

Générateur d'idées d'accroches : 200 déclencheurs créatifs

Mode d'emploi

Ce générateur contient 200 déclencheurs organisés en 10 catégories thématiques. Quand l'inspiration manque, choisissez une catégorie qui vous attire ou piochez au hasard. Adaptez le déclencheur à votre histoire, votre genre, votre style.

Utilisation recommandée :

- Fermez les yeux et pointez au hasard
 - Choisissez le déclencheur qui vous résiste le plus
 - Combinez deux déclencheurs différents
 - Adaptez le déclencheur à votre genre de prédilection
-

Catégorie 1 : Objets mystérieux (20 déclencheurs)

1. Une clé qui n'ouvre aucune porte de la maison
2. Un téléphone portable qui reçoit des appels d'un numéro inexistant
3. Une photo de famille où figure un inconnu
4. Un livre avec des pages qui se réécrivent pendant la nuit
5. Une boîte aux lettres qui contient du courrier pour des morts
6. Un miroir qui reflète une autre pièce
7. Une montre qui retarde toujours de exactement 23 minutes
8. Un carnet rempli de sa propre écriture mais de souvenirs inconnus
9. Une carte d'invitation à un événement qui a eu lieu dans le futur

10. Un réveil qui sonne à des heures impossibles
11. Des lunettes qui montrent le passé des objets touchés
12. Un parapluie qui ne se mouille jamais
13. Une boussole qui pointe vers une personne au lieu du nord
14. Un dictionnaire où les mots changent de définition
15. Une valise verrouillée trouvée dans ses propres affaires
16. Un journal intime écrit dans sa propre écriture mais par quelqu'un d'autre
17. Une carte bancaire au nom d'une identité qu'on n'a jamais eue
18. Un trousseau de clés hérité d'un inconnu
19. Une lettre d'amour adressée à soi mais écrite par un étranger
20. Un agenda rempli de rendez-vous qu'on n'a jamais pris

Catégorie 2 : Situations impossibles (20 déclencheurs)

21. Recevoir un appel de soi-même
22. Croiser son sosie parfait qui nie être un sosie
23. Se réveiller dans la maison de son enfance... occupée par des inconnus
24. Voir son nom dans un avis de décès alors qu'on est vivant
25. Retrouver sa voiture exactement où on l'avait laissée... 20 ans plus tôt
26. Être reconnu par des gens qu'on n'a jamais vus
27. Découvrir que tous ses souvenirs d'enfance sont des films
28. Recevoir un diplôme d'une université où on n'est jamais allé
29. Trouver sa biographie en librairie... non autorisée
30. Être invité à ses propres funérailles

31. Découvrir qu'on est marié à quelqu'un qu'on ne connaît pas
32. Avoir un enfant qui affirme qu'on n'est pas son parent
33. Recevoir ses propres cendres par courrier
34. Être arrêté pour un crime commis par son double
35. Découvrir qu'on a voté à des élections auxquelles on n'a pas participé
36. Voir sa maison sur une carte postale d'un pays où on n'est jamais allé
37. Recevoir un héritage de quelqu'un qu'on a tué
38. Être félicité pour des exploits qu'on n'a jamais accomplis
39. Découvrir qu'on a un jumeau dont on ignorait l'existence
40. Recevoir un salaire d'un emploi qu'on n'a jamais exercé

Catégorie 3 : Secrets de famille (20 déclencheurs)

41. Découvrir une pièce secrète dans la maison familiale
42. Apprendre qu'on a été adopté le jour de ses 50 ans
43. Trouver des lettres d'amour entre sa mère et un inconnu
44. Découvrir que son père a une autre famille
45. Réaliser que tous les membres de sa famille mentent sur leur âge
46. Trouver un testament qui déshérite tout le monde sauf un inconnu
47. Apprendre que sa grand-mère était une espionne
48. Découvrir que son frère est en fait son cousin
49. Réaliser que sa famille cache une maladie héréditaire
50. Trouver des documents prouvant qu'on a changé d'identité bébé
51. Apprendre que ses parents se sont rencontrés en prison

- 52. Découvrir qu'on a hérité d'un titre de noblesse
- 53. Réaliser que sa famille possède une entreprise criminelle
- 54. Trouver la preuve que son parent décédé est encore vivant
- 55. Apprendre qu'on descend d'un personnage historique célèbre
- 56. Découvrir que sa famille cache un meurtre
- 57. Réaliser qu'on a été conçu par insémination d'un donneur célèbre
- 58. Trouver des preuves que sa famille a été témoin d'un événement historique
- 59. Apprendre que ses parents ont simulé leur mort
- 60. Découvrir qu'on a un héritage caché dans un autre pays

Catégorie 4 : Retournements temporels (20 déclencheurs)

- 61. Se réveiller 10 ans dans le passé avec ses souvenirs actuels
- 62. Recevoir une lettre datée du futur
- 63. Rencontrer la version enfant de soi-même
- 64. Découvrir qu'on vieillit à l'envers
- 65. Réaliser qu'on vit la même journée en boucle
- 66. Recevoir un appel de soi dans le futur
- 67. Trouver son journal intime... écrit dans 20 ans
- 68. Découvrir qu'on peut modifier le passé en rêvant
- 69. Réaliser que ses décisions d'aujourd'hui ont déjà changé hier
- 70. Recevoir des nouvelles d'un futur qui ne s'est pas encore produit
- 71. Découvrir qu'on a vécu plusieurs vies précédentes
- 72. Réaliser qu'on peut voir l'avenir mais seulement les catastrophes

- 73. Trouver une machine à écrire qui tapote toute seule le futur
- 74. Découvrir qu'on se réincarne toujours dans la même famille
- 75. Réaliser qu'on vieillit seulement quand on dort
- 76. Recevoir un message de son futur cadavre
- 77. Découvrir qu'on peut échanger des années de vie avec d'autres
- 78. Réaliser que le temps s'arrête quand on est heureux
- 79. Trouver un agenda où quelqu'un planifie votre vie future
- 80. Découvrir qu'on revit sa vie à chaque fois qu'on meurt

Catégorie 5 : Amour et relations (20 déclencheurs)

- 81. Tomber amoureux de quelqu'un qu'on croit avoir inventé
- 82. Découvrir qu'on est marié à son pire ennemi depuis l'enfance
- 83. Réaliser qu'on sort avec le clone de son ex
- 84. Recevoir une demande en mariage d'un inconnu par erreur
- 85. Découvrir que son âme sœur est déjà mariée... à soi
- 86. Réaliser qu'on sort avec quelqu'un qui n'existe que le week-end
- 87. Tomber amoureux de quelqu'un lors de son propre mariage
- 88. Découvrir qu'on a épousé son frère adopté sans le savoir
- 89. Réaliser que tous ses ex sortent maintenant ensemble
- 90. Recevoir une lettre de rupture 20 ans en retard
- 91. Découvrir qu'on est l'amour secret de son propre parent
- 92. Réaliser qu'on ne peut aimer que des gens qui vont mourir
- 93. Tomber amoureux de quelqu'un à travers ses livres... qui s'avère être soi

- 94. Découvrir qu'on sort avec un fantôme sans le savoir
- 95. Réaliser que son conjoint est en fait son ange gardien
- 96. Recevoir des lettres d'amour destinées à son sosie
- 97. Découvrir qu'on peut seulement aimer en rêve
- 98. Réaliser qu'on épouse la même personne à travers ses réincarnations
- 99. Tomber amoureux de quelqu'un qui prétend venir du futur
- 100. Découvrir qu'on a été fiancé dans une vie antérieure

Catégorie 6 : Identité et mémoire (20 déclencheurs)

- 101. Se réveiller sans se souvenir de qui on est mais tout le monde vous reconnaît
- 102. Découvrir qu'on a une personnalité différente chaque jour de la semaine
- 103. Réaliser qu'on n'existe que dans les souvenirs des autres
- 104. Découvrir qu'on peut voler les souvenirs en les touchant
- 105. Apprendre qu'on est le personnage principal du rêve de quelqu'un d'autre
- 106. Réaliser qu'on a effacé ses propres souvenirs volontairement
- 107. Découvrir qu'on partage sa mémoire avec un inconnu
- 108. Apprendre qu'on n'est qu'un personnage de livre qui a pris conscience
- 109. Réaliser qu'on vieillit mais que personne ne s'en souvient
- 110. Découvrir qu'on peut implanter ses souvenirs chez les autres
- 111. Apprendre qu'on est l'expérience de quelqu'un d'autre
- 112. Réaliser qu'on a plusieurs identités qui s'ignorent
- 113. Découvrir qu'on ne peut former de nouveaux souvenirs
- 114. Apprendre qu'on est le résultat d'une fusion de deux personnes

- 115. Réaliser qu'on n'existe que quand quelqu'un pense à vous
- 116. Découvrir qu'on peut revivre les souvenirs des objets
- 117. Apprendre qu'on est né avec les souvenirs de quelqu'un d'autre
- 118. Réaliser qu'on oublie sa vraie identité chaque matin
- 119. Découvrir qu'on peut échanger sa mémoire contre celle d'autrui
- 120. Apprendre qu'on n'est qu'un souvenir qui refuse de disparaître

Catégorie 7 : Pouvoirs et malédictions (20 déclencheurs)

- 121. Découvrir qu'on peut entendre les pensées des morts
- 122. Réaliser que tout ce qu'on écrit se réalise
- 123. Apprendre qu'on tue les gens en les oubliant
- 124. Découvrir qu'on peut voir la date de mort de chacun
- 125. Réaliser qu'on ressuscite à chaque fois qu'on rêve de mourir
- 126. Apprendre qu'on peut guérir les autres en prenant leurs blessures
- 127. Découvrir qu'on ne peut dire que la vérité
- 128. Réaliser qu'on vieillit à la place des gens qu'on aime
- 129. Apprendre qu'on peut entrer dans les livres
- 130. Découvrir qu'on attire les catastrophes naturelles
- 131. Réaliser qu'on peut ressentir les émotions des objets
- 132. Apprendre qu'on ne peut mentir sans mourir un peu
- 133. Découvrir qu'on peut voir l'aura des sentiments
- 134. Réaliser qu'on transforme les mensonges en réalité
- 135. Apprendre qu'on peut communiquer avec les animaux morts

- 136. Découvrir qu'on donne la malchance à ceux qu'on touche
- 137. Réaliser qu'on peut effacer les mauvais souvenirs des autres
- 138. Apprendre qu'on se transforme selon la lune
- 139. Découvrir qu'on peut voler dans les rêves des autres
- 140. Réaliser qu'on peut prévoir l'avenir mais seulement les bonnes nouvelles

Catégorie 8 : Lieux étranges (20 déclencheurs)

- 141. Découvrir une ville qui n'existe sur aucune carte
- 142. Entrer dans un magasin qui vend des regrets
- 143. Trouver un hôpital qui soigne les chagrins d'amour
- 144. Découvrir une bibliothèque qui contient tous les livres jamais écrits
- 145. Entrer dans un restaurant où on mange ses souvenirs
- 146. Trouver une école qui enseigne à oublier
- 147. Découvrir un cimetière pour les rêves morts
- 148. Entrer dans un musée de ses propres erreurs
- 149. Trouver une banque qui prête du temps
- 150. Découvrir une poste qui livre dans le passé
- 151. Entrer dans un cinéma qui projette l'avenir
- 152. Trouver un parc où poussent les secrets enfouis
- 153. Découvrir une gare vers des destinations impossibles
- 154. Entrer dans une pharmacie qui vend de l'espoir
- 155. Trouver un garage qui répare les cœurs brisés
- 156. Découvrir une librairie où les livres se réécrivent

- 157. Entrer dans un salon de coiffure qui coupe les mauvaises habitudes
- 158. Trouver un théâtre qui joue votre vie
- 159. Découvrir un zoo d'émotions rares
- 160. Entrer dans une agence de voyage temporel

Catégorie 9 : Choix impossibles (20 déclencheurs)

- 161. Choisir entre sauver son enfant ou cent inconnus
- 162. Décider de revivre sa vie ou découvrir celle d'un autre
- 163. Choisir entre la richesse et se souvenir de ceux qu'on aime
- 164. Décider de garder ses souvenirs ou gagner dix ans de vie
- 165. Choisir entre sauver son passé ou son futur
- 166. Décider de dire la vérité qui tue ou le mensonge qui sauve
- 167. Choisir entre l'immortalité et voir mourir tous ses proches
- 168. Décider de prendre la douleur d'autrui ou la laisser souffrir
- 169. Choisir entre connaître sa date de mort ou celle de son enfant
- 170. Décider de sacrifier son bonheur pour celui de l'humanité
- 171. Choisir entre effacer une tragédie et perdre tout ce qui en découle
- 172. Décider de sauver un ennemi ou laisser mourir un ami
- 173. Choisir entre la vérité sur ses origines ou la paix familiale
- 174. Décider de prévenir une catastrophe en causant une autre
- 175. Choisir entre revivre un moment parfait ou en créer un nouveau
- 176. Décider de garder un don dangereux ou redevenir normal
- 177. Choisir entre sauver le monde et perdre son identité

- 178. Décider de punir un coupable innocent ou pardonner un innocent coupable
- 179. Choisir entre la sagesse qui isole ou l'ignorance qui unit
- 180. Décider de mourir célèbre ou vivre dans l'anonymat

Catégorie 10 : Fins de monde personnelles (20 déclencheurs)

- 181. Le jour où plus personne ne se souvient de votre existence
- 182. Découvrir qu'on est la dernière personne sur Terre... depuis des années
- 183. Réaliser que le monde s'arrête quand on ferme les yeux
- 184. Apprendre qu'on va mourir quand le dernier proche vous oubliera
- 185. Découvrir qu'on détruit un univers à chaque décision prise
- 186. Réaliser qu'on est responsable de la fin du monde
- 187. Apprendre qu'on peut sauver l'humanité en se sacrifiant
- 188. Découvrir qu'on vit dans la dernière boucle temporelle possible
- 189. Réaliser qu'on est le seul à voir que le monde se défait
- 190. Apprendre qu'on doit choisir qui survivra à l'apocalypse
- 191. Découvrir qu'on peut retarder la fin du monde en restant malheureux
- 192. Réaliser qu'on est né pour empêcher ou causer Armageddon
- 193. Apprendre qu'on vieillit à la vitesse de la destruction du monde
- 194. Découvrir qu'on peut sauver l'humanité en perdant son humanité
- 195. Réaliser qu'on doit oublier tout ce qu'on aime pour sauver tout
- 196. Apprendre qu'on peut ressusciter le monde en mourant vraiment
- 197. Découvrir qu'on vit les derniers instants de l'univers en boucle
- 198. Réaliser qu'on doit devenir le mal pour empêcher le pire

199. Apprendre qu'on peut changer le passé mais détruire l'avenir

200. Découvrir qu'on a le pouvoir d'effacer sa propre existence

Conseils d'utilisation avancée

Technique de la combinaison

Mélangez deux déclencheurs de catégories différentes :

- Déclencheur 15 (valise mystérieuse) + Déclencheur 173 (vérité vs paix familiale)
- Résultat possible : « Elle trouva dans ses affaires une valise qu'elle n'avait jamais vue, contenant les preuves que sa famille avait menti sur tout. »

Technique de l'adaptation par genre

Prenez le même déclencheur et adaptez-le à différents genres :

- Déclencheur 2 (téléphone qui reçoit des appels impossibles)
- **Romance** : « Elle recevait des appels d'amour d'un numéro qui n'existait pas. »
- **Thriller** : « Le téléphone sonnait chaque nuit à 3h33, d'un numéro supprimé depuis dix ans. »
- **Fantasy** : « Son portable captait les conversations des fées de son jardin. »

Technique de l'inversion

Inversez le déclencheur pour créer l'effet contraire :

- Déclencheur 101 (perdre sa mémoire) → « Elle se souvenait de tout, même des vies qu'elle n'avait jamais vécues. »

Technique de la personnalisation

Adaptez le déclencheur à votre expérience personnelle :

- Déclencheur 144 (bibliothèque impossible) adapté à votre vécu de libraire, professeur, etc.

Ce générateur est votre boîte à outils créative. Plus vous l'utiliserez, plus vous développerez l'habitude de voir des histoires potentielles partout autour de vous.