



retengr

Utiliser l'IA dans les Ressources Humaines

Durée : 2 jours (14 heures)

Date de mise à jour : 03/09/2026



Méthode pédagogique

La formation peut être animée en mode présentiel ou en mode distanciel.

Une synthèse est proposée en fin de formation. L'illustration des concepts sera réalisée par des cas concrets. Une évaluation à chaud sera proposée au stagiaire à la fin du cours.

Un support de cours (version électronique) sera remis à chaque participant comprenant les slides sur la théorie, les exercices. Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de formation.

Ratio TP/Théorie : 50%

Présentation

Cette formation s'adresse aux collaborateurs des équipes RH souhaitant exploiter les possibilités offertes par l'intelligence artificielle générative pour gagner du temps, améliorer la qualité de leurs productions et simplifier certaines tâches du quotidien.

Indépendamment de l'outil utilisé — ChatGPT, Claude, Gemini, Microsoft Copilot... ou autre assistant d'IA générative — les participants apprennent à formuler efficacement leurs demandes, travailler à partir de leurs propres documents, rédiger et reformuler des contenus, synthétiser et analyser des informations et exploiter des données.

La formation permet également de comprendre les différences entre les principaux outils disponibles afin de savoir quel type d'assistant utiliser selon le besoin, tout en maîtrisant leurs limites et les enjeux liés à la confidentialité, à la protection des données et au RGPD.

Les démonstrations et travaux pratiques s'appuient sur des situations concrètes rencontrées par les services RH : administration du personnel, juridique et relations sociales, formation et développement des compétences, recrutement et intégration.



Les cas d'usage, jeux de données et exercices pourront être définis lors d'une réunion de cadrage préalable afin d'adapter la formation aux processus, aux outils et aux pratiques de l'entreprise.

Objectifs

- Comprendre le fonctionnement et les possibilités de l'IA générative et des modèles de langage
- Identifier les différences, forces et limites des principaux assistants IA
- Savoir formuler des demandes claires, précises et efficaces
- Travailler avec une IA à partir de ses propres documents et données
- Rédiger, reformuler et adapter des contenus professionnels
- Synthétiser, comparer et interroger des documents longs
- Exploiter et analyser des données avec l'assistance de l'IA
- Utiliser l'IA pour préparer des présentations et restituer des informations
- Identifier les limites des outils et appliquer les règles de confidentialité, de sécurité et de conformité RGPD
- Identifier et prioriser ses propres cas d'usage professionnels

Audience

Personnes travaillant dans les services RH : responsables et collaborateurs RH, recrutement, formation, administration du personnel, développement RH, relations sociales.



Le formateur

Le formateur est un expert du domaine qui intervient sur le sujet depuis plusieurs années en formation mais aussi en conseil.

Doté d'une grande qualité d'écoute, sa pédagogie et sa compétence technique vous permettront d'acquérir les compétences sur le domaine de la formation. Il saura alterner entre théorie, pratique, et retours d'expérience.

Pré-requis

Aucun prérequis technique spécifique, cette formation est accessible à tous.

Une pratique courante des outils bureautiques et numériques est souhaitable.

Pour les travaux pratiques, les participants devront disposer d'un accès à au moins un assistant d'IA générative autorisé par leur entreprise.

Un entretien entre le formateur et les participants ou leur manager sera organisé en amont afin de cadrer les besoins et d'adapter les cas d'usage.

Programme

Comprendre l'IA générative et les principaux assistants IA

[2h]

- Comprendre simplement le fonctionnement d'un modèle de langage (LLM)
- IA générative : ce qu'elle sait faire et ce qu'elle ne sait pas faire
- Panorama des principaux assistants : ChatGPT, Claude, Gemini, Copilot...



- Comprendre leurs différences : fonctionnalités, accès aux données, fichiers, recherche Web, contexte, intégration aux outils professionnels
- Versions grand public et environnements professionnels
- Biais, erreurs et hallucinations
- Pourquoi la validation humaine reste indispensable
- Confidentialité et RGPD : données personnelles, sensibles et confidentielles
- Vigilance particulière dans le domaine RH : non-discrimination, égalité de traitement et aide à la décision

Bien formuler ses demandes – Prompt Engineering [2h]

- Méthodologie pour obtenir une réponse utile et précise
- Structure d'un bon prompt : contexte, rôle, tâche, contraintes et format attendu
- Fournir des exemples ou des modèles
- Faire travailler l'IA à partir de ses propres contenus
- Itérer : compléter, corriger, reformuler et approfondir
- Décomposer une tâche complexe en plusieurs étapes
- Définir le style, le ton et le niveau de détail attendu
- Construire et réutiliser des modèles de prompts
- Comparer le résultat obtenu avec différents assistants IA

Rédiger et améliorer ses contenus professionnels [2h]

- Générer un premier jet à partir d'une consigne
- Rédiger à partir d'une trame ou d'un document existant
- Réécrire : raccourcir, développer, simplifier
- Modifier le ton et le registre
- Adapter un contenu à différents destinataires
- Corriger et harmoniser un document
- Traduire et adapter des contenus
- Contrôler les informations produites par l'IA
- Identifier les formulations génériques ou artificielles
- Vérifier les références, chiffres et mentions juridiques



Synthétiser, analyser et interroger des documents [2h]

- Résumer un document long
- Extraire les informations essentielles
- Identifier décisions, échéances, obligations et actions
- Poser des questions à un document
- Comparer plusieurs documents ou différentes versions
- Analyser plusieurs fichiers simultanément lorsque l'outil le permet
- Transformer des informations non structurées en tableaux
- Rechercher une information dans un corpus documentaire
- Demander à l'IA d'indiquer ses sources
- Mettre en place une méthode de vérification des réponses

Exploiter et analyser des données avec l'IA [2.5h]

- Préparer ses données avant de les confier à une IA
- Faire comprendre et décrire un jeu de données
- Interroger des données en langage naturel
- Demander des calculs, indicateurs et analyses
- Générer et expliquer des formules
- Identifier tendances, écarts et anomalies
- Construire des tableaux de synthèse
- Produire des graphiques et proposer des représentations adaptées
- Générer un commentaire d'analyse
- Utiliser les capacités d'analyse avancée et d'exécution de code lorsqu'elles sont disponibles
- Vérifier systématiquement les calculs et résultats
- Anonymiser les données RH avant traitement lorsque nécessaire

Produire et restituer des informations avec l'IA [1.5h]

- Transformer un document en présentation
- Construire le plan d'une présentation
- Synthétiser une information pour un comité de direction
- Transformer une analyse en messages clés
- Préparer des tableaux, graphiques et éléments visuels
- Adapter une même information selon l'audience
- Préparer une réunion ou un entretien
- Générer comptes rendus, décisions et plans d'action



Choisir le bon outil selon le besoin (en option) [0.5h]

- Comprendre les principales différences entre les assistants IA
- Identifier leurs points forts selon les usages
- Choisir entre conversation, recherche, analyse documentaire ou analyse de données
- Utiliser plusieurs IA de manière complémentaire
- Savoir quand rester dans les outils internes de l'entreprise
- Identifier les fonctionnalités nécessitant un environnement professionnel sécurisé
- Construire une méthode de travail indépendante d'un outil particulier

Aller plus loin : assistants personnalisés, projets et agents IA (en option) [0.5h]

- Passer d'une conversation ponctuelle à un assistant spécialisé
- Donner à une IA des instructions permanentes et un contexte métier
- Constituer un corpus documentaire de référence
- Comprendre le principe d'un assistant ou d'un agent IA
- Différence entre assistant, agent et automatisation
- Panorama des possibilités proposées par les différents environnements
- Identifier les processus RH pouvant être assistés ou partiellement automatisés
- Définir les limites et les contrôles humains nécessaires

Atelier de projection : « Et si l'IA m'aidait à... » [1h]

- Identifier les tâches chronophages ou répétitives
- Balayer les principaux domaines RH : administration du personnel, juridique, relations sociales, formation, recrutement...
- Identifier les tâches où l'IA apporte réellement de la valeur
- Distinguer les gains rapides des projets nécessitant davantage d'intégration
- Prioriser les cas d'usage selon leur valeur, leur complexité et leur niveau de risque



- Constituer une bibliothèque de prompts et de bonnes pratiques communes à l'équipe
- Définir les premières règles d'une charte d'utilisation de l'IA

Modalités et délais d'accès à la formation

Les inscriptions sont possibles jusqu'à 48 heures ouvrées avant le début de la formation, en interentreprises, dans la limite des places disponibles.

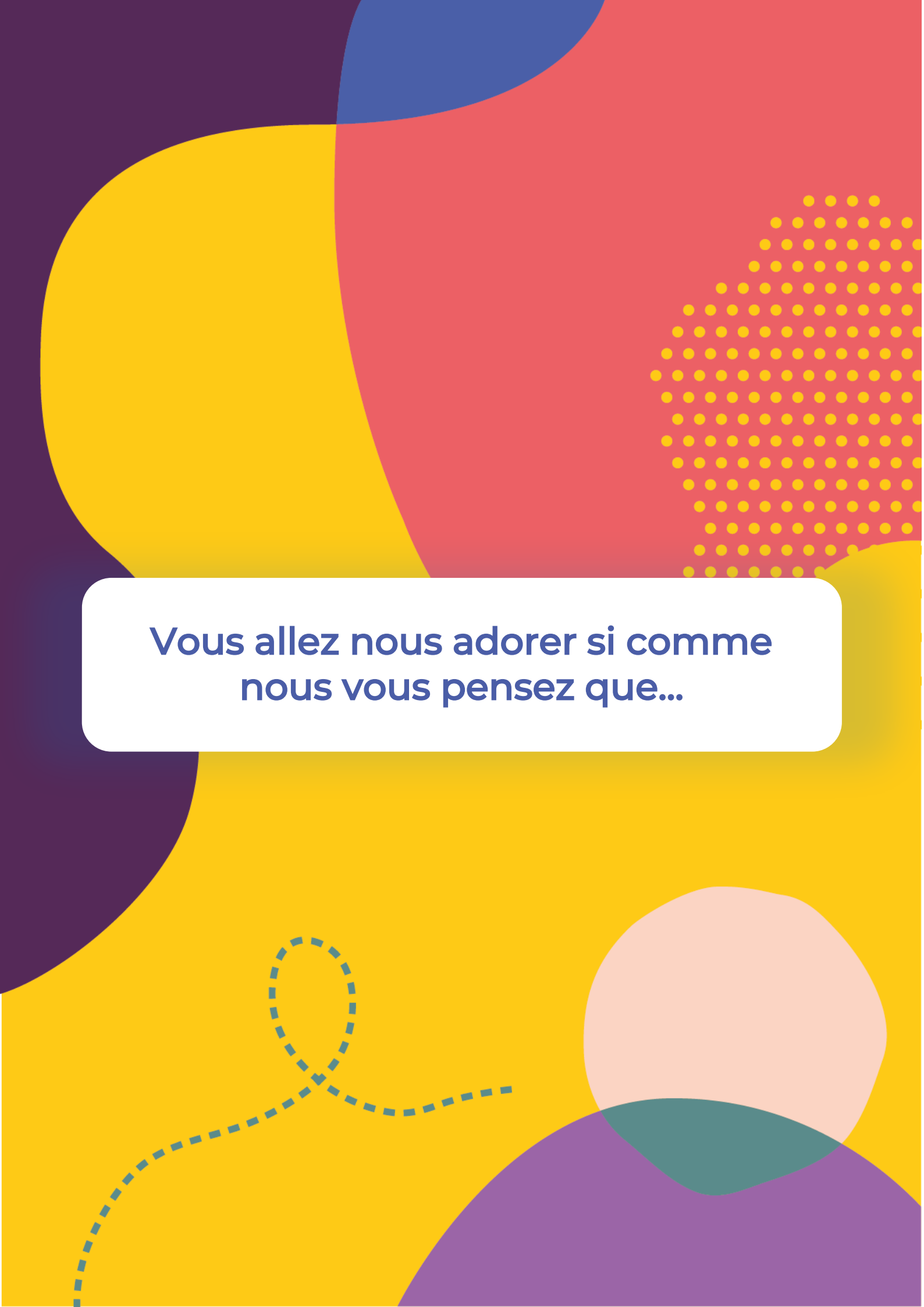
Pour les formations organisées en intra entreprise, la liste des participants peut être modifiée jusqu'à 24h ouvrés avant le début de la formation.

Accessibilité

RETENGR facilite l'accessibilité de ses formations.

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Si vous avez un besoin d'accès spécifique, contactez Céline BOURREIL (celine.bourreil@retengr.com) qui étudiera avec Handifiel's (notre référent handicap) votre demande et vous proposera les meilleures solutions.

The background is a vibrant abstract composition. It features large, overlapping organic shapes in shades of purple, yellow, and pink. A semi-circular area on the right side is filled with a dense pattern of small yellow dots. In the lower-left quadrant, there is a dashed teal line that forms a loop and then extends outwards. The overall aesthetic is modern and playful.

**Vous allez nous adorer si comme
nous vous pensez que...**

Une formation doit être au service de la performance du collaborateur et de l'entreprise

Ceci nécessite une quête constante d'excellence de la part de l'organisme formateur avec une adaptation systématique aux enjeux de l'entreprise, la mise à jour régulière des supports de cours et une veille technologique indispensables pour toujours être à la pointe du domaine.



L'expertise technique est aussi importante que les qualités pédagogiques



Nos formateurs sont tous des experts de leur domaine. Mais qu'ont-ils de plus que les autres ? Nous les sélectionnons en plus pour leurs qualités de pédagogue et leurs méthodes d'enseignements. Nous plaçons les qualités pédagogiques au même niveau que l'expertise afin que nos stagiaires tirent le meilleur de leurs formations.

L'excellence naît de l'excellence

Beaucoup de nos clients se classent parmi les leaders de leurs industries respectives ou parmi les start-ups les plus prometteuses. Nous savons que former les collaborateurs de telles entreprises nécessite de prêter attention à chaque détail en prodiguant un accompagnement à la hauteur de l'ambition de nos stagiaires. C'est pourquoi nous savons faire des leaders d'aujourd'hui les champions de demain !





retengr

Faire du leader d'aujourd'hui, le
champion de demain