

Ton raccourci cerveau ➤ contenu
FULL INSPIRATION

ZÉRO BLOCCAGE

LE PACK 5 PROMPTS DE GENIE IRRÉSISTIBLES

ZÉRO PANNE D'IDÉES.



FAZA

COACH INTUITIVE
THÉRAPEUTE QUANTIQUE

Table de **CONTENU**

01

LE MESSAGE MAGNÉTIQUE

→ Celui qui met en mots l'essence de ce que tu portes – et fait vibrer ton audience à ton énergie.

02

LE POST DÉCLIC

→ Celui qui crée la prise de conscience, qui fait dire "c'est exactement moi".

03

LE MYTHE À DÉCONSTRUIRE

→ Celui qui casse les croyances et installe ton autorité (sans arrogance).

04

LE POST CONNEXION

→ Celui qui touche le cœur, pas juste l'esprit. Qui crée du lien vrai.

05

APPELLE TON CLIENT IDÉAL

→ Celui qui attire naturellement les bonnes personnes à toi – sans convaincre, sans forcer.



Tu veux copier un prompt ou une phrase ?
Astuce Facile : sélectionne le texte directement dans ce PDF, clic
droit » Copier » colle-le où tu veux
(Elysia, ton doc, tes notes, ton cœur ❤️).

Faiza Coach Intuitive

LET'S GO !



PROMPT MESSAGE DE L'ÂME

Coucou Élysia 🌸

Voici les infos pour m'aider à formuler l'essence claire et stratégique de mon message, sous forme d'une phrase signature percutante, polarisante et mémorable :

🌟 Je suis : [ton prénom + ton rôle]

👑 Je m'adresse à : [ton audience principale]

💔 Ils vivent : [leur douleur ou leur frustration actuelle]

☀️ Grâce à ma solution, ils peuvent : [le résultat concret et mesurable qu'ils obtiennent]

🚫 Sans : [ce qu'ils n'auront plus à faire / subir / endurer]

💬 Quel ton veux-tu donner à ton message ?

(Choisis le tien - un ou plusieurs)

- 💎 Cash et percutant – direct, clair, sans détour.
- 🌸 Doux et inspirant – fluide, rassurant, émotionnel.
- 🔥 Puissant et polarisant – vrai, audacieux, qui crée le déclic.
- 🌟 Sacré et profond – introspectif, révélateur, ancré dans le sens.

À partir de ces éléments, Élysia, écris-moi une phrase signature qui arrête le scroll, pique la conscience, fait sourire ou hocher la tête, et reste en tête.

⚡ Je veux être bluffée, époustouflée, surprise par ta réponse – qu'elle ait du rythme, du caractère, et qu'on puisse la lire sur une bio ou une page de vente en se disant : 🌟 « C'est qui cette Queen ?! » 👑





PROMPT COMPLET – LE POST DÉCLIC + ACCROCHE REEL

Coucou Élysia 🌸

Aide-moi à créer un post DÉCLIC – celui qui met les mots sur ce que mon audience vit, casse une croyance, et crée une prise de conscience immédiate.

Voici les infos à partir desquelles tu peux travailler 🙋

💔 Mon audience vit : [décris la frustration, le comportement, le ressenti dominant]

🧠 Elle croit que le problème vient de : [la fausse cause, l'illusion]

🕸️ Mais la vérité, c'est que le vrai blocage vient de : [la cause profonde, le nœud invisible]

🌟 Ma solution permet de : [résultat concret et émotionnel – ex : retrouver la clarté, la confiance, la visibilité, etc.]

À partir de ça, écris-moi :

Un post DÉCLIC complet, structuré ainsi :

- Accroche forte qui arrête le scroll.
- Description du problème et de ce que la personne ressent.
- Le twist : “Tu crois que c’est à cause de ça... en réalité, c’est parce que...”
- La clé : la vraie cause / ton insight.
- La solution / ouverture : comment ta méthode change la donne.
- Une phrase finale marquante, simple et mémorable.

✚ Le ton doit être direct, conscientisant et accessible – ni moralisateur ni technique.

Je veux un texte qui crée un effet miroir chez mon audience : qu’elle se reconnaisse et se dise “c’est exactement moi.”

Une accroche de Reel Instagram (≤ 7 secondes) qui pique la curiosité et résume le dé clic,

dans le ton percutant, cash et vrai de mes Reels.

Exemples de style d’accroche :

- “Tu crois que t’es pas visible ? Regarde où tu te caches encore.”
- “Tu crois que t’as un problème de stratégie ? Spoiler : c’est pas ça.”
- “T’as pas besoin de parler plus fort. T’as besoin de parler vrai.”
- “C’est pas ta com’ qui bloque, c’est ton filtre.”

⚡ Je veux que le hook du Reel donne envie de regarder la suite et que le post développe la claque de conscience.

PROMPT À REMPLIR – LE POST MYTHE À DÉCONSTRUIRE



Coucou Élysia 🌸

Aide-moi à créer un post MYTHE À DÉCONSTRUIRE, celui qui fait réfléchir mon audience, casse une croyance encore très ancrée dans mon domaine, et installe mon autorité naturellement.

👉 Le mythe que mon audience croit encore :

[décris ici la croyance commune que les gens répètent sans la questionner – ex : “il faut poster tous les jours pour réussir”, “plus je travaille, plus j’aurai de clients”, “je dois tout faire moi-même”]

👉 Pourquoi ce mythe est faux ou incomplet :

[explique pourquoi cette croyance ne fonctionne pas, en quoi elle crée de la confusion, du stress ou de la déconnexion]

💡 La vérité que je veux faire comprendre :

[écris ici la clé de compréhension ou la nouvelle façon de voir les choses que tu veux apporter]

👉 Ma solution ou ma méthode permet de :

[décris le résultat concret ou la transformation qu’elle apporte quand on intègre cette nouvelle vision]

À partir de ça, Élysia, écris-moi :

Un post clair, fluide et percutant, structuré ainsi :

- Accroche forte qui casse le mythe dès la première phrase.
- Description du comportement lié à cette croyance.
- Le twist : pourquoi cette croyance est fausse et ce qu’elle crée réellement.
- La vérité ou la nouvelle vision que j’apporte.
- L’ouverture : ce que la personne peut changer ou comprendre grâce à ça.
- Une phrase finale marquante et mémorable.

👉 Le ton doit être cash, lucide et bienveillant, avec une touche d’humour et de clarté.

Je veux que ce post fasse dire à mon audience : “Ah oui, c’est tellement vrai, je ne l’avais jamais vu comme ça.”

Une accroche de Reel Instagram (7 secondes max)

qui casse directement le mythe de manière provocante, simple et polarisante.

💬 Exemples de style que j’aime :

- “Non, t’as pas besoin d’envoyer des DM pour vendre.”
- “Travailler plus ne te rendra pas plus visible.”
- “Tu crois créer du lien ? En fait, t’envahis leur énergie.”
- “La constance sans clarté, c’est juste de l’épuisement organisé.”

⚡ Je veux que le hook du Reel donne envie de dire : “Attends... elle a raison.”,

et que le post fasse réfléchir tout en ouvrant sur une nouvelle façon de voir les choses.

PROMPT À REMPLIR – LE POST APPELLE TON CLIENT IDÉAL



Coucou Élysia 🌸

Aide-moi à créer un post qui parle directement à mon client idéal, celui qui lui fait sentir que je comprends exactement ce qu'il vit, ce qu'il désire et ce dont il a besoin – avant même qu'il me le dise.

❤️ Ce que mon client idéal vit actuellement :

[décris sa réalité, ses frustrations, ses émotions, ses pensées – ex : il fait tout bien mais ne voit pas de résultats, il doute, il se sent illégitime, il manque de clarté ou de confiance.]

💡 Ce qu'il pense être la solution à son problème :

[ex : il croit qu'il a besoin d'une meilleure stratégie, d'un coach business, de discipline, de visibilité, etc.]

🔴 Ce qu'il ne voit pas encore / la vraie cause de ce qu'il vit :

[ex : il agit depuis la peur, il ne suit pas sa stratégie HD, il est coupé de son énergie naturelle, il donne sans recevoir, etc.]

💡 Ce que je veux qu'il comprenne ou réalise :

[le déclic que tu veux provoquer – ex : la réussite vient de l'alignement, pas de l'effort ; il n'a pas besoin d'en faire plus, mais de se réaligner.]

🌟 Ce que ma solution, ma méthode ou mon accompagnement lui permet concrètement :

[ex : retrouver sa clarté, attirer les bons clients, vendre naturellement, être visible sans forcer, etc.]

À partir de ces éléments, Élysia, écris-moi :

Un post qui parle directement à mon client idéal, structuré ainsi :

- Accroche qui le fait se reconnaître dès la première phrase (“Tu fais tout bien, mais rien ne bouge ?”)
- Description de ce qu'il vit (le miroir).
- Le twist / la vérité qu'il n'avait pas vue.
- Le déclic que je veux provoquer.
- La solution ou la nouvelle perspective (mon approche).
- Une phrase finale engageante et mémorable.

👉 Le ton doit être direct, empathique et clair – comme si je parlais à lui et à lui seul.

Je veux que ce post fasse dire : “Elle parle exactement de moi.”

Une accroche de Reel Instagram (7 secondes max)

qui s'adresse directement à lui, en posant une question ou une phrase miroir.

💬 Exemples de style que j'aime :

- “Tu donnes tout... mais ton business ne bouge pas ?”
- “Tu fais tout bien, mais personne ne te voit ?”
- “T'as l'impression de parler dans le vide ?”
- “Tu crois que c'est ta stratégie, mais en vrai, c'est ton énergie.”

⚡ Je veux que cette accroche capte instantanément l'attention de mon client idéal, et que le post l'aide à se reconnaître, à comprendre ce qu'il vit, et à voir pourquoi ma solution est exactement ce qu'il lui faut.

PROMPT À REMPLIR – LE POST CONNEXION



Coucou Élysia 🌸

Aide-moi à créer un **post CONNEXION**, celui qui crée un lien sincère, humain et inspirant avec mon audience, sans tomber dans la plainte ni l'excès de vulnérabilité.

💬 Voici les infos pour m'aider à l'écrire :

❤️ Le moment, la situation ou le ressenti que je veux partager :

[décris une expérience personnelle, un apprentissage, un moment marquant ou une émotion que tu veux révéler – ex : un doute, un échec, un déclic, une peur, un apprentissage.]

💡 Ce que j'ai compris ou appris grâce à cette expérience :

[explique la leçon, la prise de conscience, le changement de regard que cette expérience t'a apporté.]

🌟 Ce que je veux que mon audience ressente ou comprenne en me lisant :

[écris ici le message clé que tu veux transmettre à travers ton histoire – ex : “tu n'as pas besoin d'être parfaite pour être impactante”, “ta vulnérabilité est une force”.]

💎 Ce que ma solution, ma méthode ou ma vision permet aujourd'hui :

[résume le bénéfique ou la transformation que tu proposes, en lien avec ton histoire – ex : “aujourd'hui, j'enseigne comment transformer la peur du regard des autres en moteur d'expression naturelle”.]

À partir de ça, Élysia, écris-moi :

Un **post de connexion authentique**, structuré ainsi :

- Introduction émotionnelle (mets le lecteur dans la scène : “il y a quelques mois...”, “je me souviens du jour où...”).
- Le ressenti vécu, sans filtre ni justification.
- La clé ou la leçon apprise.
- Le lien avec ce que je fais aujourd'hui ou ce que j'enseigne.
- Une conclusion inspirante ou apaisante.

👉 Le ton doit être **simple, vrai et humain**, comme si je parlais à une amie, avec de la profondeur, mais sans mise en scène.

Je veux un texte **qui touche le cœur et installe la confiance**.

Une **accroche de Reel Instagram (7 secondes max)**

qui pose la scène et donne envie d'écouter la suite.

💬 Exemples de style que j'aime :

- “J'ai longtemps cru que pour être crédible, il fallait être parfaite.”
- “Je me souviens du jour où j'ai failli tout arrêter.”
- “Je te dis un truc que je n'ai jamais dit ici.”
- “Si tu vis ça, t'es pas seule.”

⚡ Je veux que cette accroche crée une connexion immédiate, et que le post fasse ressentir une émotion vraie, tout en rappelant ce que j'apporte à travers ma mission.



ET VOILÀ... TON CERVEAU VIENT DE GAGNER UN SUPERPOUVOIR.

Tes 5 prompts sont dans la place.
Tu as maintenant tout ce qu'il faut pour créer du contenu clair, inspiré et magnétique – sans bloquer, sans forcer.

🌟 Et si tu sens que tu veux aller plus loin...
Que tu veux comprendre pourquoi ton business plafonne encore
et réactiver ton flow à la source –
👉 **découvre la session Elite by Design.**
(90 minutes pour remettre ton activité sur ses rails énergétiques ⚡)

Tu peux aussi m'écrire directement si tu veux en parler
contact@faizacoachintuitive.com

*Respire, rayonne et poste ce que tu vibres.
Ton design sait déjà comment attirer ce qui est pour toi.*

FA | Z A
COACH INTUITIVE
THÉRAPEUTE QUANTIQUE

