

Compassion Journey
ReConnect
in society ●

Building Resilience and Social Connections

How to move from Empathy to Compassion?

1,5 Tage Live-Event in Berlin
8 Wochen tägliche Dyaden-Praxis
8 wöchentliche Online-Coachings
in deutscher Sprache

TS

Tania Singer

In Kooperation mit

Stiftung  Entrepreneurship

WISSENSCHAFTLICHE VORTRÄGE UND LERNINHALTE

- Neurobiologie des sozialen Gehirns
- Trainierbarkeit von Empathie und Mitgefühl
- Grundlagen mentaler Gesundheit
- Umgang mit schwierigen Emotionen und Stress
- Aufbau von Resilienz durch Care und Dankbarkeit
- Körpergewahrsein und Intuition verbessern
- Soziale Muster und Konditionierungen kennen lernen
- Unterscheidung zwischen empathischem und mitfühlendem Zuhören
- Soziale Verbundenheit und Erweiterung der sozialen Netzwerke
- Toleranz, globales Mitgefühl und geteilte Menschlichkeit

VORTRÄGE MIT PROF. DR. TANIA SINGER

- Wissenschaftliche Leitung des Social Neuroscience Labs der Max-Planck-Gesellschaft, Berlin. Speakerin-Autorin-Forscherin-Workshops.
- Mehr als 25 Jahre Erfahrung in internationaler neurobiologischer und psychologischer Forschung sowie Entwicklung mentaler Trainingsprogramme.
- Leiterin der Projekte ReSourcee, CovSocial und Edu:Social.
- Entwicklerin und Erforschung kontemplativer ReConnect-Dyaden-Programme und Leiterin von ReConnect Masterclasses und Journeys.



www.taniasinger.de
www.social.mpg.de
www.covsocial.de
www.edusocial-project.de



Was erwartet Sie?

Die Reise beginnt mit einem 1,5-tägigen Live-Event in Berlin

Während dieser gemeinsamen Tage in Berlin erwarten Sie wissenschaftliche Vorträge mit Q&A Blöcken von Prof. Dr. Tania Singer, professionell angeleitete, kurze Meditationen sowie eine Einführung in die Dyadenarbeit, d.h. in die Partnerübungen mit all ihren notwendigen Rahmenbedingungen. Sie erfahren und üben sowohl den Unterschied zwischen Empathie und Mitgefühl als auch der verschiedenen Arten des Zuhörens.

Wann: Freitag, 28. März 2025 ab 14.30 Uhr
bis Samstag, 29. März 2024 um 18 Uhr.

Übernachtungen, Mittag- und Abendessen sind selbst zu organisieren. Alle Teilnehmenden erhalten von uns auf Wunsch eine Übersicht von Hotels in unterschiedlichen Kategorien und Restaurants in der schönen Umgebung der Villa Elisabeth, die im Herzen Berlins in Mitte gelegen ist.

Das ReConnect Team:

Begleitet werden Sie von einem professionellen Meditations- und Dyadenlehrerteam.

GÜNTER HUDASCH

- Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR)
Lehrer und Ausbilder in Europa
- Vorsitzender von AKiJu e.V. – Achtsamkeit mit Kindern und Jugendlichen
- 2010-20 Aufbau und Boardmember von EAMBA.net
(European Associations for mindfulness based Approaches)
- Meditationserfahrung in verschiedenen Traditionen



www.achtsamkeitszentrum.berlin
www.achtsamkeitstraining.com



8 WOCHEN DYADENTRAINING UND COACHINGSITZUNGEN

Nach dem Live-Event in Berlin führen Sie über 8 Wochen täglich 15-minütige Dyaden per Telefon durch. Dieses regelmässige Üben gewährleistet erst das Training des sozialen Gehirns und erlaubt den Transfer der inneren Praxis in Ihren Alltag. Sie wechseln jede Woche den/die ÜbungspartnerIn.

Sie werden in diesen acht Wochen intensiv von unserem ReConnect-Expertenteam in 1,5-stündigen Online-Coachingsitzungen während Ihrer Dyadenarbeit begleitet.

Wählen Sie aus dem folgenden Angebot Ihren Kurs zu dem für Sie passenden Tag und Zeit aus:

KATHARINA SCHACHT

ist Senior Lehrerin für Achtsamkeit und Mitgefühl sowie Supervisorin für Mindfulness-Programme und Heilpraktikerin für Psychotherapie. Sie unterrichtet u.a. in eigener Praxis in Hamburg und in Unternehmen.
www.MBSR-Eppendorf.de



Online Kick-off am 26.03.2025, 8.00 Uhr bis 9.30 Uhr
sowie 8 x Online-Coaching
jeweils mittwochs, 8.00 Uhr bis 9.30 Uhr

OLIVER KIRCHHOF

ist Ingenieur, Betriebswirt, MBSR Achtsamkeitslehrer und ReConnect Dyadenlehrer und brennt für die Stärkung und Begleitung von Menschen und Gruppen in Veränderungsprozessen. Dabei nutzt er seinen breiten Erfahrungsschatz aus Achtsamkeit, systemischem Coaching, Agilität und Managementberatung.
www.oliverkirchhof.de



Online Kick-off am 24.03.2025, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr
sowie 8 x Online-Coaching
jeweils montags, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr

KERSTIN LÖBER

ist Beraterin, Coach, Trainerin, Impulsgeberin, Mentorin für transformationale Führung, Kommunikation der Veränderung, Mentale Gesundheit und Arbeitssicherheit in Unternehmen. Sie ist Mitgründerin von mehreren Netzwerken für Frauen in Führungspositionen und Mitglied bei Transparency International.



**Online Kick-off am 25.03.2025, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr
sowie 8 x Online-Caoching
jeweils dienstags, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr**

URTE THÖLKE

ist Coach, Speaker und international zertifizierte Trainerin für Emotionale Intelligenz, (Selbst)Mitgefühl und Sustainable Transformation in Großkonzernen, im Bildungssektor und in Kommunen und in ihrer Tätigkeit sowohl im In- als auch Ausland unterwegs..

www.urte-thoelke.de



**Online Kick-off am 23.03.2025, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr
sowie 8 x Online-Caoching
jeweils sonntags, 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr**

Ihre Investition:

**Preis: 785 Euro
inklusive 19 % MwSt.**

**Alle Kaffee- und Tee-Pausen
sind enthalten**

**Übernachtungen, Mittag- und
Abendessen sind selbst zu
organisieren**

Fragen und Anmeldungen bitte an:

*reconnect@entrepreneurship.de
<https://entrepreneurship.de/reconnect>*

Astrid Westermann



Johanna Richter



Alles im Überblick

- Online Kick-off
(in der jeweiligen Kleingruppe)
- 1,5 Tage Live-Event
in der Villa Elisabeth im Herzen von Berlin
(mit dem gesamten ReConnect Team und allen Teilnehmenden der Compassion Journey)
- 8 Wochen tägliche Dyaden
- 8 x wöchentliche 1,5-stündige Online Coachings
(in den jeweiligen Kleingruppen mit Ihrem Coach)
- wissenschaftlicher Online Q&A Termin
- mit Prof. Dr. Tania Singer
- Finales Online-Treffen
(mit dem gesamten ReConnect Team und allen Teilnehmenden der Compassion Journey)



Live-Event:

Wann: von Freitag, 28. März 2025 ab 14.30 Uhr
bis Samstag, 29. März 2025
um 18.00 Uhr.

Wo: Villa Elisabeth &
St. Elisabeth Kirche,
Invalidenstraße 3, 10115 Berlin

V.i.S.d.P.
Stiftung Entrepreneurship -
Faltin Stiftung
Altensteinstraße 44b
14195 Berlin

Vorstand:
Prof. Günter Faltin
Klaus Weidner

Prof. Dr. Tania Singer



Katharina Schacht



Oliver Kirchhof



Günter Hudasch



Kerstin Löber



Urte Thölke

