topf sucht deckel

Hier [illegible] Sie Sucht Ihre [illegible] Sie sucht jemand [illegible] Anzeigen Anzahl den [illegible] vor Jahr zu Jahr [illegible] grösser [illegible] bleibt, [illegible] [illegible], wo sie [illegible], wie [illegible] [illegible] haben, das [illegible] zu [illegible] zusammen.

Ob jemand zu Ihnen passt, lasst sich schon daran messen, ob Sie sich in seiner Gegenwart wohl fuhlen.

Der griechische Philosoph Platon liefert die sagenhafte Erklarung: Einst waren Manner und Frauen ein Wesen. Ein erzurnter Gott spaltete sie in zwei Geschlechter. Seither sucht jedes seinen verlorenen Teil, um sich wieder gluckhch zu vereinen.

Heute hat sich eine ganze Industrie, von Partnerschafts-agenturen uber Flirtkurse bis zum Online Love Channel, dieser Schatzsuche verschrieben. Trotzdem wird das Leben ohne Partner nicht mehr abgewertet: Aus den alten Junggesellen vergangener Zeiten sind Singles oder Solisten geworden. Mit der Freiheit, die Lebensform zu wahlen, die ihnen gut tut. Beides ist legitim. Seine Freiheit und Unabhangigkeit geniessen oder sich nach einem Partner zum Teilen von Freud und Leid sehnen.

Glück allein

Fur eine Schatzsuche, die zum «richtigen» Partner fuhrt, raten Psychologen Bindungswilligen, sich nicht gleich auf den Markt zu sturzen. An erster Stelle steht die Begegnung mit sich selbst:

1. Sind eventuell Altlasten aus der Kindheit oder aus fruheren Beziehungen vorhanden? Angst vor Nahe? Rollenmuster?

2. Bin ich bereit, den Preis zu bezahlen? Als Single kann ich mich auf meine Karriere konzentrieren, Krimis lesen, bis der Morgen graut, mein Geld mit vollen Handen ausgeben, so mir danach ist.

3. Wie soll er, sie sein? Untersuchungen haben ergeben, dass Paare umso gluckhcher sind, je ahnlicher sie sich in Einstellung (Kinder, Treue) und Lebensstil (Rolle Mann/Frau, Karriere) sind.

Alle blinden Flecken beseitigt? Sie konnen mit sich allein sein und Ihr Leben auch ohne Partner geniessen? Dann ist es Zeit, nach aussen zu gehen. Partnerschaftsuche ist nicht peinlich. Also selbstbewusst dazu stehen und sich von Bekannten und Freunden verkuppeln lassen. Oder moderne Medien nutzen und eine Kontaktanzeige aufgeben. Und immer schon die Augen offen halten, rat die Psychologin Eva Wlodarek. Im Zug, im Supermarkt, im Fitnessstudio, beim Betriebsfest. Sie hat uber Gluck promoviert und muss es wissen. «Bleiben Sie gelassen und vertrauen Sie auf Ihre Anziehungskraft, die immer grosser wird, je sicherer Sie werden und je mehr Sie sich offnen.»

Torschlusspanik dagegen lasse das Gehirn auf Durchzug schalten, wenn es um die Qualitatskontrolle gehe, meint Berufskollegin Vera Peiffer. Und nichts sei abschreckender als ein Single, der sich aus lauter Verzweiflung formlich aufdrange.

Dagmar Oehri
sofa@volksblatt.li

Buchtipps

Niemand muss allein leben, wenn er nicht will. Mit positiver Lebenseinstellung, gesundem Selbstvertrauen und Beharrlichkeit kann jeder einen Partner finden, der zu ihm passt.

«Die 7 Wege zum Traumpartner – Das Positiv-Training für die Partnersuche» Vera Peiffer, Midena (Bild).

«Die bessere Hälfte schenk ich mir – Single aus Leidenschaft» Petra Mikuta, Wunderlich.