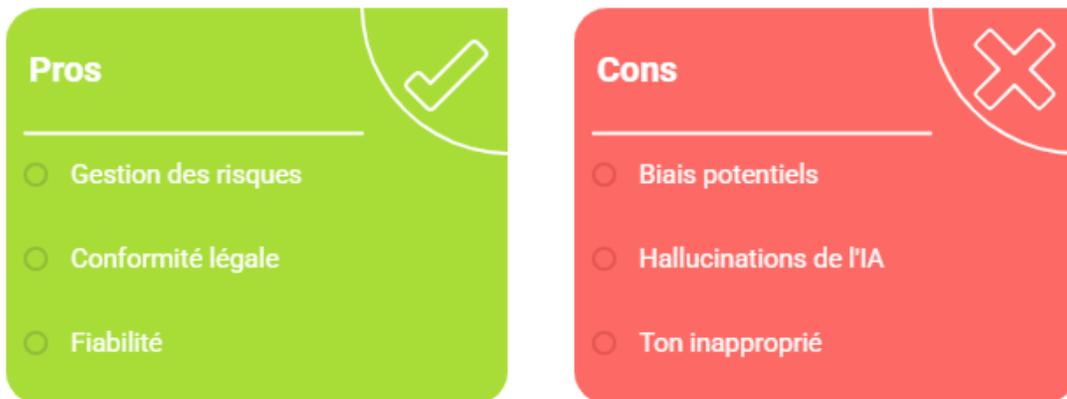
Niveau d'IA	Analogie RH	Tâche Type	Exemple de Prompt Simple	Super-pouvoir Acquis
<b>Niveau 1 : Entrée-Sortie</b>	L'Assistant RH Transactionnel	Obtenir une information factuelle	Quelle est la durée du congé maternité en Suisse?	<b>Clarté Instantanée</b>
<b>Niveau 2 : Chaîne de Pensée</b>	Le Spécialiste RH Tactique	Concevoir un processus	Crée un plan d'entretien de départ, étape par étape.	<b>Profondeur Stratégique</b>
<b>Niveau 3 : IA Agentique</b>	Le Partenaire Business RH	Déléguer un objectif complet	Objectif : Augmenter de 30% le nombre de candidatures qualifiées pour nos postes de développeurs.	<b>Autonomie et Impact</b>

## Partie 2 : L'Art du Prompt - Votre Baguette Magique pour Piloter l'IA

Maintenant que vous connaissez les différents niveaux de puissance, il est temps d'apprendre à les piloter avec précision. Un "prompt" est simplement l'instruction que vous donnez à l'IA. Mais un *bon* prompt, c'est bien plus que ça. Pour un professionnel RH, un prompt bien structuré n'est pas qu'un moyen d'obtenir une meilleure réponse ; c'est un outil de **gestion des risques**.

Dans un domaine où la conformité légale (droit du travail, RGPD), la confidentialité des données et la sensibilité humaine sont reines, une erreur de l'IA n'est pas un simple bug. Elle peut devenir un problème légal, dégrader le climat social ou nuire à votre marque employeur.<sup>15</sup> Les modèles de langage peuvent "halluciner" des faits, amplifier des biais ou adopter un ton inapproprié s'ils ne sont pas guidés.<sup>5</sup> Les méthodes de prompting comme ROCCA et RCT sont des garde-fous. Elles vous forcent à être délibéré, à définir des limites et à anticiper l'impact de vos communications, transformant l'IA en un allié sûr et fiable.

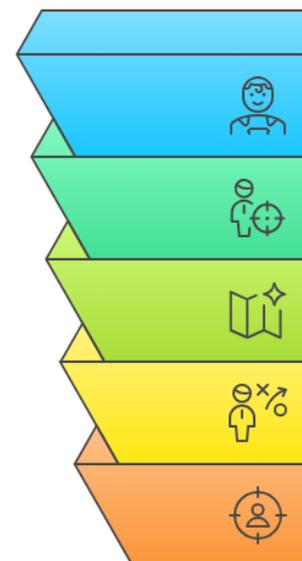
### Prompts structurés



## La Méthode ROCCA : Votre Formule Secrète pour des Résultats d'Exception

La méthode **R.O.C.C.A.** est votre formule magique pour briefier l'IA sur des tâches complexes et sensibles. Elle garantit que toutes les dimensions de votre demande sont couvertes de manière exhaustive.<sup>2</sup> Pensez-y comme à la checklist de lancement d'une fusée : chaque étape est cruciale pour le succès de la mission.

- **R - Rôle** : Quel costume de super-héros enfiler votre IA? Expert en recrutement, Spécialiste en communication de crise, Coach en développement de carrière... Attribuer un rôle précis active l'expertise correspondante dans le modèle.<sup>2</sup>
- **O - Objectif** : Quelle est la mission top-secrète? Soyez ultra-précis sur le résultat attendu. Rédiger une annonce, Créer 5 questions d'entretien, Proposer un plan d'action.
- **C - Contexte** : La carte au trésor. Donnez toutes les informations indispensables : culture d'entreprise, public cible, documents de référence, exemples de ce que vous aimez (et n'aimez pas).
- **C - Contraintes** : Les règles du jeu à ne pas franchir. C'est ici que vous gérez le risque. Ton (formel, empathique), format (puces, tableau), longueur, éléments à éviter (ne pas mentionner la réorganisation), mots-clés à inclure (langage inclusif, valeurs de l'entreprise).
- **A - Audience** : Pour qui est le message? Des candidats, des managers, le comité de direction? Le style, le vocabulaire et le niveau de détail en dépendent totalement.



## Exercice "Le Super-Prompt ROCCA"

**Votre mission :** Rédiger une communication interne délicate sur une nouvelle politique de télétravail, en utilisant la fiche de travail ci-dessous pour construire votre prompt pas à pas.

### Fiche de Travail ROCCA

1. Rôle que je donne à l'IA :

(Exemple : Tu es un expert en communication interne et en gestion du changement, reconnu pour ton approche empathique, transparente et rassurante.)

.....  
.....  
.....

2. Mon Objectif :

(Exemple : Rédiger un e-mail destiné à tous les collaborateurs pour annoncer la nouvelle politique de télétravail, qui passera de 3 à 2 jours par semaine. L'objectif est de présenter la décision de manière constructive, d'expliquer la logique derrière ce choix, d'anticiper les questions et de maintenir un climat de confiance.)

.....  
.....  
.....

3. Contexte Essentiel :

(Exemple : Notre entreprise est une PME de 150 personnes dans le secteur de la tech en Suisse. La décision a été prise par le CODIR pour renforcer la collaboration, la créativité et la cohésion d'équipe en présentiel. La nouvelle politique entrera en vigueur le 1er octobre, soit dans deux mois.)

.....  
.....  
.....

4. Contraintes à Respecter (votre garde-fou!) :
- (Exemple : Le ton doit être humain, positif et non directif. Éviter le jargon corporate. Le mail ne doit pas dépasser 400 mots. Mettre l'accent sur les bénéfices de la collaboration en personne. Mentionner que des sessions de questions-réponses avec les RH et le management seront organisées. Ne SURTOUT PAS présenter cela comme une sanction ou une perte d'avantage.)

.....

.....

.....

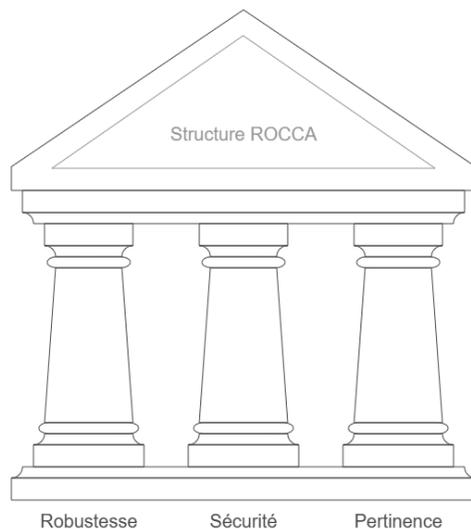
5. L'Audience Cible :
- (Exemple : L'ensemble des collaborateurs, qui sont très attachés à la flexibilité et pourraient percevoir ce changement négativement. Il faut les rassurer et les impliquer.)

.....

.....

.....

**Objectif de l'exercice :** Intérioriser la structure ROCCA pour construire des prompts robustes, sécurisés et parfaitement adaptés aux enjeux humains et légaux des RH. C'est votre assurance qualité pour les communications sensibles.



## La Méthode RCT : L'Alternative Rapide pour le Quotidien

Pour les tâches de tous les jours, ROCCA peut être un peu lourd. La méthode **RCT (Rôle, Contexte, Tâche)** est l'alternative légère, rapide et redoutablement efficace.<sup>1</sup> C'est votre couteau suisse pour le brainstorming, la génération d'idées ou la rédaction de textes courts.

### Exercice "Le Prompt Express"

**Votre mission :** Générer 3 idées de questions pour un entretien en moins de 30 secondes.

- **Votre prompt RCT :** Rôle : Recruteur technique expérimenté. Contexte : Je m'apprête à interviewer un candidat pour un poste de Chef de Projet junior dans une agence web. Tâche : Donne-moi 3 questions comportementales pour évaluer sa capacité à gérer des priorités concurrentes et à communiquer avec des clients difficiles.

**Objectif de l'exercice :** Maîtriser la méthode RCT pour obtenir des résultats rapides et ciblés, transformant l'IA en un partenaire de sparring instantané.

Caractéristique	Méthode RCT (Simple)	Méthode ROCCA (Complète)
<b>Composition</b>	Rôle, Contexte, Tâche	Rôle, Objectif, Contexte, <b>Contraintes, Audience</b>
<b>Idéal Pour</b>	Tâches rapides, brainstorming, questions simples. <sup>1</sup>	Communications sensibles, documents officiels, stratégies complexes. <sup>2</sup>
<b>Avantage Clé</b>	Vitesse et simplicité.	Précision, sécurité et contrôle du ton. <sup>2</sup>
<b>Exemple d'Usage</b>	"Génère 5 idées de titres pour notre newsletter RH."	"Rédige une lettre de refus de candidature humaine et constructive."

## La Boîte à Outils du Pro : Les Commandes de Rôle et de Tonalité

Pour aller encore plus vite, vous pouvez utiliser des "commandes" directes, souvent avec un slash /, pour assigner un rôle ou un ton. C'est un raccourci magique qui rend vos instructions encore plus claires pour l'IA.

La Boîte à Outils des Rôles et Tonalités (/rôle & /ton)	
Rôles Efficaces (/rôle)	Tonalités Puissantes (/ton)
/consultant: Pour une stratégie de marque employeur.	/human: Pour des messages chaleureux et empathiques.
/coach: Pour préparer des entretiens difficiles.	/formal: Pour des courriers juridiques ou officiels.
/lawyer: Pour vérifier des clauses contractuelles.	/funny: Pour des relances légères et décalées.
/marketer: Pour un post LinkedIn attractif.	/persuasive: Pour un argumentaire convaincant.
/analyst: Pour évaluer des données (ex: turnover).	/supportive: Pour un feedback constructif et bienveillant.
/storyteller: Pour créer un récit d'intégration inspirant.	/direct: Pour une synthèse claire et sans détour.

## Partie 3 : Cas Pratiques - Mettez vos Nouveaux Super-Pouvoirs à l'Épreuve!

La théorie, c'est bien. La pratique, c'est mieux! Les exercices suivants sont conçus pour vous faire combiner toutes les compétences que vous venez d'acquérir : les niveaux de puissance de l'IA et les méthodes de prompting. C'est le moment de passer en mode "Super-Héros RH"!

### Exercice 1 : "La Chasse aux Talents 2.0"

**Objectif :** Simuler un mini-processus de recrutement de A à Z, en utilisant l'IA à chaque étape clé pour gagner en qualité et en efficacité.

- **Étape 1 : L'Annonce Magnétique (Méthode ROCCA)**
  - **Votre mission :** Rédiger une annonce de poste qui sort du lot.
  - **Action :** Prenez une feuille blanche (ou un nouveau document) et utilisez la structure de la fiche de travail ROCCA de la partie 2. Construisez un prompt complet pour créer une annonce de poste pour un "**Responsable Formation & Développement**" au sein d'une entreprise de conseil de 200 personnes basée en Suisse romande, qui valorise l'innovation et l'autonomie. N'oubliez pas les contraintes (ton dynamique, langage inclusif, 500 mots max) et l'audience (talents confirmés cherchant un nouveau défi).
- **Étape 2 : Les Questions qui Révèlent (Chaîne de Pensée + STAR)**
  - **Votre mission :** Préparer une grille d'entretien pertinente.
  - **Action :** Une fois votre annonce générée, enchaînez avec ce prompt : En te basant sur l'annonce de poste précédente pour le Responsable Formation & Développement, génère 5 questions d'entretien comportementales utilisant la méthode STAR (Situation, Tâche, Action, Résultat). Pour chaque question, explique quelle compétence clé de l'annonce elle permet d'évaluer. Pense étape par étape pour structurer ta réponse..

- **Étape 3 : Le Refus Bienveillant (ROCCA + /ton)**
  - **Votre mission :** Transformer une mauvaise nouvelle en une expérience candidat positive.
  - **Action :** Construisez un nouveau prompt, cette fois pour rédiger un e-mail de refus à un excellent candidat qui n'a finalement pas été retenu.
    - Commencez votre prompt par la commande /human.<sup>2</sup>
    - Utilisez la méthode **ROCCA** pour structurer votre demande :
      - **Rôle :** Recruteur senior, empathique et soucieux de la marque employeur.
      - **Objectif :** Rédiger un e-mail de refus personnalisé, humain et constructif, qui laisse une impression positive durable au candidat.
      - **Contexte :** Le candidat (Jean Dupont) était finaliste, très compétent, mais un autre profil correspondait encore mieux à la culture d'équipe.
      - **Contraintes :** Mentionner un point fort spécifique de sa candidature (ex: "votre vision de la formation digitale"). Ne pas donner de faux espoirs mais l'encourager à postuler à l'avenir. Être sincère et éviter les phrases toutes faites.
      - **Audience :** Un professionnel de haut niveau qui a investi du temps dans le processus.

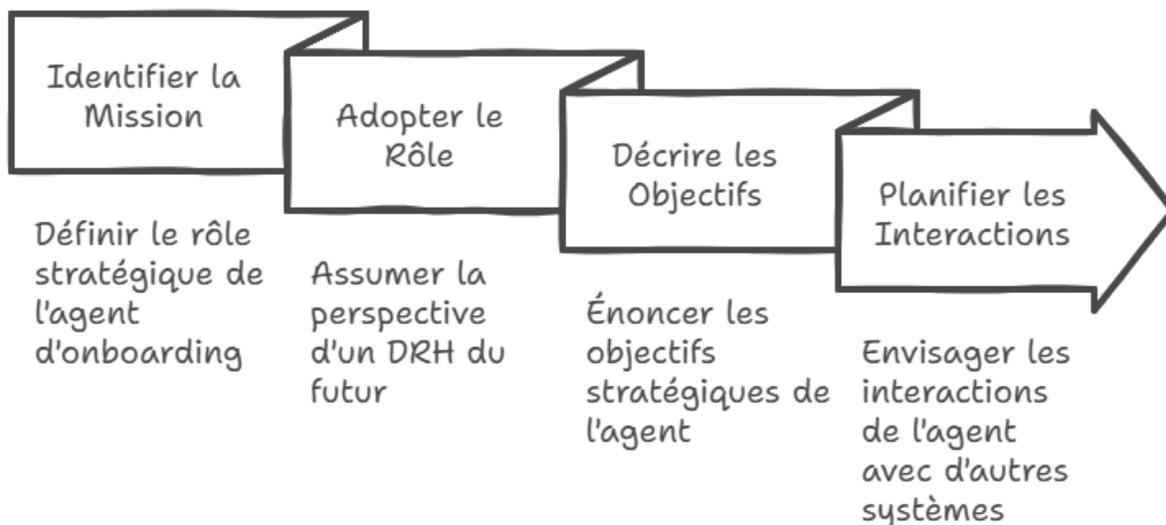
## Exercice 2 : "L'Architecte de l'Expérience Collaborateur"

**Objectif :** Simuler un projet d'amélioration de l'expérience d'intégration (onboarding) d'un nouvel employé.

- **Étape 1 : Le Brainstorming d'Onboarding (Méthode RCT)**
  - **Votre mission :** Générer des idées créatives rapidement.
  - **Action :** Utilisez un prompt RCT express pour lancer la créativité : Rôle : Expert en expérience collaborateur (Employee Experience) dans une start-up innovante. Contexte : Nous voulons totalement réinventer la première semaine de nos nouveaux employés pour qu'elle soit inoubliable. Tâche : Liste 10 idées originales et à faible coût pour marquer les esprits dès le premier jour..

- **Étape 2 : Le Mail de Bienvenue Parfait (Méthode ROCCA)**
  - **Votre mission :** Concrétiser une des idées générées.
  - **Action :** Choisissez une des idées de l'étape 1 (par exemple, "Organiser un café de bienvenue avec 3 personnes clés en dehors de son équipe directe"). Rédigez un prompt **ROCCA** pour créer le modèle d'e-mail de bienvenue parfait, envoyé par le manager une semaine avant l'arrivée, qui annonce ce café de bienvenue et présente brièvement les personnes que le nouvel arrivant rencontrera.
- **Étape 3 : La Vision de l'Agent d'Onboarding (Niveau 3 - Agentique)**
  - **Votre mission :** Penser stratégiquement l'automatisation.
  - **Action :** Mettez-vous dans la peau d'un DRH du futur. Décrivez en 3 points la mission stratégique que vous confieriez à un **agent IA d'onboarding** pour automatiser et personnaliser entièrement le premier mois d'un nouveau collaborateur. Pensez aux interactions de l'agent avec d'autres systèmes (agenda pour planifier les réunions, SIRH pour les données admin, plateforme de e-learning pour assigner les modules, etc.).

### Processus de Vision de l'Agent d'Onboarding



## Conclusion : Votre Prochaine Aventure RH avec l'IA

Félicitations! Vous êtes arrivé(e) au bout de votre carnet de vacances. Les doigts de pied sont peut-être encore en éventail, mais votre cerveau, lui, a fait un véritable marathon stratégique.

### Récapitulatif de vos Super-Pouvoirs

Au cours de cette mission estivale, vous avez acquis des compétences fondamentales pour l'avenir de votre métier. Vous savez maintenant :

- **Distinguer les 3 niveaux de l'IA**, de la simple réponse factuelle (Entrée-Sortie) à la délégation d'une mission complète à un partenaire proactif (IA Agentique).
- **Piloter l'IA avec précision et sécurité**, en utilisant la méthode **RCT** pour vos besoins quotidiens et la méthode **ROCCA** pour vos communications les plus stratégiques et sensibles.
- **Appliquer concrètement ces compétences** pour réinventer des processus clés comme le recrutement, la communication interne et l'expérience collaborateur.

Vous n'êtes plus un simple utilisateur d'IA. Vous êtes un architecte de solutions, capable de dialoguer intelligemment avec la technologie pour créer plus de valeur humaine.

### Un Pied dans le Futur

Votre aventure ne fait que commencer. Le prochain horizon, déjà en vue, est celui des **systèmes multi-agents orchestrés**. Imaginez un écosystème où votre agent de recrutement communique automatiquement avec l'agent d'onboarding, qui lui-même dialogue avec l'agent de formation et l'agent de gestion de la performance. Ensemble, ils coordonnent leurs actions pour gérer le cycle de vie du collaborateur de manière fluide, personnalisée et proactive.<sup>12</sup> En maîtrisant les concepts de ce carnet, vous vous êtes positionné(e) non pas pour suivre cette révolution, mais pour la mener.

## Le Mot de la Fin

Les vacances se terminent, mais votre exploration de l'IA, elle, est infinie. Rentrez au bureau avec de nouvelles idées, de nouvelles compétences, et surtout, l'envie d'expérimenter. Testez un prompt RCT pour votre prochaine réunion. Esquissez un prompt ROCCA pour votre prochaine communication importante. Le futur des RH est un terrain de jeu passionnant, et vous avez désormais toutes les cartes en main.

Amusez-vous !

## Transformation des RH alimentée par l'IA

