

ChatGPT booste vos idées créatives.

Stimuler sa créativité avec ChatGPT : l'art du brainstorming assisté par IA

Vous êtes à court d'idées pour un projet, une campagne marketing ou même un menu hebdomadaire ? ChatGPT peut devenir votre meilleur partenaire de brainstorming. Encore faut-il savoir comment l'utiliser efficacement. Ce guide vous donne les bonnes pratiques pour exploiter son potentiel créatif.

🔍 Posez les bonnes questions

Privilégiez les **questions ouvertes** telles que « propose-moi... » ou « quelle pourrait être... ». Évitez les questions fermées, qui limitent les possibilités de réponse.

📁 Donnez du contexte

Plus votre **brief** est précis, plus les suggestions sont pertinentes. Exemple : « Je veux 7 repas équilibrés pour deux adultes et deux enfants, sans aliments rouges. »

★ Ajoutez des contraintes utiles

Spécifiez des éléments comme :

- Le **nombre de suggestions** (5, 10, 20)
- Le **format attendu** (liste, paragraphes, carte mentale)
- Des **critères qualitatifs** : originalité, faisabilité, public cible, etc.
-

🔄 Itérez pour affiner

Utilisez les réponses initiales de ChatGPT comme base d'**itérations successives**. Demandez des exemples, des précisions, ou explorez des angles alternatifs.

💡 Introduisez du décalage

La **créativité naît souvent du décalage**. Ajoutez des contraintes insolites : « Imagine des plats pour un chat yogi. » Cela pousse ChatGPT à sortir des sentiers battus.

📝 Inspirez-vous de méthodes connues

Des techniques classiques de brainstorming peuvent être intégrées :

- **SCAMPER** (Substituer, Combiner, Adapter, Modifier, Proposer, Éliminer, Réorganiser)
- **Six chapeaux de Bono**

Il suffit de demander à ChatGPT :

🗨 « *Applique la méthode SCAMPER pour créer des idées de jeux éducatifs* ».

✓ Passez en revue et priorisez

Une fois les idées générées :

- Triez, **combinez**, **hiérarchisez**
- Demandez à ChatGPT son avis final
- Repartez avec des **pépites créatives concrètes**
-

🌐 Ressources utiles :

- <https://platform.openai.com/playground>
- Méthode SCAMPER : <https://fr.wikipedia.org/wiki/SCAMPER>
- Six chapeaux de Bono : https://fr.wikipedia.org/wiki/Six_chapeaux_de_la_r%C3%A9flexion

Conclusion :

ChatGPT devient un véritable co-équipier de la pensée créative. Bien briefé et bien piloté, il permet de générer des idées originales, ciblées, et exploitables, dans tous les domaines — de la cuisine à l'innovation produit.