SICHTBAR. STARK. WIRKSAM.

Lerneinheiten:	21
Kosten:	280 € | Vereinsmitglieder LSB BRB
	300 € | Nichtmitglieder LSB BRB
Anmeldeschluss:	02.10.2026, 12:00 Uhr
Stornofrist:	12.09.2026

Termine

10.10.2026, 10:00 - 15:00 Uhr

Ort:	Landessportbund Brandenburg e.V.
	Olympischer Weg 7 (Haus des Sports), 14471 Potsdam
Referent:in:	Dr. Kati Dürrenfeld

10.11.2026, 18:00 - 20:15 Uhr

Ort:	Online-Seminar über Zoom
Referent:in:	Dr. Kati Dürrenfeld

19.01.2027, 18:00 - 20:15 Uhr

Ort:	Online-Seminar über Zoom
Referent:in:	Dr. Kati Dürrenfeld

16.02.2027, 18:00 - 20:15 Uhr

Ort:	Online-Seminar über Zoom
Referent:in:	Dr. Kati Dürrenfeld

13.03.2027, 10:00 - 16:30 Uhr

Ort:	Landessportbund Brandenburg e.V.
	Olympischer Weg 7 (Haus des Sports), 14471 Potsdam
Referent:in:	Dr. Kati Dürrenfeld

Inhaltliche Schwerpunkte

Nicht lauter werden, sondern klarer.
Nicht härter werden, sondern wirksamer. Kennst du das?

Nicht härter werden, sondern wirksamer.Kennst du das?
Kennst du das?

- **Du übernimmst Verantwortung** im Verein, aber deine Stimme geht unter?
- **Du hast gute Ideen**, aber zögerst, sie selbstbewusst zu vertreten?
- **Du fragst dich**, ob du „richtig" führst – oder ob du dich verbiegen musst, um anzukommen?
- **Du bist erschöpft** vom Spagat zwischen allen Erwartungen und deinen eigenen Werten?

Du bist nicht allein!
Frauen im Sport leisten Enormes – als Vorständinnen, Trainerinnen, Übungsleiterinnen, Projektverantwortliche.
Trotzdem sind sie in Führungspositionen noch immer unterrepräsentiert. Nicht, weil die Kompetenz fehlt. Sondern weil oft die innere Klarheit, das Vertrauen in die eigene Wirkung und die Sichtbarkeit fehlen.
Genau hier setzt diese Entwicklungsreise an.

Was dich erwartet: 6 Monate | 5 Etappen | 1 ZielDies ist keine klassische Führungskräfte-Schulung. Es ist eine **Reise zu deiner persönlichen FührungsKRAFT** – fundiert, praxisnah und nachhaltig.
Deine Reise basiert auf dem PERMA-Lead-Modell der Positiven Psychologie und beantwortet fünf zentrale

Fragen:

- **Was stärkt mich?** – Ressourcen und Kraftquellen aktivieren
- **Wofür stehe ich?** – Werte als inneren Kompass nutzen
- **Wie bleibe ich unter Druck handlungsfähig?** – Selbstregulation und Resilienz
- **Wie gestalte ich meine Wirkung bewusst?** – Authentisch sichtbar werden
- **Wie begleite ich andere positiv?** – Stärkende Führung entwickeln

Die 5 Etappen deiner Entwicklungsreise1. Etappe: Ankommen in der eigenen FührungsKRAFT**10. Oktober 2026 | 10:00–15:00 Uhr | Präsenz in Potsdam**
Selbstführung als Fundament starker und sichtbarer Führung

- Einführung in Positive Leadership & PERMA-Lead
- Reflexion deiner Führungsrolle: Wo stehst du? Wo willst du hin?
- Ressourcen- und Stärkenarbeit: Was bringst du bereits mit?
- Entwicklung persönlicher Ziele für die nächsten 6 Monate

2. Etappe: Mein innerer Kompass**10. November 2026 | 18:00–20:15 Uhr | Online**
Meaning – Werte und Sinn in meiner Führung

- Persönliche Wertearbeit: Wofür stehe ich wirklich?
- Sinnorientierung als Energiequelle
- Werte als Entscheidungshilfe in schwierigen Situationen
- Authentische Sichtbarkeit: Wie zeige ich, wer ich bin?

3. Etappe: Mein Blick auf Menschen**12. Januar 2027 | 18:00–20:15 Uhr | Online**
Relationships – Haltung, Menschenbild und Beziehungsgestaltung

- Reflexion des eigenen Menschenbildes: Wie sehe ich andere?
- Potenzial- statt Defizitorientierung
- Beziehungsgestaltung in Führungsrollen: Nähe und Klarheit
- Förderung von Vertrauen und echter Zusammenarbeit

4. Etappe: Meine innere Stabilität**16. Februar 2027 | 18:00–20:15 Uhr | Online**
Selbst- und Stressregulation – Handlungsfähig bleiben, auch wenn's brennt

- Umgang mit Belastung, Druck und Konflikten
- Methoden zur Selbstregulation (sofort anwendbar!)
- Wahrnehmung persönlicher Stressmuster und Trigger
- Individuelle Strategien zur emotionalen Stabilisierung

5. Etappe: Stark bleiben. Sichtbar wirken. Positiv führen.**13. März 2027 | 10:00–15:00 Uhr | Präsenz in Potsdam**
Integration, Transfer und deine nächsten Schritte

- Reflexion der persönlichen Entwicklungsreise: Was hat sich verändert?
- Integration der gewonnenen Erkenntnisse in deinen Führungsalltag
- Entwicklung konkreter Umsetzungsschritte: Was nimmst du mit?
- Abschluss und Zertifizierung

Was du mitnimmst – dein persönlicher MehrwertNach dieser Entwicklungsreise wirst du:

- **Klarer in deiner Führungsidentität** – du weißt, wer du bist und wofür du stehst
- **Selbstbewusster in deinem Auftreten** – du zeigst dich, ohne dich verbiegen zu müssen
- **Stärker in deiner Selbstführung** – du kennst deine Ressourcen und nutzt sie gezielt
- **Stabiler unter Druck** – du bleibst handlungsfähig, auch in herausfordernden Situationen
- **Wirksamer in der Führung anderer** – du begleitest Menschen stärkend und positiv
- **Vernetzt mit Gleichgesinnten** – du bist Teil einer inspirierenden Community

---
Für wen ist diese Reise?Du bist hier richtig, wenn du:
- ehrenamtlich oder hauptamtlich im Sport engagiert bist
- bereits Führungsverantwortung trägst – oder bald übernehmen willst
- Trainerin, Übungsleiterin oder Vorstandsfrau bist
- deine persönliche Wirksamkeit stärken möchtest
- authentisch führen willst – auf deine Art

Auch Männer sind herzlich willkommen – insbesondere wenn sie Frauen in Führungsrollen fördern und Chancengleichheit im Sport aktiv unterstützen möchten.

Deine Begleiterin auf dieser ReiseDr. Kati DürrenfeldDr. Kati Dürrenfeld ist Expertin für Positive Leadership und Führungsentwicklung. Ihr Ansatz verbindet wissenschaftliche Fundierung mit praxisnaher Umsetzung und persönlicher Reflexion. Im Mittelpunkt steht die Stärkung von Selbstführung, Klarheit und Wirksamkeit als Grundlage für authentische Führung.
>> Exposé der Referentin

Format & RahmenbedingungenHybrides Lernen – flexibel und nachhaltig
- **2 Präsenztage** im Haus des Sports, Potsdam (inkl. Verpflegung)
- **3 interaktive Online-Workshops** (je ca. 2,5 Stunden)
- **Transfer- und Vertiefungsimpulse** zwischen den Terminen
- **Anerkannt zur Verlängerung der DOSB-C- und DOSB-B-Lizenzen** des LSB Brandenburg

Wichtig:Die Fortbildungsreihe ist nur als **Gesamtpaket** buchbar. Nur so entsteht ein nachhaltiger Entwicklungsprozess statt eines einmaligen Seminarerlebnisses.
Investition in dich selbst**280 Euro** für die gesamte 6-monatige Entwicklungsreise
Inklusive:

- Alle 5 Etappen (Präsenz & Online)
- Begleitmaterialien und Transfer-Impulse
- Verpflegung an den Präsenztagen
- Teilnahmezertifikat
- Lizenzverlängerung: DOSB-Übungsleiter:in C-Lizenz (Breitensport) und DOSB Vereinsmanager:in C/B-Lizenz

Jetzt anmelden und sichtbar werden!**Wer Verantwortung übernehmen möchte, braucht nicht nur Fachwissen – sondern Klarheit, Selbstvertrauen und innere Stärke.**
Plätze sind begrenzt – sichere dir deinen Platz auf dieser besonderen Entwicklungsreise.
Fragen? Wir sind für dich da!Maria Fürstenberg I Tel.: 0331 58 567 162 I Mail: fuerstenberg@lsb-brandenburg.de
Werde Teil einer Bewegung für mehr weibliche Sichtbarkeit, Stärke und Führungskraft im Sport. Wir freuen uns auf dich!

Veranstalter

Landessportbund Brandenburg e. V.

Olympischer Weg 7
14471 Potsdam
Tel.: (0331) 58 567 - 100