

### Mach's wie Gott - sei kreativ!

Wir vergolden Ikonen der Freundschaft mit Jesus und spüren dabei dem Wert und dem Glück der Kreativität nach.

**Heidi Esch, PR, Seelsorgerin für die hauptamtlichen pastoralen Mitarbeitenden**

### „Innere Stärke - dein unsichtbarer Superheld“

Manchmal ist einfach alles zu viel ... Hier schaust Du hin, was Dich stresst und wie Du besser damit umgehen kannst. Mit einfachen, kreativen Übungen entdeckst Du, was Dir Kraft gibt, wie du Grenzen setzt und Deinen „Tank“ wieder auffüllst – damit Du stark bleibst, auch wenn's stressig wird.

**Silvia Bauer, Präventionsfachkraft und Kerstin Mayer, Bildungsreferentin**

### „Erste Hilfe für die Seele“

Die TN lernen Möglichkeiten zur Intervention in akuten Krisen kennen.

**Benedikt Gruber, Leiter der Notfallseelsorge des Bistums Augsburg**

### Mental Health in der Offenen Jugendarbeit

Hinsehen, Ansprechen, Unterstützen – Psychische Belastungen erkennen und begleiten in der offenen Jugendarbeit.

**Katharina Pflügel, Teil des Leitungsteams im Café Schülertreff**

### ....so is es gerade...?! - Begleitung mit Methoden der Biografiearbeit

...und bleibt das so? – Mit Methoden aus der Biografiearbeit lässt sich Lebensbilanz ziehen und gleichzeitig auch neue Impulse setzen, die zukunftsweisend sind.

**Leslie Seymor, Bildungsreferentin und Klinikseelsorgerin, Dozentin für Biografiearbeit**

### Suizidalität im Jugendalter - Sensibilisierung und Prävention als gemeinsame Aufgabe

Grundlagen zur Suizidalität bei Jugendlichen – mit Fokus auf Aufklärung, Warnzeichen und hilfreiche Unterstützungsangebote.

**Stephanie Gadreau und Laura Ziegler, Amt für Kinder, Jugend und Familie Augsburg**

### Du bist wunderbar geschaffen - echt jetzt? Queere Jugendliche und seelische Gesundheit

Wie queere Jugendliche mit psychischem Druck umgehen – und was Kirche und Jugendarbeit tun können.

**Andreas Ihm, Pastoralreferent, Queersensible Pastoral**

### Die Kunst sich selbst auszuhalten

Einführung in Praxisformen der Stille und (Selbst-)Wahrnehmung mit Jugendlichen als Basis mentaler Gesundheit.

(Wir werden einen Teil des Workshops im Freien verbringen.)

**Dr. Daniela Kaschke, Referentin im Exerzitienhaus St. Paulus, Leitershofen**

### Sucht und Rausch - Risikokompetenzen fördern

Zwischen Genuss – Missbrauch – Abhängigkeit. Ein Blick in die Grauzone. Reflexionsmethoden zur Steigerung des Risikobewusstseins.

**Esther Schmälzle, Dipl. Soz.päd., Systemische Therapeutin, Traumatherapeutin, Suchtfachambulanz Augsburg**

### Therapeutische Meditation

Resilienz stärken durch Achtsamkeit und Meditation – Informationen und Übungen.

**Prof. Dr. Brigitte Fuchs**

## Infos und Anmeldung

### Preise und Anmeldung

Für die Teilnahme stehen zwei Optionen zur Verfügung: Mit und ohne Übernachtung. Bitte melden Sie sich über den entsprechenden Link zur Jugendwerkwoche an. Die Anmeldung läuft über das Portal der Abteilung Fortbildung.



Anmeldung  
[JWW26 mit  
Übernach-  
tung](#)



Anmeldung  
[JWW26 ohne  
Übernach-  
tung](#)



Die Preise für die Teilnahme an einzelnen Tagen erhalten Sie auf Anfrage.

**Anmeldeschluss: 20. Januar 2026**

**Tiefgaragenstellplatz für Übernachtungsgäste**  
10,- € pro Nacht – zahlbar an der Rezeption. Die Zimmer sind ab 15:00 Uhr beziehbar. **Am Abreisetag bitte bis 10:00 Uhr das Zimmer räumen.**

### Für Diözesane Mitarbeitende

Sie brauchen keinen weiteren Antrag auf Fortbildung zu stellen. Mit der Anmeldung bestätigen Sie, dass der Eigenbeitrag von 35 € mit Ihrem Gehalt verrechnet wird.

### Informationen zum Haus und zur Anreise

[www.haus-st-ulrich.de](http://www.haus-st-ulrich.de)  
(Kappelberg 1, 86150 Augsburg)



VISdPR: Jugendpfarrer Benedikt Huber, Leiter des Bischöflichen Jugendamtes, Kappelberg 1, 86150 Augsburg; Telefon: 0821/3166-2310; E-Mail: [bj@bistum-augsburg.de](mailto:bj@bistum-augsburg.de), Titelbild: Adobe Stock © francesca, Bild Seite 2: Adobe Stock © Roman Sigaeu

JUGENDWERKWOCHE 2026

## Was trägt?

**Mentale Gesundheit  
in der kirchlichen  
Jugendarbeit**



**09.-10.02.2026**  
Haus Sankt Ulrich  
Augsburg

# WAS TRÄGT?

Psychische Gesundheit ist ein zentrales Thema für Jugendliche – und ebenso für alle, die sie begleiten. Die Jugendwerkwoche 2026 widmet sich mit dem Titel ‚Was trägt?‘ der Frage, wie wir junge Menschen darin unterstützen können, innerlich stabil und zuversichtlich zu bleiben und wie wir ihnen sensibel begegnen können, wenn sie psychisch belastet sind.

Expertinnen und Experten aus Psychologie, Seelsorge und Jugendarbeit geben Einblicke in aktuelle Erkenntnisse und teilen praxisnahe Ansätze für Prävention, Begleitung und Unterstützung. Im Mittelpunkt stehen dabei sowohl die Lebenswirklichkeit junger Menschen als auch die Fragen und Erfahrungen derer, die mit ihnen arbeiten.

Neben inhaltlichen Teilen bietet die Jugendwerkwoche Raum für Austausch, Vernetzung und die gemeinsame Reflexion, wie sich die Impulse in die eigene Arbeit mit Kindern und Jugendlichen integrieren lassen.

Wir laden herzlich ein, in der Jugendwerkwoche 2026 gemeinsam der Frage nachzugehen, was trägt – für junge Menschen und für uns selbst.

Benedikt Huber  
und Lisa Klasmeier  
für das BJA

Monika Ettig  
und Sophia Vogel  
für den BDKJ

# PROGRAMM

## MONTAG, 09.02.26

- 09:30 Uhr

Anreise
- 10:00 Uhr

Willkommen | Gebet | Warm-up
- 10:45 Uhr

„Jung sein in Krisenzeiten“

Ausgehend von den Jugendstudien 2024 und 2025 beschreibt Christian Schroth (Grundsatzreferent BJR) die gesellschaftlichen Herausforderungen für junge Menschen und baut die Brücke zu mentaler Gesundheit.
- 12:00 Uhr

Mittagessen
- 13:30 Uhr

„Einfach wegbeten? Spiritualität als Ressource für mentale Gesundheit.“

Theresia Kamp (wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt) beleuchtet, wie Spiritualität mit mentaler Gesundheit zusammenhängen kann und eröffnet im Anschluss Raum für Austausch.
- 15:00 Uhr

Kaffeepause
- 15:30 Uhr

Vertiefung und Reflexion im Plenum
- 16:15 Uhr

„Humor als Quelle für Resilienz, Selbstfürsorge und mentale Gesundheit“

Markus Sedelmaier vom Verein Klinikclowns e.V.
- 17:00 Uhr

Pause

- 18:00 Uhr

Bischof-Simpert-Vesper mit Bischof Bertram in der Hauskapelle
- 19:00 Uhr

Bischof-Simpert-Preisverleihung mit festlichem Abendessen

## DIENSTAG, 10.02.26

- 07:30 Uhr

HI. Messe in der Hauskapelle  
Anschl. Frühstück für Übernachtungsgäste
- 09:00 Uhr

Workshoprunde 1
- 10:30 Uhr

Pause
- 11:00 Uhr

Workshoprunde 2
- 12:30 Uhr

Mittagessen
- 14:00 Uhr

Workshoprunde 3
- 15:30 Uhr

Kaffee
- 16:00 Uhr

„Gesund beginnt im Alltag“

Impuls von Kerstin Mayer, Bildungsreferentin DjK
- 17:00 Uhr

Ende

# WORKSHOPS

Mentale Gesundheit und digitaler Raum?!

Implikationen von sozialen Medien auf psychische Gesundheit von Jugendlichen.

Dr. Manuel Beege, Priester u. Psychologe,  
Präfekt für Pastoralpsychologie

Sinnerfüllt und seelenstark!

Wir lassen uns von Frankl's Logotherapie inspirieren und tauschen uns darüber aus.

Hannes Häntsch, Sozialberater, Logotherapeut,  
Referent der life/Cityseelsorge Kempten

Trauerräume

„Die Oma ist tot – komm mit, jetzt ist Rosenkranz!“ – „Aber???...“ Jugendliche brauchen für ihre Trauer eine Auswahl an Ausdrucksformen. Ein erprobtes Stationen-Modell für Schulen und Gemeinden.

Sr. M. Daniela Martin, Pastoralreferentin,  
Kaufbeuren

„Und was mache ich jetzt?“

Im Workshop wird die Methode der kollegialen Fallbesprechung vorgestellt und an einem konkreten Beispiel erprobt, um diese später in der Praxis eigenverantwortlich gestalten zu können.

Dr. Kristina Roth, Leiterin Abteilung Schule und RU / Stabsstelle Schulische Inklusion, Manuela Zengerle-Kapp, Rel.-L. i.K., Mitarbeiterin Stabsstelle Schulische Inklusion, Supervisorin (DGSv)