

Psychologie Ratgeber

# PARTNERSCHAFT, FREUNDSCHAFT UND SOZIALE VERNETZUNG

Diplom-Psychologe Dr. Guido F. Gebauer

Mitbegründer von Gleichklang und Autor von

"A perfect Match? - Online-Partnersuche aus psychologischer Sicht"



Diesen Ratgeber bitte an Freunde,

Bekannte oder Klient:innen weitergeben -

zu schade zum wegwerfen!



## VORBEMERKUNG ZU DIESEM RATGEBER

Seit 16 Jahren stehen wir bei Gleichklang Menschen zur Seite, die nach Partnerschaft, Freundschaft oder sozialer Vernetzung suchen. Die Vermittlung erfolgt nach psychologischen Prinzipien der Passung der Werthaltungen und Lebensstile.

Heute können wir auf unzählige Paare, Familien, Freundschaften und Reisepartnerschaften zurückblicken, die bei Gleichklang entstanden sind. Unsere regelmäßigen Befragungen von Gleichklang-Paaren zeigen, dass die große Mehrheit dieser Paare zusammen bleibt und eine sehr hohe Zufriedenheit mit ihrer Beziehung angibt.

Dieser Ratgeber fasst die Erfahrungen aus 16 Jahren Vermittlung für Sie zusammen. Der Ratgeber gibt Ihnen wirksame Tipps und Hinweise, wie Sie Partnerschaft und Freundschaft finden, erhalten oder Ihre Beziehung wiederbeleben können.

Sie erfahren auch, wie Sie Freunde, Bekannte oder Klient:innen effektiv beim Aufbau von sozialen Kontakten und bei der Findung von Partnerschaft und Freundschaft unterstützen können. Dies ist ein Kurz-Ratgeber, eine Vertiefung erfolgt in meinem Buch "A Perfect Match? Online-Partnersuche aus psychologischer Sicht".

Für die Inhalte und das Papier wäre es zu schade, diesen Ratgeber wegzuwerfen. Bitte reichen Sie ihn daher an Freunde und Bekannte weiter, nachdem Sie ihn gelesen haben.

*Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen.*

*Dr. Guido F. Gebauer  
Diplom-Psychologe*



## FAKTENCHECK "VIER MYTHEN DES ONLINE-DATING"

Wer diese Mythen kennt und korrigiert, verbessert die eigenen Chancen bei der Partnersuche!

### **Mythos 1**

Viele Kontakte und Vorschläge bedeutet hohe Chancen.

#### **Faktencheck:**

Studien zeigen, dass mit wachsender Anzahl an Alternativen die Entscheidungen schlechter werden. Außerdem werden wir mit wachsender Anzahl an Alternativen immer unzufriedener mit jeder einzelnen Alternative. Die Hoffnung, dass noch ein "besserer" Vorschlag kommt kann unsere Bindungsbereitschaft reduzieren. Wenn wir viele Kontakte und Vorschläge haben und all diese anderen Personen auch, sinkt die Chance gegen Null, dass wir ernsthaft zur Kenntnis genommen werden.

#### **Lösung:**

Streben Sie nicht nach vielen Kontakten, sondern nehmen Sie jede einzelne Kontaktmöglichkeit ernst. Gehen Sie von der vertieften Auslotung eines Kontaktes zum anderen, bis Sie eine Beziehung gefunden haben. Beziehungen entstehen eher über weniger Kontakte in Folge als über viele Kontakte zur gleichen Zeit.

### **Mythos 2**

Wenn jemand nicht schreibt, ist diese Person nicht interessiert.

#### **Faktencheck:**

Viele Teilnehmende beim Online-Dating nehmen grundsätzlich eine abwartende Rolle ein. Sie warten, bis sie kontaktiert werden. So glauben auch viele, dass Sie bereits durch das Öffnen eines Vorschlages ein Signal an die andere Person geben, in Kontakt zu treten. Leider wird dies aber oft umgekehrt verstanden nach dem Motto "hat sich mein Profil angeschaut, aber nicht geschrieben, ist also nicht interessiert". Im Ergebnis schreiben beide nicht, selbst wenn eine Beziehung hätte entstehen können.

#### **Lösung:**

Machen Sie es sich zur Gewohnheit, jede einzelne möglicherweise in Frage kommende Person anzuschreiben. Außer natürlich Sie befinden sich bereits in einer vertieften Kommunikation mit jemanden anderes.



### **Mythos 3**

Online-Dating beschleunigt die Partnersuche

#### **Faltencheck:**

Während Online-Dating schnellen Zugriff auf Profile eröffnet, beschleunigt es die Partnersuche nicht. Im Durchschnitt hatten erfolgreiche Teilnehmende beim Online-Dating zwei Jahre zuvor gesucht. Bei manchen geht es schneller, bei anderen dauert die Suche mehrere Jahre.

#### **Lösung:**

Stellen Sie sich auf eine lange Suchzeit ein und freuen Sie sich, wenn es schneller geht. Partnerschaft ist einer der wichtigsten Faktoren des Lebensglück für viele. Dafür lohnt es sich, Zeit aufzuwenden. Viele, die erfolglos sind, haben einfach nur zu früh aufgegeben.

### **Mythos 4:**

Dating-Apps sind Motor der Online-Partnerfindung

#### **Faltencheck:**

Eine bevölkerungsrepräsentative Studie des Soziologen Rosenfeld von der Stanford Universität in den USA gelangt zu dem Ergebnis, dass 80 % der Nutzer:innen von Dating-Apps innerhalb von 12 Monaten kein einziges Treffen hatten. Rosenfeld schließt hieraus, dass Dating-Apps für die Partnerfindung überschätzt werden. Sie dienen eher dem Flirten, virtuellen Chats, der Ablenkung und der Bilderbetrachtung.

Belgische Forscher:innen fanden in einer Studie, dass 50 % der Nutzer:innen von Dating-Apps niemals, auch bei mehrjähriger Nutzung nicht, ein Treffen hatten. 12 % fanden eine Beziehung. Da aber 70 % der neuen Beziehungen im ersten Jahr auseinandergehen, wenn es zu keiner Heirat kommt, ist tatsächlich von einer echten Erfolgsquote für eine langfristige Beziehung von unter 5 % auszugehen.

#### **Lösung:**

Überlegen Sie, ob Sie es nicht doch eher bei einer Partnervermittlung im Internet versuchen, also dort, wo nicht Spaß und Abwechslung, sondern wirklich die Partnerfindung das Interesse der Teilnehmenden ist.

# Inhaltsverzeichnis

Inhalte dieser Broschüre

Partnerschaft und Freundschaft bringen Glück	1
Wichtige Faktoren der individuellen Lebenszufriedenheit	
Chancen bei der Partnersuche	2
Korrigieren Sie Ihre Denkfehler	
Gleichklang als Kennenlernplattform	3-10
Ein Überblick	
Leitfaden "Erfolg bei der Partnersuche"	11-25
Ihr Weg zum Erfolg bei Gleichklang	
Die Liebe und das Internet	26-27
Interview mit Dipl. Psych. Dr. Guido F. Gebauer	
Persönlichkeits-Entwicklung durch Partnersuche	28-29
So geht es	
Freundschaften sind wichtig	30
Freundschaftssuche für jeden	
Das sind die wichtigsten Beziehungs-Fertigkeiten	31-32
Die Basis für eine dauerhafte Beziehung	
Online-Dating in der eigenen Praxis nutzen	33
Integration der Partnersuche in die Behandlungsstrategie	
Gebühren von Gleichklang	34
Alles auf einen Blick	
Buch "A Perfect Match?"	35-36
Online-Partnersuche aus psychologischer Sicht	

## Partnerschaft und Freundschaft bringen Glück

Eine glückliche Partnerschaft ist einer der wichtigsten Faktoren der individuellen Lebenszufriedenheit.

Direkt nach der Partnerschaft kommt bereits die Freundschaft. Freundschaften tragen ebenfalls maßgeblich zur Lebenszufriedenheit bei.

Nach wissenschaftlichen Studien können stabile Partnerschaften und Freundschaften helfen, die körperliche und seelische Gesundheit zu erhalten und verbessern.

Es lohnt sich, sich um Partnerschaft und Freundschaft zu kümmern. Niemand braucht allein zu sein, jeder kann Liebe und Freundschaft finden und erhalten.

## So gelingt das Online-Dating

bei Gleichklang registrieren

Fragebögen ausfüllen und Teilnahme starten

ehrlich, authentisch und offen vorstellen

jeden Vorschlag ernstnehmen

den Kontakt aufnehmen und Interesse zeigen

Begegnungen nicht zu lange verschieben

bereit sein, sich auf den  
Beziehungsaufbau einzulassen

Geduld und Gelassenheit

dranbleiben, bis der Erfolg eingetreten ist



## Chancen bei der Partnersuche

Korrigieren Sie Ihre Denkfehler

Denkfehler können die Partnersuche erschweren.

Wer seine Denkfehler erkennt, hat bessere Vermittlungschancen.

### Häufige Denkfehler, die Sie überwinden sollten:

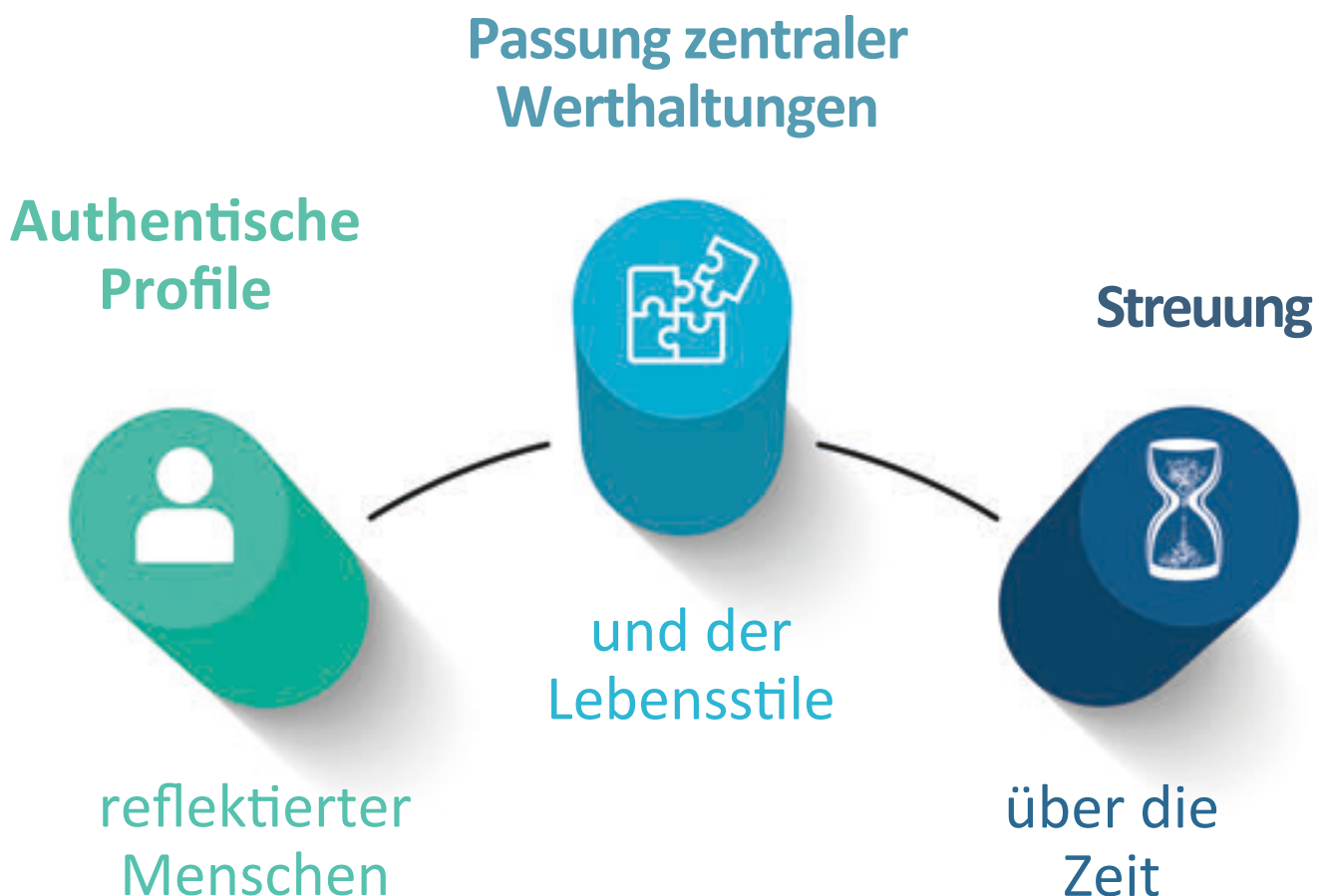
- **Gegensätze ziehen sich an** - wer das Gegenteil von sich selbst sucht, wird oft unglücklich. Denn Gegensätze führen nur zu kurzfristiger Faszination.
- **Nur der erste Eindruck zählt** - wer dies glaubt, sitzt einem Mythos auf. Viele glückliche Paare lernten sich erst mit der Zeit lieben.
- **Partnersuche ist nicht planbar** - wer so denkt, läuft Gefahr, Single zu bleiben. Diejenigen, die aktiv werden, sind oft erfolgreich.
- **Online-Partnersuche ist zu unromantisch** - wer dies meint, übersieht, dass über das Internet viele die große Liebe finden.
- **Ich bin ein hoffnungsloser Fall** - wer sich so negativ einschätzt, strahlt seine negative Einstellung aus und bleibt meistens allein.
- **Partnerbörsen sind reine Abzocke** - wer diese Einstellung hat, verzichtet auf eine der wirksamsten Methoden der Partnersuche in der heutigen Zeit.
- **In meinem Alter ist eine Partnersuche sinnlos** - Senioren, die so denken, machen sich selbst zu Singles. In jedem Alter kann eine neue Beziehung entstehen.
- **Partnerschaft ist Stress** - die Fakten sagen etwas anderes. Partnerschaft ist für die meisten Menschen der stärkste Faktor ihres Lebensglücks.



## SO FUNKTIONIERT

## UNSER VERMITTLUNGS-ALGORITHMUS

# Die Vermittlung bei Gleichklang beruht auf drei Säulen





## SÄULE I

### Authentische Profile reflektierter Menschen

Durch obligatorische, aber faire und sozial gestaffelte Gebühren kann Gleichklang einen der negativsten Faktoren des Online-Datings auf nahezu Null herunterfahren:

So verhindern wir zuverlässig den Einstrom von unseriösen und gefälschten Profilen, von Bildersammlern, Stalkern und Spaßvögeln, denen es gar nicht um eine ernsthafte Partnersuche geht.

## SÄULE II

### Passung zentraler Werthaltungen und der Lebensstile

Ähnlichkeit und Übereinstimmung sind für Partnerschaften wichtig, wenn sie zentrale Werthaltungen und Lebensstile betreffen. In weniger zentralen Aspekten sind Unterschiede kein Problem.

Wir erheben bei Gleichklang zentrale Merkmale der Lebensphilosophie und der Lebenspraxis. Bei der Vermittlung bringen wir dann solche Menschen zusammen, die tatsächlich zueinander passen.

Die Passung wird dabei immer wechselseitig berechnet. Ein Vorschlag erfolgt also nur, wenn beiderseits die Grundeinstellungen miteinander harmonisieren.

An dieser Stelle übernehmen wir also für Sie die entscheidende Arbeit und stellen sicher, dass eine Vorauswahl von Vorschlägen von nach diesen Kriterien passenden Menschen erfolgt.

Die Passung wird dabei immer wechselseitig berechnet. Ein Vorschlag erfolgt also nur, wenn beiderseits die Grundeinstellungen miteinander harmonisieren.

An dieser Stelle übernehmen wir also für Sie die entscheidende Arbeit und stellen sicher, dass eine Vorauswahl von Vorschlägen von nach diesen Kriterien passenden Menschen erfolgt.

## SÄULE III

### Streuung über die Zeit

Es wird durch den Matching-Algorithmus eine zeitliche Streuung der Vorschläge angestrebt, die den Dating-Prozess als zeitlichen Prozess bis zum Erfolg unterstützen soll.

Grundausrichtung des Matching-Algorithmus ist es, dass am Anfang eine initiale Anzahl an Vorschlägen zugestellt wird und dann im Verlauf bis zum Ende der Teilnahme möglichst kontinuierlich weitere Vorschläge erfolgen.

Der Algorithmus wurde über die Jahre entwickelt und wird ständig weiter ergänzt und optimiert. Die Wirksamkeit des Algorithmus wird aus den tausenden Gleichklang-Paaren und deren in großer Mehrheit positiven Angaben zu ihrer Beziehungsqualität sichtbar.



## MATCHING-MERKMALE

Diese Liste von Merkmalen, die in die Vermittlung eingehen, soll Ihnen einen gewissen Eindruck davon geben, wie Gleichklang arbeitet:

### Beziehungs-Struktur

Exklusivität versus nicht-traditionelle Beziehungen (monogame Treue, Polyamorie, Mehrpersonenbeziehung)

Räumliche Nähe versus Entfernung (zusammen leben, getrennte Wohnungen, Fernbeziehung)

Formaler Bindungswunsch (Heirat, eingetragene Lebenspartnerschaft)

Verschmelzung versus Unabhängigkeit in der Beziehungsführung

Kinderwunsch

Bildungsthemen



## Grundhaltungen

- Ökologie und Nachhaltigkeit
- Minimalismus
- Einsatz für die Tierwelt
- Pflanzenbasierte Ernährungsweisen
- Gesundheitsbewusstsein

## Sexualität und Erotik

- Geschwindigkeit der sexuellen Annäherung
- Sexuelle Orientierungen (z.B. Heterosexualität, Homosexualität, Bisexualität, Pansexualität)
- Asexualität
- Interesse an erotischen Begegnungen
- Sexuelle Präferenzen, wie BDSM

## Spiritualität und Religionen

- Spirituelle Lebensführung
- Religiöse Überzeugungen
- Atheismus oder Agnostizismus



## Handicaps und Erkrankungen

- Eigene Handicaps und körperlich-seelische Erkrankungen
- Akzeptanz für Handicaps und körperlich-seelische Erkrankungen

## Lebensstile

- Reisefreude
- Auswanderungswunsch
- Intellektuelle Auseinandersetzung
- Freikörperkultur
- Tierische Gefährten

## Persönlichkeit

- Hochsensibilität
- Akzeptanz für Hochsensibilität
- Offenheit für Erfahrungen



## Äußerlichkeiten (optional)

- Suchbereich Körpergröße
- Akzeptanz für Figurtyp

## Geschlechtliche Identitäten

- Frauen
- Mann
- non-binär
- Transgender

## Demographische Merkmale

- Alter
- Bildungsstand
- Wohnort



## Erfolgs-Raten und Suchdauer

Wir haben den Erfolg und die Suchdauer bei 18.853 Mitgliedern und Ex-Mitgliedern von Gleichklang erhoben.

Es zeigten sich folgende Ergebnisse:

Ungefähr jedes dritte Mitglied findet eine Beziehung, wenn die Suche mindestens ein Jahr lang im Fall von anfänglicher Erfolglosigkeit nicht aufgegeben wurde.

Diese Erfolgsrate stieg auf zwei von drei Mitgliedern bei einem Zeitkriterium von zwei Jahren an.

Bei einem Zeitkriterium von drei Jahren fanden mehr als drei von vier Mitgliedern Partnerschaft.

Letztlich findet die große Mehrheit bei Gleichklang Partnerschaft. Der Erfolg kommt aber oft erst mit der Zeit. Die durchschnittliche Suchdauer bis zum Erfolg beträgt zwei Jahre.



**– ZUSAMMENGEFASST UND KOMPRIMIERT –  
UNSER RATGEBER AUF EINEN BLICK!**

Abgeleitet wurden diese Empfehlungen aus unseren Beobachtungen seit 16 Jahren; aus zahlreichen Umfragen sowie detaillierten Befragungen von Gleichklang-Mitgliedern und Gleichklang-Paaren.

Nehmen Sie sich diesen Leitfaden zu Herzen, verinnerlichen Sie ihn und setzen Sie ihn in der Realität um. Denn so kann und wird Ihre Partnersuche zum Erfolg gelangen und eine glückliche Partnerschaft wird entstehen!

**Dies sind die Abschnitte einer erfolgreichen Partnersuche bei Gleichklang:**





## AUTHENTISCHE VORSTELLUNG DER EIGENEN PERSON

### Vertieften Einblick geben:

Schildern Sie im freien Text Ihre Wünsche, Sehnsüchte, Befürchtungen, Hoffnungen und Träume. Stellen Sie Ihr Interesse an einer Beziehung voran, formulieren Sie Ihre Ideen und Vorstellungen und schreiben Sie genau, was Sie suchen. Ihr Profil ist keine Bewerbung: Stellen sie sich nicht nur positiv DAR, sondern stellen Sie sich VOR! Sie erleben den Impuls, bei Angaben zu 'schummeln'? Bitte nicht! Auch bei der Online-Partnersuche sind Ehrlichkeit, Authentizität und Offenheit langfristig die besten Garanten für Ihren Erfolg. Wo Sie im realen Leben miteinander glücklich werden wollen, haben Lügen kurze Beine!



## Text, Fotos und Audiobotschaft verwenden

Auch wenn der freie Text der wichtigste Teil Ihres Profils ist, bleiben Ihnen zusätzliche Möglichkeiten, um einen vollständigeren Eindruck von Ihrer Person zu ermöglichen. Wichtig bei Fotos: Ihr aktuelles Aussehen, damit Desillusionierung und Verärgerung beim ersten Treffen gar nicht erst auftreten können. Stehen Sie zu sich und zeigen Sie sich selbstbewusst. Verpassen Sie nicht, auch eine Audiobotschaft einzustellen. Denn die Stimme ist ein wichtiger Faktor für die Entstehung von Sympathie und Anziehung. Mit der Audio-Botschaft individualisieren Sie Ihr Profil und machen es interessanter.



## Veränderungsziele ansprechen und umsetzen

Sie möchten derzeit etwas ändern? Möchten vielleicht aufhören zu rauchen, wollen gesünder leben, auf mehr Fitness achten, kein Fleisch mehr essen, sich gesellschaftlich engagieren? Nehmen Sie die Partnersuche zum Anlass, JETZT mit den Veränderungen zu beginnen und diese zu benennen. Sehen Sie die Partnersuche als einen Prozess der positiven Veränderung und Persönlichkeitsentwicklung.

## DIE PASSENDE SUCHSTRATEGIE

### **Keine Perfektion erwarten**

Richten Sie den Fokus nicht auf unwichtige Unterschiede und Perfektion, sondern auf Passung. Wichtig ist die Passung wesentlicher Grundeinstellungen, denn auf dieser Basis können auch zwei unterschiedlich tickende Menschen eine gemeinsame Beziehung aufbauen. Kein Mensch gleicht dem anderen, Unterschiede wird es immer geben, doch ist die Basis gemeinsamer Werthaltungen vorhanden, sollten Sie sich nicht an 'kleinen' Unterschieden aufhalten, die keine Rolle spielen müssen.

### **Großzügig sein bei eher oberflächlichen Merkmalen**

Partnerschaften halten nicht wegen oberflächlicher Merkmale, und sie bleiben erst recht nicht glücklich aufgrund dieser Merkmale. Seien Sie großzügig in Bezug auf Körpergröße, Alter, Wohnort oder Figur, auch wenn Sie dabei – natürlich – nur so weit gehen sollen, wie Sie sich noch wohlfühlen.

### **Sich zu den zentralen Werten bekennen**

Natürlich spricht nichts dafür, eine Partnerschaft mit einem Menschen einzugehen, mit dem ein tiefgreifender Grundkonflikt besteht, oder ein für Sie zentraler Lebensraum nicht umsetzbar ist. Nehmen Sie die Einstellung Ihrer Suchkriterien zum Anlass, um über Ihre zentralen Werte, Sehnsüchte und Hoffnungen noch einmal zu reflektieren.

## TIPP

### Großzügige regionale Suche

Ob zwei Menschen sich lieben und miteinander glücklich werden können, hängt nicht von der Entfernung ihrer Wohnorte ab, wie es auch tausende Gleichklang-Paare täglich unter Beweis stellen.

Wir empfehlen eine großzügige regionale Suche aus diesen drei Gründen:

- Studien zeigen, dass Menschen, die in Fernbeziehungen leben, exakt die gleiche Beziehungszufriedenheit aufweisen wie Paare, die zusammenleben, obgleich die meisten ursprünglich nicht in Fernbeziehungen leben wollten. Auch Intimität, Nähe und Sexualität werden als gleich zufriedenstellend erlebt.
- Unsere eigenen Befragungen von Gleichklang-Paaren finden ebenfalls keinen Unterschied in Zufriedenheit und Beziehungsstabilität zwischen Paaren, die am gleichen Ort leben, und solchen, die an getrennten Orten leben.
- Wir haben freie Selbstschilderungen von Gleichklang-Paaren ausgewertet, deren Beziehungen leider scheiterten. Nur bei einem minimalem Anteil dieser Trennungen spielte nach Angabe der Beteiligten die räumliche Distanz eine Rolle.



## WIRKSAME KOMMUNIKATIONSSTRATEGIE

### Der Weg führt zum Ziel

Das Ziel wird erreicht durch den Weg. Sie müssen nicht mit jedem kommunizieren, es braucht Ihnen auch nicht jeder antworten. Es ist zudem nicht wichtig, wie viele Personen Ihr Profil besuchen und Sie anschreiben. Wichtig ist, dass es zu irgendeinem Zeitpunkt eine Kommunikation gibt, aus der eine Beziehung erwachsen kann. Diesen Zielbezug sollten Sie immer vor Augen behalten und sich stets auf das Wesentliche konzentrieren.

### Den ersten Schritt tun

Natürlich werden wir alle gerne gefunden, doch was vergeben wir uns, selbst den ersten Schritt zu tun? Schreibt uns jemand nicht, muss das nicht gleich 'Desinteresse' bedeuten, sondern kann verschiedene Gründe haben. Machen Sie es sich zur Gewohnheit, Erstnachrichten zu senden – das wird den Weg zum Ziel verkürzen, anstatt nur abzuwarten, dass eine andere Person den ersten Schritt auf Sie zugeht.

### 'Interessant'-Einordnung & 'visuelle Grüße' nutzen

Besonders wirksam ist eine Erstnachricht, wenn Sie diese mit einem passenden visuellen Gruß (Fußstapfen) und einer Einordnung als 'interessant' verbinden. Nutzen Sie diese Funktionen als Ergänzung zu Nachrichten, aber nicht anstelle dieser, weil die wirksamste Form der Kommunikation noch immer die Textnachricht bleibt.

## Sich in Erinnerung bringen

Mitunter hilft es, einmal nachzufragen, wenn Sie keine Antwort erhielten, aber auch, um einen eingeschlafenen Kontakt zu reaktivieren. Immer wieder berichten uns Gleichklang-Paare, dass sich erst aus Nachfragen ihre Beziehung entwickelte.

## Authentizität, Offenheit und Interesse

Was für den freien Text gilt, gilt auch für den Nachrichtenaustausch. Psychologische Studien zeigen, dass die textbasierte Kommunikation beim Online-Dating wichtige Prozesse der Entstehung von Sympathie, Interesse, Zuwendung und Liebe verantworten. Offenheit, Authentizität und vertrauenswürdige Informationen sind die wirksamsten Kommunikationsfaktoren bei der Online-Partnersuche!

## Sich bereits online kennenlernen

Kommunizieren Sie Ihre Beziehungswünsche und erfragen Sie auch die Vorstellungen Ihres Gegenübers. Klären Sie, inwiefern eine Passung erkennbar wird oder gute Aussichten bestehen, diese aufzubauen – gute Voraussetzungen für den Verlauf des ersten Treffens. Der Vorteil des Online-Datings ist, dass Sie vor dem Treffen bereits viel voneinander wissen und hieran anknüpfen können.



## **Sich offline begegnen**

Schieben Sie Treffen nicht auf die lange Bank, wenn beiderseits ein gutes Gefühl besteht und es möglich ist, sich zu treffen. Wenn Sie merken, dass es passen könnte, nehmen Sie Ihr Herz in die Hand und ermöglichen Sie ein baldiges Treffen.

## **Die Kommunikation vertiefen**

Tauschen Sie sich intensiv bereits bei Ihrem ersten Treffen über partnerschaftliche Erfahrungen, Wünsche, Hoffnungen, Beziehungsvorstellungen, Lebensziele und wechselseitig über ihre Person aus. Sprechen Sie von Anfang an offen über Gefühle und das, was Sie bewegt.

## **Zweifel am Interesse Ihres Gegenübers?**

Setzen Sie Zurückhaltung nicht sofort mit Desinteresse gleich. Wenn sich diese aber bewahrheitet, ist die Klärung erst recht hilfreich. Mitunter kann bereits das Treffen in gegenseitigem Einvernehmen früher beendet werden.

## **Unsicherheit bei der Einschätzung des anderen?**

Fragen Sie sich noch während des Treffens, woran das liegen könnte. Prüfen Sie Ihre Wahrnehmung, erlauben Sie sich einen zweiten Blick und sprechen Sie an, was Ihnen gerade am Herzen liegt.

## Sie fühlen sich Ihrem Gegenüber emotional verbunden?

Bringen Sie die positiven Gefühle zum Ausdruck und machen Sie Ihre Bereitschaft und den Wunsch nach weiterer Annäherung deutlich. Sollten Sie sich noch nicht trauen, erleichtert Ihnen das vielleicht eine Nachricht im Anschluss an das Treffen.

## Einen zweiten Blick ermöglichen

Sie verspüren beim ersten Treffen keine Schmetterlinge im Bauch? Lediglich 50 % der Gleichklang-Paare berichteten vom 'Verliebtsein auf den ersten Blick', die anderen 50 % fanden dennoch zueinander und es machte keinen Unterschied für die spätere Beziehungszufriedenheit. Verliebtsein kann, aber muss nicht sofort sein, und tiefe Liebe entsteht erst über eine sich schrittweise vertiefende Sympathie. Die ersten Sympathie-Bewertungen entstehen bereits in Sekunden und Minuten. Manche bleiben dauerhaft, andere werden später durch eine bewussteren und reflektierteren Bewertung korrigiert. Solange keine Abneigung besteht, empfiehlt sich ein zweiter Blick bzw. ein baldiges weiteres Treffen.





## Enttäuschung bewältigen

Sie haben sich Ihr Gegenüber anders vorgestellt und fühlen sich desillusioniert. Sie sehen keine Möglichkeit, dass sich Ihr Eindruck noch einmal ändert? Sollte es so eindeutig nicht passen, entwickelt sich nur selten eine glückliche Beziehung. Beenden Sie den Kontakt in Freundschaft. Auch dies gehört zur Partnersuche mit dazu und ist kein Hals- und Beinbruch. Bleiben Sie gelassen und optimistisch und fahren Sie mit Ihrer Online-Suche einfach weiter fort. Eines Tages wird ein Treffen mit jemandem zum gewünschten Ziel führen!



## Erste Begegnung

Müssen beim ersten Date bereits die Funken sprühen?

**Wir haben 500 Mitglieder befragt**, die über Gleichklang eine Partnerschaft gefunden haben.

Ergebnis:

Es gibt keinen typischen Weg zur Liebe

51%

der Befragten berichteten von sprühenden Funken, Schmetterlingen im Bauch und sofortigem Verliebt-Sein beim ersten Treffen.

49%

Fast genau so viele verneinten aber intensive Gefühle beim

34%

Ungefähr ein Drittel gaben an, dass beim ersten Treffen nur Sympathie bestanden habe.

16%

berichteten sogar von einem anfangs eher negativen Eindruck oder von Enttäuschung.

## Resümee

Intensive Gefühle beim ersten Date können als ein positives Signal für eine mögliche Beziehung gewertet werden.

Aber auch wenn die Funken nicht sofort sprühen, kann sich eine glückliche Beziehung entwickeln.

Voraussetzung ist, dass sich die Partnersuchenden eine zweite Chance geben.

**Alle 500 Paare erreichten eine glückliche Beziehung!**



## BEZIEHUNGSaufbau AKTIV ANGEHEN

### Furcht vor der eigenen Courage?

Haben Sie keine Angst vor der Liebe – sie ist Ihr Ziel! Sie befinden sich bereits vor der Zielgeraden, und die Ausgangsbasis kann Sie in eine stabile und glückliche Beziehung führen.

### Mehrgleisigkeit beenden

Fahren Sie spätestens dann nicht mehr mehrgleisig, wenn es 'ernst' wird! Sobald Sie – wechselseitig – das Gefühl haben, es könnte sich eine Beziehung entwickeln, sollten Sie sich nicht durch andere Kontakte ablenken lassen und neue Vorschläge zunächst aussetzen. Wichtig ist nun, den Beziehungsaufbau auszuloten und anzugehen. Konzentrieren Sie sich auf Ihr Gegenüber und hoffen Sie erst einmal nicht auf noch 'bessere' Vorschläge. Freuen Sie sich auf die gegenwärtige Chance und lassen Sie sich auf die entstehende Beziehung ein.

### Zueinander finden

Erzählen Sie von sich, stellen Sie Fragen und hören Sie zu. Thematisieren Sie, was Ihnen wichtig ist und sprechen Sie darüber, wie Sie gemeinsam glücklich werden wollen und können. Erschließen Sie Gemeinsamkeiten, akzeptieren Sie aber – in einem positiv-anehmenden Sinne – auch Unterschiede und Eigenarten, die einer Beziehung nicht entgegenstehen. Finden Sie gemeinsame Veränderungsziele, die beide motivieren, gemeinsam durchs Leben zu gehen und sich darauf zu freuen.

## Bedürfnisse und Gefühle ausdrücken

Bringen Sie sich ein, verdecken Sie nichts, sondern seien Sie offen und authentisch – so entsteht eine tragfähige Basis für Partnerglück. Setzen Sie nicht voraus, dass der Partner weiß, was in Ihnen vorgeht, solange Sie sich noch nicht richtig kennen. Reden Sie miteinander und seien Sie direkt, um den Beziehungsaufbau erfolgreich zu bewerkstelligen.

## Hürden überwinden

Nicht immer ist alles einfach, doch auch Erschwernisse und Hürden können überwunden werden, solange man bereit ist, zu lernen und zu wachsen. Überwindbare Hürden bedingen nicht gleich Zweifel an Ihrer Liebe und Zuneigung, noch führen Sie gleich zum Scheitern eines Beziehungsaufbaus.



## Ja sagen

Stimmt die emotionale Basis, erleben Sie viel Positives miteinander und können auch Probleme besprechen, Ziele entwickeln und generell gut miteinander kommunizieren, ist es Zeit, sich für die Beziehung zu entscheiden und dies auch auszusprechen.

## AUF UNTERSTÜTZUNG ZURÜCKGREIFEN

Es treten Ihnen bei der Partnersuche Schwierigkeiten in den Weg oder Sie sind verunsichert? Sie haben Probleme, Ihre Partnersuche in Schwung und zum Erfolg zu bringen?

Bei Gleichklang stehen Sie damit nicht allein. Denn genau für solche Fälle steht Ihnen unser Team 24 Stunden am Tag an 365 Tagen im Jahr zur Verfügung.

Sie haben die Möglichkeit, unseren Live-Chat zu nutzen, wo Ihnen Mitarbeiter:innen sofort Auskunft geben. Ebenso können Sie uns eine Nachricht über Ihren Mitglieder-Bereich senden, die innerhalb des gleichen Tages beantwortet wird.

Manchmal ist es notwendig, dass unser Team sich Ihr Profil und Ihre Dating-Statistiken (Vorschlagsanzahl, geöffnete Vorschläge, Erstnachrichten, Antwortrate etc.) genauer anschauen muss, um Ihnen Hilfe geben zu können. Hierfür können Sie eine kostenlose Optimierungs- und Unterstützungsleistung in Anspruch nehmen.

### Unser Versprechen

Wir stehen Ihnen bei Ihrer Partnersuche mit all unseren Kräften zur Seite und unterstützen Sie dabei, Ihre Partnersuche zum Erfolg zu bringen!

### Weitere Informationen

Weitere Informationen und wöchentlich neue Artikel zu Gleichklang, Beziehungs-Psychologie und Partnersuche finden Sie in unserem Blog: [blog.gleichklang.de](https://blog.gleichklang.de)

## 8 Faktoren, die die Liebe erhalten

Hilfestellung für eine lange und glückliche Beziehung

### Veränderungsbereitschaft

Eine Beziehung bleibt niemals gleich. Je mehr Paare gemeinsam nach Veränderungsmöglichkeiten suchen, desto eher bleiben sie glücklich und zusammen.

### Liebe zeigen

Liebe will ausgesprochen und gezeigt werden. Je stärker Paare einander ihre Liebe zeigen, desto dauerhafter wird das Beziehungs-Glück.

### Erfüllte Sexualität

Sex ist nicht alles. Aber je positiver und aktiver das Sexualleben gestaltet wird, desto stärker ist die Verbindung.

### Lösungsorientiertheit

Es hilft nichts, nur zu klagen. Je lösungsorientierter Paare sind, desto häufiger bleibt ihre Partnerschaft erhalten.

### Bindungsbereitschaft

Bindung ist die bewusste Entscheidung, mit einem Menschen zusammen zu bleiben - in guten wie in schlechten Zeiten. Je stärker diese Entscheidung getroffen wird, umso größer das Beziehungsglück. Klären Sie dies miteinander!

### Fokus auf das Positive

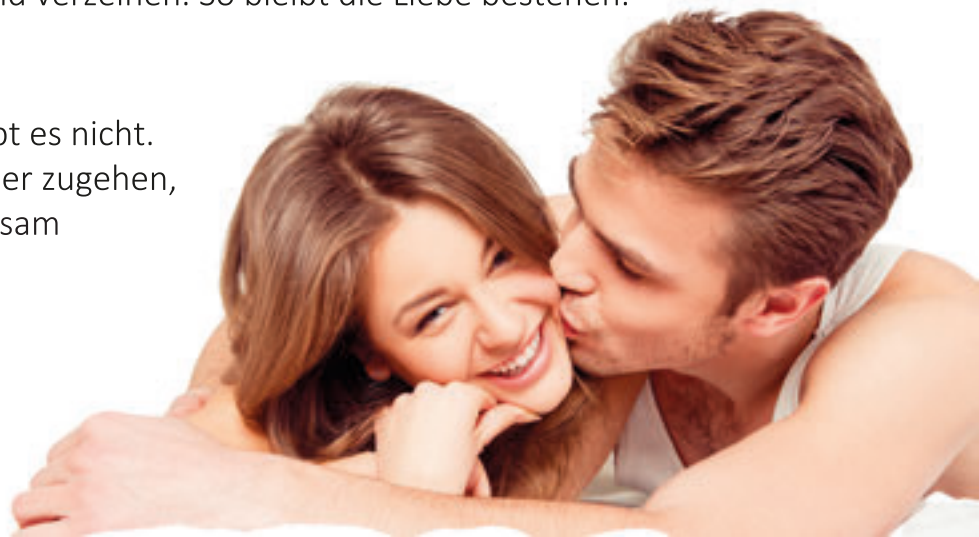
Ein Glas mag halb voll oder halb leer sein. Wer sich vorwiegend auf das Positive in seiner Beziehung konzentriert, kann die Partnerschaft eher erhalten.

### Kommunizieren und Konflikte lösen

Kommunikation ist in einer Beziehung das A und O. Es hilft nichts, den Kopf in den Sand zu stecken. Paare, die Konflikte zu vermeiden, gelangen öfter in das Beziehungs-Aus. Miteinander offen reden. Verständnis und Zuwendung, statt Vorwürfe und Strafen, miteinander angstfrei umgehen und verzeihen. So bleibt die Liebe bestehen.

### Kompromissbereitschaft

Die absolut perfekte Beziehung gibt es nicht. Je mehr wir gemeinsam aufeinander zugehen, desto häufiger bleiben wir gemeinsam glücklich.



## Die Liebe und das Internet

Interview mit Dipl. Psych. Dr. Guido F. Gebauer

### Was bietet Gleichklang?

Gleichklang ist auf Menschen ausgerichtet, die Liebe, Bindung und Freundschaft suchen. Deshalb maximiert Gleichklang nicht den Spaß-Faktor, sondern die Ernsthaftigkeit und Effektivität der Partnersuche und Freundschaftssuche.

### Was ist der Unterschied zu den Dating-Apps?

Dating-Apps erlauben es den Nutzern, sich blitzschnell durch eine große Anzahl an Profilen zu klicken. Alles orientiert sich am Aussehen. Nach meiner Ansicht ist das System fraglos geeignet für kurzfristige Flirts. Dass hieraus tragfähige Beziehungen entstehen, halte ich aber für unwahrscheinlich.

### Warum?

Die Apps laden zum schnellen Konsum von Profilen ein. Das nächste noch bessere Profil steht immer bereits vor der Tür. Unverbindlichkeit regiert. Bindung wird dadurch erschwert.

Wer bei den Apps erst einmal dabei ist, hört nicht unbedingt auf damit. Der Spaß und Erregungs-Faktor ist zu groß. Wer jemanden über eine App kennenlernt, muss damit rechnen, dass der Partner die App auch weiter nutzt.

Das Aussehen ist wichtig. Aber die Partnersuche im ersten Schritt allein auf ein Körperbild einzuschränken, entspricht keiner ganzseitigen Sicht des Menschen.

## Was ist der wichtigste "Dating-Tipp"?

Dies sind die drei wichtigsten Empfehlungen für Partnersuchende im Internet:

- Betrachten Sie die Partnersuche nicht als einen Bewerbungsprozess, sondern als ein ergebnisoffenes Kennenlernen, bei dem die beteiligten Personen die Chance haben, herauszufinden, ob sie miteinander glücklich werden können. Ehrlichkeit vermindert Enttäuschungen, die aus Halbwahrheiten oder einer übermäßig positiven Selbstdarstellung entstehen.
- Partnerschaft ist einer der wichtigsten Faktoren im Leben. Die Suche danach darf daher auch Zeit in Anspruch nehmen. Im Durchschnitt dauert die Partnersuche zwei Jahre. Stellen Sie sich auf eine lange Suchzeit ein und freuen Sie sich, wenn es schneller geht.
- Oft finden Menschen nur deshalb nicht zueinander, weil niemand den ersten Schritt tut. Werden Sie selbst aktiv, anstatt abzuwarten. Der Rat lautet für alle Geschlechter, den Kontakt aus eigener Initiative aufzunehmen, wenn ein Interesse an einem Kennenlernen besteht.



### Dipl. Psych. Dr. Guido F. Gebauer

Gleichklang-Mitgründer

*Autor von "A Perfect Match? Online-Partnersuche aus psychologischer Sicht"*

Guido Gebauer studierte Psychologie an den Universitäten, Trier, Humboldt Universität zu Berlin und Cambridge (Großbritannien). Promotion an der Universität Cambridge zu den Zusammenhängen zwischen unbewusstem Lernen und Intelligenz. Im Anschluss rechtspsychologische Ausbildung, Tätigkeit in der forensischen Psychiatrie und 10-jährige Tätigkeit als Gerichtsgutachter. Gründung der psychologischen Kennenlern-Plattform Gleichklang 2006, für die er seither publizistisch und beratend tätig ist.

## Psychologie der Partnersuche

Lesen Sie viele weitere Ergebnisse, Befunde und Tipps im Gleichklang-Blog:  
[blog.gleichklang.de](http://blog.gleichklang.de)



## Persönlichkeits-Entwicklung durch Partnersuche

So geht es:

Lesen Sie weiter, wie Sie selbst, Ihre Freunde und Bekannten durch eine Teilnahme bei Gleichklang den Aufbau von Partnerschaften und Freundschaften in die eigenen Hände nehmen können.

### Online-Dating bei Gleichklang kann Ihnen zu Folgendem verhelfen:

#### **Sich selbst kennenlernen.**

Während der Partnersuche bei Gleichklang – bereits beim Ausfüllen der Fragebögen, reflektieren wir über uns selbst. So werden uns unsere eigenen Wünsche und Sehnsüchte bewusster. Die Motivation steigt, diese umzusetzen. Wir erkennen aber auch, was vielleicht in Wirklichkeit unnötig oder verzichtbar ist.

#### **Kommunikation und Selbstöffnung erlernen.**

Über Gleichklang beginnen Menschen, miteinander in Kontakt zu treten. Sie tauschen sich aus, reflektieren über sich selbst, ihre Beziehungswünsche und den anderen. So wachsen sozial- kommunikative Fertigkeiten, Selbstwert und Selbstsicherheit wachsen mit.

#### **Enttäuschungen verkraften, aktiv und zukunftsorientiert sein.**

Nicht jede Kommunikation endet in einer Beziehung. Im Verlauf der Partnersuche lernen Mitglieder, das Glück in ihrem Leben zu entwickeln, den Kompass auf eine neue Beziehung zu richten, aber auch Umwege und Sackgassen annehmen zu können und so immer mehr auf den richtigen, dem eigenen Selbst und dem eigenen Beziehungsstreben förderlichen Weg zu gelangen.

So geht es:

## Sich selbst verändern.

Zahlreiche Mitglieder nutzen Gleichklang, um sich selbst zu verändern. Raucher geben an, Nichtraucher zu sein und stoppen sofort ihr Laster, was sie jahrelang nicht überwinden konnten. Fleischesser bezeichnen sich als Vegetarier und starten sofort mit dem Fleischverzicht. Kultur- oder Sportbanausen geben kulturelle oder sportliche Hobbys an, die sie nunmehr in ihren Alltag integrieren. Wer zuvor immer zu Hause blieb, fährt plötzlich in die Ferne.

## Mehr vom Leben

Partnersuche bei Gleichklang kann also viel mehr sein als was die meisten wohl zunächst vermuten. Der Beginn und die Fortsetzung der Partnersuche bei Gleichklang kann der entscheidende Ansporn sein, sich noch einmal auf neue Wege zu begeben und ein Lebensglück zu finden, welches womöglich bereits seit Langem aus dem Blick geraten war. Sicher ist das Finden von Partnerschaft oder Freundschaft das Ziel, aber auch der Weg allein ist bereits wertvoll und keine vergeudete Zeit.

Bewusste Partnersuche erhöht Zufriedenheit und fördert Entwicklung

Eine bewusste Partnersuche kann bereits lange vor ihrem Erfolg unser Lebensglück erhöhen und sogar unsere Persönlichkeitsentwicklung fördern.

So melden uns auch immer wieder Mitglieder, dass sie bei Gleichklang weit mehr gefunden haben als eine neue Liebe.

Gleichklang bedeutet nicht nur Partnersuche für Singles, sondern auch Freundschaftssuche für jeden!

## Freundschaften sind es wert

Ein Artikel in einem großen Magazin stellte neulich die Frage „Haben wir überhaupt noch echte Freunde?“

## Unsere Erfahrungen bei Gleichklang zeigen anderes:

**Dauerhafte Freundschaft ist möglich** und eine echte Lebensbereicherung ist. Auch Studien belegen, dass Freundschaft gleich nach Partnerschaft einer der wichtigsten Faktoren der Lebenszufriedenheit ist.

## Einsamkeit muss nicht sein

Gleichklang können Sie für sich, Ihre Freunde und Bekannten oder für Ihre Patienten und Patientinnen nutzen, um ein stützendes soziales Netzwerk aufzubauen.

### Ähnlicher Vermittlungs-Algorithmus

Der Vermittlungs-Algorithmus für die Freundschaftssuche ist ein anderer als für die Partnersuche. Es bestehen aber auch viele Ähnlichkeiten. Denn ebenso wie für Partnerschaften ist es auch für Freundschaften wichtig, dass eine echte Kommunikations- und gemeinsame Lebensbasis auf der Grundlage einer Passung der Persönlichkeiten entstehen kann.

### Nur an der Freundschaftssuche teilnehmen

Wenn Sie bereits in einer Beziehung leben, können Sie trotzdem an der Freundschaftssuche teilnehmen. Vorgeschlagen werden Ihnen dann nur Menschen, die ebenfalls nach Freundschaft suchen. Wenn beide Beziehung-Partner an der Freundschaftssuche teilnehmen, kann dies eine Partnerschaft bereichern.



## VERTRAUTHEIT AUFBAUEN UND AUFRECHTERHALTEN

Nach Gefühlen, Wünschen, Bedürfnissen fragen, zuhören, Wertschätzung und Interesse zeigen, Vermeidung von Vorwürfen, Abwertung und einseitiger Schuldzuweisung.

Eigene Gefühle, Wünsche, Bedürfnisse, Wahrnehmungen und Meinungen zum Ausdruck bringen, den Partner/in teilhaben lassen am eigenen Leben.

Toleranz für Fehler und Schwächen etablieren, eine lösungsorientierte und verzeihende Grundhaltung einnehmen, ein solidarisches Klima aufbauen, in dem auch über Belastungen, Stressoren und Probleme gemeinsam gesprochen werden kann.

## GEMEINSAMKEIT AUFBAUEN UND AUFRECHTERHALTEN

Gemeinsame Interessen, Hobbys und Aktivitäten identifizieren, den Alltag mit gemeinsamen Aktivitäten gestalten, die beiden Freude machen, Gemeinsamkeiten nicht einschlafen lassen, Partnertage vereinbaren und umsetzen.

Ein gemeinsamer Freundeskreis erhöht die Beziehungszufriedenheit. Gemeinsame Ziele finden, die für beide kurz-, mittel- und langfristige Anreize für eine gemeinsame Lebensgestaltung geben, sich immer wieder über die Ziele auf Neue klarwerden.

Probleme und Krisen als Herausforderungen gemeinsam annehmen nach dem Motto „Geteilte Freude ist doppelte Freude, geteiltes Leid ist halbes Leid“. Den Zusammenhalt betonen und ihn sich bewusst machen.

## VERÄNDERUNGSBEREITSCHAFT ENTWICKELN UND ERHALTEN

Veränderungen gehören zum Verlauf partnerschaftlicher Beziehungen, nichts bleibt immer so, wie es war, eine Haltung einnehmen, die Veränderungen erlaubt.

Durch Arbeit an der Beziehung und neue Ideen können Romantik und Leidenschaft erhalten bleiben oder sogar zunehmen.

Partnerschaften können in einer großen Vielfalt gestaltet werden. Alles ist erlaubt, wozu zwei einwilligungsfähige Menschen zustimmen und was sie gemeinsam leben möchten, eine Partnerschaft kann sich frei machen von und der Meinung anderer.



SIE SIND INTERESSIERT AN EINEM COACHING PER TELEFON, SKYPE ODER ZOOM MIT DR. GUIDO F. GEBAUER?

**Kontakt-Email:** gebauer@gleichklang.de

**Skype-ID:** gfgebauer

**Webseite:** www.gfgebauer.de

### Formular zur Anforderung von Flyern

Per Fax, Telefon oder Post anfordern oder Internet-Formular verwenden:

[www.gleichklang.de/flyer](http://www.gleichklang.de/flyer)

#### Gleichklang ltd

Oesterleystr. 1  
30171 Hannover

**Fax:** 01805 – 7772 3332

**Tel:** 0511 – 807 89 93

#### Ihre Daten

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ/Ort

**Broschüren:** \_\_\_\_ Exemplare

**Flyer:** \_\_\_\_ Exemplare

### AUFBAU SOZIALER KONTAKTE OFTMALS ENTSCHEIDEND

Je besser es gelingt, Menschen in ein soziales Netzwerk zu integrieren, umso nachhaltiger und tragfähiger sind auch Veränderungs- und Therapieprozesse. Durch eine Teilnahme von Patienten bei Gleichklang steigen die Aussichten stark an, dass so ein soziales Netzwerk entstehen kann.

### ÜBERWINDUNG VON SCHWIERIGKEITEN

Gleichklang unterstützt auch gezielt Menschen mit körperlichen oder seelischen Erkrankungen oder Handicaps bei der Partner- und Freundschaftssuche. Wir erheben von allen Mitgliedern die Akzeptanz und berücksichtigen diese bei der Vermittlung.

### REFLEKTION UND VERÄNDERUNG

Das Ausfüllen der Fragebögen und die Teilnahme bei Gleichklang kann in Beratung und Therapie einbezogen werden. Wünsche, Sehnsüchte, Erwartungen, aber auch Ängste und unrealistische Denkweisen können so besser identifiziert und gegebenenfalls verändert werden.

### DATING-VERHALTEN ERLERNEN

Ein aktives Dating-Verhalten kann erlernt und verstärkt werden. Eigeninitiative bei der Kontaktaufnahme kann gefördert werden, Kontakte können besprochen und Begegnungen nachbearbeitet werden. Auch Geduld, Gelassenheit, Umgang mit Enttäuschung kann so gezielter, alltagsbezogen eingeübt werden.

### BEZIEHUNGSAUFBAU UNTERSTÜTZEN

Bahnt sich eine Beziehung an, kann der Aufbau dieser Beziehung unterstützt, und Beziehungsfertigkeiten können trainiert werden.

### Einsamkeit und Partnerlosigkeit müssen kein Schicksal bleiben

Gleichklang ist Ihr kompetenter Ansprechpartner für den kontrollierten Aufbau sozialer Beziehungen und Partnerschaften. Durch den Einsatz bewährter und langjährig optimierter psychologischer Methoden erhöht Gleichklang die Aussichten auf einen nachhaltigen Beziehungsaufbau.

Partnersuche und Freundschaftssuche

## Gebühren: Alles auf einen Blick

Gleichklang kann um ein vielfaches günstiger sein als andere Anbieter, weil wir auf in Wirklichkeit wertlose und zu Datei-Spam führende kostenlose Lock- und Testangebote verzichten. Es gilt: **Geringe Gebühren für alle, statt Premium für manche.**

Ein Ermäßigungstarif erleichtert auch für Menschen in finanziellen Schwierigkeiten die Teilnahme. Partnersuche und Freundschaftssuche sind oft längerfristige Prozesse. Durch faire und erschwingliche Gebühren können Gleichklang-Mitglieder solange dabei bleiben, bis der Erfolg eingetreten ist.

Laufzeit	Kosten	Beschreibung	Verlängerung
1 Jahr	129,- €	<b>Standardangebot:</b> Jahresmitgliedschaft bei Gleichklang "Drei in Eins": Ohne Mehrkosten Möglichkeit zur Partnersuche, Freundschaftssuche und Reisepartnersuche. Umgerechnet entspricht dies nur 7,80 €/Monat!	7,90,- € pro Monat
2 Jahre	169,- €	<b>Zwei-Jahres-Spezialangebot:</b> Zwei Jahre Mitgliedschaft bei Gleichklang mit allen Rechten für nur 159,- €. Ohne Mehrkosten Möglichkeit zur Partnersuche, Freundschaftssuche und Reisepartnersuche. Reduzierter Verlängerungspreis bei eintretender Jahresverlängerung.	6,90,- € pro Monat
	98,- €	<b>Ermäßigungs-Tarif "Einjährige Vorauszahlung"</b> Gleichklang-Mitgliedschaft mit einer Mindestdauer von einem Jahr für 98,- EUR ohne weitere Laufzeitgebühren während der ersten 12 Monate. Nach einem Jahr verlängert sich die Teilnahme monatlich für eine Laufzeitgebühr von 4,80 EUR mit monatlicher Kündigungsfrist.	4,80,- € pro Monat
	6,- €	<b>Sozialtarif :</b> Jahresmitgliedschaft bei Gleichklang für nur 6,00 €. "Drei in Eins": Ohne Mehrkosten Möglichkeit zur Partnersuche, Freundschaftssuche und Reisepartnersuche. Erneut reduzierter Preis bei eintretender Jahresverlängerung. Bitte wählen Sie diesen, nicht kostendeckenden Tarif wirklich nur dann, wenn es Ihnen nicht möglich wäre, zum Standardtarif teilzunehmen. Danke!	6,- € für ein Jahr



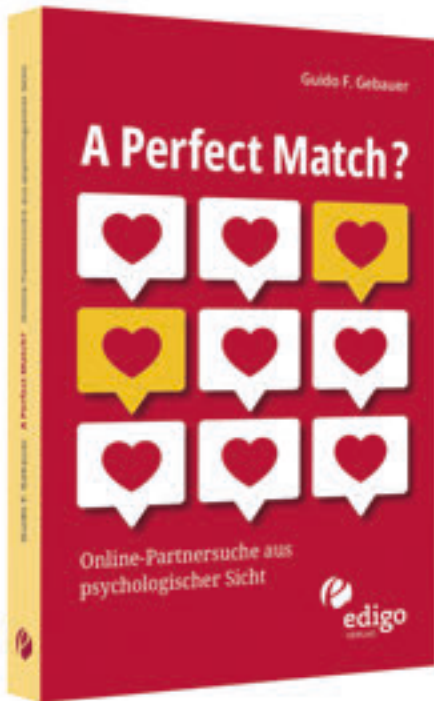
Jetzt aktiv werden, weitersagen

und selbst Mitglied werden:

» [www.gleichklang.de](http://www.gleichklang.de)

## A Perfect Match ?

### Online-Partnersuche aus psychologischer Sicht



Partnerschaft und Liebe gehören zu den wichtigsten Faktoren des individuellen Beziehungsglücks. Von vielen Singles werden sie entsprechend schmerzhaft vermisst. Oft tritt sogar Torschlusspanik auf.

#### »Werde ich noch die Liebe finden?«

Entsprechend boomt der Markt der Partnerbörsen im Internet. Aber lohnt sich die Partnersuche im Internet wirklich?

Dieses Buch zeigt in vier Abschnitten, wie Ihre Partnersuche im Internet zum Erfolg gelangen kann.

## Vorwort

Bei der Online-Partnersuche gibt es keine Erfolgsgarantie. Die Aussichten auf Erfolg können aber durch Wissen, eine ehrliche Reflektion der eigenen Wünsche, Geduld, die Auswahl der richtigen Plattform und eine zielführende Kommunikations-Strategie erheblich verbessert werden.

Enttäuschungen sind dabei leider unvermeidlich: Antworten lassen auf sich warten, Profile verschwinden plötzlich, die gemachten Angaben stellen sich als falsch heraus, Kontakte werden abgebrochen. Auch die erste offline-Begegnung kann leicht in Ernüchterung und Desillusionierung münden anstatt, wie erhofft, in Begeisterung und Sympathie. Dabei sollte die Online-Partnersuche doch zu einer glücklichen Beziehung führen und nicht zu Frust, Schmerz und Selbstzweifeln!



Wichtig ist, wie Sie mit möglichen Rückschlägen umgehen: Mit etwas Vorbereitung und einer passenden Strategie kann Ihre Suche trotz aller Schwierigkeiten zum Ziel führen. Die wichtigsten Faktoren, die über Erfolg und Scheitern entscheiden, liegen dabei in Ihrer Person selbst: Klare und realistische Suchkriterien, Bereitschaft zu Engagement und Geduld, Absicherung gegen mögliche negative Erfahrungen, offene Kommunikation, Ehrlichkeit, eine optimistische Grundhaltung und vor allem: Aktivität. Im entscheidenden Moment gilt es dann nur noch, alle Mehrgleisigkeit zu beenden und „Ja“ zu sagen – zur neuen Beziehung und zum eigenen Glück.

### Viel Erfolg!

*Ihr Guido F. Gebauer*

<b>Genre:</b>	Ratgeber	<b>ISBN:</b>	78-3-949104-10-7
<b>Format:</b>	Paperback	<b>Seiten:</b>	352
<b>Datum:</b>	30.05.2022	<b>Land:</b>	Deutschland
<b>Verleger:</b>	edigo Verlag, Köln <i>www.edigo-verlag.de</i>	<b>Preis:</b>	20,00 €
		<b>Versand:</b>	1,95 €

**Die Partnersuche im Internet boomt** – noch nie gab es so viele Möglichkeiten wie heute, Singles im Internet kennenzulernen. Allerdings gibt es heute auch so viele Singles wie nie zuvor. Da kann etwas Unterstützung nicht schaden.

In diesem Buch geht der Psychologe Guido F. Gebauer auf alle wichtigen Fragen zur Online-Partnersuche ein: Was wünsche ich mir eigentlich? Wie orientiere ich mich zwischen den vielen Portalen und Profilen? Wie kommuniziere ich am besten mit einem interessanten Menschen und wie gestalte ich ein Treffen?

Weitere Infos und Verkauf unter:

 [www.buch-partnersuche.de](http://www.buch-partnersuche.de)

**gleichklang.de**

KENNENLERNEN: ökologisch / divers / solidarisch

*...weil Liebe möglich ist!*

Seit 16 Jahren

finden

Mitglieder von

Gleichklang

**Partnerschaft**

**Freundschaft und**

**die große Liebe.**



**Die Vermittlung erfolgt auf der Basis psychologischer Prinzipien,  
der Passung von Werthaltungen und Lebensstilen.**

So lernen sich Menschen kennen, die das Potential haben, gemeinsam glücklich zu werden!  
Bei Gleichklang können Sie aber auch ökologische Projekte und Gemeinschaften suchen und finden.

**» [www.gleichklang.de](http://www.gleichklang.de)**