



# HARPE

## HARMONIE, RELATION, PERFORMANCE

*Formation à Distance* **Déploiement personnel**

 **14 heures réparties sur 2 semaines**

 **8 à 12**

**Formations - Séminaires - Conférences - Conventions - Événements - Forums**

L'évidence est là : la qualité de son savoir-être et de son savoir-faire relationnel conditionnent les résultats que l'on obtient dans sa pratique professionnelle.

Ces savoir-être et savoir-faire ne dépendent pas uniquement de techniques à appliquer mais d'une profonde remise en perspective des postures et des compétences relationnelles qui sont activées dans les échanges, dans les situations professionnelles quotidiennes.

Prendre un temps de déploiement professionnel est toujours un investissement bénéfique.

Une formation pour se revisiter, dépasser des limitations, engager ses talents, installer une plus grande confiance en soi, harmoniser et faire évoluer ses pratiques en situation de tension...

Conçue dans un esprit de relation avec soi et avec les autres, cette **formation à distance** mêle efficacement des temps collectifs d'apprentissage et d'échanges en groupe, avec des temps individuels pour aller plus loin, approfondir des thématiques, challenger sa progression professionnelle.

---

*Patrick MOREAU, dirigeant de Quaema, transFormateur, spécialiste des pédagogies actives au services des relations humaines depuis 1986  
et Christel TULPIER, chef d'entreprise et directrice commerciale d'entreprises internationales pendant 30 ans, formatrice en développement de l'efficacité professionnelle,  
proposent ce parcours à toute personne en relation avec des clients, partenaires, utilisateurs...  
qui veulent consacrer un temps au développement de leur savoir-faire relationnel.*



**Patrick Moreau**  
Design de  
**parcours transformatifs**  
+33 6 30 71 95 03  
p.moreau@quaema.fr  
www.quaema.fr

## Objectifs de cette formation à distance

Développer ses compétences relationnelles et comportementales dans son activité professionnelle :

- Enrichir, faire évoluer son savoir-faire dans le domaine relationnel.
- Prévenir et gérer des situations de tensions en toutes situations.
- Appliquer et combiner les techniques dans son propre style pour améliorer la qualité de ses relations et de sa performance professionnelle.

## Contenus :

- Mieux se connaître dans son fonctionnement personnel et professionnel.
- Perfectionner sa qualité relationnelle.
- Identifier et dépasser des difficultés dans ses relations et son activité.
- Déployer ses potentiels et talents dans son activité.
- Gérer des situations de tension dans son quotidien professionnelle.

---

## Moyens pédagogiques

- Alternance de temps de
  - synchrones : modules collectifs sous forme de classe virtuelle avec les formateurs pour apprentissage d'outils et techniques, pratiques guidées, Q/R...
  - asynchrones : temps de mise en pratique individuelle entre les modules collectifs, travail par binômes, mise à disposition d'outils sur un espace en ligne...
- Fourniture d'un carnet d'entraînement personnel pour réaliser des exercices (Défis), noter ses temps de pratique, ses résultats et progressions.
- Une heure en individuel, à mi parcours, pour personnaliser les apprentissages.
- Questionnaires en ligne pour retours d'expérience et résultats des pratiques.



FORMATION HARPE

**Patrick Moreau**

Design de  
parcours transformatifs

+33 6 30 71 95 03

p.moreau@quaema.fr

www.quaema.fr