



Workshops – Communication, savoir-être et cohésion en entreprise



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Comprendre les codes et attentes du monde professionnel
- Développer une communication claire, respectueuse et efficace
- Savoir travailler en équipe et comprendre les dynamiques de groupe
- Apprendre à gérer les conflits et les tensions relationnelles
- Renforcer la confiance en soi et adopter une posture stable et crédible



POINTS FORTS

- Vous êtes formé par un expert de la communication digitale.
- Formation mise à jour régulièrement suivant les évolutions technologiques et les usages des réseaux sociaux.
- Vous êtes regroupé selon des sessions par niveau.
- Nous privilégions la pratique lors de ces journées de formation, afin que vous repartiez avec un vrai bagage.
- Formation éligible à un financement par l'OPCO.



PUBLIC VISÉ

Etudiants en écoles de commerce, de communication ou de management, jeunes diplômés, ou équipes en intégration.



DURÉE & LIEU DE LA FORMATION

Durée adaptable selon les besoins : de 1 à 5 jours



PRÉREQUIS

Disposer d'un appareil connecté à internet.
Accès à un ordinateur avec connexion internet.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

La pédagogie sera active et participative. Elle sera constituée des apports d'information des formateurs sous forme de support PowerPoint illustrés d'exemples pratiques, de mini-cas d'application, questions- réponses.

Des ateliers de travail pourront être mis en place afin de faciliter les échanges d'expérience et confronter les idées et meilleures pratiques.

Le support de la formation sera transmis en version papier en début de formation et pourra être envoyé sur demande en version électronique (PDF) à l'issue de la formation.

COMPÉTENCES ACQUISES

- Adoptent une posture professionnelle crédible,
- Savent communiquer avec clarté et respect,
- Travaillent efficacement en équipe,
- Anticipent et régulent les tensions,
- Développent une attitude confiante, stable et proactive.

Programme

Présentation générale

Ce programme de workshops vise à accompagner les étudiants dans la transition entre le monde académique et l'entreprise. À travers une approche concrète, participative et structurée, ces formations développent les compétences comportementales et relationnelles indispensables à une intégration réussie : communication, collaboration, posture, gestion des tensions et leadership collaboratif.

Conçus et animés par Alice Ducotey, dirigeante d'agence de communication et formatrice, ces modules allient expérience terrain et outils pédagogiques modernes, pour permettre aux futurs professionnels d'acquérir les bons réflexes dès leurs premières expériences.

Contenu du programme

1. Le savoir-être en entreprise

- Décoder la culture d'entreprise et ses implicites
- Comprendre la hiérarchie, les rôles et les attentes managériales
- Adopter une attitude professionnelle au quotidien (ponctualité, présentation, respect des règles)
- Gérer ses émotions, son stress et son image
- Transformer une erreur en apprentissage et gagner en autonomie

2. Communication de groupe et intelligence collective

- Identifier les profils et rôles dans une équipe
- Communiquer efficacement à l'oral et à l'écrit
- Développer l'écoute active et la reformulation
- Donner et recevoir un feedback constructif
- Construire la cohésion autour d'un objectif commun

3. Gestion des conflits et régulation des tensions

- Identifier les sources de désaccords dans une équipe
- Comprendre les différentes postures face au conflit
- Utiliser la communication non violente et la médiation
- Gérer un désaccord sans altérer la relation
- Maintenir la cohésion après un conflit

4. Leadership collaboratif et intelligence émotionnelle

- Comprendre les styles de leadership
- Fédérer et motiver sans autorité hiérarchique
- Favoriser la confiance et la responsabilisation
- Développer la conscience de soi et des autres
- Accompagner le changement avec empathie

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

L'évaluation des acquis se fait à travers un questionnaire et des exercices de mise en pratique afin de vérifier que les objectifs de formations ont été complétés.

Une attestation de réussite à la formation sera délivrée à l'issue de cette dernière.

Nous aimons les défis alors lancez-vous !

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h
Agence Idealice | 3 Rue Charles Péguy | 67200 Strasbourg
Tél : 03 88 30 17 41 | contact@idealice.fr



Programme

Présentation de la formatrice

Alice Ducotey

- Dirigeante de l'agence Idealice, basée à Strasbourg
- Formatrice, consultante et entrepreneure
- Interventions France entière

Spécialiste de la stratégie de communication et de la formation comportementale, elle accompagne depuis plusieurs années des étudiants, dirigeants et équipes à travers des approches concrètes, structurées et humaines.

Sa pédagogie repose sur la bienveillance exigeante : aider chacun à comprendre, se positionner et progresser durablement.

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

L'évaluation des acquis se fait à travers un questionnaire et des exercices de mise en pratique afin de vérifier que les objectifs de formations ont été complétés.

Une attestation de réussite à la formation sera délivrée à l'issue de cette dernière.

Nous aimons les défis alors lancez-vous !

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 14h à 17h
Agence Idealice | 3 Rue Charles Péguy | 67200 Strasbourg
Tél : 03 88 30 17 41 | contact@idealice.fr

