



# SYLVIE DESQUÉ

Mail : [sylvie.desque@mrh-consulting.fr](mailto:sylvie.desque@mrh-consulting.fr)

Site & Blog <https://sylvie-desque.fr/>

Tel : +33 6 77 71 94 48

Expérience agile

Basée à BORDEAUX



**Coaching - Formation - Conférence**  
**Communication Positive, Psychologie Positive**  
**Management Relationnel Sensible, Qualité de Vie Travail,**  
**Créatrice Jeu-Outil "Cartes des Soft Skills®"**

## - DÉMARCHE PROFESSIONNELLE -

- **Accompagner** les dirigeants, les managers et équipes dans leurs pratiques afin d'**optimiser leur efficacité professionnelle**, le **Management Relationnel**, la **Communication inter-professionnelle**, la **Qualité de vie au travail**, et l'**amélioration de la Qualité** des services.
- **Proposer** des **actions ciblées** de réflexion, formation ou coaching **selon leurs besoins** avec des méthodes concrètes et des outils innovants. Voir **publications** chez Afnor.
- **Créatrice** du Jeu "Cartes des Soft Skills®" (2017) : Conférence, Atelier, Formation

## - RÉFÉRENCES PROFESSIONNELLES -

EUROPE & DOM / MAURITIUS

- ✓ GROUPE LA POSTE OCCITANIE, R&D OUTSCALE (Groupe Dassault), PFRH OCCITANIE, PFRH AUVERGNE RHONES ALPES, CHU DIJON, FFMAS GIRONDE, DIRIGEANTS PÔLE EMPLOI CENTRE /VAL LOIRE, PROWIN, ALTER EGO OCEAN INDIEN, CFPMS CHU BORDEAUX, CADRES UNIVERSITES, CLUB RH & Psychologues PÔLE EMPLOI CENTRE/VAL LOIRE, SERVICAD, PFRH Bretagne, PFRH Nvll Aquitaine, SGAR33, ESPELIA, XEROX, UPSA, LOGEVIE, WWF, AMGEN, SNCF, CFAO, LECLERC, ELF, FORD, INP Bordeaux, Labos scientifiques, HC ENVIRONNEMENT, CDG, GROUPE PROPRETE, SEDRE, HANDI ESPOIR, FONDATION ABBE PIERRE, Asso Plus Fort ...
- ✓ ACTIV'PARTNERS (consultante depuis 2018), SOCRATE MANAGEMENT (collaboratrice d'A.LABRUFFE 1998- 2018).
- ✓ LUDO LAB PRO RENNES, Semaine de la Psychologie Positive, La Fabrique du Changement Nantes, La Fabrique Spinoza Bordeaux BAT MONDAYS, Association des Organisations Positives du Sud-Ouest, Chambre Prof Conseils Aquitaine, Ecole du Positif Rennes, KAPVITAE.
- ✓ ENS Cachan/Rennes, Sciences Po Rennes, MATMECA Bordeaux, ISCPA Paris, YNOV/INGESUP, Ecoles Doctorales, IAE.

## - CARRIERE PROFESSIONNELLE -

- **Consulting, Formation, Coaching, Conférence -**

depuis 2000



Organisme de Formation *référéncé DATADOCK & OPCO*

Coaching - *membre de l'Association Européenne de Coaching et Mentoring (EMCC)*

Psychologie Positive - *membre de l'Asso Française et Francophone de PP (AFFPP) & Equipe "Sem de la PP"*

Communication Positive - *Expert depuis 1998 (SOCRATE MANAGEMENT – Alain Labruffe)*

- ✓ Efficacité & Efficience des dirigeants ; Management Relationnel Sensible et Positionnement managérial ; Accompagnement des cadres et hauts potentiels.
- ✓ "Communication positive®" et Résolution de conflits ; Travail d'équipe ; Assertiveness ; Entretien Professionnels ; Présentation orale pour colloques, Concours, Pédagogie interactive ludique.
- ✓ "Mesure des Compétences®" & Soft Skills ; Gestion de carrière & Reconversion ; Recrutement.
- ✓ Psychologie Positive ; "Forces" et Talents ; Motivation ; Créativité ; QVT et Bonheur au travail ; Gestion Stress et Emotions ; Performance.
- ✓ Formation d'enseignants-chercheurs, de pédagogues, de formateurs, de recruteurs. Evaluation des Formations.
- ✓ **Recrutement :** MRH CONSULTING, SOCRATE MANAGEMENT de 1998 à 2014

- **Publication - 3 publications avant 2013 épuisées**

➤ **Le kit minute du Manager - 50 clés du management relationnel, AFNOR, nov. 2013.**

- **Psychologie clinique -**

de 1994 à 1998

⇒ **Groupe de parole :** Soutien équipes soignantes, debriefing de situations émotionnelles difficiles.

⇒ **Suivi :** Adultes & Séniors à motiver, Adolescents en difficultés, Adolescents handicapés moteurs, Personnes âgées.

- Assistante-Réalisation/Production/Régie (TV La Réunion & Toulouse, Post-prod. Pub et Théâtre Paris) de 1986 à 1994
- Animatrice (Ski alpin, Multi-sports, Arts plastiques) ; Responsable commercial (magasins Bordeaux) avant 1994

## - FORMATION et DIPLÔMES -

- **Sciences Humaines –**
  - Psychologie Positive - niveau Praticien Expert Ilona Boniwell – Positran - 2018
  - Coach certifié Ilona Boniwell – Positran - 2015
- Sciences de l'Information et de la Communication - Université de Bordeaux 3
  - Spécialité : Communication Sociale des Organisations**
  - ⇒ **DEA :** Diplôme d'Etudes Approfondies, 3<sup>e</sup> Cycle. Mention B. 1999
  - ⇒ **DUR :** Diplôme Universitaire de Recherche, 3<sup>e</sup> Cycle. Mention TB. 1998
- Psychologie - Université de Bordeaux 2
  - ⇒ **Maîtrise :** Spécialité Psychologie Clinique et Pathologique. Mention B. 1997
  - ⇒ **Licence :** Psychologie Clinique et Pathologique. 1995
  - ⇒ **Licence :** Neurosciences et Pharmacologie. 1995
  - ⇒ **Deug :** Psychologie générale. 1994
- **Compétences Professionnelles** - en réactualisation permanente
  - ✓ **Management & Communication :** -*La Communication positive*© d'Alain Labruffe, Analyse Transactionnelle, Communication Non Violente, Résolution des Conflits, Créativité, Body language, Motivation et Dynamique de Groupe, Conduite de Projets, Délégation et Contrôle.
  - ✓ **G.R.H. :** -Méthodes pour analyser le Management des Ressources Humaines et la GPEC.
  - ✓ **Evolution de Carrière :** -*La Mesure des compétences*© techniques et relationnelles d'A. Labruffe, Création du "*Jeu Carte des Soft Skills*©", "Les Forces" (I.Boniwell), Entretien de sélection, Tests et outils d'évaluation, *Brainpercing*©.
  - ✓ **Evaluation :** -Elaboration des Entretiens, et Grilles informatisées.
  - ✓ **RPS & Stress :** -Tableaux de bord opérationnels pour une évaluation des RPS ;  
- *MBSR* de Jon Kabat-Zinn, RED, Sophrologie, Visualisation Positive, QI GONG.
  - ✓ **Formation :** -La loi 2004 et 2014 "La formation tout au long de la vie", l'Entretien d'Evaluation.  
-Pédagogie active, *Dynamique du Dialogue* d'Ernest Dupuy.
  - ✓ **Psychologie :** -*Entretien* de Carl R. Rogers, Tests et épreuves projectives, Rebirth, Neurosciences, **Praticien expert certifié en Psychologie Positive** (I. Boniwell).
  - ✓ **Qualité & RSE :** -Méthodes Qualité, outils et Normes validés et reconnus par AFNOR.
- **Compétences complémentaires**
  - **Bureautique :** Pack office et Internet quotidien.  
Construction de grille d'évaluation (php surveyor, Form de Google, sphinx, moodle).
  - **Langues :** Anglais de communication, Allemand scolaire, Créole réunionnais.
  - **Cinéma/TV/Pub :** Diplômé du Conservatoire Libre du Cinéma Français Paris 1986
  - **Baccalauréat :** Scientifique 1984

## - INTÉRÊTS PERSONNELS -

- **Engagement :** Membre de l'EMCC (Association Européenne de Coaching et Mentoring).  
Membre de l'AFFPP (Association Française et Francophone de Psychologie Positive).  
Sympathisant et animatrice de la Chambre Professionnelle des Conseils Aquitaine.  
Membre et animatrice de La Fabrique Spinoza de Bordeaux.  
Animatrice de La Fabrique du Changement de Nantes.
- **Culture :** Voyages réguliers, secteurs d'activité variés, rencontres professionnelles enrichissantes.  
Toujours passionnée de Neurosciences et Psychologie, Cinéma, Photographie.
- **Humanitaire :** Aide et soutien régulier à un orphelinat à Antsiranana (Madagascar).
- **Sports :** Qi Gong et Wang Tai Ji (depuis 2015, Membre de l'Académie des Arts Martiaux Chinois Classiques).  
J'ai pratiqué l'Aïkido (10 ans), Taï Chi Yang (6 ans), Taï Chi Chen (3 ans). Monitrice de ski (10 ans)
- **Bien être :** Je pratique quotidiennement la Mindfulness Based Stress Reduction (Jon Kabat-Zinn) nommée en France Méditation de Pleine Conscience (formée depuis 2013).  
A l'occasion, je suis Animatrice de Yoga du rire (2017) et d'Access Consciousness (2019).