



Be Change Live

LIEU & DATE

📅 **Présentiel (Toulouse) :**

21-22/01/26

ou 10-11/06/26

ou 22-23/09/26

(autres lieux & dates

sur demande si

4 personnes minimum)

ou

en **intra-organisations**

DUREE

2 jours (14h)

9h-12h30 / 14h-17h30

NOMBRE DE PARTICIPANTS

3 à 20 personnes

TARIF (2j)

. Pas de TVA

. Prise en charge OPCO possible (**Qualiopi**)

. **Inter-organisations**

Indépendants

640€ HT

Entreprises

1200€ 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

L'OMBRE et L'INCONSCIENT en pratique pour coacher et transformer

"Tout ce qui gît dans l'inconscient veut devenir évènement et la personnalité elle aussi, veut se déployer à partir de ses conditions inconscientes et se sentir vivre en tant que totalité."
Carl Gustav Jung

Cette formation invite à **plonger au cœur des forces invisibles qui traversent les personnes, les équipes et les organisations**. En s'appuyant sur la pensée jungienne, elle propose d'explorer les **dynamiques inconscientes** qui façonnent les relations, les tensions et les élans de transformation. À travers une **démarche expérientielle**, les participants apprennent à **lire un système** (personne, équipe, collectif) comme une psyché vivante et à ajuster leur **geste de coach / leader** à ce qui se joue sous la surface. En explorant leurs propres **polarités**, ils affinent leur présence et leur authenticité pour devenir des accompagnants capables de contenir, d'éclairer et de transformer les mouvements profonds des systèmes humains.



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- ▶ **Intégrer la pensée jungienne** : utiliser les **archétypes et polarités** (persona/ombre, anima/animus, moi/Soi,...) comme **leviers de transformation** individuelle et collective
- ▶ **Décrypter l'invisible** : comprendre les **forces psychiques à l'œuvre** au sein des personnes, groupes et organisations.
- ▶ **Ajuster sa posture** : affiner son **geste de coach** face aux tensions, résistances et processus de transformation.
- ▶ **Renforcer sa présence** : développer une écoute incarnée et une qualité de présence face aux **mouvements émotionnels** individuels et collectifs.
- ▶ **Explorer sa profondeur** : traverser ses propres **ombres et polarités** pour devenir un accompagnant plus conscient et aligné.

PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne impliquée dans des **processus d'accompagnement du changement et de transformation** et désirant intégrer dans ses pratiques une **dimension liée aux dynamiques invisibles** :

Dirigeant, leader, DRH, manager opérationnel ou fonctionnel, **coach, consultant interne ou indépendant, acteur du changement ou des transformations, porteur de projets, intrapreneur, responsable d'organisations** (associations, institutions).

PRE-REQUIS

Pas de pré-requis mais la formation sera plus profitable si le participant est en **situation d'accompagnement du changement ou de transformations** individuelles ou collectives.

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 avec des fonctions 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

JOUR 1 - concept + mise en pratique

- ▶ Grands principes de fonctionnement de l'**Inconscient** et de la **psyché** (au niveau individuel et collectif) selon Carl Gustav JUNG
- ▶ **Principes de systémique** appliqués au fonctionnement de l'inconscient
- ▶ **L'Ombre** du système (individuel et collectif)
- ▶ Détecter et travailler sur **son Ombre**
- ▶ *Tout au long de la journée :*
Exercices pratiques en (sous-)groupe et temps réflexifs
Cas réels de participants, en mode supervision

JOUR 2 - concept + mise en pratique

- ▶ **Archétypes et polarités** au service de la transformation
- ▶ **Posture et outils du coach** en situation d'accompagnement individuel ou collectif
- ▶ **Outils pratiques** pour « faire parler l'inconscient » (expérimentation)
- ▶ *Tout au long de la journée :*
Exercices pratiques en (sous-)groupe et temps réflexifs
Cas réels de participants, en mode supervision

NB : La formation se fait sur plusieurs plans en parallèle : le plan des **apprentissages conceptuels** et des **mis en pratiques** en situation d'accompagnement, le plan de l'**expérimentation sur soi** pour gagner en conscience et en ancrage, le plan de la mise en perspective par rapport au **processus d'individuation**.

EXPERIENCE PEDAGOGIQUE

- ▶ **Apports conceptuels**, combinés à une **approche expérientielle**, à partir des **situations professionnelles** amenées par les participants.
- ▶ Nous sommes notre propre matériau de travail : combinaison d'**exploration** de sa **propre expérience** et **partage entre pairs** pour aller en profondeur. **Ateliers d'entraînement** en sous-groupes et en grand groupe, basés sur des **situations réelles**.
- ▶ Approche **systémique et pragmatique** en lien avec la **réalité opérationnelle**.
- ▶ Expérimentation d'**outils pratiques**.

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 **mis en situation et debriefings** individuels et collectifs tout au long de la formation. **Feedback** du formateur.
- ▶ Questionnaire d'**évaluation à chaud**.

LES + de la FORMATION

- ▶ Une **intervenante expérimentée** dans la mise en œuvre **opérationnelle** de l'approche jungienne, auteur du livre "**Agir sur les leviers invisibles pour transformer les organisations**", DUNOD 2024.
- ▶ Le **renforcement de l'appropriation** basé sur l'accélération de la démarche si **plusieurs membres d'une organisation** suivent la formation.
- ▶ L'intervention est proposée en **anglais** si un groupe se constitue.
- ▶ Chaque participant repartira avec un **support de formation** et une **attestation de formation**.



Nous contacter en cas de situation de **handicap** pour définir les modalités spécifiques à mettre en œuvre.