

Maja Mommert : Offres pour agences et entreprises.

Allant de l'« intervention d'urgence » de courte durée dans les cas de blocage de créativité à la formation de plusieurs jours suivie dans le cadre d'un processus de changement, les interventions de Maja suscitent l'enthousiasme par leur approche innovante et valorisante, et par leur concept de stage de formation individuelle.

Selon ce concept, Maja a travaillé avec des conseillers financiers sur les thèmes de l'attention, de la concentration et du surmenage, et elle a formé 20 directrices et directeurs d'école souhaitant diriger « Une bonne école, bien saine » (selon le concept travaillé en Allemagne „Gute gesunde Schule“). Son input est aussi bien demandé par les experts en PNL et en design thinking que par des cadres de la Deutsche Bank.

Au secours, je suis bloqué ! Résoudre les blocages de créativité

Lors de cet « atelier d'urgence » d'une journée, Maja travaille avec une équipe créative éprouvant un blocage au niveau des idées nouvelles à trouver. On met en lumière les pierres précieuses déjà trouvées et on les place dans la petite « malle aux trésors ». On repère de nouvelles pistes à suivre et de nouvelles possibilités à explorer par approches surprenantes et amusantes.

À la fin de la journée, l'équipe a retrouvé une nouvelle motivation et un nouveau feeling pour s'engager dans la direction qui lui convient.

L'échange informel (small talk) : une forme de communication particulière

Les occasions d'échanger quelques mots informels sont fréquentes.

Mais comment faire le premier pas en toute confiance ? Comment échanger ces quelques mots avec adresse ? Qu'est-ce qui se dit, et qu'est-ce qui ne se dit pas dans ces moments-là ? Quel est l'effet que je produis sur les autres lors de ces brefs échanges, et comment paraître plus sûr de moi ?

Pour les niveaux intermédiaires : comment prendre congé avec tact et politesse pour conclure ce genre d'échange ?

Jouer avec le stress

(également possible en coaching individuel)

Le stress peut nous mettre la pression et, dans certains cas, nous conduire au burn-out.

Mais il peut également nous fournir des indications précieuses sur ce que nous voulons vraiment, sur nos priorités et sur la manière dont nous pouvons progresser.

Vous apprendrez de manière ludique comment gérer votre stress : en décelant plus rapidement qu'auparavant les signes avant-coureurs, en apprenant quel mystère se cache derrière votre propre stress et en le prenant comme un signal positif. Changez d'attitude face à votre stress et apprenez à le pousser dans ses retranchements.

Elevator Pitch – 5 minutes pour réussir

Vous avez exactement 5 minutes. Vous n'êtes pas préparé. Mais vous direz et ferez ce qu'il faut. Plus jamais vous ne resterez sans mot dire quand tout dépend de vous.

Mange-moi dans la main. Formation de présentation pour niveau débutant et intermédiaire

(également possible en coaching individuel)

Prenez la parole librement et sans stress devant une salle comble.

Gagnez en confiance en intervenant avec charme et authenticité.

Utilisez les méthodes du story telling pour être certain d'attirer l'attention de votre auditoire ; commencez par le surprendre, développez avec assurance, puis concluez en faisant forte impression. Tenez compte des personnes présentes dans le public en vous adressant à elles. Souriez aux questions et aux petites pannes.

Apprenez à aimer les présentations.

Au centre : présence, voix, story telling.

Hourra ! Tout va changer à partir d'aujourd'hui

Un processus de changement est imminent dans votre entreprise. À partir de ce moment-là, il faut que tout aille vite. Les employés sont intrigués, vous-même n'avez pas encore réponse à tout, et les bruits de couloir vont bon train...

Au cours de cette période-là, offrez à vos collaborateurs la possibilité de prendre la parole, et permettez-leur de se sentir entendus. Cette étude approfondie des avantages et des inconvénients des processus de changement est enrichie par des activités qui favorisent une ouverture générale face aux changements.

Cet atelier aide les participants à déconstruire les résistances pour accueillir, au contraire, les changements et les percevoir comme autant de chances qui s'offrent à eux.

Diversité – amie ou ennemie ?

Confronté de manière ludique à ses propres préjugés et clichés, chaque participant percevra les faiblesses de chacun ainsi que la puissance du groupe.

Le thème de la diversité est étroitement lié aux préjugés que nous avons tous dans la tête.

Dans cet atelier, on vous montre combien il est difficile de se défaire des schémas acquis, et comment il est possible de parvenir malgré tout à s'en débarrasser.

Enchanté, chère madame... Son statut, et comment l'utiliser

Jouer de son statut est une chose que nous rencontrons en permanence aussi bien sur notre lieu de travail que dans notre vie privée.

Sachez analyser le maintien corporel, la voix, le contenu du discours comme autant de signaux de communication qui révèlent notre statut.

Laissez-vous surprendre par l'impact de l'expérimentation des différents statuts (élevés et modestes). Sachez reconnaître le statut de votre vis-à-vis et utiliser votre propre statut de manière ciblée, afin d'atteindre votre objectif.

Orienter une conversation grâce au story telling

Que l'on mène une conversation privée ou que l'on soit devant un auditoire de plusieurs centaines de personnes, l'écoute attentive et l'habileté à manier le story telling sont les deux facettes d'un bon échange. Ayez recours à la puissance du story telling ! Entraînez-vous à faire passer vos points de vue et vos convictions de manière captivante. Sachez répondre sans faillir aux questions et objections de vos interlocuteurs.

Guidez la conversation dans la direction que vous voulez emprunter et entraînez-y votre interlocuteur.

Fail Fair : savoir échouer pour apprendre de ses erreurs

N'ayez pas peur de l'échec !

La vie n'est pas toujours un long fleuve tranquille. Nous sommes souvent de mauvaise humeur quand nous commettons une erreur, quand il nous arrive quelque mésaventure ou lorsque nous échouons lamentablement.

C'est particulièrement au travers de nos erreurs que nous apprenons, dès lors que nous nous posons les bonnes questions.

Au cours de l'atelier « Fail Fair », un véritable festival de l'échec, vous analyserez en équipe, et sur un mode ludique, les échecs passés et vous ferez de nouveau cap sur la réussite souhaitée.

Très judicieux à utiliser pour débriefer un projet ou comme kick-off.

Présence & charisme. Reconnaître et utiliser les signaux du langage corporel

(également possible en coaching individuel)

Nous connaissons tous des personnes qui captent l'attention dès qu'elles entrent dans une pièce. Quel est le secret de ce charisme et de cette présence particulière ?

Expérimentez-le personnellement ! Analysez la perception que vous avez de vous-même et de l'autre. Travaillez votre présence et votre langage corporel. Apprenez quelques petits trucs qui boosteront votre charisme intérieur et entraîneront un changement dans l'effet que vous produisez sur les autres.

Centres d'intérêt : statut, voix, maintien, attitude.

Formation de formateurs. La « malle aux trésors » personnelle

(également possible en coaching individuel)

Les techniques de l'improvisation appliquée retiennent de plus en plus l'attention.

Qu'il s'agisse d'être spontané, de rester maître de soi face à l'imprévu, de raconter des histoires passionnantes, de chauffer une ambiance ou de pratiquer un débriefing intelligent, l'impro est sans conteste celle qui détient la clé.

Mais comme n'importe quel « exercice » ne peut pas entraîner tous les effets à lui seul, nous effectuerons ensemble un choix, selon vos critères, pour définir quelles sont les techniques vraiment adaptées au cadre de votre stage. Nous définirons quel format est le mieux approprié pour ouvrir vos participants au contenu que vous souhaitez y mettre.

Tous les formats sont fournis de sorte à pouvoir être utilisés et transmis de manière parfaitement ciblée.

Peut être utilisé en tant que coaching de groupe uniquement en cas de formateurs ayant le même champ d'actions.

Maja Mommert.

Maja Mommert is an expert for Applied Improvisation.

Maja Mommert est formatrice et coach, animatrice et comédienne de théâtre d'entreprise. Elle est associée-gérante du théâtre d'improvisation frei.wild.

Son panel d'offres s'adresse aux cadres, employés, professions libérales, comédiens, enseignants, formateurs et à toute autre personne curieuse.

Les formations de Maja sont actives et vivantes ; les participants expérimentent immédiatement leurs nouveaux comportements ainsi que les effets qu'ils produisent dans leurs corps.



Maja Mommert séduit par sa grande vitalité et son optimisme axé sur l'objectif.

Elle enseigne en allemand, en anglais ou en français.

Références.

Formations, ateliers,
coaching :

Deutsche Bahn, Deutsche Telekom, DVAG, Fraunhofer FOKUS Institut, fondation Friedrich Ebert (Friedrich-Ebert-Stiftung), Ministère régional de la formation la science et la recherche, fondation Robert Bosch (Robert-Bosch-Stiftung), et autres.

Animation :

Berlin Recycling GmbH, DAAD, Deutscher Marketing Verband, DIHK, DUW, Engagement Global, fondation Friedrich Ebert (Friedrich-Ebert-Stiftung), Henkel Schwarzkopf, Nestlé, Ministère régional de l'économie, la technologie et les femmes, TNS Infratest, et autres.

Théâtre d'entreprise :

Ministère fédéral des Affaires étrangères (Allemagne), Bayer Healthcare, Caritas, Deutsche Telekom, GIZ, HFF Konrad Wolf, inwent, KPMG, STORCK, SWISS Int. Airlines, TravelCharme, Assurances W&W, et autres.

Conception & direction de
la création :

Activest, Coca-Cola, Du bist Deutschland, ELLE, Parlement européen, GWA, Nestlé Marktplatz, Melitta, Swarovski, T-Mobile, Assurances Victoria, Volkswagen, WWF International, et autres.

« Maja Mommert travaille avec le cerveau, le cœur et la main : don d'observation aigu, feedback valorisant, développement par approches de solutions orientées vers le client et par différents comportements qui fonctionnent. »

Jürgen Rosskoth, Senior Facilitator de la société de développement d'entreprise proagos

« Même si maintenant nous nous voyons confrontés à un énorme tas de travail, j'aimerais bien te remercier encore une fois pour ton animation. Tu faisais preuve d'une compétence exceptionnelle et tu savais exactement comment traiter les collègues. Donc : Très bien fait, ça valait vraiment l'argent, merci milles fois. »

Cem Ergün-Müller, Head of Communications T-Labs, Deutsche Telekom