



Formatrice & coach, consultante

- Officier d'active au sein de l'armée de Terre de 2005 à 2009
- Officier de réserve opérationnelle depuis 2012
- 53^e cycle en Intelligence Économique de l'IHEDN.

Ouvrages publiés :

- **UPPR Editions** - « Les journalistes et les experts dans le monde de l'information aujourd'hui » (novembre 2017),
- **Collection LES NULS, Editions First** - « le leadership pour les nuls en 50 notions clés » (octobre 2020),
- **VA Editions** - « L'entreprise a besoin de gens heureux » (novembre 2021),
- **VA Editions** - « Affronter l'incertitude – Décider en situation de crise » (octobre 2022),
- **VA Editions** - « La résistance aux changements – Quelles solutions ? » (janvier 2024).

DETAILS DES PUBLICATIONS

• **Les journalistes et les experts dans le monde de l'information aujourd'hui :**

La multiplication des sources et l'évolution des techniques de transmission permettent aujourd'hui la diffusion massive et en temps réel d'informations de toute nature, qui s'égrenent à un rythme particulièrement élevé. Dans ce contexte, les chaînes d'information continue ont besoin de créer de la « matière » ; c'est pourquoi elles font régulièrement appel à des « spécialistes » pour commenter les images diffusées et créer le débat. Plusieurs questions se posent ici. Quelle place le journaliste a-t-il dans ce monde où chaque citoyen peut s'improviser reporter ? Pourquoi faire appel à un journaliste, s'il a besoin d'un expert pour légitimer son propos ? D'ailleurs, qui sont ces experts souvent autoproclamés, et leur expertise est-elle réellement satisfaisante ? Cet ouvrage explore les multiples facettes des problématiques qui se jouent autour de ces questions et propose des analyses qui invitent les journalistes à se réinventer...

• **Le leadership pour les nuls en 50 notions clés – Éditions First :**

Des principes fondamentaux du leadership aux réflexes à adopter en cas de crise, en passant par la capacité à déléguer comme à valoriser ses collaborateurs, découvrez dans cet ouvrage comment acquérir des qualités de communication, de management et d'empathie qui feront de vous un véritable leader, aimé et respecté.

• **L'entreprise a besoin de gens heureux :**

Le développement du secteur numérique a modifié notre vie quotidienne. Nous sommes en train de vivre un changement comparable à la révolution industrielle à « grands coups » d'intelligence artificielle et de big data. Ce domaine a également eu énormément d'impact sur l'entreprise et son fonctionnement. Internet a facilité les procédures de recrutement. Le chercheur d'emploi s'y retrouve également : des applications sur Smartphone permettent de postuler en quelques secondes sur différents postes là où auparavant, il fallait compter des heures de recherche via des revues spécialisées et d'écriture de lettres de motivations. L'intelligence artificielle apporte aussi des solutions novatrices en matière de formation et peut améliorer significativement les conditions de travail. Cependant, disposer d'une multitude de données demande souvent de pouvoir s'assurer de leur sécurisation. Est-ce que le « big data » est réellement positif en termes RH ? Pas si sûr. Quant à l'intelligence artificielle, qui promet de se passer de l'humain dans le processus de décision, pourra être le cauchemar des entrepreneurs et salariés de demain. Quid du bien-être au travail ? Le bonheur étant contagieux, imaginez ce que plusieurs salariés heureux pourraient permettre...

• **Affronter l'incertitude – Décider en situation de crise :**

Dans un monde de plus en plus individualisé, l'absence de préparation au traitement rationnel et émotionnel des informations représente un danger pour la stabilité du fonctionnement cérébral des individus. Ce stress cognitif est à l'origine de nombreux troubles du comportement qui sont autant de freins au bien-être et à la performance des personnes.

Si de nombreuses techniques thérapeutiques existent pour traiter les troubles post-traumatique, force est de constater que rien n'est véritablement entrepris en amont de l'exposition aux facteurs déclenchant les pathologies. Il y a un besoin croissant d'améliorer la résistance et la résilience des individus. Qu'ils puissent être plus performants tout en disposant d'une protection efficace face à une exposition provoquant l'installation de troubles du comportement.

Dans ce combat cognitif, c'est tout naturellement vers l'armée et les environnements dégradés auxquels les militaires sont confrontés, que cet ouvrage propose de chercher des méthodes. Celles-ci permettent d'atteindre les conditions d'un aguerrissement mental propre à faciliter l'évolution des personnes dans un environnement en état de crise permanente avec plus d'aisance et en subissant le moins de dommages comportementaux possibles.

• **La résistance aux changements – Quelles solutions ?**

Dans un monde secoué par une multitude de crise, l'aptitude à s'adapter est devenue l'enjeu majeur de notre survie – et celle de nos organisations. Alors que de gigantesques entités économiques succombent à ces changements brutaux, nous nous interrogeons : pourquoi certaines structures s'effondrent-elles alors que d'autres sortent renforcées des crises ? Ce livre plonge dans les dynamiques internes qui façonnent le destin des organisations en période de crise. Découvrez comment la résistance au changement et les émotions collectives peuvent à la fois entraver et propulser l'innovation. Les témoignages et études de cas présentés démontrent l'importance cruciale d'une transformation bien orchestrée, illustrant les pratiques qui permettent à certaines organisations non seulement de survivre, mais de prospérer. Cet ouvrage propose des stratégies concrètes pour une transformation réussie, soulignant l'impératif de mobiliser tous les acteurs concernés.

FORMATION ACADÉMIQUE

2010 Master 2 métiers de la communication territoriale et publique – Université Paul Verlaine de Metz,

2005 : École Spéciale Militaire de Saint-Cyr (4^e Bataillon) à Coëtquidan,

2004 : Licence professionnelle en gestion des ressources humaines – Université de Franche-Comté à Besançon,

2003 : Diplôme d'études universitaires scientifiques et techniques en développement, gestion et animation des activités physiques et sportives – Université de Bourgogne à Dijon,

2001 : Baccalauréat technologique sciences et techniques tertiaires spécialité action et communication commerciales – Lycée Alfred Mézières à Longwy.

FORMATION PROFESSIONNALISANTE

2018 : Coach professionnel certifié – IFPNL Paris,

2017 : Maître praticien en programmation neurolinguistique (PNL) et hypnose ericksonienne – IFPNL Paris et New-York Training Institute,

FORMATION CONTINUE

Principaux certificats détenus :

- **Gestion de crise et conseil en communication de crise**
University of Colorado Boulder
- **Leading Oneself with Self-Knowledge**
University of Colorado Boulder
- **Organizational Analysis**
Stanford University
- **Success**
University of Pennsylvania
- **Helping Your Organization Manage Risk and Crisis**
University of Colorado Boulder
- **Influence**
University of Pennsylvania
- **Introduction to Crisis Management and Crisis Communication**
University of Colorado Boulder
- **Exercer son esprit critique à l'ère informationnelle**
University of Geneva
- **International Cyber Conflicts**
The State University of New York
- **Leadership Through Social Influence**
Northwestern University
- **Influencing People**
University of Michigan

EXPERIENCES PROFESSIONNELLES

○ **EXPERIENCE MILITAIRE :**

Depuis 2019 : Réserviste opérationnelle – armée de Terre (États-majors à Paris)

- Inspection de l'armée de Terre,
- Centre de l'Enseignement militaire supérieur – Terre,
- Centre de doctrine et d'enseignement du commandement,
- Commandement du Service militaire adapté.

Étude : expérimentation menée auprès de l'École de Guerre – Terre, basée sur le concept d'aguerrissement mental P2R (Performance, Résistance, Résilience) qui comporte 3 volets : « amélioration et optimisation », « prévention » avec le développement de la Trousse cognitive d'urgence – TCU et « influence ».

Septembre 2014 à Mars 2015 : Responsable communication - Direction de l'Enseignement Militaire Supérieur - École Militaire à Paris,

Août 2012 à Août 2014 : Chargée de communication et gestionnaire RH - Régiment du Service Militaire Adapté de la Guyane à Saint-Jean du Maroni,

Étude : l'enjeu stratégique guyanais. « Comment s'insère cette terre française dans la dynamique sud-américaine emmenée par le Brésil et la grande région Caraïbe ? » - Défense, sécurité, développement du territoire, écologie, politique

Mars à Octobre 2010 : Chargée de communication - Service d'Informations et de Relations Publiques des Armées - État-major de la Région Nord Est à Metz,

Étude : mémoire de recherche sur la communication de crise - « Le système communicationnel de l'armée de terre est-il adapté aux crises du XXIème siècle ? »

2005-2009 : officier au sein de l'Armée de Terre,

- Chargée d'études Ressources Humaines / Chargée de communication – 3e régiment d'hélicoptères de combat d'Étain,
- Auditrice – Inspection de l'Armée de Terre à Paris,
- Officier environnement humain (OEH) – 511e régiment du train d'Auxonne.

Étude : « Évolution de la prise en compte du facteur humain et de la condition du personnel dans les conflits modernes ».

- Mieux connaître le climat social,
- Motiver et fédérer pour limiter l'attrition,
- Valeurs militaires : éthique et commandement, créateurs de cohésion,
- Gestion du stress,
- Soutien psychologique durant les phases de déploiement (notamment en Afghanistan).

○ **EXPERIENCE DE CONSULTANTE :**

Février à Octobre 2019 : Collaboratrice parlementaire à l'Assemblée Nationale - Paris,

- Étude au profit du Premier Ministre : « État des lieux des aides et des différentes coopérations tournées vers l'Afrique, et retombées économiques associées »,
- Cartographie de l'influence en Afrique (acteurs, moyens déployés par nos concurrents...),
- Biais culturels : « comment les comprendre et les contourner pour travailler en Afrique ? ».

Octobre 2015 à Mars 2017 : Consultante en communication stratégique - société Kermeur - Paris,

- Formation à la gestion de crise et à l'influence, notamment au profit de la Direction du renseignement et de la sécurité de la Défense.

○ **EXPERIENCE ENTREPRISE :**

Depuis octobre 2016 : Fondatrice de NGM solutions - Paris,

- Formations : analyse du comportement humain - optimisation du potentiel : leadership, gestion du stress, intelligence émotionnelle - performance individuelle et collective - apprendre à mieux communiquer, média-training, prise de parole en public.
- Interventions :
 - **Organismes militaires** :
 - Forces spéciales (formations spécifiques – conduite d’entretiens, influence) : 3 sessions en 2023,
 - Service militaire adapté : mise en condition opérationnelle des nouveaux cadres, 5 sessions annuelles de 20 participants depuis 2017 (mieux communiquer, performance individuelle et collective),
 - BSPP (formation des futurs chefs de centre : une session par an de 12 participants depuis 2020),
 - Bureau des officiers généraux (formation à la performance individuelle et collective en 2023).
 - **Organismes civils** :
 - Institut pour la formation des élus territoriaux (apprendre à mieux communiquer, exercice de gestion de crise, influence et guerre de l’information),
 - Entreprises privées de la Tech (optimisation du potentiel et analyse du comportement humain depuis 2020),
 - Industrie : formatrice CampusFer – groupe Colas depuis 2022.
- Thématiques stratégie et Influence :
 - Implantation et développement d’une société du secteur minier,
 - Rétablissement de l’intégrité et de l’image d’une personne publique (ministre étranger),
 - Stratégie de contre-influence au profit d’une entreprise victime d’attaques à l’étranger (secteur « Défense »),
 - Stratégie de contre-influence au profit d’une entreprise malmenée médiatiquement en France et à l’étranger (secteur industriel),
 - Campagne pour la présidence d’un groupe média,
 - Communication de crise au profit d’une entreprise de l’agroalimentaire à l’étranger.
- Projet de recherche « théorie des jeux et influence » : démontrer et interpréter la proximité entre Réseaux d’Influence et Jeux de Dissuasion.
- Impact du modèle de performance mentale sur la prise de décision.
- Influence de l’hypnose et du neurofeedback sur les pilotes de ligne.
- Recherche sur les stratégies et méthodes de recrutement de Daesh, d’un point de vue psychosociologique.

Mars à Septembre 2015 : Responsable communication - Thalès Air Systems - Groupe THALES - site de Rungis,

- Grands salons internationaux,
- Accueil de délégations étrangères de haut rang.