



# Marie Verguet

**Consultante-formatrice** certifiée Qualiopi

**Coach** en efficacité, agilité et intelligence relationnelle

Communication managériale

Leadership communicationnel

Communication interpersonnelle et intrapersonnelle

Prise de parole en public

**Facilitatrice** en intelligence collective

**Auteure** du programme « *prise de parole présente* » de l'application de méditation de pleine conscience « Petit Bambou » (6 millions d'utilisateurs à ce jour).

# Mes axes de travail



**Communication  
managériale**



**Efficacité, conscience  
et présence  
relationnelle**



**Leadership  
communicationnel**



**Communication  
interpersonnelle/intra  
personnelle**



**Agilité relationnelle/  
accueil des émotions**



**Travail autour de la  
cohérence intention /  
posture / communication**



**Communication  
verbale, expression  
orale, prise de parole**



**Approche intégrative  
et préparation  
mentale**



**Intelligence  
collective**



# Pour qui ?

- Toute personne souhaitant améliorer sa **communication**, sa **présence** à soi, sa **posture**, son **identité** de « communicant », son **leadership**, sa **relation à autrui**
- Dirigeants, cadres de haut niveau et intermédiaires, managers, collaborateurs, consultants, indépendants, élus...
- En intelligence collective : tout groupe/équipe souhaitant **réfléchir et construire ensemble**

# Dans quels buts ? / Avec quels objectifs ?

- Bénéficier d'outils et de pratiques efficaces pour communiquer avec aisance et charisme
- Développer et crédibiliser son leadership communicationnel
- Gagner en savoir-faire et en savoir-être (soft skills)
- S'impliquer dans sa parole
- Acquérir ou consolider une communication interpersonnelle de qualité
- Définir son « rôle à jouer » et disposer de ressources pour influencer, convaincre, asseoir sa posture en respectant l'autre
- Mieux connaître ses ressources et ses pistes d'amélioration
- Bénéficier d'un regard extérieur constructif
- Définir une stratégie partagée par l'ensemble des collaborateurs
- En intelligence collective : Créer de la cohésion et de l'engagement

.../...

# Comment ?

- En **coaching individuel** sur plusieurs semaines ou en intensif sur une journée
- En **formation collective** en petits groupes (6 personnes maximum pour favoriser les mises en situation et la qualité des échanges et interactions)
- En **ateliers thématiques** courts (collectif)
- En **stage** de plusieurs jours (collectif)
- En **groupe** pour les facilitations en intelligence collective

Programme **sur mesure** en fonction des demandes et objectifs de mes clients.  
Pas de formation, coaching ou facilitations en intelligence collective « standards » clonés  
d'un client à l'autre.

Recueil des besoins en amont impératif.

Co-construction de la proposition de coaching, formation ou intervention en intelligence  
collective.

# Quelques exemples d'accompagnement en coaching

- ▶ Travailler à ce que je renvoie aux autres pour gagner en leadership et en conviction
- ▶ Travailler sur mon rôle et ma posture de communicant
- ▶ Piloter une réunion de bilan dans un codir et avoir le bon positionnement et « le bon verbatim » pour communiquer efficacement
- ▶ Mieux savoir communiquer dans des contextes internes ou externes à l'entreprise
- ▶ Gagner en confiance en moi, me trouver plus légitime
- ▶ Ajuster ma communication pour être mieux compris, entendu, reçu par les autres
- ▶ Mieux me connaître pour mieux comprendre mes biais cognitifs
- ▶ Insuffler de la confiance et de la motivation à mes équipes
- ▶ Gagner en intelligence émotionnelle
- ▶ Travailler mon assertivité et ma relation aux autres
- ▶ Ajuster puis répéter un discours pour un séminaire international à fort enjeu
- ▶ Savoir gérer mon stress et mes émotions
- ▶ Préparer une conférence

# Quelques exemples de thématiques de formations ou ateliers :



- Fondamentaux d'une communication interpersonnelle de qualité
- Leadership communicationnel
- Assertivité mode d'emploi
- Mener un feed-back constructif
- L'agilité et l'intelligence relationnelle
- Communiquer avec impact lors d'une prise de parole à enjeu : le questionnement préalable à toute prise de parole
- Les fondamentaux de la Communication Non Violente
- Présent et aligné pour communiquer avec aisance et sérénité à l'aide de la méditation de pleine conscience
- .../...

# Quelques exemples de facilitation en intelligence collective :



- Créer de la cohésion et de l'engagement au sein de l'entreprise
- Définir une feuille de route pour prendre en compte la complexité de notre environnement professionnel et du monde VICA\* (VUCA) dans lequel nous vivons
- Animer un codir pour (re)définir des axes stratégiques pour l'évolution de l'entreprise
- Relever ensemble les défis de l'entreprise et réfléchir à un « cahier des charges » et à une politique adéquate pour contribuer à y répondre

\* Volatil, Incertain, Complexe et Ambigu



# Pédagogie utilisée en coaching et/ou formation

- Apports théoriques
- Mises en situations
- Jeux de rôle
- Utilisation de vidéos issues d'internet, montrées dans un but d'approfondir les apports théoriques apportés
- Pratiques de centrage et de présence attentive pour une régulation du stress et des émotions
- Auto-observation bienveillante, PNL, pratiques liées au modèle SFM de Dilts (Success Factor Modeling), approches systémiques de Palo-Alto



# Démarches/pratiques utilisées en intelligence collective

- World café
- Forum
- MAP
- Co-développement
- .../...

# Mon parcours

- Dix ans passés chez **Ernst & Young** (Audit, Conseil), essentiellement dans le domaine de la formation avec une forte dimension « accompagnement au changement »
- Une expérience professionnelle dans les secteurs de **l'industrie**, du **spectacle vivant** et en **agence de communication**
- **Praticienne PNL** certifiée (Programmation Neuro Linguistique) à l'Institut Repère
- Certifiée « **Leadership conscient et résilience** » **Success Factor Modeling** avec Robert Dilts, coach international, à l'Institut Repère
- Formation « **Leadership et intelligence collective** » à l'Institut Repère
- Formation « **Présence et Leadership** » à l'Institut du Leadership
- Formation « **Embodiment** » à l'Institut du Leadership
- Formation  **systémique** Palo Alto pour coachs avec Kolibri Coaching
- Formée **aux approches intégrées du corps et de l'esprit. Pour un leadership et management plus résilient (Psychologie positive, ACT, TCC, gestion du stress, mindfulness...)** à l'institut Rencontres-Perspectives
- Formée à l'**ennéagramme**, modèle de lecture de la personnalité par Cap Résilience

# Mes garanties qualité

- Déclarée en tant qu'organisme de formation
- Certifiée Qualiopi par le cabinet ICPF & PSI
- Répond aux critères qualités du Datadock



# Quelques références entreprises

JCDecaux



FACTSET®





# Pour me contacter

[contact@lesondemavoix.com](mailto:contact@lesondemavoix.com)

T. 06 32 24 05 81



[www.lesondemavoix.com](http://www.lesondemavoix.com)

