

INFORMATION, CONTENU ET ORGANISATION DE LA FORMATION

« À TRAVERS SOI » LE PROCESSUS DE CRÉATION : DE L'INTIME AU JEU

DU 19 JANVIER 06 FÉVRIER 2026

INTERVENANT·E·S :

- **Harry Holtzman** : Metteur en scène, comédien, artiste clown
- **Irène Panizzi** : Danseuse, chorégraphe, comédienne
- **Yacine Perret** : Metteur en scène, comédien, coach certifié

[Leur CV](#)

ORGANISATION DU TEMPS DE TRAVAIL :

09H30 – 11H30: Échauffement et préparation corporelle

11H15 – 12H45: Transmission des fondamentaux et exploration de l'intime par le corps

12H45 – 13H45: Pause

13H45 – 15H45: Transmission des fondamentaux ou mise en pratique des outils lors d'exercices du matin, d'improvisations, d'écritures, en manipulation d'objets et/ou en création de formes hybrides

15h45 – 17h30 : Transmission des fondamentaux ou mise en pratique des outils les 3 premiers jours, puis développement des recherches individuelles

CONTENU :

(Le volume horaire est un ordre de grandeur approximatif)

A) ÉCHAUFFEMENT ET PRÉPARATION CORPORELLE (21 HEURES)

- Préparation corporelle, vocale et respiratoire
- Conscience corporelle et présence scénique : exercices de centrage, d'ancrage et de disponibilité
- Mini-ateliers de mise en mouvement des imaginaires : explorations sensorielles guidées, improvisations à partir d'images mentales
- Approche du mouvement au service de l'exploration de l'intime : travail sur les micro-mouvements, les gestes instinctifs, la gestuelle personnelle

B) EXPLORATION DE L'INTIME PAR LE CORPS ET L'ÉCRITURE ORGANIQUE (28 HEURES)

- Sonder par le corps l'écriture organique : exercices d'écriture automatique à partir de sensations corporelles, transcription immédiate d'états émotionnels
- Les objets comme révélateurs d'histoires personnelles ou points de départ de mensonges qui semblent vrais : travail avec objets personnels apportés par les participants, création de fictions à partir d'objets trouvés
- Improvisations thématiques avec objets et matières : explorations autour des thématiques du quotidien à l'intime
- Travail sur la mémoire corporelle et émotionnelle : réactivation de gestes oubliés, exploration des postures liées aux souvenirs, construction de récits simples
- Passage du vécu personnel à la stylisation artistique : techniques de distanciation, transposition poétique des expériences

C) MANIPULATION D'OBJETS ET DE MATIÈRES ET CRÉATION DE MÉTAPHORES ET DE RÉCITS (28 HEURES)

- Le «musée des objets» personnels comme point de départ créatif : chaque participant constitue sa collection d'objets signifiants
- Les notions d'évocation, d'illustration, et de cohérence d'objets : comment un objet peut suggérer une émotion, un personnage, une situation
- Les notions de métaphore, métonymie, allégorie (Figures de style) : exercices pratiques de transformation symbolique d'objets du quotidien
- Rapports de l'interprète à l'objet : jeu de présence et d'effacement : quand montrer, quand s'effacer, comment partager l'attention avec l'objet
- Détournement poétique des objets du quotidien : transformer une cuillère en personnage, un tissu en paysage, etc.
- La matière comme révélateur de mémoires et d'émotions : explorations tactiles, olfactives, sonores des matériaux ; explorations mimétiques

D) CROISEMENT DES OUTILS ET CRÉATION DE FORMES HYBRIDES (21 HEURES)

- Croiser les outils du théâtre, de la danse et de la manipulation d'objets : création de séquences mêlant texte improvisé, mouvement dansé et manipulation
- Exploration de thématiques vers une forme de théâtre visuel (écriture de plateau) : développement de partitions personnelles mêlant tous les langages
- Création d'écritures dramaturgiques et chorégraphiques personnelles (solos d'auto-fiction) : chaque participant développe une forme courte solo
- Construction de récits sensibles (auto-cours) : création de petites formes en groupe à partir d'une "commande"

E) JOURNAL DE BORD CRÉATIF ET RETOURS (7 HEURES)

- Documentation artistique du processus (écriture, photo, vidéo, fiction) : techniques de captation et d'archivage du processus créatif
- Relater la démarche par un journal de bord : formes variées selon les affinités de chacun
- Retours individuels et collectifs : bilans d'étapes, partages d'expériences
- Perspectives pour la suite du parcours artistique : conseils personnalisés, pistes de développement

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

La méthodologie est fortement inspirée de la démarche de Philippe Genty et de Mary Underwood, la matière de leurs spectacles étant leurs propres rêves et la mise en scène de rêves collectifs à travers une écriture qui allait de la table au plateau et à la confrontation des matières, des objets et des marionnettes. Les fondamentaux sont transmis à travers des échauffements préparatoires et les improvisations. Un travail de composition dramaturgique et chorégraphique accompagne celui de l'écriture incluant mouvement, manipulation et jeu d'acteur.

Cette formation intègre aussi des notions acquises par Harry Holtzman, Irène Panizzi et Yacine Perret, tout au long de leur carrière professionnelle. Notre pédagogie s'oriente vers de véritables laboratoires mettant en avant l'individualité et la créativité de chacun des participants. Notre travail pédagogique est intimement lié à notre recherche et au processus de création.

OBJECTIFS

- Utiliser son vécu personnel comme source de création : puiser dans ses émotions, ses souvenirs, ses expériences pour nourrir le jeu et inventer à partir de soi
- Transformer sa singularité en puissance artistique : en s'appuyant sur l'improvisation, identifier et exploiter ce qui rend son jeu unique pour en faire un levier dans l'incarnation comme dans la création.
- Croiser les outils du théâtre, de la danse et de la manipulation d'objet pour donner forme à une création personnelle : accéder à l'imaginaire par le mouvement et les sensations, utiliser la matière comme déclencheur de mémoires et d'émotions, laisser émerger textes et récits à partir du corps et de l'intuition
- Documenter son processus créatif : tenir un journal de bord artistique (écriture, photo, vidéo, fiction...), pour observer son cheminement, nourrir la création et partager sa démarche.

CRITÈRES D'ÉVALUATION ET D'ÉVOLUTION

L'évaluation des participant·e·s s'effectue tout au long de la formation. Elle vise à accompagner chacun·e dans son évolution artistique, sans hiérarchie ni compétition, mais avec exigence et bienveillance.

1. Implication dans le processus

- Présence active, engagement dans les temps de recherche et d'exploration.

2. Capacité à mobiliser son vécu personnel comme source de création

- Mise en lien entre souvenirs, émotions, expériences et matière artistique.

3. Autonomie dans la recherche artistique

- Capacité à proposer des pistes personnelles lors des explorations et improvisations.

- Capacité à prendre des décisions artistiques propres dans la création de formes.
- Capacité à développer un langage artistique singulier et assumé.

4. Qualité du travail de création individuel et/ou collectif

- Présence scénique, engagement physique et émotionnel dans les présentations.
- Construction de formes expressives, inventives, sensibles, et ancrées dans le vécu.
- Qualité du lien entre le fond (intention, récit) et la forme (esthétique, langage).

5. Capacité de documentation et de réflexion sur sa démarche

- Tenue régulière et personnelle d'un journal de bord artistique.
- Pertinence des réflexions, retours, analyses sur son propre processus.
- Capacité à identifier ses outils, ses blocages, ses ressources.

ATTENTION :

La formation est dispensée en priorité en français. Il est donc préférable que vous compreniez correctement le français.

Cependant les intervenants peuvent dispenser les cours en anglais, espagnol et/ou italien.

Pas de possibilité de prise en charge par le C.P.F.

Formation non diplômante, non qualifiante.

POUR TOUS RENSEIGNEMENTS :

Administratif : Éric de Sarria | 0683827787 | direction@motsdetetecompany.com

Pédagogique : Yacine Perret | 06 74 59 64 77 | yacineperret@gmail.com

Inscription et renseignements : inscriptions@motsdetetecompany.com

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap (si compensation possible en accord avec le lieu d'accueil).