



COACHING BOOKMACHINE

Mon profil de voix

Le document qui fait écrire l'IA avec vos mots, pas avec les siens.

Mode d'emploi

Cette fiche se remplit une fois, en trente minutes. Ensuite, elle vous sert pour tout le livre.

Chaque fois que vous travaillez avec l'IA, vous la collez en tête de votre demande. La machine ne garde rien d'une conversation à l'autre : c'est la fiche qui lui rappelle comment vous parlez.

Étape 1. Vous dictez

7 minutes

Prenez votre téléphone et lancez la dictée vocale ou l'enregistreur. Expliquez, comme si vous parliez à un client assis en face de vous, la chose que vous répétez le plus souvent dans votre métier.

- Trois minutes de parole, pas plus.
- Vous parlez, vous n'écrivez pas.
- Vous ne vous relisez pas en route et vous ne corrigez rien.
- Puis vous relisez la transcription d'une traite.

Étape 2. Vous surlignez

5 minutes

Sur la transcription, repérez dans cet ordre :

Les mots qui reviennent

ceux que vous avez employés plus de deux fois

Les images

vos comparaisons et vos expressions imagées

Les phrases courtes

celles de moins de sept mots

Vos formules

la phrase par laquelle vous avez commencé, et celle par laquelle vous avez fini

Ces repérages remplissent directement quatre des six rubriques de votre profil.

Étape 3. Votre profil de voix

8 minutes

Une ligne par rubrique suffit. On cherche l'exactitude, pas l'exhaustivité.

Mes mots signatures

Dix mots maximum, ceux qui sont ressortis au surlignage.

Mes mots interdits

Ceux que vous ne prononcez jamais et qui sonneraient faux sous votre plume.

Mes images

Deux ou trois comparaisons tirées de votre univers.

Mon rythme

Phrases courtes ou longues, tutoiement ou vouvoiement, questions ou affirmations.

Mes convictions

Trois phrases qu'un confrère pourrait contester.

Mon terrain

Les cas, les chiffres et les échecs que vous pouvez citer.

La rubrique la plus efficace est celle des mots interdits : c'est elle qui empêche l'IA de replacer « essentiel » et « véritable levier » à chaque paragraphe.

Un exemple rempli

Expert-comptable devenu formateur

Mots signatures	trésorerie, décalage, échéance, marge, pilotage, arbitrage, encaisser, tenir, anticiper, chiffre
Mots interdits	booster, révolutionner, magique, secret, hack
Images	le tableau de bord d'une voiture, la jauge d'essence, la cuisine d'un restaurant un soir de rush
Rythme	phrases moyennes, toujours un chiffre dans le paragraphe, vouvoiement, pas de question rhétorique
Convictions	Un carnet de commandes plein ne protège de rien. Le prévisionnel tient sur une page ou ne sert à rien. La plupart des dépôts de bilan sont des accidents de trésorerie, pas de rentabilité.
Terrain	vingt-deux ans en cabinet, plus de six cents bilans, deux clients perdus pour avoir dit la vérité trop tard

Le même paragraphe, sans et avec le profil

SANS PROFIL DE VOIX

Il est essentiel de mettre en place un suivi régulier de votre trésorerie. Cette démarche vous permettra d'anticiper les difficultés et de prendre les décisions adéquates en temps utile.

AVEC LE PROFIL DE VOIX

Votre trésorerie, vous la regardez quand ? Le plus souvent, le jour où le virement ne passe pas. Sur mes six cents bilans, je n'ai presque jamais vu une entreprise mourir d'un manque de rentabilité. Elles meurent d'un décalage de quinze jours. C'est une jauge, pas un moteur. Et une jauge, on la regarde avant de partir.

La méthode : dicter, puis faire réécrire

Ne demandez plus à l'IA de rédiger. Demandez-lui de réécrire ce que vous avez dit.

- 1 Vous dictez le chapitre à l'oral, en suivant votre plan.
- 2 Vous donnez la transcription et votre profil de voix à l'IA.
- 3 Elle met en forme, elle n'invente rien.
- 4 Vous relisez et vous remettez vos aspérités là où elle les a gommées.

Les prompts prêts à copier

Remplacez les passages entre crochets, puis collez le tout dans votre IA.

Prompt 1. Mettre en forme un chapitre dicté

À utiliser juste après avoir dicté un chapitre.

Voici mon profil de voix :

[COLLEZ ICI VOTRE PROFIL DE VOIX]

Voici la transcription brute de ce que je viens de dicter pour le chapitre [NUMÉRO] de mon livre :

[COLLEZ ICI LA TRANSCRIPTION]

Mets ce texte en forme : corrige la syntaxe, supprime les répétitions inutiles et les hésitations de l'oral, organise-le en paragraphes. Garde mes mots signatures, mes images et la longueur de mes phrases. N'ajoute aucun exemple, aucun chiffre et aucune idée qui ne soit pas dans ma transcription. N'emploie jamais les mots de ma liste interdite.

Prompt 2. Repérer un passage trop lisse

À utiliser quand un paragraphe vous paraît générique.

Voici mon profil de voix :

[COLLEZ ICI VOTRE PROFIL DE VOIX]

Voici un passage que j'ai écrit et qui me paraît trop lisse :

[COLLEZ ICI LE PASSAGE]

Signale les phrases qui pourraient avoir été écrites par n'importe qui, et indique-moi où il manque un exemple vécu, un chiffre ou une conviction. Ne réécris rien : signale seulement.

Prompt 3. Contrôler un chapitre avant de le valider

À utiliser sur chaque chapitre terminé.

Voici mon profil de voix :

[COLLEZ ICI VOTRE PROFIL DE VOIX]

Voici un chapitre terminé :

[COLLEZ ICI LE CHAPITRE]

Réponds en trois listes courtes : les mots de ma liste interdite que j'ai laissés passer, les paragraphes qui ne contiennent ni chiffre ni cas concret, et les endroits où j'énumère trois éléments alors que deux suffiraient.

Les 7 signes d'un texte qui sent l'IA

Relisez votre chapitre et cochez chaque signe que vous y trouvez.

- ☐ **Le lissage** : toutes les phrases ont la même longueur, aucune ne dépasse
- ☐ **Tout va par trois** : trois adjectifs, trois exemples, trois conseils
- ☐ **Les mots de prestige** : essentiel, crucial, incontournable, véritable levier
- ☐ **Les transitions parfaites** : par ailleurs, en outre, il convient de
- ☐ **Aucune prise de risque** : pas un seul avis tranché
- ☐ **Le zéro terrain** : ni nom, ni date, ni chiffre vécu, ni échec raconté
- ☐ **La symétrie** : toutes les parties font la même longueur

Deux cases cochées ou plus : repassez le chapitre au prompt 2.

Le test de la page arrachée

Arrachez une page de votre livre. Enlevez la couverture, le titre et votre nom. Donnez-la à quelqu'un qui vous connaît. S'il ne devine pas que c'est vous, réécrivez la page.

Christophe Cattaneo

Architecte de Croissance & Business Développeur | Coach BookMachine