

LE GUIDE IA DU MICROLEARNING · PROMPTS, IDÉES REÇUES, BIAIS

6 techniques IA

pour rendre vos formations digestes et mémorables

Transformer vos contenus en microlearning à impact : ce que change un bon cadrage de l'IA, prompts inclus.

6

techniques de
prompt avant /
après

8

idées reçues à
déconstruire

5

biais qui
sabotent une
formation IA

2

modèles
complets IA
Cards et MCP

Fonctionne avec votre IA :
Claude, Mistral AI, ChatGPT,
Microsoft Copilot, Dust
et l'IA Cards intégrée



POURQUOI CE GUIDE

L'IA génère vite. Elle n'ancree rien toute seule.

En 2026, n'importe quel responsable formation peut transformer un PDF de 40 pages en « module » en 3 minutes. Le résultat est fluide, propre, et oublié dans la semaine. Le problème n'est pas l'outil : c'est ce qu'on lui demande, et ce qu'on fait ensuite.

Une formation produit un effet quand elle installe un geste métier précis, chez une population précise, et que ce geste est réactivé dans le temps. L'IA peut accélérer chaque étape, à condition d'être cadrée par quelqu'un qui sait ce qu'il cherche. Ce guide sert à ça : vous donner le jugement éditorial avant les prompts, puis les prompts.

Il a été écrit à partir de ce que nous observons chez les éditeurs Cards qui obtiennent les meilleurs résultats avec l'IA intégrée et le connecteur MCP. Rien de théorique : chaque idée reçue, chaque biais et chaque technique se traduit en une phrase à ajouter, ou à retirer, dans votre prompt.

SOMMAIRE

PARTIE 1 • P.3-4**8 idées reçues à déconstruire**

Ce que l'on croit sur l'IA et le microlearning, et ce qui se passe vraiment.

PARTIE 2 • P.5-6**5 biais qui sabotent une formation IA**

Côté concepteur et côté apprenant, avec la parade pour chacun.

PARTIE 3 • P.7-8**6 techniques de prompt avant / après**

Le cœur opérationnel : ce qu'écrivent les éditeurs experts.

PARTIE 4 • P.9**Grille qualité et checklist**

Pour évaluer une formation générée avant de la partager.

PARTIE 5 • P.10-11**2 modèles de prompt complets**

Un pour l'IA Cards intégrée, un pour le connecteur MCP.

PARTIE 6 • P.12-13**Mesurer l'ancrage et 3 recettes métier**

Les indicateurs qui comptent, et des prompts prêts pour RH, opérations, vente.

COMMENT UTILISER CE GUIDE

Lisez les parties 1 et 2 une fois, pour vous. Gardez les parties 3 à 5 ouvertes à côté de votre IA. Revenez à la partie 6 1 mois après votre première routine, quand les premiers résultats arrivent.

PARTIE 1 8 idées reçues à déconstruire

Chaque idée reçue est courante, souvent défendue de bonne foi, et coûteuse. Pour chacune : la réalité observée, puis ce que cela change concrètement dans votre façon de prompter.

01 « L'IA va remplacer l'ingénieur pédagogique. »

Idée reçue. Elle exécute très bien. Elle ne décide pas ce qui mérite d'être appris, pour qui, ni quel geste doit changer le lundi matin.

Réalité. La valeur se déplace de la rédaction vers le cadrage : choisir la cible, trier le contenu, définir le geste, juger le résultat. Ce travail prend 5 minutes et conditionne tout le reste.

Dans votre prompt : écrivez la cible, le niveau et le geste attendu avant toute autre consigne (technique 01).

02 « Plus le prompt est long, meilleur est le résultat. »

Idée reçue. Un prompt de 40 lignes de consignes vagues produit un contenu vague en 40 lignes.

Réalité. C'est la spécificité qui compte : une cible nommée, une contrainte de format mesurable, un exemple réussi. 3 lignes précises battent une page de généralités.

Dans votre prompt : remplacez chaque adjectif (« court », « engageant », « concret ») par un chiffre ou un exemple (technique 03).

03 « Transformer un PDF en microlearning, c'est le découper en petits morceaux. »

Idée reçue. Découper un document de 40 pages en 40 écrans produit un long eLearning déguisé, pas du microlearning.

Réalité. Une unité de microlearning porte un geste, une situation, une question d'application. Le reste du document est contexte, à mentionner rapidement ou à écarter.

Dans votre prompt : demandez d'abord la liste des 5 à 7 concepts qui méritent de devenir des réflexes, et validez-la avant de générer quoi que ce soit (techniques 04 et 05).

04 « Un quiz réussi prouve que la formation a fonctionné. »

Idée reçue. Un score de 90 % en fin de module mesure la mémoire immédiate d'une information que l'on vient de lire.

Réalité. L'ancrage se mesure à distance (7 jours, 30 jours) et en situation : la personne choisit-elle la bonne action quand le cas se présente ? C'est le passage du niveau 2 au niveau 3 du modèle de Kirkpatrick.

Dans votre prompt : exigez des questions d'application (une situation, une décision), pas des questions de restitution (une définition à réciter).

PARTIE 1 • SUITE

05 « Il faut tout ancrer, sinon on perd de l'information. »

Idée reçue. Vouloir tout ancrer, c'est n'ancrer rien : l'attention et le temps disponibles sont limités, la mémoire ne l'est pas moins.

Réalité. Dans la plupart des documents que nous recyclons, une large part relève de la culture générale ou du contexte. Seule une minorité de passages décrit une action concrète que l'on veut voir répétée. C'est cette minorité que la routine doit porter.

Dans votre prompt : faites classer chaque passage en 3 catégories (culture générale, action concrète, contexte) avant la génération.

06 « L'IA hallucine, elle est donc inutilisable pour former. »

Idée reçue. L'hallucination est un risque réel quand le modèle comble un vide avec du plausible.

Réalité. Le risque se maîtrise par 3 gestes : fournir les documents source, interdire explicitement l'invention (« si une information manque, dis-le et demande-la-moi »), et valider le contenu avant création. Un expert relit 12 quiz plus vite qu'il n'en écrit 3.

Dans votre prompt : « Appuie-toi uniquement sur les données fournies. » puis une étape de validation obligatoire avant toute création dans Cards.

07 « Le microlearning, c'est bien pour les sujets simples. »

Idée reçue. Les sujets complexes (conformité, sécurité, vente consultative) demanderaient forcément de longs modules.

Réalité. Un sujet complexe est une somme de gestes simples pris dans des situations difficiles. Le microlearning excelle précisément là : un cas, une décision, un feedback qui explique pourquoi. C'est le format long qui dilue la difficulté dans la durée.

Dans votre prompt : demandez une difficulté progressive : les premières Cards introduisent, les dernières testent l'application dans des cas ambigus.

08 « Une fois la formation générée, le travail est fait. »

Idée reçue. La génération est l'étape la plus visible. C'est aussi celle qui pèse le moins dans le résultat final.

Réalité. Ce qui produit l'effet, c'est la réactivation espacée dans le temps, adaptée au niveau de chacun. Une formation sans routine d'ancrage est une bonne intention avec un taux d'oubli élevé.

Dans votre prompt : demandez la formation et la routine dans le même mouvement : auto-positionnement en entrée, 2 parcours par niveau, rappels espacés (modèle MCP, page 11).

PARTIE 2 5 biais qui sabotent une formation générée par IA

Les biais cognitifs ne disparaissent pas avec l'IA : ils changent de place. Certains touchent le concepteur qui prompte, d'autres l'apprenant qui suit. Les 2 se corrigent dans la conception.

BIAIS N°1 - CÔTÉ APPRENANT

L'illusion de fluidité

Un texte facile à lire donne le sentiment d'être facile à retenir. Or la facilité de lecture et la mémorisation sont 2 choses distinctes, souvent inversement liées. L'IA produit des textes exceptionnellement fluides : elle amplifie donc ce biais. L'apprenant « comprend tout » et n'a rien encodé.

La parade : introduire des difficultés désirables : une question avant l'explication, un cas ambigu, un distracteur plausible. L'effort de récupération est ce qui fixe le souvenir.

BIAIS N°2 - CÔTÉ CONCEPTEUR

Le biais d'automatisation

Face à une sortie confiante, structurée et bien formulée, on baisse la garde. Le concepteur valide un quiz dont les distracteurs sont absurdes, ou un feedback qui dit « Bonne réponse ! » sans rappeler le principe, parce que l'ensemble « a l'air pro ».

La parade : une grille d'évaluation en 4 critères passée systématiquement (page 9), et des distracteurs exigés à partir d'erreurs réelles observées sur le terrain, pas de fausses évidences.

BIAIS N°3 - CÔTÉ CONCEPTEUR

La malédiction de la connaissance

L'expert qui écrit le prompt ne sait plus ce que c'est de ne pas savoir. Il omet la cible, le niveau, les prérequis. L'IA, à qui l'on a demandé d'être « expert », produit alors un contenu pour experts : exact, dense, inutile pour un commercial en poste depuis 3 mois.

La parade : nommer la cible et son niveau dans la première ligne du prompt, et demander un exemple concret par notion, tiré du quotidien de cette cible.

PARTIE 2 - SUITE

BIAIS N°4 - CÔTÉ APPRENANT

La surconfiance post-formation

Juste après un module, on se sent compétent. Ce pic de confiance ne correspond pas au pic de compétence : il précède la chute de mémoire. Les organisations mesurent souvent à ce moment précis, et concluent que tout va bien.

La parade : un auto-positionnement en entrée (pour calibrer), puis des rappels à J+7 et J+30 qui confrontent la confiance au réel. La routine d'ancrage sert exactement à cela.

BIAIS N°5 - CÔTÉ CONCEPTEUR

Le biais du contenu disponible

On forme sur ce que l'on a sous la main : le PDF existant, la présentation de l'an dernier, la procédure officielle. Pas sur ce qui pose problème sur le terrain. L'IA rend ce biais indolore puisqu'elle recycle n'importe quoi en 3 minutes.

La parade : partir des erreurs observées, des questions posées au support ou aux managers, des incidents. Le document source sert de matière, pas de plan.

CE QUE DIT LA RECHERCHE, EN 3 RÉSULTATS ROBUSTES

L'effet de test. Se faire interroger sur un contenu produit une meilleure rétention à long terme que le relire, même plusieurs fois (Roediger et Karpicke, 2006). D'où la primauté des questions sur les écrans d'exposé.

L'effet d'espacement. Répartir les rappels dans le temps améliore la rétention par rapport à une exposition concentrée, avec un intervalle optimal qui croît avec l'horizon visé (Cepeda et al., 2006). D'où la routine plutôt que le module unique.

Les difficultés désirables. Les conditions qui ralentissent l'apprentissage apparent (générer une réponse, varier les contextes) renforcent l'apprentissage réel (Bjork, 1994 ; Dunlosky et al., 2013). D'où les questions d'application et les distracteurs plausibles.

Références complètes en page 14.

PARTIE 3 6 techniques de prompt pour transformer vos contenus en microlearning

TECHNIQUE 01

IA Expert / MCP

Cadrer la cible et le geste métier visé

AVANT

Transforme ce document en microlearning.

APRÈS

Transforme ce guide commercial (PDF, 40 pages) en microlearning destiné à 80 commerciaux terrain (0 à 2 ans d'expérience).
Objectif : ancrer 3 réflexes de qualification d'un lead B2B en moins de 30 jours.
Mobilisation : 2 sessions de 5 min/semaine.

Pourquoi : sans cible, niveau de maîtrise et geste métier précis, l'IA produit un contenu générique qui s'oublie.

TECHNIQUE 02

MCP

Donner un exemple de Cards réussie ou un modèle précis

AVANT

Génère 10 questions sur la sécurité incendie.

APRÈS

Voici un exemple de Cards que je considère réussie : [insérer le lien vers une formation que vous estimez réussie]. Sur ce modèle exact (longueur, ton, structure), génère-moi 10 quiz de format varié dans ce chapitre sur la sécurité incendie.

Pourquoi : un seul exemple cadré vaut mieux que 10 lignes de consignes. L'IA imite mieux qu'elle ne décrit.

TECHNIQUE 03

IA Expert / MCP

Imposer le format et les contraintes

AVANT

Propose des quiz courts.

APRÈS

Contraintes obligatoires : question ≤ 140 caractères ; 4 propositions (1 bonne, 3 distracteurs plausibles tirés d'erreurs réelles du terrain) ; feedback positif ≤ 200 caractères avec rappel du principe ; feedback correctif ≤ 250 caractères avec raison de l'erreur. Difficulté progressive sur l'intégralité de la formation.

Pourquoi : les contraintes explicites évitent les Cards trop longues, trop scolaires, ou aux distracteurs absurdes.

PARTIE 3 • SUITE

TECHNIQUE 04

MCP

Décomposer le recyclage en étapes

AVANT

Transforme ce PDF en microlearning de synthèse.

APRÈS

Procède en 4 étapes, attends ma validation entre chaque :

1 : liste les 5 à 7 concepts qui méritent d'être ancrés en réflexes (écarte le reste).

2 : identifie le geste métier associé à chacun.

3 : formule une question d'application (pas de restitution).

4 : génère les 4 réponses et les feedbacks.

Pourquoi : forcer le séquençement évite la sortie en bloc et vous redonne la main sur la sélection éditoriale.

TECHNIQUE 05

MCP

Faire le tri avant de générer

AVANT

Crée un parcours de sensibilisation sur le RGPD, sur la base de ce document.

APRÈS

Avant de produire, lis le document et identifie : quels passages relèvent de la culture générale (à écarter) ? Quels passages décrivent une action concrète et réelle (à ancrer en priorité) ? Quels passages sont contextuels (mention rapide) ? Une fois le tri validé, génère une routine avec auto-positionnement en entrée et condition basée sur le score, pour obtenir 2 à 3 parcours (1 par niveau).

Pourquoi : une large part d'un document source n'a pas vocation à être ancrée. Le tri en amont fait la différence entre un microlearning utile et un microlearning bavard.

TECHNIQUE 06

IA Expert / MCP

Définir un rôle expert

AVANT

Aide-moi à faire du microlearning sur ce sujet.

APRÈS

Tu es concepteur pédagogique senior, spécialisé en ancrage comportemental. Tu maîtrises la mesure d'impact (Kirkpatrick), l'effet de test et la répétition espacée. Tu distingues une question de restitution (faible ancrage) d'une question d'application (fort ancrage). Style : exigeant, concret, orienté geste métier.

Pourquoi : le rôle conditionne la profondeur. « Concepteur pédagogique senior » produit autre chose qu'un assistant généraliste.

BONUS : ITÉRER SUR LA QUALITÉ AVANT DE PARTAGER

« Voici la formation que tu viens de générer. Évalue-la sur 4 critères : A = question d'application ou de restitution ? B = distracteurs réalistes ou caricaturaux ? C = feedback explicatif ou évaluatif ? D = mobilise un geste métier concret ? Propose-moi une version améliorée. »

PARTIE 4 Grille qualité et checklist avant publication

La grille sert à juger une formation générée. La checklist sert à ne rien oublier avant de la partager à une équipe. Les 2 tiennent sur cette page : imprimez-la.

Critère	Signal d'alerte	Ce que l'on attend
A • Application	« Quelle est la définition de... », « Citez les 3 étapes... »	Une situation réelle, une décision à prendre, une conséquence. L'apprenant agit, il ne récite pas.
B • Distracteurs	Une bonne réponse évidente, 3 propositions absurdes ou hors sujet.	3 erreurs que des collègues commettent vraiment. Si personne ne peut se tromper, la question n'apprend rien.
C • Feedback	« Bonne réponse ! » / « Mauvaise réponse. »	Le feedback positif rappelle le principe. Le feedback correctif explique pourquoi l'erreur est tentante et ce qu'elle coûte.
D • Geste métier	Le contenu parle du sujet, pas de ce que la personne doit faire.	Chaque unité se termine par un geste observable : « la prochaine fois que..., vous... ».

CHECKLIST EN 10 POINTS

- ☐ La cible est nommée avec son niveau (« 80 commerciaux terrain, 0 à 2 ans »), pas « les collaborateurs ».
- ☐ Le nombre de concepts à ancrer tient en 5 à 7 concepts, le reste a été écarté ou réduit à une mention.
- ☐ Chaque concept est associé à un geste métier observable.
- ☐ Aucune question ne peut être résolue en relisant l'écran précédent : toutes demandent une décision.
- ☐ Les distracteurs proviennent d'erreurs réelles (support, managers, incidents, audits).
- ☐ Chaque feedback correctif explique la cause de l'erreur, pas seulement la bonne réponse.
- ☐ La difficulté est progressive : les premières Cards introduisent, les dernières testent des cas ambigus.
- ☐ Une formation dure 5 à 10 minutes. Au-delà, elle se découpe en 2.
- ☐ La routine d'ancrage est planifiée : auto-positionnement, parcours par niveau, rappels à J+7 et J+30.
- ☐ Un expert métier a relu le contenu généré et confirmé qu'il ne contient rien d'inventé.

PARTIE 5 Modèle de prompt n°1 : IA Cards intégrée

Ce template ne remplace pas votre jugement éditorial, ni votre expertise. Il vous fait gagner 45 min à 1 h d'itérations en cadrant l'IA dès le départ. C'est le geste qui distingue nos éditeurs Cards experts : prendre 5 minutes pour remplir les variables avant de prompter, plutôt que d'itérer 30 minutes après.

Remplacer les termes entre crochets [...] par vos données

Contexte : Tu es un [DOMAINE_EXPERTISE].

Source : À partir de [DONNÉES JOINTES : DOCUMENTS, TEXTE, ...], conçois [X] formations courtes complètes directement dans Cards microlearning et ensuite une routine d'ancrage avec ces formations.

Sujet des [X] formations : [SUJET_FORMATION]

Public cible : [PUBLIC_CIBLE]

Durée totale cible de la routine [ET / OU] de la micro-formation : [DURÉE_CIBLE]

Objectif principal : **vérifier les acquis et surtout déconstruire les idées reçues classiques.**

CE QUE TU DOIS PRODUIRE :

Extrais et structure le contenu en [X] chapitres distincts : chaque chapitre doit aborder et détailler, sous une forme digeste, intelligible, illustrée, dans une démarche de [FORMATION / SENSIBILISATION / RECYCLAGE / ...].

Pour chaque chapitre, a minima :

- Un titre clair (≤ 8 mots)
- 4 à 5 blocs de contenu pédagogique courts (≤ 80 mots)
- Un quiz de vérification des acquis (incluant systématiquement 1 idée reçue comme distracteur plausible)

À la fin de la formation, suggère 3 ressources complémentaires pertinentes (articles, vidéos, podcasts, livres) en lien avec le sujet, avec une phrase de justification par ressource.

Crée la structure intégrale de cette formation pour qu'elle dure [DURÉE_CIBLE], avec tous les contenus rédigés dans tous les chapitres, y compris des images libres de droits ou des vidéos intégrées en lien avec le sujet (fournis les liens / sources).

CONTRAINTES À RESPECTER (toutes les étapes)

- Appuie-toi UNIQUEMENT sur les données fournies : pas d'invention, pas d'hallucination.
- Langage professionnel et accessible : pas de jargon inutile, pas de formules creuses type « dans un monde en constante évolution ».
- Format natif Cards uniquement : sers-toi des outils et de tous les formats à disposition (tous les types de Cards). Ni eLearning à rallonge, ni formation slide PowerPoint, encore moins un PDF linéaire.
- Difficulté progressive : les premières Cards introduisent, les dernières testent l'application.
- Distracteurs de quiz tirés d'erreurs ou idées reçues réelles, pas de fausses évidences.

PARTIE 5 • SUITE **Modèle de prompt n°2 : connecteur MCP Cards**

À utiliser depuis Claude, Mistral, ChatGPT ou Copilot connectés à Cards via MCP. Le modèle travaille en 2 étapes avec validation : la formation, puis la routine d'ancrage.

Remplacer les termes entre crochets [...] par vos données

Contexte : Tu es un [DOMAINE_EXPERTISE].

Source : À partir de [DONNÉES JOINTES : DOCUMENTS, TEXTE, ...], conçois [X] formations courtes complètes directement dans Cards microlearning et ensuite une routine d'ancrage dans la durée avec ces formations.

Sujet des [X] formations : [SUJET_FORMATION] · Public cible : [PUBLIC_CIBLE] · Durée totale cible de la routine [ET / OU] de la micro-formation : [DURÉE_CIBLE] · Objectif principal : **vérifier les acquis et surtout déconstruire les idées reçues classiques.**

CE QUE TU DOIS PRODUIRE, ÉTAPE PAR ÉTAPE

ÉTAPE 1 : Formation Cards (une synthèse du document recyclé en microlearning). Extrais et structure le contenu en [X] chapitres distincts, dans une démarche de [FORMATION / SENSIBILISATION / RECYCLAGE / ...]. Pour chaque chapitre, a minima : un titre clair (≤ 8 mots) ; 4 à 5 blocs de contenu pédagogique courts (≤ 80 mots) ; un quiz de vérification des acquis (incluant systématiquement 1 idée reçue comme distracteur plausible). À la fin, suggère 3 ressources complémentaires pertinentes avec une phrase de justification par ressource. Crée la structure intégrale pour que la formation dure [DURÉE_CIBLE], tous contenus rédigés, images libres de droits ou vidéos intégrées avec leurs sources.

AVANT TOUTE CRÉATION, présente-moi :

1. L'intégralité du contenu de la formation (titres, blocs, quiz, ressources) pour validation.
2. Une fois validée, crée les formations dans Cards, dans la catégorie [CATÉGORIE], ou propose-moi une nouvelle catégorie.
3. Si je valide, on passe à l'étape 2.

ÉTAPE 2 : Routine d'ancrage (à déclencher uniquement après validation). Crée une Routine d'ancrage avec les [X] formations (les formations + X autres cohérentes sur le même thème), incluant :

- 1 bloc d'auto-positionnement en entrée (questions courtes pour identifier le profil de l'apprenant)
- 2 parcours conditionnels selon le niveau :

[NIVEAU_PARCOURS_A] → [X] formations intro / sensibilisation

[NIVEAU_PARCOURS_B] → [X] formations approfondies / opérationnelles

CONTRAINTES À RESPECTER (toutes les étapes)

- Appuie-toi UNIQUEMENT sur les données fournies : pas d'invention, pas d'hallucination. Si une information manque, dis-le explicitement et demande-la-moi.
- Langage professionnel et accessible : pas de jargon inutile, pas de formules creuses.
- Format natif Cards uniquement : sers-toi des outils et de tous les formats à disposition.
- Pas d'eLearning trop long (5 à 10 min par formation) ni de contenu à faible valeur ajoutée pour ma cible.
- Difficulté progressive : les premiers contenus introduisent, les derniers testent et vérifient l'application.
- Distracteurs de quiz tirés d'erreurs ou idées reçues réelles, pas de fausses évidences.

PARTIE 6 Mesurer l'ancrage, pas la satisfaction

Le questionnaire de satisfaction en fin de module mesure l'expérience. Il ne dit rien du geste qui sera, ou non, posé dans 1 mois. 4 indicateurs suffisent pour piloter une démarche d'ancrage. Sur nos données 2025, ils racontent déjà une histoire : les clients qui activent une routine d'ancrage obtiennent 7,3 fois plus de complétions par apprenant que ceux qui n'en ont pas, et les parcours de 5 chapitres ou plus atteignent 78,1 % de complétion contre 51,6 % pour un chapitre isolé.

Indicateur	Ce qu'il mesure	Seuil d'alerte et action
Taux de réponse aux rappels	La part des apprenants qui répondent aux réactivations J+7 et J+30. C'est la condition de tout le reste.	Sous 60 % : format trop long ou moment mal choisi. Raccourcir, déplacer, rendre mobile.
Score au rappel différé	La performance à J+7 et J+30, comparée au score immédiat de fin de formation.	Une chute de plus de 25 points entre immédiat et J+30 signale une formation de restitution : réécrire en application.
Écart restitution / application	La différence de réussite entre les questions « que dit la procédure » et « que faites-vous dans ce cas ».	Si l'application décroche, le savoir est là sans le réflexe. Ajouter des cas et des rappels ciblés sur ces gestes.
Gestes observés	Un indicateur métier existant : incidents, réclamations, taux de qualification, conformité d'audit.	C'est le seul indicateur que la direction lit. Le choisir avant de concevoir, pas après.

DÉFINITION

Question de restitution vs question d'application

Une question de restitution demande de répéter une information : « Quelle est la durée maximale de conservation d'un dossier ? ». Une question d'application place dans une situation et demande de choisir l'action : « Un client vous demande de conserver son dossier 8 ans : que faites-vous ? ». La seconde produit un ancrage plus fort parce qu'elle mobilise le geste que la formation cherche à installer.

DÉFINITION

Learning Routine®

Le moteur d'ancrage de Cards. Une Learning Routine® enchaîne des formations courtes et des rappels espacés, avec un auto-positionnement en entrée et des parcours conditionnels selon le niveau et les progrès de chacun. Elle automatise ce que la recherche décrit (effet de test, espacement) et ce que peu d'organisations arrivent à tenir à la main : la répétition dans le temps.

PARTIE 6 • SUITE

3 recettes prêtes à l'emploi, par métier

3 cas fréquents chez nos clients, avec le prompt de départ qui applique les 6 techniques. Adaptez les chiffres, gardez la structure.

Intégrer 40 nouveaux collaborateurs par trimestre

DRH • Onboarding

Tu es concepteur pédagogique senior spécialisé en ancrage comportemental. À partir du livret d'accueil joint (PDF, 28 pages), identifie les 6 gestes qu'un nouvel arrivant doit poser seul avant la fin de sa 3e semaine (outils, sécurité, demandes RH, culture d'équipe). Écarte l'historique et l'organigramme. Pour chaque geste : une situation réelle de la première semaine, une question d'application, 3 distracteurs tirés des erreurs que commettent vraiment les nouveaux. Cible : profils non cadres, 0 expérience du secteur. Routine : 3 rappels par semaine pendant 3 semaines, 4 minutes maximum. Présente-moi la liste des 6 gestes avant de générer.

Faire baisser les presque-accidents sur un site industriel

Opérations • Sécurité

Tu es concepteur pédagogique senior spécialisé en ancrage comportemental. Source : la procédure de consignation jointe et l'extrait anonymisé des 12 derniers rapports de presque-accidents. Ne pars pas de la procédure : pars des 12 rapports. Identifie les 5 décisions qui reviennent dans les incidents. Pour chacune, une Card de situation (ce que l'opérateur voit, entend, doit décider), une question d'application, des distracteurs correspondant aux choix réellement faits dans les rapports, un feedback correctif qui nomme la conséquence. Cible : opérateurs postés, 3 langues, lecture rapide sur mobile. Routine : rappel hebdomadaire pendant 8 semaines, puis mensuel. Liste-moi les 5 décisions avant toute création.

Ancrer 3 réflexes de qualification chez 80 commerciaux

Vente • Qualification

Tu es concepteur pédagogique senior spécialisé en ancrage comportemental. Source : le guide commercial joint (40 pages) et les 20 comptes rendus d'appels de découverte. Objectif : ancrer 3 réflexes de qualification d'un lead B2B en moins de 30 jours chez 80 commerciaux terrain de 0 à 2 ans d'expérience. Procède en 4 étapes avec ma validation entre chaque : 1) les 3 réflexes et ce qui les distingue d'une bonne intention ; 2) pour chacun, la situation d'appel où il se joue ; 3) une question d'application par situation, distracteurs tirés des comptes rendus ; 4) les feedbacks avec rappel du principe. Format : question ≤ 140 caractères, 4 propositions. Routine : 2 sessions de 5 minutes par semaine, auto-positionnement en entrée, 2 parcours selon le score.

ALLER PLUS LOIN

Exécutez ces prompts directement dans Cards, depuis votre IA

Le connecteur MCP Cards (Model Context Protocol) relie votre plateforme Cards à Claude, Mistral, ChatGPT ou Copilot. Depuis votre IA habituelle, vous créez une formation, générez une Learning Routine®, analysez les résultats ou éditez un contenu existant, sans changer d'outil. Les 2 modèles de ce guide sont écrits pour ce contexte. Les données restent hébergées en France, avec un contrôle des accès par organisation.

× 7,3

complétions par apprenant avec
le moteur Learning Routine® (client
médian)

96 %

de satisfaction apprenants

87,2 %

des apprenants actifs ouvrent au
moins une formation

Sources : tracking PostHog Cards, 1er janvier au 31 décembre 2025, 46 clients Plateforme ; enquête de satisfaction apprenants Cards.

DÉMO • 30 MINUTES**Voir ces prompts s'exécuter sur un de vos documents**

En 30 minutes, nous générons avec vous une formation et sa routine d'ancrage depuis Claude, Mistral ou ChatGPT via le connecteur MCP Cards, à partir d'un PDF, d'une procédure ou d'une présentation que vous apportez.

Réserver ma démo MCP

cards-microlearning.com/agent-ia-mcp

RÉFÉRENCES

Roediger, H. L., & Karpicke, J. D. (2006). Test-enhanced learning: Taking memory tests improves long-term retention. *Psychological Science*, 17(3), 249-255.

Cepeda, N. J., Pashler, H., Vul, E., Wixted, J. T., & Rohrer, D. (2006). Distributed practice in verbal recall tasks: A review and quantitative synthesis. *Psychological Bulletin*, 132(3), 354-380.

Bjork, R. A. (1994). Memory and metamemory considerations in the training of human beings. In J. Metcalfe & A. Shimamura (Eds.), *Metacognition: Knowing about knowing*. MIT Press.

Dunlosky, J., Rawson, K. A., Marsh, E. J., Nathan, M. J., & Willingham, D. T. (2013). Improving students' learning with effective learning techniques. *Psychological Science in the Public Interest*, 14(1), 4-58.

Kirkpatrick, D. L., & Kirkpatrick, J. D. (2006). *Evaluating Training Programs: The Four Levels* (3e éd.). Berrett-Koehler.

© Cards, Seekoya SAS, Lyon. Learning Routine® est une marque déposée. Guide diffusé gratuitement, reproduction autorisée avec mention de la source.