

La maison du théâtre

Programme de formation à destination des stagiaires

AUGMENTER LA PRÉSENCE DE SON PERSONNAGE

5 jours soit 30h

Augmenter la présence de son personnage

Travailler le rapport au public et la relation au partenaire

Quand l'acteur est sur le plateau, ce qui compte c'est quand il est face au public. L'acteur est en relation avec lui, et s'il a peur, il se referme. Il ne peut donc plus avoir de contact avec ses partenaires de jeu, avec ce qui se passe sur le plateau, avec le public. Il va falloir pourtant s'ouvrir. Écouter, regarder, sentir, toucher permet une relation à l'autre. Tout l'enjeu sera de trouver cet état qu'Alexandre Del Perugia nomme "dilatation", qui passe par une posture osseuse et un relâchement, pour capter toutes les relations possibles. Comment l'acteur peut communiquer son intérieur et son extérieur à travers les sensations ? La formation vise à développer les compétences des stagiaires en tant que joueur à travers une pédagogie mixte alternant entraînement sensoriel et outils pratiques suivi de sessions interactives de questions et réponses.

Public visé	Artistes professionnel·les du spectacle vivant ou en voie de professionnalisation.	Dates et horaires	Du 1^{er} au 5 décembre 2025 9h30-12h30 / 14h-17h
Pré-requis	Aucun pré-requis nécessaire.	Lieu	La Maison du Théâtre – Le Studio René Lafite
		Capacité d'accueil	20 personnes
		Tarifs	→ Financement professionnel : 1 800 € → Financement individuel : nous contacter.



Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participant-es seront capable de :

- Se préparer sur un plan physique et mental et développer son aptitude à jouer juste en scène.
- Mettre en jeu ses capacités sensorielles et perceptives pour progresser en interprétation et création artistique.
- Créer du lien entre soi et l'extérieur (partenaires de jeu, public).

Description / contenu

La formation vise à développer les compétences des stagiaires en tant que joueurs à travers une pédagogie mixte : descendante le matin et ascendante l'après-midi. Chaque journée est structurée autour d'un entraînement sensoriel et d'outils pratiques le matin, suivi de sessions interactives de questions et réponses l'après-midi.

Structure Quotidienne

- Matin :
 - Entraînement du joueur axé sur :
 - Le sensoriel et les outils du joueur.
 - Le mouvement juste, la présence et l'ouverture.
 - Trouver sa liberté dans la contrainte et dans l'invisible.
- Après-midi :
 - Questions et réponses interactives où chaque stagiaire peut aborder ses problématiques personnelles de jeu. Exemples de questions :
 - Comment être dans l'instant ?
 - Comment se dilater au plan sensoriel pour être en état de perception et d'interprétation ?
 - Comment explorer et dévoiler le monde-en-moi ?
 - Comment distinguer personne, joueur et créature ?
 - Quelle est la différence entre espace et territoire, et leurs implications sur scène ?

- Quelle est la différence entre durée et temps, et leurs implications sur scène ?
- Comment aller au-delà d'une pensée ou d'une création formatées ?
- Comment s'échauffer et être relâché ?
- Comment trouver le Point zéro ?
- Comment se faire bouger et trouver la conduction osseuse ?
- Comment trouver l'intentionnalité du mouvement et être en puissance plutôt qu'en force ?
- Fin de journée :
 - Réflexion et discussion sur l'évaluation des objectifs et des moyens pour y parvenir.
 - Possibilité de propositions de présentation face aux autres joueurs pour intégrer l'apport du travail de la journée et préparer le lendemain.

Journées spécifiques

Jour 1 :

- Présentation de la semaine de stage, des règles de jeu et de la pédagogie.
- Tour de table des stagiaires pour identifier les questionnements de chacun.

Jour 5 :

- Récapitulatif de la semaine.
- Bilans par discussion collective et individuelle.

Méthode pédagogique

Alternance entre une approche pédagogique descendante (top-to-down) le matin et une approche pédagogique mixte ascendante et descendante l'après-midi : « *le processus de formation part de votre situation de jeu et je cherche avec vous à vous faire avancer dans ce travail sur votre création* » (A. Del Perugia)

L'approche pédagogique de cette formation fait également appel au tutorat :

→ Tutorat réflexif : devenir tuteur de soi-même. Je tends progressivement au fil de votre semaine de formation à me rendre "dispensable" (et non : indispensable). La pratique réflexive (apprendre de soi-même et par soi-même) aboutit à ce que l'apprenant finit par se tutorer lui-même afin de devenir autonome.

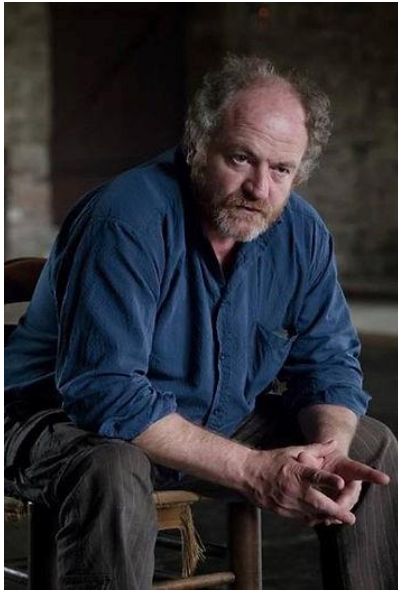
→ Tutorat ludique : on élabore des scénarios de jeu ludiques pour simuler des situations de jeu réelles.

→ Tutorat inclusif : les différences sont une richesse en situation d'apprentissage.

L'apprentissage par l'observation de la différence permet d'avoir d'autres points de vue pour enrichir son joueur.

Moyens pédagogiques et techniques

Biographie complète via ce [lien](#).



Qui va me former ?

Alexandre Del Perugia

Son long parcours dans les métiers du spectacle, qui l'a conduit de l'Opéra de Paris où il a collaboré avec Antoine Vitez à la co-direction artistique et pédagogique du Centre National des Arts du Cirque (C.N.A.C.), en passant par la fondation avec Niels Arestrup du Théâtre-école du Passage, a permis à Alexandre del Perugia d'explorer les lois fondamentales de l'expressivité de l'artiste.

L'expérience d'artiste et de pédagogue d'Alexandre Del Perugia l'a mené à élaborer une théorie et une pédagogie sur la présence de l'artiste en scène dans une thèse de doctorat « La Présence dans l'ailleurs/réflexion sur l'art du jeu » soutenue en 2016, Université Paul Valéry-Montpellier III.

Profondément attaché à la liberté de pensée, il n'est ni un maître socratique, ni un maître ignorant, mais davantage un accompagnant. Ses cours sont des cours de re-création où les artistes de toutes disciplines jouent aux jeux d'Enfant pour retrouver le chemin vers le plaisir et les états de présence.

Support de travail proposé par le-la formateur·rice.

Supports imprimés.

Jouets : balles, cordes, baguettes, ...

Jeux.

Aucun matériel à apporter par les stagiaires

Modalités d'évaluation et de suivi

Suivi

Le prestataire de formation s'engage :

- à faire émarger, par les participant-es et le-la formateur-riche, des feuilles de présence par demi-journée de formation ;
- à remettre à l'entreprise, ou, le cas échéant à l'OPCO dont il dépend, une attestation de présence au prorata du nombre d'heures de formation suivies ;
- à effectuer un bilan collectif de la formation ;
- à remettre aux participant-es, à l'issue de la formation un certificat de réalisation précisant notamment les objectifs et les contenus pédagogiques de la formation.

Évaluation

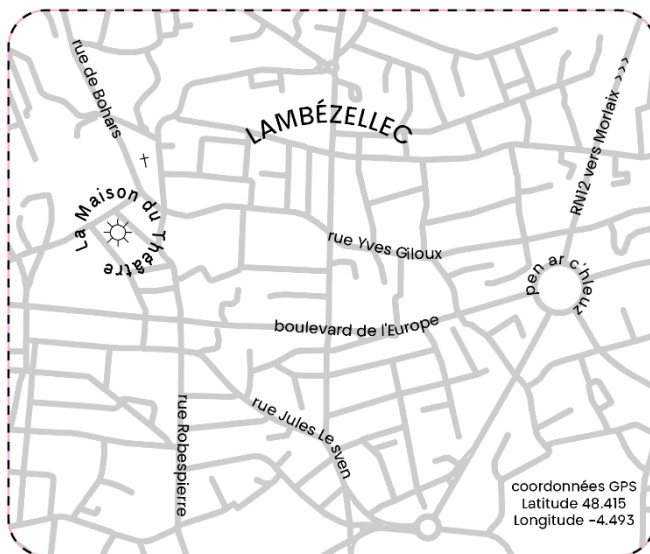
- Retours personnalisés tout au long de la formation ;
- Bilan à chaud.

Délai d'accès à la formation

Formation accessible jusqu'à quatre semaines avant le début de la session et en fonction des places disponibles.

Pour les prises en charge OPCO (ex : AFDAS), se rapprocher de La Maison du Théâtre au moins 2 mois avant le début de la formation.

Venir à La Maison du Théâtre



Depuis Rennes

Au rond-point de Penn ar C'hleuz, 1^{ère} sortie puis 2^{ème} feu à droite, 2^{ème} rue à gauche.

Depuis

Quimper/Nantes (N165)

Après le Pont de l'Iroise, suivre Brest-Nord – Hôpital Cavale Blanche. Au rond-point de Penn ar C'hleuz, 2^{ème} sortie puis 2^{ème} feu à droite, 2^{ème} rue à gauche.

En bus

Lignes 2, 4, 14 : Arrêt Place de Bretagne ou Arrêt Place des FFI.
Ligne D (BHNS) : 16 min de la gare à Lambézellec
(à partir de début 2026)

Accessibilité

La Maison du Théâtre est accessible aux personnes en situation de handicap moteur. Le formateur ou la formatrice sera avisé-e de chaque demande particulière provenant de stagiaires en situation de handicap.