

DIE 10 GRÖßTEN IRRTÜMER ÜBER MÄNNER

Wie du lernst Männer einfach zu verstehen



DOCJESCO!

Inhaltsverzeichnis (Seitenangaben)

4 - Die wahren Gründe warum ein Mann sich nicht meldet

7 - Der wahre Grund warum es Männer gibt, die Fremdgehen (Tipp: es ist nicht aus Geilheit)

8 - Warum sich Männer anders verlieben als Frauen

10 - Was Männer wirklich an Frauen mögen

12 - Wie Männer wirklich denken & fühlen

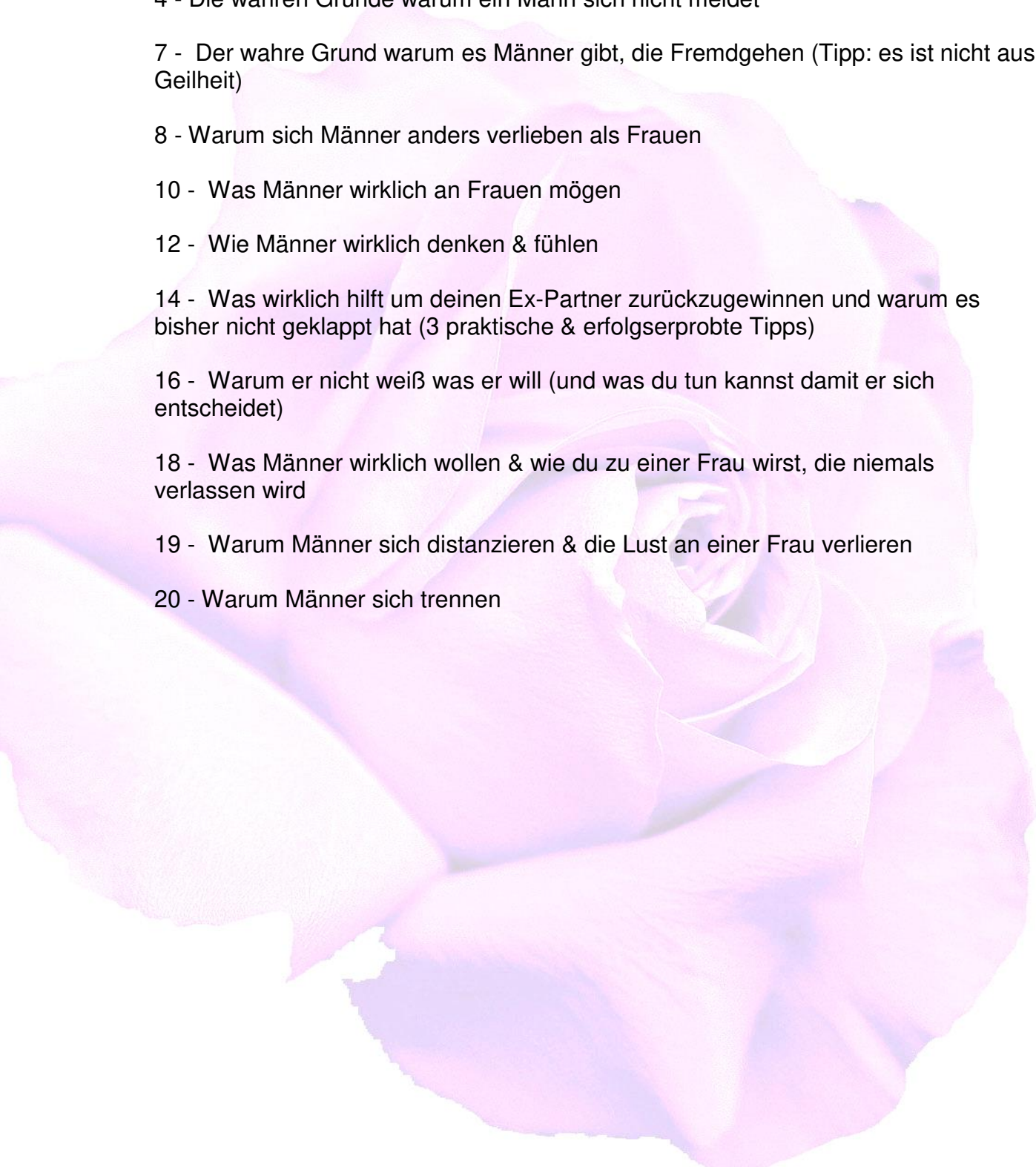
14 - Was wirklich hilft um deinen Ex-Partner zurückzugewinnen und warum es bisher nicht geklappt hat (3 praktische & erfolgserprobte Tipps)

16 - Warum er nicht weiß was er will (und was du tun kannst damit er sich entscheidet)

18 - Was Männer wirklich wollen & wie du zu einer Frau wirst, die niemals verlassen wird

19 - Warum Männer sich distanzieren & die Lust an einer Frau verlieren

20 - Warum Männer sich trennen





Hey,
mein Name ist Jesco und ich kläre Frauen über die Wahrheit über Männer auf. Über das was sie denken, sodass sie eine Beziehung erleben können von der sie immer geträumt haben.

Meine Mission ist es, so viele Frauen wie möglich aufzuklären.

In der Vergangenheit habe ich in meinem Bekanntenkreis unzählige Liebesbeziehungen miterlebt. Wie sie entstanden sind und wie sie endeten.

Ich habe bei den Frauen am Anfang der Beziehung dieses Strahlen in den Augen gesehen und die Hoffnung, dass sie endlich den richtigen Partner gefunden haben.

Leider habe ich am Ende der Beziehungen aber auch miterlebt wie verzweifelt die Frauen am Ende waren, weil sie schon wieder enttäuscht wurden. Ich finde es toll, dass die meisten Frauen immer das Gute in einem Mann sehen. Das ist auch richtig so, wenn der Mann es verdient hat. Nur leider habe ich oft miterlebt, dass manche Frauen die rosarote Brille aufhaben und nicht erkennen, wenn sie an die falsche Sorte Mann geraten sind. Und vor genau diesem Schmerz möchte ich dich bewahren. Ich möchte, dass du das Liebesleben erlebst, von dem du immer geträumt hast!

Da ich selbst ein Mann bin, verstehe ich nur zu gut wie Männer wirklich denken und mit der Zeit wurde mir klar, was dazu führt, dass manche Beziehungen auf lange Sicht funktionieren und manche nicht. Was dafür sorgt, dass sich Männer verlieben, warum Männer sich distanzieren oder sogar trennen, warum manche mit ihrem Liebeskummer nicht fertig werden und warum sie mit ihrer vergangenen Beziehung nicht abschließen können.

Mit der Zeit entwickelte ich ein Mitgefühl für diese Frauen, denn ich konnte wegen meinen eigenen Erfahrungen im Liebesleben gut nachvollziehen wie sie sich fühlten. Ich hatte das auch schon alles durchgemacht: unsterbliche Verliebtheit, schockierende Trennungen, Wochen voller Liebeskummer und Verzweiflung.

An diesem Punkt erkannte ich, dass es notwendig ist aktiv zu werden und zu handeln. Ich wollte nicht mehr miterleben, wie die Frauen in meinem Freundes- und Bekanntenkreis ständig an die falschen Männer geraten und am Ende ihre Hoffnung verlieren und wohlmöglich sogar sich selber anzweifeln.

Also fing ich an meine Tipps an die Frauen in meinem Bekanntenkreis weiterzugeben. Schon bald konnte ich erste Ergebnisse sehen und miterleben, wie viel glücklicher die Frauen waren, weil sie gelernt hatten wie sie den Geheimcode der Männer entschlüsseln können.

Wenig später meldeten sie sich bei mir und waren unschätzbar dankbar dafür, dass ich ihnen meine Ratschläge gegeben hatte.

An diesem Punkt fühlte ich mich zufrieden und glücklich, denn ich wusste, dass ich das Leben von einigen Frauen positiv beeinflusst hatte. Mit der Zeit bekam ich immer mehr Fragen von den Freundinnen der Freundinnen denen ich geholfen hatte. Und da ich mir das Ziel gesetzt hatte, so vielen Frauen wie möglich zu helfen, entschied ich mich dazu meine Erkenntnisse (die Wahrheit über Männer) über verschiedene Portale zu verbreiten. Ich habe mir das Ziel gesetzt, das Liebesleben von so vielen Frauen wie möglich zu verbessern.

Egal ob sie ihren Traummann finden, ihren Mr.Right für sich gewinnen, eine Freundschaft in eine Beziehung verwandeln, mit ihrer Vergangenheit abschließen, ihren Ex-Partner zurückgewinnen oder ihre bestehende Beziehung reparieren wollen. Und um dieses Ziel zu erreichen, versuche ich im Internet so viele Frauen wie möglich auf mich aufmerksam zu machen.

Also...ich freue mich, dass du meinen Internetauftritt gefunden hast und dass ich dir in Kürze dabei helfen kann in deinem Liebesleben endlich glücklich zu werden! Ich hoffe du findest genau die Tipps, die du im Moment brauchst und ich freue mich natürlich, wenn du deinen Freundinnen von meinem Projekt erzählst, damit ich auch ihnen helfen kann.

Alles Liebe & bis bald,
Jesco (DOCJESCO.COM)



Die wahren Gründe warum ein Mann sich nicht meldet

Wenn sich ein Mann nicht meldet, kann das verschiedene Gründe haben. Meistens haben diese Gründe aber eine von 3 Ursachen, die ich dir gleich erklären werde. Wenn du also diese 3 Punkte verstehst, wirst du auch nachvollziehen können warum er sich nicht bei dir meldet.

Zuerst einmal musst du verstehen, dass es in einer Beziehung immer ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen Nähe und Distanz geben muss. Warum ist das so und was meine ich damit konkret? Ich meine damit, dass man einerseits nicht am Partner klammern sollte (weil er sich sonst erdrückt fühlt) und andererseits ihm genug Aufmerksamkeit schenken sollte, damit er sich geliebt fühlt.

Wie erreicht man das? Indem man grundsätzlich nur so viel für den Partner tut, wie er auch umgekehrt für dich tut. Wenn du ihn also mit Aufmerksamkeit überschüttest könnte es sein, dass er sich erdrückt fühlt und deswegen kein Verlangen danach verspürt sich bei dir zu melden. Wenn du aber diese Dynamik zwischen Nähe und Distanz in den Griff bekommst, wird er sich wahrscheinlich wieder von selbst melden.

Dann gibt es noch eine weitere Ursache dafür, dass er sich nicht meldet. Es könnte nämlich sein, dass er Angst hat sich zu binden. Solltest du dich auf einen Mann einlassen, dem es schwer fällt sich zu binden, darfst du ihn und auch dich selber nicht unter Druck setzen. Zweitens würde ich ihn nicht überfordern und eher versuchen langsam und Schritt-für-Schritt Nähe zu ihm aufzubauen. Wenn er Bindungsangst hat, beobachtet er erst einmal einige Zeit (vielleicht sogar Jahre) ob du wirklich die richtige Partnerin für ihn bist. Das kann für dich natürlich eine mühsame Zeit sein, aber sei dir darüber bewusst, dass er sich danach wirklich auf dich als Partnerin einlassen wird und du dann nicht mehr um seine Aufmerksamkeit kämpfen musst.

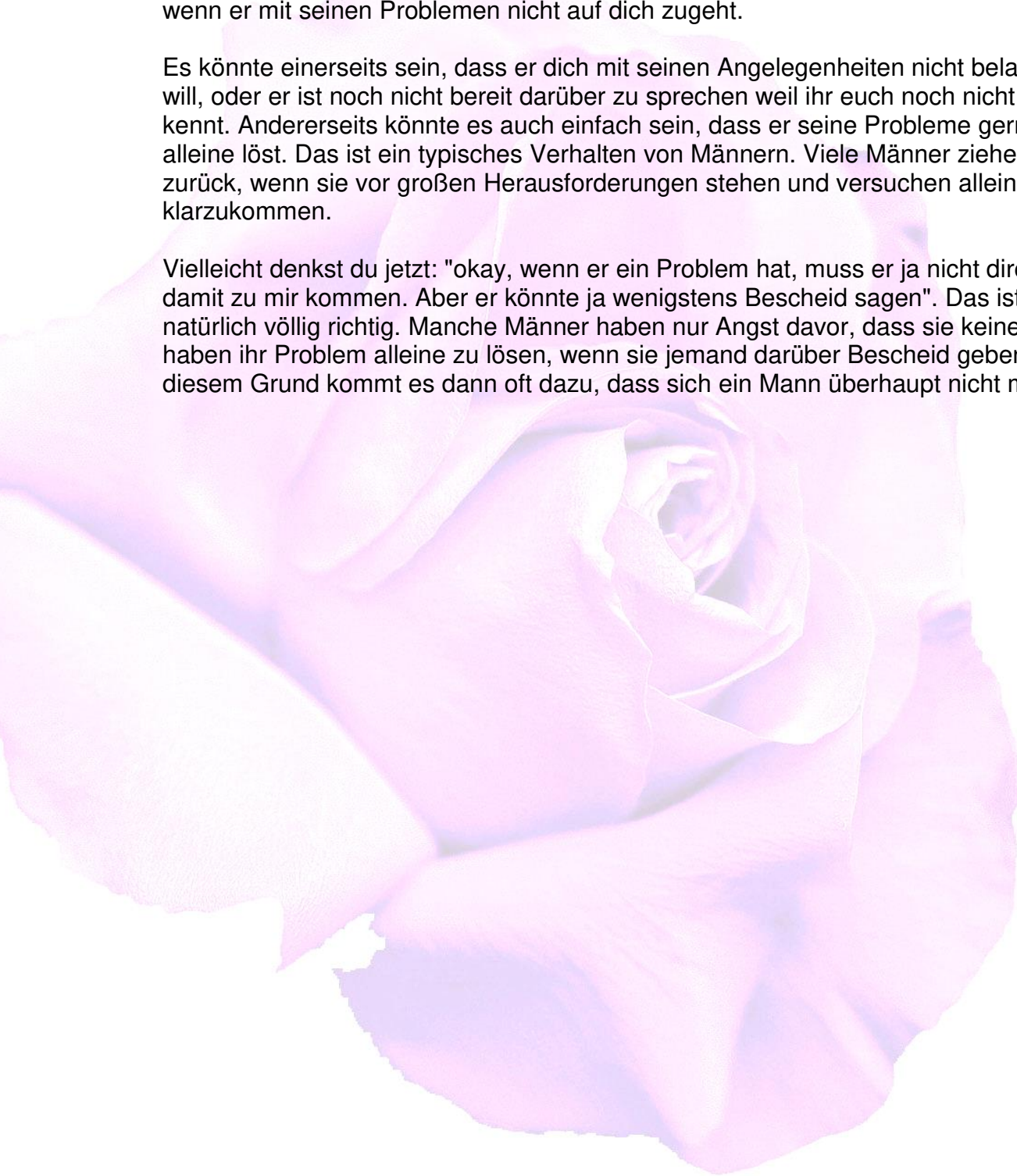
Wenn er sich im Moment nicht bei dir meldet, kann ich es verstehen, wenn du eventuell an dir zweifelst und dich fragst ob er dich als die richtige Partnerin sieht. Wenn er dir seine Liebe gestanden hat, dann ist es in den meisten Fällen so. Deswegen solltest du dir über seine Liebe zu dir sicher sein und auf seine Gefühle vertrauen. Auch wenn er sich im Moment nicht meldet.

Am besten ist es, wenn du versuchst nicht seine Priorität Nr.1 zu sein. Ich würde es lieber so sehen: jeder hat in seinem Leben verschiedene Bereiche, die Aufmerksamkeit brauchen: unter anderem die Freunde, das Liebesleben, die eigene Freizeit und die Arbeit. Und jeder dieser Bereiche ist für ein glückliches Leben wichtig. Sprich: es gibt keinen Bereich der wichtiger oder weniger wichtig ist. Jeder dieser Lebensbereiche ist im Grunde genommen gleich wichtig. Wenn es in einem der Bereiche aus irgendwelchen Gründen ein Ungleichgewicht gibt, dann versucht man alles um diesen Bereich wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Gleichzeitig kann es dann natürlich sein, dass man andere Bereiche währenddessen vernachlässigt.

Wenn er sich also nicht meldet, könnte es sein, dass einer dieser Bereiche bei ihm nicht im Gleichgewicht ist und er ein Problem zu lösen hat. Natürlich könnte er mit diesem Problem nun auf dich zugehen und dich um Rat fragen, nur Männer sind in der Hinsicht etwas kompliziert. Zuerst mal würde ich es nicht persönlich nehmen, wenn er mit seinen Problemen nicht auf dich zugeht.

Es könnte einerseits sein, dass er dich mit seinen Angelegenheiten nicht belasten will, oder er ist noch nicht bereit darüber zu sprechen weil ihr euch noch nicht lange kennt. Andererseits könnte es auch einfach sein, dass er seine Probleme gerne alleine löst. Das ist ein typisches Verhalten von Männern. Viele Männer ziehen sich zurück, wenn sie vor großen Herausforderungen stehen und versuchen alleine klarzukommen.

Vielleicht denkst du jetzt: "okay, wenn er ein Problem hat, muss er ja nicht direkt damit zu mir kommen. Aber er könnte ja wenigstens Bescheid sagen". Das ist natürlich völlig richtig. Manche Männer haben nur Angst davor, dass sie keine Ruhe haben ihr Problem alleine zu lösen, wenn sie jemand darüber Bescheid geben. Aus diesem Grund kommt es dann oft dazu, dass sich ein Mann überhaupt nicht meldet.



Der wahre Grund warum es Männer gibt, die Fremdgehen (Tipp: es ist nicht aus Geilheit)

Allgemein gesprochen gehen Männer fremd, weil sie mehr Vorteile als Nachteile im Fremdgehen sehen. Es ist also ein Zeichen dafür, dass der Partner nicht genügend Gründe hat um treu zu bleiben. Und es ist meiner Meinung nach gleichzeitig auch ein Zeichen dafür, dass man nicht zusammen passt und die Beziehung keinen Sinn macht. Und ich würde eine Beziehung grundsätzlich nach dem ersten Seitensprung am besten beenden, denn es wird später wahrscheinlich noch zu weiteren Seitensprüngen kommen.

Manche Frauen fragen sich außerdem, ob alle Männer fremdgehen. Ich glaube, dass jeder Mann eine andere Sichtweise darauf hat. Es sind aber definitiv nicht alle Männer Fremdgeher. Die einen Männer würden niemals fremdgehen, weil sie viel Wert auf ethische oder moralische Werte legen und andere sehen es lockerer und ihnen liegt nicht so viel an der Beziehung, sodass sie mehr Spaß an einem Seitensprung haben, als Schmerz bei der Trennung. Damit ein Mann dir nicht fremdgeht musst du also auf jeden Fall erreichen, dass der Schmerz durch eure eventuelle Trennung größer ist als die Freude, die er vielleicht verspürt, wenn er fremdgeht.

Wenn ein Mann fremdgeht, nennt er dir vielleicht Gründe warum ihm der Fehler passiert ist. Vielleicht versteht er es auch selbst nicht und er hat vorher gar nicht darüber nachgedacht. Aber den wahren Grund für das Fremdgehen wirst du meistens nie erfahren. Denn wenn ein Mann fremd geht tut er das in der Regel nicht aus Geilheit (was viele Frauen fälschlicherweise glauben) sondern weil er von seiner Partnerin nicht die richtige Bestätigung bekommt.

Fremdgehen ist bei vielen Männern schlicht und einfach eine Möglichkeit um eine Dopamin-Ausschüttung zu erleben. Dopamin ist ein Glückshormon das dafür sorgt, dass wir uns motiviert und glücklich fühlen. Es muss in einer Beziehung bei einem Mann ausgeschüttet werden, damit er mit seiner Partnerin glücklich ist und bleibt. Und es muss genauso auch in allen anderen Lebensbereichen (also beim Sport oder auf der Arbeit) ausgeschüttet werden, damit man zufrieden ist und motiviert bleibt.

Das Problem (was viele nicht sehen) welches aber zum Fremdgehen führt ist in der Regel, dass die Frau nicht mehr dafür sorgt, dass im Mann dieses Dopamin ausgeschüttet wird.

Wie kann man nun dieses Hormon ausschütten? Zuerst muss ich sagen, dass die meisten Männer fremdgehen, weil die Frau keine Herausforderung mehr für ihn ist. Er sich über ihre Zuneigung im Sicheren wiegt und sich nicht mehr um sie bemüht. Wenn du allerdings das Gegenteil tust (und ihn ständig herausforderst) muss er um deine Bestätigung kämpfen. Er bekommt also die Dopamin-Ausschüttung durch die Bestätigung von dir. Das erreichst du zum Beispiel dadurch, dass du einen Mann immer dazu motivierst sich ständig weiterzuentwickeln, statt auf der Stelle zu treten. In jedem Lebensbereich, egal ob es um seine Gesundheit und Fitness geht, um seinen beruflichen Werdegang oder um seine Freunde. Versuche immer eine bessere Version aus ihm zu machen, als er im Moment ist.

Warum sich Männer anders verlieben als Frauen

Ich glaube, dass viele Frauen nicht verstehen wie sich Männer verlieben, weil Männer sich einfach anders verlieben als Frauen. Im Folgenden erfährst du Schritt-für-Schritt wie sich Männer verlieben:

Schritt 1 ist erst einmal, dass er dich attraktiv finden muss. Du musst natürlich nicht perfekt aussehen, er muss dich einfach nur optisch ansprechend finden. Das ist erst einmal die Grundvoraussetzung, damit er den Kontakt zu dir sucht und aufbaut. Du musst auch nicht seine typische Sorte von Frau sein, auf die er sich normalerweise einlässt. Für Männer kommt es nicht auf die Haarfarbe oder auf besonders große Brüste an. Und auch, wenn das viele Männer nicht zugeben wollen, aber für die meisten Männer zählt der Gesamteindruck.

Wenn er dich also attraktiv findet, dann kommt der Punkt wo er anfängt sich für dich zu interessieren. Und zu dem Zeitpunkt ist es als Frau das Klügste, nur so viel für den Mann zu tun, wie er der Mann für dich als Frau tut. Was passiert wenn man das nicht tut? Wenn du ihn zum Beispiel mit Geschenken überschüttest, dann merkt er sofort, dass du wohl mehr für ihn empfindest, als umgekehrt. Er wird sich dann im schlimmsten Fall schrittweise von dir abwenden, weil er das Interesse an dir verliert.

Ein Mann lotet in der Kennenlernphase mit einer Frau erst einmal aus, wie groß ihr Interesse für ihn ist. Und danach entscheidet er, ob die Frau eine passende Partnerin für ihn ist. Wenn du ihm in dieser Phase vermitteln würdest, dass du mehr ein Fan als eine gleichgestellte Person bist, dann fühlt sich eure Bekanntschaft für ihn merkwürdig an. Er muss dich also als eine Person wahrnehmen, die sich als genauso wertig wie er selbst, sieht. Und das erreichst du am besten dadurch, dass du in eure Bekanntschaft nur so viel Zeit und Mühe investierst, wie er.

Sobald du merkst, dass er immer mehr Zeit mit dir verbringen möchte und er sich zu dir hingezogen fühlt, achte darauf, dass er sich nicht nur in deinen Körper oder dein Aussehen, sondern in deine Charaktereigenschaften verliebt. Denn dann ist die nächste Phase erreicht, in der sich entscheidet, ob er dich nur fürs Bett möchte, oder ob er dich wirklich als Partnerin für eine Beziehung an seiner Seite haben möchte. Das machst du am besten indem du deine persönlichen Seiten zeigst, die dich von anderen Frauen unterscheiden. Das kann zum Beispiel dein Humor sein, eine freche Umgangsweise oder eine liebevolle Art mit Menschen umzugehen.

Warum solltest du diese Seiten von dir präsentieren?
Ganz einfach: die Verliebtheit ist nur EINE Phase des Kennenlernens.

Damit er mit dir die nächste emotionale Phase erreicht, muss er Liebe für dich empfinden. Und Liebe empfindet man nur für Menschen, zu denen man eine tiefe emotionale Verbindung hat. Diese Verbindung wirst du aber nicht herstellen können, wenn ihr es in eurer Zeit zusammen nur miteinander treibt. Ich würde in der Situation viel mehr darauf achten, dass ihr tiefgehende Gespräche führt.

Eine ganz wichtige Frage, mit der du ihn wirklich gut kennenlernen kannst ist, wenn du mit ihm über seine Wünsche, Vorstellungen und Ziele für die Zukunft sprichst. Wenn du ihm Geheimnisse von dir anvertraust. Denn er wird dir in Folge davon auch Geheimnisse von sich anvertrauen und eine emotionale Verbindung zu dir aufbauen. Du wirst dann ganz andere Gefühle in wecken, als wenn ihr nur zusammen in die Kiste hüpfst oder euch nur über alltägliche Dinge unterhaltet.



Was Männer wirklich an Frauen mögen

Ich kann natürlich nicht für jeden Mann sprechen, aber ich kann dir jedenfalls näher bringen wie der Großteil der Männer in der Hinsicht denkt.

Grundsätzlich mögen Männer an Frauen, wenn sie ihr eigenes Leben haben. Was genau meine ich damit? Männer mögen es, wenn die Frau sich auch selbst beschäftigen kann. Wenn die Frau eigene Hobbies hat, eigene Freunde hat und auch ohne den Mann mit ihrem Leben glücklich ist. Also viele Männer schreckt es ab, wenn sie ihre Partnerin dauernd beschäftigen und unterhalten müssen. Männer wollten meistens eine selbstbewusste Frau, die auch mal Zeiten überbrücken kann, in der sich der Mann nicht bei ihr meldet, weil er beschäftigt ist.

Warum ist das so?

Weil Männer am liebsten selbst auf ihre Partnerin zugehen. Viele Männer übernehmen gerne den aktiven Part in der Beziehung und sind diejenigen, die ihre Frau z.B. zu einem Date einladen. Bei manchen Männern ist es so, dass sie sich nicht männlich fühlen, wenn alle Aktionen zuerst von der Frau ausgehen und die Frau somit quasi die Kontrolle hat. Wie gesagt, das trifft nicht auf alle Männer zu, aber es trifft auf den Großteil der Männer zu.

Was mögen Männer sonst noch an Frauen? Sie lieben es, wenn sie wählerisch sind. Meistens ist auch eher das Wort "wählerisch" gemeint, wenn Leute davon sprechen, dass man "schwer zu haben" sein soll. Man muss es einem Mann nicht unnötig schwer machen, wenn man sich 100 prozentig sicher ist, dass er der Richtige ist. Viel eher sollte man sich als Frau am besten vorher genau überlegen, mit wem man sich trifft und ob dieser Mann wirklich den eigenen Ansprüchen genügt. Und das meine ich auch mit wählerisch sein: dass man bei der Partnerwahl eigene Ansprüche hat und auch an diesen festhält.

Du hast ja bestimmt schon einmal Männer erlebt, die Frauen als Schlampen bezeichnen. Und die meisten Männer verurteilen eine Frau nicht als Schlampe, weil sie sexuell aktiv ist. Sie wird eher verurteilt, weil sie nicht wählerisch ist. Natürlich will ich jetzt keine Männer in Schutz nehmen, die Frauen als Schlampen bezeichnen. Ich will dir nur erklären wie diese Männer denken, damit du es nachvollziehen kannst.

Männer merken oft schnell, wenn eine Frau keine eigene Meinung hat. Das Problem dabei ist, dass man ohne eigene Meinung Gefahr läuft schnell manipuliert werden zu können. Das ist auch der Grund, warum manche Frauen (die sich grundsätzlich an der Meinung des Mannes orientieren) verarscht werden oder nicht vom Mann respektiert werden. Der Grund ist einfach, dass Männer Frauen mögen, die eigene Prinzipien haben. Zu den Prinzipien gehört wie gesagt unter anderem, dass man wählerisch ist. Dazu zählt aber auch, wenn man als Frau Grenzen setzen kann und auch die eigenen Wünsche und Bedürfnisse klar kommunizieren kann. Damit haben nämlich manche Frauen ein Problem und haben Angst davor, ihre Meinung zu äußern.

Mach dir einfach bewusst, dass es immer eine Stärke ist zu der eigenen Meinung selbstbewusst zu stehen und davon überzeugt zu sein. Für die eigene Meinung braucht man sich niemals schämen. Wenn du als Frau also deine eigene Meinung und eigene Prinzipien hast, hast du den Respekt eines Mannes sicher und er nimmt dich als sehr selbstbewusst war, was bei den richtigen Männern gut ankommt.

Außerdem mögen Männer an Frauen, wenn die Frau auf das Wort des Mannes vertraut und die Gefühle von ihm nicht in Frage stellt. Konkret meine ich damit zum Beispiel, dass manche Frauen ständig in Frage stellen ob ihr Mann sie wirklich liebt, obwohl er alles dafür tut, dass man ihm vertrauen kann. Männer wollen einfach, dass man ihnen Vertrauen schenkt. Ein weiterer Punkt ist, dass Männer ungerne kritisiert werden. Mittlerweile haben mir schon unzählige Frauen geschrieben, dass sie ihren Partner verloren haben, weil er sich zu sehr kritisiert fühlte und er sich daraufhin zurückgezogen hat. Deswegen ist es das Beste, wenn du einen Mann nicht ständig kritisierst.

Ich würde die Kritik, sofern sie angebracht ist, immer mit einem gleichzeitigen Kompliment verpacken. Wenn dich zum Beispiel der Schal von deinem Partner stört, kannst du folgendes sagen:

"also du weißt ja, dass ich deinen Kleidungsstil liebe, aber ich finde der Schal steht dir nicht". Wenn du deine Kritik so formulierst, schwächst du sie ab und es wird von einem Mann nicht so negativ aufgenommen wie reine Kritik.

Ein weiterer Punkt, den Männer an Frauen mögen ist, wenn eine Frau nicht ständig an sich selbst zweifelt. Wenn eine Frau an ihrer Persönlichkeit oder an ihrem Äußeren zweifelt, zeigt das im Endeffekt nur, dass sie sich selbst nicht akzeptiert. Das Problem dabei ist nur: wie soll ein Mann eine Frau akzeptieren, wenn sie sich nicht mal selbst akzeptiert? Andersherum ist es übrigens so, dass es ansteckt, wenn du dich selbst akzeptierst und dich liebst wie du bist. Wenn du das einem Mann signalisierst, wirst du ihn damit anstecken und du wirst dadurch die Wahrscheinlichkeit steigern, dass er dich ebenfalls als attraktiv wahrnimmt.

Was mögen Männer sonst noch an Frauen? Wenn man als Frau dem Mann nicht mehr Probleme bereitet, als er schon hat und man den Mann stattdessen viel mehr unterstützt und Auftrieb gibt. Wenn ein Mann eine Partnerin hat, deren Leben voller Probleme ist, nimmt er sie als eine Belastung wahr. Das ist schon einmal eine ganz schlechte Voraussetzung für eine Beziehung, weil man als Partnerin am besten als etwas Positives im Kopf eines Mannes gespeichert sein sollte. Er muss eher Freude, Spaß und Glück mit dir verbinden als Probleme und Ärger. Insofern würde ich immer versuchen die eigenen Probleme erst einmal selbst zu lösen, als es zur Aufgabe des Mannes zu machen sich darum zu kümmern.

Wie Männer wirklich denken & fühlen

Vorab muss ich natürlich sagen, dass nicht jeder Mann gleich ist. Trotzdem gibt es ein paar Verhaltensmuster und Eigenarten, die gerade besonders Männer auszeichnen und für Männer typisch sind.

Was unterscheidet Männer besonders von Frauen?

Einen der wichtigsten Punkte, den jedoch wenige Frauen verstehen ist, dass Männer einen Rückzugsraum brauchen. Was ich damit meine ist, dass Männer sich gerne mal zurückziehen, wenn sie vor einer Herausforderung stehen bzw. wenn sie ein Problem zu lösen haben. Dieses Verhalten verstehen viele Frauen nicht, da sie es meistens gewohnt sind gemeinsam über Probleme zu sprechen. Sprich: viele Frauen gehen genau den umgekehrten Weg und brauchen Gesellschaft und Unterhaltungen mit den Menschen, die ihnen nahe stehen, um ihre Probleme zu bewältigen.

Wie macht sich das dann genau bemerkbar?

Beispielsweise so: der Mann schreibt mit der Frau Nachrichten hin und her. Die Beziehung entwickelt sich super. Dann plötzlich, aus heiterem Himmel, hört der Mann auf die Nachrichten zu beantworten. Oder er beantwortet die Nachrichten sehr spät. Genauso kann es sein, dass er keine Anrufe annimmt und man sich unsicher ist, wo er sich gerade rumtreibt. Viele Frauen fangen dann auch damit an sich Sorgen zu machen bzw. sie vermuten, dass der Mann eine Affäre hat. Und das kann in jeder Form einer Beziehung passieren

Wenn ein Mann sich also zurückzieht und man als Frau das Gefühl hat, dass er das Interesse verloren hat, sollte man das nicht zu persönlich nehmen und an sich zweifeln. Es könnte eben einfach sein, dass der Mann gerade andere Dinge im Kopf hat, die ihn beschäftigen.

Das ist einer der wichtigsten Punkte die man nachvollziehen muss, wenn man die Männer verstehen will. Dass Männer ihre Probleme am liebsten alleine und auf eigene Faust lösen. Das ist ein Phänomen, das wirklich auf den Großteil der Männer zutrifft, was wohl auch dazu führt, dass es vielen Frauen schwer fällt die Männer richtig einschätzen zu können.

Was ist außerdem anders bei Männern?

Männern fällt es schwer Gefühle zu zeigen und zu äußern. Das ist ein weiterer Grund, warum es Frauen schwer fällt zu verstehen wie Männer denken und fühlen. Dass Männer ihre Gefühle schwer äußern oder zeigen können, hat oft mit der Kindheit zu tun. Denn die meisten Jungs bekommen (oft auch unbewusst durch Spielfilme) beigebracht, dass ein Mann keine Gefühle zeigen darf. Es gibt ja auch diesen bekannten Spruch "ein Indianer kennt keinen Schmerz".

Dadurch, dass Männer im Gegensatz zu Frauen verlernen ihre Gefühle zu zeigen, verlernen sie dabei auch oft ihre Gefühlswelt überhaupt zu erreichen. Ich meine damit, dass sie sich um ihre Gefühle teilweise gar keine Gedanken machen und in Folge dessen auch nicht in Worte fassen können, wie sie sich fühlen. Oder ob sie etwas emotional beschäftigt.

Aus diesem Grund haben viele Frauen auch das Problem, dass sie nicht wissen, woran sie bei einem Mann sind. Sie haben das Gefühl, dass sie ihren Mann nicht erreichen können und dass er ihr etwas verschweigt. Vielmehr ist es aber meistens so, dass der Mann seine Gefühle einfach nicht richtig zum Ausdruck bringen kann - einfach weil er es nie richtig gelernt hat.



Was wirklich hilft um deinen Ex-Partner zurückzugewinnen und warum es bisher nicht geklappt hat (3 praktische & erfolgserprobte Tipps)

-nur für Frauen, die ihren Ex-Partner zurückgewinnen wollen-

Wenn du von deinem Ex getrennt bist, steckst du gerade wahrscheinlich in einer von 2 Situationen. Entweder haben du und dein Ex-Partner euch getrennt, weil dir ein schwerwiegender Fehler passiert ist: zum Beispiel weil du fremdgegangen bist. Oder ihr habt euch getrennt, weil sich dein Ex nicht mehr zu dir hingezogen gefühlt hat. Er sozusagen keine Liebe mehr für dich empfindet. Ich werde auf den folgenden Seiten noch auf beide Situationen eingehen und du wirst auch noch Schritt-für-Schritt erfahren, wie du deinen Ex zurückgewinnen kannst und in welcher Situation es ratsam ist ihm zu schreiben und auf ihn zuzugehen.

Wenn dir kein schwerwiegender Fehler bzw. Vertrauensbruch passiert ist, dann ist mein erster Tipp, dass du signalisierst, dass du die Trennung akzeptierst. Du solltest ihm ab sofort nicht schreiben, sofern er nicht kommuniziert, dass er dich unbedingt zurück möchte. Natürlich ist mir klar, wie schmerzhaft die Zeit nach einer Trennung sein kann und ich kann nur zu gut nachvollziehen wie schwer es dir fällt, deinem Ex-Partner nicht jede freie Sekunde zu schreiben.

Aber die einzige Möglichkeit wie du ihn zurückbekommen kannst ist, dass du ihn in Ruhe lässt. Er muss selbst auf die Idee kommen, zu dir zurück zu kommen. Du kannst deinen Ex also nur zurückgewinnen, indem du dich passiv verhältst und nicht aktiv auf ihn zugehst. Das Problem dabei, wenn du dich aktiv bei ihm meldest ist, dass er sich erdrückt (oder sogar genervt) fühlen wird und das wird dazu führen, dass er sich noch mehr von dir distanziert. Signalisiere ihm also, dass du die Trennung akzeptiert hast und dass du erkannt hast, dass du auch ohne ihn zufrieden leben kannst.

Am besten ist es natürlich, wenn das nicht nur ein dahergesagter Spruch ist, sondern dass es dir Wahrheit ist.

Sprich: dass du in deinem Leben so viel Erfüllung findest, dass du emotional nicht von ihm abhängig bist. Viele Frauen machen nämlich den Fehler, dass sie sich vom Mann abhängig machen. Dass sie von dem Mann erwarten, dass er für Spaß und Unterhaltung sorgt und dass er ihre Langeweile vertreibt. Und nach einer Trennung steckt man als Frau dann in einer Krise.

Aus diesem Grund ist es eine gute Idee für dich persönlich herauszufinden, was dir in deinem Leben Spaß macht. Das könnten Hobbies sein, das könnten Unterhaltungen mit Freunden sein, das könnte eine Arbeit sein die dir Spaß macht oder es könnte auch sein, dass es dir Freude bereitet anderen Menschen bei etwas zu helfen. Meistens empfinden wir ja Glück, wenn wir andere Menschen Freude bereiten. Gut, also finde heraus, für welche Themen du dich brennend interessierst.

Ein weiterer Punkt, der dir dabei hilft deinen Ex zurückgewinnen zu können ist, wenn du nicht eifersüchtig auf andere Frauen bist. Denn wenn du deinem Ex-Partner ständig schreibst, wie sehr du ihn vermisst und welche Gefühle du für ihn hast, dann merkt er wie sehr du noch an ihm hängst. Er wird dich aber nur zurück wollen, wenn er sich unsicher darüber ist, ob du noch auf ihn stehst.

Nun gibt es noch die andere Situation, die ich vorhin erwähnt hatte. Nämlich dass er dir nicht mehr so richtig vertraut, weil dir ein Fehler passiert ist oder du dich daneben benommen hast. Zum Beispiel wenn du fremdgegangen bist, du ihn angelogen oder auf andere Weise betrogen hast. In dieser Situation sieht der Plan ganz anders aus. Dann solltest du ihm auf jeden Fall schreiben, um ihn zu signalisieren, dass er dir wichtig ist und dass dir eure Beziehung am Herzen liegt.

Frag dich aber zuerst, ob du es für möglich hältst, dass dir dieser Fehler ein weiteres Mal passiert. Denn wenn es dir beispielsweise schwer fällt treu zu bleiben, dann macht ein Neuanfang zwischen euch aus meiner Sicht keinen Sinn. Der erste Schritt sollte also sein, dass du dich bei ihm entschuldigst, Reue zeigst und klarmachst, dass dir so etwas nie wieder passiert.

Er wird anschließend wahrscheinlich dennoch einige Wochen brauchen, bis er wieder Vertrauen zu dir fassen kann. In dieser Zeit solltest du Verständnis dafür zeigen, dass er seine Zeit und Ruhe braucht, um bereit für einen Neuanfang zwischen euch zu sein. Außerdem musst du in dieser Zeit unbedingt so leben und dich verhalten, als wärt ihr noch zusammen.

Sprich: ich würde nicht mit anderen Männern ausgehen oder von einer Disco zur anderen springen. Denn sofern er an deinen Taten nicht erkennt, dass du unter der Trennung leidest und dass du deine Fehler bereust, wird er sich nicht auf einen Neuanfang einlassen.

Wenn er dann irgendwann auf dich zugeht und ihr euch wieder annähert, erkläre ihm warum der Fehler eine einmalige Sache war und warum es unmöglich ist, dass er (dir) noch einmal passiert.

Warum er nicht weiß was er will (und was du tun kannst damit er sich entscheidet)

Wenn er nicht weiß was er will, bist du wahrscheinlich in einer der folgenden Situationen: Entweder befindest du dich mit deinem Kerl erst in der Kennenlernphase oder ihr führt schon eine längere Beziehung. Ich werde auch gleich auf beide Situationen eingehen.

Zuerst einmal gehe ich mal auf die Situation ein, wenn ihr erst in der Kennenlernphase steckt. In dem Fall ist es das Beste wenn du seine Meinung so akzeptierst und nicht versuchst ihn unter Druck zu setzen oder versuchst irgendwelche Gefühle von ihm zu erzwingen. Wenn er nicht weiß was er will, bedeutet das (übersetzt in die Männer-Sprache) dass er zwar auf dich steht, aber dass du mit der Zeit uninteressanter für ihn geworden bist als am Anfang. Das klingt jetzt vielleicht dramatisch, ist es aber nicht. Es bedeutet nur, dass du dich jetzt für ihn rar machen musst und deinen Wert klarmachen musst. Mit Wert meine ich den Stellenwert, den du aus seiner Perspektive hast.

Damit er dich wirklich will und du ihm viel bedeutest, musst du ein wenig von der Psychologie verstehen, die dahinter steckt. Ich versuche dir die Psychologie dahinter mal zu erklären. Wenn du willst, dass er dich wirklich will, dann musst du wie ein Sportwagen sein. Jetzt fragst du dich wahrscheinlich wo da der Zusammenhang besteht. Ich sage es dir: ein Sportwagen ist für viele Männer etwas sehr wertvolles und ein Ziel, das schwer zu erreichen.

Für Sportwagen muss man hart arbeiten, man wird für sie beneidet und meistens sind diese Sportwagen auch limitiert. Und genau dieses Prinzip kannst du auf dich übertragen. Erstens musst du weniger für ihn tun, als er für dich tut. Zweitens musst du eine so tolle Persönlichkeit sein, dass andere ihn darum beneiden würden, wenn du seine Freundin bist und drittens musst du dir das Prinzip der Limitierung zu Nutze machen. Einerseits bist du ja schon limitiert, weil es dich nicht noch einmal auf der Welt gibt.

Es gibt aber auch noch eine andere Art von Limitierung - und zwar die zeitliche Limitierung. Wenn er nicht weiß was er will, könnte es unter anderem sein, dass er deine Zeit nicht als wertvoll wahrnimmt. Einfach aus dem Grund, weil sie nicht limitiert (also begrenzt) ist.

Daher kann ich dir nur den Tipp geben, einerseits deine Zeit wirklich wertvoll zu nutzen und andererseits deine freie Zeit ihm gegenüber zu begrenzen. Wenn du ständig Zeit für ihn hast oder ihm sogar ständig deine Zeit für ein Treffen anbietest, dann bist du für ihn uninteressanter, als wenn deine Zeit begrenzt ist und er einen freien Platz in deinem Terminkalender finden muss.

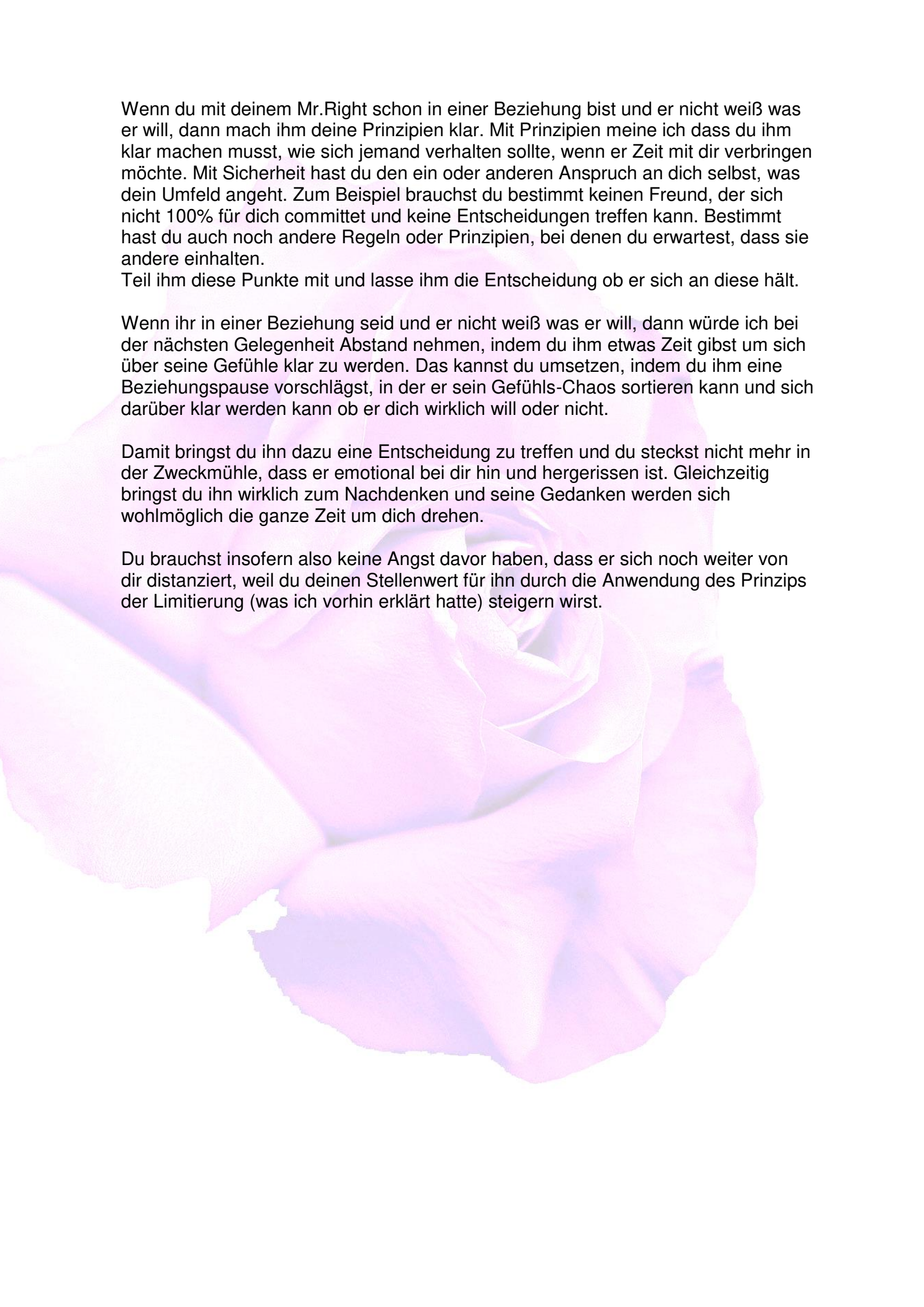
Wenn du mit deinem Mr.Right schon in einer Beziehung bist und er nicht weiß was er will, dann mach ihm deine Prinzipien klar. Mit Prinzipien meine ich dass du ihm klar machen musst, wie sich jemand verhalten sollte, wenn er Zeit mit dir verbringen möchte. Mit Sicherheit hast du den ein oder anderen Anspruch an dich selbst, was dein Umfeld angeht. Zum Beispiel brauchst du bestimmt keinen Freund, der sich nicht 100% für dich committet und keine Entscheidungen treffen kann. Bestimmt hast du auch noch andere Regeln oder Prinzipien, bei denen du erwartest, dass sie andere einhalten.

Teil ihm diese Punkte mit und lasse ihm die Entscheidung ob er sich an diese hält.

Wenn ihr in einer Beziehung seid und er nicht weiß was er will, dann würde ich bei der nächsten Gelegenheit Abstand nehmen, indem du ihm etwas Zeit gibst um sich über seine Gefühle klar zu werden. Das kannst du umsetzen, indem du ihm eine Beziehungspause vorschlägst, in der er sein Gefühls-Chaos sortieren kann und sich darüber klar werden kann ob er dich wirklich will oder nicht.

Damit bringst du ihn dazu eine Entscheidung zu treffen und du steckst nicht mehr in der Zweckmühle, dass er emotional bei dir hin und hergerissen ist. Gleichzeitig bringst du ihn wirklich zum Nachdenken und seine Gedanken werden sich wohlmöglich die ganze Zeit um dich drehen.

Du brauchst insofern also keine Angst davor haben, dass er sich noch weiter von dir distanziert, weil du deinen Stellenwert für ihn durch die Anwendung des Prinzips der Limitierung (was ich vorhin erklärt hatte) steigern wirst.



Was Männer wirklich wollen & wie du zu einer Frau wirst, die niemals verlassen wird

Männer haben grundsätzlich die gleichen Wünsche, Ängste und Fantasien wie Frauen. Männer wollen genauso ihre Lebensziele erreichen, sie haben genauso Angst davor, dass der Partner fremdgeht und fühlen dasselbe wenn sie verliebt sind.

Der Punkt, wo sich Männer aber unterscheiden ist, dass sie sich nicht ständig gegen ihre Partnerin durchsetzen wollen. Männer wollen manchmal einfach die Führung übernehmen und sie wollen, dass die Frau das akzeptiert und auch respektiert. Männer wollen also, dass man ihre Männlichkeit als Frau respektiert. Denn Männer respektieren es umgekehrt auch, wenn eine Frau sehr weiblich ist und lieben es, wenn sie sich weiblich verhält.

Was wollen Männer sonst noch? Sie wollen eine Frau an ihrer Seite, die sie unterstützt. Männer wollen nicht die ganze Zeit die Probleme ihrer Partnerin lösen müssen, weil sie meistens auch eigene Herausforderungen haben. Sie wollen viel lieber, dass man die gemeinsame Zeit nicht damit verbringt Probleme zu lösen, sondern dass man die gemeinsame Zeit zusammen genießt. Das ist auch der Grund dafür, dass viele Männer sich distanzieren, wenn die Frau ständig über Probleme redet oder den Mann kritisiert. Trotzdem wollen Männer aber eine Partnerin, die herausfordernd ist. Was ich damit meine ist, dass Männer eine Frau brauchen, von der sie aufgebaut werden. Ein Mann braucht es aber gleichzeitig auch, dass die Frau ihn zu Größerem motiviert, sodass er nicht auf der Stelle tritt. Wenn du also danach immer danach bestrebt bist einen Mann auf das nächste Level zu bringen, sodass er sich weiterentwickelt, machst du alles richtig.

Weiterentwickeln bedeutet gleichzeitig nicht: auseinander entwickeln!
Wie vorhin schon gesagt haben Männer genauso Wünsche und Ziele wie Frauen. Wenn du dich mit einem Mann also in dieselbe Richtung weiterentwickelst (und ihr ähnliche Ziele habt), scheitert die Beziehung nicht an der Weiterentwicklung, sondern beide profitieren davon.

Was wollen Männer außerdem noch? Männer wollen eine Frau, die interessant ist und interessant bleibt. Vermittle einem Mann also immer das Gefühl, dass es noch viele Dinge gibt, die du ihm erzählen könntest. Natürlich solltest du ihm Dinge anvertrauen und dir deine Gedanken von der Seele reden - aber immer einen winzigen Teil noch für dich behalten, damit du für ihn interessant bleibst. Damit sorgst du dafür, dass die Spannung in eurer Beziehung bestehen bleibt. Und du sorgst außerdem dafür, dass du ständig in seinem Verstand bleibst, weil sich seine Gedanken immer um dich kreisen.

Warum Männer sich distanzieren, warum sie die Lust verlieren & die häufigsten Gründe für eine Trennung

Über die Gründe, warum sich ein Mann distanziert, existieren unter Frauen einige Irrtümer die ich gerne aufklären möchte.

Unter anderem wird von vielen Frauen angenommen, dass sich ein Mann distanziert, wenn man sich selbst als Frau distanziert. Mit Distanzieren meine ich, dass man weniger schreibt, weniger Liebe signalisiert und dem Partner weniger Aufmerksamkeit schenkt. Außerdem denken einige Frauen, dass ein Mann fremdgeht oder mit anderen Frauen flirtet, wenn er sich etwas distanziert.

Beides ist aber ein Irrtum, denn meistens distanziert sich ein Mann nicht, weil die Frau nicht genügend für ihn tut, sondern weil sie ZU VIEL für ihn tut. Verstehe mich nicht falsch: ich finde es wahnsinnig toll wenn du versuchst alles für deinen Mann zu tun, damit er zufrieden ist. Wenn du es aber übertreibst und zu viel für einen Mann tust, dann kann das dazu führen, dass er sich distanziert.

Männer distanzieren sich also unter anderem, weil sie sich durch zu viel Aufmerksamkeit von der Frau überfordert fühlen. Am besten ist es, wenn du im Liebesleben immer folgenden Grundsatz beachtest: tu immer nur so viel für deinen Partner, wie er auch bereit ist für dich zu tun. Der erste Impuls sollte immer von ihm ausgehen und du solltest ihm wenn möglich nur einen Spiegel vorsetzen. Schenkt er dir viel Aufmerksamkeit – dann schenke ihm genauso viel Aufmerksamkeit. Schreibt er dir nicht – dann schreibe ihm genauso wenig. Wie ich am Anfang des E-Books schon erwähnte, hat ein Mann seine Gründe, wenn er sich nicht bei dir meldet.

Im Grunde genommen distanziert sich ein Mann nur, wenn er spürt, dass seine Partnerin Angst hat ihn zu verlieren. Konkret meine ich mit dieser Angst die Momente in denen man als Frau Angst hat, dass der Mann das Interesse verlieren könnte oder Angst davor hat, dass er eine andere (vermeintlich schönere) Frau findet. In den meisten Fällen ist es aber nicht nötig so sehr an sich selbst als Frau zu zweifeln oder die Gefühle des Partners in Frage zu stellen. Es ist keine Schwäche (sondern eine wahre Stärke!) wenn du deinem Partner zu 100% vertraust und dich auf ihn (und seine Treue & seine Gefühle) verlässt.

Welches Verhalten sorgt dafür, dass sich ein Mann distanziert?

Ich versuche es mal aus der Sichtweise eines Mannes zu erklären:

Angenommen ich führe eine glückliche Beziehung mit einer Frau. Wir sehen uns regelmäßig, unternehmen viel miteinander und unser Sexleben läuft. Mit der Zeit werden die Gefühle von beiden Seiten stärker. Ich sage ihr, dass ich glücklich mit ihr bin und mache ihr Komplimente. Sie gibt die Komplimente zurück.

Dabei bleibt es jedoch nicht: mit der Zeit fängt die Frau an, mir pausenlos Liebesbekundungen zu machen und mich mit Geschenken und Aufmerksamkeiten zu überschütten.

An diesem Punkt passiert genau das, was in den meisten Fällen zum distanzierten Verhalten eines Mannes führt: die Frau überfordert den Mann mit ihrer Aufmerksamkeit und ihrer Liebe. Obwohl beide die gleichen Gefühle füreinander haben, verhalten sie sich beide anders.

Ich finde es im ersten Moment als Mann toll, fühle mich geschmeichelt und geehrt. Sobald meine Partnerin aber nicht mehr damit aufhört und sich verhält wie ein Stalker, weiß ich nicht damit umzugehen und versuche die Situation dadurch zu retten, dass ich einfach weniger in unsere Beziehung investiere. Natürlich könnte ich das auch offen ansprechen. Aber das tun die wenigsten Männer - also tu ich es nicht. Ich versuche also nun die Situation zu beruhigen und melde mich einige Tage nicht bei ihr.

Ein paar Tage später merke ich, dass mein Verhalten nicht zum gewünschten Ergebnis führt. Ich wollte, dass sie weniger für mich tut und mir weniger Aufmerksamkeit schenkt. Stattdessen gesteht sie mir aber noch stärker ihre Gefühle, schreibt mir noch mehr Nachrichten, ruft mich noch mehr an und stellt in Frage ob ich sie liebe. Ich bin noch mehr überfordert und weiß nicht, was ich tun soll. Also schreibe ich ihr noch weniger, in der Hoffnung dass sich die Situation von selbst regelt und beruhigt.

An diesem Punkt geraten sehr viele Beziehungen tatsächlich in eine schwere Lage. Die Frau versteht den Mann nicht, regt sich über ihn auf und lässt es ihn spüren. Vielleicht macht sie ihm auch ein paar Vorwürfe. Sobald der Mann aber zu viele Vorwürfe zu hören bekommt und sich zu sehr kritisiert fühlt, denkt er über eine Trennung nach (weil er mehr negative Gefühle mit der Beziehung verbindet als positive).

Wie du siehst, kann ein kleines Gefühls-Chaos schnell ungewollt zu einer Trennung führen. Weder der Mann noch die Frau möchte, dass es soweit kommt. Aber trotzdem passiert es. Natürlich ist das nur einer der Gründe einer Trennung, aber ich habe schon von unzähligen Beziehungen gehört, in denen genau diese Vorgeschichte zu einer Trennung geführt hat. Ich hoffe, dass du durch meinen kleinen Einblick in den männlichen Verstand die Denkweise und die Gefühlswelt eines Mannes besser verstehen kannst.

Wie du vielleicht schon erlebt hast, gibt es auch Männer, die den Grund für die Trennung gar nicht nennen oder dir Unwahrheiten darüber erzählen. Was dazu führt, dass die Frau an sich zweifelt oder ständig über die Beziehung nachdenkt weil sie Erklärungen sucht. Diese Suche nach Erklärungen (und die Verzweiflung) möchte ich dir gerne ersparen.

Wenn er dir die Gründe der Trennung nicht nennt, dann traut sich der Mann dabei entweder nicht die Wahrheit zu erzählen, um dich nicht zu verletzen, oder um zu verhindern dass du die Wahrheit kennst. Denn wenn du den wahren Grund kennst, warum er sich von dir getrennt hat, dann könntest du an dir arbeiten und den Fehler in Zukunft vermeiden. Dann gäbe es keinen Grund mehr, nicht von dir getrennt zu sein. Diese Wahrheit wirst du von einem Mann in einer Trennungsphase aber niemals erfahren. Da du die Wahrheit jetzt aber kennst, weißt du, wie du eine Trennung rückgängig machen kannst bzw. mit einer Beziehung abschließen kannst.

ACHTUNG – das war noch nicht alles!

Das waren die 10 größten Irrtümer über Männer und die Wahrheit darüber.
Ich hoffe dir hat mein E-Book gefallen und es hat zu neuen Erkenntnissen geführt.

Wenn du jetzt noch mehr Tipps von mir haben möchtest, dann findest du nachfolgend eine Auswahl meiner Kurse. Wähle dazu einfach aus, in welcher Situation du dich im Moment befindest und klicke auf den entsprechenden Link (du wirst anschließend auf die passende Seite auf meiner Webseite weitergeleitet):

Bist du Single?

[Lerne wie du deinen Traummann findest & für dich gewinnst \(hier klicken\)](#)

oder [Lerne wie du deinen Mr.Right für dich gewinnst \(hier klicken\)](#)

oder [Lerne wie du deinen besten Freund in dich verliebt machst \(hier klicken\)](#)

Du wurdest verlassen?

[Lerne wie du deinen Ex schnell zurückgewinnen kannst \(hier klicken\)](#)

[Lerne wie du deinen Ex innerhalb kürzester Zeit vergisst \(hier klicken\)](#)

Du bist in einer Beziehung aber sie ist etwas eingeschlafen?

[Lerne wie deine Beziehung wieder so glücklich wie früher wird \(hier klicken\)](#)

Rechtliches

© 2016 DocJesco.com

Dieses Werk inklusive aller Inhalte ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Reproduktion oder Nachdruck (auch auszugsweise) in jeglicher Form (Druck, Kopie oder auf andere Weise) sowie die Vervielfältigung und Verbreitung mit Hilfe elektronischer Systeme jeglicher Art, auszugsweise oder vollständig, ist ohne ausdrückliche Genehmigung in schriftlicher Form untersagt. Alle Übersetzungsrechte vorbehalten.

Die Benutzung dieses Werkes und die Umsetzung der darin enthaltenen Informationen erfolgt ausdrücklich auf eigenes Risiko.

