

## Ratgeber

### Die erste E-Mail



*Hallo Mr. Unbekannt!* Schon bei der Anrede kommt man ins Grübeln. Und was schreibt man einem fast Fremden? Die komplette Lebensgeschichte hat in der ersten Mail sicher nichts zu suchen. Aber wie viel sollte ich von mir preis geben, damit der

andere neugierig wird? Tipps gibt Single-Coach Lisa Fischbach von der Online-Partnervermittlung ElitePartner.de.

"Der erste Eindruck bleibt", sagt Psychologin Lisa Fischbach. "Vergleichbar mit Fußspuren auf einer Schneefläche. Die sind einfach nicht zu verwischen." Eine zweite Chance gibt es selten. Das macht den ersten Kontakt kompliziert. Hinzu kommt eine Portion Unsicherheit. Denn wenn ich auf jemanden zugehe und Interesse zeige, offenbare ich einen Teil von mir und riskiere einen Korb. Aber der tut beim online Flirten nicht so weh wie in der realen Welt. "Fallen Sie nicht in Selbstzweifel, wenn das mal geschieht", rät Lisa Fischbach. "Das gehört leider dazu, davor kann Sie niemand bewahren." Trauen Sie sich also!

#### Schreiben Sie keine Romane

Gehen Sie auf das Profil des anderen ein. Schreiben Sie, was Sie daran interessant finden. Vielleicht gibt es gemeinsame Interessen? "Wenn sich jemand mit meinem Profil beschäftigt hat, signalisiert das echtes Interesse", so Fischbach. Und das erhöht die Chance auf eine Antwort. Erzählen Sie nicht nur von sich. Natürlich sollten Sie ein paar Worte über Ihre Person schreiben, aber gehen Sie nicht zu sehr ins Detail. Halten Sie sich auch hier lieber kurz. Ihre komplette Lebens- und Liebesgeschichte hat in der ersten Mail nichts zu suchen. Verschießen Sie nicht gleich Ihr gesamtes Pulver, schließlich brauchen Sie noch Gesprächsstoff für später. "Außerdem", so Lisa Fischbach, "sind Sie weniger enttäuscht, wenn keine Antwort kommen sollte." Auch forsches Auftreten kann verschrecken. Humor, Ironie und Sarkasmus sind

## Ratgeber

ebenfalls gefährlich - per Mail sind diese Dinge schwer zu deuten und führen zu Missverständnissen.

### Du oder Sie?

Ob förmliches "Sie" oder vertrauliches "Du" - das liegt ganz in Ihrem Geschmack: "Schreiben Sie, wie es Ihnen entspricht", rät Lisa Fischbach. "Verstellen Sie sich nicht und vermitteln Sie kein falsches Bild. Das wäre keine gute Ausgangsbasis." In der Ansprache sollten Sie Extreme vermeiden: "Hi Süße" eher nicht - lieber ein neutrales "Hallo Mr. Unbekannt".

### Foto: Das bin ich



Ob und wann Sie ein Foto freischalten, bleibt natürlich Ihnen überlassen. Manchmal kann es spannend sein, wenn Sie mit dem Austausch eine Weile warten. Über die wahren Eigenschaften sagt ein Foto meist nicht viel aus. Andererseits: Wenn Sie zu lange

warten, können übersteigerte Erwartungen entstehen, denen das tatsächliche Foto vielleicht nicht mehr entsprechen kann. In jedem Fall wird das Kennenlernen durch Fotos beschleunigt. Bei Gefallen bleibt der Kontakt bestehen. Genauso gut kann es passieren, dass sich die Sache damit erledigt hat. Lisa Fischbach rät deshalb beim online Flirten zum frühzeitigem Bildertausch: "So vermeiden Sie, dass Sie allzu viele Gefühle investieren und enttäuscht sind, wenn der Kontakt schlimmstenfalls nach dem Austausch der Fotos abbricht."

### Nette Absagen

Messen Sie der ersten Mail nicht zu große Bedeutung bei. Bestenfalls folgen ihr noch viele Weitere, bis es zum Treffen kommt. Vorsicht vor analytischen Deutungen und Interpretationen des Geschriebenen. Lesen Sie nur das, was dort tatsächlich steht. Lesen zwischen den Zeilen führt oft zu Fehldeutungen. "Verlassen Sie sich auf Ihr allererstes Gefühl", rät die Psychologin. "Empfinden Sie den Ton warm und sympathisch oder hat er etwas Irritierendes? Lassen Sie

## Ratgeber

sich nicht dazu hinreißen, die Dinge schön zu deuten. Damit laufen Sie Gefahr, enttäuscht zu werden."

Wenn jemand so gar nicht Ihren Wünschen entspricht und Sie das schon in der ersten Mail merken,



sollten Sie das thematisieren. "Aber überdenken Sie unbedingt noch mal Ihren Anforderungskatalog", sagt Lisa Fischbach. "Zu welchen Kompromissen sind Sie vielleicht bereit? Manchmal lohnt es sich, Neues auszuprobieren." Schreiben Sie in jedem Fall eine Absage, wenn Sie eine Mail nicht anspricht. Seien Sie dabei ehrlich, aber stoßen Sie nicht vor den Kopf. Bedanken Sie sich für sein Interesse und begründen Sie kurz, warum Sie keinen Kontakt wünschen. Nichts ist schlimmer als ignoriert zu werden - und eine kurze Absage kostet nicht viel Zeit und Mühe.