

Les Choses ont leurs Secrets



Stage 2026 Programme pédagogique

Intitulé de la formation : **“Écouter et réagir” / Training de l'acteur·ice**

dirigé par **Sylvain Levitte**

INTERPRÉTATION / VOIX, CORPS ET MOUVEMENT

Public concerné et pré-requis	Comédien·nes, metteur·euses en scène, danseur·euses, musicien·nes, circassien·nes et marionnettistes justifiant de plus d'un an d'expérience professionnelle ou en école de théâtre, désireux·euses d'engager un travail de recherche sur les corps dans l'espace en rapport les uns aux autres.
Effectif maximum	14 stagiaires
Dates	du lundi 6 au vendredi 10 avril 2026 (10h-18h / pause de 13h à 14h)
Durée totale	35 heures - 5 jours
Lieu de formation	Le Plan L - 11 rue Saint Luc - 75018 PARIS
Coût de la formation	Financement OPCO (AFDAS...), France Travail, Adami : 2100 € HT Financement fonds propres : 450 € HT
Modalités et délai d'inscription	Inscription avant le 3 mars en ligne via ce formulaire : cliquez ici Si prise en charge par un OPCO (AFDAS...) : vous devez en faire la demande à votre OPCO un mois avant le démarrage de la formation.
Responsable administratif	Pascaline KROELL, référente Qualité et administrative formation@leschoses.net
Accessibilité	Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Nos intervenant·es savent adapter leurs méthodologies pédagogiques ; merci de contacter notre référente, Sandrine PLUVINET (formation@leschoses.net), afin d'adapter la formation à vos besoins spécifiques.

Objectifs pédagogiques

Besoin professionnel	Ce stage vise à répondre à l'un des besoins fondamentaux de l'acteur·ice d'être pleinement connecté·e à l'instant présent, cet <i>"ici et maintenant"</i> dont les comédiens·es et metteurs·es en scène parlent souvent en salle de répétition. Dans un contexte professionnel où les artistes mènent souvent leurs recherches et entraînements de manière isolée, ce stage propose un cadre de travail collectif, favorisant l'échange et l'expérimentation. Ce stage offre des outils pratiques et un travail physique intense basés sur des exercices d'écoute afin de libérer l'acteur·ice. Le travail se fait en confiance et en écoute des besoins de chacun·e.
Compétence visée	Être capable d'atteindre un état de disponibilité, d'écoute et de détente permettant de réagir à n'importe quel stimulus venant de l'extérieur, afin d'ancrer une présence scénique vivante, ludique et réellement connectée.
Objectifs du stage	• Apprendre à travailler en relation avec l'espace, les partenaires, la voix depuis son propre corps • Acquérir des outils concrets permettant de se sentir en confiance sur scène, développer du ludique dans sa relation à l'autre pour faire naître une grande complicité de jeu • Réagir spontanément aux propositions de ses partenaires et prendre du plaisir à leur écoute (sentiment de joie), • Savoir reconnaître les moments où je suis ouvert et en écoute de mes partenaires et de l'espace • Utiliser sa voix de manière juste et sensible afin de venir toucher directement la sensibilité de ses partenaires et du public • Être capable d'analyser et de poser des mots sur sa pratique afin de s'approprier les outils transmis et développer une approche artistique autonome

Présentation du stage

Sylvain Levitte : « Je propose une semaine intensive de laboratoire, d'exercices, d'exploration et de recherche sur l'écoute, les perceptions de l'acteur·ice en scène, la corporalité, l'imagination, la relation aux partenaires, à l'espace et à la voix adressée comme une flèche.

Il arrive que parfois, sur scène, nous jouions nos « rôles » sans nous apercevoir qu' imperceptiblement, nous n'écoutons plus rien ni personne. Nous ne sommes plus en contact avec ce qui nous entoure : nos partenaires, l'espace, le public. Nous nous sentons seul·es. Nous sommes sur des rails, tout semble se passer merveilleusement bien mais quelque chose est parti. Le doute ? Un certain inconfort ? Nous jouons chaque chose avec la même intonation sans nous rendre compte que tout autour de nous est différent.

Ce stage propose de travailler l'écoute que nous accordons à nos partenaires et à l'espace. S'ouvrir au monde extérieur, se rendre disponible, être étonné par ce qu'il nous apporte de nouveau à chaque instant. Savoir écouter la moindre proposition consciente ou inconsciente de nos partenaires. Réagir sensiblement à ce que nous voyons et développer notre imagination à partir du réel. « Voir implique que ce que je vois aura la liberté d'être différent de ce à quoi je m'attendais » écrit Declan Donnellan dans *L'acteur et la cible*. Il s'agira pour nous d'ouvrir nos sens, être perméables à ce qui nous entoure et découvrir les liens invisibles qui lient les êtres entre eux.

Nous travaillerons le corps et la voix au plateau, à travers des exercices qui m'accompagnent quotidiennement et que j'emprunte à Michael Chekhov, Pina Bausch, Declan Donnellan et Peter Brook entre autres. Il y a quelque chose de caché qui relie les êtres entre eux, et qui fait que les corps s'écoutent, se ressentent, s'appriivoisent à chaque instant. Nous explorerons l'écriture elliptique de Jon Fosse même s'il ne s'agit pas d'un stage consacré principalement à son œuvre. Sentir la moindre respiration de ses partenaires, développer une écoute animale instinctive et primitive constitue, selon moi, la base du travail d'acteur·ice et il me semble primordial d'avoir un espace où travailler sa disponibilité sans jugement et en confiance. »

Au terme de ce stage-laboratoire, les participant-es auront développé une présence scénique connectée, une disponibilité corporelle, une précision des adresses ainsi qu'une écoute sensible et réactive aux partenaires et à l'espace. Leur imagination sera nourrie directement par le réel, et ils-elles auront acquis des outils concrets pour enrichir leur jeu, leur recherche, analyser et poser des mots sur leur pratique, et poursuivre leur démarche artistique de manière autonome et créative.

Processus pédagogique

La première matinée sera un temps d'accueil et de mise en route, dédié à la rencontre entre l'intervenant et les stagiaires, à la présentation du stage, de ses objectifs et de ses enjeux, afin que chacun puisse entrer pleinement dans la formation et s'approprier ce qui sera exploré tout au long de cette semaine intensive.

Le travail se déroulera dans un va-et-vient constant entre théorie et pratique, directement au plateau : pas de travail à la table, mais des corps en mouvement, disponibles et à l'écoute des impulsions extérieures. Le formateur adaptera sa formation aux besoins réels des stagiaires. Le travail est basé sur des exercices pratiques à réaliser seul, à deux ou en groupe.

Les temps de partage, de discussion et de retour font partie intégrante de la pédagogie. Chacun-e sera invité-e à mettre des mots sur ses ressentis, ses sensations et ses expériences de jeu, pour nourrir à la fois son propre parcours et celui du groupe.

Aucune prise de notes ne sera demandée pendant les exercices, afin de rester pleinement présent au travail. En fin de matinée et de journée, les stagiaires auront en revanche la liberté de noter, d'ancrer et de prolonger les apprentissages et explorations vécues ensemble. Un support pédagogique sera adressé à chaque stagiaire à la fin du stage.

Programme détaillé

La formation comportera **différents modules qui s'alterneront successivement tout au long de la semaine en tenant compte des besoins et de l'évolution de chaque stagiaire et du groupe**, ils pourront être modulés en fonction de l'avancée de chacun.

Jour 1 Disponibilité corporelle et éveil des sens	Matin (10h-13h) • Accueil et mise en route, rencontre des stagiaires, du formateur et de l'espace • Jeux / Échauffement corporel individuel et collectif • Travail sur le corps individuel et la présence : qualités de mouvement Après-midi (14h-18h) • Exercices développer ses sens et son ouverture • Exercices d'écoute en groupe • Introduction aux notions de présence et d'attention au plateau
Jour 2 Corps intérieur/corps extérieur et relation aux partenaires	Matin (10h-13h) • Échauffement corporel individuel et collectif • Travail sur les rythmes, la notion de couvercle • Percevoir : première action (geste psychologique) • Mise en lien entre perception intérieure et action extérieure Après-midi (14h-18h) • Travail sur l'espace et les distances • « Voir plutôt que montrer » (lecture) • Exercices à deux, écoute du corps du partenaire "bulles" (intime, privée, publique, fuite)

Jour 3 Relation à l'espace et aux mots	Matin (10h-13h) • Échauffement corporel individuel et collectif • Exercices d'écoute et de réactivité à deux • Développement de la disponibilité relationnelle Après-midi (14h-18h) • Lectures théoriques issues de <i>L'acteur et la cible</i> (Declan Donnellan) • Notion de choix difficiles / Allers-retours entre théorie et pratique • Échauffement corporel et textuel • Découverte et exploration des textes de Jon Fosse • Évaluation formative de mi-parcours
Jour 4 L'adresse	Matin (10h-13h) • Échauffement corporel et textuel • Travail sur la parole adressée • Exploration du lien entre parole, espace et partenaire Après-midi (14h-18h) • Exploration des textes de Jon Fosse • Travail sur l'interruption, l'échec, le silence et l'ouverture • Comment le sens émerge au-delà de la signification des mots
Jour 5 Filage et bilans	Matin (10h-13h) • Échauffement • Reprise et approfondissement des outils abordés • Filage des exercices et des scènes Après-midi (14h-18h) • Derniers exercices d'écoute et d'attention • Temps de retours, d'analyse et de bilan collectif

Formateur, Sylvain LEVITTE

Contact : formation@leschoses.net

Metteur en scène, comédien et pédagogue français, il commence son parcours artistique par les arts du cirque puis intègre la Maîtrise des Hauts de Seine avec laquelle il jouera dans des opéras tels que *La flûte enchantée* (Mozart, Claude Santelli, Alexis Grüss), *La Petite Renarde Rusée* (Leoš Janáček, Julie Brochen, Festival d'Aix-en-Provence), *Carmen* et *Tosca* à l'Opéra Bastille. Il fait ses études au Studio-Théâtre d'Asnières puis au Conservatoire National Supérieur d'Art Dramatique (CNSAD) à Paris de 2009 à 2012, période durant laquelle il participe à un échange international avec l'école de Moscou *Boris Shchukin Theatre Institute*.

En tant qu'acteur, il travaille notamment avec les metteurs en scène Declan Donnellan (*Andromaque* et *Ubu Roi*), Peter Brook et Marie-Hélène Estienne (*Tempest Project*, Shakespeare et *Des milliers de baisers*, Mozart aux Bouffes du Nord), Valère Novarina (*Les Personnages de la pensée*), Jorge Lavelli (*Le Garçon du dernier rang*), Macha Makeïeff (*Trissotin*, Molière et *La Fuite*, Boulgakov), Luc Bondy (*Les fausses confidences* et *Tartuffe*), Jacques Vincey (*La Nuit des Rois*) et Julie Brochen (*Le cadavre vivant*, Tolstoï). Il assiste également Peter Brook pour son spectacle *Why?* en tournée internationale.

Sylvain Levitte crée la compagnie *les choses ont leurs secrets* en 2013 et met en scène un triptyque Shakespeare : *Le Roi Lear*, *La Nuit des Rois* et *Le conte d'hiver*. En 2025, il prépare la mise en scène de *Qu'on leur donne le chaos* de Kae Tempest avec Kathryn Hunter.

Il enseigne dès 2019 dans des écoles parisiennes et normandes. Sa pédagogie prend racine dans son travail d'acteur, de metteur en scène, ses rencontres, il s'inspire notamment de la chorégraphe Jane Gibson avec qui il travaille sur deux spectacles, de Peter Brook, de Declan Donnellan, mais aussi de Pina Bausch, de Michaël Chekhov pour qui le jeu doit se pratiquer et se renouveler constamment grâce à des exercices d'écoute et d'imagination. Son approche met les acteur·ices au cœur des processus de création. Au Studio JLMB, il dirige quatre ateliers : Shakespeare (*Le conte d'hiver* et *Cymbeline*), Tchekov (ses nouvelles et *Oncle Vania*), Kae Tempest (ses pièces et poèmes) et Racine (*Andromaque*), et dernièrement Sarah Kane (ses cinq pièces de théâtre). Il dirige régulièrement des stages d'interprétation à destination de comédien·nes professionnel·les.

Modalités pédagogiques

Moyen pédagogiques	Salle de répétition, système son, supports pédagogiques. Moyens utilisés pour permettre les apprentissages : exercices, lectures dirigées, exercices pratiques, travail au plateau.
Méthode	Démarche : inductive ou déductive Méthodes : affirmative expositive ou active ou co-active
Modalités	Point en amont de la formation avec restitution du besoin du stagiaire. Point en fin de journée de formation, recueil des impressions du stagiaire. Évaluation à chaud en fin de formation, débriefing sur l'écart éventuel, formalisation d'une régulation sur les points soulevés.
Moyens d'encadrement de la formation	La <i>cie les choses</i> s'engage à adapter chaque formation aux besoins réels du stagiaire. La formation est basée sur une pédagogie active, avec des exercices pratiques et personnalisés qui permettent l'ancrage en temps réel. Cette formation s'appuie sur une alternance d'exposés théoriques et pratiques. Support de cours et textes délivrés à chaque participant.

Suivi de la formation	Mise en place d'outils permettant de vérifier la réalité du suivi de la formation par les stagiaires : Document d'évaluation de satisfaction, évaluation des acquis, attestation de présence sur demande, Attestation et/ou Certificat de réalisation.
Modalité d'évaluation	• Évaluation formative : au travers d'un bilan de mi-parcours. • Évaluation sommative : bilan final pour mesurer le degré d'acquisition « à chaud ». • Amélioration continue : 30 jours après la formation, une évaluation « à froid » des acquis. • Le formateur effectuera une évaluation de chaque stagiaire à la fin de la formation, au regard des objectifs pédagogiques énoncés ci-dessus.

Pour aller plus loin

À l'issue de ce stage, les stagiaires pourront approfondir les compétences développées par :

- la poursuite d'un training corporel régulier et l'intégration des acquis dans ses projets artistiques et temps de répétition
- la lecture et l'exploration physique de références complémentaires sur le corps et la présence scénique, notamment :

- ***Être acteur et L'imagination créatrice de l'acteur*** de Michaël Chekhov, pour continuer les exercices physiques permettant de développer sa capacité à être un émetteur-récepteur-amplificateur de tout ce qui se vit sur scène
- ***L'acteur et la cible*** de Declan Donnellan, pour approfondir les notions de “choix difficiles” et continuer de développer sa capacité à être convaincu que tout ce qu'il-elle peut créer vient de ce qu'il-elle voit à l'extérieur
- ***L'espace vide*** de Peter Brook, pour ancrer son travail dans une histoire théâtrale et se rappeler sans cesse que “jouer est un jeu”