contournement

Programme de formation

En autonomie : ChatGPT les fondamentaux

Allez au-delà de la simple question avec ChatGPT : exploitez vos documents, connectez vos outils du quotidien et automatisez vos demandes récurrentes.

Mis à jour le 16/11/2026

🌐 PRÉSENTATION GÉNÉRALE

ChatGPT est souvent utilisé comme une simple zone de question. On reformule un e-mail, on demande une idée, puis on repart de zéro à la conversation suivante. Une grande partie de son potentiel reste inexploitée.

ChatGPT sait pourtant travailler à partir de vos fichiers (Word, PDF, Excel, images), chercher des informations à jour sur le web, produire des documents prêts à transmettre et s'intégrer à Excel et PowerPoint. Avec la mémoire, les instructions personnalisées et les projets, il tient compte de votre contexte sans que vous ayez à le répéter.

La formation suit une progression en cinq étapes : prendre en main l'interface et les forfaits, produire à partir de ressources concrètes, personnaliser ChatGPT, le connecter à vos outils (Google Drive, Gmail, Google Agenda, Excel, PowerPoint), puis automatiser des demandes avec les tâches planifiées. Chaque étape suit le même déroulé : une démonstration, une mise en pratique, puis une correction.

Les mises en pratique reposent sur des cas professionnels : recommander un lieu de séminaire à partir d'un dossier de documents, configurer un projet pour répondre à un appel d'offres, préparer une réponse client avec les outils connectés, construire un tableau de bord dans Excel et programmer une veille concurrentielle hebdomadaire.

La formation s'adresse à toute personne qui connaît déjà les bases de l'IA générative et veut utiliser ChatGPT au quotidien, sans compétence technique. Elle demande une posture active : tester, vérifier les sources et les résultats, ajuster ses demandes, et garder la vigilance sur les données que l'on partage.

À la fin, vous savez choisir la bonne fonctionnalité selon votre besoin, vous disposez d'un ChatGPT qui connaît votre contexte, et vous avez mis en place des usages qui continuent de fonctionner dans le temps.

👥 PUBLICS-CIBLES

Tous types de publics, et en particulier :

- salarié·e·s en poste qui utilisent des outils informatiques, et cherchent à améliorer leur productivité ainsi que leurs compétences numériques
- demandeur·se·s d'emploi en recherche d'un enrichissement de leurs compétences numériques
- indépendant·e·s et porteur·se·s de projets entrepreneuriaux - traditionnels ou innovants -, qui utilisent les outils informatiques dans leur gestion et leur organisation

✔ PRÉREQUIS

Il n'y a pas de pré-requis de diplôme ou de qualification technique particuliers.

Les stagiaires doivent seulement maîtriser des compétences numériques de base, notamment :

- saisie au clavier
- navigation sur Internet
- utilisation basique de services professionnels et grand public sur le web (création de compte, publication de contenus, de posts, d'annonces, de commentaires, de messages, etc.)
- visioconférence (partage d'écran notamment)

🎯 OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Au terme de la formation, les stagiaires doivent être en mesure de mettre en application les compétences suivantes :

• Produire des livrables professionnels concrets (documents, présentations, recherches, tableaux de bord) avec ChatGPT
• Configurer ChatGPT comme un espace de travail personnalisé et connecté grâce à la mémoire, aux projets et aux plugins
• Automatiser des demandes récurrentes avec les tâches planifiées de ChatGPT

📚 CONTENU

Chapitre 0 : Prendre en main ChatGPT

- Découvrir le programme de la formation ChatGPT les fondamentaux
- Choisir le forfait ChatGPT adapté à son usage
- Se repérer dans l'interface de ChatGPT
- Adapter le niveau de réflexion de ChatGPT à sa demande
- Dicter ses demandes ou discuter à l'oral avec ChatGPT

Chapitre 1 : Produire avec ChatGPT

- Travailler avec des fichiers dans ChatGPT
- Produire un document réutilisable avec ChatGPT
- Rechercher des informations à jour sur le web avec ChatGPT
- Lancer une recherche approfondie avec ChatGPT
- Créer et modifier une image
- Mise en pratique : Recommander un lieu de séminaire
- Correction de la mise en pratique

Chapitre 2 : Personnaliser ChatGPT

- Vérifier et corriger la mémoire de ChatGPT
- Personnaliser les réponses de ChatGPT
- Créer un projet dédié à un sujet
- Travailler à plusieurs dans un même projet
- Formaliser une méthode de travail en skill
- Mise en pratique : Configurer un projet pour l'association Passerelles
- Correction de la mise en pratique

Chapitre 3 : Connecter ChatGPT à ses outils

- Installer un plugin pour connecter ChatGPT à ses outils
- Régler les autorisations de ChatGPT dans ses outils connectés

- Croiser plusieurs outils depuis une discussion
- Mise en pratique : Répondre à un client avec les outils connectés
- Correction de la mise en pratique
- Protéger ses données

Chapitre 4 : Travailler avec ChatGPT dans ses outils

- Travailler dans Excel
- Travailler dans PowerPoint
- Mise en pratique : Construire un tableau de bord avec ChatGPT dans Excel
- Correction de la mise en pratique

Chapitre 5 : Automatiser avec ChatGPT

- Programmer une tâche
- Automatiser une tâche connectée
- Gérer ses tâches planifiées au fil du temps
- Mise en pratique : Programmer une veille concurrentielle hebdomadaire
- Correction de la mise en pratique

Chapitre 6 : Conclusion

- Conclusion
- Quiz

⏳ DURÉE

4.5 heures soit 0.5 jour(s)

👉 dont 3 heures de théorie ou démonstration

👉 1.5 heures de mise en pratique

📑 MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Un test de positionnement est réalisé en amont de la formation afin de s'assurer que les objectifs pédagogiques de la formation correspondent au besoin du stagiaire et que le niveau des prérequis est suffisant.
La formation est dispensée en **e-learning**, selon un principe **d'entrées et de sorties permanentes**, permettant aux participant·e·s de démarrer la formation à tout moment, après validation de l'inscription, dans le respect des délais de rétractation applicables (14 jours en cas de financement individuel).

💻 MOYENS TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT

Les stagiaires disposent d'un accès à une **plateforme de formation en ligne** dédiée, leur permettant :

- de lire et naviguer entre les contenus pédagogiques textuels ;
- de consulter des vidéos pédagogiques et des présentations ;
- d'accéder à des **exercices de mise en pratique**, ainsi qu'à leurs corrections ;
- de compléter des **quiz d'évaluation** permettant de suivre l'avancée de l'acquisition des compétences ;
- d'accéder à des liens vers des ressources externes complémentaires.
  La plateforme intègre plusieurs dispositifs d'accompagnement assurés par un **formateur dédié** :
- les stagiaires peuvent poser des **questions écrites directement sous chaque vidéo** de formation. Le formateur dédié y répond dans un délai maximum de **48 heures** ;
- les stagiaires peuvent également poser des questions via un outil de **questions-réponses asynchrones par vidéo (VideoAsk)**.
- Cet outil permet aux stagiaires de formuler leurs questions sous forme **textuelle, audio ou vidéo**, et de réaliser des **partages d'écran** afin de présenter leurs manipulations ou problématiques.
- Le formateur dédié peut répondre à son tour sous forme **écrite ou vidéo**, avec possibilité de **partage d'écran**, afin d'illustrer les réponses et démonstrations techniques.
  En complément de l'accompagnement asynchrone, les stagiaires ont accès à des **sessions de mentorat collectif** organisées **chaque semaine**.
  Les formateurs se tiennent à disposition dans une **salle de classe virtuelle ouverte**, permettant aux stagiaires de se connecter librement pour poser leurs questions relatives à la formation.
  Un **courriel hebdomadaire** est adressé aux stagiaires afin de leur rappeler les créneaux horaires de ces sessions de mentorat collectif.

✅ MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA FORMATION

Le dispositif d’évaluation est composé d’un questionnaire, proposé en fin de session pour s’assurer de la bonne rétention des messages principaux de la formation. Il contiendra 10 questions, et les modalités de réussite en seront les suivantes : un score de 60% devra être atteint pour valider la formation.

Une attestation de réalisation est remise à chaque participant·e à l’issue de la formation.

Une attestation de réussite est remise aux participant·e·s satisfaisant les critères de réussite de la formation.

👩‍🏫 MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Cette formation est ouverte au plus grand nombre, et notamment aux personnes en situation de handicap. Une attention particulière sera portée, dans le cadre du processus d'organisation des sessions, pour comprendre la nature de la situation de handicap et envisager les modalités d'adaptation ou de compensation les plus adéquates.

N'hésitez pas à nous indiquer les éventuelles situations de handicap de vos collaborateurs pour que nous en discutions, avec notre référent handicap, en toute confidentialité.

📞 CONTACT

📧 email : formationpro@contournement.io

Les Participants devront respecter les dispositions du règlement intérieur de Contournement, accessible sur notre site internet : https://www.contournement.io/details/reglement-interieur