

Petra Fürst lebt mit ihrer Tochter in Wien. Sie ist NLP-Coach, macht Flirt-Seminare, unterstützt bei Liebes- und Beziehungsfragen und bietet unter anderem Hypnose an. Die Autorin des Buches „Erfolg bei Männern“ hat sich in Europa und auch darüber hinaus schon einen Namen gemacht.

Über das 1x1 der Liebe

Von Melanie Schober

Die Wienerin Petra Fürst ist erfolgreiche Buchautorin und Gründerin von New Social Dynamics. Ihr Ziel ist es, den Kunden zu mehr Lebensqualität und Erfolg in allen Bereichen ihres Lebens zu verhelfen. In ihren Flirt-Coachings berät sie Menschen, wie sie das volle Potential, das in ihnen steckt ausschöpfen können und wie sie mit Flirt-Partnern richtig umgehen. Im Interview erklärt sie, wie wir in unserem Flirt-Verhalten beeinflusst werden und was gegen Liebeskummer hilft. Mit ihrer positiven, sympathischen Art verrät sie, welche Fehler die meisten Frauen beim Flirten begehen und warum es so schwer ist, den richtigen Partner zu finden.

Dein Beruf ist ja nicht unbedingt ein alltäglicher. Wie bist du dazu gekommen, wie hat alles begonnen?

Mich hat schon immer alles interessiert und das war auch mein großes Problem. Ich habe mich dann aber für ein Physikstudium entschieden, um herauszufinden, wie und warum die Welt funktioniert. Als ich zu studieren begann, hatte ich schon meine Tochter und merkte schnell, dass es relativ schwierig ist, Physik zu studieren und nebenbei einen Haushalt mit Kind zu führen. Als ich Probleme mit meiner Motivation hatte kam ich durch Zufall auf ein NLP-Buch. Ich habe mich, innerhalb

von 3 Monaten von einer der schlechtesten zu einer der besten Studenten entwickelt, dank neurolinguistischem Programmieren (NLP). Ich habe neben dem Studium die Ausbildung zum NLP-Coach gemacht, habe Hypnose und Speed-Reading gelernt und mein Studium in Mindestzeit abgeschlossen. Grund dafür war, dass ich gelernt hatte, meine Psyche zu kontrollieren. Du glaubst nicht, was du alles leisten kannst, wenn du deinen Geist fokussieren kannst.

Du bietest auch Flirt-Seminare an. Was kann man sich darunter vorstellen?

Das sind eher Info-Abende. Ich erzähle dort sehr viel über die evolutionsbiologischen Hintergründe des Verhaltens von Mann und Frau. Wie ist die Körpersprache eines Mannes, wenn er Interesse zeigt und wie ist sie, wenn er desinteressiert ist. Worauf reagiert der Mensch von Natur aus? Diese Dinge kann man lernen zu lesen. Mann und Frau haben völlig unterschiedliche Zugänge zum Thema Beziehung. Zum Schluss erkläre ich auch, wie man besser kommuniziert, um mit einem Menschen glücklich zu sein.

Würdest du sagen, dass wir nicht mehr in der Lage sind, den richtigen Partner zu finden?

Vor 50 Jahren gab es noch kein Photoshop. Jeder Mensch war so wie er war. Heute ist alles nachbearbeitet und dadurch werden uns Ideale vermittelt. Derzeit befinden wir uns in einem Übergang. Es gibt noch die ältere Generation, in der der Mann alles bestimmte und Frau ruhig war. In der Generation unserer Eltern war die Frau wie ein Mann. Sie ging arbeiten, kümmerte sich um den Haushalt und die Kinder. Die Frauen glaubten, dass sie dadurch frei wären, verloren aber ihre Weiblichkeit und ihre Sanftheit. Jetzt sind wir auf der Suche nach der wahren Identität und das ist das eigentlich Problem. Wir beginnen jetzt eine neue Ära und werden sehen, wohin uns das führt.

Liebes- und Erotikliteratur erlebt zur Zeit einen Boom. Wird Frauen dadurch ein falsches Bild von Liebe und Beziehung vorgespielt?

Diese Literatur gab es immer schon. Ich war einmal in der Wüste bei den Beduinen und dort wurden, als wir ums Feuer gesessen sind, Liebesgeschichten erzählt. Solche Geschichten sind ein menschliches Grundbedürfnis. Die Kombination aus Medien, Literatur und deine Interpretation des Ganzen, macht dein Gesamtbild einer Beziehung aus.

Sind jene Männer, die von den „Pick-up Coaches“ trainiert wurden, eine Gefahr für die Frauenwelt?

Es gibt Männer, die auf diesem Weg ihre Traumfrau finden wollen. Die machen das aus einer wirklichen Not heraus, weil es für sie schwer ist, eine Frau anzusprechen. Schrecklich sind diese Typen, die sich einen

Wettbewerb daraus machen, wie viele Frauen sie in einer Woche flachlegen können. Ich erkenne aber diese Männer und bringe das dann den Frauen bei, diese Typen zu entlarven.

Gibt es Flirt No-Gos, auf die man achten sollte?

Da gibt es so viele, dass ich gar nicht weiß, wo ich anfangen soll. Das Allerwichtigste, meiner Meinung nach, ist, sich vor Augen zu halten, dass die Person, mit der du sprichst, eigentlich ein Fremder ist. Oft denken sich Frauen: Das ist der Vater meiner Kinder. Frauen sind biologisch so programmiert, dass sie einen Ernährer für ihre Familie suchen. Eine Flirt-Regel lautet: Nicht zu viel und nicht zu früh! Schau es dir einfach locker an und bleibe positiv. Erzähle nicht gleich zu Beginn deine ganzen Ex-Freund-Geschichten. Männer sind Jäger, die wollen nichts über die Konkurrenz wissen.

Hast du einen guten Tipp gegen Liebeskummer?

Wenn es klar ist, dass es keine Chance mehr gibt, ihn zurück zu bekommen, ist es wichtig, alles zu entfernen, was mit dem Menschen zu tun hat, damit du dich nicht ständig an die gescheiterte Beziehung erinnerst. Als Nächstes brauchst du einen vollen Zeitplan. Gehe ins Kino, zum Essen oder zum Sport, du musst dich beschäftigen. Und sprich nicht ständig über die Ex-Beziehung. Viele machen den Fehler, monatelang darüber zu reden. Nachdem es vorbei ist, solltest du den Fokus auf andere Dinge richten. Wenn du den Menschen nicht kontaktierst, wirst du im Schnitt 40 Tage brauchen, um über ihn hinweg zu kommen.

„Liebe kann das sein, was am Ende deines Lebens den großen Unterschied macht.“

Petra Fürst

Wie wichtig ist Liebe und Beziehung für dich?

Für mich ist es das Wichtigste, das es gibt. Eine Liebesbeziehung zieht dich entweder total runter oder erfüllt dich und macht dich glücklich. Umso älter man wird, umso mehr geht es um Vertrauen, Gemeinsamkeiten und Familie. Liebe kann das sein, was am Ende deines Lebens den großen Unterschied macht. Es ist nicht mehr so wichtig, wie viel Geld ich verdient habe, sondern welche Qualität meine Liebesbeziehungen hatten.