

Cherche un job ? 12 prompts pour battre les ATS et décrocher des entretiens

12 prompts prêts à l'emploi pour ne plus jamais te faire éliminer par un robot RH.

CE QUE TU VAS APPRENDRE

- » Pourquoi ton CV se fait rejeter avant qu'un humain le lise
- » Comment optimiser chaque section avec la formule XYZ de Google
- » Les prompts pour préparer les entretiens, négocier ton salaire et faire un suivi

Le problème que personne ne te dit

90% des entreprises utilisent un ATS (Applicant Tracking System) pour filtrer les CV avant qu'un recruteur humain les regarde.

Tu peux être parfaitement qualifié. Si les bons mots-clés manquent, le robot te rejette. Fin de l'histoire.

Ce guide te donne 12 prompts à copier-coller dans ChatGPT ou Claude pour régler ça, étape par étape.

Les 4 prompts de base

Prompt 1 — Ton score de compatibilité

PROMPT / COMMANDE

Act as a senior recruiter with 10+ years of experience. Analyze my resume against this job description. Give me a match score out of 100 and list the top 5 missing keywords that I need to include to pass ATS filters.

[Colle ton CV ici]

[Colle la fiche de poste ici]

Tu sais exactement où tu en es. Et quels mots-clés ajouter.

Prompt 2 — Réécriture de la section expérience

PROMPT / COMMANDE

Rewrite my experience section to naturally include those keywords. Use the Google XYZ formula for every bullet point: "Accomplished [X] as measured by [Y] by doing [Z]."

Make sure the keywords flow naturally and don't sound forced. Focus on quantifiable results.

La formule XYZ, c'est la norme chez Google pour évaluer les candidats. Concrètement :

- Avant : "Géré une équipe et amélioré les ventes."
- Après : "Augmenté les ventes régionales de 34% (de 2M\$ à 2,68M\$) en pilotant une équipe de 8 personnes et en déployant un nouveau CRM."

Prompt 3 — Vérification ATS (le plus critique)

PROMPT / COMMANDE

Act as an applicant tracking system filter. Scan my new resume. Tell me which sections a bot would struggle to read, which formatting might cause issues, and what I need to fix to ensure 100% ATS compatibility.

Les erreurs qui tuent un CV face aux ATS : tableaux, en-têtes et pieds de page, images, polices non standard, mise en page multi-colonnes. Ce prompt les identifie toutes.

Prompt 4 — Préparation à l'entretien technique

PROMPT / COMMANDE

Act as the hiring manager for this specific role. Ask me the 3 hardest technical questions you would ask in an interview. Then give me the perfect response based on my background and the job description.

ASTUCE

Utilise le mode vocal de ChatGPT pour t'entraîner à répondre à l'oral, pas juste à l'écrit.

Les prompts bonus

Lettre de motivation (Prompt 5)

PROMPT / COMMANDE

Write a compelling cover letter for this job that:

- Opens with a strong hook that shows I understand the company's challenges
- Highlights my top 3 most relevant accomplishments
- Explains why I'm uniquely qualified for this role
- Ends with a clear call to action

Keep it under 300 words and make it sound human, not AI-generated.

[Colle la fiche de poste]

[Colle ton CV]

LinkedIn : headline et section "À propos" (Prompts 6 & 7)

PROMPT / COMMANDE

Based on my resume and career goals, write 5 different LinkedIn headlines that:

- Are under 120 characters
- Include relevant keywords for my industry
- Make me stand out to recruiters
- Show my unique value proposition

[Colle ton CV]

[Colle le titre de poste ou secteur visé]

PROMPT / COMMANDE

Write a compelling LinkedIn "About" section that:

- Tells my professional story in a conversational tone
- Highlights my biggest achievements
- Includes keywords for [ton secteur/rôle]
- Ends with a clear call to action for recruiters or hiring managers

Keep it under 200 words.

[Colle ton CV]

Questions comportementales (Prompt 8)

PROMPT / COMMANDE

Act as an experienced interviewer. Based on this job description, give me the top 5 behavioral questions I'm likely to be asked. For each question, provide a strong answer using the STAR method (Situation, Task, Action, Result) based on my resume.

[Colle la fiche de poste]

[Colle ton CV]

Négociation salariale (Prompt 9)

PROMPT / COMMANDE

I just received a job offer for [intitulé du poste] at [entreprise]. The offer is [montant]. Based on industry standards, my experience level, and the job responsibilities, help me:

1. Determine if this is a fair offer
2. Write a professional counter-offer email
3. Suggest a realistic salary range I should ask for

[Colle la fiche de poste]

[Colle tes années d'expérience et ta localisation]

Email de suivi post-entretien (Prompt 10)

PROMPT / COMMANDE

Write a professional follow-up email to send after my interview for [poste] at [entreprise]. The email should:

- Thank them for their time
- Reinforce my interest in the role
- Mention 1-2 specific things we discussed
- Subtly remind them why I'm a great fit
- End with a clear next step

Keep it under 150 words and make it sound genuine, not templated.

ASTUCE

Envoie cet email dans les 24 à 48 heures après l'entretien. La plupart des candidats ne le font pas.

Le workflow complet, dans l'ordre

1. Prompt 1 — Score de compatibilité + mots-clés manquants
2. Prompt 2 — Réécriture de l'expérience avec la formule XYZ
3. Prompt 3 — Vérification ATS, correction du formatage
4. Prompt 5 — Lettre de motivation personnalisée
5. Prompt 4 + 8 — Préparation entretien (technique + comportemental)
6. Prompt 10 — Email de suivi dans les 48h

ATTENTION

Ne réutilise jamais le même CV pour chaque candidature. Lance les Prompts 1 et 2 à chaque fois. Ça prend 5 minutes et ça change tout.

3 erreurs à ne pas faire

- Copier-coller l'output sans relire. L'IA donne une base solide, pas un texte final. Ajoute ta voix, vérifie les chiffres.
- Garder tout dans des chats séparés. Travaille dans une seule conversation pour que l'IA garde le contexte de ton CV et de la fiche de poste.
- Utiliser les mêmes prompts sans les personnaliser. Plus tu donnes de contexte (secteur, niveau d'expérience, type d'entreprise), meilleur est le résultat.