

Bacalls Provokation war schon hart an der Grenze zur Unverschämtheit und wurde vermutlich nur durch ihr Lächeln abgemildert. Natürlich sollten kleine Sticheleien dieser Art niemals aggressiv sein. Keiner hört sich begeistert eine Gemeinheit an. Als Ziel des liebevollen Spotts eignen sich nur unbedeutende Dinge. Behinderungen oder offensichtliche Mängel zu kritisieren ist taktlos und keineswegs witzig. Am besten verpacken Sie eine kleine Lästerei nach der Manier Zuckerbrot und Peitsche in ein nettes Kompliment. Sie können zum Beispiel sagen: "Wie kommt ein so intelligenter Mann wie Sie zu so einer schwachsinnigen Schlussfolgerung?" oder "Sie sitzen hier schon den ganzen Abend faul im Sessel. Dabei wette ich, dass Sie ein guter Tänzer sind." Angriffslust in Maßen kann Männer durchaus faszinieren. Sie werden dadurch angeregt, sich mit Ihnen auseinanderzusetzen.

Haben Sie Geduld mit sich, wenn die hier geschilderten Konversationstechniken nicht auf Anhieb klappen. Wie alle Fähigkeiten müssen auch sie eingeübt werden. Am besten versuchen Sie es mit Menschen, bei denen Sie nicht schon von vornherein Herzklopfen bekommen: Bei Ihrem Tankwart, dem Kioskbesitzer oder dem Postboten. Die lockere Kontaktaufnahme oder der kleine Flirt müssen zu Ihrem Repertoire werden, auf das Sie sicher zurückgreifen können, wenn es ernst wird. Betrachten Sie es als eine Art Handwerkszeug auf der Suche nach dem passenden Partner.

### **Partnerschaftsbörsen im Internet**

Vielleicht sind Sie es leid, in Ihrer täglichen Umgebung immer wieder neu auszutesten, ob ein Mann, der Ihnen gefällt, auch an einer festen Beziehung interessiert ist. Oder Sie wollen einfach noch mehr Gelegenheit und Auswahl. Dann ist eine Partnerschaftsbörse vielleicht das richtige für Sie. Früher war es die Annonce in Zeitungen, heute wird das Internet eingesetzt, um sich Umwege zu ersparen. Wenn Sie

dort suchen, sind Sie in bester Gesellschaft: Über zehn Millionen Singles in Deutschland nutzen bereits Kontaktbörsen. Logisch, dass die Altersklasse derjenigen am stärksten vertreten ist, denen der Umgang mit dem Computer so vertraut ist wie dem Tischler die Kreissäge: Die unter 30jährigen stellen die größte Gruppe, sie surfen unbekümmert im Netz. Schon ab 40 scheiden sich dann die Geister. Manche sind routiniert auf der Suche nach Mr. Right im Web unterwegs, andere scheuen sich, dieser undurchsichtigen Welt ihre persönlichen Daten anzuvertrauen. Weiter oben, bei den Fifties, wird die Luft noch dünner. Als ich einer 52jährigen Freundin, die nach ihrer Scheidung in einer Kleinstadt versauerte, zur Partnersuche im Internet riet, wehrte sie sich erst vehement, ließ sich dann aber doch von ihrem computer-versierten Sohn das Procedere erklären.

Tatsächlich ist es gar nicht so schwer, sich bei einer Partnerbörse anzumelden. Man bekommt Schritt für Schritt erklärt, was zu tun ist. Schwieriger ist die Entscheidung, wo man denn Mitglied werden will. Jede Börse hat ihren speziellen Stil - und der muss schließlich zum eigenen Typ passen.

Grundlage einiger Börsen ist ein umfangreicher Persönlichkeitstest. Mit diesen Tests werden Übereinstimmungen zwischen den männlichen und weiblichen Interessenten festgestellt, sogenannte Matchpoints. Je näher das Ergebnis an hundert Prozent liegt, desto wahrscheinlicher passt man perfekt zusammen. Allerdings hat so ein Matching seinen Preis. Für die sechsmonatige Mitgliedschaft legt man oft einige hundert Euro hin. Dafür geben sich diese Börsen besonders seriös und werben mit Claims wie „Akademiker und Singles mit Niveau“. Daneben existieren beliebte Single-Börsen, die nicht wie ein psychologischer Tanker daherkommen und auch das Portemonnaie weniger belasten. Einige von ihnen erhielten von der Stiftung Waren-test eine gute Bewertung. Außerdem gibt es immer mehr Partnerbörsen für ältere User. Die ältesten Mitglieder sind laut Angaben einiger Gründer bereits über 80.

Bei dem großen Angebot fällt es schwer, den Überblick zu behalten. Von daher ist es sinnvoll, auf Empfehlung zu setzen. Wer in Ihrem Umfeld hat auf diesem Gebiet gute Erfahrungen gemacht? Auch objektive Vergleiche von unabhängigen Beobachtern helfen, sich ein Bild zu machen, wie zum Beispiel [www.singleboersen-vergleich.de](http://www.singleboersen-vergleich.de).

Haben Sie schließlich die passende Plattform gefunden, geht es erst richtig los: Sie müssen ein Profil von sich erstellen. Dazu gehören harte Fakten wie Größe und Augenfarbe, aber auch ein Profiltext, mit dem Sie Ihre Persönlichkeit beschreiben und Ihre Wünsche an einen Partner formulieren. Und dann, ganz wichtig, ein Foto, das Sie möglichst attraktiv und locker wiedergibt.

Soweit es die äußeren Angaben betrifft, haben wir meist noch keine Probleme. Schwierig wird es, wenn wir uns selbst charakterisieren sollen. Oft fehlt uns dazu die Distanz. Wenn Sie sich unsicher fühlen, lassen Sie sich von Freunden oder Freundinnen helfen. Fragen Sie: "Was fällt dir zu mir ein? Nenne mir doch bitte mal ein paar Eigenschaften, die für mich typisch sind." Sicher bekommen Sie auf diese Weise brauchbare Anregungen für Ihren Text. Widerstehen Sie der Versuchung, sich anders darzustellen als Sie sind, um gut anzukommen. Wenn Sie ein eher ruhiger Typ sind, in Ihrem Profil aber die Entertainerin geben, haben Sie überhaupt nichts davon. Beim ersten Treffen kommt die Wahrheit ohnehin heraus.

### **Risiken und Nebenwirkungen**

Schlaraffenland, tausend tolle Männer, Sie müssen nur wählen? Jein, denn der virtuelle Kontaktes hat auch seine Tücken.

### **Es wird auf Teufel komm ´raus geschönt.**

Man fragt sich schon, warum einem im realen Leben eigentlich nicht häufiger George-Clooney-Brad-Pit-Doubles begegnet, wo es davon

doch offenbar so viele gibt. Der Grund: Im Netz kann jeder sein Idealbild posten. Sich mal eben 5 bis 10 Jahre jünger machen. Das Gewicht gewaltig herunterfahren und den Bierbauch verschweigen. Sich als erfolgreicher Unternehmer aufplustern, obwohl man sich finanziell mühsam im Wohnbüro durchschlägt. Ein Jugendfoto ins Netz stellen oder eine mit Fotoshop bearbeitete Fassung. Umso enttäuschender ist dann der Realitätscheck.

### **Die Absichten sind nicht immer lauter.**

Was früher der Heiratsschwindler war, ist heute der Netzbetrüger. Allerdings geht es hier nicht um Geld, sondern um Sex. Das Ergebnis ist aber ähnlich verstörend. Frauen, die einem Web-Casanova in die Hände fallen, fühlen sich am Ende gedemütigt, verletzt und ausgenutzt. Dabei sind es keineswegs naive Dummchen, denen das passiert. Fast jede von uns würde auf diese Kerle hereinfliegen. Sie verhalten sich nämlich äußerst geschickt. Sind charmant, liebenswürdig, interessant und großzügig.

Anne zum Beispiel ging Jan auf den Leim, angeblich Single und selbständiger Unternehmer. Sie telefonierte stundenlang, er besuchte sie oft, sie fuhren übers Wochenende weg. Dabei zeigte er sich zärtlich und romantisch. Anne glaubte, den Mann ihres Lebens gefunden zu haben. Bis sie einen Anruf von seiner Frau bekam. Die hatte auf der Telefonrechnung mehrfach Annes Nummer gefunden. Anne fiel aus allen Wolken. Entsetzt fragte sie sich, mit wem sie es eigentlich fast ein Jahr lang zu tun gehabt hatte. Sie recherchierte im Internet und fand heraus, dass sie nur eine von vielen gewesen war, mit denen er sich regelmäßig traf. Fazit: Im Internet surfen auch Freibeuter, die Sehnsüchte ausnutzen. Seien Sie niemals zu gutgläubig, kontrollieren Sie alle Angaben.

### **Trotzdem, nur Mut!**

Zum Glück tummeln sich im Web nicht nur schwarze Schafen. Empört schrieb ein Leser auf einen Zeitungsartikel, der vor Risiken

bei der virtuellen Suche warnte: „Ihr Artikel hinterlässt den Eindruck, auf Internetpartnerbörsen liefen nur Spinner, Spanner und andere Kachelmänner herum. Es gibt auch die, die es ehrlich meinen.“ Das kann Ellen bestätigen. Sie war schon seit ein paar Jahren Single und hatte sich inzwischen den Traum von einer großen Liebe abgeschminkt. Da bekam sie den Tipp mit der Partnerbörse von der Tochter ihrer Freundin. Schon ihr zweiter Versuch war erfolgreich. Mit dem Mann lebt Ellen jetzt glücklich zusammen.

Recherchieren Sie einmal in Ihrem Bekanntenkreis. Fast jeder kennt mindestens ein Paar, das sich via Internet gefunden hat. Warum sollte das nicht auch für Sie gelten? Also, probieren Sie es aus.

Dazu noch ein Tipp: Verlassen Sie möglichst schnell die Web-Ebene und verabreden Sie sich. Wenn Sie zu lange mailen oder telefonieren, bevor Sie sich sehen, entsteht in der Phantasie ein Bild der Person, das nicht unbedingt der Realität entspricht. Manche Männer blühen vor ihrem Computer oder am Telefon regelrecht auf. Sie plaudern charmant, weil sie sich dadurch weniger gehemmt fühlen. Andere wiederum sind einsilbig, solange sie ihrer Gesprächspartnerin nicht in die Augen schauen können. In jedem Fall ist das, was man hört und liest, nur die halbe Wahrheit. Damit sich für Sie beide gar nicht erst ein Vorurteil verfestigt, nutzen Sie die Medien möglichst nur, um Informationen zu vermitteln und sich zu verabreden. Sparen Sie sich den intensiven Austausch für das Treffen auf.

Frösche sind zahlreicher als Prinzen. Rechnen Sie damit, dass Sie eine ganze Reihe von Kandidaten treffen müssen, bevor der Richtige dabei ist. Wenn Sie jedes Mal voller Hoffnung und mit Schmetterlingen im Bauch zum Date eilen, kann das ziemlich stressig werden. Ein Trick, die Verabredung von vornherein nicht zu wichtig zu nehmen, ist, sich möglichst rasch hintereinander mit den Männern zu treffen, deren Internet-Profil Ihnen zusagt. Auf diese Weise verliert die einzelne Begegnung ihre besondere Bedeutung und Sie sind weniger aufgeregt. "Systematische Desensibilisierung" nennen das die Verhaltens-

therapeuten. Ähnlich wie bei zahlreichen Vorstellungsgesprächen im Beruf werden Sie durch Wiederholung immer sicherer. Vor allen Dingen sollten Sie das positiv sehen. Wenn Sie stöhnen: "Es ist wirklich schrecklich, dass ich völlig umsonst alle diese grässlichen Kerle getroffen habe", ziehen Sie sich herunter. Sagen Sie sich stattdessen: „Mr. Right war zwar diesmal noch nicht dabei, aber es hat meinen Horizont erweitert, diesen Mann kennenzulernen“. Dann werden Sie sich wesentlich besser fühlen. Susan Page zitiert eine Freundin, die nach zahlreichen erfolglosen Treffen dennoch zufrieden sagte: "Seit meiner Studentenzeit bin ich nicht mehr mit so vielen verschiedenen Männern ausgegangen." So kann man es schließlich auch sehen!

## **Regeln für das erste Date**

Egal, ob Sie einen interessanten Mann auf der Geburtstagsparty einer Freundin oder bei Partner.de kennengelernt haben: Die folgenden Hinweise gelten für jedes erste Treffen mit einem noch ziemlich unbekanntem Mann.

### **Phase 1: Die Verabredung**

Faustregel: Niemals zu Hause. Wählen Sie als Treffpunkt neutrales Terrain. Schließlich laden Sie ja auch sonst nicht jeden X-Beliebigen zu sich ein oder gehen in seine Wohnung. Etwas Vorsicht ist immer angebracht, und außerdem kann ein Start daheim schneller intim werden als Ihnen lieb ist. Also wo? Falls er seine Stammkneipe oder sein Lieblingsrestaurant vorschlägt, lernen Sie zwar seinen Geschmack kennen, befinden Sie sich aber im fremdem Revier. Das verunsichert.

Sie können natürlich Ihrerseits ein Lokal wählen, in dem Sie häufig sind und sich wohl fühlen. Das hat jedoch unter Umständen den Nachteil, dass Sie ihm vielleicht demnächst dort auch dann begegnen, wenn Sie es nicht mehr wollen. Beides vermeiden Sie, indem Sie von vornherein eine angenehme, auf halber Strecke zwischen beiden