

So ein bisschen *Small Talk*

Text: ANNETT GAIDA

Fotos: iSTOCK/KZENON u. iSTOCK/DOLGACHOV



So ein bisschen Small Talk sollte doch wohl immer möglich sein – dachte ich. Aber ich stelle immer wieder fest, wie viele Menschen sich damit wirklich schwertun. Und so stelle ich mir die Frage: „Was hindert Menschen daran, auf jemand anderen unvoreingenommen und offen zuzugehen?“

Meist ist es sogar noch schwieriger und aufregender, wenn es sich dabei um ein Date handelt.

Vielleicht ist die Erwartungshaltung zu hoch? Oder ist es die Angst, nicht interessant, nicht attraktiv genug zu sein, vielleicht sogar als langweilig wahrgenommen zu werden? Kennst Du das? Was ist es vielleicht bei Dir? Sehr oft ist das jedoch nur die eigene Einschätzung, bedingt durch die Erfahrungen, die wir in den vergangenen Lebensjahren gemacht haben. Letztendlich ist es jedoch eine Geschichte, die wir uns selbst erzählen und für wahr halten. Freunde, Familie sehen das oft anders. Das finde ich interessant.

Was also ist wirklich wahr? Ich denke, jeder hat seine eigene Wahrheit und kann diese immer gut begründen. So oder so. Wie wäre es, wenn wir uns der positiveren Wahrheit annehmen, wie z.B. dass wir attraktiv sind, viel wissen usw. Ich plädiere ja dafür, das Glas anstatt halb leer, immer halb voll zu sehen. Das bringt echte Lebensqualität! Vielleicht magst Du das heute einmal ausprobieren? Und für wen das neu ist, 10 Minuten am Tag reichen als Einstieg.

Ich mache immer wieder die Erfahrung, dass jeder auf die ihm eigene Art und Weise interessant und humorvoll sein kann. Zu schnell macht man die Schublade auf plopp... Treffer... versenkt! Schade, dann ist die Schublade zu und der andere kommt da nicht mehr raus.

Seien wir mal ehrlich, wie viele machen die Schublade danach wieder auf? Kennst Du das vielleicht auch? Also, lieber gleich neugierig bleiben! Denn daraus können oft sehr interessante Begegnungen werden.

Und wenn man dem anderen das Gefühl gibt, dass er wichtig ist und man ihn ernst nimmt, dann ist ein lockeres Gespräch gut möglich. Oftmals verstecken sich hinter der Fassade, die wir so oft und gern aufsetzen, Mutterwitz und interessante Geschichten. Und echtes Interesse macht authentisch!

Lasst uns die alten Geschichten loslassen, im Hier und Jetzt leben und uns auf die Zukunft freuen! Ich finde, das hat enorm viele Vorteile: aus den Erfahrungen, manch einer bezeichnet sie auch als „Fehler“, können wir viel lernen und es zukünftig besser machen, wir leben unser Leben intensiver, wir können es mehr und besser genießen und die Zukunft kann tatsächlich gut werden, und unsere Träume, Wünsche und Ziele lassen sich leichter verwirklichen. Ich kann Dir das nur empfehlen!

Und für einen Smalltalk gibt es so viele Themen, angefangen beim (Winter-)Wetter, Sport bis hin zu gemeinsamen Bekannten oder, auch gern genommen, der letzte Urlaub. So habe ich schon oft wirklich interessante Insidertipps bekommen. Da soll mal noch einer sagen, Smalltalk sei oberflächlich. Und wenn Du dann noch ein Lächeln auf Dein Gesicht zauberst, wird der Smalltalk gleich leichter. Wusstest Du, dass ein Lächeln Brücken baut und übersetzt bedeutet: „Du bist mein Freund!“?

Ich freue mich auf den nächsten Smalltalk und den interessantesten Menschen, der dahintersteckt – egal ob Single oder nicht.

Eure *Annett*



Foto: SVEN CHR. SCHRAMM

Annett Gaida ist Flirt- und Persönlichkeitstrainerin und berät Singles bundesweit zum Thema Beziehungen.
www.meinebeziehung-berlin.de