

GUIDE GRATUIT

20 prompts

ChatGPT gratuits

**pour écrire ton
premier chapitre
avec l'IA**

Marche aussi avec Claude, Grok, Gemini

P.Daluz

Avant de commencer

Tu veux écrire un livre avec l'IA. Bonne nouvelle : c'est possible, et plus vite que tu ne le crois. Moins bonne nouvelle : l'IA n'écrit pas un bon livre toute seule. C'est toi qui décides, qui tries et qui peaufines.

Ce guide te donne 20 prompts prêts à copier (un prompt, c'est la consigne que tu tapes à l'IA), dans l'ordre, pour aller de l'idée jusqu'à un premier chapitre relu. Remplace simplement ce qui est entre [crochets].

Trois règles qui changent tout

1. Une seule IA pour écrire, une autre seulement pour relire. Choisis ton IA d'écriture (ChatGPT, Claude, Grok ou Gemini) et garde-la jusqu'au bout. Utilise une deuxième IA uniquement pour critiquer, jamais pour réécrire.

2. Un chapitre par session. Une conversation, un chapitre. Au début de chaque session, recolle ton plan, ta fiche personnage et la fin du chapitre précédent.

3. L'IA va vite, toi tu peaufines. Elle écrit un chapitre en quelques minutes. Toi, tu passes quelques heures à le rendre bon. Ces heures-là, c'est ton livre.

Prends un document à côté pour garder tes réponses : plan, fiches, versions. C'est ta mémoire, l'IA n'en a pas.

1. L'idée et le public

Prompt 1 · Trouver l'idée qui tient

Je veux écrire un livre sur [sujet ou envie]. Propose-moi 5 idées de livres différentes, chacune en une phrase, avec pour chacune : le lecteur visé, la promesse du livre et pourquoi quelqu'un l'achèterait.

Astuce : Ne garde pas la plus originale : garde celle que tu as vraiment envie d'écrire ce soir.

Prompt 2 · Définir ton lecteur

Mon livre parle de [idée en une phrase]. Décris-moi mon lecteur idéal : son âge, sa situation, ce qui le bloque, ce qu'il espère, et les mots qu'il utiliserait pour décrire son problème.

Astuce : Plus ton lecteur est précis, moins l'IA écrit de généralités.

Prompt 3 · Tester la promesse

Voici la promesse de mon livre : [promesse]. Joue le rôle d'un lecteur sceptique en librairie. Donne-moi 3 raisons de reposer le livre, puis aide-moi à reformuler la promesse pour les contrer.

Astuce : Une IA polie dit que tout est génial. Demande-lui explicitement d'être dure.

2. Le plan

Prompt 4 · Plan en 10 chapitres

Pour un livre [roman / guide pratique] destiné à [lecteur], sur [idée], propose un plan de 10 chapitres. Pour chacun : un titre provisoire et 2 lignes sur ce qui s'y passe ou ce qu'on y apprend.

Astuce : Le plan est provisoire. Il sert à démarrer, pas à t'enfermer.

Prompt 5 · Zoom sur le chapitre 1

Voici mon plan : [colle le plan]. Détaille uniquement le chapitre 1 en 5 à 7 étapes, dans l'ordre, avec l'objectif du chapitre et ce que le lecteur doit ressentir ou savoir à la fin.

Astuce : Un chapitre par session : ne détaille pas tout le livre d'un coup.

3. Le personnage ou l'angle

Prompt 6 · Fiche personnage (roman)

Crée la fiche de mon personnage principal : [prénom, âge, métier]. Ajoute ce qu'il veut, ce dont il a peur, son secret, sa façon de parler (3 répliques d'exemple) et un défaut qui va lui coûter cher.

Astuce : Garde cette fiche dans un document : tu la recolleras à chaque session.

Prompt 7 · Ton angle unique (essai, guide)

Sur le sujet [sujet], les livres existants disent surtout [ce que tu as lu]. Mon expérience personnelle : [ton vécu]. Aide-moi à formuler un angle qui me distingue, en 3 propositions.

Astuce : Ton vécu est la seule chose que l'IA ne peut pas inventer. Mets-le en avant.

Prompt 8 · La voix du narrateur

Écris le même paragraphe de 80 mots sur [situation] de 3 façons : à la première personne intime, à la troisième personne distante, et sur un ton direct en tutoiement. Indique ce que chaque choix change.

Astuce : Choisis la voix maintenant ; changer au chapitre 5 coûte des heures.

4. La première scène ou l'accroche

Prompt 9 · 5 premières phrases

Mon chapitre 1 commence par [situation de départ]. Propose 5 premières phrases très différentes : une action, un dialogue, une image, une question, une affirmation choc.

Astuce : Lis-les à voix haute. Celle qui te donne envie de lire la suite gagne.

Prompt 10 · La scène d'ouverture

À partir de cette première phrase : [phrase choisie], décris en 10 lignes ce qui doit se passer dans la scène d'ouverture : lieu, tension, information révélée, et ce qui pousse à tourner la page.

Astuce : Une ouverture n'a pas besoin de tout expliquer. Elle doit créer une question.

5. L'écriture du chapitre

Prompt 11 · Le brief d'écriture

Tu es mon assistant d'écriture. Voici le contexte : [fiche personnage ou angle], [plan du chapitre 1], [voix choisie]. Écris la première moitié du chapitre 1 (environ [nombre] mots). Respecte le plan, pas de morale finale, pas de clichés.

Astuce : Utilise toujours la même IA pour écrire, du début à la fin : la voix reste cohérente.

Prompt 12 · La suite

Continue le chapitre à partir de : [dernières lignes]. Écris la seconde moitié, jusqu'à [événement de fin de chapitre]. Termine sur une tension ou une question ouverte.

Astuce : Si l'IA dérive, recolle le plan du chapitre. Elle oublie plus vite que toi.

Prompt 13 · Réécrire un passage faible

Ce passage sonne faux : [passage]. Le problème selon moi : [trop plat / trop long / pas crédible]. Réécris-le en gardant les faits mais en [montrant au lieu d'expliquer / coupant 30 %].

Astuce : Corrige passage par passage. Régénérer tout le chapitre efface aussi ce qui marchait.

6. La relecture

Prompt 14 · Relecture critique

Tu es éditeur. Voici mon chapitre 1 : [chapitre]. Liste les 5 problèmes les plus importants (rythme, clarté, crédibilité, répétitions), du plus grave au moins grave, avec un exemple précis pour chacun. Ne réécris rien.

Astuce : Fais-le dans une autre IA que celle qui écrit : elle n'a pas d'affection pour son propre texte.

Prompt 15 · La chasse aux tics d'IA

Relis ce texte : [chapitre]. Repère les expressions typiques d'un texte généré par IA (formules creuses, triplets d'adjectifs, phrases trop symétriques, conclusions moralisatrices) et liste-les avec la ligne concernée.

Astuce : Ensuite, corrige toi-même ou retourne dans ton IA d'écriture. La relectrice ne réécrit pas.

Prompt 16 · La relecture lecteur

Lis ce chapitre comme [ton lecteur idéal]. À quel moment t'es-tu ennuyé ? Qu'est-ce que tu n'as pas compris ? Aurais-tu lu le chapitre 2 ? Réponds franchement.

Astuce : Un retour honnête vaut mieux que dix compliments.

7. Le ton

Prompt 17 · Ajuster le ton

Voici un extrait de mon chapitre : [extrait]. Je veux un ton plus [chaleureux / sec / drôle / inquiétant]. Montre-moi la version modifiée et explique les 3 changements principaux.

Astuce : Teste sur un extrait court avant d'appliquer à tout le chapitre.

Prompt 18 · Ta propre voix

Voici un texte que j'ai écrit moi-même, sans IA : [ton texte]. Analyse mon style (longueur des phrases, vocabulaire, rythme, humour). Puis réécris ce paragraphe du chapitre en imitant ce style : [paragraphe].

Astuce : C'est ici qu'on passe des heures à peaufiner. C'est normal, et c'est ce qui fait la différence.

8. Le titre

Prompt 19 · Trouver le titre

Mon livre : [résumé en 3 lignes], pour [lecteur]. Propose 10 titres : 3 descriptifs, 3 intrigants, 2 avec un chiffre ou une promesse, 2 très courts. Ajoute un sous-titre pour les 3 meilleurs.

Astuce : Tape tes 3 titres préférés sur Amazon pour vérifier qu'ils ne sont pas déjà pris.

Prompt 20 · Le texte de quatrième de couverture

Mon livre s'intitule [titre]. Résumé : [3 lignes]. Lecteur : [lecteur]. Écris un texte de quatrième de couverture de 120 mots maximum : une accroche, l'enjeu, la promesse, sans dévoiler la fin.

Astuce : La quatrième de couverture, c'est le texte au dos du livre (et dans la description Amazon). Si ce texte ne te donne pas envie de lire ton propre livre, retravaille ton chapitre 1.

Les 5 pièges

Changer d'IA en cours de route

Chaque IA a sa voix. Passer de l'une à l'autre pour écrire donne un livre rapiécé. Une pour écrire, une pour relire, point.

Tout demander d'un coup

« Écris-moi un livre de 200 pages » donne 200 pages de vide. Un chapitre par session, avec un plan précis.

Croire le premier jet

Le premier texte de l'IA est un brouillon, jamais une version finale. Relis, coupe, réécris.

Oublier de redonner le contexte

L'IA ne se souvient pas de ton livre d'une session à l'autre. Recolle toujours plan, fiches et dernières lignes.

Ne pas mettre de toi dedans

Sans ton vécu, tes opinions et ta voix, ton livre ressemblera à tous les autres. L'IA écrit vite ; toi, tu rends le texte vivant.

Les livres de P.Daluz

Tu as aimé ces prompts ? Va plus loin :

Écrire un livre avec l'IA, le guide complet

Bientôt sur Amazon

L'IA, ton deuxième salaire

<https://amzn.eu/d/02tfESit>

5 agents IA qui bossent pour toi

<https://amzn.eu/d/0jcdMC9e>

Sept nuits à la Maison des Dunes (thriller)

<https://amzn.eu/d/06eHTFJo>

Tous mes livres : <https://pdaluz-livres.netlify.app>

Un chapitre bonus offert

Recevez gratuitement un chapitre bonus. Écrivez-moi à :

pdaluz-livres@mail.grokbots.com