Be Change Live

LIEU & DATE

Présentiel (Toulouse):
18/02, 11-12/03, 29/04/27
ou
08/09, 13-14/10, 18/11/27

Distanciel :
15/09, 20-21/10, 25/11/27

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

DUREE

Module 1 : 1 jour (7h)
Module 2 : 2 jours (14h)
Module 3 : 0,5j (3,5h)

9h-12h30 / 14h-17h30

NOMBRE DE PARTICIPANTS

3 à 20 personnes

TARIF (3,5 jours/24,5h)

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

. Inter-organisations
Indépendants
1190€ HT soit 48,5€HT/h

Entreprises
2450€HT soit 100€HT/h

. Intra-organisations
Me consulter

POUR VOUS INSCRIRE !

(date limite : 2j avant début)

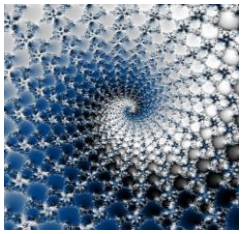
+33.(0)6.68.74.56.36

benedicte.cl@be-change-live.com

www.be-change-live.com

V 10/2026

Les fondamentaux de l'Approche Systémique



*"Quand je parle de **complexité**, je me réfère au sens latin élémentaire du mot "complexus", "**ce qui est tissé ensemble**". Les constituants sont différents, mais il faut voir comme dans une tapisserie la figure d'ensemble. Le vrai problème c'est que nous avons trop bien appris à séparer. Il vaut mieux **apprendre à relier**. "*

Edgar MORIN

Un système (organisation, équipe, individu) fonctionne comme un **organisme vivant** au sein duquel tous les éléments sont en **interdépendance**.



La systémique vient **aiguiser et décaler notre regard** pour percevoir les **enjeux sous-jacents** d'un système, tout en nous équipant de **pratiques et outils spécifiques** qui permettent d'**accompagner les changements & transformations en profondeur et en pertinence**.
Pratiquer la systémique, c'est adopter un **nouveau paradigme**, transformateur, particulièrement adapté aux **situations et environnements complexes**.

Cette formation vous apportera les clés de lecture essentielles pour comprendre et appliquer les fondements de l'approche systémique, tout en les nourrissant de pratiques complémentaires.

UNE FORMATION, 4 REGARDS SUR LE SYSTÈME

Là où la plupart des formations enseignent un seul courant, celle-ci en **croise quatre**, complémentaires : pour voir ce qui se joue dans un système, et pas seulement ce qui s'y dit.

1 **PALO ALTO** ***l'intervention stratégique***
Repérer ce qui **entretient le problème**… et oser le **pas de côté**.

2 **CONSTELLATIONS** ***les lois systémiques***
Appartenance, ancienneté, … : comprendre **pourquoi un système se grippe**.

3 **C.G. JUNG** ***l'Ombre du système***
Lire ce que le système **montre sans le dire** et transformer son Ombre en **énergie de changement**.

4 **PETER SENGE** ***l'Organisation Apprenante***
Les **5 disciplines du leadership** pour relier vos accompagnements à la **performance collective**.

VOUS ÊTES…

- **Coach interne** de grand groupe : vous coachez au cœur d'un système dont vous faites partie, sous le regard de la ligne hiérarchique. Apprenez à **déjouer les triangulations**, à **cadrer vos tripartites** et à **vous protéger** pour tenir votre juste place.
- **Coach externe** : enrichir votre posture avec des **leviers d'intervention** qui font vraiment bouger le système.
- **Consultant** : lire une organisation dès les premiers rendez-vous et choisir le **bon niveau d'intervention**.
- **Manager, dirigeant** : sortir des boucles « toujours plus de la même chose » (je contrôle ↔ ils n'osent plus) et **changer la règle du jeu**.
- **DRH** : comprendre pourquoi un problème résiste (absentéisme, conflits, transformation qui s'enlise) et concevoir des **dispositifs qui tiennent**.

*…ou plus largement **acteur du changement** : porteur de projet, intrapreneur, responsable d'association ou d'institution.*

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

OBJECTIFS

À l'issue de la formation, vous saurez :

- **Lire** une situation individuelle ou collective avec les grands principes systémiques
- **Repérer les enjeux** cachés des dysfonctionnements relationnels
- **Détecter les mécanismes d'homéostasie** qui maintiennent le problème
- **Mettre en œuvre** une vision et une intervention systémiques
- **Choisir vos outils** et le bon niveau d'intervention
- **Enrichir votre posture** d'acteur du changement

LE RYTHME

3 modules · 3,5 jours

Chaque séquence suit le même fil :

1. Vivre
2. Comprendre
3. S'entraîner

… sur **vos situations réelles** : codéveloppement, binômes, trios, jeux de rôle.

À RETENIR

« De toutes les illusions, la plus périlleuse consiste à penser qu'il n'existe qu'une seule réalité. »

Paul Watzlawick, La Réalité de la réalité, 1978, Éditions du Seuil»

Le programme, jour après jour

*Du **regard** à l'**intervention** : quatre temps forts pour passer de « comprendre » la systémique à « l'utiliser » dès lundi dans vos accompagnements.*

MODULE 1 — Changer de regard

« Et si ce qui entretient le problème était précisément ce que l'on fait pour le résoudre ? »

- **Vivre** la logique systémique avant de la théoriser : des expériences courtes qui la rendent tangible.
- Les **grands principes de l'approche systémique**, illustrés par des situations managériales du quotidien.
- Les **ressorts du changement** : ce qui fait qu'un changement tient… ou pas.
- Une première approche de **l'inconscient du système** et de l'**Ombre**.
- **Ateliers** sur vos situations réelles.

→ **Vous repartez avec : un nouveau regard sur les situations que vous accompagnez.**

MODULE 2 · J1 — Lire le système dès le 1er rendez-vous

« La demande cache souvent le vrai problème. Mais qui est vraiment client ? »

- L'**intervention stratégique de Palo Alto**, appliquée à vos cas.
- **Décoder la demande** : ce qu'elle dit… et ce qu'elle masque.
- Conduire des **tripartites** qui font émerger l'essentiel (**mise en situation**).
- Les **lois systémiques** issues des constellations d'organisation.
- Percevoir **l'Ombre du système** : ce qu'il montre, au-delà de ce qu'il dit.
- **Ateliers** sur vos situations réelles.

→ **Vous repartez avec : des repères pour bien démarrer un accompagnement et requalifier une demande.**

MODULE 2 · J2 — Intervenir : la boîte à outils du systémicien

« Ne pas fabriquer le changement à la place du client : créer les conditions pour qu'il émerge. »

- La **posture du systémicien**, socle de toute intervention.
- Les **outils de l'intervention systémique**, **expérimentés en groupes / sous-groupes**.
- Deux **situations sensibles** : l'**entreprise familiale** et la **médiation**.
- Choisir le **bon niveau d'intervention**
- Faire le lien avec l'**Organisation Apprenante** (Peter Senge).

→ **Vous repartez avec : une posture systémique et des leviers concrets pour faire bouger un système, prêts à l'emploi.**

MODULE 3 · ½ JOURNÉE — Ancrer sa pratique *à distance, 1 mois après*

- A partir de vos premières expérimentations terrain, consolider vos compétences et ajuster votre pratique.

→ **Vous repartez avec : une pratique consolidée et vos prochains axes d'entraînement.**

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

- **30 ans d'expérience** dont 22 ans de postes de **management opérationnel et coordination internationale** chez **AIRBUS** (Lean & Quality, Stratégie & Innovation, RH) dont *Directrice Qualité* et *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***"

LES + DE LA FORMATION

- Une **praticienne** avant tout : 22 ans de management chez Airbus, coach depuis 2009, superviseure. La systémique illustrée par des **cas d'entreprise réels**.
- Une **combinaison unique de 4 approches** (Palo Alto, constellations d'organisation, approche jungienne, Organisation Apprenante) pour voir le visible **et l'invisible** du système.
- **Vos situations comme matière première** : codéveloppement, binômes, trios, jeux de rôle. Une **large place à la pratique**.
- **½ journée de supervision collective** pour ancrer les apprentissages sur le terrain.
- Un **effet accélérateur** quand plusieurs membres d'une même organisation suivent la formation.
- Intervention possible **en anglais** ; support de formation et **attestation** remis à chaque participant.

DÈS LE LENDEMAIN, VOUS POURREZ…

- Requalifier une demande de coaching et identifier **qui est vraiment client**.
- Mener une **tripartite** qui fait émerger les non-dits.
- Repérer ce qui **entretient le problème**… et proposer le pas de côté.
- Proposer une **intervention** qui change la règle du jeu.
- Choisir le **niveau d'intervention** le plus pertinent pour une équipe ou une organisation.

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.

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'entrainement** 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 mises en situation et debriefings individuels et collectifs tout au long de la formation. Feedback du formateur.
- Questionnaire d'évaluation à chaud.
- Session d'analyse de pratiques après la formation.

EVALUATION de la formation par les participants

100% des participants recommandent cette formation*.

- ★ *"La formatrice est très expérimentée et très pédagogue et nous offre une vue d'ensemble de pratiques systémiques à travers cette formation."*
- ★ *"[J'ai apprécié] l'authenticité de la formatrice, formation expérientielle, contenu de la formation très complet "*
- ★ *"[J'ai apprécié] la dynamique, la qualité des échanges du petit groupe ainsi que la mise en perspective avec des exemples concrets de la formatrice expérimentée."*

*Voir évaluation détaillée sur Synthèse des évaluations

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