

Jeder unserer fünf Workshops hat einen thematischen Schwerpunkt. Die Themen sind miteinander verbunden und bauen auch aufeinander auf. Die Module sind inhaltlich so abgestimmt, dass Sie diese einzeln oder in anderer Reihenfolge sinnvoll buchen können.

### 1. Lebenskraft – Persönliche Ressourcen entdecken

Sie lernen sich selbst, Ihre Persönlichkeit aus neuen Perspektiven kennen, finden Zugang zu innerer Motivation und Kraft. Sie erkennen die Zusammenhänge zwischen unseren körperlichen, emotionalen, seelischen, sozialen Befindlichkeiten und gestalten diese. Sie übernehmen die Verantwortung für das, was ist.  
Authentisch. Ehrlich. Zentriert.

### 2. Lebensmeisterschaft – Vom Sein zum Tun

Sie übernehmen die Regie in Ihrem Leben durch Ihre innere Haltung und Ihre Kompetenz im Handeln. So erreichen Sie Ihre Vision und Ziele. Erfolg und Glück sind kein Zufall, sondern fallen uns zu, wenn wir das Notwendige tun.  
Zuverlässig. Nachhaltig. Pragmatisch.

### 3. Lebensglück – Wir sind nicht allein

Ein Schlüssel zu guten Beziehungen liegt in authentischer und effektiver Kommunikation. Das gilt für alle Bereiche des Lebens. Sie lernen, auch schwierige Gespräche auf angemessene Art zu führen, zum Positiven zu wenden.  
Zielführend. Empathisch. Verbindlich.

### 4. Lebenskunst – Lebe Deinen Traum

Zum glücklich Sein gehört auch die Kontrasterfahrung. Krisen bieten uns Chancen, offen zu werden für neue Wege, über uns hinauszuwachsen. Sie wagen, Ihren jetzigen Traum zu träumen und erkunden, wie Sie ihn jetzt leben können.  
Entschlossen. Kreativ. Anspruchsvoll.

### 5. Lebenszuversicht – Gestalten aus Selbstvertrauen

In unserer vernetzten und dynamischen Welt verflüchtigen sich vertraute Gewissheiten. Wir sind immer mehr gefordert mit Sorgen und Ängsten konstruktiv umzugehen, uns immer wieder neu zu orientieren, gewohnte Denkmuster zu hinterfragen. In unserem Workshop erkunden wir Perspektiven von Ordnung in unserer scheinbar chaotischen Welt, entdecken Spielräume für selbstverantwortliches Handeln und persönliche Entwicklungschancen.  
Neugierig, offen, selbstwirksam

#### Wer wir sind

„Führung 9 punkt 0 – Forum für kreative Führung“ ist ein Netzwerk von Coaches und Trainern, die mit ambitionierten Menschen arbeiten.

Wir führen und unterstützen Menschen, Teams und Organisationen dabei, auch hochgesteckte Ziele zu erreichen, Veränderungen umzusetzen und neue Wege zu gehen.

Wir vermitteln Motivation und Kompetenz durch ganzheitliche Perspektiven und Trainings, die den Menschen als Ganzes auf den Ebenen von Körper, Geist und Seele ansprechen.

#### Kontakt

Dr. Karl-Josef Does, In der Geiß 3, 71384 Weinstadt,  
0171 7 57 77 29, [kjd@forum-kreative-fuehrung.de](mailto:kjd@forum-kreative-fuehrung.de),  
[www.forum-kreative-fuehrung.de](http://www.forum-kreative-fuehrung.de)



Alles kein Zufall:

Lebensmeisterschaft

Lebensglück

Lebenskunst

Führung 9 punkt 0®

Forum für kreative Führung



## Das Leben erfolgreich meistern

Neue Wege entstehen, wenn wir sie gehen. Doch fehlen uns dazu oft die Motivation und der Mut. Wir vertrauen lieber den uns bekannten Pfaden, bleiben bei Gewohnheiten und eingefahrenen Mustern. Selbst dann, wenn wir spüren, dass wir mehr aus unserer Lebenszeit machen könnten.

In unseren Workshops zur „Lebensmeisterschaft“ gewinnen Sie Mut für den nächsten Schritt: einen neuen, ungewohnten Weg zu erkunden und zu gehen.

## Lebenskunst: Leben, das in mir steckt

Wenn unser Leben „im Fluss ist“ und bleibt, bereiten wir den Boden für die fragile Pflanze „Glück“ vor. So können wir säen, ernten und das in die Welt bringen, was in uns steckt. Anstrengung und Leistung gehören dazu, aber mit Lust und Freude erbracht. Das gilt für alle Lebensbereiche, die uns wichtig sind: Familie und Partnerschaft, Gesundheit, Freundschaft und beruflicher Erfolg. Wir zeigen Ihnen, wie Sie in „Fluss“ kommen und bleiben, Arbeit und Leistung mit Lust und Freude verbinden, um Ihr Leben in kunstvolle Balance zu bringen.

## Meine innere, schöpferische Kraft entdecken

Alle Kraft ist innerlich. Erfolg und Glück sind kein Zufall, vielmehr „fallen sie uns zu“, wenn wir entsprechend handeln. Unser Denken und Fühlen, unsere Intuition und Inspiration bestimmen unser Handeln. Alles ist Teil unserer Persönlichkeit. Deswegen ist es wichtig, zu wissen und zu reflektieren, wer und wie ich bin, wie ich denke und fühle. Ich schaffe so einen neuen Zugang zu meinen Ressourcen, und auch zu meinen „Schattenseiten“. Erst jetzt kann ich bewusst entscheiden, was ich ändern möchte, um meine Ziele zuverlässig zu erreichen.

In unseren Workshops finden Sie Zugang zu bislang Ihnen nicht bewussten und ungenutzten Ressourcen, zu Ihrer persönlichen Intuition und Kreativität.



## Ziele zuverlässig erreichen

„Lebens-Meisterschaft“ ist auch „Lebens-Handwerk“. Es geht darum, das Not-Wendige konkret zu tun, Ideen und Pläne praktisch umzusetzen. Oft unterschätzen wir die Anstrengung und Energie, die notwendig sind, um unsere Ziele zu erreichen und Veränderung in unser Leben zu bringen. Erste unerwartete Schwierigkeiten lassen uns zu schnell aufgeben. Es gilt: „Es ist nicht wichtig, wie oft du hinfällst, sondern wie oft du wieder aufstehst.“

## Aus der Krise wachsen

Stellen Sie sich vor: Ihr Leben gerät aus der Balance, Schwierigkeiten in Beruf oder Beziehungen wachsen sich zu einer Lebenskrise aus. Die gute Nachricht: Erst schwierige Situationen geben uns die Gelegenheit, unsere besten Qualitäten zu entdecken. In unseren Workshops gewinnen Sie Ihre „Krisenfestigkeit“ und erfahren, wie Sie persönlich an schwierigen Situationen wachsen können.

## Mein Glück ist immer da, wo ich jetzt bin – Anleitung zum Glücklichein

In unseren Workshops sprechen wir den ganzen Menschen an, sehen uns als eine lebendig dynamische Einheit von Körper, Geist und Seele an. Aus diesem Grund arbeiten wir in Übungen mit Kunst, Musik und Bewegung, meditativer Selbstreflexion, wissenschaftlich fundierter Information und kreativem Erfahrungsaustausch zwischen Teilnehmern und Coaches. „Wiederholung ist die Mutter des Lernens ...“. Wir geben Ihnen Techniken mit auf den Weg, die Sie leicht in Ihren Alltag integrieren können: Übungen zu körperlicher und geistiger Fitness, emotionaler Souveränität und Durchsetzungsfähigkeit in Konflikten, zur konstruktiven Kommunikation.

