

# CAROLINE KRÜLL







NUR WER SICH **SELBST**  
FÜHREN KANN, KANN  
**ANDERE** FÜHREN.

**HERZLICH WILLKOMMEN  
BEI CAROLINE KRÜLL**



### *Ein Leben auf Autopilot? Das war doch nicht Ihr Plan, oder?*

Stress, der nie endet, wachsende Verantwortung und ständige Kritik – beruflich und privat. Viele meiner Coachees – Führungskräfte und C-Suite-Leader – hören irgendwann eine innere Stimme: „Wie lange noch? Geht das jemals leichter? Willst Du zusehen, wie das Leben an Dir vorbeizieht?“

**Liebe Leserin, lieber Leser,** darf ich mich kurz vorstellen? Ich bin Caroline Krüll. Nach meinem Masterabschluss mit Schwerpunkt Kommunikation und Psychologie stieg ich in meine erste Anstellung ein, gleich mitten hinein in den Alltag gestresster Führungskräfte. Ich dachte, ich wäre darauf vorbereitet – doch kurz darauf führte ich mein eigenes Unternehmen und mein eigenes Team. Die Belastungen waren nicht länger Theorie, sondern Realität. Burnout und Panikattacken? Ja, ich weiß, wie sich das anfühlt.

Nach einer Auszeit und einem Neuanfang bei München gründete ich mein zweites Unternehmen. Heute, 25 Jahre später, arbeite ich mit inspirierenden Kunden und weiß: Stress ist der Feind von Kreativität und Bewusstsein. Mein Lebensweg verläuft heute wie ein wachsender Aktienkurs – stetig aufwärts, auch mit kleinen Schwankungen.

Ich möchte Ihnen und allen Leadern das gleiche Gefühl geben. Ob in meinen außergewöhnlichen Onlineprogrammen, Vorträgen, Seminaren oder Einzelcoachings: in allen Formate zeige ich Ihnen, wie Sie Ihr Bewusstsein schärfen und in Rekordzeit eine tiefe Transformation und Erfüllung finden – im Einklang mit Ihrem inneren Selbst, Ihrer Vision und Ihren persönlichen Werten.

Herzliche Grüße, Ihre

*Caroline Krüll*

04	EDITORIAL
06	ESSENZ
07	ABOUT
10	COACHING
16	VORTRÄGE
18	ONLINE PROGRAMME
24	SEMINARE & WEBINARE
26	VODCAST
27	PUBLIKATIONEN
28	REFERENZEN
30	MEDIENAUFTRITTE
34	KONTAKT

## ABOUT

# CAROLINE KRÜLL

Caroline Krüll ist eine der inspirierendsten Stimmen, wenn es um bewusstes Leadership geht. Seit über 25 Jahren prägt sie als Coach, Trainerin und Keynote-Speakerin die deutschsprachige Businesswelt.

Was Caroline so besonders macht, ist ihre Fähigkeit, bei ihren Klienten Herz und Verstand in Einklang zu bringen – für ein Führungsbewusstsein, das Tiefe und Erfüllung vereint. Als Unternehmerin spricht sie praxisnah, authentisch und mit klarem Blick für das, was wirklich zählt.

Mit einem Master in Marketing-Kommunikation und Schwerpunkt Psychologie und einem feinen Gespür für Menschen bewegt sie sich souverän zwischen strategischer Weitsicht und intuitivem Erkennen. Ihre Arbeit? Präzise, am Puls der Zeit und stets bewusst. Jedes Jahr vertieft sie ihr Wissen durch internationale Weiterbildungen und entwickelt neue Impulse.

Ob im TV, in Podcasts oder auf großen Bühnen – Caroline wird als Expertin geschätzt. Führungskräfte und C-Suite lieben ihre klare, ehrliche Art, aber vor allem ihre tief verwurzelte Leidenschaft für bewusstes Wachstum. Sie sieht das Potenzial, das in jedem Einzelnen steckt, und zeigt den Weg zu einem erfüllten Leben als Leader.

Caroline weiß, dass Führung heute mehr braucht als fachliches Wissen. Es braucht innere Stärke, das bewusste Zusammenspiel von Herz und Verstand, um wirklich etwas zu bewegen.

Ihr Ansatz? Unkonventionell, authentisch und kraftvoll. Diversity, Equality und Inclusion (DEI) liegen ihr besonders am Herzen – Caroline setzt sich dafür ein, Unternehmen zu mehr Augenhöhe, Toleranz und Verbundenheit zu verhelfen. Speziell für Frauen hat sie Programme entwickelt, die zu mehr Sichtbarkeit und Eigenverantwortung ermutigen. Für mehr Frauen in Führung.

Zwischen Berlin, Düsseldorf und Cádiz fühlt sie sich mit den pulsierenden Rhythmen dieser Städte tief verbunden und findet gleichzeitig ihre innere Ruhe in der Bewegung – sei es beim Kickboxen, Yoga, Skifahren oder in der Stille der Meditation.. Ihr Leben ist erfüllt von der Liebe zu ihrem Mann und ihrem Sohn, guter Musik, leckerem Essen, trockenem Wein und dem Drang, immer Neues zu lernen.

Ihr Credo? „Bewusstsein entfachen, als Leader erfüllt leben.“ Caroline lebt es vor und inspiriert andere, ebenfalls ihren Weg zur Erfüllung zu finden und ihr Bewusstsein als Leader zu vertiefen.

# Über 25 Jahre

Coaching Erfahrung

# Über 570.000

Begeisterte Zuschauende

# Über 2.500

Auftritte & Seminare





MACH ES FÜR DICH!

# COACHING

Als Führungskraft jonglieren Sie täglich mit neuen Herausforderungen.

Sie motivieren Ihr Team, haben Trends im Blick, bleiben agil, müssen Purpose vermitteln, stehen den unterschiedlichsten Generationen gegenüber - und dürfen dabei noch top performen. Geht klar!

Und wer kümmert sich um Sie? Gerade als Top Executive brauchen Sie ehrliches Feedback und jemanden, der Sie zum Reflektieren bringt oder auch mal da ist, um Frust abzulassen. Den meisten Führungskräften ist nicht klar, dass sie aufgrund ihres nicht geschärften Bewusstseins gar kein erfülltes Leben führen können.

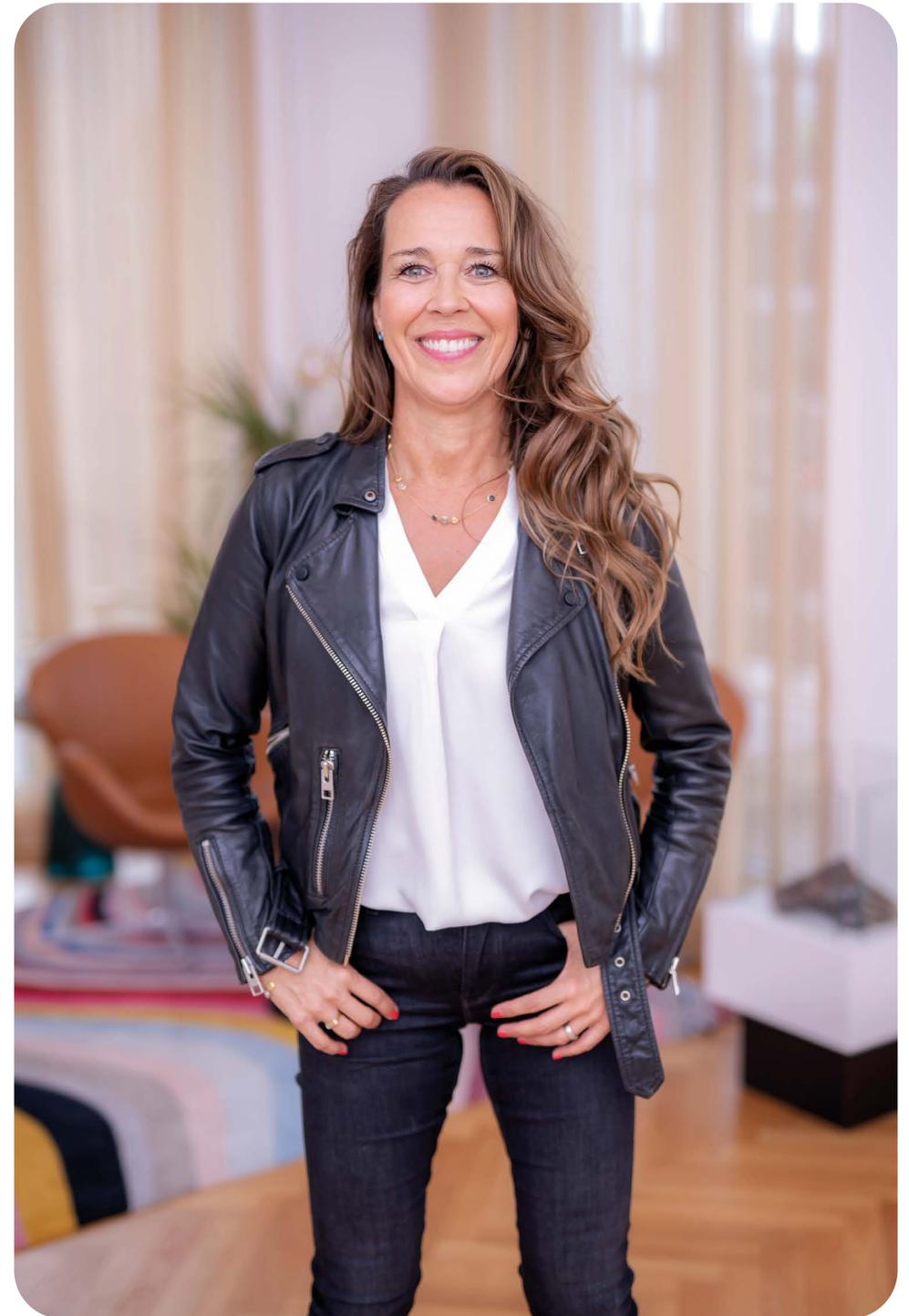
Dann komme ich in Spiel. Coaching hilft Ihnen, Ihre Sicht auf sich zu schärfen, alte Schwächen zu erkennen und loszulassen, um dann Ihre Wirkung nach außen zu verwandeln. Gerne zeige ich Ihnen, wie Sie ein erfülltes Leben für sich finden und leben können. Denn darum geht es doch, oder?

Jetzt sind Sie dran! Es gibt nur 5 Plätze pro Coaching-Programm, da Caroline Krüll eng mit ihren Coachees zusammenarbeitet.



**ERFAHREN SIE ONLINE MEHR!**

Nehmen Sie doch bitte Platz und lassen Sie sich begeistern!



## DER BESTSELLER

# DAS 90-TAGE-FÜHRUNGSKRÄFTE COACHING

Stellen Sie sich vor: Sie treten selbstbewusst auf, liefern Top-Leistungen und sind innerlich erfüllt und eine charismatische, authentische Führungskraft. Klingt stark?

In 90 Tagen setzen Sie mit Caroline Ihre festgelegten Ziele um - sie zeigt Ihnen planbar das Erfolgsrezept: Schritt für Schritt. Ob es um die Entwicklung Ihrer eigenen Marke: ICH, Ihren souveränen Auftritt, Menschenkenntnis, Neuroplastizität, Ihre Werte, Visionen oder Resilienz geht. Sie kommen gezielt als Führungskraft auf das nächste Level. Gewusst wie!

Ihr Programm umfasst vier Halbtagscoachings, regelmäßige Telefonate, Inspirationsaufgaben und unbegrenzten eMail-Support. So bleiben Sie konzentriert und entwickeln sich Woche für Woche weiter. Glückwunsch! In einem Vierteljahr sind Sie weiter denn je! Nur für Führungskräfte und Selbstständige, die wirklich vorankommen wollen.



*Sehr professionell und effizient – in kurzer Zeit viel Impact erzielt. Super!*

**Frank Boegner, Managing Director**  
WongDoody



*Das Coaching bei Caroline Krüll kann ich uneingeschränkt empfehlen! Es hat mir sehr geholfen, mich weiterzuentwickeln. Caroline Krüll ist ein hochmotivierter Coach - ein Coach mit Leib und Seele! Es macht viel Spaß, mit ihr zusammenzuarbeiten. Neben dem intensiven Arbeiten an den definierten Themenfeldern haben wir auch viel gelacht und Spaß gehabt. Zeit mit Caroline Krüll ist Zeit, die einem gut tut! Vielen Dank!*

**Dr. Nina Gerhardt, CEO**  
RTL Radio Deutschland

## DIE CHAMPIONS-LEAGUE

# DAS 365-TAGE-MENTORING-PROGRAMM

Wussten Sie, dass Sie im Durchschnitt als Mensch nur 28.000 Tage leben? Wie viele dieser Tage nutzen Sie für ein erfülltes, gesundes und erfolgreiches Leben? Stress und das tägliche Hamsterrad halten Sie oft davon ab, Ihr volles Potenzial auszuschöpfen. Aber jetzt haben Sie mit mir die Chance, das zu ändern! Die erfolgreichsten Führungskräfte, Sportler und Politiker wissen es:

Ein Coach ist der Schlüssel zu ihrem Erfolg. Tauchen Sie ein in 365 Tage der Persönlichkeitsveränderung - ich begleite Sie dabei und zeige Ihnen, sich und andere besser zu erkennen. Sie werden ein neues Gespür und ein modernes Bewusstsein entwickeln, Inspirationen erleben und Purpose in Ihren Alltag bringen.

Starten Sie mit einem kraftvollen Kick-off-Tag, an dem wir Ihre individuelle Roadmap entwickeln. Ab dem Start zeige ich Ihnen, wie Sie jeden Monat Schritt für Schritt monotone Bequemlichkeit durch Leichtigkeit und Lebendigkeit austauschen und Ihre Ziele erreichen! Sind Sie jetzt bereit, das Leben in vollen Zügen zu genießen? Der Weg beginnt hier. Ich kann Ihnen jetzt schon einmal gratulieren: Denn ist jetzt der Moment gekommen, um Ihre Reise zu beginnen - zu einem Work-Life, das Sie sich immer gewünscht haben!

Ein inspirierender und explosiver Kick-off-Strategietag, 7 intensive Halbtagscoachings, 10 reflektierende ViKo-Checks, 10 maßgeschneiderte Inspirationsaufgaben und ein Summary-Coaching als Quintessenz plus Carolines handsigniertes Entfaltungspaket. Warten Sie nicht länger - das Jahr der Jahre beginnt jetzt! Melden Sie sich an und ergreifen Sie die Chance, die Sie verdienen!



*Mein Thema „Zielsetzung und Zielerreichung“ bin ich zusammen mit Caroline Krüll im 365-Tage-Mentoring-Programm angegangen. Durch die Unterstützung ihres Coachings habe ich neue Leistungslust entwickelt, um privat wie auch beruflich neue Schritte zu gehen und etwas zu bewegen. Meine definierten Ziele habe ich erreicht. Nichts motiviert mehr als Erfolg.*

**Dirk Bähringhausen, Geschäftsführer**  
Hapimag



*Jeder Mensch kann sich verbessern, niemand ist perfekt. Ein Coaching bietet die Möglichkeit, sich zu reflektieren und die eigene Persönlichkeitsentwicklung voranzubringen. Als Coach begleitet mich Caroline Krüll seit fast 2 Jahren und es ist immer wieder hilfreich, von außen Tipps zu bekommen, die Perspektive zu wechseln und eigene Grenzen zu verschieben. Das Coaching mit Caroline hat mich im eigenen Bewusstsein gestärkt und mich auf ein völlig neues Management-Level gehoben.*

**Jochen Geis, Geschäftsführender Gesellschafter**  
Geis Gruppe



FREIHEIT SPASS  
ZUVERSICHT **WERTE** LOB FÜLLE OFFENHEIT VISION SICHERHEIT  
EHRlichkeit **AUTHENTIZITÄT** MUT SELBSTLIEBE BRILLIANZ  
EFFIZIENZ **ANERKENNUNG**  
ABENTEUER CHARISMA **ERFÜLLUNG**  
KOMFORT REICHTUM FAMILIE LIEBE POTENZIALE **GLÜCK** INTEGRITÄT  
ZIELE HUMOR GESUNDHEIT SINNHAFTHIGKEIT TOLERANZ  
**BEWUSSTSEIN ENTFACTHEN -**  
**ALS LEADER ERFÜLLT LEBEN!**  
INNERE MITTE VERÄNDERUNG MOTIVATION **WARMHERZIGKEIT**  
VISIONEN SOUVERÄNITÄT **ERFOLG** WERTSCHÄTZUNG  
**ANGEMESSENHEIT** HERAUSFORDERUNG  
GLAUBWÜRDIGKEIT VERTRAUEN **WACHSTUM** **RESILIENZ**  
KREATIVITÄT VERLÄSSLICHKEIT MINDSET MISSION FAIRNESS  
ACHTSAMKEIT EFFEKTIVITÄT FREUDE

## JETZT KOMM ICH

## DER VIP-AUFTRITTS-CHECK

Wann hat Ihnen zuletzt jemand ehrlich gesagt, wie Sie auf andere wirken? Als Führungskraft wissen Sie: Ihr Auftritt entscheidet über Erfolg oder Misserfolg.

In nur einem Tag verfeinern Sie Ihre Präsenz - für mehr Souveränität und Überzeugungskraft in Gesprächen, Meetings und Auftritten.

Der VIP-Auftritts-Check umfasst bis zu 10 verschiedene Profi-Checks: Erster Eindruck, Auftritt, Selbstsicherheit und Kompetenz, Wirkung in Meetings, Stand und Gang, Gesamteindruck, Business Small Talk, Körpersprache, Visitenkartenübergabe, Social Media Profil, Handschlag, Führungsqualität, Rhetorik, Outfit, Präsentation und Wirkung auf Mitarbeitende.

Speziell für Führungskräfte mit wenig Zeit: 8 Stunden - 10 Checks - sofort sichtbare Ergebnisse. Nutzen Sie diese exklusive Möglichkeit, Ihre Wirkung gezielt zu optimieren und Ihre Führungsqualitäten weiter zu stärken.

Gönnen Sie sich den VIP-Auftritts-Check.



*Ein souveräner Auftritt ist in meiner Branche insbesondere als Niederlassungsleiter sehr wichtig. Der Auftritts-Check von Frau Krüll war sehr effektiv und hat viel Spaß gemacht.*

**Miro Pelivan, Steuerberater und Partner**

Quadrilog Beratergruppe, Berlin



*Der Auftritts-Check hat mich richtig vorangebracht und mir gezeigt, wie ich meinen Auftritt professionalisieren kann. Ich werde oft in Galerien und auf Kreuzfahrtschiffen präsentiert und interviewt und weiß jetzt dank des tollen Checks, wie ich wirken will und was ich dafür tun muss. Danke!*

**Sandra Rauch, TecArtistin und Inhaberin**

Kunstsalon Europa, Berlin

PURE INSPIRATION: MIT HERZ UND VERSTAND

# KEYNOTES, DIE BEGEISTERN

Möchten Sie Ihre Führungskräfte mit frischer Motivation anstecken? Suchen Sie nach einer leidenschaftlichen Ansprache für Ihren Jahresauftakt? Oder planen Sie ein Event, das unvergesslich bleibt?

Vergessen Sie langweilige PowerPoint-Präsentationen! Bringen Sie Caroline Krüll in Ihr Unternehmen. Ihre Vorträge sind eine emotionale Reise, die begeistert, bewusst hinterfragt und zum Mitmachen einlädt. Mit ihrer mitreißenden Art spricht sie direkt von Herz zu Herz und schafft eine Atmosphäre voller Energie, Leichtigkeit und Inspiration.

Erleben Sie, wie Caroline Krüll Ihre Veranstaltung in ein unvergessliches Erlebnis verwandelt – für nachhaltige Impulse und echte Begeisterung!



## WEITERE VORTRÄGE WIE:

„Die Marke : ICH“, „Führen mit Sinn“, „Was Sieger von Verlierern“ unterscheidet finden Sie auf Carolines Website.



## MUT ZUM ICH - GEMEINSAM ZUM WIR

Stellen Sie sich vor, Sie könnten Ihr wahres ICH zeigen – authentisch, kraftvoll, inspirierend. Ein Mut, der Sie und Ihr Umfeld bewegt. In meinem Vortrag zeige ich, warum das ICH der Schlüssel zu Respekt, Vertrauen und außergewöhnlicher Zusammenarbeit ist. Die letzten Jahre haben uns durch Außenumstände voneinander in Unternehmen entfernt – jetzt ist es Zeit, das WIR-Gefühl neu zu beleben. Wenn jeder den Mut hat, sein ICH im Unternehmen zu zeigen, entsteht ein starkes, gemeinsames WIR. Dieser Vortrag ist mehr als Inspiration! Er ist ein Aufruf: Lassen Sie Ihre Stärken leuchten und zeigen Sie Ihre Einzigartigkeit – für sich und die Gemeinschaft. Lassen Sie uns den Funken entzünden, der in jedem von uns steckt, und ein Unternehmen gestalten, das vor Leidenschaft, Zusammenhalt und Erfolg spricht.

## FRAUEN TRAUT EUCH!

Immer noch arbeiten viel zu wenige Frauen in Führungspositionen. Immer noch verdienen knapp 20 % der Frauen weniger als ihre männlichen Kollegen. Warum? Caroline Krüll bringt es auf den Punkt: „Es liegt nicht nur an den Strukturen der Unternehmen, sondern auch an uns selbst – an unseren weiblichen Prägungen und inneren Haltungen.“ Zu viele Frauen machen sich kleiner, als sie sind. Sie trauen sich nicht, ihre Talente zu zeigen, kennen die Spielregeln der Macht zu wenig und bleiben oft unsichtbar. Schluss damit! Dieser Vortrag will Frauen ermutigen, für Führungspositionen zu brennen und sich selbstbewusst dafür zu bewerben. Frauen, traut Euch! Es geht besser – zusammen mit den Männern auf Augenhöhe. Die Botschaft: Ihr seid wertvoll. Ihr seid stark. Ihr gehört auch in die Führungsetage – für eine Welt, die auf Augenhöhe und Diversity gestaltet wird!



*Toller Vortrag „Führen mit Sinn“. Toller und kurzweiliger Vortrag aus dem Leben gegriffen. Da werden auch schon mal mehrere Hundert Zuhörer aus dem Sitz „gerissen“. Sympatisch, empathisch und natürlich.*

**Georg Fengler, Bereichsleiter Medialer Vertrieb**  
Sparkasse Dortmund

## BEWUSSTSEIN ENTFACHEN - ALS LEADER ERFÜLLT LEBEN

Haben Sie das Gefühl, dass trotz aller Erfolge etwas Wesentliches fehlt? Dass Sie funktionieren, führen, erreichen – und dennoch oft leer zurückbleiben? In einer Welt, die von Zahlen und Zielen dominiert wird, geht oft das verloren, was uns als Menschen und als Leader wirklich erfüllt: Bewusstsein. Dieses Bewusstsein bedeutet mehr als Achtsamkeit – es ist die Fähigkeit, sich selbst zu verstehen und eine tiefere Verbindung zu sich und anderen aufzubauen. Es ist der Schlüssel zu innerem Frieden, Klarheit und einem Leben, das nicht nur auf Leistung, sondern auf Sinn basiert. In diesem Vortrag entdecken Sie, wie Sie das Bewusstsein entfachen, das Ihre Rolle als Leader – und Ihr Leben – in ein erfüllteres Licht rückt. Lassen Sie sich inspirieren, Ihre wahre Stärke zu entdecken und aus dieser inneren Quelle zu leben.



FLEXIBEL, IMMER ABRUFBAR, MODERN

# ONLINE PROGRAMME

Die Zeiten haben sich verändert, und Caroline Krüll geht mit. Online-Programme, flankiert von interaktiven Live-Veranstaltungen vor Ort in Ihrem Unternehmen, bieten sowohl neuen Talenten als auch erfahrenen Leaders und Mitarbeitenden die Möglichkeit, die beste Version ihrer selbst zu werden - von innen nach außen. Unterstützen Sie Ihre Leitbild- und Persönlichkeitsentwicklungsziele und ermöglichen Sie es Ihrer Belegschaft, täglich von frischen Impulsen und Herausforderungen zu profitieren. Die Kontinuität von Carolines Programmen ist unschlagbar: dank der Kraft der Neuroplastizität erkennen Sie nachweisbar Veränderungen in Verstand und Verhalten.

Lassen Sie uns gemeinsam den Weg zu einer erfolgreichen Zukunft gestalten!



**ERFAHREN SIE ONLINE MEHR!**

Don't limit your challenges!  
Challenge your limits!

## STARKE FRAUEN - ERFOLGREICHE UNTERNEHMEN

### ENDLICH SICHTBAR!

Sie wollen als moderne Führungskraft oder HR-Profi die Talente Ihrer Mitarbeiterinnen fördern, weil Sie wissen: Sichtbare, starke Frauen machen Unternehmen erfolgreicher! Sie haben verstanden, dass ein Unternehmen nur dann weibliche Talente anzieht, wenn Frauen in Führungspositionen auf Augenhöhe mit Männern stehen.

In vielen fortschrittlichen Unternehmen findet bereits ein Umdenken statt. Jetzt ist die Zeit, Frauen nicht nur per Quote in die Chefetagen zu bringen, sondern auch auf der Fachebene zu fördern. Klar ist: Nicht jede Frau will Karriere machen – doch der Fachkräftemangel, der demografische Wandel und die steigende Fluktuation zwingen Unternehmen zum Handeln.

Caroline Krülls Tipp: Frauen stärken – und das gemeinsam mit den Männern. Denn beide zusammen sind unschlagbar!



#### ERFAHREN SIE ONLINE MEHR!

Bringen Sie mehr Frauen  
in Verantwortung und Führung.  
Es lohnt sich!



*ENDLICH SICHTBAR!* erschien uns als eine super Weiterentwicklungsmöglichkeit für unsere QUADRILOG Frauen. Die Nachfrage war groß! In dem Kurs vermittelt Caroline, wie man es schafft, der VIP im eigenen Leben zu sein. Der Kurs ist super strukturiert, durchdacht, abwechslungsreich und zeitlich durch eine hohe Flexibilität umsetzbar. Unsere Frauen waren durchweg begeistert.

Simone Skornia-Schauland, Partnerin und Steuerberaterin  
QUADRILOG Beratergruppe



Caroline Krüll schafft es sowohl in ihrem persönlichen Auftritt als auch in ihrem Online-Programm mit ihrer professionellen digitalen Präsenz, die Menschen für sich einzunehmen. Sie vermittelt Themen, die ein positives, selbstbewusstes und eigenverantwortliches Mindset fördern – das führt zum Erfolg! Sie ist zu dem ein motivierendes Vorbild und bietet hilfreiche Methoden und Modelle um „Endlich Sichtbar“ zu werden. Ich empfehle Caroline Krüll uneingeschränkt & würde jederzeit wieder mit ihr arbeiten!

Ursel Hengstler, Bereichsleiterin Personal  
Kreissparkasse, Tuttlingen Ostalb

## THE SMART LEADER CHALLENGE

Ein Leben im Dauerlauf? Das war doch nicht Ihr Plan... Doch warum ist das so? Caroline Krüll hat das alles selbst als Unternehmerin hinter sich:

1. **Leader leben oft nicht nach ihren Werten** – Der Druck von außen und die Erwartungen an uns als Führungskräfte führen dazu, dass wir Entscheidungen treffen und uns verhalten, ohne wirklich hinter allem zu stehen. Es fehlt die Verbindung zu dem, was uns im Leben wirklich wichtig ist, und das spüren wir innerlich – es bleibt ein Gefühl der Unzufriedenheit zurück.
2. **Die Vision und Mission sind unklar** – Viele Führungskräfte sind erfolgreich, aber ohne das „Warum“ zu kennen, das sie antreibt. Ohne eine persönliche Vision und Mission fühlt sich der Erfolg oft leer an, und das Gefühl, dass etwas Wesentliches im Leben fehlt, bleibt bestehen.
3. **Die eigene Identität schwimmt** – Im Dauerstress der Verantwortung geht das Bewusstsein für die eigene Identität oft verloren. Wer bin ich eigentlich – und wofür stehe ich? Diese Frage bleibt unbeantwortet, und wir spüren, dass wir nur eine Rolle spielen, statt authentisch und kraftvoll wir selbst zu sein.
4. **Führungskräfte haben oft keine Balance im Leben** – Zu oft fokussieren wir uns nur auf berufliche Erfolge und verlieren dabei die Balance zwischen Beruf und Privatleben. Das führt dazu, dass echte Erfüllung ausbleibt, weil nicht nur der Job, sondern unser gesamtes Leben im Gleichgewicht sein muss, um uns wirklich erfüllt zu fühlen.

**Die Lösung: Transformation in Rekordzeit mit Caroline Krüll. Ich unterstütze Führungskräfte dabei, in nur 6 Monaten endlich ein erfülltes Leben zu führen.**

**Wie Sie mit THE SMART LEADER CHALLENGE Ihr Bewusstsein entfachen und ein erfülltes Leben als Leader führen.**

Genau hier setzt **THE SMART LEADER CHALLENGE** an. In meinem 6-monatigen Online-Programm zeige ich Ihnen in 6 Modulen dabei, Ihre eigene Identität als Mensch und Leader zu klären, eine klare Vision und Mission zu entwickeln und die Werte zu entdecken, die Ihnen wirklich am Herzen liegen. Gemeinsam arbeiten wir daran, wie Sie beruflich erfolgreich sein können, ohne Ihre persönliche Erfüllung und Balance im Leben zu opfern.

**THE SMART  
LEADER  
CHALLENGE**  

---

**CAROLINE KRÜLL**





In THE SMART LEADER CHALLENGE erwarten Sie:

**6 MONATE TRANSFORMATION**

**6 IN SICH GESCHLOSSENE ONLINE MODULE**

*EIN KICK OFF IN BERLIN*

**EINE ABSCHLUSSVERANSTALTUNG IN BERLIN**

*LIVE CALLS VIA TEAMS*

**6 WISSENSQUIZ NACH JEDEM MODUL**

*EIN ABSCHLUSSTEST NACH 6 MONATEN*

**ZERTIFIKAT**

**Modul 1: Dein Verstand macht Dich sicher, aber nicht glücklich!**

Ein geschärftes Bewusstsein ist essenziell für ein erfülltes Leben. Führungskräfte lernen, ihren Verstand aktiv für sich zu nutzen, statt von ihm gebremst zu werden. So erleben sie mehr Lebendigkeit und persönliches Wachstum.

**Modul 2: Integrität als Deine Superpower für Deinen Erfolgsweg**

Integrität bedeutet, Zusagen einzuhalten und im Einklang mit den eigenen Werten zu handeln. Dieses Modul zeigt, wie Führungskräfte ihr Selbstvertrauen stärken, Konflikte vermeiden und wieder aktiv Entscheidungen treffen.

**Modul 3: Finde heraus, wer Du wirklich bist!**

Authentizität erfordert Selbsterkenntnis. Führungskräfte lernen, Glaubenssätze und innere Blockaden zu erkennen, ihre Ängste zu überwinden und hinderliche Muster dauerhaft zu lösen. Das Modul bietet Werkzeuge, um ein Leben zu führen, das die eigene Persönlichkeit widerspiegelt.

**Modul 4: Kommuniziere bewusst – mit Dir selbst und anderen!**

Die eigene Kommunikation beeinflusst Energie und Zufriedenheit. Führungskräfte erfahren, wie Wortwahl und Körpersprache genutzt werden können, um sich selbst und andere positiv zu stärken.

**Modul 5: Lebe Deine Identität, verfolge Deine Mission, gestalte Deine Vision!**

Klarheit über Vision und Mission gibt dem Leben Sinn. Dieses Modul zeigt, wie Führungskräfte ihre Ziele definieren und motiviert verfolgen, um ein erfülltes und fokussiertes Leben zu führen.

**Modul 6: Dein Ziel ist der Weg!**

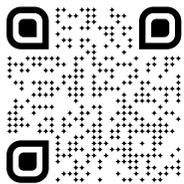
Ohne konkrete Schritte bleibt die Vision unerreicht. Führungskräfte entwickeln zielführende Strategien und Routinen, um ihre Ziele planbar in den Alltag zu integrieren. Das Modul zeigt, wie Fortschritte messbar und Etappen motivierend gestaltet werden.

## INSPIRIERENDE SEMINARE FÜR IHRE FÜHRUNGSKRÄFTE

# SEMINARE UND WEBINARE

Sie suchen nach Möglichkeiten, Ihre Führungskräfte zu stärken und zu motivieren? Caroline Krüll bietet mit ihren Seminaren und Webinaren die perfekte Lösung! Mit einer einzigartigen Mischung aus Motivation, persönlicher Weiterentwicklung und Leichtigkeit schafft sie es, Führungskräfte nachhaltig zu inspirieren.

Dabei steht nicht nur der Wissenstransfer im Vordergrund, sondern viel Praxis und wertvolles, respektvoll verpacktes Feedback, das als Impuls zur persönlichen und beruflichen Weiterentwicklung dient. Diese Seminare sind ein echter Gewinn für Ihr Unternehmen!



### WEITERE SEMINARE & WEBINARE WIE:

Positive Psychologie, Menschenkenntnis, Small Talk und Schlagfertigkeit, Körpersprache, Auftritt und Präsentation finden Sie auf Carolines Website.



*POWERFRAU! Ich habe nun schon mehrere Seminare bei Caroline Krüll gebucht, weil ich ihre Fach-, Sozial- und Methodenkompetenz sehr schätze. Sie begeistert durch ihre emphatische Art. Sie ist eine richtige Powerfrau. Ich habe sehr viel für meine berufliche und private Entwicklung durch Caroline Krüll mitnehmen und umsetzen können.*

Sina Brackmann, Finanzdienstleistungspartnerin  
Geschäftsstelle Sina Brackmann

## DIE MARKE : ICH

Wie gut vermarkten Sie sich selbst als Führungskraft? In der heutigen, wettbewerbsintensiven Geschäftswelt ist es entscheidend, sich erfolgreich zu positionieren. Selbstmarketing ist kein Schlagwort, sondern eine essentielle Fähigkeit, die darüber entscheidet, wie Sie wahrgenommen werden und welche Möglichkeiten sich Ihnen bieten. Führungskräfte stehen häufig im Fokus von Veränderungen und Herausforderungen. Eine starke MARKE : ICH hilft Ihnen, Ihre Stärken und Erfolge sichtbar zu machen, Vertrauen aufzubauen und Ihr Netzwerk gezielt zu erweitern. Durch Authentizität und die Stärkung Ihrer individuellen Marke werden Sie als Role Model für Ihr Team fungieren. Ihre Fähigkeit, authentisch zu kommunizieren und zu führen, inspiriert andere und fördert eine positive Unternehmenskultur.

## RESILIENZ. INNEN IM SEIN. AUSSEN IM TUN.

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie Ihre Gedanken Ihre Führungsstärke beeinflussen? Das Erfolgsrezept resilienter Leader liegt in der Erkenntnis, dass alles nur ein Gedanke ist. Auf diesen Gedanken folgen Bewertungen und Emotionen, oft tief im Unterbewusstsein verankert. Sie haben die Macht, Ihre Gedanken bewusst zu steuern. Denken Sie daran: Es ist nicht die Situation selbst, die zählt, sondern Ihre Interpretation davon. Nutzen Sie Achtsamkeit und Selbstreflexion, um negative Denkmuster in positive, lösungsorientierte Gedanken umzuwandeln. Mit den 7 Faktoren der Resilienz sowie tollen Bewusstseintools erlangen Sie die Fähigkeiten, tiefsitzende Gedanken über sich zu verändern und somit Ihre Triggerpunkte zu erkennen und abzuschalten. Gewusst wie!

## CHANGE: IST DAS DENN ALLES NOCH NORMAL?

Die Welt dreht sich schneller denn je, und Unternehmen stehen vor ständigen Umwälzungen. Umstrukturierungen werfen Schatten auf die Atmosphäre und lassen selbst die stärksten Führungskräfte an ihre Grenzen stoßen. Und die Mitarbeitenden? Oft verunsichert, klammern sie sich an ihre bewährten Teams – völlig nachvollziehbar. Aber wer kümmerte sich um Ihr eigenes Bewusstsein in diesem Sturm? Veränderung klingt auf dem Papier einfach, doch in der Realität fühlt sie sich oft an wie ein Sprung ins kalte Wasser. In meinem Seminar lernen Sie, wie bewusste innere Stärke Ihnen hilft, Wandel klar und inspirierend zu vermitteln. Für Leader, die mehr wollen.

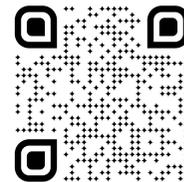




CAROLINE KRÜLL

## DEIN VODCAST FÜR NEUES FÜHREN MIT HERZ UND VERSTAND

Was sind die heutigen Herausforderungen von Führungskräften? Mit welchen Themen setzen sich die Köpfe von Unternehmen täglich auseinander? Was funktioniert heutzutage noch und was nicht mehr? In meinem Vodcast spreche ich mit authentischen Leadern und Experten aus allen Branchen über die Challenges auf den Führungsetagen und gebe Einblicke in meine Coachingpraxis. Die Themenfelder sind vielschichtig, haben jedoch eines gemeinsam: glasklare Transparenz, beeindruckende Authentizität und entwaffnende Ehrlichkeit. Freuen Sie sich auf spannende Stories von tollen Leadern, die unterschiedlicher nicht sein können. Und was motiviert Sie, jeden Morgen wieder aufzustehen, um als Führungskraft das Beste aus sich herauszuholen? Herzlich Willkommen bei Caroline Krüll:



DEIN VODCAST FÜR  
NEUES FÜHREN FÜR HERZ UND VERSTAND



PERSÖNLICH & HANDSIGNIERT

## DAS ENTFALTUNGSPAKET

Caroline Krüll ist Autorin von fünf inspirierenden Büchern und hat mit drei ihrer Werke den Sprung auf die Amazon-Bestsellerliste geschafft. In ihren kurzweiligen Jobratgebern bietet sie nicht nur theoretische Einblicke in wichtige Themen, sondern bereichert diese auch mit sofort umsetzbaren Praxisübungen. So können Ihre Mitarbeitenden das Gelernte direkt in ihren Arbeitsalltag integrieren und ihre Fähigkeiten gezielt weiterentwickeln.

Das Entfaltungspaket ist eine hervorragende Möglichkeit, Ihnen diese wertvollen Ressourcen zugänglich zu machen. Es ist im Shop auf Carolines Website erhältlich und bietet die perfekte Kombination aus Wissen, Motivation und praktischen Werkzeugen. Sie planen für Ihr Event, Ihre Goodiebags, Ihre Teams oder Ihre Firmenfeier individuelle handsignierte Give aways?



**AGENTUREN & VERLAGE**

AXEL SPRINGER VERLAG, HAMBURG

BAUER MEDIA, HAMBURG

BERLINER MORGENPOST, BERLIN

GABLER VERLAG, WIESBADEN

GU VERLAG, MÜNCHEN

PORT-NEO - THE CX-AGENCY,  
STUTT GART

WONGDOODY, STUTT GART

VERLAG C.H. BECK, MÜNCHEN

**BANKEN & FINANZDIENSTLEISTUNGEN**

DEKA BANK, FRANKFURT

INITIATIVE DEUTSCHE  
ZAHLUNGSSYSTEME, BERLIN

LB NORD, HANNOVER

LBBW, STUTT GART

KFW BANK, FRANKFURT AM MAIN

**MLP AG, MÜNCHEN**

SPARKASSE, DEUTSCHLANDWEIT

**DIENSTLEISTUNG & TOURISMUS**

AIRPORT MUNICH, MÜNCHEN

ATLANTIC HOTELS, BREMEN

BVG, BERLIN

GEIS GLOBAL LOGISTICS,  
BAD NEUSTADT

ÖSTERREICHISCHE BAHN, LINZ

RTL RADIO DEUTSCHLAND, BERLIN

TUI GMBH, HANNOVER

**ENERGIE & IT**

ENVIA M, HALLE

ENCW, CALW

GISA, HALLE

TRIVIT AG, RAVENSBURG

**KANZLEIEN & BERATUNGSUNTERNEHMEN**

AGON PARTNERS, LEGAL AG, ZÜRICH

BECKMANN CONSULTING, BIELEFELD

ESCH. THE BRAND CONSULTANTS GMBH,  
SAARLOUIS

HONORIS TREUHAND GMBH, BERLIN

KPMG AG, DEUTSCHLANDWEIT

NAVIGATOR GRUPPE, GÜTERSLOH

PWC, DEUTSCHLANDWEIT

QUADRILOG BERATERGRUPPE,  
BERLIN, DÜSSELDORF, SOLINGEN

S-SERVICEPARTNER GMBH, BERLIN

**INDUSTRIE & HANDEL**

BENTELER STAHLROHR GMBH,  
PADERBORN

GORENJE GROUP, MÜNCHEN

HENKEL AG, DÜSSELDORF

KOFFEREXPRESS24, NEUÖTTING

LEHMANNS MEDIA VERLAG GMBH, BERLIN

LÓREAL PROFESSIONEL, DÜSSELDORF

ORSAY GMBH, ECKARTSWEIER

PAUL MITCHELL, FRANKFURT

PORSCHE AG, LEIPZIG

SKZ, WÜRZBURG

THALIA, DEUTSCHLAND

TOPHAIR, DÜSSELDORF

#### PHARMA & CHEMIE

BERLIN CHEMIE AG, BERLIN

GALAPAGOS BIOPHARMA GERMANY  
GMBH, MÜNCHEN

MAX-PLANCK-INSTITUT FÜR BIOCHEMIE,  
MARTINSRIED

MEDIZINISCHE HOCHSCHULE HANNOVER

MERCK KGAA, DARMSTADT

MERZ PHARMAZEUTICALS GMBH,  
FRANKFURT AM MAIN

#### ORGANISATIONEN & VERBÄNDE

AOK BUNDESVERBAND, BERLIN

BME BUNDESVERBAND, FRANKFURT

BVGIT BUNDESVERBAND, BERLIN

DEUTSCHER BEAMTENBUND, BERLIN

EUROFORUM, D UND CH

FLUGHAFEN AKADEMIE, MÜNCHEN

HASSO-PLATTNER-INSTITUT,  
POTSDAM

IHK, DEUTSCHLANDWEIT

VERBAND DER PRIVATEN  
KRANKENVERSICHERUNG E.V., KÖLN

UMWELTBERATUNG,  
NIEDERÖSTERREICH

VDI, DÜSSELDORF

VERBAND DER ERSATZKASSEN E.V., BERLIN

VERBAND FENSTER + FASSADE,  
FRANKFURT

WIRTSCHAFTSJUNIOREN,  
DEUTSCHLANDWEIT

#### VERSICHERUNGEN

AOK NORDWEST, DORTMUND

AOK, RHEINLAND/HAMBURG

BALOISE SACHVERSICHERUNG AG, BAD  
HOMBURG

BERUFSBILDUNGSWERK DER  
VERSICHERUNGSWIRTSCHAFT, KIEL

KKH, KAUFMÄNNISCHE  
KRANKENKASSE, HANNOVER

ÖFFENTLICHE VERSICHERUNG,  
BRAUNSCHWEIG

PROVINZIAL VERSICHERUNGEN,  
MÜNSTER

R+V VERSICHERUNGEN, WIESBADEN

BECK VERLAG, BERLINER MORGENPOST, BILD,  
BUNTE, COSMOPOLITAN, DER GROSSE KNIGGE,  
FAZ, FRANKFURTER RUNDSCHAU, FOCUS ONLINE,  
FREUNDIN, KABEL 1, KÖLNER STADTANZEIGER,  
KIELER NACHRICHTEN, MAXI, MYSELF, N 24,  
PRO 7, PHOENIX, RHEINISCHE POST, RBB, RTL,  
SAT 1, SWR1, STUTTGARTER ZEITUNG, SPIEGEL  
WISSEN MAGAZIN, SÜDDEUTSCHE, TAGESSPIEGEL,  
TV-BERLIN, UNICUM, VOX, WDR, WELT TV,  
WELT, WELT KOMPAKT, WOMAN@WORK, ZEIT





**MACH ES FÜR DICH!**



# CAROLINE KRÜLL

Caroline Krüll ist im gesamten deutschsprachigen Raum zuhause.

Für Einzelcoachings nehmen Sie doch bitte Platz in Berlin, Düsseldorf oder Cádiz.

[look@caroline-kruell.de](mailto:look@caroline-kruell.de)

+49 (0) 173 327 02 42

[www.caroline-kruell.de](http://www.caroline-kruell.de)

