

Ganzheitliche Wege der Persönlichkeitsentwicklung

Meditation - Psychosynthese - Energetik

Christine Porstner-Engelberger

Mag^a. Marie-Christine Porstner

Seminarkalender Herbst 2021 / Winter 2022



6 Vormittage
für Frauen
jeweils **Do.**
23.09., 21.10.,
18.11., 16.12. 2021,
13.01. & 27.01. 2022

**Die Weisheit meines Körpers (be-)achten
Achtsamkeit, Entspannung und Qi Gong für Frauen**

Wir wollen die individuellen Botschaften unseres Körpers noch besser verstehen lernen. Die harmonisierende Wirkung von Meditation, Entspannung, ausgewählten Qi Gong - Übungen und Austausch unterstützen uns dabei, unsere Vitalität und Lebensqualität zu steigern.

Leitung: **Mag.^a Marie-Christine Porstner**

Ort: BZ Floridsdorf,
21, Zaunscherbg. 4
Zeit: jeweils **Donnerstag**
von 9:00 - 11:00 Uhr
Kosten: € 85,-
Info & 0664/ 475 44 06
Anmeldung: 01/ 515 52 5108



Morgen-
gruppe
für Frauen
wöchentlich
12 Termine
ab **Di.** 05.10. 2021

Auftanken am Dienstag - Morgen mit Qi Gong

Einfache Energie- und Atemübungen in sanften Bewegungen (Qi Gong) ermöglichen uns, den eigenen Energiefluss bewusst wahrzunehmen, zu stärken und dessen Heilkraft, unterstützt durch das gemeinsame Üben in der Gruppe, mit in unseren Alltag zu nehmen.

Leitung: **Mag.^a Marie-Christine Porstner**

Ort: Zentrum im Werd
1020, Im Werd 6
Zeit: jeweils **Dienstag**
von 7:30 - 8:30 Uhr
Kosten: € 14,- pro Morgen
€ 120,- 10er Block
Info &
Anmeldung: 0664/475 44 06



4 Einheiten
berufsbegleitendes
Praxiscoaching

jew. **Mi.** 13.10., 10.11.,
15.12. 2021 & 12.1. 2022

Achtsam und voll Freude kompetent sein

für Menschen, die professionell mit Menschen arbeiten wie z.B. PädagogInnen, BeraterInnen, PersonalmanagerInnen, AnwältInnen etc. ... Die Qualität der Kleingruppe schafft Raum für systemisch orientierte Fallbesprechungen und die Entwicklung neuer Handlungsansätze. Gezieltes Üben verschiedener Formen der Meditation erweitert die Zugänge zu unseren Ressourcen und hebt unsere beruflichen Kompetenzen mit persönlicher Präsenz und Freude.

Leitung: **Mag.^a Marie-Christine Porstner**

Ort: Praxis Porstner
1020, Schmelzg. 10/26
Zeit: jew. **Mittwoch**
18:00 - ca. 21:00 Uhr
Kosten: € 260,- (€ 238,-*)
Info & Anmelddg.: 0664/ 475 44 06
*) Frühzahlerbonus bis 10. 9. 2021



2 Abende **Meditation**
jeweils. **Donnerstag**
14.10. & 02.12.2021

Kraft schöpfen aus inneren Quellen

Eine Gruppe für Menschen, die vertraut sind mit den Grundlagen der Meditationspraxis. Die Abende lassen aussteigen aus dem Alltagsgeschehen, um im Krafftfeld der Gruppe zu entschleunigen, zu sich und zur Ruhe zu kommen.

Leitung: **Christine Porstner-Engelberger**

Ort: Praxis Porstner
1020, Schmelzg. 10/26
Zeit: jeweils **Donnerstag**
17:00 - ca. 19:30 Uhr
Kosten: € 155,-
(5 Abende siehe 2022)
Geschlossene Gruppe



Tagesseminar
**Systemische
Aufstellungen
& homöopathische
Begleitung**

Fr., 22.10. 2021 bis
So., 24.10. 2021

Es braucht das Hinschauen, um loslassen zu können

Manchmal tauchen persönliche, familiäre oder auch berufliche Themen in stets neuen Konstellationen auf und wiederholen sich oftmals auch über Generationen hinweg. Das Aufstellen von Herkunfts- und Gegenwartssystemen ist eine sehr hilfreiche und zugleich eindrucksvolle Methode, um bis jetzt verborgene Dynamiken und unerkannte Zusammenhänge sichtbar zu machen.

Leitung: **Mag.^a Marie-Christine Porstner** und **Dr.ⁱⁿ Sonja Meron**

Ort: Zentrum im Werd
1020, Im Werd 6
Zeit: Fr., 09:00 bis
Sa., 20:00 Uhr
Kosten: € 320,- Aufsteller/in
€ 70,- Repräsentant/in
Info &
Anmeldung: 0664/475 44 06 &
Dr.ⁱⁿ S. Meron: 0699/12 70 86 44



3 Abende
jeweils **Di.** 11.01., 18.01.
& 25.01. 2022

2022 bewusst beginnen und gestalten

An diesen drei Abenden wird Zeit und Raum sein für die Idee, den Wunsch, das Anliegen, das jeder/jedem persönlich am Herzen liegt und gleichsam „anklopft“, um verwirklicht zu werden. Die Bündelung der konstruktiven, schöpferischen Kräfte in uns leitet den Prozess der Verwirklichung ein. **Arbeitsweisen:** Psychosynthese, meditative Elemente, kreative Visualisierung

Leitung: **Christine Porstner-Engelberger**

Ort: Praxis Porstner
1020, Schmelzg. 10/26
Zeit: jeweils **Dienstag**
18:00 - ca. 20:00 Uhr
Kosten: € 125,-
Info &
Anmeldung: 0664/440 86 58
Anmeldeschluss: Fr., 07.01. 2021

Praxis Porstner © Schmelzgasse 10/26 © 1020 Wien mobil 0664/440 86 58 & 0664/475 44 06

www.ganzheitliche-wege.at oder spezielle Detailinformation anfordern
christine.porstner@ganzheitliche-wege.at machris.porstner@ganzheitliche-wege.at



3 Abende **Meditation**
jeweils. **Donnerstag**
10.02., 07.04. &
09.06. 2022

Kraft schöpfen aus inneren Quellen

Eine Gruppe für Menschen, die vertraut sind mit den Grundlagen der Meditationspraxis. Die Abende lassen aussteigen aus dem Alltagsgeschehen, um im Kraffeld der Gruppe zu entschleunigen, zu sich und zur Ruhe zu kommen.

Leitung: **Christine Porstner-Engelberger**

Ort: Praxis Porstner
1020, Schmelzg. 10/26
Zeit: jeweils **Donnerstag**
17:00 - ca. 19:30 Uhr
Info: Geschlossene Veranstaltung



Wochenende zur
Ressourcenstärkung
Fr. 04.03. - So. 06.03.
2022

Verstrickungen lösen – Verbindung spüren

Manche Situation scheint sich zu wiederholen: ein körperliches Symptom, wiederkehrende Gefühle unverstanden oder gestresst zu sein ... Wir wollen die Möglichkeit, aus dieser Wiederholungsspirale auszusteigen, erforschen. Hintergründe werden sichtbar, die in zurückliegenden Ereignissen verstrickt sind. Die Erfahrungsfäden behutsam zu ordnen schafft Verbindung mit sich selbst, anderen und den Generationen vor uns.

Leitung: **Mag.ª Marie-Christine Porstner**

Ort: Zentrum im Werd
1020, Im Werd 6
Zeit: Fr. 18:00 bis
So. ca. 16:00 Uhr
Kosten: € 298,- (€ 270,-)
Info & Anmeldung: 0664/475 44 06
*)Frühzahlerbonus bis Mo., 10. 01. 2022



3 Abende
jeweils **Di.** 15.03, 22.03.
& 29.03. 2022

Im Dialog mit meinem „Inneren Kind“

Die bewusste Kontaktaufnahme mit dem „Inneren Kind“ ermöglicht die Wiederbelebung und Integration verloren gegangener Anteile unserer selbst.
Arbeitsweisen: Psychosynthese, Übung des inneren Dialogs, meditative Elemente, kreative Medien, Rollenspiel, ...

Leitung: **Christine Porstner-Engelberger**

Ort: Praxis Porstner
1020, Schmelzg. 10/26
Zeit: jeweils **Dienstag**
18:00 - ca. 20:00 Uhr
Kosten: € 125,-
Info & Anmeldung: 0664/440 86 58
Anmeldeschluss: Di., 08.03. 2022

WE-Seminar
**Systemische
Aufstellungen
& homöopathische
Begleitung**



Fr. 29.04. und
Sa. 30.04. 2022

Es braucht das Hinschauen, um loslassen zu können

Manchesmal tauchen persönliche, familiäre oder auch berufliche Themen in stets neuen Konstellationen auf und wiederholen sich oftmals auch über Generationen hinweg. Das Aufstellen von Herkunfts- und Gegenwartssystemen ist eine sehr hilfreiche und zugleich eindrucksvolle Methode, um bis jetzt verborgene Dynamiken und unerkannte Zusammenhänge sichtbar zu machen.

Leitung: **Mag.ª Marie-Christine Porstner** und **Dr.ª Sonja Meron**

Ort: Zentrum im Werd
1020, Im Werd 6
Zeit: 09:00 – ca. 20:00 Uhr
Kosten: € 320,- Aufsteller/in
€ 70,- Repräsentant/in
Info & Anmeldung: 0664/475 44 06 &
Dr.ª S. Meron: 0699/12 70 86 44



Sommer-
Woche für
Frauen

in Schattendorf/Bgld.
Mo. 18.7. - **Fr.** 22.7. 2022

Voll Vertrauen einfach sein!

Ressourcenarbeit mit inneren kindlichen und erwachsenen Anteilen

Wir wollen den „Inneren Kindern“ und „Inneren Erwachsenen“ Raum und Zeit geben, sich zeigen zu dürfen. In der Geborgenheit der Gruppe können wir anerkennend auf sie schauen, ihre Dynamik noch besser verstehen und ihre Ressourcen mehr und mehr wertschätzen. Das Vertrauen in die Welt und ins Leben kann wachsen.

Leitung: **Mag.ª Marie-Christine Porstner**

Ort: Seminarzentrum
Mae Terra/Bgld.
Zeit: Mo. 16:00 bis
Fr. 16:00 Uhr
Kosten: € 545,- (€ 498,-*)
exkl. Aufenthaltskosten
Info & Anmeldung: 0664/475 44 06
*)Frühzahlerbonus bis Fr., 25. 03. 2022



**Christine
Porstner - Engelberger**

Lebens- und Sozialberaterin, Psychosynthese-Therapeutin, Trainerin für ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung, Bewusstseinsarbeit und Selbstkompetenz, Meditations-, Atem- und Entspannungspädagogin.

Seminare und Einzelbegleitung: Psychosoziale Beratung, Coaching und Supervision in eigener Praxis.



Einzelstunden
nach Vereinbarung
Praxis Porstner
mobil 0664/440 86 58



**Mag.ª Marie-Christine
Porstner**

Psychologin, Energetikerin, Coach. Ausbildung in psychosozialer Beratung und somatischer Traumatherapie. Fortbildung in weiteren Ansätzen der Traumaarbeit, systemischer Aufstellungsarbeit, analytischer, humanistischer und körperorientierter Psychologie sowie in verschiedenen Formen meditativer Körper- und Energiearbeit.

Teamcoach und Referentin in den Bereichen Teamentwicklung, Krisen- und Stressmanagement, Gesprächsführung und authentisches Führen.
Einzel- und Gruppenarbeit in freier Praxis.



Einzelstunden
nach Vereinbarung
Praxis Porstner
mobil 0664/475 44 06

