

Marine Galland

Jonathan Chaboissier



# IMPRO COACHING

- Spectacle d'improvisation •
- La transformation d'un héros ou d'une héroïne -  
allant voir un Coach Professionnel

# NOTE D'INTENTION

**Une performance improvisée, à partir de choix du public, d'un moment de vie d'un-e héroïne qui opère un changement, accompagné-e par un-e Coach Professionnel-le.**

## **Le coaching gagnerait à mieux se faire connaître**

Le coaching est une discipline à part entière, une technique d'accompagnement particulière. Des Fédérations ont pour but de réglementer et faire connaître cette profession. Pourtant, nous faisons le constat que le terme "Coaching" est galvaudé et que cette profession est encore méconnue.

En tant que coachs professionnels certifiés, nous sommes sincèrement convaincus par la puissance de ce métier et nous avons à coeur de le démocratiser. Nous souhaitons contribuer, à notre échelle, à la reconnaissance de ce métier en utilisant notre passion : l'improvisation théâtrale.

Nous croyons intimement que :

- Tout le monde devrait bénéficier un jour dans sa vie d'un Coaching
- Tout le monde aurait à gagner à utiliser les outils du Coach (comme l'écoute active, le questionnement) pour des relations plus épanouissantes.

## **Un spectacle improvisé, une vraie performance**

Lors d'un spectacle d'improvisation théâtrale, les comédiens créent une histoire et l'interprètent en temps réel devant le public. Aucun texte n'est écrit à l'avance : tout est inventé sur l'instant. Les improvisateurs ne savent pas quelles scènes ils vont jouer ni quels personnages ils vont incarner.

Le public a lui aussi son rôle à jouer : il suggère une thématique qui va servir d'impulsion initiale. Il ne vient pas simplement assister à un spectacle mais il participe au processus de création des comédiens. Une relation intime se noue alors, dans l'ici et maintenant.

Cette incroyable expérience nécessite des comédiens de la concentration, de la disponibilité et une écoute attentive de son partenaire. Ces compétences sont aussi celles du coach.

## **Un spectacle conférence à jouer dans vos séminaires ou vos formations**

Impro Coaching est un spectacle original créé à destination des entreprises, des organismes de formation, des écoles de coaching et des fédérations de coaching.

L'histoire se construit autour des propositions faites par le public : qui est notre héroïne ? Quelle est son activité ? Quel est sa problématique de vie, professionnelle ou personnelle ? Puis les improvisateurs jouent une succession de moments de vie et séances de coaching, afin de raconter la transformation de notre héroïne pour atteindre l'état souhaité.

Le spectacle est suivi d'un temps d'échanges avec l'auditoire. A travers des questions et réponses, les comédien.ne.s reviennent sur les processus en jeu, tant sur le métier de coach que sur les techniques d'improvisation théâtrales elles-mêmes

# LES OBJECTIFS

## Public Coach

En plus d'être un moment ludique de la formation, ce spectacle totalement improvisé a plusieurs objectifs:

- Incarner un temps **Clôture** de formation. Selon l'objectif, ce spectacle peut se placer en début ou en fin de formation.
  - Kick Off: En début de formation, en jouant les anti-comportements pour annoncer le thème de la journée.
  - Clôture: En fin de formation, en jouant les clés de réussite des comportements pour illustrer les apprentissages de la journée.
- Jouer sur l'effet miroir et **s'identifier émotionnellement et professionnellement** à la situation représentée (point de vue coach)
- Mettre en lumière **les messages clés de la formation soft skills** (écoute, lâcher prise, instant présent, ouverture, adaptabilité, etc..) à adapter selon formation
- Illustrer le résultat direct de l'application des **clés de l'improvisation théâtrale** identiques aux compétences nécessaires au coach (écoute, lâcher prise, instant présent, ouverture, adaptabilité, etc..)

## Public Entreprise (Manager, Collaborateur.trice.s etc..)

- **Faire comprendre le Coaching Professionnel en pratique**, à travers l'histoire d'une héroïne (le métier, la posture, les séances, le processus, etc..) défini-e avec le public
- Mettre en lumière la **puissance du processus**: la prise de conscience et la mise en action du client
- Donner envie de **faire appel à un-e Coach Professionnel-le** pour se développer
- Donner envie de **se mettre en posture coach** dans sa vie professionnelle et personnelle
- Incarner un temps de **Clôture** de formation. Selon l'objectif, ce spectacle peut se placer en début ou en fin de formation.
  - Kick Off: En début de formation, en jouant les anti-comportements pour annoncer le thème de la journée.
  - Clôture: En fin de formation, en jouant les clés de réussite des comportements pour illustrer les apprentissages de la journée.
- Jouer sur l'effet miroir et **s'identifier émotionnellement et professionnellement** à la situation représentée (point de vue coach)
- Mettre en lumière **les messages clés de la formation soft skills** (écoute, lâcher prise, instant présent, ouverture, adaptabilité, etc..) à adapter selon formation
- Illustrer le résultat direct de l'application des **clés de l'improvisation théâtrale** identiques aux compétences nécessaires au coach (écoute, lâcher prise, instant présent, ouverture, adaptabilité, etc..)

# QUI SOMMES NOUS ?

## Marine Galland



Après 3 ans de théâtre à texte, Marine a un coup de cœur pour l'improvisation théâtrale en 2013. Elle commence avec la troupe Les Fissurés, avec qui elle joue au festival Avignon OFF en 2017 et 2018. Depuis, elle a rejoint d'autres projets en jouant avec différentes compagnie comme [Les Impromises](#), Les Impronantes Professionnels ([Eux](#)), [Again Production](#), Les [Smoking Sofa](#). Plus qu'une passion, l'improvisation est également une façon de vivre, de penser et d'appréhender le monde. Vision qu'elle partage en enseignant aux [Impronantes](#). Par ailleurs, elle puise son inspiration dans différents projets artistiques, en tant que comédienne au théâtre (Mort d'un Comis Voyageur, On n'est pas à l'abri de réussir, A qui tu parles ?). Retrouvez-la aussi sur sa [playlist youtube Marine Comédienne](#).

Animée par l'humain et le potentiel qu'elle découvre dans chaque individu, Marine se forme chez LinkUp Coaching en 2015. Elle est **coach professionnelle certifiée, formatrice soft-skills et comédienne improvisatrice**. Elle utilise les ressorts du théâtre d'improvisation et autres outils de développement personnel (CNV, Certifiée DISC Arc en Ciel, Certifiée EQI pour l'Intelligence Émotionnelle) pour révéler la puissance des individus et du collectif.

## Jonathan Chaboissier

Jonathan commence le théâtre en suivant une formation classique en conservatoire d'une part et en s'initiant à l'improvisation dans des matchs d'impro. Il apprend les techniques de l'acteur improvisateur sur les deux fronts : d'un côté dans des pièces classiques (Dom Juan de Molière, Peer Gynt d'Ibsen, Cyrano de Bergerac de Rostand, Le Mariage de Figaro de Beaumarchais, etc.) et de l'autre côté en jouant dans différents spectacles d'improvisation : matchs, cabarets, formats longs... Il improvise notamment au sein de la compagnie [Smoking Sofa](#) et enseigne aux [Impronantes](#).



Jonathan s'est formé au **métier de coach** en suivant la formation universitaire "Pratiques du coaching" de Paris 8 en 2019-2020.

Réunis par la passion du Coaching et de l'improvisation théâtrale, ils créent ce spectacle pour faire découvrir le coaching professionnel à travers une histoire unique et différente à chaque fois.

# FICHE TECHNIQUE

Le spectacle met en scène deux comédien.ne.s.

- Durée: 30min ou 2 x 30min  
La durée du spectacle est modulable selon vos besoins
- Décors : 2 chaises
- Lumière : conduite lumière simple et adaptable aux possibilités de la régie
- Son : musique de début et de fin en régie, fournie sur clé USB ou CD.

Besoins logistiques : un espace scénique, 2 chaises, une enceinte pour diffuser de la musique.

## CE QU'ILS EN PENSENT

*"Merci et bravo Marine et Jonathan pour ce bon moment d'improvisation, qui donne un aperçu - à mes yeux fidèle - du coaching professionnel.*

*Au-delà du divertissement - plongé dans les histoires de vie grâce à humour et rebondissements - des messages clés partagés de façon nuancée au service de ce métier.*

*Différence entre coaching, conseil et formation, clarification d'objectifs, attentes, demande, autonomie du client, confidentialité, puissance du questionnement, des recadrages et des détours imaginés... Vivement la suite en entreprise !"*

Fabrice Mézieres, Consultant-formateur chez KeaPrime, coach, auteur - "S'épanouir professionnellement" (Ellipses, 2018)

*"Emmené par deux comédiens/coachs de talent, le spectacle "Impro coaching" apporte de véritables clés aux managers qui souhaitent renforcer leur posture. Un format original qui met en lumière les bénéfices du coaching - quand il est pratiqué dans le bon cadre - et balaie au passage quelques idées reçues !"*

Stéphanie Paviet, fondatrice et directrice de Place Eleven

*"Une approche originale, un moment improvisé très agréable à regarder, qui met en action les principaux concepts du coaching (techniques de reformulation, accueil des émotions, exploration, recentrage sur l'objectif et la responsabilité individuelle, définition des critères de réussite, plan d'action, conclusion du parcours d'accompagnement, etc.). Drôle et instructif à la fois, ça illustre et ancre les apports d'une formation. C'est donc un parfait complément, extrêmement bien mené par 2 talentueux experts, à la fois de la pédagogie, du coaching et de l'improvisation théâtrale. C'est malin, et on adore le résultat !"*

Anaïs Lopez Real, HR Learning Manager, Trainer à Ubisoft

# PROGRAMMATION

Découvrez **notre Teaser** [ici](#).

Une **démo** en présentiel ou distanciel est possible sur demande.  
Contactez nous sur [marine.galland25@gmail.com](mailto:marine.galland25@gmail.com)

## Photothèque

Crédit Illustration : Marc Sabater

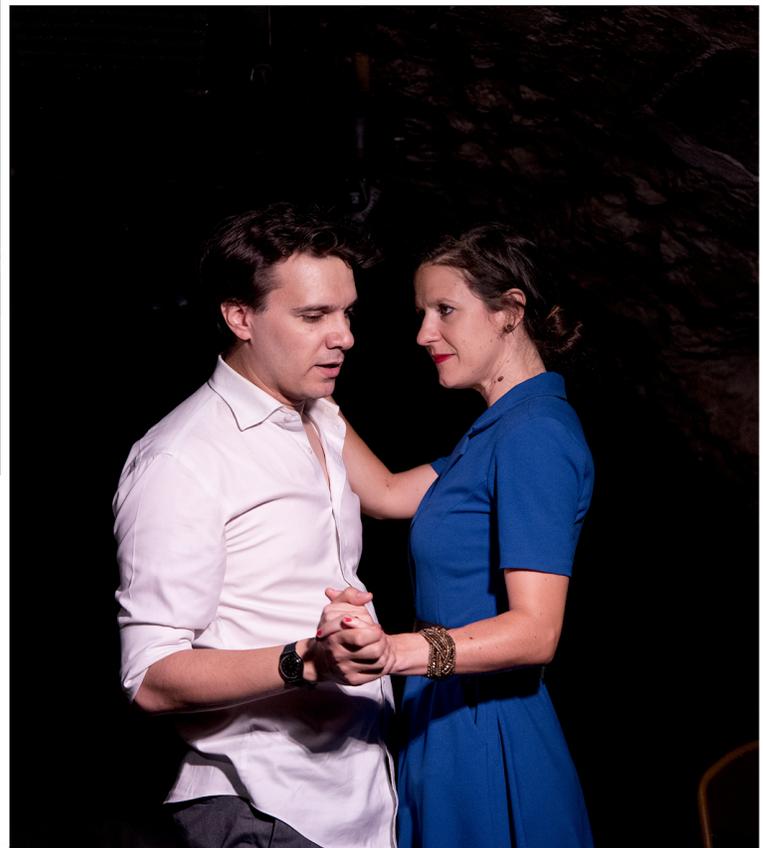
Crédit Photo : Nora Houguenade



Contact Marine Galland : [marine.galland25@gmail.com](mailto:marine.galland25@gmail.com) - 06 15 09 37 48  
Organisme Formation 11755713275, Datadocké



Contact Marine Galland : [marine.galland25@gmail.com](mailto:marine.galland25@gmail.com) - 06 15 09 37 48  
Organisme Formation 11755713275, Datadocké



Contact Marine Galland : [marine.galland25@gmail.com](mailto:marine.galland25@gmail.com) - 06 15 09 37 48  
Organisme Formation 11755713275, Datadocké