



WAS ERWARTET SIE IM SEMINAR?

Häufige Fragen (FAQ) zum Basis-Seminar und zu anderen Seminaren

Der ungefähre Seminarablauf*:

„Drumherum“: Ca. 20 Teiln. in (meist) abgelegener Seminarherberge. Oft wird bis spät abends geübt. Pausenzeiten (meist, ca.): Kurze Kaffeepausen: 10.30-10.50 h und 15.30-15.50 h, Mittagspause inkl. Essen: 12.30-13.15 / 13.30 h, Abendessen: 18.00-18.45 / 19.00 h, Achtung: Die Pausenzeiten sind knapp bemessen und können je nach Seminarhaus leicht variieren. Agenda o. G. Änderungen sind möglich.

Montag (Anreisetag): Gruppenkohäsion Erste Einführung ins Prozesscoaching	Anreise bis ca. 13.30 Uhr	Seminarstart: 14 Uhr Block 1: 14 – ca. 18 Uhr: Längere (!) Vorstellungsrunde	Block 2: 19-22 Uhr: Evtl. noch Vorstellungsrunde. Monodrama; Einführung: Prozessorientiertes Coaching / prozessorientierte Haltung
Dienstag: Psychodrama Systemaufstellung Sharing üben Zielarbeit	Block 1: 09.00-12.30 Uhr Monodramatisches Tauschen und Doppeln, Einführung und Übungen	Block 2: 13.15 o. 14.00 – ca. 18 Uhr: Gruppenpsychodrama (<i>Erleben</i> systemischer Zusammenhänge an einen konkreten Fall in einer „Großgruppen-Systemaufstellung“). Später außerdem: Zielarbeit o. a. ggf. im Spaziergehen	Block 3: 19.30-22 Uhr (freiwillige Übungszeit ohne Trainer/in nach Abendessen) Tauschen und Doppeln (Monodrama)
Mittwoch: Trance Prozesscoaching Positionierung	Block 1: 09.00-12.30 Uhr Hypno-Coaching, Einführung und Übungen	Block 2: 13.15 o. 14.00 – ca. 15 Uhr: Selbstreflexion Coaching-Buchhändler kommt meist am Mittwoch um 14 Uhr	Block 3: 15.-17 Uhr und 19.30-22 Uhr (freiwillige Übungszeit ohne Trainer/in nach Abendessen) Trancearbeit
Donnerstag Feedback und Projektionen	Block 1: 09.00-12.30 Uhr Systemaufstellung und Systemanalyse auf Papier	Block 2: 13.15 o. 14.00 – ca. 18 Uhr: Feedback: Projektion Arbeit mit Projektionen und "falschen Erwartungen" an andere	Block 3: 19.30-22 Uhr (freiwillige Übungszeit ohne Trainer/in nach Abendessen) Systemanalyse, Projektionen oder Biografiearbeit möglich
Freitag: Biografiearbeit, Erstkontakt und Erstinterview (Abreisetag)	Block 1: 09.00-12.30 Uhr Biografiearbeit: Narrationsstrang mit Symbolen Erstinterview am Telefon	Block 2: 13.15 - max. 15 Uhr: Integration und Abschluss, Ausgabe der Seminarbescheinigungen (Abreise: 14.45 bis 15.30 Uhr)	

*Angaben der Zeiten / Themen variabel; o. G. / freibleibend, da im Ermessen der Gruppenleitung die konkrete Ausgestaltung gemäß der Gruppendynamik u. Ä. liegt! Daher wird jedes Seminar anders sein. Das vorliegende Konzept gibt jeweils eine Rahmenidee vor, die jedoch verändert werden kann. © Seminarkonzept, Module & Tools Dr. B. Migge 2004 f. (Kopie, „Nachmachen“ untersagt). Ein Seminar bei Dr. Migge-Seminare®, Portastraße 41, 32457 Porta Westfalica, www.drmigge.de. Durchführung in Kooperation mit den Fernlehrinstituten der Klett-Gruppe. Das Seminar ist Bestandteil des staatlich geprüften und zugelassenen Fernkurses "Personal Coach / Psychologische/r Berater/in" bzw. „Personal- und Business-Coach“ (PBCo). Zum Seminar lesen Sie bitte: „Ablauf, Erwartungen, FAQ, Hintergründe zum PCoa/PBCo-Seminar“: <http://www.drmigge.de/> > Downloadarchiv

Bitte beachten Sie, dass das Seminar im wesentlichen kein Lehrseminar für „Tools“ ist, sondern zu einem großen Teil (auch während des Übens von den oben gen. Interventionsmethoden) ein Selbsterfahrungsseminar für zukünftige Beratungsprofessionelle ist. „Selbsterfahrung“ ist nicht planbar, in einen Stundenplan zu fügen u. Ä. Sie ist aber um vieles wichtiger als die einzelnen Tools. Wir hoffen, dass Sie dies während des Seminars erleben und verstehen lernen.

Viele Fragen, viele Antworten:

Diese Informationen dienen als Einstimmung. Sie sollten bitte gelesen werden, da sie vielfältige Eindrücke und Fragen vermitteln. Diese Informationen dienen aber nicht als Geschäftsgrundlage oder „AGB“ für die Seminare, sondern lediglich als zusätzliche Vorinformation für unsere Seminarteilnehmer/innen.

Muss ich mich darauf vorbereiten, auf glühenden Kohlen herumzulaufen und bin ich nach dem Seminar „erleuchtet“? Nein! Bitte stellen Sie sich auf „kleine Brötchen“ ein; nicht auf „Kronleuchter“; auf kleine nachhaltige Lernschritte (wenn Sie sich darauf einlassen mögen) und nicht auf ein überwältigendes Seminarerlebnis.

Muss ich gesund sein? Ja! Sie sollten keine psychische Störung haben, nicht in psychotherapeutischer Behandlung sein oder in den letzten 18 Monaten gewesen sein. Ansonsten halten Sie unbedingt Rücksprache mit uns.

Warum weicht die Didaktik / Methodik von der üblichen Erwachsenenpädagogik ab?

Bitte erwarten Sie keine Powerpoint-Demos, Vorträge, ausschließliche „Tool- und Technikeinführungen“ oder eine übliche Schulungs- oder Trainingssituation. Wir sitzen im Kreis. Sie sollten Erfahrungen machen, üben, sich selbst erproben in der Rolle COACH – KLIENT - PROZESSBEOBACHTERIN. Die Didaktik entstammt der Ausbildung von Psychotherapeuten, Supervisoren, Coaches, wie sie seit ca. 1970 bewährt ist. Wenn Sie andere Methoden der Didaktik gewohnt sind, stellen Sie sich bitte auf etwas Neues ein.

Warum dauert die Vorstellungsrunde zu Beginn des Seminars lange? Sie ist schon Teil des Seminars. Sie brauchen sich keine Details von den anderen zu merken. Begegnung kann im Seminar nur stattfinden, wenn man sich vorher gegenseitig zeigt (soweit man das mag und kann).

Warum soll das Seminar auch oder zu einem sehr großen Teil der Selbsterfahrung dienen? Wäre es nicht besser, darauf zu verzichten und mehr Tools zu lernen? Die eigene Erfahrung (Selbsterfahrung) aus verschiedenen Rollen (Coach-Klient-Prozessbeobachter/in) und die eigenen „blinden Flecken“ (was man an sich selbst nicht wahrzunehmen vermag, was man jedoch von anderen wünscht, anderen übel nimmt, von anderen verlangt, anderen vorwirft...) nehmen viel Raum im Seminar ein. Ein Coach (Supervisor, Therapeut), der den Zeigefinger nicht umdrehen kann, wird später nur eigene unbewusste Strebungen stellvertretend in seinen Klienten erkennen und „therapieren“. Allerdings sind 50 Stunden überhaupt nicht ausreichend, um dies genügend zu verstehen (davon sind außerdem nur ca. 24 Stunden Selbsterfahrung). Ca. 60 bis 80% der Seminarteilnehmer/innen werden auch danach ihren Zeigefinger auf andere richten, statt ihn auf sich selbst anwenden zu können. Das wirklich zu verstehen (nicht nur zu wissen), würde sicher 150-300 Stunden beanspruchen. Doch die meisten beginnen die Wichtigkeit dieser Einstellung nach dem Seminar deutlich zu spüren. Ca. 5-10% der Teilnehmer/innen mögen das für sich nicht so gerne akzeptieren (sie würden lieber nur Tools lernen und nichts von sich selbst zeigen). Dies sind oft Seminarteilnehmer/innen, die vorwiegend „im Kopf“ zuhause sind.

Wird nur in der großen Gruppe gearbeitet? Die Übungen zu den Tools finden meist in Kleingruppen zu je drei (manchmal auch zwei oder vier) Personen statt! Anschließend tauschen alle Kleingruppen im Plenum ihre Erfahrungen, Eindrücke, Schwierigkeiten, Leichtigkeiten... aus, die sie mit der Übung hatten. Bitte beteiligen Sie sich immer ehrlich und offen an diesem Austausch, um der Gesamtgruppe Ihre Erfahrungen zur Verfügung zu stellen. Zusammen mit Kommentaren der Gruppenleitung kommt so ein Erfahrungsschatz mit den einzelnen Tools zustande, der weit über dem liegt, was man „selbst“ damit in fünf Tagen erfahren kann.

Seminare neben den Seminaren: In der Gruppe sind manchmal auch Reki-Meister/innen, Energiearbeiter, Missionare, Physiotherapeuten, Logopäd/innen... usw. Alle diese Spezialisten bitten wir sehr eindrücklich: bitte veranstalten Sie abends kein Seminar nach dem Seminar. Bitte lassen Sie sich auf die Themen, Haltungen und Techniken des Seminars ein und üben Sie diese in den Abendstunden. Bitte geben Sie abends keinen Privatunterricht und keine Privat-„Therapie“ in den Methoden, Ansichten, Professionen, die Sie kennen oder gelernt haben.

Manchmal kommt für einen Tag oder mehrere Tage ein weiterer Trainer: Im Rahmen der internen Qualitätssicherung kann es sein, dass an einem Tag (z. B. dem Dienstag) ein anderer Trainer des Teams zu Besuch kommt (dies könnten auch Christine oder Björn Migge sein). Hierbei geht es darum, am Ende des Tages dem Haupttrainer Rückmeldung über einzelne Mikrointerventionen zu geben. Dies ist ein normaler Vorgang der Teamsupervision „vor Ort“ und der kontinuierlichen Qualitätsverbesserung im Trainerteam. Die „Besucher“ werden zu 90% im Hintergrund bleiben und nur beobachten. In manchen heiklen Situationen könnte es sein, dass sie auch einmal intervenieren. Dies wird aber selten sein. Viele Seminarteilnehmer empfinden es als Störung der „Intimität“, wenn für einen Tag jemand vorbeikommt und dann wieder geht. Bitte bedenken Sie, dass Sie später als Coach auch Life-Supervisionen in Anspruch nehmen können oder sogar hierfür angefragt werden. Dabei entsteht immer auch eine „Verstörung“ als Nebeneffekt (manchmal auch als Heilsamer Haupteffekt). Wir bitten um Ihr Verständnis hierfür. Evtl. kommt ein weiterer Trainer auch nur als Hospitant und tritt dann aus der Perspektive der Gruppe nicht aktiv in Erscheinung, sondern tauscht sich lediglich ohne Beisein der Gruppe mit der Haupttrainerin über bestimmte didaktische oder dynamische Phänomene aus (im Sinne der internen Fort- und Weiterbildung im Trainerteam).

Alles darf in der Großgruppe erwähnt werden: Es ist förderlich für das Seminar, wenn Sie Wünsche, Bedürfnisse, Hoffnungen, Fragen, Verärgerungen, Vermutungen, Enttäuschungen, Erfolge... in der Großgruppe in Gegenwart der Seminarleitung ansprechen. Es ist dem Seminarklima nicht förderlich, wenn Sie abends eine kleine Gruppe ausschließlich gleichgesinnter Zweifler, Meckerer,

Fans, Bewunderer o.a. bilden. Was immer es zu sagen gibt: Bitte sprechen Sie es doch in der großen Gruppe ehrlich und offen an. Und nicht heimlich und hinten herum. Vielen Dank für Ihr Vertrauen!

Wie groß wird meine Seminargruppe sein? Dürfen Seminarveranstalter auch etwas verdienen? Sie erwartet eine Gruppengröße von ca. 16-20 Personen. Das ist in Coaching-Fortbildungen üblich. Die Preise für fünf Tage liegen dabei aber oft höher (meist 700-1800 Euro; bei manchen Ausbildern sogar bis 8000 Euro; Coaching-Fortbildungen kosten oft pro Wochen-Ende über 500 Eur.). Der reine Seminar-Preis für das BASIS-Coaching-Seminar von zurzeit ca. 495 Euro p.P. ist ein Rabattpreis, der mit den Fernschulen ausgehandelt wurde. Von den Gebühren werden die Trainer honoriert, die Angestellten im Office von Dr.Migge-Seminare, das Büro von Dr.Migge-Seminare. Die Gewinnmarge ist nicht so riesig, wie es manche kluge Kopfrechner ohne die oben genannten laufenden Ausgaben annehmen. Daher ist es leider nicht möglich, bei diesen Preisen zwei oder drei Trainer oder eine Gruppengröße von nur 8 bis 12 Personen zu realisieren. Es ist auch nicht möglich, für diese Investition 8 Seminartage durchzuführen. Wir bitten hierfür um Ihr Verständnis! Vielleicht hilft es Ihnen auch zu wissen, dass Christine und Björn Migge Gewinne (und Gewinne dürfen ehrbare Kaufleute und Coaches unbedingt auch machen!) auch weiterspenden. Allein 2008 und 2009 waren das pro Jahr ca. 30.000 Euro an Brot für die Welt, die Welthungerhilfe, die Stiftung der Dt. Welthungerhilfe (Stiftungsfonds Deutscher Coaches) u.a. Diese Spenden waren kein Taschengeld, sondern jeweils ein großer Batzen der Gewinne. Bitte informieren Sie sich im Internet über die üblichen Preise von Coaching-Ausbildungen, um eine realistische Einschätzung zu erhalten. Und schauen Sie auch, wie Sie selbst später *Ihr* Konzept so gestalten können, dass *Sie* Gewinne machen, Angestellte finanzieren können und *Ihre* Gewinne auf eine Weise nutzen können, die *Sie* sinnvoll und angenehm finden. Coaching ist keine Pro-Bono-Angelegenheit, sondern eine ehrbare Dienstleistung, bei der Sie später auch etwas verdienen dürfen!

Was sind Tools oder Interventionen? Sie werden mehrere Tools erlernen und üben, die Ihnen deutlich machen können, was Prozessberatung ist. Diese Tools sind zum einen Werkzeuge – zu anderen sollen sie Ihnen dabei helfen, sich selbst und die Situation (Coach zu sein) zu erfahren. Ein Tool ersetzt aber niemals das, was Coaching (oder auch Therapie) eigentlich effektiv macht: Das ist eine tragfähige vertrauensvolle Beziehung zwischen einem Klienten und einer selbsterfahrenen Person auf der anderen Seite. Insofern ist der Grad der Selbstannahme, Selbsterfahrung und Selbstreflexion auf der Seite des Coaches wesentlich wichtiger als jedes Tool! Die gelehrt Tools sind u.a.:

Vorstellung aus der Metaposition, Landkarten- und Aktionssoziometrie, Tauschen & Doppeln in der dyadischen Arbeit, Großgruppensimulationsverfahren als Beispiel von systemisch-biografischen Verflechtungen jeder dyadischen Arbeit, Tranceinduktion und Coaching in Trance, Soziometrie, Zielarbeit, Biografiearbeit mit Symbolen und Narrationen, Kombinationsverfahren aus sokratischem Dialog und Projektionsumkehr (ein ähnliches Metakonzept verfolgt z.B. The Work®) – abgeleitet aus einer speziellen Feedbackübung in der Gruppe u.a.

Jedes Tool wird besprochen, demonstriert, in Kleingruppen erprobt und in der Großgruppe reflektiert. Die Tools stammen aus der interaktionellen Gruppentherapie, dem Psychodrama, der Hypnotherapie, dem NLP, der Psychodynamik und der kognitiven Verhaltenstherapie.

Nur fünf Tage – bin ich dann „fertig“ und vollständig qualifiziert? Einige Seminarteilnehmer/innen schrieben nach den ersten Seminaren in 2004, dass sie sich ein längeres Seminar von ca. 7 bis 10 Tagen gewünscht hätten. Bitte bedenken Sie, dass das Seminar dann auch entsprechend teurer wäre. Daher beließen wir es bei 5 Tagen. Gehen Sie bitte davon aus, dass dies nur eine BASIS sein kann, von der aus Sie sich weiter entwickeln und in der Praxis erproben können. Daher können wir auch nur eine BASIS auf den Seminarteilnahmebescheinigungen vermerken. Sie sollten später noch 150 oder mehr Seminarstunden im Coaching belegen, um sich einigermaßen mit Ihrer Haltung, der Technik, der Theorie sicher zu fühlen. Auch nach 200 Seminarstunden werden Sie immer noch Anfänger/in sein! Psychotherapeuten oder Supervisoren veranschlagen viele Jahre und tausende Seminarstunden für ihre Ausbildung. Im Coaching können aus diesem Grunde 50 Stunden nur ein winziger Anfang sein und auch 200 Stunden sind – im Vergleich zu tausenden Stunden – immer noch sehr, sehr wenig.

Fantasien zur Leitung: Die Gruppenleiter/innen sind zwar Profis – allerdings auch nur Menschen. Sie können keine persönliche Beziehung zu 15-20 Seminarteilnehmer/innen aufbauen und sie können auch nicht von allen gemocht, geliebt, bewundert werden. Bitte übertragen Sie dies auf Ihre spätere Situation als Coach: Auch Sie sollten keine persönliche Beziehung zu Ihren Klienten aufbauen (sondern nur eine professionelle). Auch Sie werden Übertragungen und Projektionen erleben, in denen die Klienten Sie als zu weich, zu hart, zu neutral, zu eingreifend, zu lasch, zu streng... (was auch immer) bewerten und beurteilen werden. Diese Zeigefinger der Klienten werden Sie auch später erleben. Sobald Sie also Fantasien und unerfüllte Wünsche an die Leitungsperson bei sich entdecken, drehen Sie den Zeigefinger bitte gerne auch einmal um. Denn das Ziel des Seminars ist es, dass Sie etwas für und über sich lernen – nicht aber, dass Ihnen die Person der Gruppenleitung gefällt. In 50 bis 200 Stunden können die Projektionen und Übertragungen der Seminarteilnehmer/innen nicht aufgelöst werden. Manche Seminarteilnehmer/innen richten daher ihre Projektionen auf die Trainer oder auf andere Seminarteilnehmer/innen. Das ist ganz normal und kann oft noch Jahre nach dem Seminar Bestand haben. Nur die Personen, die sich kontinuierlich weiter entwickeln, lernen nach und nach (oft erst nach Jahren!) ihre (vielen) Zeigefinger behutsam umzudrehen.

Auch abends üben. Die Gruppenleitung verlässt das Seminar meist gegen 17.30 Uhr (so wie Sie später auch Ihre Klienten die ganze Woche über „verlassen“). Sie werden jedoch angeregt werden, auch zwischen 19-21 Uhr die Kleingruppenübungen weiter zu führen, die Sie im Laufe des Tages kennen gelernt haben. Dabei kann geht es in der Regel sehr harmonisch zu. Falls einmal etwas nicht klappt oder es sogar Ärger gibt: Alle Seminarteilnehmenden sind erwachsene Menschen und können solche Probleme selbst lösen. Hierfür ist nicht unentwegt ein Trainer erforderlich. Denn auch zuhause werden Sie weiter üben müssen. Auch dort ist nicht immer ein Trainer anwesend. Sie können und sollen nach fünf Tagen auf keinen Fall perfekt sein! Sie sollen weder alles verstanden haben, noch alle Tools sicher beherrschen. Das ist in fünf Tagen nicht möglich! Wir sind jedoch sehr froh, wenn Sie die einzelnen Haltungen und Tools bereits einmal ausprobiert haben, selbst erfahren, sozusagen „geschmeckt“ haben. Denn darauf können Sie

später in Ihrer Praxis (oder in weiteren Seminaren) profitieren und hierauf können Sie dann aufbauen. Das BASIS-Seminar soll wirklich nur ein Anfang sein.

Es gibt in der Mitte der Woche eine spezielle Feedbackrunde: In dieser kritischen Runde sagen sich die Seminarteilnehmer/innen, was sie anfangs aneinander nicht schön fanden. Hierbei geht es in erster Linie darum, dass diejenigen, die „Kritik“ äußern sich trauen ihre ersten (natürlich subjektiven) Eindrücke öffentlich zu machen und sie als „Feedback“ den Feedbackempfängern zu geben. Viele dieser ersten Eindrücke sind natürlich Projektionen: Sie haben mit eigenen abgelehnten oder noch nicht geklärten (meist unbewussten) Anteilen und Mustern zu tun. Nur was uns innerlich angeht, fällt uns bei anderen auf oder regt uns sogar auf. Die kritische Feedbackrunde dient also eher den Kritikgebern. Es hierbei um Vertrauen und ehrliche gegenseitige Wertschätzung: Kann ich meine „weise und kluge Maske“ ablegen und äußern, was ich (zumindest zum Teil) wirklich über andere dachte oder fühlte? Bin ich dann auch bereit, daraus für mich zu lernen und meine Projektionen zu nutzen, um sie als Wachstumsanregungen für mich selbst anzunehmen? Außerdem: Vielleicht haben ja auch die Empfänger der „Kritik“ etwas von den Rückmeldungen und möchten das eine oder andere davon als Gedankenanstrengung für sich selbst annehmen. In der „kritischen Feedbackrunde“ geht es *nicht* um objektives Feedback oder um die übliche Feedbacktechnik, die aus dem Management bekannt ist. Es geht auch überhaupt nicht darum, andere „fertig zu machen“. Fast alle Seminarteilnehmer/innen verstehen das sehr gut. Diese Einheit wurde in den meisten Seminaren am meisten gelobt und bisher von hunderten Teilnehmer/innen für die persönliche Entwicklung als besonders förderlich empfunden. Doch leider können pro Seminar ein oder zwei Teilnehmende diese Übung überhaupt nicht verstehen, da sie in ihrer bisherigen Lebensgeschichte gelernt haben, dass Kritik immer vernichtend ist und bis in den Selbstkern destruktiv wirkt. Wer so denkt und noch nicht umdenken kann oder mag, braucht diese wichtige Übung natürlich nicht mitmachen!

Die Gruppenleitung macht nur einen guten „Job“ – den aber sehr gerne: Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass die Seminarleiter/innen bzw. Trainer/innen nach dem Seminar keinen privaten Kontakt zu den Teilnehmer/innen aufrechterhalten können. Einige der Trainer (die auch anderswo trainieren) haben im Jahr 200 Seminarteilnehmer/innen. Wenn Sie also nach dem Seminar Fragen, Bitten, Anregungen etc. haben, richten Sie diese bitte nicht an die Trainer/innen, sondern an Dr.Migge-Seminare. Denn die Trainer werden als Profis auch nur für das Seminar honoriert; nicht jedoch für eine weiterführende Betreuung der Teilnehmer/innen. Hierfür bitten wir um Ihr Verständnis. Auch als professioneller Coach werden Sie später Ihre Klienten nur im vereinbarten Setting („Coaching-Sitzung“) betreuen und nicht in anderen Kontexten, die darüber hinausgehen.

Björn Migge ist meist nicht im Seminar. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass Björn Migge in den meisten Seminaren nicht dabei sein kann. Es laufen mehrere Ausbildungen, Vortragsreihen und Seminare in ganz Deutschland parallel. Daher ist das nicht möglich. Meist ist es auch nicht gut, da die Gruppe schnell eine gewisse Vertrautheit und Intimität aufbaut und es dann störend ist, wenn Personen von außen in die Gruppe „zu Besuch“ kommen (siehe weiter oben). Solche Besuche sollten nur zur vorgeschriebenen Qualitätssicherung durch kollegiale Supervision genutzt werden (s. o.). Die Trainer/innen in den Seminaren sind Profis, die eng mit Björn Migge zusammen arbeiten und die den Fernkurs und die Philosophie von B. Migge gut kennen. Zusätzlich bieten sie aber noch ihre eigenen Ansichten und Kompetenzen an und stellen sie den Teilnehmer/innen zur Verfügung.

Warum wird nicht „gelöst“ und „fertig therapiert“ in den Demonstrationen? Die Gruppenleitung wird Ihnen einzelne Tools (ca. drei pro Tag) vorstellen und sie teilweise vormachen. Allerdings innerhalb des Seminar-Rahmens. D.h. dass nicht „fertig gecoacht“ oder „fertig therapiert“ werden kann. Die Demonstrationen sind aus didaktischen Gründen evtl. verkürzt, damit SIE dann Zeit haben, in Kleingruppen zu üben.

Muss ich jede Übung mitmachen oder später anwenden? Nein! Sie achten auf sich selbst und schauen bitte darauf, dass Sie Ihre eigenen Grenzen und Möglichkeiten respektieren. Sie sollten nur üben und später auch nur anwenden, was Sie mit Ihrem Wesen auch gut vertreten können. Bestimmte Tools sollten und dürfen Sie auch erst bei Klienten anwenden, wenn Sie sich entsprechend weitergebildet haben. Sofern Sie eine Übung nicht mitmachen, besprechen Sie dies gut mit der Seminarleitung. Sollten Sie mehrere Übungen nicht mitmachen können oder wollen, könnte es u. U. dazu führen, dass das Seminar nicht als erfolgreich gewertet werden kann.

Wer passt auf mich auf? Jede teilnehmende Person trägt die Verantwortung für sich selbst. Als gute Mitmenschen passen auch alle aufeinander auf und leisten sich Hilfe. In allen Zweifelsfällen fragen Sie bitte Ihre Gruppenleitung (sofort im Seminar und nicht erst zwei Wochen später!).

Sieht die Seminarleitung alle meine Kleingruppenübungen und korrigiert alles? Nein! In der Regel erstirbt die Fehlerfreundlichkeit und das Üben sofort, wenn ein Trainer bei der Kleingruppenübung zugegen ist. Sie sollen selbst üben und sich mit Ihren Fehlern und dem, was schon gut klappt, erfahren. Aus den EIGENEN Fehlern und dem anschließenden Gruppenfeedback lernt man viel besser als aus den Demos der Trainer. Die Gruppenleiter/innen werden daher nicht in den ca. 5-7 Kleingruppen zugegen sein (das ist auch technisch und rechnerisch nicht möglich).

Es gibt nur eine Trainer/in im Seminar. Würden wir zwei oder drei Personen einsetzen, wären die Seminare entsprechend teurer. An einigen wenigen Seminaren nehmen aber „frisch gebackene Coaches“ aus der Integrativen Coach-Ausbildung als so genannte *Seminarbeobachter* teil. In manchen Seminaren hospitiert auch andere Teamtrainer. In der Regel ist jedoch nur ein/e Trainer/in im Seminar für Sie zuständig.

Gibt es Sonderregelungen für die Euro-FH-Teilnehmer/innen? Die Teilnehmer/innen der Euro-FH schreiben an einem separaten Tag (nicht im Seminar) eine Klausur. Einsendeaufgaben, Klausur und mündlich-praktische Beteiligung im Seminar ergeben später bei der Euro-FH die Gesamtklausur. Für die mündlich-praktische Note im Seminar ist ausschlaggebend: Engagement, Beteiligung an Diskussionen (mit erkennbarer ich-bezogener Selbstreflexion, die Kognition, Emotion und Handlung ausbalanciert berücksichtigt). Außerdem muss in den Kleingruppen jeweils die Rolle Coach – Klient – Prozessbeobachter durchlaufen werden. Der Coach soll

dabei Rapport zeigen und das geübte Tool (fehlerfreundlich) anwenden können. Als Klient sollen in den Übungen authentische Anliegen bearbeitet werden. In die Note fließen ein: Engagement, Selbstreflexion, Bereitschaft zur Selbsterfahrung, Rapportfähigkeit, Umsetzung der Tools in Kleingruppen oder Großgruppe. Die Note wird durch anhand von Selbst- und Fremdeinschätzung festgelegt (im Zweifelsfall durch die Gruppenleitung bestimmt).

Wie ist das Seminarhaus, in dem wir unterkommen und üben werden? Die Seminarhäuser sind unterschiedlich teuer. Einige haben sehr schönen Jugendherbergscharme, andere sind einfache aber gute Hotels, eines ist ein 3-Sterne-Plus-Hotel. Die Preise in den verschiedenen Seminarhäusern sind unterschiedlich. In einer Jugendherberge kann man die Getränke abends zum Selbstkostenpreis erwerben; in einem Hotel zahlt man bei Tisch übliche Hotelpreise für die Getränke. Bitte informieren Sie sich im PDF zu den Seminarhäusern auf unserer Website unter „Kontakt/Anfahrt“. Wann immer Sie Sonderwünsche an das Seminarhaus haben (oder auch nur Verbesserungswünsche): Sprechen Sie das Personal bitte vor Ort sofort an, damit man Ihnen die Wünsche erfüllen kann.

Besteht jeder das Seminar „mit Erfolg“? Das Seminar kann unter bestimmten Bedingungen auch als „nicht erfolgreich“ bewertet werden. Das war von 2004 bis 2010 (ca. 3000 Seminarteilnehmer/innen) fünfmal der Fall, da diese Teilnehmer/innen nicht ausreichend mitarbeiteten, keine angemessene Haltung zeigten, nicht ausreichend selbstreflexiv waren, die Gruppe störten oder psychisch sehr krank waren u. a.

Was passiert, wenn jemand im Fernstudium betrogen hat? Fernstudierende, die Einsendearbeiten (auch auszugsweise) kopiert, abgeschrieben oder nicht selbst angefertigt haben, sind zu unseren Seminaren nicht zugelassen.

Ist das Seminar als Bildungsurlaub anerkannt? Das Seminar ist nur in einigen Bundesländern als Bildungsurlaub anerkannt (natürlich nur in jenen, die ein „Bildungsurlaubsgesetz“ haben). Bildungsurlaubsanträge müssen ca. 4-5 Monate im Voraus *bei der Fernschule beantragt* (nicht bei Dr.Migge-Seminare) werden. Auf der Downloadseite von Dr. Migge finden sich einige Dokumente zum Thema Bildungsurlaub.

Wer bietet das Seminar zum Fernkurs an: Die Fernschule oder Dr.Migge-Seminare? Anbieter des Seminars ist nicht die Fernschule, sondern Dr.Migge-Seminare in Porta Westfalica; als externer beauftragter Kooperationspartner der Fernschule. Anmeldung, Wünsche, Zahlungen, Rechnungsstellung, Stornierungen, Organisation u.a. bezüglich des Seminars (nicht des Fernstudiums allgemein) erfolgt nur über Dr.Migge-Seminare.

Wie werde ich besser darin, den Zeigefinger umzudrehen? Bitte bedenken Sie, dass viele Gefühle und Gedanken, die im Seminar zunächst auftreten (z.B. im psychodynamischen Sinne nach "Versorgung", "Verantwortungsabgabe", Enttäuschung über nicht erfüllte unbewusste Beziehungserwartungen aus der eigenen Geschichte u.a.) sich zunächst auf die Gruppenleiter/innen richten werden oder / und auf "die anderen" (einzelne in der Gruppe, „die Gruppe“, die Fernschule, das Seminarinstitut, das Hotel), die nicht so gut, nett, kompetent, zugewandt... sind, wie Sie sich das vielleicht von ihnen wünschen. Bitte prüfen Sie dann in den Wochen nach dem Seminar, was diese Gefühle oder Gedanken zu bedeuten haben, wenn Sie "den Zeigefinger" umdrehen (wenn Sie die Übung „the Work“ einmal wirklich ernst nehmen und auf sich selbst anwenden). Sehr hilfreich in diesem Sinne sind die Bücher von Paul Ferrini (z.B. "Im Herzen leben" oder "Die 12 Schritte der Vergebung").

Gibt es auch Business-Tools im Seminar? Die Tools im Business- und Personal-Coaching sind oft identisch. Was wirklich anders ist, sind Setting, Rahmen, Ausgangsthemen, Vertragsgestaltung. Insofern können alle gelehrt Tools sowohl hier als auch dort eingesetzt werden.

Wer hat recht: Diejenigen, die das Seminar toll fanden oder diejenigen, deren Erwartung nicht erfüllt wurden? Was die einen toll finden, finden andere schwierig oder sogar störend. Und oft sind sowohl Lob als auch Kritik in keiner Weise „objektiv“. Das hängt häufig damit zusammen, was man erwartet (sich vorher vorstellt) – es hängt aber auch damit zusammen, ob eigene heiße Eisen im Seminar berührt werden oder unbewusste Ängste. Wenn Sie dazu mehr verstehen möchten, schauen Sie auf die Literaturempfehlungen der AG Gruppe: www.AG-Gruppe.de. **Besonders empfehlen wir das Lehrbuch von Irvin Yalom: Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie (sehr dick)**. Bitte lesen Sie auch die PDF-Informationen zu Ihrem speziellen Seminar und den Infotext „**Selbsterfahrung in der Gruppe**“! Diese Informationen finden Sie auf unserer Homepage www.drmigge.de im Bereich „Downloads“. Dort finden Sie auch viele weitere Informationen zu den Themen Coaching, Selbsterfahrung, Psychotherapie u.a. Bitte stöbern Sie im Downloadbereich.

Wo kann ich mich nach dem Seminar kontinuierlich im Coaching weiterbilden? Schauen Sie bitte hier nach: www.deutscherfachverband-coaching (DFC – er steht den Fernschüler/innen besonders nahe und wird von Dr.Migge-Seminare und den Fernschulen empfohlen), www.dvct.de (DVCT), www.coachfederation.org (ICF), www.dbvc.de (DBVC), www.QRC-Verband.de (QRC). Spezialseminare bietet auch Dr.Migge-Seminare an (preisreduziert für ehemalige BASIS-Teilnehmer/innen). Fort- und Weiterbildungen für Coaches finden Sie auch im Seminar kalender der Zeitschrift www.ks-magazin.de

Sind die Trainer unterschiedlich? Ja, sehr! Einige Trainer/innen werden von den Seminarteilnehmer/innen häufiger als „locker und lustig“, andere eher als „ruhig, ernst oder sogar steif in den ersten zwei Tagen“ wahrgenommen. Es liegt nicht am Konzept der Weiterbildung. Auch Trainer und Gruppenleiter sind ja nur Menschen, die ihre persönlichen Eigenarten, Fähigkeiten und Stärken oder Schwächen haben und somit auf ganz bestimmte Weise wirken. Außerdem bringen die Trainer in die Seminare ihre individuellen Kompetenzen, Fähigkeiten, ihre Person und ihre Fähigkeiten ein und müssen in jedem Seminar anders auf die Gruppendynamik und die spontan entstehenden Situationen reagieren. Daher ist es so, dass jeder Trainer selbstverständlich eine ganz eigenständige Person ist, dass jede Gruppe ihre dynamischen Eigenarten und Themen entwickelt und das hieraus jeweils völlig andere Seminare entstehen; dies kann den Ablauf oder das Erleben betreffen.

Feedbacks zum Seminar: Nach dem Seminar erhalten Sie einen Feedbackbogen. Darin können Sie loben und auch meckern. Wir nehmen die Verbesserungsanregungen sehr ernst und danken Ihnen schon jetzt dafür. Bitte füllen Sie den Feedbackbogen mit Ihrem Namen aus. Er wird sehr vertraulich ausgewertet. Anonymes Feedback (auch Lob) nach einem Seminar, in dem alle so intensiv miteinander gearbeitet haben, wäre schade. Wenn Sie schon vor Freitag etwas nicht mögen oder böse sind, sagen Sie es bitte frühzeitig der Seminarleitung. Es ist unfair, erst zum Abschied ein „Vernichtungsurteil“ zu fällen und vorher die ganze Zeit freundlich aber wütend zu lächeln. Denn zum Abschied lässt sich nichts mehr ändern. Ein solches Verhalten ist recht unreif (auch dann, wenn es Ausdruck von Angst ist oder wenn es auf andere Weise erklärend gedeutet werden kann).

Wir wünschen Ihnen viel Vorfreude aufs Seminar. Bitte denken Sie daran, dass vor allem SIE selbst bestimmen können, wie es Ihnen im Seminar geht, was und wie Sie lernen und was Sie im Sinne der Professionalisierung, der Selbsterfahrung o.a. aus dem Seminar herausziehen. Erwarten Sie also bitte von sich genauso viel, wie Sie von den anderen Teilnehmer/innen und von der Gruppenleitung erwarten. Und denken Sie daran, dass 90 bis 95% der Seminarteilnehmer/innen wirklich sehr begeistert von Seminar sind und es als ein großes Geschenk wahrnehmen. Mehr ist vermutlich nicht drin und es ist wohl normal, wenn 5 bis 10% nach einem Seminar nicht in allen Punkten begeistert sind. In diesen Vorinformationen kamen jedoch die Fragen und Hinweise jener 5 bis 10% zum Ausdruck. Bitte berücksichtigen Sie dies.

Wenn Sie Fragen und Wünsche haben, nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf! Vor dem Seminar, im Seminar oder nach dem Seminar! Wir helfen Ihnen gerne und sind offen für Ihre Fragen, Anregungen und Hinweise.

Herzliche Grüße!

Ihr Björn Migge und das gesamte Team

Wir beantworten gerne Ihre Fragen vor und nach dem Seminar:

Mail: *office*  *drmigge* punkt *de*

Telefon **0571 - 974 - 1975**

(vormittags, zwischen 9-12 Uhr)