

# Formation : Utiliser l'IA au quotidien sans perdre son esprit critique

Éviter approximations, raccourcis et fausses certitudes

*Cours pratique - 2j - 14h00 - Réf. ESJ*

NEW

L'IA transforme nos façons de travailler, mais ses réponses ne sont pas toujours fiables. Cette formation vous propose une approche concrète pour renforcer votre esprit critique, sécuriser vos usages et exploiter pleinement le potentiel de l'IA. Gagnez en autonomie, en précision et en confiance dans vos décisions quotidiennes.

## Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera en mesure de :

- ✓ Détecter les limites techniques et cognitives des outils d'IA pour éviter les pièges les plus courants
- ✓ Évaluer la fiabilité des réponses générées par l'IA en identifiant erreurs, biais et approximations
- ✓ Questionner efficacement une IA pour obtenir des résultats pertinents, complets et utilisables
- ✓ Croiser, vérifier et contextualiser les informations produites par l'IA pour sécuriser ses décisions professionnelles
- ✓ Intégrer une démarche critique dans ses usages quotidiens de l'IA pour gagner en autonomie, rigueur et crédibilité

## Public concerné

Tout collaborateur utilisant l'IA dans ses tâches quotidiennes

## Prérequis

Aucun

## Méthodes et moyens pédagogiques

### Travaux pratiques

Alternance d'apports et d'exercices pratiques, études de cas issus de contextes professionnels variés, exercices d'application, échanges et débats. Plans d'action personnalisés pour un transfert immédiat en situation de travail.

## PARTICIPANTS

Tout collaborateur utilisant l'IA dans ses tâches quotidiennes

## PRÉREQUIS

Aucun

## COMPÉTENCES DU FORMATEUR

Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque cours qu'ils enseignent. Ils ont au minimum cinq à dix années d'expérience dans leur domaine et occupent ou ont occupé des postes à responsabilité en entreprise.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

## Modalités d'évaluation

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

## Programme de la formation

### 1 Adopter une posture critique face aux outils d'IA

- Comprendre le fonctionnement général des modèles IA et leurs zones d'instabilité
- Identifier les types d'erreurs que produisent les IA (hallucinations, raccourcis, omissions)
- Différencier une réponse crédible d'une réponse valide
- Questionner l'intention, l'objectif et le contexte d'une réponse IA
- Repérer les situations nécessitant une vigilance renforcée
- Formuler des hypothèses avant de faire confiance à une proposition générée

#### Travaux pratiques

Atelier en sous-groupes : analyse de 10 réponses IA erronées pour repérer les indices d'alerte. Défi en binômes : chaque binôme reçoit 3 productions IA et doit les classer de la plus fiable à la moins fiable, argument à l'appui.

### 2 Déjouer ses propres biais cognitifs et les biais de l'IA

- Identifier ses propres biais cognitifs dans son usage de l'IA
- Analyser les biais intégrés aux datasets et aux modèles IA
- Repérer les formulations biaisées, stéréotypées ou trop certaines
- Articuler intuition, logique et analyse critique face à l'IA
- Construire un raisonnement neutre en situation d'incertitude

#### Travaux pratiques

Études de cas en groupes : analyse de réponses IA manifestement biaisées sur des sujets professionnels. Jeu en groupe : repérage en direct de biais dans des sorties IA générées à la demande. Autodiagnostic des biais utilisateurs : réalisation d'un test de biais cognitifs appliqué aux usages IA.

### 3 Interroger l'IA de manière performante

- Structurer une demande pour obtenir des résultats précis
- Reformuler, décliner ou approfondir un prompt
- Identifier les questions manquantes ou trompeuses
- Explorer des scénarios alternatifs pour contourner une réponse insuffisante
- Reconfigurer une réponse IA pour améliorer la clarté, la qualité ou la neutralité

#### Travaux pratiques

Atelier : à partir d'un prompt vague, construire une version optimisée et comparer les résultats. En groupe : améliorer une réponse IA par ajout de questions critiques. En individuel : demander à l'IA de produire l'opposé, l'alternative ou la contradiction d'une réponse pour tester ses limites.

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques d'application et corrigés des exercices pour les formations pratiques, études de cas ou présentation de cas réels pour les séminaires de formation.
- À l'issue de chaque formation ou séminaire, ORSYS fournit aux participants un questionnaire d'évaluation du cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.
- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le participant a bien assisté à la totalité de la session.

## MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription doit être finalisée 24 heures avant le début de la formation.

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Pour toute question ou besoin relatif à l'accessibilité, vous pouvez joindre notre équipe PSH par e-mail à l'adresse [psh-accueil@orsys.fr](mailto:psh-accueil@orsys.fr).

#### 4 Vérifier, croiser et contextualiser les informations issues de l'IA

- Vérifier les sources, citations, chiffres ou données générées par l'IA
- Détecter les manipulations involontaires (dates, lieux, noms, corrélations fallacieuses)
- Croiser les informations avec des référentiels fiables
- Identifier les signaux d'alerte dans les textes, images, tableaux et résumés IA
- Utiliser l'IA pour vérifier l'IA : stratégies et limites

##### Travaux pratiques

Atelier en groupes : vérification d'un ensemble de données générées par un autre groupe avec l'IA (chiffres, citations, résumés). En individuel : comparaison entre une réponse IA et une source officielle. Atelier : repérage d'images retravaillées ou générées par IA.

#### 5 Sécuriser ses usages de l'IA au quotidien

- Définir un cadre d'utilisation prudente et éclairée de l'IA dans ses missions
- Construire une routine de contrôle qualité avant diffusion d'un contenu IA
- Anticiper les risques opérationnels liés à une mauvaise utilisation (juridique, réputationnel, relationnel, technique)
- Structurer un mini-protocole d'analyse critique pour ses tâches récurrentes
- Identifier les situations où l'IA ne doit pas être utilisée
- Intégrer l'esprit critique dans l'amélioration continue de ses pratiques IA

##### Travaux pratiques

En individuel : élaboration d'un protocole personnalisé de vérification (contenus, données, décisions). En sous-groupes : simulation d'un usage IA raté et reconstruction d'une démarche fiable. En individuel : conception d'un plan d'usage raisonné, avec engagement précis pour les semaines à venir.