

TECHNIQUE MEISNER

avec Ariane Schrack

PROGRAMME DE FORMATION

SYNGY Formation

12 rue Gossec 75012 Paris - SIRET 9387765800012 - NDA 11757158875 auprès du préfet de région d'Île-de-France

INFORMATIONS

Lieu : Paris

Horaire : 9h30/18h30

Durée : 5 jours / 40h

Modalité : en présentiel

Effectif : 6 à 8 stagiaires

Prochaines sessions

- Du 06 au 10 octobre 2025
- Autres dates à venir

CONTACTS

- Administratif : contact@syngyformation.fr
- Pédagogique : formateur référent

FINANCEMENTS

SYNGY Formation est certifié Qualiopi pour les actions de formation. Cette certification permet aux participants remplissant les conditions requises de bénéficier de financements publics pour leur formation (AFDAS, France Travail, etc.)



FORMATRICE RÉFÉRENTE

Ariane Schrack

Ariane Schrack combine une solide formation en techniques d'acting avec une expérience approfondie en tant que technicienne du cinéma. Depuis 2010, elle accompagne des acteurs et actrices de tous horizons pour les aider à développer un jeu authentique, avec le plus de plaisir possible. Son expertise l'a amenée à collaborer sur de nombreux projets.

Tel : 06 63 78 08 20

Mail : ariane.sch@gmail.com

DETAILS DE LA FORMATION

Profils des stagiaires : Professionnels du spectacle (comédien.ne, chanteur.se, danseur.se, etc.)

Prérequis : Aucun

Date limite d'inscription :

1 mois et 1 jour avant le début de la formation pour les personnes souhaitant un financement AFDAS.
5 jours avant le début de la formation pour les financements personnels.

Accessibilité : La formation peut être accessible aux personnes en situation de handicap, veuillez vous adresser au coordinateur handicap par mail à contact@syngyformation.fr afin qu'il puisse assurer la prise en compte de vos besoins.

A propos de la formation : La technique Meisner est un outil puissant, ludique et accessible, idéal pour affiner votre jeu d'acteur. À travers cette approche, vous développerez une véritable attention, une connexion authentique à vous-même et à votre partenaire, des conditions essentielles pour un jeu sincère et un plaisir accru sur le plateau.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUE

- Prendre conscience de ses blocages
- Être disponible émotionnellement
- Mieux connaître son fonctionnement émotionnel

CONTENU

Jour 1 - Explorer l'attention et l'émotion

- Échauffement corporel en musique pour éveiller l'énergie et le relationnel.
- Exercices pour comprendre l'attention et son impact sur le jeu.
- Premier échauffement émotionnel Meisner.
- Exercices.
- Débriefing en fin de journée.

Jour 2 - Développer l'écoute et la spontanéité

- Échauffement corporel et émotionnel,
- Exercice de la répétition en duo pour affiner l'écoute et la réactivité.
- Pratique prolongée avec un retour collectif sur les évolutions et ajustements.

Jour 3 - Renforcer l'authenticité du jeu

- Échauffement
- Exercices enrichis pour approfondir la sincérité et l'engagement émotionnel.
- Mise en pratique avancée
- Échanges sur les ressentis et progressions.

Jour 4 - Explorer la profondeur émotionnelle

- Échauffement corporel et émotionnel pour favoriser une expression plus libre.
- Exercices pour gagner en nuances et en intensité.
- Débriefing détaillé.

Jour 5 - Intégration et application

- Échauffement
- Mise en pratique finale
- Synthèse des apprentissages et bilan personnalisé.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation des compétences via des mises en situation.
- Feedback individualisé.

MÉTHODES, MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée.
- Apports théoriques et techniques.
- Exercices pratiques et mises en situation.
- Accompagnement personnalisé.

DISPOSITIF DE SUIVI

- Feuilles de présence
- Formulaire d'évaluation de la formation
- Attestation de fin de formation