



MARIE-THEREZ
L O R E N Z

Stimme, Sprache und Ausdruck

Authentische Kommunikation für mehr Erfolg

Im Businessleben geht es um Erfolge, um Eroberungen und Siege. Scharfsinniger Intellekt, kritische Analyse, logisches Denken und Wissen sind dafür wesentliche Voraussetzungen. Man könnte diese Fähigkeiten als Kunst des Verstandes oder symbolisch als **Kunst des Schwertes** bezeichnen. Für einen wahren, dauerhaften Erfolg ist allerdings gleichermaßen die **Kunst der Harfe** von Bedeutung: die Fähigkeit zu kommunizieren und in Beziehung zu treten. Wenn wir diese beherrschen, können wir menschliche Beziehungen aufbauen, Verbindungen herstellen und Gefühle zeigen - und in Folge Menschen begeistern, Kunden überzeugen und Mitarbeiter führen. Anders gesagt: das Schwert auf optimale und nachhaltige Weise einsetzen.

Stimme, Sprache, Körperhaltung und Bewegung sind unsere Harfe, unsere Ausdrucksmittel in der Kommunikation: beruflich und privat, unter vier Augen, vor Publikum oder vor der Kamera. Und diese werden wechselseitig von den langjährigen sowie den momentanen körperlichen und psychischen Verhältnissen beeinflusst. Ich biete daher ein **ganzheitliches Training** an, um Stimme, Sprache und körperlichen Ausdruck zu entwickeln und zu erweitern: für eine **authentische, direkte und souveräne Kommunikation** mit MitarbeiterInnen und Vorgesetzten, KollegInnen und KundInnen, mit uns selbst und unseren Lieben, vor Publikum und vor der Kamera.

Ziele

- Körperliche, stimmliche und sprachliche Präsenz
- Souveränes und überzeugendes Auftreten
- Resonanzreiche, tragfähige Stimme
- Souveräne Stimmführung für eine ausdrucksstarke Sprache
- Artikulatorisch und gedanklich klare Sprache
- Freier, ungehemmter körperlicher Ausdruck
- Positives Körpergefühl und ausbalancierte Spannungsverhältnisse
- Natürlich fließender Atem
- Zugang zu Gefühlen und ihr authentischer Ausdruck
- Abbau von Blockaden

Inhalte

- Entspannungsübungen, Massage
- Wahrnehmungssensibilisierung von Atem, Körper, Bewegung und Raum
- Analyse von Bewegung, Gesten und Körper-Haltung

- Tonustherapie und myofunktionelle Therapie
- Stimm(pflege)- und Gesangsübungen
- Artikulationsübungen
- Arbeit mit Texten (Gedanken pointieren, Haltung einnehmen etc.)
- Stegreifrede und Improvisation
- Vortrags- und Gesprächssimulation, Videotraining
- Elemente aus der tiefenpsychologischen Beratung

Mag. Marie-Therez Lorenz

Im Laufe ihrer langjährigen Auseinandersetzung mit Atem, Körper, Bewegung, Tanz, Stimme, Sprache, Text, Gesang, Schauspiel und Psyche hat Marie-Therez Lorenz viele Methoden und Ansätze kennengelernt und die effizientesten und nachhaltigsten Zugänge zu einem eigenen, ganzheitlichen Trainingsansatz verdichtet. Ihre Tätigkeiten in der Wirtschaft geben ihr den nötigen Einblick in die Erfordernisse der Businesswelt.



Nach abgeschlossenem Jusstudium und einigen Jahren als Unternehmensberaterin bei der Boston Consulting Group (2000-2003) startete Marie-Therez Lorenz eine umfassende schauspielerische Ausbildung in Wien sowie bei diversen internationalen Acting Coaches in Los Angeles, London und Zürich. Stimm-, Gesang-, Tanz- und Pilatetraining nehmen seit jeher einen besonderen Stellenwert ein. Sie war einige Jahre Mitglied der freien Theatergruppe Rosengewitter, die in Wien, Österreich und Deutschland spielte. 2010 bis 2015 verbrachte Marie-Therez Lorenz in Paris, wo sie u.a. an der renommierten internationalen Theaterschule von Jacques Lecoq ihre Ausbildung erweiterte, Erfahrungen als Regieassistentin sammelte und 2014 die Theatercompagnie ILIOS Théâtre gründete.

Seit 2015 lebt sie wieder in Wien: Neben ihrer Regiearbeit und künstlerischen Leitung von ILIOS Théâtre bietet sie Schauspiel-, Physical Theatre- und Stimm-/Sprachtrainings an. Nach einer jahrelangen Ausbildung am *institut für integrale psychologie* (Starnberg, D) ist sie außerdem als tiefenpsychologische Beraterin tätig. Seit 2004 übernimmt sie - sofern in Wien lebend - immer wieder Aufträge als Beraterin und Trainerin in der Wirtschaft und für die WU Executive Academy.

Kontakt

mail@marietherezlorenz.com
+43 / 699 / 1291 1351