



Berufsverband Deutscher
Psychologinnen
und Psychologen



Was eine alternativ-spirituelle Gruppe zum problematischen Kult macht und

Warum bestimmte Coaching- und Seminarangebote gefährlich sein können

Psychologische Kriterien zur Beurteilung
von destruktiven Gruppierungen
und unseriösen Angeboten





Herausgeber:

Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (BDP)
Am Köllnischen Park 2
10179 Berlin
Telefon: +49 (0)30 209166-612
E-Mail info@bdp-verband.de

Autor: Dipl.-Psych. Werner Gross, Gelnhausen

Mitarbeit: Fredi Lang (BDP), SektenInfo NRW

Layout und Satz: Tanja Bregulla, Langerwehe

Titelbild: albertyurolaits – Freepik

Alle Rechte vorbehalten

© 2024 Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V.



In Zeiten zunehmender religiöser Vielfalt boomen Psychomarkt, Esoterik- und Sektenszene.

Und die aktuelle Situation bringt immer wieder neue Blüten hervor – wobei die Übergänge in den seriösen Beratungsmarkt mitunter fließend sind:

Selbsternannte „Eso-Coaches“, unseriöse Seminaranbieter*innen, „Mini-Gurus“ und zwielichtige „Influencer*innen“ aller Art bevölkern nicht nur Esoterikmessen und Internet, sondern bieten mitunter sogar in Volkshochschulen und in Unternehmen ihre ideologisch getönten Angebote mit überzogenen Heilsversprechungen an.

Einleitung

Die religiöse Vielfalt nimmt zu. Immer mehr Menschen wenden sich von den Großkirchen ab und basteln sich ihr eigenes Sinnsystem mit Versatzstücken aus Psychomarkt und Esoterikszene.

In unsicheren Zeiten haben „Illusionsverkäufer*innen“ aller Art Hochkonjunktur. Selbsternannte „Eso-Coaches“, unseriöse Seminaranbieter*innen, „Mini-Gurus“ und zwielichtige „Influencer*innen“ aller Art bevölkern nicht nur Esoterikmessen und das Internet, sondern bieten sogar in Volkshochschulen und Unternehmen ihre ideologisch getönten Angebote mit überzogenen Heilsversprechungen an.

Mehr oder minder abstruse Ideen werden in der („Psycho-“)Szene propagiert, mehr oder minder absurde Methoden und gefährliche Techniken werden dort praktiziert. Und damit wird auf dem Eso- und Psychomarkt viel Geld verdient.

„Sekten“, esoterische Gemeinschaften und destruktive Kulte – so vermelden die Medien – verzeichnen ungebremsten Zulauf.

„Na und?“, könnte man sagen, die Welt ist schließlich groß genug, dass alle auf ihre persönliche Weise darauf Unrecht haben können. Wenn es nur so einfach wäre:

Weit mehr als 300 religiöse Sondergemeinschaften, „Sekten“, Psychokulte und esoterische Groß- und Kleingruppen mit über 2,5 Millionen Mitgliedern soll es in Deutschland geben. Und immer wieder entstehen auf dem Psychomarkt neue spirituell-esoterisch angehauchte Gruppierungen. Diese werden mehr oder weniger bewusst und strategisch begründet durch dubiose Seminaranbieter*innen und sich selbst überschätzende Eso-Berater*innen und Psycho-Coaches: Was als freundlicher, spiritueller Freundeskreis beginnt, verwandelt sich mitunter unversehens in einen problematischen Psychokult.

Dabei ist sicher nicht jede esoterisch-spirituelle oder alternative Gruppe schon per se problematisch. Und erst recht nicht ist Sekte gleich gefährliche Sekte, Psychokult gleich problematischer Psychokult. Schließlich sind Esoterik- und Psychoszene ein unübersichtlicher Dschungel, der sich ständig verändert und neuartige Blüten treibt, die nicht alle giftig sind.



Vielfach fehlen allerdings Kriterien zur Einschätzung solcher Gruppierungen, Coaches und Seminaranbieter*innen: Was genau macht eine Gruppe oder eine*n Seminaranbieter*in problematisch oder gar gefährlich?

Wodurch wird die Gruppe zum „Destruktiven Kult“, der Menschen abhängig macht, ausbeutet oder zerstört? Wann und wodurch wird ein*e Coach*in zum Problemfall – oder ein Seminar zur Psycho-Falle? Welche Mechanismen sind es, die das bewirken?

Wie lässt sich andererseits erkennen, ob sich hinter einer „Sektenhatz“ nicht interessen geleitete Panikmache von traditionellen Institutionen (z. B. Kirchen) verbirgt, denen die Mitglieder weglaufen?

Gerade weil das Feld so unübersichtlich ist und die Gruppierungen so verschieden voneinander sind, ist es nötig, **objektive** Kriterien zur differenzierten Beurteilung, quasi als Raster, zu finden, um ein „Profil“ der entsprechenden Gruppe oder des Anbieters bzw. der Anbieterin bezogen auf problematische Punkte, risikoreiche Muster und Strukturen oder ihrer Gefährlichkeit zu erstellen.

Hierzu soll die folgende Checkliste des Berufsverbandes Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. dienen. Sie ist in sechs Bereiche gegliedert, die bei den einzelnen Gruppierungen zu Problemfeldern werden können, oder schon geworden sind:

1. **Ideologie**
2. **Die zentrale Figur**
3. **Gruppenstruktur**
4. **Einfluss auf das Mitglied**
5. **Techniken der Persönlichkeitsveränderung**
6. **Kontakte nach außen und Umgang mit Ehemaligen und Kritiker*innen**



Zusätzliche Kriterien für Seminare und Coachings

Da in der Esoterikszene und in Psychomarkt-Seminaren, Gruppenangebote und Coachings Einfallstore und Durchlauferhitzer für problematische Gruppen zu finden sein können, gibt es zu den einzelnen Problemfeldern jeweils **spezifische Fragenkomplexe**, die dafür sensibilisieren sollen, ab wann es dabei gefährlich werden kann. Motto: Darauf sollten Sie schon am Anfang achten.

In dieser Broschüre informiert der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. in der Übernahme gesellschaftlicher Verantwortung für die psychische Gesundheit der Bevölkerung über zuverlässige psychologische Kriterien, die auf Probleme und Gefährdungen durch Seminarangebote, Coachings und Selbsterfahrungsgruppen sowie durch spirituell getönte Gruppen hinweisen.

1. Ideologie: Theorie, Glaubenssystem, Ausrichtung, Ziele

Hierbei geht es um den theoretischen Hintergrund der Gruppe. Denn nicht nur die konkrete Praxis, sondern schon die ideologische Ausrichtung kann zu vielfältigen Problemen führen – vor allem, wenn folgende Sichtweisen vorherrschen:

- **„Überwertige Idee“:** Das Paradies auf Erden oder der „neue Mensch“ ist mit Hilfe der Lehre, des Seminars, oder des Glaubenssystems kurzfristig herstellbar (Allmachtsfantasien, Größenwahn).
- **Wahrheitsmonopol:** Die Gruppe bzw. der oder die Coach*in oder Seminarleiter*in hat (ihrer Ansicht nach) das einzig gültige Welterklärungssystem.
- **Schwarz-Weiß-Denken:** Einfache Gut-Böse- oder Richtig-Falsch-Muster prägen das Denken und Handeln.
- **Endzeitvision:** Der Weltuntergang ist nahe (für Ungläubige).
- **Rettungsplan:** Es gibt in der Gruppe Patentrezepte, die das Heil (nur für Gläubige) versprechen.
- **Expansiver Machtanspruch:** „Wir müssen die Welt retten“, ist der Tenor.

Bei **Coaching** und **Seminarangeboten** kann es gefährlich werden:

- Wenn die **Heilsversprechen** allzu grandios sind: „Es ist alles ganz einfach, geht ohne viel Mühe und ganz schnell“ (Hintereingang zum Paradies)
- Wenn es **keine (oder wenige konkrete) Informationen** über das Angebot gibt, z. B. zu Konzept, Wirksamkeit und wissenschaftlichen Belegen.
- Wenn das **Menschenbild** allzu verschoben oder esoterisch abgedriftet ist
- **Mystifizierung:** Was im Seminar oder Coaching geschieht, ist geheimnisvoll und wird eventuell sogar geheim gehalten („Darüber darf nicht gesprochen werden“, „Lass Dich überraschen ...“)

Deshalb **Vorsicht:** Achten Sie auf Ihr Gefühl und Ihre **Intuition:** Lassen Sie sich Ihre Zweifel nicht durch vordergründige Argumente ausreden.

2. Die zentrale Figur: Führer*in, Meister*in, Heilige*r, Guru

Hier sind vor allem folgende Punkte zu beachten:

- Führerkult:** Er oder sie wird als Gott, Heilige*r oder „Channel“ verehrt (der vermeintlich einen direkten Draht zu Gott hat oder gar Stellvertreter*in Gottes auf Erden ist). Er oder sie ist in den Augen der Gläubigen allmächtig, hellsichtig oder hat Wunderfähigkeiten.
- Führungsstil:** Er oder sie hat oberste, also nicht mehr kritisierbare Autorität, verlangt kritiklose Loyalität und beansprucht das Wahrheitsmonopol.
- Charismatisierung:** Heiligenverehrung und idealisierende Legendenbildung werden propagiert.

Bei **Coaching-** und **Seminarangeboten** stellen Sie am besten folgende Fragen:

- Hat der oder die Anbieter*in eine **akademische Ausbildung** (idealerweise mindestens Master-Niveau)?
- Hat er oder sie ausreichende **Berufserfahrung**?
- Ist bei ihm oder ihr eine für das Thema spezifische **Zusatzqualifikation** vorhanden?
- Wie reagiert der oder die Coach*in bzw. Seminaranbieter*in auf **kritische Fragen**?
- Wissen Sie etwas über ihre bzw. seine **ethische Grundhaltung**, gibt es bei ihm oder ihr eine Verpflichtung auf ethische Richtlinien z. B. von Berufsverbänden oder Kammern?
- Ist **Diskretion** und **Vertraulichkeit** gewährleistet?
- Datenschutz:** Werden Aufnahmen der Sitzungen gemacht? Wer hat einen Zugang dazu?
- Hat der oder die Anbieter*in eine **feste Adresse** in Deutschland oder mindestens innerhalb der EU, unter der er oder sie auch erreichbar und juristisch belangbar ist?
- Gibt es eine unabhängige **Beschwerde-Instanz**, wenn etwas in der Beratung oder dem Seminar schief läuft?

3. Gruppenstruktur: Elitengemeinschaft

Hier stehen folgende Punkte im Vordergrund:

- Abschottung nach außen:** Die Gruppe ist ein in sich geschlossenes System mit starren Außengrenzen (In-group – Out-group).
- Hohe Gruppenkohäsion:** Die Gruppe hält zusammen „wie Pech und Schwefel“, überwacht, kontrolliert und bestraft sich gegenseitig. Eventuell gibt es sogar eine interne Sondersprache („Insider-Codes“).
- Es existiert eine **steile Hierarchie** mit Befehlsgewalt der Oberen, Gehorsam des einfachen Mitglieds und ein gestaffeltes Informationssystem.
- Elitebewusstsein:** Gruppenmitglieder fühlen sich als Avantgarde zur Rettung der Welt/Menschheit. Missionierungszwang und/oder Märtyrerieideologie prägen das Gruppenbewusstsein.
- Ausbeutung:** Gruppenmitglieder lassen sich mehr oder weniger freiwillig materiell und/oder als billige Arbeitskräfte ausnutzen.
- Subversive und illegale Tätigkeiten:** Die Gruppierung glaubt, über dem Gesetz zu stehen und drängt Mitglieder offen oder versteckt zu illegalen Tätigkeiten (→ Erpressbarkeit!).

Bei **Coaching-** und **Seminarangeboten** sollten Sie auf Folgendes achten:

- Gibt es dezidierte Werbe- und Probeveranstaltungen, in denen ggf. marktschreierisch für das Angebot geworben wird?
- Wird mit zeitlich eng terminierten **Sonderangeboten** geworben („Wenn Sie bis zum ... buchen, gibt es Rabatt“, „Kombi-Angebote“, „Freundschaftspreise“ etc.)?
- Vorkasse** und **Buchungsgebaren:** Wird verlangt, dass das Coaching und/oder Seminar vorab bezahlt wird? Gibt es klare Regelungen für Ausfall, Absagen, Rücktritt?
- Werden klare **Bedingungen** für die Seminarteilnahme benannt (Ausschluss psychischer und/oder körperlicher Erkrankungen, Lebenskrisen etc.)?
- Keine Endlichkeit:** Vorsicht, wenn es eine ganze Palette von aufeinander aufbauenden Kompakt-Seminaren, Intensiv-Workshops, Aufbau-Angeboten, „Boot-Camps“ etc. gibt.
- Info-Daten:** Gibt es schon beim Erstkontakt den Versuch, möglichst schnell an Ihre Adress- oder E-Mail-Daten zu kommen?

4. Einfluss auf das Mitglied: Bewusstseinskontrolle

In diesem Bereich geht es um die persönlichen, die individuellen Ebenen der Beeinflussung:

- **Entindividualisierung:** Die totale Hingabe wird gefordert, die Gruppe und das gemeinsame Ziel sind wichtiger als Einzelne.
- **Hoher Einfluss auf die alltägliche Lebensgestaltung:** Es gibt Vorschriften für Essen, Kleidung, Körperpflege, Tagesgestaltung, Ausgangs- und Kontaktsperren, Telefon- und Briefkontrollen. Beziehungen und Sexualität werden reglementiert.
- **Materielle Abhängigkeit:** Das Gruppenmitglied hat kein Privateigentum und/oder kein Geld. Es wird für seine Arbeit nicht oder sehr schlecht bezahlt, und es ist eventuell nicht kranken-, unfall- oder rentenversichert. Pass, Führerschein o. Ä. werden gemeinsam aufbewahrt (→ Ausstieg wird dadurch erschwert).
- **Magisches Denken** herrscht in der Gruppe vor: „Alles ist vorbestimmt“, „Gott (oder der oder die jeweilige Leiter*in) will es so“.
- **Bruch mit der persönlichen Lebensgeschichte:** Beziehungen zur Herkunftsfamilie, zu Partner*innen und Freund*innen werden abgebrochen. Schule, Studium, Beruf werden aufgegeben. Die bisherige Lebensgeschichte wird uminterpretiert („Bisher hast du das falsche Leben gelebt. Erst bei uns hast du dich gefunden und lebst dein wirkliches Leben“).
- **Kultidentität:** Das Gruppenmitglied bekommt einen neuen Namen, bewegt sich fast ausschließlich in der Gruppe und unterliegt einer allmählichen „Umwertung aller Werte“. Damit einher geht ein Verlust von Realität und von Tauglichkeit für ein Leben außerhalb der Gruppe. Es entwickelt sich eine massive psychische Abhängigkeit.

Bei **Coaching-** und **Seminarangeboten** sollten Sie auf folgende Fragen und Versprechungen achten:

- Wirkt der oder die Coach*in oder Seminaranbieter*in wie **nicht von dieser Welt** – irgendwie „erleuchtet“, merkwürdig, skurril, abgedreht?
- **Erleuchtung im Crash-Kurs:** Wird mit grandiosen und fantastischen Versprechungen gearbeitet? Zum Beispiel mit Botschaften wie „Es ist in unserem Seminar / Coaching ganz leicht für dich, zum wahren Kern deines Wesens

vorzudringen“, „Du wirst dich radikal besser fühlen“, „Es wird dir nie wieder schlecht gehen“.

- **Schicksal:** Achtung bei Botschaften wie: „Jetzt hast du endlich deine wahre Bestimmung gefunden und bist endlich hier angekommen“, „Jetzt bist du auf der Seite der Guten, die die Welt zum Besseren verändern oder retten werden“.
- **Neues Leben:** Achtung bei Versprechungen wie: „Was du früher an Erfahrungen gemacht hast, ist nichts im Vergleich zu dem, was du nun im Coaching/Seminar erleben wirst. Dein altes Leben war falsch, jetzt bist du auf dem richtigen Weg“.
- Wird darauf hingewiesen, dass einzelne **Methoden/Techniken psychisch belastend** sein können?
- **Überlastung:** Werden acht bis neun Unterrichtsstunden pro Tag überschritten?

5. Techniken zur Persönlichkeitsveränderung

- Es werden **emotionsmobilisierende, euphorisierende und bewusstseinsverändernde Techniken** eingesetzt: Hyperventilation, Chanten, Drogen, Zungenreden, exzessive Meditation etc.
- Wiederholte Labilisierung** durch Fasten, Schlafentzug, körperliche und psychische Überforderung, sensorische Deprivation etc.
- Das Ziel ist dabei eine Art „**Spirituelles Erlebnis**“, das von der Gruppe dann als Geburt des wahren Menschen interpretiert wird („Endlich habe ich mich selbst gefunden“).

Bei **Coaching-** und **Seminarangeboten** sollten Sie sich mit folgenden Themen und Fragen beschäftigen:

- Was wissen Sie über die **Methoden**, die im Coaching oder Seminar angeboten werden?
- Hat der oder die Coach*in oder Seminarleiter*in eine **fundierte Ausbildung** in diesen Methoden?
- Weiß er oder sie mit **Krisen**, die durch die Methoden entstehen können, angemessen umzugehen?
- Dürfen Teilnehmende einzelne **Übungen/Methoden/Techniken** (auch ohne Begründung) **ablehnen**?
- Gibt es während des Seminars genügend **Pausen** bzw. andere **Rückzugsmöglichkeiten**?
- Gibt es einen **Notfallplan**, falls jemand dekompenziert (psychotisch wird, Suizidgedanken entwickelt etc.)?
- Gibt es eine **Anbindung an medizinische/psychiatrische oder psychologische Institutionen**, wenn es schwierig wird?

6. Kontakte nach Außen und Umgang mit Ehemaligen und Kritiker*innen

- Die Gruppe praktiziert **manipulative Anwerbemethoden**, durch die Menschen mit unrealistischen Versprechungen geködert werden.
- Bunkermentalität**: Die Gruppe kapselt sich massiv ab (innen der Himmel, außen die Hölle). Es herrschen Verschwörungstheorien und Verfolgungswahn vor.
- Es gibt **keinen legitimen Grund, aus der Gruppe auszusteigen**; deshalb werden Ehemalige zu Unpersonen erklärt (quasi vogelfrei, Kontaktabbruch), die mitunter erpresst werden.
- Kritiker*innen werden eingeschüchtert**, und es wird versucht, sie mit Drohungen, öffentlichen Diffamierungen, Telefonterror, Gerichtsprozessen oder sogar körperlichen Attacken mundtot zu machen.

Bei **Coaching- und Seminarangeboten** achten Sie bitte auf folgende Bereiche:

- Gibt es während des Seminars eine **Kontaktsperr**e zur Familie, zum Freundeskreis oder allgemein, oder muss erst die Seminarleitung oder ein Team um Erlaubnis gefragt werden?
- Finden nach Seminarbesuchen oder nach der Teilnahme an einem Coaching häufig **Trennungen** von Ehen, Partnerschaften, Freundeskreisen etc. statt?
- Werden nach der Teilnahme an den Seminarveranstaltungen häufig und schnell die **Berufe gewechselt**?
- Werden den Seminarteilnehmenden oder den Coachees **durch die Anbieter*innen vermittelte neue Berufstätigkeiten in Aussicht** gestellt?
- Gibt es in den Seminaren/Coachings einen „**Geheimhaltungs-Codex**“, nach dem Informationen über Inhalte oder Techniken auf keinen Fall weitergegeben werden dürfen?
- Wird mit **Strafe** bedroht, falls jemand es trotzdem tut?



Die vorliegende Checkliste ermöglicht eine differenzierte Beurteilung von spirituellen Gruppierungen der Esoterik- und Sektenszene und von Eso-Coaching- und Psycho-Seminarangeboten nach einer Reihe von objektiven Kriterien. Einzelne der aufgeführten Merkmale machen sicher noch keine konflikträchtige oder gefährliche Gruppe aus, da man sie auch in anderen Vereinigungen findet.

Gruppierungen und Führungsfiguren sind umso problematischer, je mehr der kritischen Punkte auf sie zutreffen. Entsteht aus vielen vorhandenen Einzelmerkmalen ein Profil, kann man von einem destruktiven Kult oder von problematischen Coaching- und Seminarangeboten sprechen.

Anlaufstellen für Information und Beratung

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)

▶ www.bzga.de

Sekten Info NRW

▶ www.sekten-info-nrw.de

ZEBRA-BW

▶ www.zebra-bw.com

Coachingportal des BDP

▶ www.coachingportal.de

Der Psychotherapie-Informationsdienst

▶ www.psychotherapiesuche.de

Literatur

Fowler, James, W.: **Stufen des Glaubens**, Gütersloh 1991 (Gütersloher Verlagshaus)

Gross, Werner: **Meinetwegen – nenn es Gott: Sinn und Unsinn von Religion und Religiosität**, Berlin/Heidelberg 2024 (Springer-Verlag)

Moser, Tilmann: **Gott auf der Couch**, Gütersloh 2011 (Gütersloher Verlagshaus)

Richter, Horst-Eberhard: **Der Gotteskomplex**, Gießen 2005 (Psychosozial-Verlag)