



LEBENSGLÜCK

PRISKA PFÖSTL - COACHING - SEMINARE

NEU  
ONLINE  
Coachings &  
Seminare



FÜR GANZHEITLICHES WOHLBEFINDEN &  
PERSÖNLICHES WACHSTUM

Niemand hat die Macht,  
Dich glücklich zu machen,  
nur Du selbst.

Robert Betz



# HERZLICH WILLKOMMEN, NIMM DIR ZEIT FÜR DEIN LEBENSGLÜCK ...

Das Glück fällt nicht einfach vom Himmel, wir selbst haben die Aufgabe, gut für uns zu sorgen, uns selbst und das Leben verstehen und lieben zu lernen, ja...das Leben mit seinem Auf und Ab vertrauensvoll zu leben.

Mit LEBENSGLÜCK habe ich es mir zur Aufgabe gemacht, einen Platz zu schaffen, wo Menschen sich treffen und inspiriert werden, Freude, Klarheit und Heilung für Körper, Geist und Seele zu erfahren. Sich seiner selbst, der Lebensumstände, Gesundheit oder Krankheit bewusst zu werden, Neues zu erfahren und Mut zu haben, Altes loszulassen, zu transformieren und die eigene Liebesfähigkeit zu stärken.

Die Einzel-Coachings und Seminare finden in der LEBENSGLÜCK-Praxis im Schenna Resort – „Quelle des Lichts“ – in Schenna statt. In den schönen, lichtdurchfluteten, harmonischen Seminarräumen Luis und Rosa, benannt nach meinen Eltern.

Lass Dich inspirieren vom vielfältigen Programm.

Ich freue mich auf Deinen Besuch!

Herzlichst, Priska Pförtl



# ÜBER MICH, PRISKA PFÖSTL

Als Bewusstseins- & Transformations Coach und als Seminarleiterin arbeite ich seit 2009 Jahren in meiner eigenen Praxis in Schenna. Meine bisherige Lebensgeschichte ist geprägt von einigen Höhen und Tiefen, die mich zu der Person gemacht haben, die ich heute bin.

Mit Begeisterung, Passion und fundiertem Wissen aus meiner eigenen Lebenserfahrung und dem Wissen aus meinen zahlreichen Ausbildungen sowie Erfahrung aus über 1.000 Einzelsitzungen, unterstütze ich heute Menschen auf ihrem Weg, ob privat oder beruflich. Auf dem Weg hin zu mehr Bewusstsein, Klarheit, Erfolg, Freude und Erfüllung.

## Die Werkzeuge, mit denen ich arbeite:

- Elemente und Rückführungstechniken der Transformationstherapie nach Robert Betz®, mit ihrem unglaublich wirkungsvollen Weg zur Klärung von Lebensthemen
- Verschiedene Möglichkeiten der systemischen Aufstellung zur Sichtbarmachung, Klärung und Auflösung
- Energetische Heilmethoden und Ritualarbeit
- Zudem hilft mir mein mediales Wissen, Menschen auf ihrem Weg hin zu sich selbst zu begleiten.

## Meine Stärken

Einfühlungsvermögen, meine sensitive Gabe und die Begeisterung, Menschen herzofen hin zu ihrem Erfolg und ihrem LEBENSGLÜCK zu begleiten. Menschen neugierig zu machen und sie zu aktivieren, selbst Schöpfer ihres Lebens und Glückes zu werden.

## Dein Nutzen

Du erhältst in kurzer Zeit einen ganzheitlichen Blick über die Zusammenhänge Deiner Lebensfragen und Lösungsmöglichkeiten. Du wirst Energie freisetzen können, wo sie noch nicht fließt und lieben, wo die Liebe noch fehlt. Dein Leben erhält einen nachhaltig positiven Lebenswandel.



# INHALTSVERZEICHNIS



06 / Individuelles Einzelcoaching

08 / Intensiv-Coaching-Paket

10 / Urlaubs-Coaching

12 / Individuelle Seminare

14 / Transformations- und Bewusstseinstage

16 / Systemische Einzelberatung

17 / Systemische Aufstellung

18 / LEBENSGLÜCK Impulse

19 / Weitere Seminare

# EINZELCOACHING

## **ONLINE oder persönlich in meiner Praxis**

Das Einzelcoaching ist eine wertvolle Möglichkeit, Dich selbst noch besser zu erkennen, Deinem Umfeld und Deinen Themen, ob privater oder beruflicher Natur, auf den Grund zu gehen.

## **Für wen**

Für Menschen, die sich mehr Orientierung und Klarheit wünschen oder unter einem Lebensthema leiden, z.B. an Gefühlen wie Angst, Trauer, Wut etc., an mangelndem Selbstwert, körperlichen Problemen, bei Schwierigkeiten in Partnerschaft, mit Kindern, Geschwister oder Menschen im beruflichen Kontext.

## **Infos und Anmeldung:**

[www.lebensglueck.it](http://www.lebensglueck.it)



# EINZELCOACHING

## Wie

- Entspanntes Gespräch zum Erkennen und um in die Tiefe zu gehen
- Meditative Rückführung in die Kindheit und/oder zu belastenden, ungelösten Situationen.
- Die Wurzel Deiner Probleme, Ängste, Druck, Stressauslöser und alte Glaubenssätze finden und gemeinsam verwandeln und auflösen.
- Oder: Systemische Aufstellung auf dem Reiskbrett oder mit Bodenankern, zum raschen Erkennen und Lösen von blockierten Themen/Energien.
- Du wirst Dir Deiner Lebensumstände bewusster, wirst lernen, Dir selbst mitfühlender und verständnisvoller zu begegnen und ein neues Selbstwertgefühl zu entwickeln.
- Zudem erhältst Du Tipps zum Nacharbeiten.

## Was es braucht

Bereits aus der ersten Sitzung wirst Du viele Erkenntnisse gewinnen und erste Veränderungen wahrnehmen. Je nach Anliegen ist es sinnvoll und notwendig, Dir selbst mehr Zeit und Coachings zu schenken. Oft werden Verhaltensweisen und Lebensmuster schon ein Leben lang manifestiert, was mehr als eine einzelne Sitzung brauchen kann, um sich dauerhaft zu lösen.



### Einzelcoaching

Dauer: 90 Minuten

### Intensiv Coaching

Dauer: 4 Std.

## KLIENTENSTIMMEN

**Martin aus Schlanders:** Danke Priska, Du hast mir in der dunkelsten Zeit meines Lebens sehr geholfen.

**Sabine aus München:** Vielen Dank für die tolle Sitzung. Sie hat mir sehr weitergeholfen. Ich fühle mich freier, fröhlicher und wieder mehr im Leben angekommen. Deine Tipps waren sehr hilfreich und ich hab' das Gefühl, wieder an meine Freude und Genuss zu kommen. Danke.

# INTENSIV-COACHING-PAKET

## 4 Monate / ONLINE oder persönlich in meiner Praxis

Termine nach Absprache

### Was

Wenn Du eine nachhaltig positive Lebensveränderung haben möchtest, dann ist dieses Intensiv-Coaching-Paket genau das richtige für Dich. Es ist für die gedacht, die sich Gutes tun möchten. Hier lernst Du, alte Muster loszulassen, inneren Frieden zu finden und zu beginnen, mehr und mehr Dein Potential zu leben. Familiäre Verstrickungen werden Tore zur Freiheit, Dein Herz wird zum Navigator Deines Lebens.

### Für wen

Du wählst das Themenfeld aus, das Du lösen, verändern oder wandeln möchtest, z.B. Selbstliebe, Beziehung, Gesundheit, Geld, Lebensorientierung, Zufriedenheit.



## Wie

Das Intensiv-Coaching-Paket beinhaltet:

- Auftragsklärung über einen Fragebogen und Vorgespräch
- 4 individuell auf Dich abgestimmte Coachings mit jeweils 90 Min.
- Die Coachings finden idealerweise im Abstand von ca. 4 Wochen statt, um den tiefgreifenden Prozessen des Coachings Raum zur Wirkung zu geben.
- Meine persönliche Vor- und Nachbereitung auf jeden Termin mit Dir
- Wöchentlich erhältst Du schriftlich eine individuelle Übung, Meditation oder wertvolle Impulse passend zu Deinem Thema.
- 1 Abschluss Coaching zu 50 Min.

**Mehr Information und Anmeldung:** [www.lebensglueck.it](http://www.lebensglueck.it)



# URLAUBS-COACHING

**Ort:** Schenna, LEBENSGLÜCK Praxis im Schenna Resort - "Quelle des Lichts"

**Termin:** Nach Absprache

## Was

Den Urlaub als Energiezeit nutzen, neue Orientierung und Bewusstsein für mitgebrachte oder aktuelle Fragestellungen finden.

Dies ermöglicht die wertvolle Kombination von intensivem Coaching und entspanntem Südtirol-Urlaub. Die stärkende Energie der wundervollen Natur unserer Bergwelt unterstützt Dich zudem.

## Wie

Welchen Schwerpunkt Du Dir in diesen Coaching-Tagen auch setzt, z.B.

- Deinen eigenen Lebensweg finden
- Dir Deiner selbst bewusster werden
- Zu transformieren
- Orientierung finden
- Deinen Körper und Dich selbst verstehen und lieben lernen
- Selbstheilungskräfte aktivieren
- Dein inneres Kind als Kraftquelle nutzen

**Diese Tage werden Dein Leben ...**  
**...nachhaltig verändern**  
**...wandeln**  
**...stärken.**



Du kannst aus 2 Paketen wählen:

## **Intensiv-Urlaubs-Coaching-Pakete:**



### **Paket ab 3 Tagen (6 Std.)**

- 1. Tag: Erstgespräch, Anamnese und geführte Meditation (2 Std.)
- 2. Tag: Gespräch und Transformations-Coaching (2 Std.)
- 3. Tag: Beratungsgespräch, Integrierung im Alltag (2 Std.)

### **Paket ab 5 Tagen (8 Std. & Bachblüten Spezialmassage)**

- 1. Tag: Erstgespräch, Anamnese und geführte Meditation (2,5 Std.)
- 2. Tag: Gespräch und Transformations-Coaching (2 Std.)
- 3. Tag: Bachblüten-Spezial-Massageritual, Schenna Resort SPA (80 Min.)
- 4. Tag: Gespräch und Transformations-Coaching (1,5 Std.)
- 5. Tag: Beratungsgespräch, Integrieren im Alltag (2 Std.)

Im Anschluss erhältst Du bei beiden Coaching-Paketen eine kurze schriftliche Stellungnahme und individuelle Inspirationen oder Aufgaben in Form einer Übung, einer Meditation oder wertvollen Impulsen passend zu Deinem Thema.

# INDIVIDUELLES SEMINAR

NEU!

## ONLINE oder live vor Ort

Für Dich alleine oder mit Begleitung

**Dauer:** 3,5 Stunden, Termin nach Absprache

Gehörst auch Du zu den Menschen, die nicht so gerne Seminare besuchen? Beschäftigst Du Dich lieber vor Ort Zuhause oder im Urlaub mit einem Thema, das du klären möchtest? Dann ist dieses Einzelseminar genau das passende für Dich. Wähle Dein Thema aus und erhalte Antworten auf Deine Fragen. Zum Nachjustieren erhältst Du Seminarunterlagen (Fragebogen und Ritualvorschläge) und eine klärende oder nährnde Meditation (Audio) passend zu Deinem Thema. Bei Bedarf bietet sich auch im Anschluss noch eine Nachbetreuung an.



# INDIVIDUELLES SEMINAR

## Themen-Auswahl:

### - Selbstliebe & Selbstwertschätzung

Ein Kurzlehrgang im Erschaffen von Freude, Selbstwert und Liebe

### - Körper & Körpersymptome

Was will Dir Dein Körper sagen? Erkenne die Botschaften und stelle die Weichen.

### - Inneres Kind

Wie Du das Kind in Dir und damit Dich selbst glücklich machst.

### - Beziehung

„Der Weg zu wahrer Liebe und Sexualität“ - Die Kunst des Liebens heute

### - Erfolg & Fülle

Gut aufgestellt - mit Leichtigkeit zu Erfolg, Wohlstand und Lebensglück.

### - FrauSEIN

Zeit für Weiblichkeit –  
wie Du zu Deinem Strahlen und  
zum glücklichen FrauSein gelangst.



# BEWUSSTSEINS- UND TRANSFORMATIONSTAGE

**Termin:** unter [www.lebensglueck.it](http://www.lebensglueck.it)

**Dauer:** Sa. 9.30 bis 18 Uhr | So. 9.30 bis 17 Uhr

Entfaltung Deiner Potenziale

## **Du selbst bist der Schöpfer/die Schöpferin der Ereignisse und Zustände Deines Lebens.**

In diesen 2 Tagen erfährst Du, wie Du durch das Klären Deiner Vergangenheit, Kraft und Klarheit gewinnst. Du kommst auch Deinen Gefühlen näher und stärkst die Liebe zu Dir selbst.

### **Für wen**

Für alle Männer und Frauen, auch Menschen, die bereits schon einiges gelesen, Seminare besucht und Einzelstunden genommen haben, die ...

- ein bewussteres und erfüllteres Leben genießen möchten
- erfahren möchten, wie das LEBENSGLÜCK, der Erfolg und die Gesundheit nicht im Außen, sondern in sich selbst zu finden ist
- erkennen möchten, warum das Leben bisher so verlaufen ist, wie es ist, wie auf unbewusste Weise Enttäuschungen, Anstrengungen, Konflikte, Stress, Mangelzustände, ob Geldmangel, Gesundheit, Mangel an unerfüllten Beziehungen oder Probleme im Beruf, in das Leben kamen.
- durch neue Sichtweisen und Methoden sich von dem lösen und transformieren möchten, was noch einschränkt
- ihre Potenziale entfalten möchten, die sie zu sich selbst, zur inneren Ruhe, Klarheit, Selbstwert und Selbstliebe führen
- lernen möchten, den Spiegel des Lebens zu lesen.



# BEWUSSTSEINS- UND TRANSFORMATIONSTAGE

Lass Dich auf diesen Bewusstwerdungs- und Befreiungsprozess ein und öffne Dich für Dein LEBENSGLÜCK, öffne Dich für den Frieden, die Freude und die Liebe zu Dir selbst und zum Leben. Dieses Seminar orientiert sich sehr an den Inhalten der Transformationswoche, dem wirkungsvollsten und erfolgreichsten Seminar von Robert Betz®.

Mehr Informationen dazu, findest Du auf meiner Homepage.

## Kernthemen

- Der Weg zur Selbstliebe, Selbstbewusstsein und Selbstermächtigung
- Vom unbewussten Opfer zum motivierten Schöpfer
- Das Kind in Dir verstehen und verwandeln
- Vater, Mutter, Geschwister und Ahnen – die Schlüssel zur Freiheit
- Den Sinn von Krisen, Konflikten und Krankheiten erkennen und verwandeln
- Impulse für mehr Achtsamkeit und Ruhe im Alltag



## KLIENTENSTIMMEN

**Stefan aus Meran:** Ich fühle mich befreit und eine jahrelange Last ist von mir abgefallen. Eine wunderbare heilsame Erfahrung. Auch die Stimmung und die Energie waren wunderbar.

**Sylvia aus Innsbruck:** Ich habe Selbstvertrauen und Klarheit über mein Leben bekommen. Ich fühle mich gelassener und zufriedener und kann mich besser fühlen.

# SYSTEMISCHE EINZELBERATUNG

Die **Systemische Einzelberatung mit dem Systembrett**, bietet eine wertvolle Möglichkeit, Probleme oder Schwierigkeiten, die im Leben auftreten, nicht isoliert zu betrachten, sondern den Blick auf den größeren Zusammenhang, auf das Ganze, eben auf das System, in dem sich der Mensch befindet und in dem das Problem auftritt, zu richten. Mit kleinen Figuren, die für Personen oder Sachverhalte stehen, wird die Problemsituation nachgestellt und so auch sichtbar gemacht.

Diese Methode erteilt also keine Ratschläge, sondern lädt ein, Sichtweisen und Perspektiven im Inneren zu ändern, um mit einem neuen Blick, aus einer neuen Perspektive, auf das größere Ganze, eben das System, zu schauen. So entsteht Klarheit und durch die veränderte Sichtweise im Innen, ändert sich das System auch im Außen.

Im Laufe der Jahre habe ich das Systembrett als wunderbaren Unterstützer kennen und lieben gelernt, das so genial einfach, fast spielerisch auf neue Sichtweisen, Standpunkte und Einsichten einlädt.

**Dauer:** 60 oder 80 Minuten

**Termin:** auf Anfrage



# SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGSABENDE

## Unsichtbares sichtbar machen - Unbewusstes bewusst machen

Das systemische Aufstellen ist eine einfache, klare Methode, um Situationen, Strukturen, Dynamiken, Stärken, Schwächen, Verbindungen, Familienkonstellationen, Paar-Angelegenheiten, aber auch Gefühle, Blockaden und vieles mehr aufzuzeigen, sichtbar zu machen und Klärung geschehen zu lassen.

Durch das systemische Aufstellen erhältst Du Klarheit, einen Überblick, einen Anders-Blick für die jeweilige Situation. Daraus ergeben sich Lösungen, neue Handlungsoptionen und Veränderungen in Deinem Leben. Es kann für alle Lebensbereiche und Fragen angewendet werden.

### Ablauf:

Es werden einzelne Personen stellvertretend für Themen, Familien- oder Organisationsmitglieder im Raum positioniert (aufgestellt) und miteinander in Beziehung gesetzt. Dadurch soll das Beziehungsgeflecht innerhalb von einer Familie/Organisation/Thema visualisiert werden.

**Dauer:** 19.00 bis 22.30 Uhr

**Termine und Informationen:**

[www.lebensglueck.it](http://www.lebensglueck.it)

**Ort:** Schenna Resort - "Quelle des Lichts" in Schenna

## Systemische Aufstellung





## LEBENSGLÜCK Impulse...

- **NEWSLETTER** Monatlich steht für Dich ein neuer Newsletter bereit, mit wertvollen Impulsen zur liebevollen Lebensführung und Neuigkeiten bereit.
- **Meditationen und Kurzvorträge** stehen für Dich kostenlos in der Mediathek bereit.
- **Facebook und Instagram:** Hier begleite ich Dich mit Schlüsselgedanken zum Leben.



**Anmeldung und Infos unter:** [www.lebensglueck.it](http://www.lebensglueck.it)

### **Gut zu wissen:**

- Alle Veranstaltungen finden im Schenna Resort - "Quelle des Lichts", in Schenna statt. Dies ist auch mein Geheimtipp für einen genussvollen Wellnessurlaub in Südtirol.
- Aktuelle Termine sowie ausführliche Infos zu den Seminaren, Seminaranmeldung unter [www.lebensglueck.it](http://www.lebensglueck.it)

Haftungsausschluss: Coachings und Seminare ersetzen keine Therapie oder medizinische Behandlung und dienen ausschließlich der Aktivierung der Selbstheilungskräfte.



**Termine und Informationen dazu - [www.lebensglueck.it](http://www.lebensglueck.it)**

## **Tagesseminar: KRAFTQUELLE — INNERES KIND**

Wie Du das Kind in Dir und damit Dich selbst glücklich machst. In jeder Frau und jedem Mann gibt es – sichtbar, fühlbar und erlebbar – ein kleines Mädchen, einen kleinen Jungen, die einen erheblichen Einfluss auf unser LEBENSGLÜCK haben.

## **Tagesseminar: DETOX your Life**

An diesem Tag lernst Du, alte Muster loszulassen, findest innere Klarheit und beginnst, Dein Potential mehr und mehr zu leben. Familiäre Verstrickungen werden Tore zur Freiheit, Dein Herz wird zum Navigator Deines Lebens.

## **Tagesseminar: „Der Weg zu wahrer Liebe und Sexualität“ – Die Kunst des Liebens heute**

Dieses Seminar richtet sich an Männer und Frauen, die in einer Beziehung leben, und an Singles, die sich eine liebevolle, erfüllende und bewusst gelebte Beziehung wünschen. Alte Beziehungsbilder und Verstrickungen werden erkannt und die Weichen für eine wahrhaftige, erfüllte, liebevolle Beziehung auf Augenhöhe gestellt.

## **Urlaubsseminar: Marien Kraftplatzreise mit Jeanne Ruland und Melanie Missing**

Ausrichtung in Heilung, Fülle und den Segen der neuen Zeit  
Komm in Verbindung mit den himmlischen Kräften und erfahre, wie Du diese lichtvollen Energien der Marien und Engel für Dich in Deinem Leben als Unterstützung und liebevolle Begleitung nutzen kannst. Einzelne Tage buchbar.

## **ONLINE Seminar: AHNENHEILUNG – IN DEIN POTENZIAL**

Befreie Dich und Deine Familie aus alten Verstrickungen mit Deinen Vorfahren. Löse Familienthemen und Schicksalsmuster auf und führe alles segensreiche, das in Deiner Ahnenlinie liegt, weiter. Entdecke Deine Ahnen als liebevolle Mentoren und Kraftquellen.

## **Seminar Nachmittag: BEWUSSTER JAHRESABSCHLUSS UND NEUAUSRICHTUNG**

Mit Klarheit, Entschiedenheit und Freude Deinem LEBENSGLÜCK entgegen gehen. Hier hast Du die Gelegenheit, des Jahres bewusst abzuschließen, Inventur zu machen, Ordnung zu machen und die Weichen für ein glückliches, gesundes und erfülltes neues Jahr zu legen.



**LEBENSGLÜCK**

PRISKA PFÖSTL - COACHING - SEMINARE

im Schenna Resort – "Quelle des Lichts"  
Alte Straße 14 | 39017 Schenna | Südtirol | Italien  
Tel. +39 335 708 55 29  
[info@lebensglueck.it](mailto:info@lebensglueck.it) | [www.lebensglueck.it](http://www.lebensglueck.it)



SCHENNA

**RESORT**

QUELLE DES LICHTS