

EINE NEUROWISSENSCHAFTLICHE PERSPEKTIVE

Training des sozialen Gehirns

REFERAT UND WORKSHOP

MIT PROF. DR. TANIA SINGER



PROF. DR. TANIA SINGER

Tania Singer ist Professorin, soziale Neurowissenschaftlerin und Psychologin und leitet das Social Neuroscience Lab der Max-Planck-Gesellschaft in Berlin. Sie ist eine weltweit anerkannte Experte für Empathie und Mitgefühl.

Tania Singer ist Autorin von mehr als 160 wissenschaftlichen Artikeln und Buchkapiteln und hat zusammen mit Mathieu Ricard die beiden Bücher *Caring Economics* (2015) und *Power and Care* (2019) herausgegeben, die zwei Konferenzen zusammenfassen, die sie mit dem Dalai Lama in 2010 in Zürich und 2016 in Brüssel organisierte. Ihr ganzes Leben lang hat sie erforscht, wie innerer Wandel einen gesellschaftlichen Wandel herbeiführen kann, indem sie die Wissenschaft in den Dienst der gesellschaftlichen Transformation stellt.

SAMSTAG, 6.9.2025

10.00 - 17.00 UHR (INKL. AUSGEDEHNTER MITTAGS-PAUSE ZUM AUSTAUSCHEN UND VERNETZEN)

Referat und Workshop:

Die renommierte Neurowissenschaftlerin Tania Singer stellt uns drei Projekte, wie das grosse Re-Source Projekt oder das CovSocial und das aktuelle Edu:Social Projekt vor, die beweisen, dass soziale Fähigkeiten wie Mitgefühl, Empathie und kognitive Perspektivenübernahme trainierbar sind. Klassische Achtsamkeits- und Mitgefühlsmeditationen, vor allem aber neue Partner-basierte intersubjektive Meditationen, sogenannte Dyaden, bilden den Kern der Interventionen in diesen Projekten. Die Daten sprechen eine deutliche Sprache: mit diesen Achtsamkeitsübungen und vor allem den Dyaden lassen sich grosse gesellschaftliche Themen angehen.

Tania Singer zeigt in diesem Workshop, dass Dyadenprogramme z.B. soziale Nähe und Kohäsion vergrössern und Einsamkeit sowie sozialen Stress verringern können. Aber nicht nur das. Damit lassen sich offensichtlich auch Sozialkompetenz und Resilienz im grossen Stil fördern. Sie bringt daher jetzt diese skalierbaren Online Dyadenprogramme mit dem Edu:Social Projekt auch in Systeme wie das Schulwesen oder Gesundheitswesen.

Im Workshop vermittelt uns Prof. Dr. Tania Singer nicht nur diese wichtigen Erkenntnisse, sondern leitet auch ein paar Dyaden aus den Programmen an.

KOSTEN:
MITGLIEDER CHF 190,-
NICHTMITGLIEDER CHF 240,-

