



DEN NÄCHSTEN VALENTINSTAG VERBRINGE ICH MIT DIR



VIELE SINGLES WÜNSCHEN SICH SO SEHR EINEN PARTNER FÜR'S LEBEN ZU FINDEN.

WARUM HAUT ES NICHT HIN?



Vorwort

Der schlimmste Tag des Jahres für Partnersuchende: Valentinstag

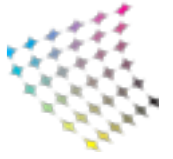


Alle um uns herum scheinen plötzlich verliebt und in festen Händen zu sein. Schon wieder ein Valentinstag, den wir alleine verbringen. Wie sehr wünschen wir uns, unser Leben gemeinsam mit einem Partner zu verbringen, doch anscheinend sind alle Guten vergeben, geraten wir immer wieder an den oder die Falsche ... oder sind wir vielleicht nicht beziehungsfähig?

Ich kann euch beruhigen. Es gibt noch genug Auswahl am Markt und beziehungsunfähig sind nur die Wenigsten. Um die oder den "Richtigen" zu finden, muss man nur genauer hinschauen.

Ihr denkt, dass tut ihr doch? Dann geht einmal in euch. Es gibt sehr viele gute, nette, liebevolle Frauen und Männer um euch herum, die genau dasselbe suchen wie ihr. Ihr schaut nicht wirklich hin. Wir gehen mit unseren vorgefertigten Meinungen und Vorurteilen durch's Leben und übersehen dabei wahrscheinlich einen Partner für unser Leben.





Inhaltsverzeichnis

Viele Singles wünschen es sich so sehr, einen Partner für's Leben zu finden.	4
Warum haut es nicht hin?	
Unbewusste Abwehrmechanismen	6
... der Zahn der Zeit.	
Der Weg heraus aus der zwanghaften Suche	7
Änderung der (Vor-)Einstellung.	
Das erste „Verliebtsein“	8
... Schmetterlinge im Bauch ... locker flockig drauflos.	
Der „passende“ Partner	9
Anpassung mit der Zeit.	
Fragen erzeugen Antworten	10
Reden ist Gold.	
Aktion und Reaktion	11
Gut gelaunt in den Tag.	
Wo lerne ich potentielle Partner kennen?	12
Einstieg ins Online-Dating.	
Ein ansprechendes Profil erstellen	13
Aufmerksamkeit erzeugen.	
Kontaktaufnahme	15
Sei mutig.	



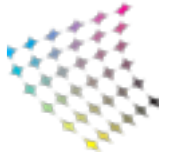
Viele Singles wünschen es sich so sehr, einen Partner für's Leben zu finden.

Warum haut es nicht hin?

Schaut man dann einmal mit ein wenig Distanz auf die Art und Weise, wie Menschen sich anderen präsentieren, welche Vorstellungen und Wünsche sie haben, wird einem so manches klar.

In den meisten Fällen ist es so, dass wir zu viele „Voreinstellungen“ haben. Wir gehen nicht offen auf das Gegenüber zu, sondern:

1. Wir haben eine genaue Vorstellung, wie der Andere sein soll und lehnen ihn direkt ab, wenn er im Detail nicht den Vorstellungen entspricht.
 - ☞ Wer von vorneherein ganz klar festlegt, wie der andere sein soll, geht nicht offen auf ihn zu. Den perfekten Partner gibt es nicht. Zu einer Beziehung gehören Kompromisse. Ob man den richtigen Partner gefunden hat, stellt sich nicht in den ersten Tagen oder Wochen heraus. Es ist eine Entwicklung.
2. Wir haben den exakten Plan für unser gemeinsames Leben in der Tasche.
 - ☞ Dieser Partnersuchende legt einen Plan vor, wie das gemeinsame Leben verlaufen soll. Er versucht das Gegenüber zu dominieren: Funktioniert das Vis-à-Vis nicht, wie gewünscht, dann tritt er den Rückzug an oder der potentielle Partner tut's.
3. Wir haben keine eigene Meinung und passen uns mit allem dem Anderen an. Seine Wünsche stehen im Vordergrund.
 - ☞ Wer möchte schon einen unterwürfigen Schoßhund, als Partner an seiner Seite haben.
4. Wir stellen uns und unsere Wünsche zu sehr in den Vordergrund.
 - ☞ Die einen tun es ganz offensichtlich und sagen gerade heraus: „Ich suche einen Partner, für den ich der wichtigste Mensch im Leben bin. Andere halten den potentiellen Partner auf Distanz, bis er Beweise vorlegt, dass er der Richtige und Einzige ist.“
5. Wir versuchen den Anderen zu ändern.
 - ☞ Manchmal geschieht es sehr subtil, weil wir ja nur das Beste wollen und manchmal ganz offensichtlich und klar heraus.



So läuft das nicht. Es mag sein, dass man auf die eine oder andere Art, sein Gegenstück findet, aber grundsätzlich stehen Menschen nicht darauf, in Schubladen einsortiert oder verplant zu werden. Auch ein devotes kleines Hündchen oder Egozentriker stehen nicht auf den vorderen Rängen der Partnersuchenden. ... und jemanden, der an allem herummäkelt, was man tut oder lässt und wie man ist, braucht niemand.

Auf diese Weisen werden Menschen manipuliert oder dominiert. Das mag kaum einer, da gibt's wenige, die in Frage kommen könnten.

Wir gehen auf andere Menschen zu, mit denen wir in Kontakt treten wollen und haben schon alle möglichen Pläne und vorgefertigte Meinungen in uns, wie der andere sein soll, wie er sich verhalten soll, was er darf, was er nicht darf, so dass ein wirkliches in Kontakt treten, gar nicht mehr möglich ist. Wir geben ihm keine Chance dazu uns kennenzulernen oder uns ihn kennenzulernen.

Wir haben unsere ganz klar festgelegte Meinung darüber, wann jemand passt und wann nicht. Wir haben "Voreinstellungen", die uns daran hindern, mit Menschen in engeren Kontakt zu treten.

Wir glauben einen Menschen schon beim ersten Gespräch kennenlernen zu können. Ein Telefonat reicht aus, zu entscheiden, ob jemand für ein gemeinsames Leben geeignet ist.

Uns reicht oft ein Satz, den jemand als Reaktion auf etwas, das wir gesagt haben entgegnet, um ihn abzulehnen und auszusortieren. Klingt ziemlich anmaßend, wenn man bedenkt, dass uns so alles Mögliche herausrutscht, wenn jemand etwas sagt, das uns trifft oder auch nur im falschen Moment erwischt hat.

Darüber sollte man vielleicht einmal nachdenken.



Unbewusste Abwehrmechanismen

... der Zahn der Zeit.

Das Schlimmste an diesen „Voreinstellungen“ ist, dass wir es nicht einmal bewusst tun. Wir lassen uns doch auf den anderen ein, aber wenn's nun einmal nicht passt, dann passt's halt nicht. ... und diese Entscheidung treffen wir, umso länger wir Single sind, immer schneller.

Wir lernen jemanden kennen und bemerken direkt beim ersten Treffen, was alles nicht passt.

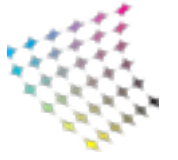
Vielleicht sollte man hier einmal darüber nachdenken, mit welcher Einstellung wir an dieses Date herangegangen sind.

Wir hatten unsere Vorstellung, wie der andere sein soll und haben uns dementsprechend ihm/ihr gegenüber verhalten, weil er/sie nicht sofort dem Traum entsprach. Wir geben einem potentiellen neuen Partner keine Chance, weil wir denken, ihn kennengelernt zu haben und sofort auf Rückzug umschalten, sobald das kleinste Argument gegen ihn auftaucht. ... und wenn keines da ist, dann konstruieren wir eines. Wir spielen in unserem Kopf alle möglichen Szenen durch, die auftreten könnten und gegen den anderen sprechen, so dass eine Beziehung mit ihm/ihr nicht einmal in Erwägung gezogen wird.

Alleine, dass man beim ersten Treffen schon darüber nachdenkt, ob er oder sie vielleicht ein passender Partner sein könnte, ist ein falscher Ansatz.

Warum denken wir sofort darüber nach, ob er oder sie der Richtige ist? Wir sind eben Suchende. Verzweifelt Suchende, mit viel Lebenserfahrung, die nicht spurlos an uns vorbeigezogen ist.

Ein langjähriger Single hat ein ereignisreiches Leben hinter sich, das Spuren hinterlassen hat. Wir sind keine naiven 20jährigen mehr, die sorglos und planlos auf andere Menschen zugehen. Wir lassen uns nicht einfach fallen und blind auf jemanden ein. Wir haben unsere Strategien, unsere Schutzmechanismen, unseren Panzer, den wir über Jahre aufgebaut haben und nur ungerne ablegen.



Der Weg heraus aus der zwanghaften Suche

Änderung der (Vor-)Einstellung

Dabei haben wir es in der Hand. Wenn wir nicht mehr so voreingenommen durch unser Leben gehen, sondern uns mehr überraschen lassen, von dem was noch kommen kann, findet sich ganz sicher auch ein Partner.

Auch unsere Einstellung zum Leben, zum Tag ist maßgebend für das was geschieht. Wacht man morgens auf und denkt: „Ich hab' keinen Bock“ und geht so in den Tag, wird es meistens ein Tag an dem man ziemlich genervt und gestresst ist. Startet man aber in den Tag mit der festen Überzeugung: „Das wird ein guter Tag“, dann wird es ein guter Tag. Wir gehen strahlender auf die Menschen in unserer Umgebung zu und sie entgegnet uns dementsprechend positiv. Das funktioniert selbst am Telefon. Probiert es einmal aus, es funktioniert wirklich. Wichtig ist dabei die persönliche Überzeugung.

Genauso kann man es machen, wenn man jemanden kennenlernt. Man geht zum Treffen mit der festen Überzeugung: „Es wird ein schöner Abend, ich werde loslassen und mich voll auf diesen Menschen einlassen“. Kein Nachdenken darüber, ob er ein potentieller Partner ist, keine „Voreinstellungen“. Einfach nur einen schönen gemeinsamen Abend verbringen. Alles andere ergibt sich von selbst. Kennenlernen kann man sowieso niemanden innerhalb dieser kurzen Zeit und entscheiden ob es der „richtige“ Partner für's Leben ist sowieso nicht.

Wir wirken ganz anders, unbedarft, lockerer und offener, wenn wir mit dieser positiven Einstellung auf einen Menschen zugehen. Automatisch wird dieser Mensch uns auch positiv begegnen. Der Abend wird gut werden.

Es bedarf etwas Übung zugegeben, aber es klappt bestimmt, auch wenn nicht beim ersten Mal. Sich auf den anderen einlassen heißt ja nicht, dass der erste gleich der Richtige ist, aber es ist zumindest eine gute Übung. Man kann auch Spaß haben mit jemandem, der nicht der zukünftige Partner wird.

Also "locker" bleiben.



Das erste „Verliebtsein“

... Schmetterlinge im Bauch ... locker flockig drauflos.

Wir haben nun festgestellt, dass es eigentlich wir selbst sind die ein Kennenlernen blockieren, weil wir unsere „Voreinstellungen“ nicht abschalten.

Die Lösung dafür ist loslassen, so wie wir es mit 20 getan haben.

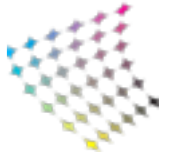
Erinnern wir uns doch einmal daran, wie es war, als wir zum ersten Mal verliebt waren. Wir haben uns blindlings auf den anderen eingelassen. Er hatte mit Sicherheit viele Fehler und Makel, so wie wir alle, aber wir waren Hals über Kopf in ihn verliebt, weil wir darüber hinweggesehen haben. Wir waren einfach nur verliebt.

Könnten wir heute mit dieser Einstellung auf andere Menschen zugehen, wäre alles viel einfacher, aber man kann das Rad der Zeit eben nicht zurückdrehen. Wir können uns aber daran ein Beispiel nehmen.

Wir haben unseren Jugendfreund auf einer Party, in der Disco oder über Freunde kennengelernt. Er war mit Sicherheit auch kein Traummann, wenn wir heute zurückblicken, aber wir waren blind. Wir haben nicht darüber nachgedacht, ob er oder sie zu uns passt. Wir haben uns genauso, wie es sein sollte, planlos und sorglos auf ihn eingelassen. Es war offensichtlich nicht auf Dauer, sonst wären wir heute verheiratet und hätten Kinder, aber es war schön und wir haben es genossen.

Heute sind wir reifer und klüger, aber nicht mehr planlos. Wir lassen uns nicht mehr auf irgendwelche Blender ein, die uns früher vielleicht beeindruckt haben.

Einen Teil dieser jugendlichen Blindheit, können wir auch heute wieder zurückgewinnen, wenn wir es schaffen, einen neuen Menschen in unserem Leben an uns heranzulassen und uns auf ihn einzulassen. Nicht von Anfang an darüber nachdenken, ob wir zueinander „passen“, sondern uns einfach miteinander vergnügen, Spaß haben, kurz und knapp, aufeinander einlassen. Dann haben wir die Chance wieder blind vor Liebe zu werden, über die Schwächen des Vis-à-Vis hinwegzusehen, die "**Schmetterlinge im Bauch**" wieder zu spüren und den Partner für den Rest unseres Lebens zu finden.



Der „passende“ Partner

Anpassung mit der Zeit.

Wer so richtig blind verliebt ist, der macht sich keine Gedanken darüber, ob das Gegenstück „passt“ oder nicht. Die „**Schmetterlinge im Bauch**“ nehmen überhand. Wir genießen das Zusammensein, stellen unseren Terminkalender aufeinander ab, unternehmen vieles gemeinsam, passen uns mit der Zeit an den anderen an.

Es ist also auch hier nicht so, dass bereits vorher alles „passte“, sondern zuerst waren wir verliebt, dann kam die „Anpassung“.

Den „passenden“ Partner zu finden, bedeutet also nicht, dass man von vorne herein aufeinander abgestimmt ist, sondern viel mehr, dass man sich so sehr auf jemanden einlässt, bis eine gegenseitige Anpassung automatisch da ist, weil man liebt.

Das hört sich alles ein wenig an, wie die Frage: Was war zuerst da, das Ei oder das Huhn? ... und genauso ist es: Ohne Anpassung keine Liebe, ohne Liebe keine Anpassung.

Des Rätsels Lösung ist also: Sich aufeinander einlassen

Sich aufeinander einlassen heißt: Eine Beziehung zueinander aufbauen.

Dieser Trick wird auch in Callcentern angewandt. Man kennt den Gesprächspartner am Telefon nicht, doch er hat ein Problem. Er kommt auf 180 verärgert herein und man versucht eine Beziehung zu ihm aufzubauen: Über Nachfragen, Empathie und geduldiges Zuhören. Man lässt sich also auf das Gegenüber ein und holt ihn/sie so herunter, um dann, da er/sie sich auch darauf einlässt, gemeinsam eine Lösung zu finden. Es funktioniert in 99% der Fälle.

Selbst in der Kriminalistik ist dieser Trick bekannt. Wenn Entführungsoffer es schaffen, zu dem Entführer eine Beziehung aufzubauen, so dass er sich auf ein Gespräch einlässt und etwas über sich preisgibt, haben die Entführungsoffer wesentlich höhere Überlebenschancen.

Ebenso ist es beim Aufbau einer Beziehung zu einem potentiellen Lebenspartner. Bevor wir mit unseren Vorurteilen loslegen und ihn abhaken, als „nicht passend“, sollten wir uns einlassen und über ein oder mehrere Gespräche versuchen eine Beziehung zu ihm aufzubauen.



Fragen erzeugen Antworten

Reden ist Gold

Nur über intensive Gespräche und Nachfragen erfahren wir mit wem wir es wirklich zu tun haben. Wenn uns etwas nicht gefällt, was der andere sagt, müssen wir nachhaken, es hinterfragen. Warum bist du der Ansicht, dass ... ? Wieso willst du nicht ... ? Was ... ? Am besten sind offene Fragen. Offene Fragen bedeutet, der andere kann nicht einfach mit „Ja“ oder „Nein“ antworten, sondern muss in einem Satz antworten.

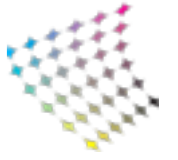
Fragt man jemanden: Warst du gestern Abend im Kino? Kommt gewöhnlich nur eine einsilbige Antwort: „Ja“ oder „Nein“. Fragt man aber: Was hast du gestern Abend getan? Kommt eine konkrete Antwort, z.B.: Ich war gestern Abend mit einem Freund aus. Was habt ihr gemacht? Wir waren gemeinsam im Kino. Welchen Film habt ihr euch angeschaut? Wir waren in Der Film war echt gut. ... und schon läuft das Gespräch.

Reden ist Gold

Entgegen der weitverbreiteten Meinung, dass Schweigen Gold sei, bin ich der Auffassung, dass gerade wenn man jemanden kennenlernen möchte, genau das der falsche Rat ist. Alternativ zum Fragen, kann man dem Gegenüber nämlich auch einfach sagen, wie man sich fühlt, was man denkt oder wie es bei einem ankommt, wenn er/sie sich so verhält, etwas sagt oder tut, was man nicht versteht, anstatt herumzurätseln, warum er/sie es getan oder gesagt hat. Das hat schon so manches Missverständnis aufgeklärt.

Wir tendieren dazu vorschnell zu urteilen und uns eingeschnappt zurückzuziehen, wenn wir etwas nicht verstehen, aber in den meisten Fällen sind es Missverständnisse, die uns abhalten uns weiter einzulassen. Wir reagieren auf etwas, das wir nicht verstehen, auf das der andere wiederum reagiert, weil er es vielleicht genauso wenig versteht. Warum also nicht gleich über den eigenen Schatten springen und direkt nachfragen. Je schneller, desto besser. Wenn wir zu lange darüber nachdenken trauen wir uns vielleicht nicht mehr und es ist zu spät, für's Nachfragen und für die Beziehung.

Selbst wenn es kein Missverständnis war, wenn wir nachfragen, wissen wir es und müssen nicht tagelang über das „Warum“ nachgrübeln und wenn wir gesagt haben, wie es bei uns angekommen ist, fühlen wir uns anschließend besser, weil wir es los sind. Das ist viel besser für unsere Gesundheit und gibt weniger Falten.



Aktion und Reaktion

Gut gelaunt in den Tag.

Alles was wir tun ist eine Reaktion auf unsere Mitmenschen und genauso tun es die Menschen um uns herum. Sie reagieren auf uns, unser Verhalten, unsere Mimik, Gestik und das was und wie wir etwas sagen.

Grüßt einen der Arbeitskollege morgens nur kurz und knapp, muss das nicht heißen, dass er uns nicht mag. Wer weiß, wie seine Nacht war oder was morgens am Frühstückstisch passiert ist. Lassen wir uns dadurch den Tag verderben und grüßen ebenfalls miesgelaunt zurück oder grüßen wir erst recht freundlich zurück? Das macht den Unterschied für seinen und unseren Tag aus.

Ein einfaches und schönes Beispiel hierfür ist ein Besuch in der Bäckerei. Die Bäckerin grüßt freundlich und lächelnd beim Eintreten. Wir grüßen freundlich zurück und reden ein paar Worte mit ihr: Der Tag ist gerettet.

Ist die Bäckerin aber gestresst oder hat schlecht geschlafen und murmelt nur ein kaum verständliches grummelndes „Morgen“, werden wir darauf genauso reagieren und gehen schlechtgelaunt aus dem Laden heraus. Wir reagieren auf die Aktion der Bäckerin und lassen uns herunterziehen.

Schaffen wir es in einer solchen Situation aber, ein freundlich lächelndes strahlendes „Guten Morgen“ heraus zu bekommen und meinen das auch noch ernst, haben wir der Bäckerin den Tag erhellt. Sie wird uns spätestens beim Gehen ein freundliches „... und einen schönen Tag noch“ hinterher rufen. Wie dann der weitere Tag der Bäckerin verläuft, liegt in ihrer Hand, aber wir haben ihr einen schönen Moment geschenkt.

Wir reagieren auf Aktionen unserer Mitmenschen und jede weitere Reaktion löst wieder eine neue Reaktion aus. Fällt unsere Reaktion anders aus, als die Menschen um uns herum es erwarten, lenken wir ihre Gegenreaktion in eine andere Richtung. Wir können also in großem Maße steuern, wie unser Tag und unser Leben verläuft. Genauso können wir dies tun, wenn wir einen neuen Menschen in unser Leben lassen. Wenn wir uns positiv, ohne Vorurteile und ohne „Voreinstellungen“ auf diesen Menschen zugehen, wird er positiv reagieren und sich auf uns einlassen. Nun liegt es an uns, dies ebenso zu tun.

... und nicht vergessen: Nachfragen, wenn etwas unverständlich oder irritierend erscheint.



Wo lerne ich potentielle Partner kennen?

Einstieg ins Online-Dating.

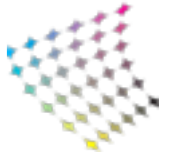
Wir haben jetzt erfahren, wie wir zu einem Menschen, den wir mehr oder weniger zufällig treffen eine Beziehung aufbauen können, aber man muss ja zuerst einmal jemanden kennenlernen, den man daten kann. So einfach ist das nicht immer.

Man kann Menschen auf der Arbeit, im Bus oder Zug, beim Bäcker oder im Discounter kennenlernen, abends in der Kneipe oder der Disco, einfach an allen möglichen Ecken und zu allen möglichen Gelegenheiten. Viele Menschen haben aber ein Problem damit, direkt auf Menschen zuzugehen und sie anzusprechen, also muss eine andere Lösung her.

Wie wäre es mit Dating im Netz?

Dort kann man sich erst einmal anonym umschaun, nach einem netten Lächeln ausschauen, nach der bevorzugten Haar- oder Augenfarbe oder was immer beliebt, schauen. ... aber Vorsicht, die Gefahr dabei ist, dass man wieder in die alten Gewohnheiten verfällt und Menschen aussortiert, weil sie anscheinend einen kleinen Makel haben.

Bevor wir allerdings einsteigen können, uns nach Gleichgesinnten umzuschauen, müssen wir ein Profil erstellen. Mit einem ansprechenden, authentischen Profil fällt und steigt unsere Möglichkeit auf Erfolg. Im Netz, wo andere erst einmal das Profil anschauen, bevor sie entscheiden uns anzuschreiben, ist das eigene Profil der erste Eindruck, den man erweckt oder auch im schlechten Fall hinterlässt.



Ein ansprechendes Profil erstellen

Aufmerksamkeit erzeugen

Es gibt hunderttausende von Profilen auf allen Datingportalen. Darunter aufzufallen ist nicht so einfach. Man könnte ja hingehen und einfach ein Traumprofil erfinden, dann müssten sich doch eigentlich viele melden. Das fällt aber spätestens auf, wenn man sich treffen möchte und den anderen kennenlernt.

Man sollte also nicht den Fehler machen, sich zu gut hinzustellen, so dass es schon fast beängstigend klingt, wie toll man ist. Das klingt unglaubwürdig und schüchtert vielleicht sogar so manches Mitglied ein.

Die Grundlage eines guten Profils ist Authentizität. Geh' selbstbewusst heran und beantworte die Profilfragen offen und ehrlich und beschreibe dich so wie du bist. Du solltest dein Profil nach Möglichkeit komplett ausfüllen, denn deine Chancen steigen dadurch.

Dinge, die du gut kannst oder sehr magst solltest du unbedingt herausstellen. Das was dir nicht so liegt kannst du ja leicht verschönern oder zunächst verschweigen. Du musst dich nicht gleich von Anfang an „ausziehen“, sei etwas geheimnisvoll, aber bleib' du, dann ersparst du dir Enttäuschungen mit Mitgliedern, die nicht zu dir passen, weil dein Profil dich anders darstellt, als du bist. Die Partnervorschläge funktionieren nämlich nur, wenn das Profil korrekt und möglichst vollständig ist, da die Profile miteinander verglichen und über die Eigenschaften zugeordnet werden.

Selbstbeschreibung

Auf fast allen Singlebörsen und Partnervermittlungen kannst du in Textform eine persönliche Beschreibung von dir hinzufügen. Dort kannst du alles hervorheben, was dich besonders ausmacht und damit punkten.

Wenn es dir schwer fällt, dich selbst einzuschätzen, fragst du vielleicht deine Freunde, was sie an dir besonders mögen. ... und ansonsten schreib munter drauflos. Sei ehrlich und selbstbewusst, aber übertreibe nicht. Schreib locker und nimm' dich selbst nicht zu ernst. Du suchst einen Menschen, der zu dir passt und keinen fiktiven Traumpartner, also sei realistisch.

Denk' immer daran: Fehler haben wir alle. Die einen mehr, die anderen weniger, aber jeder Mensch ist liebenswert, auch du.



Profilbild einstellen

Ein gutes Profilbild ist das Wichtigste überhaupt, um Aufmerksamkeit zu erhaschen. Ohne Profilbild sinken deine Chancen enorm. Wenn du dir über dein Profilbild Gedanken machst steigen deine Chancen um ein 4- bis 5-faches.

Am Besten nimmst du dein Lieblingsbild oder eines, das deine Freunde von dir sehr mögen. Nimm nicht dein Passbild, das schreckt bei den heutigen Passbildern meistens ab und sieht zu ernst aus. Nimm ein Bild, auf dem du lachst oder lustig drein schaut. Damit zeigst du Humor und Humor kommt bei fast allen Menschen gut an. Wichtiger als Schönheit ist Sympathie, also denk' nicht darüber nach, ob du schön genug aussiehst, sondern mach dir eher Gedanken, ob du sympathisch wirkst. Frag' im Zweifelsfall deine Freunde, welche Bilder sie am Liebsten von dir mögen.

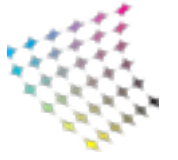
Wenn du nicht möchtest, das dein Bild zu Beginn zu sehen ist, kannst du das auf den meisten Portalen, zumindest in den bezahlten Versionen, einstellen und die Mitglieder sehen das Bild erst, wenn du zustimmst. Vorher erscheint nur ein verschwommenes Foto, auf dem man nur erahnen kann, wer oder was dahinter steckt.

Du hast es geschafft. Dein Profil ist eingestellt und schaut gut aus. Der Grundstein ist gelegt und die Suche kann beginnen.



Aber wie schaffen wir es, wenn wir ein Profil, das uns anspricht gefunden haben, Kontakt aufzunehmen?

Auf genau die gleiche Art und Weise, wie wir es bei den direkten Vis-à-Vis Gesprächen getan haben. Durch Kommunikation.



Kontaktaufnahme

Sei mutig

Du wirst ganz sicher sehr schnell Aufmerksamkeit gewinnen und Kontaktangebote erhalten. Wenn du dich nicht traust selbst die Initiative zu ergreifen, dann antworte auf Flirtnachrichten oder sonstige Kontaktversuche. Geh ruhig auf verschiedene Kontakte ein, aber übertreib es nicht. Du musst dich nicht beim ersten Kontakt entscheiden, aber sei fair und beende einen Kontakt, wenn du absolut kein Interesse hast. Schreib' ehrlich, aber höflich und nicht verletzend, was du fühlst und denkst.

Schau dir die Partnervorschläge an und sei nicht zu kritisch. Wir haben alle unsere „Macken und Mängel“, oft täuscht man sich beim puren Anblick eines Bildes in einem Menschen. Klick nicht gleich weg, wenn dir etwas an einem Foto nicht so richtig gefällt, sondern schau dir im Zweifelsfall das Profil an.

Wenn du den Mut hast, dann geh' in die Offensive. Schreib' Mitglieder an. Schreib' individuelle, auf das jeweilige Mitglied ausgelegte Nachrichten. Standardnachrichten fallen auf und wirken unehrlich und dahergesagt. Viele Portale bieten diverse Möglichkeiten an es spielerisch anzufangen. Bei [Parship](#), [Elitepartner](#) und [eDarling](#) kannst du z.B. einen Flirt senden, bei [DatingCafe](#) einen Sympathie-Klick. [Friendscout24](#) bietet andere spielerische Kontaktmöglichkeiten an.

Riskier' es einfach, du hast nichts zu verlieren, sondern kannst nur gewinnen.



DER NÄCHSTE VALENTINSTAG KANN KOMMEN

VIEL ERFOLG UND ...

HAPPY VALENTINE

IM NÄCHSTEN JAHR