

1. Fühlen Sie sich (wenn auch freundlich) „genötigt“, direkt bei der Ankunft zu einer Werbe- oder Probeveranstaltung Ihre Adress-, Telefon- und/oder Maildaten zu hinterlegen?
2. Kann das Coachingangebot die Wissenschaftlichkeit der genannten Konzepte durch Veröffentlichungen in Fachzeitschriften und/ oder Wirksamkeitsstudien belegen?
3. Wie reagieren die Coaches und deren AssistentInnen auf kritische Fragen?
4. Über welche beruflichen Abschlüsse und Qualifikationen verfügen die Coaching-AnbieterInnen? Sind diese Abschlüsse und Qualifikationen anerkannt und wie sind sie belegt?
5. Präsentieren sich die Coaching-AnbieterInnen vor allem als rundum beruflich erfolgreich, privat glücklich und in harmonischer Partnerschaft?
6. Finden häufig Trennungen von Ehen bzw. Partnerschaften unter den Kundinnen und Kunden statt oder bahnen sich im Kundenkreis viele Partnerschaften neu an? Finden sich Hinweise auf solche Ereignisse?
7. Falls ein Coach sexuelle oder freundschaftliche Beziehungen zu Kundinnen und Kunden eingeht, sollte das - wie in anderen (psycho-)therapeutischen und beraterischen Settings ebenfalls - als klares Warnzeichen für eine Überschreitung der professionellen Rolle als Coach gewertet werden!
8. Werden Ihr Sexleben oder ähnlich persönliche Lebensbereiche erfragt?
9. Werden Ihre persönlichen Angaben aufgezeichnet? Und falls ja, wer hat Zugriff auf diese Daten?
10. Besteht eine Verschwiegenheitsverpflichtung seitens des Coaches?
11. Gibt es andererseits einer Art „Geheimhaltungs-Codex“ für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Coachings?
12. Wird darauf hingewiesen, dass Coaching bzw. einzelne Übungen der Programme (psychisch) belastend sein können?
13. Werden klare Bedingungen genannt, bei deren Vorliegen man von der Teilnahme am Coaching absehen sollte? Beispielsweise somatische oder psychische Erkrankungen, Lebenskrisen, (starke) persönliche Belastungen?
14. Darf ich, wenn es mir während des Coachings schlecht geht, meine Partnerin/meinen Partner, meine Familie oder Freunde meiner Wahl kontaktieren - oder muss ich dazu erst mal mit jemanden aus dem Coaching-Team sprechen bzw. jemanden um Erlaubnis fragen?
15. Darf ich die Teilnahme an Sitzungen oder einzelnen Übungen ablehnen - auch ohne Begründung?
16. Gibt es während des Coaching-Seminars genügend Pausen und bei Unterbringung im Hotel, Seminarhaus

etc. ausreichend private Rückzugsmöglichkeiten? Werden acht bis neun Unterrichtsstunden pro Tag nicht überschritten?

#### Wie finde ich das zu mir passende Angebot?

Falls Sie ein Coaching für sich in Erwägung ziehen, wäre es sinnvoll zu klären, was Ihr Anliegen an den Coach ist:

- Was möchten Sie mit dessen Unterstützung erreichen?
- Was ist Ihr persönliches Ziel? Wo möchten Sie nach dem Coaching angekommen sein?
- Woran können Sie erkennen, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben?

Die Klärung dieser Fragen ist eine erste Etappe, um passende Angebote auswählen und unpassende ablehnen zu können.

Generell ist Vorsicht geboten bei den „Eierlegendenwollmilchsäuen“ unter den Coaching-Programmen: „Unser Coaching-Konzept ist passend für jedermann und jederfrau von acht bis 80 - unabhängig von persönlicher Lebenssituation, persönlichem Bildungsstand und beruflicher Ausrichtung der Teilnehmenden und verhilft Ihnen rundum zu Lebensglück, Selbstfindung und zum beruflichen Erfolg.“

Ein solch unspezifisches Konzept ist im günstigsten Falle rausgeworfenes Geld und verschwendete Lebenszeit.

Für ein berufliches Coaching sollten die Angebote auf den Arbeitsbereich des Kunden spezifiziert sein. Wenn zudem Kenntnisse für die entsprechende Branche in Grundzügen bekannt sind und über brancherelevante Qualifikationen verfügt wird, kann dies zuträglich für das Coaching-Konzept sein.

Für den Bereich des **persönlichen Coachings** scheint zudem eine Ausbildung des Coaches im Fachgebiet der Psychologie bzw. in anerkannten Beratungs- und/oder Therapiemethoden förderlich zu sein. Dies kann neben den gesetzlich anerkannten Methoden der Verhaltenstherapie und Tiefenpsychologie auch eine Ausbildung aus dem Bereich der Gesprächspsychotherapie, der Systemischen Beratung und Therapie oder der Familientherapie, der Hypnotherapie, der Gestalttherapie, des Psychodramas usw. sein.

Ein guter Persönlichkeits-Coach sollte seine eigenen Grenzen erkennen können:

- Bei welchen persönlichen Fragestellungen ist Coaching allein nicht mehr ausreichend?
- Wann sollte bei auftretenden Belastungen oder Problemen ggf. ein Arzt oder Psychotherapeut empfohlen oder zu Rate gezogen werden?

Zudem können bei der Entscheidung für oder gegen ein Coaching-Angebot auch die bereits vom Sekten-Info Nordrhein-Westfalen e.V. formulierten Kriterien zur Beurteilung von Seminaranbietern aus dem Management-, Psycho- und Esoterikbereich herangezogen werden. Diese können über die Homepage <http://sekten-info-nrw.de> unter der Rubrik „Berichte“ bzw. „Checklisten“ abgerufen werden.

**Grundsätzlich gilt:  
Vertrauen Sie Ihrem Gefühl!**

## Was tun, wenn Merkmale zutreffen?

Sollte Ihnen irgendetwas “komisch” vorkommen, sollten Sie aus Gründen, die Sie vielleicht nicht einmal konkret benennen können, Zweifel haben, so nehmen Sie diese Gefühle **unbedingt** ernst. Sprechen Sie darüber mit einem Außenstehenden Ihres Vertrauens oder mit einer Beratungsstelle.



Fon: 0201 - 23 46 46

Fax: 0201 - 20 76 17

Rottstr. 24, 45127 Essen

[www.sekten-info-nrw.de](http://www.sekten-info-nrw.de)

[kontakt@sekten-info-nrw.de](mailto:kontakt@sekten-info-nrw.de)

### Information und Beratung zu neuen religiösen und ideologischen Gemeinschaften und Psychogruppen

Unsere Beratungsstelle ist kostenfrei, sowie religiös und weltanschaulich neutral. Die MitarbeiterInnen haben therapeutische Zusatzausbildungen und bilden ein multi-disziplinäres Team.

Der im Grundgesetz festgeschriebene Schutz der Menschenwürde, das Recht auf freie Entfaltung der Persönlichkeit sowie der dort garantierte Schutz der Familie (Art. 1,2,6 GG) bilden die Arbeitsgrundlage unserer, sowie aller staatlich geförderten Beratungsstellen.

Spendenkonto bei der Pax Bank eG  
IBAN: DE21 3706 0193 2003 5260 14  
BIC: GENODED1PAX



**Information und Beratung  
zu neuen religiösen und  
ideologischen Gemeinschaften und  
Psychogruppen**

**Checkliste  
zur Beurteilung von  
Coaching Angeboten**

