

Forum Basiskurs

Veranstaltung - Forum Basiskurs

Titel	Forum Basiskurs
Wann	30.09.2026 - 04.10.2026

Beschreibung

Dieses Seminar ist eine Einführung ins Forum mit Theorie und Praxis und ist Teil der Ausbildung TransForum. Das Forum ist eine tiefgreifende Erfahrung des persönlichen Wachstums im Schutz einer Gruppe. Es baut auf Werten wie Transparenz, Selbstverantwortung und Vertrauen auf und ist ein lebendiger Vorgang, um diese Werte in einer Gruppe von Menschen erfahrbar zu machen.

mit Barbara Stützel und Ena Rivière Feder Gómez

Das Forum bietet einer Gruppe ein Instrument der Gemeinschaftsgestaltung und den Einzelnen eine ganzheitliche und kreative Möglichkeit, sich wesentlich auszudrücken. Dazu gehören vor allem die inneren Bewegungen, die in der Alltagskommunikation oft verborgen bleiben. Durch den Resonanzraum der Gruppe werden die eingebrachten Themen zu einem Katalysator für das Wachstum des Einzelnen und der Gruppe. Es entsteht ein Erfahrungsraum für tiefe Schichten von Menschlichkeit, Verbundenheit, Wahrhaftigkeit und Authentizität. Wir fördern Bewusstheit, essenzielle Kommunikation und Vertrauensbildung unter Menschen.

In diesem Kurs lernt ihr das Forum in seinen Grundelementen tiefer verstehen. Was ist das Forum? Wie und unter welchen Bedingungen funktioniert es? Wo sind seine Möglichkeiten und Grenzen?

Wir beschäftigen uns mit den Hintergründen, der Kulturidee, dem Menschenbild und dem politischen Verständnis des Forums. Ihr erfahrt, für welche Anliegen und Wachstumsschritte es sich eignet und wie daraus gemeinsam gelebte Werte entstehen und einer Gruppe als Ausrichtung dienen können. Ihr lernt, unterstützendes und herausforderndes Feedback zu geben und zu nehmen. Wir vermitteln Selbstwahrnehmung als biografisches, geschichtliches und als universelles Wesen und weiten unser Menschen- und Liebesbild.

Die Teilnehmer stärken ihre Selbstwahrnehmung und Selbstvertrauen, werden konfliktfähiger. Sowohl die eigene Identität und Rolle wird bewusster als auch das Gruppenfeld in seinem jeweiligen Kontext. Dies hilft, die eigenen Rollen in sozialen und gesellschaftlichen Zusammenhängen zu finden.

Als Gruppenprozess nutzt das Forum Synergiemomente und kollektive Intelligenz. Mit dem Fokus auf Transformation schafft es immer wieder Heilungsmomente. Wachstum und Entwicklung gehen über den Einzelnen hinaus und werden so Kultur schaffend.

Ausbildungsinhalte:

- Das Forum als soziale Innovation für eine Welt im Wandel: von der Dominanz- zur Partnerschafkultur, von Konkurrenz zu Kooperation, Systemtheorie nach Joanna Macy
- Die Kulturidee hinter dem Forum und seine Entwicklung über 40 Jahre.
(Einordnung des Forum in ein Humanistisches Menschenbild, Bedeutung des Kontextes und des Kreises, innere Haltung aller Beteiligten, Rolle der Leitung)
- Elemente einer Feedbackkultur, was braucht es, um auch kritisches Feedback/ Spiegel geben und nehmen zu können.
- Die Weitung unseres Liebesbildes
- Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung
- Welche Formen des Forum gibt es? Wann nutzen wir welche? Unterscheidung zur Therapie. Trauma erkennen und wie damit umgehen. Für welche Anliegen ist Forum geeignet

/nicht geeignet.

- Gefühle und Emotionen bewusst gestalten: Kraft der Gefühle, Schatten des emotionalen Rucksacks, Absolutheitsanspruch und Bedürfnisse.

Methoden:

Theoretische Eingaben wechseln sich ab mit eigener Erfahrung, Gruppenübungen und – natürlich viel Forumspraxis.

Lernziele:

Die Grundlagen des Forum kennenlernen, um es aus einem tiefen Verständnis heraus anwenden zu können. Diese zu kennen und immer wieder zu aktualisieren ist relevant für Anfänger wie Fortgeschrittene, für die Leitung als auch die Teilnehmenden von Gruppen, die mit dem Forum arbeiten wollen, um eine Erfahrung von gelebten Werten zu bekommen und wach zu halten.

Preis

Kursgebühr:

zzgl. Unterkunft, Verpflegung:

Leitung

[Barbara Stützel und Ena Rivière Feder Gómez](#)

[Anmeldung folgt \(ca ab Oktober 25\)](#)