



Checkliste – Seminaranbieter/innen

Motivationstrainer, Karriereberater, Life-coach - Woran kann man unseriöse Anbieter erkennen?

Isoliert betrachtet, wirkt manche Frage vielleicht befremdlich und mancher denkt, soviel Vorsicht sei nicht angebracht. Erst in der Kombination erhalten die Fragen ihren Sinn! Je nachdem, wie viele ungünstige Antworten Sie erhalten, wird ein Verdacht erhärtet oder auch entkräftet. Vertrauen Sie darum Ihrem Gesamteindruck.

Vorgespräch und Vertrag

- Werden klare Aussagen zu Ziel, Dauer und Kosten des Coachings formuliert?
- Erscheint Ihnen das Seminar übersteuert?
- Werden Sie zu einer schnellen Vertragsunterzeichnung gedrängt?
- Wird Ihnen der kostenlose Testbesuch eines Seminartages verwehrt?
- Gibt es Rücktrittsmöglichkeiten?
- Enthält der Vertrag Haftungsausschlussklauseln?

Der Seminarleiter trägt zumindest ein Teil der Verantwortung für das, was im Seminar geschieht. Hätte er keine Bedenken, dass etwas geschieht, bräuhete er keinen Haftungsausschluss.

Empfehlung und Versprechen

- Erhielten Sie von einer Person eine etwas zu überschwängliche Empfehlung?
- Verließ die Akquisition anmaßend und vorwurfsvoll?
- Verspricht der Coach *grundlegende* Verbesserungen aufgrund von *einzigartigen* Methoden?
- Kann der Anbieter nachprüfbar Ziele und Inhalte formulieren?

Vorsicht, wenn der Anbieter darauf verweist: „Das kann man nicht beschreiben, das muss man erlebt haben!“ Dieser Anbieter setzt dann auf Überrumpelung und starke Emotionalisierung. Wer nach wissenschaftlichen und in ihrer Wirksamkeit belegten Methoden arbeitet, kann diese auch vorab benennen.

Kompetenzen

- Liegen seriöse Referenzen, Veröffentlichungen in Fachzeitschriften, Wirksamkeitsstudien vor?
- Welche nachweisbare Ausbildung hat der Trainer?
- Über welche Trainingserfahrung verfügt der Anbieter?
- Ist sie/er in einem der Berufsverbände organisiert? In welchem?
- Hält sich der Anbieter für alle Probleme kompetent?

Achten Sie auf Zwischentöne: „Ich habe Psychologie studiert“ kann auch nur ein Semester bedeuten.

Lassen Sie sich nicht mit Formulierungen wie „Ich arbeite seit 10 Jahren mit Menschen“ abspesen.

Auch ein Berufsverband allein ist noch keine Qualifizierung. Hier ist zu prüfen, ob dieser Verband Qualitätsstandards für seine Coaches definiert hat.

Eine solide Ausbildung und ausreichende Berufs- und Lebenserfahrung sollte ein jeder Coach vorweisen können. Wer sich für jedes Thema als Coach empfiehlt („Eierlegendewollmilchsau“) und im Vorgespräch mit pseudophilosophischen oder esoterischen Allgemeinplätzen glänzt, ist nicht professionell.

Atmosphäre

- An welchem Menschenbild orientiert sich das Angebot?
- Wie geht man in den Seminaren mit Gruppenprozessen um? Gibt es Gruppendruck?
- Wie werden Teilnehmer behandelt, die kritische Fragen stellen?
- Werden Teilnehmer vorgeführt oder gedemütigt?
- Gibt es einen Personenkult um Trainer oder Therapeuten?
- Treten sogenannte „Assistenten“ auf, die sich als Freund und Berater anbieten?
- Werden frühere Teilnehmer als Stimmungsmacher in der Gruppe platziert ohne dies bekannt zu geben?

Gute Coachs achten auf eine Arbeitsbeziehung auf Augenhöhe. Misstrauen Sie Anbietern, die sich vor allem mit dem eigenen Ego beschäftigen, Coaching als „Meister-Jünger-Beziehung“ verstehen oder Sie von ihren allgemeingültigen Wahrheiten überzeugen wollen. Ganz wichtig: Der Coach sollte Ihnen menschlich (nicht übermenschlich) sympathisch sein. Allerdings sollte eine professionelle Distanz gewahrt bleiben: Unaufgefordertes kumpelhaftes Duzen etwa gehört nicht dazu.

Regeln

- Gelten sehr strenge Regeln (z.B. Essenvorschriften, Raum nicht verlassen, Toilettenbenutzung, Redeverbot in den Pausen, Kontaktverbot nach außen, Verbot von Notizen etc.)?
- Muss ich persönliche Sachen (z.B. Uhren) abgeben und werden strenge Kontrollen durchgeführt?
- Werden die kritischen Fragen nach dem Sinn der Regeln freundlich und verständlich erklärt?
- Werden Verstöße nicht besprochen sondern bestraft?
- Wird ein Schweigegebot sowohl über die Seminarinhalte als auch über die eigenen Erfahrungen während des Seminars auferlegt?

Stillschweigen über die Berichte und Erlebnisse anderer zu bewahren, gilt in allen Seminaren als selbstverständlich. Niemand hat jedoch das Recht, Sie davon abzuhalten, Ihre eigenen Eindrücke und Erfahrungen an andere weiterzugeben.

Dauer

- Ist die Anzahl der Sitzungen beschränkt?
- Werden Sie durch Marathon- oder Open-End-Sitzungen an den Rand der Belastbarkeit geführt?

Ein Coaching erstreckt sich meist über sechs bis zehn Sitzungen. Länger als 8 bis 9 Stunden täglich sollten Seminareinheiten nicht dauern. Vorsicht vor Trainern, die Ihnen immer weitere Seminare und Sitzungen aufschwätzen wollen („Sie sind einfach noch nicht so weit“).

Die Fragen gehen zum Teil auf einen Kriterienkatalog der [Sekten-Info Nordrhein-Westfalen e.V.](#) und der IHK Berlin zurück. Herzlichen Dank an Frau Bartz, die aufgrund eigener Erfahrungen die Liste ergänzt hat.

Weitere Fragen, deren Bejahung Sie misstrauisch stimmen sollte:

- Wird das Leben vor dem Besuch der Seminare als grundlegend schlecht abgetan? Wird eine komplette Erneuerung der Persönlichkeit angestrebt?
- Werden einzelne Seminarteilnehmer in das Privatleben des Trainers stark einbezogen? Gibt es generell keine klare Abgrenzung zwischen Privat- und Geschäftsbereich? Mischt sich der Trainer unangemessen in das Privatleben der Teilnehmer ein. Gibt es gehäuft „Seelenstriptease“, wo Teilnehmer ihre intimsten Erlebnisse oder Sehnsüchte schildern?
- Werden die Teilnehmer dazu aufgefordert kritische Äußerungen, die außerhalb der Seminare untereinander ausgetauscht werden, dem Trainer zu melden? Besonders verdächtig, wenn sie dies auch noch vor der ganzen Gruppe tun sollen.
- Wird in den Seminaren eine Ideologie propagiert, die als die einzig richtige Wahrheit gilt? Werden andere Weltanschauungen als falsch, unwissend, gefährlich u. ä. abgestempelt? Wird einem das Gefühl vermittelt einer Elite anzugehören, wenn man diese Seminare besucht?
- Hat man laut Aussagen des Trainers selbst Schuld, wenn sich der Erfolg bei einem selber nicht einstellen will, weil man den Inhalt der Seminare nicht richtig umsetzt?
- Werden Teilnehmer, die den Kurs abbrechen, als Verlierer bezeichnet, die sich nicht mit sich selbst auseinandersetzen und erfolglos bleiben wollen?
- Wird auch bei Fieber und starken Kopfschmerzen auf ein Erscheinen zum Seminar bestanden? Tauchen durch den Besuch der Seminare körperliche Beschwerden auf wie z. B. ständiges Erbrechen, Schläppheit, Depressionen? Reagiert der Trainer auf diese Symptome wirklich professionell und ernsthaft? Rät er möglicherweise von einem Besuch bei einem Praktischen Arzt ab und führt diese Symptome nur auf wichtige psychische Prozesse zurück? Gibt es spezielle Ärzte, die der Trainer empfiehlt?
- Nimmt der Besuch der Seminare und der dort gestellten Aufgaben überproportional viel Raum im Privatleben des Teilnehmers ein?
- Werden die Teilnehmer auffallend oft dazu angehalten Neukunden anzuwerben?
- Gibt es Äußerungen des Trainers wie: „Alles ist möglich, wenn ihr an euren Erfolg glaubt. Es kommt nur auf den persönlichen Einsatz an, den man bereit ist zu bringen“? Diese Einstellung kann dazu führen, dass Teilnehmer zu immer riskanteren und sogar illegalen Handlungsweisen verleitet werden.
- Wird das Thema „Unsere Organisation ist keine Sekte“ öfter vom Trainer angesprochen und argumentativ untermauert? Scheint der Trainer, wenn ein Teilnehmer den Verdacht äußert, es könne sich möglicherweise hier um eine Sekte handeln, immer sehr gut auf diesen Vorwurf vorbereitet zu sein?
- Hat man nach dem Besuch der Seminare über einen längeren Zeitraum das Gefühl nicht mehr ohne diese auskommen zu können?