

# Ratgeberin in Herzensdingen

Astrid Anders gibt Singles Tipps, wie sie die Partnersuche erfolgreicher gestalten können. Manchmal liegt es an Kleinigkeiten

**Gudrun Mattern**

Die große Liebe auf den ersten Blick ist so wahrscheinlich wie die Karriere vom Tellerwäscher zum Millionär. „Traumpinzinnen und -prinzessinnen fallen nicht vom Himmel“, ist Astrid Anders überzeugt. Sie gibt Singles Tipps, wie sie die Partnersuche erfolgreicher gestalten können. Als Single-Coach hat sich die ehemalige Medien-Beraterin selbstständig gemacht.

„Ratgeberin in Herzensdingen“ beschreibt Frau Anders ihren Job. Neun Jahre lang war sie selbst Single, bevor sie ihren persönlichen Traummann fand, mit dem sie seit nunmehr sechs Jahren verheiratet ist. „Manchmal liegt es nur an Kleinigkeiten, dass die Partnersuche immer wieder nicht gelingt oder man ständig an den Falschen oder die Fal-

## AUSWEG

### Aus der Misere

Es gibt immer mehr Singles, doch die wenigsten von ihnen möchten es bleiben. Es gibt unangenehme Momente für Singles. Astrid Anders' Single-Coaching bietet einen Ausweg aus der Misere. Infos für Interessierte gibt es unter: [www.singlecoaching-anders.de](http://www.singlecoaching-anders.de)

sche gerät.“ Als ihr beispielsweise einmal jemand sagte, sie mache einen arroganten Eindruck, war sie ziemlich entsetzt. Selbst- und Fremdwahrnehmung stimmen eben nicht immer überein und es ist hilfreich, wenn einem mal jemand verrät, wie man wirkt.

„Wie verliebe ich mich richtig?“, so der Titel des Workshops, den Astrid Anders anbietet. Hier finden Singles in

**»Eher lernt man über Freunde Partner kennen oder über ein Hobby«**

kleinen Gruppen gemeinsam heraus, welche Partner sie sich jeweils wünschen und wie sie ihre Partnersuche erfolgreicher gestalten können. „Die Teilnehmer müssen zwar eine Hemmschwelle überwinden, haben aber meistens gemeinsam sehr viel Spaß“, so Anders.

Wer's individueller wünscht, ist in der Einzelberatung richtig. Ob das so ist, lässt sich im Vorgespräch klären, das Astrid Anders kostenlos anbietet. „Ich sammle Informationen und sage meinen Kunden, wie ich arbeite, was ich leisten kann und was nicht. Es geht auch ums Bewusstmachen der eigenen Vorstellungen. Von Sitzung zu Sitzung kann der Kunde dann entscheiden, ob



Astrid Anders hat eine Firma für Singlecoaching gegründet und möchte Alleinstehenden mit ihren Tipps zu einem neuen Glück verhelfen. Das Single-Coaching ist ihr Lieblingskind. Foto: Tom Thöne

er weiter machen möchte oder nicht.“

Was bin ich für ein Typ und welcher Typ passt zu mir? Um das herauszufinden, sagt Astrid Anders, sei es wichtig, zunächst andere Singles kennen zu lernen, ob beim Sport, auf Reisen oder bei anderen Gelegenheiten. Die Disco oder die Kneipe, das belege die Statistik, sei nicht gerade der geeignetste Ort. Anders: „Eher lernt man über Freunde Part-

ner kennen, über ein Hobby oder im Beruf und sogar die Online-Suche verspricht mehr Erfolg.“

So erklärt es sich, dass Astrid Anders auch Singles unterstützt, die sich für die Partnersuche im Netz entscheiden. Welche Single-Börsen eignen sich für mich? Wie kann ich ein Profil erstellen? Wie spreche ich andere an und wie reagiere ich auf Anfragen? Solche Fragen werden geklärt.

„Ich gebe Feedbacks auf Onlineanzeigen“, sagt Anders. Ganz wichtig: „Ein gutes Selbstbewusstsein zieht nette Personen an und das Wichtigste ist Zeit.“ Ob dick, dünn, schüchtern, resolut - „ist völlig gleichgültig“, sagt die Beraterin. „Macken machen auch nichts, sie müssen nur zusammen passen. Ähnlichkeiten sind sehr wichtig und ein etwa gleiches Bildungsniveau erleichtert den Erfolg.“

„Nur Mut!“, ruft Anders Singles zu, ihre Dienste anzunehmen. „Schließlich nimmt man sich heute für alle möglichen Dinge einen Coach.“ Dass sie ihr Handwerk beherrscht, belegen die Qualifikationen. Anders ist Kommunikationstrainerin, Lebens- und Entwicklungs-, Burn-Out- und Mobbing-Beraterin. Doch Single-Coaching ist ihr Lieblingskind, „weil es anderen viel Frust erspart.“