

Parship Wissen

Erfolgreich ins Liebesjahr 2009: Wie Singles ihre Neujahrsvorsätze effektiv umsetzen können

Aktive Partnersuche ist einer der häufigsten Vorsätze von Singles / Parship Single-Coach Nicole Schiller-Köble gibt Tipps, damit es mit den persönlichen Zielsetzungen in 2009 klappt

Hamburg, 6. Januar 2009 – Es ist immer wieder das gleiche Lied: Jedes Jahr nimmt man sich vor, seine Neujahrsvorsätze auf jeden Fall umzusetzen. Spätestens Ende Januar sind diese Ziele jedoch schon wieder vergessen. Für 2009 hat sich jeder fünfte Single ganz fest vorgenommen, einen neuen Partner zu finden. Auch die Verbesserung der Fitness und Gesundheit (30 Prozent) sowie ein ausgeglicheneres Verhältnis von Berufs- und Privatleben (24 Prozent) stehen ganz weit oben auf der Prioritätenliste – zwei Vorsätze, die die Chancen bei der Partnersuche sicherlich erhöhen. Allerdings lassen sich diese Ziele nur dann erfolgreich umsetzen, wenn man sie auch über den Januar hinaus konsequent verfolgt. Parship zeigt, wie es geht:

Fünf Tipps von Parship Single-Coach und Diplom-Psychologin Nicole Schiller-Köble für die erfolgreich Umsetzung von Neujahrsvorsätzen

1. Schreiben Sie sich Ihre Vorsätze auf

Die meisten Neujahrsvorsätze nimmt man sich zwar fest vor – allerdings nur in Gedanken. Schreiben Sie sich lieber genau auf, was Sie in 2009 erreichen wollen und hängen Sie den Zettel gut sichtbar in Ihrer Wohnung auf. So stellen Sie sicher, dass Sie Ihre guten Vorsätze auch über Silvester hinaus nicht aus dem Blick verlieren.

2. Machen Sie sich einen genauen Plan, wie Sie Ihre Vorsätze umsetzen wollen

Konkretisieren Sie Ihre Vorsätze für 2009. Und vor allem: Seien Sie dabei ehrlich mit sich. Wenn Sie beispielsweise 2009 einen Partner finden wollen, fragen Sie sich, welche Ansprüche Sie an eine Partnerschaft haben und welche Ansprüche Sie selbst erfüllen können. Dann überlegen Sie sich, wie Sie die Suche nach einem passenden Partner angehen möchten: Bevorzugen Sie es traditionell, dann gehen Sie mehr unter Leute und halten Sie die Augen offen. Oder sprechen Sie vielleicht die modernen Alternativen der Partnersuche an? Dann testen Sie das Angebot einer Online-Partneragentur.

3. Erzählen Sie Ihren Verwandten und Freunden von Ihren Zielen für 2009

Für die Umsetzung von Neujahrsvorsätzen kann es sehr hilfreich sich, sich Verbündete zu suchen. Erzählen Sie Freunden und Familienmitgliedern, was Sie sich für dieses Jahr vorgenommen haben. Bitten Sie sie um Mithilfe. Wenn Sie mehr Sport treiben wollen, fragen Sie einen Fitness begeisterten Freund, ob er Sie mit zum Workout nimmt. Wenn Sie aufhören wollen zu rauchen, sollte Ihr Umfeld darauf Rücksicht nehmen und Sie bestärken. Suchen Sie einen neuen Partner, dann sprechen Sie mit Bekannten, die bereits unterschiedliche Möglichkeiten der Partnersuche ausprobiert haben und Ihnen entsprechende Tipps geben können.

4. Suchen Sie Rat bei Profis

So manchen Neujahrsvorsatz nimmt man sich schon das fünfte Mal in Folge vor und ist dennoch immer wieder gescheitert. Wenn dies bei Ihnen der Fall ist, überlegen Sie sich, ob Ihnen professionelle Unterstützung helfen könnte. Wenn Sie seit Jahren einen Partner suchen, aber bisher keinen Erfolg hatten, dann gehen Sie einfach mal zu einem Single-Coach. Dieser kann Ihnen womöglich gute Tipps geben und Ihnen neue Wege aufzeigen. Scheuen Sie sich nicht, Hilfe von Dritten anzunehmen. Denn das zeigt, dass Sie bereit

sind, ausgetretene und weniger erfolgreiche Pfade hinter sich zulassen und ganz neu zu starten.

5. Lassen Sie Ihren Vorsätzen sofort Taten folgen

Nutzen Sie Ihre Motivation zum Jahresbeginn und lassen Sie Ihren Vorsätzen rasch Taten folgen. Wenn Sie erst einmal richtig loslegen, stellen sich schnell Erfolgserlebnisse ein. Diese motivieren Sie dazu, weiterzumachen und Ihr Ziel auch langfristig nicht aus den Augen zu verlieren.

Quelle der Zahlen: Feldstudie von Parship, Deutschlands und Europas führender Online-Partneragentur, unter 1.000 Singles in Deutschland

Über Parship

Parship ist die führende Online-Partneragentur für anspruchsvolle Singles in Deutschland (Parship.de) und Europa (Parship.com). Parship-Mitglieder sind aktive Frauen und Männer ab 28 Jahren mit gehobenem Bildungs- und Einkommensniveau. Allen Mitgliedern bietet Parship maßgeschneiderte Services und Informationen sowie das anonyme und sichere Umfeld für die seriöse und erfolgreiche Partnersuche. Das Parship-Prinzip des schrittweisen Zusammenfindens basiert auf einem mehr als 80 Fragen umfassenden wissenschaftlichen Verfahren. Mit seiner Hilfe werden jedem Mitglied die detaillierten Profile besonders gut zu ihm passender Mitglieder angeboten. Bei Interesse können dann gezielt E-Mails und Fotos ausgetauscht werden. Zu den rund 100 Kooperationspartnern in Deutschland zählen unter anderem die Frankfurter Allgemeine Zeitung, Der Spiegel und Die Zeit. Das in Hamburg ansässige und zur Verlagsgruppe Georg von Holtzbrinck gehörende Unternehmen bietet seinen Service unter Parship.com in derzeit 14 Ländern an.

Weitere Informationen finden Sie unter www.parship.de

Ihre Ansprechpartner

PR Managerin PARSHIP.de
Tanja Knott
Brandstwierte 1
20457 Hamburg
Telefon: 040-460026-221
E-Mail: tanja.knott@parship.de

PARSHIP-Pressestelle
c/o Klenk & Hoursch
Tchoko Souga
Hedderichstraße 108 / 60596 Frankfurt
Telefon: 069-719168-19
E-Mail: tchoko.souga@klenkhoursch.de