

BOOST MENTAL & PRODUCTIVITÉ : TA DOSE [PNL / HYPNOSE / OUTILS]

ZOOM SUR MON PROCESSUS DE CRÉATION DE FORMATION



Bonjour {{ contact.PRENOM }},

Je suis ravi de te retrouver pour cette nouvelle édition ! 🙌

J'espère que cette newsletter sera dégustée autour d'une piscine ou à la mer !

Aujourd'hui, j'ai le plaisir de partager avec toi mon processus complet que j'applique (PNL, Hypnose, MOSAIC... et IA !) pour sortir des contenus E-learning percutants sans y laisser ma santé mentale. C'est un process transposable à toute personne qui a un contenu à présenter (formation, projet, exposé, présentation, rapport, etc)



**Arrêtez de galérer : J'utilise l'IA
pour créer mes formations et vous
devriez aussi**



Okay, chers accompagnants de tout poil (coachs, thérapeutes, éducateurs, RH, managers... bref, vous qui transmettez, guidez, et illuminez le monde à votre manière !),

Préparez-vous. Asseyez-vous. Et si vous avez un verre de quelque chose (pas obligatoire mais ça aide), c'est le moment.

On va parler création de contenu et notamment de formation. Pas la création à l'ancienne, celle qui te bouffe des semaines, te donne des cheveux blancs et te fait jurer de ne plus jamais recommencer.

Non, on va parler de *ma* méthode. Celle qui me permet de sortir des formations E-learning vraiment propres et impactantes (oui, je pèse mes mots) sans vendre un rein ni sacrifier mon temps libre sur l'autel de PowerPoint.

Et attention, cette méthode, elle a un ingrédient secret. Un ingrédient qui fait hurler certains puristes, qui en intrigue d'autres, et qui, avouons-le, me rend la vie tellement plus simple : l'Intelligence Artificielle.

Oui, je suis un formateur, un thérapeute multi-casquettes (PNL, Hypnose, MOSAIC, États du Moi... j'aime collectionner les outils qui marchent), et j'utilise l'IA dans mes process. Shocking, n'est-ce pas ?

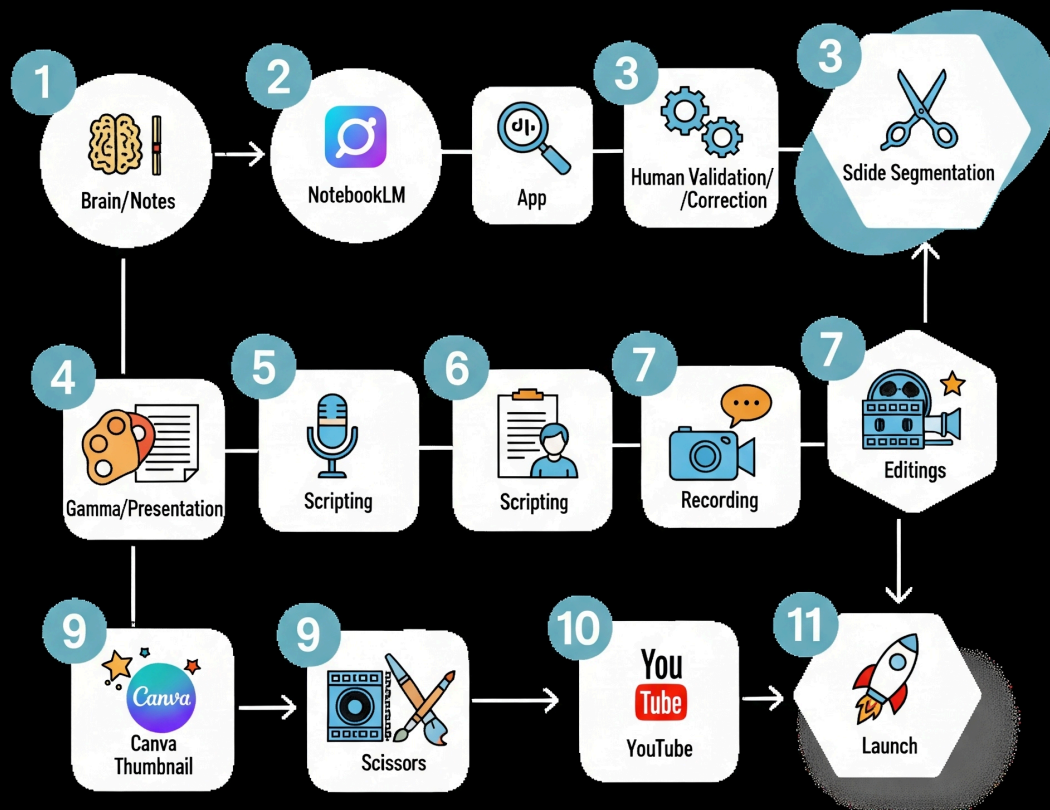
Alors, prêt à jeter un œil dans ma cuisine secrète ? Accroche-toi, ça va secouer un peu tes vieilles habitudes.

Mon processus de création de formation E-learning (Le secret que tes concurrents voudraient pas que tu connaisses)

Arrête de faire ça à l'ancienne. Oublie les longues heures à structurer sur un coin de table, à rechercher des infos qui dorment dans des livres poussiéreux ou sur des sites pas fiables. Mon approche, c'est une chaîne de production optimisée.

Et voici comment ça se passe, étape par étape, avec mes "petits assistants" IA :

 **Un process à dupliquer !**



1. La matière première (le savoir + le jus de cerveau IA)

: Je commence toujours par ce que je maîtrise *parfaitement*. Mes contenus, mes années de pratique, mes anecdotes croustillantes. Je prends tout ça et je le jette dans la marmite magique : **NotebookLM**. C'est mon terrain de jeu pour organiser mon savoir. Mais attention, je ne m'arrête pas là ! Pour que mes formations (ou tes cours, tes modules pédagogiques !) soient à la pointe, je demande à **ChatGPT**, **Perplexity** et **Gemini** de faire un *deep research* sur les aspects les plus pointus, les études récentes, les angles oubliés. J'agrège tout ce jus de cerveau dans NotebookLM. J'ai maintenant un concentré de *mon* expertise et de la *meilleure* info disponible. Déjà, on part sur de bonnes bases !

2. La structure qui tient la route (merci, NotebookLM) :

Avoir plein d'infos, c'est bien. Avoir une structure pédagogique qui a du sens pour les apprenants (ou tes étudiants !), c'est *mieux*. Je demande alors à **NotebookLM**, qui a ingéré tout mon contenu, de me

proposer une structure logique, progressive, qui part de A pour aller à Z sans perdre personne. C'est mon architecte IA personnel.

3. **Le chef d'orchestre, c'est TOI (l'humain reprend le pouvoir) :** Et c'est là que mon expertise (et la tienne dans ton domaine de coaching, thérapie, enseignement...) est CRUCIALE. Je ne prends JAMAIS la structure IA pour argent comptant. Je relis, je corrige, j'ajuste, je rajoute MA touche, MA pédagogie, ce qui fait que C'EST *ma* formation (ou *ton* cours). C'est la phase où je valide que le plan est solide et aligné avec mes objectifs et ceux de mes futurs stagiaires/étudiants.
4. **Découpage en morceaux digestes (NotebookLM reste fidèle) :** Ma structure est validée ? Parfait. Maintenant, il faut découper ça en modules, en sections, en *slides*. Je retourne voir **NotebookLM** et je lui dis : "Allez, découpe-moi ça en bouchées !" Il me sort un squelette visuel.
5. **Le script (l'IA dégrossit, toi tu façannes) :** Chaque slide va avoir besoin d'une voix off, d'un texte pour accompagner l'image. Je demande à **NotebookLM** (toujours lui !) de me rédiger un premier script basé sur le contenu de chaque slide. C'est un brouillon, une base de travail. Encore une fois, *mon* boulot est de repasser derrière, de peaufiner le texte, d'y mettre mon ton, mes expressions, mon énergie. Pour que ça ne sonne pas robotique, mais *humain* (et adapté à ton public spécifique !).
6. **Les slides qui ont de la gueule (Gamma à la rescousse) :** J'ai mon découpage et mon script ? Je prends les grandes lignes et je les donne à **Gamma**. Ce petit bijou me génère un premier jet de diapositives, souvent avec un design sympa et des images pertinentes (qu'il faut quand même vérifier, hein, l'IA a parfois de l'humour douteux pour les visuels). C'est un gain de temps phénoménal pour le design initial. Évidemment, je passe ensuite pour ajuster, modifier, ajouter ma patte visuelle.
7. **Enregistrement (place à l'acteur... ou pas) :** Avec mes slides *finalisées* et mon script *peaufiner*, je m'installe. Sur **PowerPoint** (ou tout autre logiciel qui fait ça bien),

j'enregistre ma voix et/ou ma tête qui parle, slide par slide, en suivant (plus ou moins) le script que j'ai préparé. L'avantage d'avoir le script, c'est que tu gagnes en fluidité et tu es sûr de ne rien oublier (important pour les explications complexes !).

8. **Le montage express (Premiere Pro, mon ami) :** Pas besoin d'être un pro du cinéma. J'utilise **Premiere Pro** pour faire un montage rapide. Coller les morceaux enregistrés, ajouter une intro qui claque (ou juste ma tête qui dit "Bienvenue !"), une outro ("À bientôt !"), et hop. Pas d'effets spéciaux à gogo, l'important c'est le contenu. J'exporte ça dans un format optimisé pour YouTube.
9. **L'habillage marketing/éducatif (Canva & NotebookLM, duo de choc) :** Une vidéo sans une bonne vignette (thumbnail), c'est comme un plat sans sel. J'utilise **Canva** pour créer une vignette percutante qui donne envie de cliquer/regarder. Et pour le descriptif de la vidéo YouTube, le titre, les tags ? Je retourne voir **NotebookLM** ! Il connaît le contenu mieux que personne et me propose des textes optimisés. Encore un gain de temps énorme !
10. **Direction YouTube (le monde entier t'attend) :** J'uploade ma vidéo sur **YouTube**. Facile, rapide. C'est une étape technique simple mais essentielle pour la visibilité (même si la formation finale est hébergée ailleurs).
11. **La maison mère & le lancement (Teachizy, mon foyer numérique) :** Ma formation/mon module est prêt(e), en morceaux (vidéos, slides). Il faut l'installer quelque part. J'utilise **Teachizy** (il y a plein d'autres plateformes comme Teachable, Kajabi, Podia...). J'importe toutes mes vidéos, mes slides, j'organise les modules, j'écris les textes de présentation sur la plateforme. Et PAF ! Je publie ma formation/mon cours/ ma Master-Class.

Elle est là, prête à être partagée avec le monde.

**Les 7 secrets des objectifs
qui se réalisent**

Pourquoi ce système est-il révolutionnaire (pour moi, en tout cas) ?

Gain de temps monstre : L'IA s'occupe du défrichage, de la structuration initiale, du premier jet de script et des slides, des descriptions. Ça te libère l'esprit et des heures de boulot ingrat. Idéal quand tu as peu de temps entre deux accompagnements ou deux classes !

Qualité décuplée : En combinant ton expertise pointue avec la capacité de l'IA à explorer des angles nouveaux et à synthétiser d'énormes quantités d'infos, tu obtiens un contenu d'une richesse incroyable. Tes participants, clients ou étudiants t'en remercieront.

Focus sur l'essentiel : Tu peux te concentrer sur ce que tu fais le mieux : apporter ta touche humaine, ta pédagogie, ton vécu, ton énergie, et interagir avec tes apprenants. L'IA gère les tâches répétitives et techniques.

Professionnel et structuré : Le processus force à la clarté et à la structure, ce qui rend la formation/le cours agréable à suivre et efficace pour les participants.

Tu veux voir ce que ça donne, cette tambouille IA + humain ?

J'ai appliqué exactement ce processus pour créer une **Master Class gratuite**. C'est un exemple parfait de comment on peut créer du contenu de valeur rapidement et efficacement.

Clique dessous pour découvrir "**Les 7 secrets des objectifs qui se réalisent**" et voir le résultat de ma méthode en action :

Les 7 secrets des objectifs qui se réalisent

Arrête de galérer dans ton coin à essayer de tout faire manuellement.

L'IA n'est pas là pour te remplacer, elle est là pour te *booster*.
Pour te permettre de créer *plus* de valeur, *plus* rapidement, et de toucher *plus* de monde.

Alors, prêt à passer à la vitesse supérieure et à utiliser l'IA comme ton super-pouvoir de créateur de formation/cours ?

La porte est ouverte...

À bientôt, sur la voie rapide de la création !

Thomas ton formateur (pas si) secret, qui utilise l'IA sans complexe.

Ah, au fait, si tu as envie de feuilleter les anciennes Newsletter c'est là :

Anciennes
Newsletter



Thomas Rolin

Ressources
& Déploiement

5 Boulevard Philippon
13004, Marseille



Partagez cette newsletter 😊

Se désinscrire