

Workshop

„Training sozialer Fähigkeiten durch achtsamkeits- und mitgefühlbasierte Interventionen“

am 16. Oktober 2026

"Eine wissenschaftliche und praktische Einführung in die kontemplative Dyadenarbeit - Training sozialer Fähigkeiten durch achtsamkeits- und mitgefühlbasierte Interventionen"

In den letzten Jahrzehnten haben die sozialen Neurowissenschaften sowie die kontemplativen Wissenschaften enorme Fortschritte in ihrem Verständnis der neuronalen Grundlagen von sozialen Fähigkeiten wie der Empathie, dem Mitgefühl oder der kognitiven Perspektivenübernahme und deren Trainierbarkeit und Plastizität gemacht. Mit dem Aufkommen der Achtsamkeitsforschung seit einigen Jahren, haben Neurowissenschaftler angefangen, die Trainierbarkeit dieser sozialen Fähigkeiten durch achtsamkeits- und mitgefühlsbasierte mentale Trainings-Interventionen und deren Wirkung auf die Steigerung von Gehirnplastizität sowie mentaler Gesundheit, sozialer Kompetenzen und Stressreduktion zu untersuchen. Tania Singer wird in ihrem Workshop die partner-basierte Dyadenarbeit praktisch einführen und aufzeigen, dass diese 2-monatigen Dyadenprogramme nicht nur die oben genannten Vorteile haben, sondern auch soziale Nähe und Kohäsion fördern und Einsamkeit reduzieren. Sie bringt daher jetzt diese skalierbaren Online Dyadenprogramme mit dem Edu:Social Projekt auch in Systeme wie das Schulwesen oder Gesundheitswesen. Sie wird in praktischen Dyadenübungen zudem auch den Unterschied zwischen empathischem und mitfühlendem Zuhören verdeutlichen und üben, da diese Fähigkeiten auch für viele Berufsparten im Gesundheitswesen von hohem Wert sind.

Zur Referentin

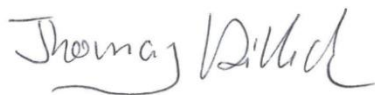
Prof. Dr. Tania Singer ist soziale Neurowissenschaftlerin und Psychologin und wissenschaftliche Leiterin des Social Neuroscience Lab der Max-Planck-Gesellschaft in Berlin. Sie ist eine weltweit anerkannte Expertin für Empathie und Mitgefühl und hat zahlreiche evidenzbasierte mentale Trainingsstudien und Programme entwickelt, die auch auf Achtsamkeits- und partnerbasierten Dyadenpraktiken beruhen, um Resilienz, psychische Gesundheit, soziale Kompetenzen und sozialen Zusammenhalt zu fördern (z.B. ReSource Projekt, CovSocial Projekt, Edu:Social School und HealthCare Projekt). Eines ihrer Hauptziele ist es, dieses wissenschaftliche Wissen in verschiedene Arme der Gesellschaft zu tragen, um die Grundlage für einen tiefgreifenden inneren und damit auch gesellschaftlichen Wandel zu schaffen.

Das Team von BIOS-BW freut sich, Sie im „Haus der Jugendverbände Anne Frank“ begrüßen zu dürfen und wünscht Ihnen einen bereichernden Austausch.

Mit freundlichen Grüßen



Dr. Gustav Wirtz



Prof. Dr. Thomas Hillecke



Sabrina Sengle

Agenda zum Workshop

„Training sozialer Fähigkeiten durch achtsamkeits- und mitgefühlbasierte Interventionen“

Stand 03.07.2026

Datum: Freitag, 16. Oktober 2026

Ort: Haus der Jugendverbände Anne Frank, Moltkestraße 20, 76133 Karlsruhe

Referentin: Prof. Dr. Tania Singer

09:00 – 09:30	Ankommen und Vorstellung der Teilnehmenden
09:30 – 10:00 Uhr	Talk ReSource Projekt, CovSocial Projekt Ergebnisse
10:00 – 10.10 Uhr	Fragen und Antworten
10:10 – 10:30 Uhr	Pause
10:30 – 10:40 Uhr	Einführung in die Affekt Dyade mit empathischem Zuhören
10.40 – 11.00 Uhr	Durchführung einer Affekt Dyade
11.00 -11.30 Uhr	Group Sharing, Fragen & Antworten
11.30 – 13.00 Uhr	Mittagessen
13.00 – 13.20 Uhr	Talk Empathie vs. Empathischer Stress vs. Mitgefühl
13.20 – 13.30 Uhr	Fragen & Antworten
13.30 – 14.00 Uhr	2x 15 min. Dyade mit empathischem Zuhören und mitfühlendem Zuhören
14.00 – 14.15 Uhr	Group Sharing und Fragen & Antworten
14.15 – 14.30 Uhr	Motivsysteme und Dankbarkeit
14.30 – 14.45 Uhr	Motivations-Dyade
14.45 – 15.00 Uhr	Group Sharing & Abschluss

Wichtige Details zur Veranstaltung

WICHTIGER HINWEIS

Der Workshop schließt sich an den 10. BIOS-Opferschutztag an. Dieser findet am 15.10.2026 von ca. 9.00 bis 16.30 Uhr statt und wird gebührenfrei angeboten. Prof. Dr. Tania Singer informiert in diesem Rahmen zur aktuellen wissenschaftlichen Studienlage der Inhalte. Weitere Informationen erhalten Sie hier:

10. BIOS-Opferschutztag **Präsenzteilnahme:** <https://www.bios-bw.com/events/prasenz-15-10-2026-save-the-date-10-bios-opferschutztag>

10. BIOS-Opferschutztag **Onlineteilnahme:** <https://www.bios-bw.com/events/online-15-10-2026-save-the-date-10-bios-opferschutztag>

Anmeldung

Die Anmeldung kann ausschließlich online über unsere Homepage erfolgen. Anmeldeschluss ist der 01.10.2026. Mit Anmeldung zu dieser Veranstaltung verpflichten Sie sich am kostenpflichtigen Workshop teilzunehmen. Eine Absage ist mit 100,- Euro Ausfallhonorar verbunden. Bei einer Absage durch die Behandlungsinitiative Opferschutz (BIOS-BW) e.V. fällt kein Ausfallhonorar an.

Die Anmeldung ist keine Garantie für eine Teilnahme. Die Teilnahmevoraussetzungen der potentiellen Teilnehmer werden geprüft, Sie erhalten bis spätestens 01.10.2026 (möglichst früher) Rückmeldung zu Ihrer Aufnahme.

Workshopgebühr

Die Kosten für die Veranstaltung betragen 250 Euro inkl. Verpflegung. Der Gesamtbetrag ist 2 Wochen nach Rechnungsstellung fällig.

Teilnahmevoraussetzungen

Das Fortbildungscurriculum richtet sich an Ärzt*innen, Psychologische Psychotherapeut*innen (PP /KJP, PIAs) und Psycholog*innen, künstlerische Therapeut*innen, Pädagog*innen, Sozialarbeiter*innen sowie Menschen aus ähnlichen Berufsfeldern, welche therapeutisch und beraterisch arbeiten.

Teilnahmebestätigung/Zertifikat:

Eine Teilnahmebestätigung mit Vergabe von Fortbildungspunkten der Landesärztekammer Baden-Württemberg wird durchgeführt. Zudem erhalten alle Teilnehmenden eine BIOS-Akademie Bestätigung.

Kontakt

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an Maria Nauck unter maria.nauck@bios-bw.net oder fernmündlich unter Handy 0155 6022 7546