

Sehr geehrte Damen und Herren!

Ich erlaube mir, Ihnen hiermit meine langjährige und umfangreiche Erfahrung als Freie Theaterschaffende, Performerin und Regisseurin sowie als akademische psychosoziale Beraterin in Form von Seminaren, Workshops und Einzelarbeit zur Verfügung zu stellen.

## ZU MEINER PERSON

Ich arbeite seit 27 Jahren als freie Theaterschaffende unter dem Namen **Miki Malör**. Begonnen habe ich als Clownin, mit komischen Stücken im Rahmen „Kleinkunst“ und Kabarett. Seit 1995 hat sich meine Arbeit in Richtung Performance und radikales Theater entwickelt.

Ich habe in diesen Jahren über 30 eigene Produktionen realisiert, habe zahlreiche Theater-, Kinder- und Clownstücke, Performances und Kabarettprogramme für Off-Theater-Produktionen mitentwickelt bzw. inszeniert sowie SchauspielerInnen, Clowns, SängerInnen und TänzerInnen gecoacht.

Durch mein Musikstudium (Mag. art. 1981) ist Gesang und Musikimprovisation ein ständiger Bestandteil meiner Unterrichtstätigkeit. Ich habe Erfahrung in den Bereichen Körperarbeit, Persönlichkeitsentwicklung, Entspannungstechniken und Meditation.

Ich war Mitglied der Roten Nasen Clowndoktoren und habe an der Kunstuniversität Linz Performance unterrichtet.

## ZIELGRUPPE

- Menschen, die an Persönlichkeitsentwicklung und Kommunikationsverbesserung interessiert sind
- Darstellende KünstlerInnen (Profis, StudentInnen, Amateure) in den Bereichen Tanz, Theater, Oper, Kabarett, Clowning, Kindertheater, Bildende Kunst, u.a.
- Gruppen und Organisationen, die ihre Performance verbessern wollen (Moderation)
- Vortragende und Führungskräfte (Persönlichkeitscoaching)

## FORMAT

- Einzelunterricht
- Workshops (2–5 Tage)
- Lehrgänge (3–10 Monate)
- Seminare (beliebig)

## THEMEN

- **„Komik“** (Lachen öffnet, verbindet und entspannt)
- **„Wunsch und Wille“** (lustvolles Kommunikationstraining)
- **„Soloperformance“** (von der Idee bis zur Umsetzung, bestens auch für Bildende KünstlerInnen geeignet)
- **„Lampenfieber“** (Selbsterfahrung und Coaching; insb. für Bühnenmenschen und Vortragende)
- **„Das Ding“** (Arbeit mit Objekten, Sets und Tableaux)
- **„Musik“** (Stimme, Atem, Lieder, Instrumente und deren Einsatz; Spezialitäten: Nationalhymnen, Schubert, Clownsgesänge, Liebeslieder)
- **Themenspezifische Seminare:** „Begehren“ (auch und insbesondere im feministischen Kontext)  
„Verschleierung“ (ich bringe 80 „Mode-Chadors“ mit)  
„Nationalhymnen“ (bereisen die Welt musikalisch)  
u.v.a.

In allen Seminaren stehen Authentizität, Offenheit, Spontaneität und Freiheit im Vordergrund. Das Individuelle in Ausdruck und Umsetzung zu erkennen und fördern ist mein Ziel, daher beziehe ich mich nicht auf bestimmte Techniken und Schulen. Spartenübergreifend werden Theaterästhetiken reflektiert und neue Formen der Umsetzung erprobt. Die Gruppe erarbeitet die Theorie unter Anleitung selbstbestimmt. Die praktische Arbeit besteht, gewichtet je nach Thema, aus Übungen/Training, der Förderung der Eigenkreativität und kann in ein Showing münden.

Es ist möglich, die Module zu kombinieren, der Umfang – von Einzelstunden bis zu mehrwöchigen Lehrgängen – ist flexibel; thematische Wünsche und Anregungen sind willkommen.

Anbei finden Sie Entwürfe zu den Modulen „Komik“ (als 6-wöchiger Lehrgang), „Wunsch und Wille“ (als Selbsterfahrungsseminar) und „Verschleierung“ als Gesellschaftsspiel, sowie meinen Lebenslauf.

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte meinen Websites:

[www.maloer.org](http://www.maloer.org)

[www.satzke.at](http://www.satzke.at)

Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme.

Mit herzlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Miki Malör'.

Michaela Satzke / Miki Malör

# SEMINAR „KOMIK“

Dieser Lehrgangsentwurf ist für 6 Wochen (bei 20 Wochenstunden) konzipiert.

## ZIELGRUPPE

- Menschen die an Persönlichkeitsentwicklung und Kommunikationsverbesserung interessiert sind
- Darstellende KünstlerInnen (Profis, StudentInnen, Amateure) in den Bereichen Tanz, Theater, Oper, Kabarett, Clowning, Kindertheater, Bildende Kunst, u.a.
- Gruppen und Organisationen, die ihre Performance verbessern wollen (Moderation)
- Vortragende und Führungskräfte (Persönlichkeitscoaching)

## INHALT

Eine Entdeckungsreise zu den eigenen Humorressourcen.

Ob bei Vorträgen oder in der Darstellenden Kunst – Komik ist ein wichtiges Kommunikationsmittel.

1. Menschen lachen gern.
2. Komik erzeugt Sympathie und Empathie.
3. Lachen lockert und bringt somit Bewegung und Entspannung in Körper und Geist.
4. Lachen führt zu neuen Erkenntnissen.
5. Elemente der Komik machen jede Vorführung zu einem vergnüglichen Ereignis.

Wie entsteht Komik? Welche Arten des komischen Konflikts gibt es? Mit welchen dramaturgischen Techniken bringe ich die Zuschauer zum Lachen? Welche Hilfsmittel (Requisiten, Kostüm, ...) generieren Komik? Was ist charakteristisch für den Clown, den Narren, den Komödianten, den Rebellen, und wie kann ich diese Eigenschaften nutzen?

## METHODIK

### DENKEN

- Beispiele, Hintergrundwissen
- Tabus, Moral
- Mitlachen / Auslachen
- Hinterfragen von alltäglichen Wahrnehmungs- und Handlungsmustern
- Autorität / Gefälle
- Nähe / Distanz – zu sich, zum Geschehen
- Reflektion sozialer und menschlicher Bedingungen

### FÜHLEN

- Körperübungen zur Durchlässigkeit und Entspanntheit.
- Achtsamkeit, Wachheit für den Augenblick, Spontaneität und Kreativität
- Authentizität – bringt Kern zum Vorschein, gegen die Maske des Ernstes
- Sensibilisierung – Gefühle – direkte Emotionalität
- Leidenschaft, Mut, Herzenswärme, Unschuld, Freude, Spontaneität
- Lachübungen

## TUN

- persönliche Qualitäten und Eigenheiten entdecken und entwickeln
- clowneskes Spiel
- Improvisation
- Missgeschicke des Alltags erforschen
- Unerwartetes, Unlogisches, Überraschendes, Unsinniges, Unpassendes, Unperfektes
- Scheitern
- Chaos/Ordnung
- Timing und Rhythmus als Techniken der Komik
- Verkürzung, Übertreibung, unangemessene Reaktion usw
- Hilfsmittel der Komik: Kostüm, Maske, Stimme, Haltung, uvm.
- Arbeit an einer konkreten Darbietung

## ELEMENTE

- Ganz blöd sein  
Entspannungsübungen, Tabugrenzen
- die komische Person  
der traurige Clown, der lustige Clown, der Narr die Suche nach der eigenen Dummheit
- das komische Gesicht  
Pokerface und Grimassen, Masken und Nasen
- das komische Kostüm
- der komische Körper  
Haltungen, Deformationen, Tierkörper, ...
- das komische Requisit  
welche Dinge können mit uns „tanzen“, welche geben uns Widerstand
- die komische Situation  
Gefälle: Ernst, Autorität
- die komische Stimme  
Gremelot, Laute, Sprache
- das komische Lied
- der komische Dialog
- die komische Szene

# **SELBSTERFAHRUNGSWORKSHOP „WUNSCH UND WILLE“**

**Wünschen ist subversiv.  
Wünschen ist radikal.  
Wünschen macht autonom.  
Wünschen macht Spass!**

Trainiert werden Assoziations-, Kommunikations- und Improvisationsfähigkeit, Selbstwahrnehmung, Sensibilität, Authentizität und Sprache.

## **ZIELGRUPPE**

Menschen, die

- ihre Kommunikationsfähigkeit ausbauen und ihre Ausdrucksmöglichkeiten erweitern wollen
- sich besser kennenlernen wollen
- lustvoll ihre Grenzen ausloten wollen
- Körpersprache im Dialog erproben wollen
- freier und mutiger sein wollen
- nach neuen Möglichkeiten und Wegen suchen
- gern spielen

und für

- PädagogInnen, Coaches, TrainerInnen, SeminarleiterInnen, RegisseurInnen u.a. (gute und jederzeit anwendbare Übung in der Improvisations-Praxis)
- Clowns im Krankenhaus

## **INHALT**

Im Zentrum des Lebens steht das Begehren. Es hält uns in Bewegung. Das Unbewusste produziert unaufhörlich Wünsche. Das unzensurierte Zulassen und Ausdrücken dieser Wünsche befreit und befriedigt, fördert Fantasie und Kreativität und schafft höchste Lebendigkeit. Es stärkt das Selbst. Es ist frech. ES MACHT SPASS.

Wir trainieren, unsere Wünsche frei fließen zu lassen.

In einem grossen Wunschbuch können Wünsche aufgeschrieben werden, dieses Buch kann weiter und weiter geführt werden (Ich habe bereits 2 Bücher mit weit über 6000 Wünschen).

## **DAUER**

1 bis 5 Tage.

# THEMENSEMINAR „VERSCHLEIERUNG“ ein Gesellschaftsspiel

Was wird verdeckt, wenn wir uns zeigen?  
Was wird sichtbar, wenn wir uns verhüllen?

## ZIELGRUPPE

- Personen, die zu den Themen Verhüllung, Überwachung, Intimität in Theorie wie Praxis Erfahrung sammeln wollen.
- **Unsere Schleier werden von Frauen UND von Männern getragen!**
- **Unsere Verhüllung steht in keinem religiösen Kontext!**

## FORMAT

- als Seminar
- als Kunstaktion – im geschützten / im öffentlichen Raum
- als Selbsterfahrung – im geschützten / im öffentlichen Raum
- als Party

## INHALT

- Information und Diskussion zum Thema
- Selbsterfahrung unter dem Schleier, im Privaten wie in der Öffentlichkeit (80 Ganzkörperschleier vorhanden)

## INPUT

- Personen **beiderlei** Geschlechts, die nicht dem islamischen Kulturkreis angehören, bewegen sich verschleiert im öffentlichen Raum.
- Das Recht auf Intimität in der Öffentlichkeit.
- Nicht interagieren müssen mit allen Angeboten der Umwelt.
- Es ist notwendig, eine Kultur der Verweigerung zu fördern.
- FREE INTIMACY!
- Wir schaffen Ihnen einen hochkomprimierten Raum von geringsten Ausmassen, in dem Sie ungesehen sein können. Mit dem Sie Ihre Authentizität wiedergewinnen können.
- Den Schleier. Raum im Raum.
- Privat. Anonym. Inkognito.
- Schleier als Chance.
- Sein ohne Schein.
- Gegen die Ausbeutung der unbewussten Botschaften.
- Ihr Gesicht gehört Ihnen!
- VEILING. Eine Antimode.
- Wir schliessen uns an eine weltweite Bewegung an.
- Der Versöhnung zwischen Intimität und Öffentlichkeit.
- Du kannst switchen zwischen absoluter Anonymität und offensiver Flirtbereitschaft.
- Du wirst tanzen wie noch nie zuvor! Ohne Einschränkungen für Geschlecht, Einkommen, Gesundheit oder Alter.

[www.maloer.org/verschleierung.htm.de](http://www.maloer.org/verschleierung.htm.de)  
<http://veiling.maloer.org/>

## Mag.<sup>a</sup> Michaela Satzke

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin

Performancekünstlerin, Regisseurin,  
Freie Theaterschaffende

Neubaugasse 36/11  
1070 Wien  
T +43 (0)650 571 3676  
E [michaela@satzke.at](mailto:michaela@satzke.at)  
[www.satzke.at](http://www.satzke.at)  
[www.maloer.org](http://www.maloer.org)



Persönlichkeitsentwicklung, Problemlösung, Begleitung von Menschen in Phasen der Veränderung.

Körperarbeit und Entspannungstechniken, Meditation, kreative Seminare  
Workshops, Trainings, Moderation, Lectures, Coaching

### VITA

Ich wurde 1957 in Wien geboren.

Nach meiner Ausbildung zur Pianistin an der Musikhochschule Wien (Mag. art. 1981) habe ich nach einigen Jahren Unterrichtstätigkeit als Musikerin und Clownin erstmals Theaterluft geschnuppert.

Ich war 27 Jahre als freie Theaterschaffende, Regisseurin und Performancekünstlerin unter dem Namen **Miki Malör** tätig. Es wurde Zeit für Veränderung.

Zu meinem ursprünglichen Namen **Michaela Satzke** zurückgekehrt, biete ich nun meine Erfahrung und Kompetenz als **akademische psychosoziale Beraterin** an (Diplomlehrgang Psychosoziale Beratung / Lebens- und Sozialberatung / Counseling an der ARGE Bildungsmanagement Wien), mit der Zusatzqualifikation zur Ehe- und Familienberaterin. Die methodische Grundlage der Ausbildung bildet der systemisch-lösungsorientierte Ansatz.

Meine Leidenschaft an der Arbeit mit Menschen und ihrem Potential verbindet diese beiden Bereiche. Das Individuelle zum Ausdruck bringen, das Eigene erforschen und stärken und den persönlichen Handlungspielraum erweitern bilden das Zentrum meiner Arbeit, ob in der Beratung oder in meinen Seminaren.

Ich habe zahlreiche Seminare und Workshops gehalten, vom schulischen Kontext bis zum Coaching für Führungskräfte (SAP).

Zusätzlich biete ich meine Kompetenz in Entspannungstechniken, Achtsamkeitsübungen sowie tantrischer Körperarbeit an.

Die letzten Jahre war ich zusätzlich als Demenzbetreuerin, Behindertenbegleiterin, Mentorin für afghanische Jugendliche und Coach für Migrantinnen tätig.

Eine meiner Spezialitäten ist die Burnout-Prävention, sowie die Work-Life-Balance. Motivation, Selbstmanagement und Entspannung (Achtsamkeitstraining) sind wichtige Bausteine dafür.

Ich bin ausserdem Tauchlehrerin (PADI-Instructor 1995) und Höhlentaucherin (NACD Full Cave 1997).

Ich war Mitglied der Roten Nasen Clowndoktoren und habe an der Kunstuniversität Linz Performance unterrichtet.

Ich praktiziere regelmässig Zazen.