

# La méthode de Prompting V.I.S.I.O.N.

+ Votre Guide de Soins de la Peau Amélioré par l'IA

Louise **B.ai**

# La méthode de Prompting V.I.S.I.O.N.

Mais la plupart des gens ne réalisent pas qu'ils peuvent façonner les résultats avec quelques techniques simples. C'est là que le **cadre V.I.S.I.O.N.** entre en jeu.

## Instruction de prompting

Le prompting est la façon dont nous donnons des instructions aux outils d'IA comme ChatGPT.

## Votre Partenaire Virtuel Astucieux

Comme si vous parliez à un assistant super intelligent, vous lui dites ce dont vous avez besoin, comment vous le voulez, et pour qui.

## Meilleur prompting = Meilleurs résultats

Plus votre prompt est bon, meilleure sera la réponse de l'IA.





# Le Cadre V.I.S.I.O.N.

Avant de plonger dans la routine, décomposons rapidement la signification du prompting et du cadre V.I.S.I.O.N.

## Simple & Efficace

Une méthode simple mais puissante conçue pour vous aider à élaborer de meilleurs prompts et maximiser vos résultats avec ChatGPT ou tout autre outil d'IA.

## Résultats de de Qualité Supérieure

Il est facile à mémoriser, hautement adaptable et fonctionne pour n'importe quel sujet—parfait pour obtenir des résultats cohérents et de haute qualité dans vos conversations avec l'IA.

# Comprendre le Cadre V.I.S.I.O.N.



V

## Vérifier la Tâche

Définir clairement l'objectif, l'action requise et le format de sortie attendu.



I

## Identifier le Rôle de l'IA

Préciser le personnage que l'IA devrait adopter, le public cible, ainsi que le ton et le style souhaités.



S

## Spécifier les Contraintes et Ajouter du Contexte

Fournir des détails pertinents, des limitations et des points de données.

# Comprendre le Cadre V.I.S.I.O.N.



I

## Itérer pour Améliorer

Examiner le résultat initial et l'affiner avec des prompts de suivi.



O

## Optimiser pour la Clarté

S'assurer que le résultat est clair, concis et bien formaté.



N

## Naviguer l'Utilisation du Résultat

Déterminer comment le résultat sera utilisé, comment il devrait être reformaté pour différents canaux, et effectuer des vérifications finales pour s'assurer qu'il répond à l'objectif initial.

# Application du Cadre V.I.S.I.O.N.



Louise **B.ai**

**Exemple de Guide de  
Routine de Soins de la Peau  
Un Guide de Routine de  
Soins de la Peau en 5  
Étapes pour les Débutants  
avec une Peau Sensible**

Obtenez un teint sain et éclatant avec cette routine de soins de la peau simple et efficace, conçue spécifiquement pour les personnes à peau sensible.

# Application du *Cadre V.I.S.I.O.N.*

## 5 ETAPES FACILES

Un Guide de Routine de Soins de la Peau en 5 Étapes pour les Débutants avec une Peau Sensible  
Obtenez un teint sain et éclatant avec cette routine de soins de la peau simple et efficace, conçue spécifiquement pour les personnes à peau sensible.

### 1. Vérifier la Tâche

- **Objectif:** Fournir une ressource précieuse qui aide les utilisateurs à améliorer leur routine de soins de la peau.
- **Verbe d'Action:** Créer
- **Format de Sortie Attendu:** Un guide étape par étape.

### 2. Identifier le Rôle de l'IA

- **Rôle de l'IA:** Conseiller en Soins de la Peau.
- **Public:** Personnes intéressées à améliorer leurs soins de la peau.
- **Ton et Style:** Informatif, utile et encourageant.

### 3. Spécifier les Contraintes et Ajouter du Contexte

- **Détails Clés:** Se concentrer sur la création d'une routine pour les débutants avec une peau sensible.
- **Contraintes:** Garder le guide concis (5 étapes).
- **Points de Données:** Inclure des informations sur l'importance des tests cutanés et des ingrédients doux.

- **Révision du Premier Brouillon:** Vérifier si les étapes sont claires et faciles à suivre.
- **Prompts de Suivi:** "Suggérer des recommandations de produits pour chaque étape."
- **Perspectives Alternatives:** "Créer une variante de ce guide pour les peaux sujettes à l'acné."

#### 4. Itérer pour Améliorer

- **Utilisation Prévue:** Être offert comme téléchargement gratuit sur un blogue de beauté.
- **Reformater pour les Canaux:** "Créer un court résumé pour une publication sur les médias sociaux promouvant le guide."

#### 6. Naviguer l'Utilisation du Résultat

#### 5. Optimiser pour la Clarté

- **Simplifier ou Élaborer:** Utiliser un langage simple et éviter le jargon technique.
- **Raffinement du Format:** "Formater le guide avec des en-têtes, des points et une mise en page visuellement attrayante."



#### PROMPT COMPLET

**Créer un guide de routine de soins de la peau en 5 étapes pour les débutants avec une peau sensible. Agir en tant que Conseiller en Soins de la Peau. Le ton doit être informatif, utile et encourageant. Inclure des informations sur l'importance des tests cutanés et des ingrédients doux. Formater le guide avec des en-têtes, des points et une mise en page visuellement attrayante.**



✉ [louise@louiseb.ai](mailto:louise@louiseb.ai)

🌐 <https://louiseb.net/>

# Explorons les Possibilités

**STRATÉGIE. MISE EN ŒUVRE.  
IMPACT MESURABLE.**

Le succès de l'IA ne réside pas simplement dans l'adoption technologique, mais dans les résultats concrets pour votre entreprise.

Que vous soyez dans le secteur de la santé, du bien-être ou une entreprise à forte croissance, ma méthodologie se concentre sur l'identification des indicateurs spécifiques qui comptent pour votre organisation — qu'il s'agisse de croissance des revenus, d'efficacité opérationnelle ou d'expérience client — et sur la conception d'initiatives d'IA qui apportent des améliorations mesurables.

Créons ensemble des solutions qui génèrent une réelle valeur commerciale.

# Vision Globale. Impact Prouvé.



**Louise  
Bergeron**



## STRATEGIC AI FOR VISIONARY LEADERS

Chez LouiseB.AI, nous habilitons les leaders visionnaires—particulièrement dans la santé, le bien-être et les entreprises à fort impact—à exploiter l'IA de façon stratégique et éthique.

***Nous combinons plus de 20 ans d'expertise en transformation d'entreprise avec des connaissances de pointe en IA pour offrir des solutions pratiques et centrées sur l'humain.***

Notre mission est de vous aider à amplifier votre impact et accélérer vos résultats en transformant l'IA en un partenaire puissant qui améliore, sans remplacer, le potentiel humain.

Louise **B.ai**

# Passez à l'Étape Suivante

En comprenant et en appliquant le **cadre V.I.S.I.O.N.**, vous pouvez créer des prompts plus intelligents, gagner du temps et obtenir de meilleurs résultats—peu importe votre industrie ou votre niveau d'expérience.

out le contenu, y compris le cadre V.I.S.I.O.N. et les exemples fournis, est la propriété intellectuelle de LouiseB.AI et ne peut être copié, reproduit ou distribué sans autorisation écrite expresse. © [2025] LouiseB.AI. Tous droits réservés.