

In drei Schritten zum Wunschkurs! So einfach geht's:

1

AUSWÄHLEN

Alle Themen und Termine finden Sie hier oder **online** unter:

h2.de/studiumgenerale

2



BERATEN

Für Fragen oder ein persönliches Beratungsgespräch steht Ihnen unsere Programmkoordinatorin zur Verfügung.

Ilona Darius
(0391) 886 43 89 / ilona.darius@h2.de

3

ANMELDEN

Die Studierenden der Hochschule Magdeburg-Stendal und der Otto-von-Guericke Universität melden sich mit Hochschulaccounts auf dem Seminarportal an: h2.de/studiumgenerale

Teilnehmende ohne Studierendenstatus registrieren sich neu und folgen der Anleitung.

Impressum

Herausgeber: Hochschule Magdeburg-Stendal, Zentrum für Weiterbildung

Redaktion: Ilona Darius
Programmkordinatorin, Zentrum für Weiterbildung
Breitscheidstr. 51, 39114 Magdeburg
Tel.: (0391) 886 43 89
E-Mail: ilona.darius@h2.de

Fotoquelle: Smiling students walking after lesson @ freepik
<https://www.freepik.com/photos/people>
Stand: August 2023

Das sagen unsere Teilnehmer/-innen:

„Der Kurs „Resilienz und Stressmanagement“, mit dem Dozenten, Vitalij Spak, war durchmischt mit Arbeitnehmer:innen und Studierenden, das war zum Vorteil, da man sich über die beiden „Welten“ austauschen konnte. In der Arbeitswelt vergisst man manchmal die kleinen Dinge/ Aufmerksamkeiten etc. und die Studierenden staunen, wenn man über den Arbeitsalltag spricht. Inhaltlich war es für mich persönlich nichts bahnbrechendes Neues. Aber der eine Dreh oder Kniff war dann doch ausschlaggebend für die Umsetzung im Alltag. Den Kurs kann ich nur empfehlen, nicht nur, um andere zu verstehen, sondern vor allem, um sich selbst zu reflektieren und mit dem Thema auseinander zu setzen. Die Gruppengröße war sehr angenehm, so konnte jeder Teilnehmende aus seinen Erfahrungen berichten.“

EVA JAHNEL
Abteilungsleiterin HR, Laempe Mössner Sinto GmbH

„Ich durfte im Mai 2023 den Kurs „Erfolgsfaktor emotionale Intelligenz“ bei Katrin Rahnefeld besuchen. Bei Übungen zur Eigen- und Fremdwahrnehmung, zur Erkennung von Stressmustern aber auch beim Trainieren von Entspannungstechniken hatten wir großen Spaß und lernten dabei viel über Bedürfnisse, Selbstreflektion und Gefühle. In einer Zeit, in der zwischenmenschliche Beziehungen und emotionale Intelligenz einen immer größeren Stellenwert einnehmen, empfand ich diese Fortbildung als eine wertvolle Gelegenheit mein Wissen zu erweitern und zu festigen. Es waren zwei sehr außergewöhnliche Fortbildungstage, vielen Dank Katrin!“

ANTJE SCHUFFT
Praxismanagement, Praxisklinik im KUBUS MVZ Magdeburg

„Ich habe mich für mehrere Kurse über das Studium Generale interessiert - „Erfolgsfaktor Emotionale Intelligenz“, „Persönlichkeitskompetenz“ und „Crashkurs Soziales Kompetenztraining“ - Letzteres als Alternative zu einem eigentlich in größerem Umfang geplanten Format. Was für alle Kurse spricht ist definitiv das spürbare Engagement der Kursleiter:in! Dabei war der Kurs „Persönlichkeitskompetenz“ durch seine kreativen Anwendungsübungen mein absolutes Highlight. Allgemein war es sehr erfrischend zu sehen, dass die Kursleitenden sowie die Teilnehmenden aus verschiedenen Hintergründen stammten und verschiedene Motivationen hinter ihrer Kursteilnahme hatten. Jeder konnte persönlich viel für sich aus den vorgestellten Themen schöpfen und zugleich Teil einer kleinen Seminargruppe sein, welche andere Perspektiven bereithielten und die Chance bot, Kontakte zu knüpfen. Das Miteinander war stets sehr angenehm. Die praktische Umsetzung psychologisch relevanter Themen war und ist für mich ein wertvoller Ausgleich zu den eher theoretischen Studieninhalten. Ich kann es definitiv weiter empfehlen und werde auch zukünftig Kurse buchen!“

CINDY MARTIN
Studentin, Hochschule Magdeburg-Stendal

**Offen für alle Studierenden, Beschäftigte
sowie interessierte Bürgerinnen und Bürger**

h2.de/weiterbildung



**AUCH MIT
ONLINE-
ANGEBOTEN!**

Studium Generale

Das offene Kursprogramm für Studium und Beruf

WINTERSEMESTER 2023/24

h2.de/weiterbildung

Bewerbung & Berufsstart	Bewerbertraining – Tipps und Tricks für den optimalen „Ersten Eindruck“ Erfolgsfaktoren einer Bewerbung kennen lernen und Strategien für Bewerbungsprozess und Vorstellungsgespräch entwickeln. 17. Januar 2024, 14.15 – 16.45 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 5,00 EUR* Absolvent:innen und Externe: 12,00 EUR*	Berwerbungsseminar für internationale Studierende Für eine Bewerbung in Deutschland wertvolle Tipps erhalten und wichtige Regeln kennenlernen. 27. November 2023, 13 – 16 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: kostenlos* Absolvent:innen und Externe: 12,00 EUR*	Mit Bewerbungsunterlagen überzeugen Anforderungen und Hintergründe an eine perfekte Bewerbung erlernen und verstehen. 24. Oktober 2023 und 12. Dezember 2023, je von 13 – 16 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: kostenlos* Absolvent:innen und Externe: 12,00 EUR*	Bewerbungsunterlagen und Vorstellungsgespräche – eine wichtige Hürde für den Berufseinstieg sicher meistern Bewerbungsunterlagen perfektionieren und eine optimale Strategie für ein Vorstellungsgespräch entwickeln. Teil I 10. + Teil II 24. Januar 2024, je von 14 – ca. 16.30 Uhr Ort: Campus Stendal Teilnahmegebühr: Studierende: kostenlos* Absolvent:innen und Externe: 12,00 EUR*	Praktika, Nebenjobs, Abschlussarbeitsthemen und Jobangebote finden Mit Insidertricks durch den Dschungel von Stellenportalen und Infos zur Jobsuche. 14. November 2023, 14 – 16 Uhr (Sprache: Deutsch) & 16. November 2023, 18.30 – 20 Uhr (Sprache: englisch) Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende: kostenlos* Absolvent:innen und Externe: 12,00 EUR*	Diversitätskompetenz Die Macht der Unterschiede¹ Impulse und Handlungsstrategien für eine inklusive und demokratische Gesellschaft. Als Wahlpflichtmodul (ECTS) geeignet. Z. B. anerkannt für BA Soziale Arbeit, andere auf Nachfrage. 26. Oktober/ 02., 09., 16., 30. November 2023, je von 14.15 – 17.15 Uhr (donnerstags) & 24.11.2023, 12.30 – 17 Uhr + 25.11.2023, 9 – 15.45 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: kostenlos*, Absolvent:innen und Externe: kostenlos*
Behindert sein? Behindert werden? Inklusion in Theorie und Praxis erfahren Erleben und diskutieren Sie mit Expert:innen in eigener Sache Barrieren und Teilhabechancen von Menschen mit Behinderungen. 24. Januar 2024, 10 – 15 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeiter:innen: kostenlos* Absolvent:innen und Externe: 75,00 EUR*	Diskriminierungsfreie Sprache im wissenschaftlichen Kontext Sicherheit im Umgang mit kniffligen Formulierungen entwickeln. 19. Januar 2024, 16 – 19 Uhr und 20. Januar 2024, 10 – 15 Uhr Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende: 22,00 EUR*, Absolvent:innen und Externe: 95,00 EUR*	Diversity Management – Umgang mit der personellen Vielfalt in Organisationen Die Integration aller Beschäftigtengruppen fördern, Vorurteile und Diskriminierung abbauen und Strategien für ein diversitätsbewusstes Verhalten erarbeiten. 03. November 2023, 15 – 18.15 Uhr und 04. November 2023, 9 – 15 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 20,00 EUR*, Absolvent:innen und Externe: 98,00 EUR*	Mit kultureller Vielfalt gut umgehen – Anders ist nicht falsch, es ist nur einfach - anders! Einstellungen, Wissen und Handlungskompetenz anderer Kulturen kennenlernen. 11. Januar 2024, 10 – 17 Uhr Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende: 20,00 EUR*, Absolvent:innen und Externe: 95,00 EUR*	Macht und Privilegien im Kontext von Diskriminierung Gesellschaftliche Machtverhältnisse und die eigenen Privilegien reflektieren und in Frage stellen. 28. November 2023, 12.30 – 17.30 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 16,00 EUR* Absolvent:innen und Externe: 95,00 EUR*	Mehr als eine Demokratie!? – Einführung und erlebbar machen der Methode „BETZAVTA-MITEINANDER“ Trotz Unterschiedlichkeit lernen, miteinander in einen demokratischen Dialog zu treten. 01.+ 15. Dezember 2023, je von 12.30 – 18.30 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 5,00 EUR*, Absolvent:innen und Externe: 40,00 EUR*	
Von der Konfliktmanagerin zur Friedensstifterin – Vom Konfliktmanager zum Friedensstifter Mit Empathie und Wertschätzung führen und in herausfordernden Situationen angemessen reagieren können. 11. November 2023, 9 – 16.15 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 20,00 EUR*, Absolvent:innen und Externe: 95,00 EUR*	Studium Generale Agiles Projektmanagement mit Scrum – Projekte mit modernen Ansätzen sicher ans Ziel bringen Wie sehen agile Praktiken im Kontext des Projektmanagements aus und wie werden diese eingesetzt, um Projekte zum Erfolg zu führen. 07. + 08. November 2023, je von 10 – 17 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 32,00 EUR* Absolvent:innen und Externe: 195,00 EUR*	Ressourcenmanagement – Mehr Zeit und Geld im Wohn-, Arbeits- und Lebensumfeld erhalten Verknüpfung zwischen inneren und äußeren Chaos näher gebracht bekommen sowie das Kennenlernen von Methoden die für mehr Klarheit und Strukturen sorgen. dienstags, 21. Nov. / 05., 12. Dez. 2023 / 09., 16. Jan. 2024, je von 17.45 – 19.15 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 20,00 EUR* Absolvent:innen und Externe: 90,00 EUR*	Hate Speech im Digitalen Raum Strategien kennenlernen, um Hate Speech zu analysieren und mehr Handlungssicherheit im Umgang mit Hate Speech zu bekommen. 15. November 2023, 13.30 – 18.30 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 5,00 EUR* Absolvent:innen und Externe: 15,00 EUR*	Radikaler Klimaaktivismus – Ziviler Ungehorsam einer letzten Generation? Unterschiedliche Formen des Klimaaktivismus analysieren und Austausch zur Rolle der Pädagogik im Umgang mit der „Generation Greta“. 17. November 2023, 10 – 13.30 Uhr Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende: 5,00 EUR* Absolvent:innen und Externe: 11,00 EUR*	LaTeX für wissenschaftliches Arbeiten – eine Einführung Zukünftig qualitativ hochwertige wissenschaftliche Dokumente mit LaTeX erstellen. 06., 13., 20. & 27. November 2023, je von 14.15 – 17.30 Uhr Ort: Campus Magdeburg Teilnahmegebühr: Studierende: 23,00 EUR* Absolvent:innen und Externe: 119,00 EUR*	
Speed Reading in Wissenschaft & Forschung – Techniken & Strategien Wie Sie mit der richtigen Lesetechnik effizienter Lesen und zugleich Ihre Konzentration und Motivation steigern. 10. November 2023, 15 – 16.30 Uhr Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende: 14,00 EUR*, Absolvent:innen und Externe: 75,00 EUR*	Gesundheitsskills – ganzheitlich gesund Mache’ Deine Gesundheit zu Deiner Sache! Ein Interaktives Wahlpflichtmodul (ECTS) für (fast) alle Bachelorstudiengänge an beiden Campus der H ² . Campus SDL: montags, 08.30 – 11.45 Uhr Campus MD: donnerstags, 14.15 – 17.30 Uhr Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	Gesunde Stunde – Selbst- und Zeitmanagement/ Stressprävention Erstelle deine eigene Toolbox! Zeitmanagement: 26.10.2023, 18 – 19.30 Uhr Stressprävention: 01.11.2023, 18 – 19.30 Uhr Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	Gesunde Stunde – Entspannen und Fokussieren Präsent im Moment 08. November 2023, 14 – 15.30 Uhr Ort: Campus Magdeburg und Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	Gesunde Stunde – Selbstmotivation Wie kann ich etwas verändern und Gewohnheiten aufbauen? Campus SDL: 15.11.2023, 14.30 – 16 Uhr Campus MD: 22.11.2023, 14 – 15.30 Uhr Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	Gesunde Stunde – Schlaf, Bewegung, Ernährung Schlaf: 28.11.2023, 17 – 18.30 Uhr Bewegung: 30.11.2023, 18.30 – 19.30 Uhr Ernährung: 14.12.2023, 18.30 – 19.30 Uhr Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	
Gesunde Stunde – Prüfungsangst Mental stark durch die Prüfung – Gib Prüfungsangst keine Chance 16. Januar 2024, 17 – 18 Uhr Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	Einführung in die Literaturverwaltungssoftware „Citavi Web“ Verfügbare Literatur schnell finden, Übersicht behalten und Ordnung schaffen. Campus Magdeburg: 06. Dezember 2023 Campus Stendal: 10. Januar 2024, je von 14 – 17 Uhr Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	Einführung in die Literaturverwaltungssoftware „Citavi 6“ Die wichtigsten Funktionen kennenlernen, um Wissen zu organisieren. Campus Magdeburg: 25.10.2023 + 31.01.2024 Campus Stendal: 01.11.2023, je von 14 – 17 Uhr Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	Einführung in die Literaturverwaltung mit „EndNote 20“ Literaturquellen effizienter sammeln und sortieren. Campus Magdeburg: 08.11.2023 + 17.01.2024 Campus Stendal: 15.11.2023 + 24.01.2024, je von 14 – 17 Uhr Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Studierende anderer Hochschulen, Absolvent:innen und Externe: keine Teilnahme möglich	Mediendidaktik für Studierende – Selbstlernkurs Einen studierendenzentrierten Einblick in das Thema der Mediendidaktik erhalten und mediengestützte Lehrszenarien sowie den Einsatz digitaler Medien erlernen. Zugang ist jederzeit möglich. Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende und Mitarbeitende: kostenlos*, Absolvent:innen und Externe: kostenlos*	Sprachen Spanisch – Grundkurs A1.1 Präsenz: 20.10.2023, 14.15 – 18 Uhr & 21.10.2023, 09 – 14.15 Uhr Online: 25. Oktober / 01., 08., 15., 22., 29. November 2023, je von 18. – 19.45 Uhr (jeweils mittwochs) Ort: Campus Magdeburg und Online Teilnahmegebühr: Studierende: 40,00 EUR* Absolvent:innen und Externe: 215,00 EUR*	
Deutsche Gebärdensprache – Grundkurs A1.1 19., 26., Oktober / 02., 09., 16., 23., 30. November / 07., 14. Dezember 2023, je von 17.15 - 19.15 Uhr (jeweils donnerstags) Ort: Campus Stendal Teilnahmegebühr: Studierende: 40,00 EUR*, Absolvent:innen und Externe: 215,00 EUR*	English Refresher Course B Level 06., 13., 20., 27. November / 04., 11. Dezember 2023 / 08., 15., 22. Januar 2024, je von 17.15 – 19.15 Uhr (jeweils montags) Online-Angebot Teilnahmegebühr: Studierende: 40,00 EUR*, Absolvent:innen und Externe: 215,00 EUR*	Ringvorlesung Rechte Einflussnahmen: Herausforderungen für die Soziale Arbeit in Ostdeutschland Hochschule Magdeburg-Stendal gemeinsam mit der Brandenburgisch-Technischen Universität Cottbus-Senftenberg und der Hochschule Neubrandenburg 17., 24. Okt. / 07., 14., 21., 28. Nov. / 05., 12., 19. Dez. 2023 / 09., 16. Jan. 2024, je von 17.15 – 18.45 Uhr (außer am 17.10.23, ab 16.15 Uhr) Ort: Campus Magdeburg und Online Teilnahmegebühr: kostenlos*	<h1>Kursinformationen und Buchungen:</h1> <h2>www.h2.de/studiumgenerale</h2> <p>* Änderungen sind vorbehalten. ¹ Vista-Win „Vielfalt stärken“, gefördert durch BMBF</p>			

