



Liebe Professorinnen und Professoren,
liebe Kolleginnen und Kollegen,
liebe Leserinnen und Leser,

in unserem ersten Newsletter des Jahres liegt unser Fokus ganz auf dem Thema „Psychische Gesundheit“ in all ihren Facetten. Zusammen mit unserem externen Partner B.A.D bieten wir Ihnen Seminare zur Selbstfürsorge in der digitalen Arbeitswelt, zum Umgang mit Sorgen und Ängsten oder zur mentalen Widerstandsfähigkeit. Speziell für Führungskräfte gibt es die aufeinander aufbauende Reihe „Führung und Gesundheit“, die neben Stresskompetenz und dem Führen von Konfliktgesprächen insbesondere den Zusammenhang zwischen Selbstfürsorge und Fürsorge für die Mitarbeitenden behandelt. Auch im Bereich Hochschuldidaktik ist psychische Gesundheit ein Thema, hier mit Blick auf den Umgang mit psychisch belasteten Studierenden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Entdecken unseres Jahresprogramms 2025!

Ihr Team der Stabsstelle Personalentwicklung und Weiterbildung

Dr. Jennifer Dobschenzki, Anna Michl, Stephanie Piehlmeier, Eva Schmatloch und Dr. Michael Winklmann

Inhalt Newsletter

- Angebote für Führungskräfte
- Hochschuldidaktische Angebote
- Angebote aus dem Bereich Gesundheit
- Weitere Angebote an der KU
- Bleiben Sie informiert: Regelmäßige Informationen & Kontakt

Unser Jahresprogramm 2025 ist veröffentlicht!

Jetzt entdecken

Angebote für Führungskräfte



Exklusiv für Professor/-innen der KU: Führung in der Wissenschaft

In diesem Seminar werden Verantwortungen und Rollen reflektiert, denen Führungskräfte in der Wissenschaft begegnen - auch mit Blick auf die besonderen Herausforderungen bei der Betreuung von Nachwuchswissenschaftlerinnen und Nachwuchswissenschaftlern. 02.10.2025, 09:00-17:00 Uhr, Präsenz, Dr. Kristina van Dawen (DHV)

mehr Informationen



NEU: Führen in der Wissenschaft für Nachwuchswissenschaftler/-innen

Die Arbeitsbedingungen in der Wissenschaft sind im ständigen Wandel und geprägt von vielfältigen Erwartungen, Komplexität und hoher Aufgabendichte. Dabei ist Führung eine Fähigkeit, die erlernt und gezielt trainiert werden kann. Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, den entscheidenden ersten Schritt zu gehen. 09.04.2025, 09:00-16:00 Uhr, Online, Dipl. Coach Petra Lutz (DHV)

mehr Informationen



NEU: Fortbildungsreihe "Führung und Gesundheit"

Ziel dieses Seminars ist es, die Kompetenzen für einen gesundheitsförderlichen Führungsstil zu erweitern, besonders bei psychosozialen Dynamiken. Der Fokus liegt auf der Identifizierung und Nutzung eigener Ressourcen der Führungskräfte sowie der Mitarbeitenden und Teams.

Basismodul: Gesund Führen, 31.03.25, Präsenz, Halbtagesworkshop

Modul I: Psychische Belastungen meistern, 31.03.25, Präsenz, Halbtagesworkshop

Modul II: Stresskompetenz für Führungskräfte, 23.05.25, Online, Halbtagesworkshop

Modul III: Konflikte erfolgreich lösen, 18.07.25, Online, Halbtagesworkshop

Modul IV: Gesprächsformate, 29.10.25, Präsenz, Halbtagesworkshop

mehr Informationen

Hochschuldidaktische Angebote

Hochschuldidaktische Beratungen

Die Mitarbeiter/-innen der Stabsstelle Personalentwicklung und Weiterbildung stehen Ihnen bei hochschuldidaktischen Fragen gerne beratend zur Seite. Wenn eine Beratung mindestens drei Treffen umfasst, können auch Arbeitseinheiten für das Zertifikat Hochschullehre vergeben werden. Wenden Sie sich bei Interesse über



Neu: Beratungsservice zur Virtuellen Hochschule Bayern (vhb)

Mit unserer neuen Teamkollegin Stephanie Piehlmeier bieten wir nun einen umfassenden Beratungsservice zur Virtuellen Hochschule Bayern (vhb) an. Die vhb fördert regelmäßig die Entwicklung digitaler Kurse und Lerneinheiten.

Wünschen Sie sich Orientierung im Förderportfolio?
Individuelle Beratung bei der mediendidaktischen Gestaltung von vhb-Formaten?



Im Rahmen des **Projekts Instructional Designer@vhb** (08/2024 – 07/2026) ist Frau Piehlmeier Ansprechpartnerin für alle vhb-Interessierten und vhb-Projektmitwirkenden der KU. Teilen Sie uns in unserer kurzen Umfrage gerne mit, welche Beratungsangebote Sie am meisten interessieren.

Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihre Zeit!

zur Umfrage



Freiraum 2026

Die Stiftung Innovation in der Hochschullehre fördert auch in diesem Jahr wieder innovative Lehrprojekte. Ab dem 10. Februar 2025 können Interessensbekundungen über das Förderportal eingereicht werden. Dafür ist eine Projektskizze im Umfang von 1.500 Zeichen zu erstellen. Die maximale Fördersumme beträgt 400 000€ pro Projekt.

mehr Informationen



LEGO® SERIOUS PLAY®

Superman, Wonderwoman oder Doctor Strange. Reflexion der eigenen Lehrpersönlichkeit mit LEGO® SERIOUS PLAY®

Was für eine Lehrpersönlichkeit bin ich eigentlich? Von welchen Prinzipien, Werten und Grundeinstellungen lasse ich mich in meiner Lehre und im Umgang mit Studierenden leiten? Sich seiner eigenen Lehrpersönlichkeit bewusster zu werden, ist Inhalt und Ziel dieses Seminars.

20.02.2025, 13:00-17:00 Uhr, S30a-109, Dr. Jennifer Dobschenszki

zur Kursanmeldung

Umgang mit psychisch belasteten Studierenden



PSYCHISCHE
BELASTUNGEN
STUDIERENDER

Der Online-Workshop stellt in einem ersten Schritt die häufigsten psychischen Erkrankungen vor, gibt Hilfestellung im Umgang mit psychischen Ausnahmesituationen und Tipps zur Gesprächsführung mit psychisch belasteten Studierenden.

06.03.2025 10:00-12:00 Uhr, online via Zoom, Dr. Jennifer Dobschenszki

zur Kursanmeldung



STIMME UND KÖRPER

Mit stimmlicher Präsenz überzeugen

Fühlen Sie sich beim Sprechen gestresst und unter Druck? Werden Sie von anderen schlecht verstanden und müssen Sie häufig etwas wiederholen? Ein Stimmtraining kann Ihnen helfen, die Wirkung dessen, was Sie sagen, zu optimieren.

01.04.2025, 10:00-16:00 Uhr, S30a-109, Prof. Dr. Ulla Beushausen

zur Kursanmeldung



OUTDOOR CAMPUS LERNEN IM FREIEN

Unterrichten im Freien – Outdoor Campus

Zielgerichtet und lernerzentriert Lehren im Freien, wie geht das? Im Workshop werden praktische Umsetzungsideen gemeinsam erarbeitet.

13. und 20.05.2025, jeweils 14:00 - 16:30 Uhr, Outdoor Campus und INTERIM-209, Bianca Höppner, Andrea Steinbach

zur Kursanmeldung



PRÜFEN MIT KI

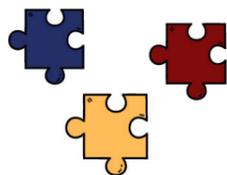
Prüfen mit/angesichts von KI

Wie kann man sicherstellen, dass Studierende die KI bewusst und gezielt nutzen, anstatt sie als Black-Box zu betrachten? Wie können wir Lehre und Prüfungen so gestalten, dass Studierende ihre Ergebnisse in eigenen Worten formulieren und ihre Denk- und Arbeitsprozesse reflektieren und veranschaulichen?

22.05.2025, 09:00-16:30 Uhr, S30a-109, Sebastian Walzik

zur Kursanmeldung

Angebote aus dem Bereich Gesundheit



BETRIEBLICHES EINGLIEDERUNGS- MANAGEMENT (BEM)

Betriebliches Eingliederungsmanagement für Beschäftigte

Informationsveranstaltung und offene Fragerunde zum Betrieblichen Eingliederungsmanagement.

Zielgruppe: Alle Beschäftigten

30.01.2025, 09:00–10:00 Uhr, Online, Anna Michl

zur Kursanmeldung



Betriebliches Eingliederungsmanagement für Führungskräfte

Informationsveranstaltung zum Betrieblichen Eingliederungsmanagement mit dem Fokus auf die Rolle der Führungskraft im BEM-Prozess.
Zielgruppe: Führungskräfte in Wissenschaft und Verwaltung
20.02.2025, 09:00–10:00 Uhr, Online, Dr. Jennifer Dobschenzki & Anna Michl

zur Kursanmeldung



Psychologische Beratung am Standort Eichstätt und Ingolstadt

Eichstätt: 24.02.2025, 09:00-16:00 Uhr, DP8-102
Ingolstadt: 29.04.2025, 09:00-16:00 Uhr, Geog-201
und weitere Termine (unter "Termin buchen")

Arbeitspsychologin: Cornelia Plein, Beraterin Gesundheitsmanagement, M.Sc. Psychologin (BAD)

Termin buchen



Bildschirmbrillenuntersuchung am Standort Eichstätt und Ingolstadt

Eichstätt: 13.03.2025, 08:30–16:00 Uhr, eRs-102
Ingolstadt: 17.03.2025, 08:00–16:00 Uhr, Raum: HB-108
und weitere Termine im Herbst (unter "Termin buchen")

Termin buchen



Selbstfürsorge in der digitalen Arbeitswelt (Impulsvortrag)

Gesunder und achtsamer Umgang mit eigenen psychischen, körperlichen und mentalen Ressourcen.
27.02.2025, 10:00-11:00 Uhr, Online via zoom, Mona Fischer (BAD)

zur Kursanmeldung



Unter Strom – Wege in die Entspannung

In diesem Halbtagesworkshop lernen Sie, Ihre Stressmuster zu erkennen und Handlungsmöglichkeiten bei Belastungen zu erarbeiten.

12.05.2025, 09:00-13:00 Uhr, S30a-109, BAD

zur Kursanmeldung

Weitere Angebote an der KU



WEN DO – Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Frauen

WEN DO ist ein Konzept zur Selbstverteidigung und Selbstbehauptung von Frauen, das über den rein körperlichen Aspekt der Selbstverteidigung hinausgeht. Ein sicheres Auftreten, der gezielte Einsatz von Körpersprache und Stimme sowie praktische Tipps zur Selbstbehauptung im Alltag sind Inhalt dieses Workshops.

21.05.25, 10:00-16:00 Uhr, S30a-109, Cordula Weidner

Zur Anmeldung



KU FIT – Das hochschuleigene Fortbildungszertifikat

Mit KU FIT fördert die KU die Motivation ihrer Mitarbeitenden und deren Offenheit für Neues, insbesondere für den interkulturellen Austausch.

Mehr Informationen finden Sie auf der **Website des International Office**

Coffee Lecture: Was ist KU FIT überhaupt?

12.03.2025, 12:00-13:00 Uhr, Online, Jessica Hofmacher (ohne Anmeldung. Den Zoom-Link zur Coffee Lecture finden Sie direkt in ILIAS)



Interkulturelle Kompetenzen stärken

(Dieser Kurs ist auf das Programm KU FIT anrechenbar)

Das Seminar vermittelt einen Überblick über die wichtigsten Kulturdimensionen sowie konkrete Handlungsstrategien, die einen respektvollen, sicheren und zielführenden Umgang miteinander im interkulturellen Praxisalltag ermöglichen.

Referentin: Dr. Gabi Kratochwil (CrossCultures)

Eichstätt, 26.05.2025, 09:00-17:00 Uhr, S30a-109

Zur Anmeldung

Ingolstadt, 27.05.2025, 09:00-17:00 Uhr, HB-013

Zur Anmeldung

Bleiben Sie informiert:

Der Newsletter der Stabsstelle Personalentwicklung und Weiterbildung wird **regelmäßig** an alle KU-Angehörigen verschickt. Wenn Sie zwischen diesen Zeitpunkten über Neuerungen, Angebote und Veranstaltungen informiert werden möchten, dann können Sie auch folgende Kanäle nutzen:



Zoom-Newsfeed

Aktuelle und kurzfristige Informationen zu laufenden Kursen, neuen Kursangeboten und freien Plätzen

Hier abonnieren



ILIAS-Weiterbildungsportal

Anmeldung zu den Fortbildungsangeboten ausschließlich über das ILIAS-Weiterbildungsportal

Zum ILIAS-Weiterbildungsportal



Veranstaltungskalender

Überblick über alle Fortbildungsangebote der Stabsstelle

Zum Veranstaltungskalender

290 pixel image width

Homepage

Weiterführende Informationen und hilfreiche Tools zu den Themen Führung, Gesundheit und Hochschuldidaktik

Zur Homepage

Wird diese Nachricht nicht richtig dargestellt, klicken Sie bitte **hier**.

Katholische Universität Eichstätt-Ingolstadt
Stabsstelle Personalentwicklung und Weiterbildung
Ostenstraße 26
85072 Eichstätt
Deutschland

personalentwicklung(at)ku.de
www.ku.de/personalentwicklung



Wenn Sie diese E-Mail (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchten, können Sie diese **hier** kostenlos abbestellen.