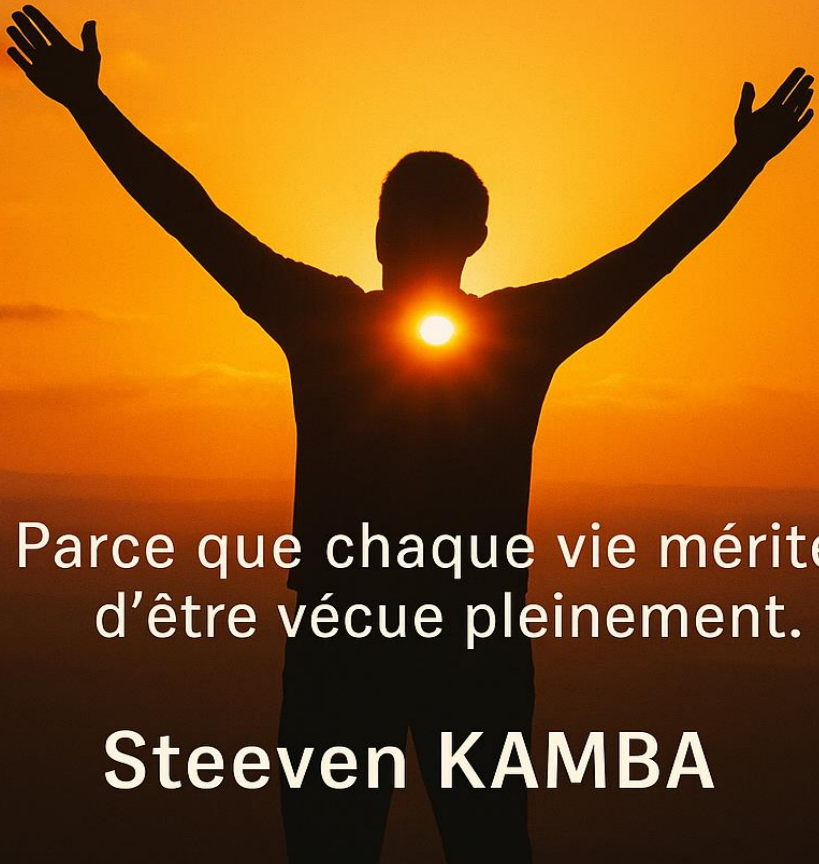


LE POUVOIR DU COACHING TRANSFORMATIONNEL



Parce que chaque vie mérite
d'être vécue pleinement.

Steeven KAMBA

LE POUVOIR DU COACHING TRANSFORMATIONNEL



**PAR STEEVEN, COACH TRANSFORMATIONNEL
& ÉVEILLEUR DE CONSCIENCE**

Table des matières

INTRODUCTION	4
POURQUOI CONSULTER UN COACH ?	6
LE RÔLE DU COACH	11
L'IMPORTANCE DU COACHING.....	14
L'IMPACT DU COACHING	15
LE COACHING TRANSFORMATIONNEL	17
LES DIFFÉRENTS "WHY" DU COACHING	20
COMMENT LE COACHING CHANGE TA VIE.....	24
LES FREINS LES PLUS COURANTS	25
HISTOIRE RÉELLE (AVEC TON HISTOIRE).....	26
L'OPPORTUNITÉ POUR TOI	27
ATELIER – CLUB – CONTACT	28

INTRODUCTION

"LA VIE NE CHANGE PAS PAR HASARD, ELLE CHANGE PAR DÉCISION."

Si tu lis ces lignes, ce n'est pas un hasard.

Peut-être que tu ressens ce vide intérieur, cette impression que ta vie pourrait être plus épanouissante...

Peut-être que tu te demandes :

- **Pourquoi je me sens bloqué ?**
- **Pourquoi mes projets n'avancent pas ?**

• **Qui suis-je vraiment ?**

Moi aussi, j'ai connu ces moments de doute. Une période où tout semblait flou. J'avais un bon travail, une famille, mais une question persistait : "**Est-ce que c'est vraiment ça, ma vie ?**" C'est à ce moment-là que j'ai découvert le pouvoir du coaching transformationnel. Et crois-moi : ce fut un tournant.

Cet ebook va t'expliquer :

- ✓ Pourquoi consulter un coach peut tout changer
- ✓ Ce qu'est vraiment le coaching transformationnel

✓ Comment un simple déclic peut
bouleverser ton avenir

POURQUOI CONSULTER UN COACH ?

***"TOUT SEUL, TU PEUX ALLER
VITE. ENSEMBLE, ON VA LOIN."***

PROVERBE AFRICAÏN

3 raisons simples mais puissantes :

1. **Clarté** : tu sais que tu veux plus, mais tu ne sais pas comment.

Beaucoup disent :

« Je n'ai pas confiance en moi... c'est pour ça que je n'avance pas. »

Mais laisse-moi te dire une vérité qui peut tout changer :

Tu as déjà confiance en toi.

Oui, regarde :

- Tu sais marcher sans y penser.
- Tu parles chaque jour sans douter de chaque mot.
- Tu respires sans peur de manquer d'air.

Alors le problème n'est pas le manque de confiance. Non. Le vrai problème, **c'est le manque de clarté.**

2. Passage à l'action : tu es fatigué de remettre à demain.

***"DEMAIN EST LA PLUS GRANDE
EXCUSE DES RÊVES BRISÉS."***

Tu connais cette sensation ?

- Chaque soir, tu te dis :
"Demain, je commence."
- Demain, j'écris ce livre.
- Demain, je me remets au sport.
- Demain, je lance ce projet.

Et puis... demain devient **une semaine**, puis **un mois**, puis **des années**.

Jusqu'au jour où tu réalises que le "bon moment" n'est jamais venu.

Le coaching te pousse à **briser cette boucle.**

Avec un coach, **il n'y a plus de demain flou, il y a un plan clair.**

3. Libération : tu veux te libérer des peurs et croyances qui t'enchaînent.

"LES BARREAUX LES PLUS SOLIDES SONT CEUX QUE TU NE VOIS PAS."

Tes plus grandes prisons ne sont pas autour de toi, elles sont dans ta tête.

Elles prennent la forme de phrases comme :

- ***"Je ne suis pas assez bon."***
- ***"Ce n'est pas pour moi."***
- ***"Je n'ai pas les moyens."***

Ces croyances limitantes sont comme des murs invisibles. Elles ne sont pas réelles, mais elles dictent tes choix et t'empêchent de voir les portes ouvertes devant toi.

Le coaching transformationnel agit comme une clé mentale : il te montre que ces murs sont en réalité des rideaux. Et quand tu les écartes... un nouvel horizon s'ouvre.

Sans coach, tu risques de :

- Perdre du temps à chercher seul la solution
- Refaire les mêmes erreurs
- Rester dans l'ombre de ton potentiel

***"SI TU VEUX DES RÉSULTATS DIFFÉRENTS,
COMMENCE PAR FAIRE DES CHOI***

LE RÔLE DU COACH

***"UN COACH NE TE DIT PAS QUI TU
ES. IL T'AIDE À LE DÉCOUVRIR."***

Un coach, ce n'est pas un magicien qui agite une baguette et change ta vie.

Ce n'est pas non plus un gourou qui te dit quoi faire ou qui prétend détenir toutes les réponses.

C'est un éclaireur. Quelqu'un qui marche à tes côtés, qui tient la lampe quand le chemin est sombre, et qui t'aide à voir ce que tu ne voyais pas.

C'est un partenaire de croissance : il ne porte pas tes bagages, mais il t'aide à les alléger.

C'est un miroir bienveillant : il reflète non pas tes défauts... mais la grandeur qui sommeille en toi.

Un coach t'aide à :

✓ Identifier ce qui te freine – ces pensées limitantes ou habitudes invisibles qui te sabotent.

✓ Mettre en lumière ce que tu ne vois pas – comme un photographe qui ajuste la mise au point pour révéler les détails.

✓ Construire un plan d'action clair – car la clarté crée la puissance.

⚠ La grande différence avec un psy : la thérapie explore le passé pour comprendre.

Le coaching, lui, se concentre sur ton présent et ton futur. Il te propulse vers l'avant, au lieu de t'ancrer dans ce qui a été.

L'IMPORTANCE DU COACHING

"MÊME LES CHAMPIONS ONT UN COACH."

Regarde autour de toi : les meilleurs sportifs, les leaders visionnaires, les artistes qui marquent l'histoire... aucun n'avance seul.

Dans un monde où tout va vite, où les notifications et obligations nous tirent dans mille directions, il est facile de se perdre soi-même. Un coach, c'est cet espace sacré où tu peux respirer, ralentir, et te reconnecter à l'essentiel : toi.

Comme le dit Bill Gates :

***"TOUT LE MONDE A BESOIN D'UN COACH. PEU
IMPORTE QUE VOUS SOYÉZ PDG, ÉTUDIANT OU
PARENT."***

Sans accompagnement, tu avances... mais lentement, en zigzag.

Avec un coach, tu avances plus droit, plus vite, et plus loin.

L'IMPACT DU COACHING

***"TON AVENIR COMMENCE LE JOUR
OÙ TU PRENDS UNE NOUVELLE
DÉCISION."***

Le coaching, ce n'est pas juste des belles paroles.

C'est un levier concret pour passer de la survie à la vie.

Les chiffres parlent d'eux-mêmes :

- **+80 %** gagnent en confiance en eux
- **+70 %** atteignent leurs objectifs plus rapidement
- **+50 %** ressentent plus de joie et de satisfaction dans leur vie

Un coach, c'est un artisan silencieux : il ne prend pas la gloire de ta réussite, mais il **sculpte avec toi la personne que tu deviens.**

LE COACHING TRANSFORMATIONNEL

***"CE N'EST PAS UNE MÉTHODE.
C'EST UNE RENAISSANCE."***

Le coaching transformationnel, ce n'est pas une boîte à outils figée, ni une série d'étapes à suivre mécaniquement.

C'est un voyage intérieur, une traversée qui te mène au cœur de toi-même.

Ce voyage n'a pas pour but de te changer en quelqu'un d'autre.

Il est là pour t'aider à redevenir pleinement toi – la version de toi que tu as peut-être oubliée ou enfouie sous les couches

d'habitudes, de peurs et de croyances limitantes.

C'est bien plus que simplement "améliorer" ta vie.

C'est changer de dimension. Passer d'un mode de survie... à un mode de création.

Cela veut dire :

- Voir le monde autrement, avec un regard neuf, comme si on t'avait retiré un voile devant les yeux.
- Agir différemment, avec courage et intention, au lieu de subir les circonstances.

- Créer une réalité **nouvelle, alignée avec qui tu es vraiment.**

Imagine une graine enfouie dans la terre. Elle n'a aucune idée de ce qu'elle va devenir.

Puis un jour, elle germe, traverse la surface, et découvre la lumière.

Le coaching transformationnel, c'est cette émergence.

Et comme le papillon qui sort de sa chrysalide, tu ne reviendras jamais à l'état d'avant.

"TU NE CHANGES PAS JUSTE TA VIE... TU CHANGES LA PERSONNE QUI VIT CETTE VIE".

LES DIFFÉRENTS "WHY" DU COACHING

"POURQUOI FAIS-TU CE QUE TU FAIS ?"

Ton WHY, c'est ta raison profonde, ton moteur intérieur.

C'est ce qui te pousse à continuer même quand c'est difficile. Sans WHY, tu avances par obligation.

Avec un WHY, tu avances avec passion.

On peut vivre toute une vie sans jamais se poser cette question... mais le jour où tu y réponds, quelque chose change. C'est comme si tu passais d'une marche

dans le brouillard à un chemin éclairé par le soleil.

✓ Comprendre qui je suis vraiment
Peut-être que tu as toujours joué un rôle : l'enfant modèle, le collègue fiable, le parent qui assure. Mais au fond, tu te demandes : **Qui suis-je vraiment, quand j'enlève tous ces masques ?**

✓ Vivre une vie qui a du sens
Tu peux avoir un bon salaire, une maison confortable... et pourtant ressentir un vide.

Ton WHY peut être : **Je veux que chaque matin, me lever ait une raison qui me fait vibrer.**

✓ Arrêter de me saboter
Peut-être que tu commences
toujours plein d'élan... puis tu
abandonnes par peur d'échouer.
Ton WHY : **Je veux briser ce
cycle et prouver à moi-même
que je peux aller jusqu'au
bout.**

✓ Libérer mon potentiel caché
Tu sens que tu pourrais accomplir
beaucoup plus... mais comme si
quelque chose te retenait.

Ton WHY : **Je veux découvrir
jusqu'où je peux aller quand je
me donne à 100 %.**

Pause pour toi :

Prends un carnet ou ton téléphone.
Écris cette question en haut de la page :

"Pourquoi je fais ce que je fais ?"

Laisse venir les mots, sans te censurer.

Ne cherche pas la "bonne" réponse, cherche la vraie.

Astuce : Quand tu l'as trouvé, relis-le chaque matin. C'est le carburant qui te fera avancer même quand la route est difficile.

COMMENT LE COACHING CHANGE TA VIE

Avant coaching :

- ✓ Stress, confusion, frustration
- ✓ Sentiment de tourner en rond
- ✓ Perte de confiance

Après coaching :

- Clarté sur tes choix et ta direction
- Énergie pour passer à l'action
- Confiance en ta valeur et tes capacités

***"NE RESTE PAS AU BORD DE TA
PROPRE VIE. PLONGE."***

LES FREINS LES PLUS COURANTS

- "Je peux m'en sortir seul"
→ **Alors pourquoi tu lis ceci ?**
- "C'est trop cher" → **Et si le vrai prix, c'était de rester bloqué encore des années ?**

Le coaching, ce n'est pas un luxe. C'est l'investissement le plus sûr : toi-même.

HISTOIRE RÉELLE (AVEC TON HISTOIRE)

Claire, 30 ans, se sentait enfermée dans un travail qui ne lui parlait plus. Elle se disait : "Je devrais être heureuse... mais je ne le suis pas."

En quelques séances de coaching, elle a découvert ce qu'elle voulait vraiment, créé son activité, et retrouvé la joie.

Moi aussi, j'ai connu ce moment de blocage : Je me sentais comme un oiseau dans une cage... mais dont la porte était ouverte.

Le coaching m'a aidé à voir que je pouvais voler.

Aujourd'hui, ma mission est claire : aider les autres à briser

leurs chaînes invisibles et à se révéler.

L'OPPORTUNITÉ POUR TOI

Si tu tiens ce livre, ce n'est pas le hasard. C'est un appel.

La vraie question : **vas-tu y répondre ?**

Ne laisse pas les **"plus tard"** devenir des **"jamais"**.

"Le meilleur moment pour agir, c'était hier. Le deuxième meilleur moment, c'est maintenant."

ATELIER – CLUB – CONTACT

Atelier Découverte :

Clarifie ta vision, trouve ton WHY, déclenche ton déclic.

→ Inscris-toi ici :

<https://wa.me/message/47NE3ORQDLKJK1>

Club Révèle-Toi :

- Coaching collectif
- Lives et outils pratiques
- Une communauté
bienveillante

→ Inscris-toi ici :

<https://wa.me/message/47NE3ORQDLKJK1>

Et si votre vie n'était qu'à un déclic de sa transformation ?

Vous sentez au fond de vous qu'il y a plus. Plus de liberté. Plus d'alignement. Plus de sens. Mais il y a aussi ces peurs, ces croyances, ces habitudes qui vous freinent...

Dans ce livre, Steeven KAMBA, coach transformationnel et éveilleur de conscience, vous guide pas à pas pour :

- Libérer votre potentiel enfoui
- Reprogrammer votre mental pour la réussite
- Faire la paix avec votre passé et créer un futur inspirant
- Vivre chaque jour avec clarté, énergie et intention

 *Parce que chaque vie mérite d'être vécue*

Ce n'est pas un simple livre...

C'est une invitation à oser vous choisir, à changer votre regard sur vous-même et à ouvrir la porte d'une vie qui vous ressemble vraiment.

Tournez la page... et commencez votre