



Be Change Live

LIEU & DATE

📅 **Présentiel 2j +
distanciel 0,5j (Toulouse) :**
02-03/06/26

ou
27-28/10/26

(autres lieux & dates
sur demande si
4 personnes minimum)
ou
en **intra-organisations**

DUREE

2,5 jours (17,5h)
9h-12h30 / 14h-17h30

NOMBRE DE PARTICIPANTS

3 à 20 personnes

TARIF (2,5 jours)

. Pas de TVA
. Prise en charge OPCO
possible (**Qualiopi**)

. **Inter-organisations**

Indépendants

800€ HT

Entreprises

1500€ HT

. **Intra-organisations**

Me consulter

POUR VOUS INSCRIRE !

(date limite : 3j avant début)

+33.(0)6.68.74.56.36

**benedicte.cl@
be-change-live.com**

www.be-change-live.com



THEORIE U

Accompagner Les transformations profondes

"L'intention de la Théorie U est de permettre aux individus, groupes et organisations de sentir et actualiser leurs potentiels futurs les plus élevés."

Otto Scharmer

La puissance de la théorie U, co-crée par Otto Scharmer (MIT), est qu'elle constitue un méta-modèle qui permet de **favoriser innovation et émergence**, tout en se **reconnectant profondément à nous-mêmes**, à notre **essence** et notre **créativité**. C'est un **processus de transformation individuel et collectif**.

Ce qui différencie la Théorie U d'autres approches est qu'il s'agit, entre autres, d'**apprendre du futur émergent**, plutôt que du passé. Elle génère un **aller-retour permanent entre l'individu et le collectif** et permet une **approche en profondeur**, inclusive et qui mobilise l'**intelligence collective**, le tout pour plus d'efficacité.

La Théorie U porte une grande attention à la **posture intérieure**, c'est-à-dire à l'**intention** et à la **qualité d'attention** et de **présence** de chaque acteur de transformation.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- 👉 S'approprier les **grands principes de la Théorie U et ses étapes**, aux différents **niveaux systémiques** (individuel, organisationnel, institutionnel et sociétal).
- 👉 Savoir **mettre en œuvre le processus U** dans l'accompagnement au changement.
- 👉 Appliquer **des techniques et des outils concrets et créatifs** pour accompagner un processus de changement.
- 👉 **Expérimenter** ces pratiques de façon individuelle et collective.
- 👉 Se (re)centrer sur ce qui émerge pour soi et au niveau collectif, en **développant sa qualité d'attention, d'écoute et de présence**.
- 👉 Enrichir sa **posture d'acteur du changement** et ses **qualités de leader apprenant**.
- 👉 Comprendre le lien intrinsèque avec la posture de **leadership des organisations apprenantes** et l'éclairage des processus profonds amenés par la **physique quantique**.

PUBLIC CONCERNÉ

Toutes personnes impliquées dans les processus d'accompagnement du changement et de création : **dirigeants, DRH, managers, coachs, consultants, acteurs du changement, porteurs de projets, intrapreneurs, responsables d'organisations** (associations, institutions).

PRE-REQUIS

Être en situation d'**accompagnement** individuel ou collectif.

Connexion internet et PC avec audio et vidéo (pour la supervision en distanciel).

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- 👉 **Entretien personnalisé** avec l'intervenante **avant la formation** pour préciser votre **projet** de changement ou d'accompagnement et vos **attentes** particulières.
- 👉 Evaluation des **acquis** par des mises en situation et debriefings individuels et collectifs tout au long de la formation. **Feedback** du formateur.
- 👉 Questionnaire d'**évaluation à chaud** après les 2 premières journées.
- 👉 **0,5j d'analyse de pratiques** (supervision systémique collective) 1 mois après la formation.

SASU BE CHANGE LIVE

SAS au capital de 8000€ | Siège social : 74 bis avenue du Lauragais, 31320 Castanet-Tolosan
SIRET 843 898 057 00016 | APE 7022Z | TVA Intracommunautaire : FR 03843898057 | N° décl. activité : 76310947231
Tél. : **06.68.74.56.36** | **benedicte.cl@be-change-live.com**



Be Change Live



VOTRE INTERVENANTE
Bénédicte
COSTEDOAT-LAMARQUE

- **22 ans de postes de management opérationnel et coordination internationale** chez AIRBUS (Lean & Quality, Stratégie & Innovation, RH) notamment de *Directrice Qualité* et de *Responsable de l'Accompagnement du Changement*
- **Coach professionnelle** depuis 2009
- **Superviseur** depuis 2019
- **HEC Executive coach des organisations & de dirigeants**
- **Superviseur, enseignante et jury de certification** pour HEC,
- **Systémicienne**
- **Praticienne en approche neurocognitive et comportementale**
- **Analyste jungienne** (travail sur l'inconscient du système selon C.G. Jung)
- **Coach certifiée PNL**
- **Ex-membre du CA et formatrice** pour SOL France (Society of Organizational Learning)
- **Auteur de "Agir sur les leviers invisibles pour transformer les organisations"**
- **Co-auteur de "Le Guide de l'organisation apprenante"**
- **Auteur de "Le burn out, une opportunité de transformation intérieure"**

PROGRAMME DE LA FORMATION (2,5jours dont 0,5j supervision collective)

JOUR 1 **Incarner et mettre en œuvre la phase CO-INITIER**

- Introduction et partage des **intentions**
- Comprendre la **dynamique du U** (étapes et grands principes)
- Faire le lien avec les grands principes de la **physique quantique** et la posture de **leader apprenant** et d'acteur de transformation

Incarner et mettre en œuvre la phase CO-SENTIR

- **Explorer son projet**, individuellement et collectivement
- Clarifier sa **posture d'acteur de transformation**
- **Observer** ce qui est présent dans le système

JOUR 2 **Incarner et mettre en œuvre la phase PRESENCING**

- Se connecter à **ce qui demande à émerger**
- Développer sa **qualité de présence**
- Expérimenter des **pratiques réflexives et génératives**

Incarner et mettre en œuvre la phase CO-CRÉER

- **Cristalliser** ce qui a émergé à partir d'outils individuels et collectifs
- Revisiter son projet en approfondissant sa **vision systémique**
- Identifier les **orientations et premières actions concrètes**

Incarner et mettre en œuvre la phase CO-EVOLUER

- **S'approprier la Théorie U** pour pouvoir la réutiliser
- Elaborer un **plan d'accompagnement** individuel ou collectif lié au projet

1/2 JOUR 3 **ANALYSE DE PRATIQUES 1 mois après (supervision systémique collective en distanciel)** pour vérifier l'**acquisition** des compétences, prendre du recul, explorer des **pistes d'actions complémentaires**.

EXPERIENCE PEDAGOGIQUE

- Approche **expérientielle** alimentée d'**apports conceptuels** - ayant le **projet** du participant comme fil conducteur - et d'**outils pratiques réutilisables**.
- Nous sommes notre propre matériau de travail : Combinaison d'**exploration de sa propre expérience** et **partage entre pairs/feedbacks** pour aller en profondeur.
- Approche **systémique et pragmatique** en lien avec la réalité opérationnelle.
- Les dimensions de la tête (**neurosciences, physique quantique, organisations apprenantes,...**), du **cœur** et du **corps** seront sollicitées.
- La Théorie U est utilisée comme **trame** de la formation.

LES + de la FORMATION

- Une approche faisant le **lien avec les paradigmes innovants** amenés par la **physique quantique** et les **5 disciplines du leadership** des organisations apprenantes (Peter Senge).
- Une **supervision collective systémique** sur les projets, 1 mois après la formation, pour continuer à **apprendre, pérenniser** la mise en œuvre et prendre un **recul systémique** sur les premières actions.
- Une **intervenante expérimentée**, systémicienne et mettant en œuvre le U opérationnellement depuis plusieurs années dans ses accompagnements.
- Le renforcement de l'**appropriation** et l'**accélération de la démarche** si plusieurs membres d'une organisation suivent la formation.
- La formation peut être donnée en **anglais** si un groupe se constitue.
- Chaque participant repartira avec un **support de formation** et une **attestation de formation**.

SATISFACTION CLIENT

- 100% des participants recommandent cette formation***.

"En deux jours seulement, cette formation réussit néanmoins à être très complète. Des apports clairs, de nombreux exercices et un cas individuel de synthèse très bien conçu et positionné pour ancrer les apprentissages et se préparer à pratiquer dans le "réel". J'ai particulièrement apprécié aussi le rôle que jouait le collectif des participants dans la pédagogie de feedback. Une formation remarquable."

"Théorie et cas concrets se complètent et donnent une structure forte et cohérente à la formation."

*participants ayant répondu 9/10 ou 10/10. Voir détails de calcul sur www.be-change-live.com