

A woman with blonde hair, wearing a red top and a patterned scarf, is pointing at a flipchart. She is standing in a meeting room with other people seated around a table. The flipchart has the Quilotoa logo and a handwritten sentence in green. The background shows a window with a 'La Forge' sign.

Act Human  
Quilotoa

*Je m'affirme sereinement  
dans mes relations  
professionnelles*

Programme  
**Parole Assertive** ®

- 2025 -

# 0 1

## Parole Assertive Descriptif



### Finalité

Oser dire en préservant la relation, communiquer pour mieux s'entendre



### But du dispositif

Gagner en maîtrise et en empathie dans nos communications au quotidien



### Objectifs de formation

- Savoir comment agir sur 5 leviers pour créer les conditions d'une relation de qualité avec son interlocuteur.trice
- Distinguer "s'affirmer" de "fuir", "agresser" ou "manipuler"
- Identifier freins, attitudes et outils de l'écoute active
- S'appuyer sur les ressorts du DESC ou de la CNV pour mieux agir/réagir en situation de communication difficile



### Conditions de réussite

- Nombre d'apprenants maximum par session : 6 personnes
- Matériel nécessaire : Ordinateur avec Webcam et bonne connexion internet (filaire de préférence, éviter le Wifi)
- Modalités d'émargement par les participants : un document de présence confirmée par les participants rempli par le formateur (accepté dans le cadre de la loi de la formation 2018)

**Délais d'accès** : l'inscription à la formation doit être faite 5 jours ouvrés avant son lancement.

# 01

# Parole Assertive

## Vue d'ensemble du parcours BLENDED

### Investigation

Convocation au PARCOURS

 Lancement et planification du PARCOURS

 Questionnaire amont

 Entretien de cadrage

 Autopositionnement

### Expérimentation Jour 1

 9h-12h30 (3,5h)

**Séance 1**  
Cadrage  
Présentations croisées  
Écoute active  
questionnement  
reformulation 

14h -17h30 (3,5h)

**Séance 2**  
Impact / leviers  
Bilan individuel  
Signes de reconnaissance



 1. Autoévaluation  
2. Prépa situation pro

### Entraînement Jour 2

 9h-12h30 (3,5h)

**Séance 3**  
Gestion émotions  
Attitudes  
DESC  
Communication empathique 

14h -17h30 (3,5h)

**Séance 4**  
Remercier  
Dire non  
Entraînement sujet pro 



 1. Synthèse  
2. Prépa présentation plan d'action

### Ancrage Jour 3

 (1,5h)

Visioconférence  
Présentiel/distanciel  
Plan d'action

 Questionnaire satisfaction "à chaud"

 Préparation entretien de suivi

### REX

1h

 SUIVI INDIVIDUEL  
Bilan, difficultés, perspectives

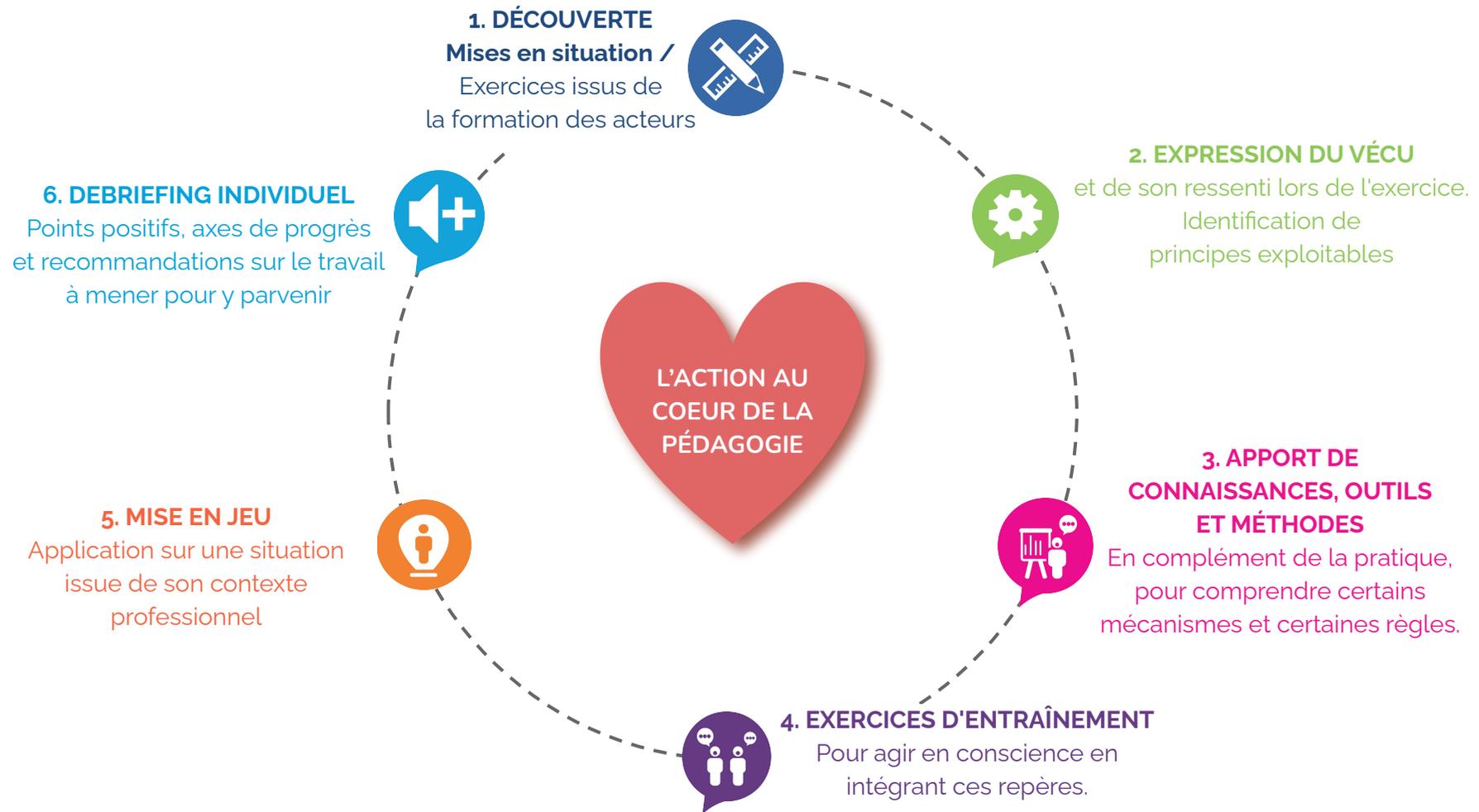
ASYNCHRONE  
les participants seuls

SYNCHRONE  
avec  
les participants

**Temps pédagogique 21h.**

# La pédagogie Quilotoa

## Une approche inductive et individualisée



L'action est au cœur de notre pédagogie car c'est en **expérimentant** que l'on obtient le meilleur résultat.

Le **feedback** est régulièrement utilisé après chaque exercice : le ressenti du stagiaire, le point de vue du groupe et les conseils du formateur.

Notre dispositif en **trois temps** : diagnostic, action formative et suivi.

# 03

## Evaluation de nos formations

A l'issue du temps collectif, chaque stagiaire évalue son parcours et l'atteinte de ses objectifs initiaux puis formalise son plan d'action. Après mise en oeuvre durant quelques semaines dans son contexte professionnel, l'entretien de suivi permettra retour d'expérience, réactivation et réévaluation du plan d'action.

### Les éléments les plus appréciés :

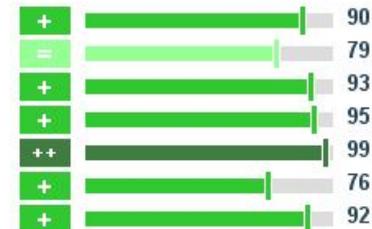
- ★ "Les objectifs ont été atteints"
- ★ "La qualité de l'animation"
- ★ "Nous voir évoluer au fil des jours"
- ★ "La bienveillance du formateur"
- ★ "Les exercices de mise en situation"
- ★ "Les moments de partage"
- ★ "La diversité du groupe"

Quilotoa est qualifié Qualiopi depuis 2021.

#### A chaud

- > Adéquation aux attentes
- > Préparation et organisation
- > Contenu
- > Pédagogie : structure
- > Pédagogie : animation
- > Pédagogie : supports
- > Satisfaction

#### Evaluations par les formés



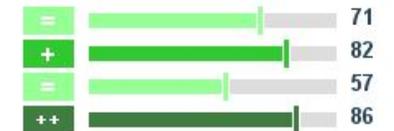
#### A froid

- > Utilisation de la formation
- > Atteinte des objectifs
- > Impact sur le travail des formés
- > Satisfaction avec du recul

#### Evaluations par les formés



#### Evaluations par leurs responsables hiérarchiques



#### Comparaison avec les formations similaires

+ Supérieur à la moyenne	= Dans la moyenne	- Inférieur à la moyenne
++ Très supérieur à la moyenne	? Pas de comparaison possible	-- Très inférieur à la moyenne

Données FormMetris®, 06/2020

92% de satisfaction 4 mois après la formation

Elizabeth Laurencin Sender



**Certifiée Expert** ICPF & PSI en tant que Formatrice Consultante, Coach et en Ingénierie Pédagogique, elle accompagne depuis **+ de 25 ans**, dirigeants, porte-parole, managers et collaborateurs dans leur développement professionnel en expression orale et communication interpersonnelle.

Normalienne, membre d'une équipe de **recherche en pédagogie**, puis comédienne, animatrice d'émissions, metteuse en scène, grâce aux **techniques d'acteur** elle leur permet en alliant **Verbal & Non Verbal** de faire **RAISONNER & RÉSONNER** leurs interlocuteurs. pour gagner en impact à l'oral et mieux atteindre leur objectif

123 rue Jules Guesde  
92300 Levallois-Perret

3

Métro : Ligne 3 - Pont de Levallois - Bécon

L

Transilien : Ligne L - Gare de Clichy Levallois

Nos locaux permettent d'accueillir nos stagiaires à mobilité réduite.



Si vous souffrez d'une autre forme de handicap,  
veuillez nous contacter au 01 47 48 18 18  
(Nathalie Barbey : référente handicap)



## CONTACTS

**Administratif :**  
**Claudia LUIS**

[c.luis@quilotoagroup.com](mailto:c.luis@quilotoagroup.com)

01 47 48 77 13

**Commercial :**  
**Inès MENDES**

[i.mendes@quilotoagroup.com](mailto:i.mendes@quilotoagroup.com)

[Cliquez ici pour vous inscrire !](#)





Act Human  
**Quilotoa**

*Je m'affirme sereinement  
dans mes relations  
professionnelles*

