



**eBook**  
**Dating für „(Wieder-)Anfänger“**

*Jessica L Gabriel*





## Inhalt

<b>Einleitung .....</b>	<b>5</b>
<b>Die Apps.....</b>	<b>8</b>
Was heißt „Match“ und worauf achten.....	8
Tinder aka TinderGarten.....	8
Bumble aka Hummelkomando.....	8
Hinge aka Cringe .....	9
OkCupid aka OkStupid .....	9
Lovoo aka LoooooveUuh .....	9
ElitePartner aka ElitePrater .....	10
Parship aka Par\$chip.....	10
Badoo aka BadWho? .....	10
Jaumo aka Jaomoo .....	11
Was heißt das für dich?.....	11
<b>Die Fallen.....</b>	<b>12</b>
Online Dating - Tinder.....	12
Woran erkenne ich Fake-Profile?.....	13
Wie kannst du dich schützen?.....	14
Facecheck.id .....	15
Typisch für Fake Profile .....	17
Die Masche der Scammer .....	18
<b>Online-Dating-Phrasen &amp; Umgangstipps .....</b>	<b>19</b>
Dating-Checkliste: Red Flags vs. Green Flags.....	28
<b>Personliche Erfahrungen.....</b>	<b>29</b>

# *Liebe Frauen*

Das Buch ist für alle von euch, die ihr ganzes Leben damit verbracht haben, die Welt zu retten, Karrieren zu managen oder einfach allen anderen den Vortritt zu lassen: Ja, klar, ihr könnt daten – keine Frage. Aber mal ehrlich: Warum um alles in der Welt wollt ihr meine Fehler und Erfahrungen nicht benutzen, um den Richtigen schneller zu finden? Egal ob online oder offline – ich hab's durch, ihr könnt's euch sparen, die ganzen Frösche zu küssen.

*Eure Jess*

## Einleitung

(Lange) Beziehung beendet, alle Wunden geleckt, Narben hübsch poliert, Therapie abgehakt und innerlich einmal durch den Fleischwolf gedreht? Bravo, Lady. **Willkommen zurück im Single-Dschungel**, wo die Affen lauter kreischen als dein Ex beim FIFA-Zocken und die Schlangen glänzender sind als seine Ausreden.

Falls du noch nicht weißt, was du willst (und vor allem: was du nie wieder willst), kein Stress – dein Nervensystem meldet sich eh. Diese süßen „**Schmetterlinge im Bauch**“? Girl, **Spoiler**: Das ist dein Körper, der dir zuflüstert: „Lauf, der Typ ist eine tickende Zeitbombe.“ Falls du da noch Nachhilfe brauchst: Lies mein anderes eBook

**Männlein/Weiblein**. Trust me, es ist billiger als zehn Jahre **Paartherapie** und 'ne Eigen-therapie in Rotwein.

**Seien wir ehrlich, Ladies**: Dating sollte so einfach sein wie Schuhe shoppen. Nur das wir dabei nicht riskieren, dass die High Heels nach drei Dates unsere Wohnung vollpupsen und „aus Versehen“ vergessen, dass Kinder auch Zähne putzen müssen. Wir haben alles durch: **verliebt, verheiratet, Kinder in die Welt gesetzt, und dann...** mitten im Chaos aus Brotdosen, Tupperdeckeln und Wäschehaufen die Erkenntnis: „Wie zum Teufel bin ich hier gelandet?“

Spätestens ab 35 dämmert's: Das Leben ist zu kurz, um **Hausfrau 2.0** zu spielen, während ER denkt, er sei der **moderne Held**, nur weil er in der Lage ist, sich morgens eine Hose anzuziehen. Gratulation, Darling, Applaus, Oscar, Sternchen im Klassenbuch.

Und was kriegen wir als Dank für unser **Multitasking-Martyrertum**?

Den Stempel „**Gold Digger**“. Ja klar, nur weil wir mal vorschlagen, dass ER das verdammte Date bezahlt. Oder – halt dich fest – eigenständig den Urlaub buchen. Aber wehe, wir erwarten, dass er die Waschmaschine nicht nur als Wäschesarg erkennt, sondern auch weiß, dass da Waschmittel reingehört.

### **Mädels, hier kommt die Wahrheit:**

Ich liefere euch **keinen Bauplan** für den perfekten Mann. Den gibt's nicht – außer in Netflix-Dramen, Dark Romance Novels oder in eurer Fantasie, wenn ihr besoffen auf dem Sofa liegt. Was ich euch aber geben kann: **einen Radar**.

Damit ihr im Haifischbecken namens (Online-)Dating die Piranhas schon riecht, bevor sie euch die Seele zerfetzen.

Bevor ihr wieder nachts im Bett liegt und **Rotz & Wasser heult**, weil Mr. „Ich bin so anders“ sich als **Copy-Paste-Klischee** entpuppt hat – mit den gleichen drei Selfies vorm Badspiegel, die schon 1000 andere Typen benutzen.

**Kurzum**: Willkommen zurück im Spiel, **Queen**. Mach dich bereit für die **Dating-Welt** – es wird messy, es wird dreckig, und manchmal wird's so absurd, dass du lachen musst, um **nicht zu schreien**.

Damit ihr schon mal wisst, was da draußen so herumschwimmt, hier ein kleiner Vorgeschmack auf die „Best Of“-Kollektion der Online-Dating-Spezialisten:

♥ Der **Peter Pan**:

ewiger Junge, 42, wohnt noch in einer WG (angeblich „wegen der geilen Energie“), hat aber große Pläne – irgendwann.



♥ Der **Business-Guru**:

redet in KPIs und Mindset-Mantras, aber seine einzige echte Investition ist ein Selfie im Fitnessstudio.



♥ Der **Ich-schwör-ich-bin-anders-Typ**:

Spoiler: Er ist nicht anders. Er ist genauso wie die letzten Fünf. Copy, Paste, Ghost.



♥ Der **Romantiker light:**

schreibt am Anfang Romane à la „Du bist die Frau, auf die ich mein Leben lang gewartet habe“... und nach zwei Wochen nicht mal mehr-„Guten Morgen“.



♥ Der **Alleinerziehende-Held:**

betont bei jedem Satz, wie toll er Papa ist, sucht aber eigentlich eine neue Mutter für seine Kinder.



♥ Der **Fitness-Prophet:**

Tinder-Profil voll Sixpack-Fotos, fragt beim Date, ob du schon mal Keto probiert hast - romantisch wie eine Tupperparty.



Also: zieht die High Heels an, schärft eure Krallen und ladet die Ironie-Kanone durch. Willkommen in der Arena, Ladies - **möge das Wischen beginnen!**

## Die Apps

### Was heißt „Match“ und worauf achten

Bevor zu den einzelnen Apps: Einige Dinge, die man bei einem Match wissen sollte:

- ♥ **Wer** darf zuerst schreiben: Bei manchen Apps darf jeder nach dem Match schreiben, bei manchen entsteht ein „Zeitfenster“, z. B. Bumble – Frauen müssen dort bei heterosexuellen Matches zuerst schreiben, und oft gibt es eine Frist (z. B. 24 h) bis die erste Nachricht verschickt werden muss, sonst verfällt das Match.
- ♥ **Nachrichten** nach dem Match: Meist kann man nach dem Match kostenfrei Nachrichten austauschen, aber manchmal sind Limits gesetzt, oder Nachrichtenfunktionen eingeschränkt, wenn man kein Premium hat.
- ♥ **Verfall** von Matches / Antwortzeiten: Einige Apps haben Mechanismen, die Matches „verfallen“ lassen, wenn nicht innerhalb einer bestimmten Zeit geantwortet wird. Bumble z. B. hat so eine Regel.
- ♥ **Sichtbarkeit** / Wer sieht wen: Premium-Features erlauben oft, zu sehen, wer dich geliked hat, Profilbesucher, etc. Diese Infos können gratis oft nicht sichtbar sein.

### Tinder aka TinderGarten

Weil sich da alle wie im Kindergarten verhalten – rechts Wischen, links Wischen, und keiner weiß, was er will.

#### **Das Matching**

Match entsteht, wenn beide nach rechts swipen. Danach kann jeder schreiben. Ohne Premium gibt's Einschränkungen wie Anzahl der Likes, nicht sehen, wer einen geliked hat.

#### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Profile erstellen, swipen (Begrenzung bei Likes / Anzahl je Tag), Nachrichten schreiben an Matches, Fotos ansehen.

#### **Premium-/Paid-Features**

Mehr Likes, „Rewind“ (Swipe rückgängig machen), Passport (andere Standorte), sehen, wer einen geliked hat, Boosts, Superlikes usw.

### Bumble aka Hummelkommando

Frauen haben den ersten Stich – ähh, Schritt. Männer dürfen warten, bis die Königin summt.

#### **Das Matching**

Frauen müssen bei heterosexuellen Matches zuerst schreiben; innerhalb einer Frist (z. B. 24h). Wenn keine Nachricht kommt, kann das Match verfallen.

### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Gratis Matchen, Nachrichten an Matches, Profil erstellen, swipen etc.

### **Premium-/Paid-Features**

Erweiterte Filter, „Liked You“, Travel Mode, Backtrack, SuperSwipes, Spotlight, Incognito / Unsichtbarkeitsmodus etc. (Bumble)

## **Hinge aka Cringe**

App, die dich „designed to be deleted“ – meistens, weil die Matches zu peinlich waren

### **Das Matching**

Normales Matching & Chatten. Kein Zwang, wer zuerst schreibt bei heterosexuellen Matches, soweit bekannt.

### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Kostenlos: Profil erstellen, Matches sehen, Nachrichten an Matches senden, Likes begrenzt, Profile ansehen.

### **Premium-/Paid-Features**

Premium („Bevorzugte Mitgliedschaft“): erweiterte Filter, mehr Likes, sehen wer dich geliked hat, andere Komfortfeatures. (Datingroo.de)

## **OkCupid aka OkStupid**

So viele Fragen, dass du am Ende mehr über dich weißt, als dir lieb ist – aber keine Dates.

### **Das Matching**

Auch hier Match durch gegenseitige Likes / Interests. Chat nach Match.

### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Kostenlos: Profil, Likes, Matches, Messaging, ein paar Filter, Antworten etc.

### **Premium-/Paid-Features**

Premium: sehen wer dich geliked hat, keine Werbung, stärkere Filter, Boosts / Superlikes oder Intros etc.

## **Lovoo aka LoooooveUuh**

Wie eine Karaoke-Bar voller Swipe-Versager, aber hey – Radar und Credits retten vielleicht den Abend.

### **Das Matching**

Match durch beidseitiges Interesse bzw. Spiele („Match-Game“) / Live Radar; Chat nach Match.

### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Kostenlos: Profil erstellen + Fotos, Match-Game eingeschränkt, Nachrichten an Matches, Umkreissuche, Live-Radar etc. (DELUXE DATING)

## **Premium-/Paid-Features**

Premium („VIP“): mehr Icebreaker täglich, Nachricht über volle Posteingänge, Profil hervorheben, Ghost-Modus, wer hat dein Profil besucht, keine Werbung etc. Credits für gewisse Extras. (Dating Apps)

## **ElitePartner aka ElitePrater**

Nur die Crème de la Crème der Selbstdarsteller, die sich für hochbegabt im Selfmarketing halten

### **Das Matching**

Ziel: eher ernste Partnersuche. Erstkontakt oft durch Premium nötig je nach Geschlecht. Nachrichten senden und empfangen häufig Premium-Funktion.

### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Kostenlos: Profil erstellen, Persönlichkeitstest, Partnervorschläge sehen, Fotos teilweise sehen, Profile durchsuchen (meist ohne alle Bilder), grundlegende Funktionen. (Dating-Fragen.de)

### **Premium-/Paid-Features**

Premium: alle Fotos sehen, Unbegrenzt Nachrichten senden, Umkreissuche, regionale Partnervorschläge, detaillierter Persönlichkeitstest / Auswertung, Kontaktgarantie etc. (FlirtFuchs)

## **Parship aka Par\$chip**

Jede 11. Minute verliebt sich jemand – und jede 11. Minute wird dein Konto leerer

### **Das Matching**

Ähnlich wie ElitePartner, wissenschaftliches Matching. Nachrichten oft nur mit Premium möglich.

### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Kostenlos: Anmeldung, Test, Partnervorschläge, Profil erstellen, Fotos hochladen, Profil anschauen in eingeschränkter Form.

### **Premium-/Paid-Features**

Premium: alle Fotos sehen, Unbegrenzt Nachrichten senden, Umkreissuche, regionale Partnervorschläge, detaillierter Persönlichkeitstest / Auswertung, Kontaktgarantie etc.

## **Badoo aka BadWho?**

Man weiß nie, ob das echte Leute sind oder einfach Bots, die auf dein Like warten.

### **Das Matching**

Mehr hybride Mischung – Dating + soziales Netzwerk. Match / Chat nach Interesse / Kontaktaufnahme möglich. Chatfunktionen nach Match / Kontakt.

### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Kostenlos: Profile durchsuchen, Matches, Chat, Fotos & Videos, In-App Messaging, Upload von Bildern, Interesse zeigen. (Wikipedia)

### **Premium-/Paid-Features**

Premium / Bezahlfunktionen: oft dass Profil hervorgehoben wird, mehr Filter, wer dich liket, keine Werbung, Boosts etc.

## **Jaumo aka Jaomoo**

Weil man da viel Milch geben muss, bevor wirklich was rauskommt – aber immerhin günstiger.

### **Das Matching**

Klassisches Match-System: beide liken -> Chat möglich. Keine „Frauen müssen zuerst schreiben“-Regel. Zapping & Livestreams als Extra.

### **Basisfunktionen (kostenlos)**

Profil erstellen, Fotos hochladen, Matches, Nachrichten an Matches, begrenzte Likes, Coins verdienen durch Aktivität, Live-Streams & Community.

### **Premium-/Paid-Features**

Premium: unbegrenzte Likes & Kontaktforderungen, sehen wer dich geliked hat, Profil hervorheben, Inkognito-Modus, keine Werbung, mehr Sichtbarkeit. Coins für Boosts & Extras.

## **Was heißt das für dich?**

- ♥ **Wenn** du denkst, du kriegst alles kostenlos, träum weiter. Die Apps lassen dich bei den Gratisversionen meist nur soweit schnuppern, dass du hoffst, dass du Premium willst.
- ♥ **Wer** spät dran ist (Ü28, älter, oder Standort in „teurer“ Gegend), zahlt oft mehr. Ich meine, die Preise variieren absurd je nach Alter und OS. Ja, du könntest unter 28 weniger zahlen nur weil du jünger bist – als wär das ein Leistungsausweis.
- ♥ **Die** Upsell-Features („Siehst wer dich geliked hat“, „Boost“, „Super Swipe“, etc.) Funktionieren wie Sexappeal auf Tinder: man verspricht, dass du damit erfolgreicher wirst. Ob's tatsächlich klappt? Manchmal ja, manchmal fühlst du dich einfach nur verarscht.
- ♥ **Leute**, die nichts investieren wollen, beschwerten sich später, dass sie kaum Matches haben – Überraschung: viele Leute mit wenig aktivem Profil & ohne Premium stecken fest im Matching-Warrior-Modus.

# Die Fallen

## Online Dating - Tinder

### So angelst du Fakes und schützt dich vor Tinder-, Bumble-, Hinge-, Badoo- & Co.-Betrug

Für diesen Ratgeber hab ich mich heldenhaft nochmal auf dem größten Catfish-Teich des Internets angemeldet – und Überraschung: Schon beim dritten ausgeworfenen Köder hing direkt einer am Haken. „Jeffrey, 31“.



Sein Profil? Mal ein Selfie, mal ein Bild „von Freunden aufgenommen“ – also klassischer Beifang-Mix. Sieht ganz nett aus, schwimmt nicht allzu weit weg rum, theoretisch voll im Beuteschema. Also Like reinhauen, hoffen, dass er anbeißt und dann ab in den Keschter? (Noch hab ich kein Match mit ihm, dafür allerdings ein paar andere, wo ich natürlich anbeiße und das Spielchen mitspiele um dir zu Zeigen, wie geschickt sie teilweise sind)

Naja... oder?

Denn die Frage ist ja: Wie erkenne ich, ob der gute Jeffrey nicht einfach ein Fake-Fisch ist, der nur glitschig aussieht?

Und die Antwort: Ja, es gibt Wege und Möglichkeiten, wie du auch ohne Match schon mal checken kannst, ob du hier einen echten Fang oder nur nen alten Gummistiefel am Haken hast. (Der Begriff Catfish und weitere Typische Begriffe aus der Datingwelt erkläre ich ausführlicher auf Seite 22)

## Woran erkenne ich Fake-Profile?

Viele Fakes wirken auf den ersten Blick attraktiv und seriös. Doch wenn du genauer hinsiehst, zeigen sich Muster:

### Vor dem Match:

#### ♥ Fotos

wirken professionell – perfekt ausgeleuchtete Selfies, Modelposen oder Bilder, die wie aus einem Katalog wirken.

#### ♥ Bilder

Meistens Bilder mit Landschaft, Tieren oder Essen im Profil mit dabei. (Bei Jeffrey zb waren keine)

#### ♥ Profiltexte

meist auf Englisch oder Niederländisch – oft mit Floskeln wie: ‚Ich suche eine Freundschaft, die sich in eine lebenslange Beziehung entwickelt.‘

### Nach einem Match:

#### ♥ Herkunftsgeschichte

Viele geben an, aus dem Ausland (USA, UK, Australien) zu kommen und, gerade in Deutschland oder Holland‘ ein Business aufzubauen.

#### ♥ Berufsklischees

Entweder ‚selbständig‘ in Branchen wie Weinhandel, Automobil oder Bau – oder sie geben sich als ‚Krypto-Experten‘ aus.

#### ♥ Dramatische Storys

Sie sind angeblich alleinerziehend, wurden betrogen, oder die Mutter ist tragisch verstorbenSie nennen sich Jeffrey, aber heißen dann doch anders.



## Wie kannst du dich schützen?

Damit du gar nicht erst in die Falle tappst, helfen dir diese Strategien:

### ♥ **Bildcheck**

Mach einen Screenshot von einem Profilbild. - Lade es bei [www.facecheck.id](http://www.facecheck.id) hoch.  
- Tauchen dieselben Fotos auf Instagram, Model-Seiten oder sogar Pornoseiten auf Fake! (diesen Vorgang erkläre ich ausführlich auf Seite 15)

### ♥ **Klartext**

beim Schreiben Wenn du unsicher bist, antworte z. B.: „Ich würde mich freuen, mal jemand Echtes kennenzulernen, der kein Fake ist und nichts mit Geld im Sinn hat.“  
Du wirst sehen, dass sie das Match schneller löschen als du gucken kannst. Oder sie streiten es ab und du kannst ihnen den Link von dem Suchergebnis von [facecheck.id](http://facecheck.id) senden. Spätestens dann ist das Match gelöst.

### ♥ **Misstrauen**

ist gesund - Nie Geld überweisen - egal wie „seriös“ es klingt. - Wenn jemand zu perfekt wirkt, ist es meist gelogen. Uns Frauen wurde ein Gabe mitgegeben. Unser „Bauchgefühl“ Sobald dort der geringste Zweifel aufkommt, HÖR DRAUF! - (Wie die Scam Masche funktioniert, habe ich auch genauer erklärt auf Seite 18)

### ♥ **Rechtschreibfehler**

Achte auf die Texte mit Rechtschreibfehler, Grammatikfehler und kopierte Texte.  
Hier sind schon mal ein paar Warnsignale.(Nicht immer, aber meistens)

## **Wichtig zu wissen**

♥ **Du** bist nicht naiv oder „dumm“, wenn du auf so etwas reinfällst. Diese Menschen sind Profis im Manipulieren.

♥ **Sei** dir bewusst: Es liegt nicht an dir. Sie nutzen die Sehnsucht nach Nähe und Liebe schamlos aus.

♥ **Halte** dir immer vor Augen: Ein echtes Kennenlernen passiert offline - und jemand, der es ernst meint, wird nie nach Geld fragen.

## **Fazit**

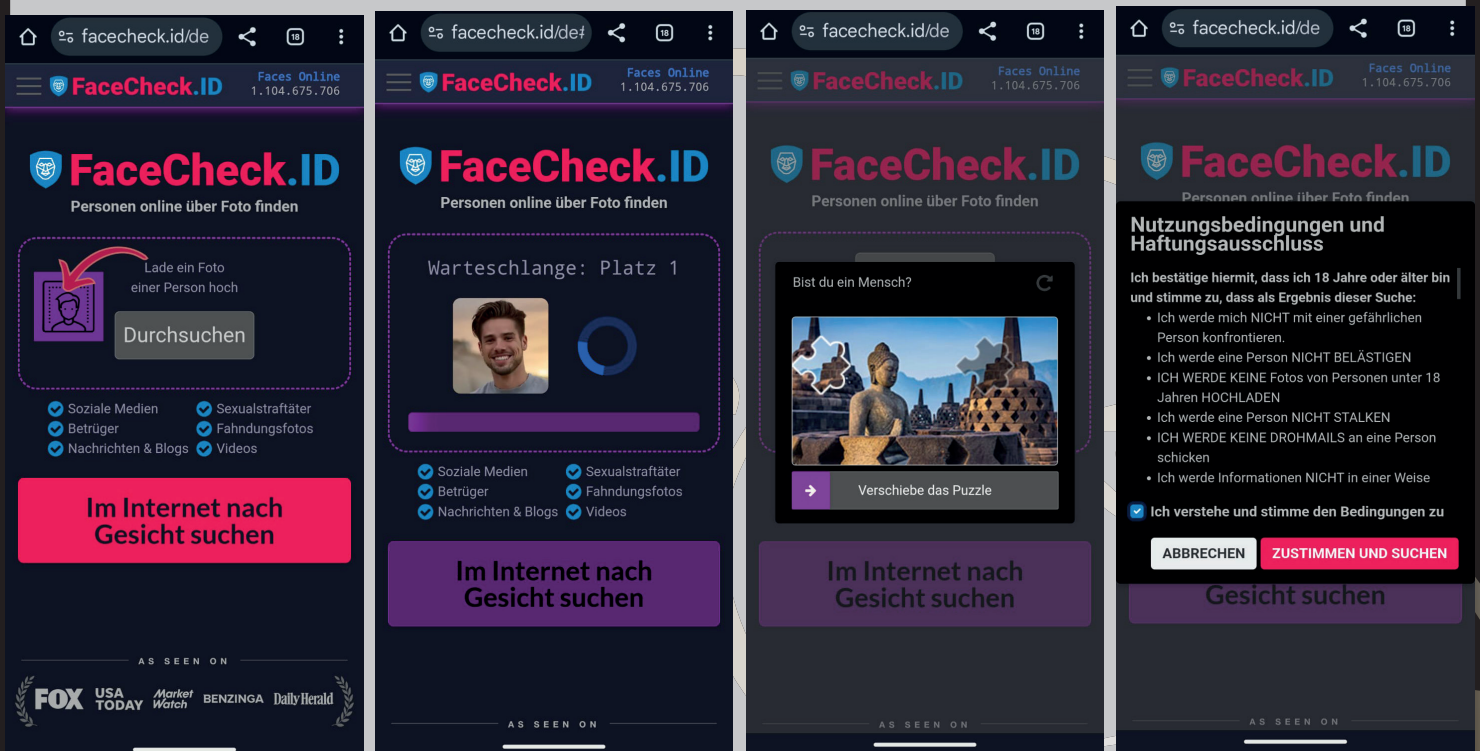
Sei wachsam, hör auf dein Bauchgefühl und prüfe lieber einmal zu viel als zu wenig. Mit diesen Tipps kannst du dich besser schützen - und deine Energie auf das konzentrieren, was wirklich zählt: echte Menschen und echte Verbindungen.

## Facecheck.id

Na, Petri Heil! So schwer ist die Sache gar nicht, auch wenn's am Anfang aussieht wie Knoten binden mit kalten Fingern.



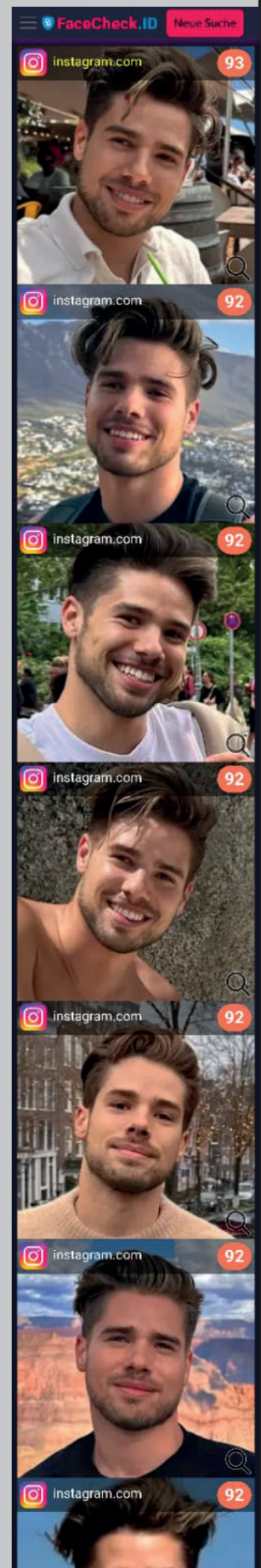
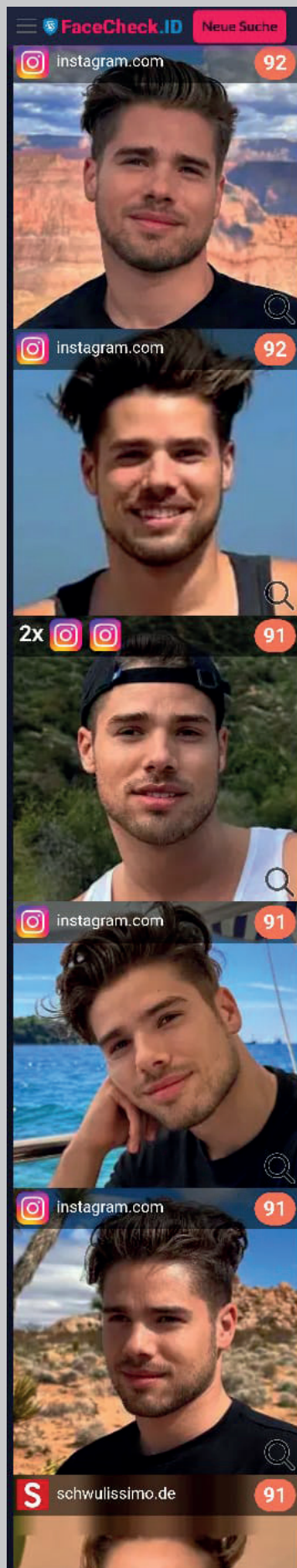
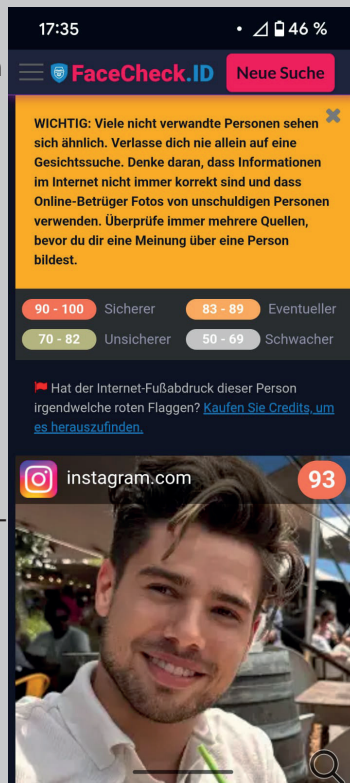
**Schritt 1:** Mach nen Screenshot von dem Bild, das du in die Suchmaschine werfen willst. (Kleiner Haken dabei: Manche Dating-Apps sind da wie zickige Forellen – die wehren sich. Notfalls musst du halt mit nem zweiten Handy „überlisten“ – quasi wie beim Nachtangeln mit Taschenlampe.)



**Schritt 2:** Geh mit deinem Handy auf [www.facecheck.id](http://www.facecheck.id) und wirf dort dein frisch gefangenes Bild rein.

**Schritt 3:** Jetzt heißt's: warten wie am Seeufer. Die Suchmaschine ist da wie ein alter Karpfen – lässt sich Zeit. Aber keine Sorge, irgendwann zappelt was am Haken. Selbst wenn du dein eigenes Bild einwirfst, kommt irgendwas raus – also quasi immer Beifang garantiert.

Und bei unserem guten „Jeffrey“? Jackpot! Den haben wir gleich mehrfach an der Angel. Und nicht nur das: Der Gute treibt sich sogar auf Pornoseiten rum. Na wenn das mal kein kapitaler Fang ist! Herzlichen Glückwunsch, dein erster offizieller Catfish hängt am Haken.



## Typisch Für Fake Profile

Miau – na der ist ja mal zum Anbeißen (natürlich nur, wenn man auf „Katalog-Schönlinge“ steht). Aber irgendwie seltsam: Mit beiden ein Match, sehen aus wie Copy & Paste – nur blöd, dass die angeblichen Zwillinge in verschiedenen Städten wohnen und unterschiedliche Altersangaben haben. Ja klar, super glaubwürdig. Spannend, wie kreativ manche Leute beim Identitätsbasteln sind. Und damit du nicht gleich auf die nächste Photoshop-Prinzessin oder den Stockfoto-Adonis reinfällst – hier ein paar hübsche Indizien, dass dein „Match“ vielleicht doch eher ein Märchen ist.

- ♥ **Unrealistisch** perfekte Fotos
- ♥ **Hochglanz-Bilder** wie aus einem Magazin, stark bearbeitet oder offensichtlich von Instagram/Stockfoto-Seiten.
- ♥ **Häufig** nur 1-2 Bilder, alle sehr professionell.
- ♥ **Keine** „natürlichen“ oder Alltagssituationen.
- ♥ **Wenig** oder gar keine Infos im Profil
- ♥ **Kaum** Text in der Bio, oft nur ein Emoji oder ein allgemeiner Spruch.
- ♥ **Fehlende** Angaben zu Interessen, Beruf, Ausbildung etc.
- ♥ **Seltsame** Schreibweise und Sprache
- ♥ **Grammatik-** oder Rechtschreibfehler, die nicht zur angeblichen Herkunft passen.
- ♥ **Sehr** generische Phrasen („Ich suche wahre Liebe“, „Ich will dich glücklich machen“).
- ♥ **Ungewöhnliches** Verhalten im Chat
- ♥ **Sehr** schnelles Umleiten auf WhatsApp, Telegram, Instagram o.Ä.
- ♥ **Flirt** oder übertrieben viel Komplimente schon nach wenigen Nachrichten.
- ♥ **Kaum** konkrete Antworten auf deine Fragen, eher ausweichend.
- ♥ **Auffällige** Stories oder Bitten
- ♥ **Erwähnung** von Geldproblemen, Investitionen (z. B. „Krypto-Trading“), oder dass man schnell „helfen“ soll.
- ♥ **Einladung** zu dubiosen Links oder Apps.
- ♥ **Versprechen** von schnellen Treffen, die dann nie stattfinden.
- ♥ **Geografische** Auffälligkeiten
- ♥ **Person** gibt an, ganz in deiner Nähe zu wohnen, aber die Fotos wirken wie aus einem völlig anderen Land.
- ♥ **Häufig** angeblich „international unterwegs“ oder gerade „auf Geschäftsreise“.



## Die Masche der Scammer

Besonders gern schwimmen Betrüger im großen Krypto-Teich rum. Bevor sie überhaupt mit dem Thema „Investieren“ an den Haken kommen, werfen sie erstmal ordentlich Köder ins Wasser:

Ihr hört angeblich dieselbe Musik (was für ein Zufall!), er schickt dir YouTube-Links zu seinen Lieblingsliedern – wie romantisch, fast wie ein Lagerfeuer am Baggersee. Dazu gibt's Bilder von seinen Mahlzeiten, damit du ja weißt, dass er nicht vom Angelhaken lebt und fragt dich auch im gleichem Atemzug ob du auch gegessen hast. Huch! Ja sowas hat mich ja noch nie ein Mann gefragt. Zack, du fühlst dich gesehen, fühlst dich verstanden, und schwupps – teilst auch du brav deinen Tagesfang mit ihm.

Und als Bonus bekommst du noch die volle Dröhnung Love Bombing: epische Nachrichten, stundenlange Gespräche (natürlich nur geschrieben, nie gesprochen), Zuckerwatte-Komplimente und Zukunftsversprechen, die klingen, als hätte er die Angel gleich schon bei dir im Wohnzimmer ausgeworfen.

Dann, ganz nebenbei – wie ein Angler, der so tut, als würde er „nur mal die Rute auswerfen“ – erzählt er plötzlich von seinem „Business“. Das kann sich ewig hinziehen, damit du ja tief genug angebissen hast. Irgendwann präsentiert er dir dann stolz Bilder von seinen angeblichen Gewinnen und erzählt dir, wieviel er studiert und gelernt hat, um dieses geheime Wissen zu erlangen. Fragst du genauer nach? Tja, dann wird's schwammig – so wie ein Aal im Kescher.

Und wenn er merkt, dass du ordentlich am Köder kaust, geht der Drill los:

- ♥ **„Probier's** doch mal mit nem kleinen Fang – so 100 USDT (ca. 100 € je nach US-Dollar Kurs), ist ja nix!“
- ♥ **Er** hilft dir geduldig beim Einrichten deiner Wallet (zB bei einer recht bekannten wie Bitget) – wirkt total vertrauenswürdig, wie der nette Opa am See.
- ♥ **Über** eine Fake-Trading-Website siehst du plötzlich Gewinne – Jackpot! (Spoiler: ist nur ein glänzender Blinker.)
- ♥ **Dann** kommt der Spruch: „Investier mehr – für UNSERE Zukunft! Wir machen das alles zusammen“
- ♥ **Zögerst** du? Kein Problem, er „leiht“ dir sogar was. (Sehr großzügig für jemanden, der bald abtaucht.)

Das Ende vom Lied: Geld weg, Website weg, Typ weg.

Das Ghosting fängt an. Also überweist du dir Geld von der „Fake“ Seite auf deine Wallet wieder zurück. Es steht dort, dass es durchgegangen ist, Geld verschwindet auch von der „Trading“ webseite. Aber am Ende, kommt es nie bei dir auf deiner Seriösen Wallet an.

## 1. Ghosting

### ♥ Bedeutung:

Das plötzliche Abbrechen jeglichen Kontakts ohne Erklärung. Nachrichten bleiben unbeantwortet, obwohl vorher Interesse gezeigt wurde. Dahinter steckt meist Konfliktvermeidung oder emotionale Unreife.

**„Wow, Houdini wäre stolz. Einfach weggezaubert.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Nicht persönlich nehmen – Ghosting sagt mehr über die andere Person aus als über dich. Nach ein, zwei erfolglosen Kontaktversuchen abhaken und Energie in neue Kontakte investieren.

## 2.Breadcrumbing

### ♥ Bedeutung:

Jemand wirft dir minimale Aufmerksamkeit hin – kleine Nachrichten, Likes oder Emojis –, ohne jemals echtes Interesse oder Initiative für ein Treffen zu zeigen.

**„Danke für den Krümel – aber ich wollte eigentlich die ganze Bäckerei.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Prüfen, ob Taten folgen. Wenn nicht: klare Ansage machen oder den Kontakt beenden, bevor du Zeit verschwendest.

## 3. Benching

### ♥ Bedeutung:

Du wirst wie eine Ersatzspielerin auf die Bank gesetzt. Die Person meldet sich unregelmäßig, wenn gerade keine bessere Option läuft, hält dich aber bewusst warm.

**„Ach süß, ich bin deine Auswechselspielerin. Soll ich schon mal Trikot anziehen?“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Fragen: „Willst du wirklich was oder ist das nur Langeweile?“ Kommt keine klare Antwort -> weitermachen ohne ihn.

## 4. Zombieing

### ♥ Bedeutung:

Jemand, der dich vorher geghostet hat, taucht plötzlich wieder auf – als sei nie etwas gewesen.

**„Na, wieder auferstanden? Soll ich gleich Weihwasser holen?“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Genau überlegen, ob du diesen Menschen nochmal reinlassen willst. Wer einmal spurlos verschwindet, zeigt selten Verlässlichkeit.

## 5. Cushioning

### ♥ Bedeutung:

Eine Person flirtet parallel mit anderen, um sich für den Fall abzusichern, dass es mit dir nicht klappt. Du bist das Hauptkissen, andere sind „Backup-Polster“.

**„Ah, ich bin also dein Sitzkissen. Na hoffentlich bequem genug.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Offen ansprechen. Wenn Ausreden oder Herumeiern kommen, lieber aussteigen.

## 6. Love Bombing

### ♥ Bedeutung:

Ein regelrechter Überfall aus Komplimenten, Aufmerksamkeit und großen Zukunftsversprechen. Am Anfang wirkt es wie ein Traum, später folgt oft Distanz oder Kontrolle.

**„Schon mal drüber nachgedacht, mir direkt einen Heiratsantrag zu machen?“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Tempo rausnehmen. Gesunde Gefühle wachsen langsam. Prüfen, ob Worte auch mit Handlungen übereinstimmen.

## 7. Catfishing

### ♥ Bedeutung:

Täuschung im Online-Dating: Falsche Fotos, gefälschte Profile oder stark bearbeitete Bilder, um eine bessere Version vorzutäuschen.

**„Wow, dein Photoshop-Künstler verdient Trinkgeld.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Sobald klar wird, dass die Person unehrlich ist -> sofort den Kontakt beenden.

## 8. Slow Fading

### ♥ Bedeutung:

Das langsame Auslaufenlassen einer Verbindung. Nachrichten werden kürzer, seltener und distanzierter, bis der Kontakt versiegt.

**„Cool, du bist wie mein Akku – jeden Tag ein bisschen schwächer.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Selbst aktiv das Gespräch beenden, statt auf das endgültige Verschwinden zu warten.

## 9. Cuffing Season

### ♥ Bedeutung:

In Herbst und Winter suchen viele Menschen kurzfristig eine „Beziehungs-ähnliche“ Nähe, um die kalte Jahreszeit nicht allein zu verbringen – ohne ernsthafte Absichten.

**„Sorry, ich hab eine Heizdecke – die ghostet wenigstens nicht.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Früh klären, ob es nur saisonale Nähe ist oder mehr. Entsprechend entscheiden.

## 10. Situationship

### ♥ Bedeutung:

Mehr als Freundschaft, weniger als Beziehung. Alles fühlt sich wie eine Partnerschaft an, aber eine klare Definition fehlt.

**„Ach, wir sind also Netflix ohne Abo.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Hinterfragen, ob du mit dieser Grauzone leben kannst. Wenn nicht, klar kommunizieren oder aussteigen.

## 11. Gaslighting

### ♥ Bedeutung:

Eine manipulative Taktik, die dich an deiner eigenen Wahrnehmung zweifeln lässt („Das bildest du dir ein“, „Du reagierst über“). Ziel ist es, dich zu verunsichern und die Kontrolle zu behalten.

**„Danke, Freud, aber meine Realität funktioniert einwandfrei.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Wenn du dich ständig rechtfertigen musst -> Warnsignal! Abstand nehmen und dir externe Sicht holen (z. B. Freunde).

## 12. Orbiting

### ♥ Bedeutung:

Die Person meldet sich nicht aktiv, beobachtet dich aber online genau (Stories, Likes, Kommentare).

**„Super, mein persönlicher Insta-Satellit.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Wenn es dich nervt, blockieren. Ansonsten: ignorieren und nicht zu viel Bedeutung hineininterpretieren.

## 13. Stashing

### ♥ Bedeutung:

Jemand hält dich von seinem sozialen Umfeld fern. Du lernst weder Familie noch Freunde kennen – du wirst versteckt.

**„Cool, ich bin dein streng gehütetes Staatsgeheimnis.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Nachhaken: „Warum kenne ich niemanden aus deinem Leben?“ Kommen Ausreden -> gehen.

## 14. Cloaking

### ♥ Bedeutung:

Die Person verschwindet nach einem Date und blockiert dich direkt auf allen Kanälen. Ein Ghosting mit „Block-Upgrade“.

**„Wow, ein Date inklusive Blockierungsservice.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Nicht an dir zweifeln. Die andere Person zeigt null Reife – das sagt alles.

## 15. Roaching

### ♥ Bedeutung:

Du entdeckst, dass er nicht nur dich datet, sondern eine ganze Reihe anderer. Wie bei Kakerlaken: Taucht eine auf, sind meist mehr da.

**„Ui, gleich das ganze Rudel mitgebracht?“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Grenzen setzen: „Exklusiv oder tschüss.“

## 16. Freckling

### ♥ Bedeutung:

Eine Sommerromanze, die so schnell verschwindet, wie sie begonnen hat. Mit dem Herbst ist die Sache vorbei.

**„Danke für den Sonnenbrand – ohne After Sun.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Als schöne, kurze Erfahrung verbuchen – nicht mehr hineininterpretieren.

## 17. DTR („Define The Relationship“)

### ♥ Bedeutung:

Das oft gefürchtete Gespräch: „Was sind wir eigentlich?“ Ziel ist Klarheit über den Beziehungsstatus.

**„Wir? Ach, wir sind ein teurer Zeitvertreib.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Offen und ruhig sagen, was du willst. Nur so vermeidest du Missverständnisse.

## 18. IRL („In Real Life“)

### ♥ Bedeutung:

Vom Chat ins echte Leben wechseln – ein tatsächliches Treffen vereinbaren.

**„Endlich seh ich, ob du echt Beine hast.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Treffen nicht ewig verschieben. Sonst bleibt's beim Schreiben.

## 19. NSA („No Strings Attached“)

### ♥ Bedeutung:

Eine sexuelle Verbindung ohne Verpflichtungen oder emotionale Bindung.

**„ Alles klar, ich bring Gaffa-Tape mit, damit nix klebt.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Nur eingehen, wenn du wirklich dasselbe willst. Ehrliche Kommunikation ist Pflicht.

## 20. ONS („One Night Stand“)

### ♥ Bedeutung:

Ein einmaliges sexuelles Treffen ohne weitere Bindung.

**„Na immerhin spar ich mir den Guten-Morgen-Kaffee.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Nur, wenn beide Seiten es so sehen. Schutz & Klarheit sind ein Muss.

## 21. FWB („Friends with Benefits“)

### ♥ Bedeutung:

Eine Freundschaft mit zusätzlichem sexuellem Aspekt – ohne feste Beziehung.

„Freundschaft plus? Hoffentlich plus Snacks.“

### ♥ So solltest du reagieren:

Nur starten, wenn beide die gleichen Erwartungen haben. Sonst droht Verletzungsgefahr.

## 22. Chemistry

### ♥ Bedeutung:

Das berühmte Knistern, die Anziehung, die man spürt – oder eben nicht.

„Keine Chemistry? Tja, mein Reagenzglas ist voll.“

### ♥ So solltest du reagieren:

Akzeptieren: Anziehung lässt sich nicht erzwingen.

## 23. Red Flags

### ♥ Bedeutung:

Deutliche Warnsignale, die auf Probleme hinweisen – oft bewusst ignoriert.

„Rot ist ja meine Lieblingsfarbe – aber nicht im Dating.“

### ♥ So solltest du reagieren:

Ernst nehmen! Früh aussteigen statt hoffen, dass es „besser wird“.

## 24. Green Flags

### ♥ Bedeutung:

Positive Anzeichen – gesunde, gute Verhaltensweisen im Dating.

„Er hat Bettwäsche? Jackpot!“

### ♥ So solltest du reagieren:

Wahrnehmen, schätzen – und nicht nur auf Red Flags achten.

## 25. Breadcrumbs 2.0 / Ping

### ♥ Bedeutung:

Minimaler Kontaktversuch nach langer Pause – ein „Hi“ oder „Hey“. Null Substanz.

„„Hey.“ Wow. Nobelpreisverdächtig.“

### ♥ So solltest du reagieren:

Nur reagieren, wenn du wirklich willst. Ansonsten löschen und weitermachen.

## 26. Curving

### ♥ Bedeutung:

Jemand zeigt oberflächlich Interesse, weicht aber echten Treffen aus – mit ständigen Absagen oder Ausreden.

**„Cool, ich bin dein persönlicher Termin-Kalender.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Nach 2-3 Absagen ohne Gegenvorschlag -> loslassen.

## 27. Phubbing

### ♥ Bedeutung:

Beim Date wird das Handy wichtiger als du. Du fühlst dich ignoriert.

**„Kein Ding, ich rede einfach mit deinem Akku.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Ansprechen: „Kannst du dein Handy kurz weglegen?“ Reagiert die Person nicht, ist das ein klares Warnsignal.

## 28. Hesi-Dating

### ♥ Bedeutung:

Jemand datet zwar, ist aber extrem zögerlich – aus Angst vor Verletzung oder Überforderung.

**„Cool, Dating im Schneckentempo.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Geduldig sein, aber ehrlich prüfen, ob dir dieses Tempo liegt.

## 29. Micro-Cheating

### ♥ Bedeutung:

Kleine, aber grenzwertige Handlungen außerhalb der Beziehung (z. B. heimlich Dating-Apps nutzen, intensive Chats mit Dritten).

**„Mini-Betrug? Klingt ja total beruhigend.“**

### ♥ So solltest du reagieren:

Klare Grenzen setzen: Was ist für dich okay, was nicht? Kommunikation ist entscheidend.

### 30. Sneating

♥ **Bedeutung:**

Jemand geht nur wegen des kostenlosen Essens auf ein Date – ohne echtes Interesse.

„Gern geschehen, Restauranttester.“

♥ **So** solltest du reagieren:

Erstes Date lieber neutral (Kaffee, Spaziergang) statt gleich Dinner.

### 31. Gatsbying

♥ **Bedeutung:**

Sich auf Social Media inszenieren, um gezielt die Aufmerksamkeit einer Person zu bekommen.

„Cool, mein persönlicher Influencer.“

♥ **So** solltest du reagieren:

Nicht in dieses Spiel einsteigen. Lieber direkt fragen, wie die Person es meint.

### 32. Groundhogging

♥ **Bedeutung:**

Immer wieder denselben Typ Menschen daten, obwohl es nie klappt. Ein endloses Muster.

„Wow, Netflix-Replay-Modus im Dating.“

♥ **So** solltest du reagieren:

Muster erkennen – und bewusst etwas Neues ausprobieren.

### 33. Monkeying

♥ **Bedeutung:**

Von einer Beziehung direkt in die nächste springen – ohne Pause, ohne Verarbeitung.

„Du bist wie Tarzan – immer schon an der nächsten Liane.“

♥ **So** solltest du reagieren:

Fragen, ob die Person wirklich frei ist. Wenn nein – besser Abstand halten.

### 34. Loud Looking (Trend 2025)

♥ **Bedeutung:**

Menschen kommunizieren klar ihre Dating-Absichten („Suche was Ernstes“ / „Nur Fun“).

„Na immerhin ehrlich – fast so selten wie Einhörner.“

♥ **So** solltest du reagieren:

Ernst nehmen, was da steht – und selbst auch klar kommunizieren.

### 35. Micromance (Trend 2025)

♥ **Bedeutung:**

Kleine Gesten der Zuneigung statt großer Aktionen – z. B. Playlists, Memes, süße Nachrichten.

**„Cool, Romantik im MiniFormat.“**

♥ **So** solltest du reagieren:

Wertschätzen – kleine Dinge können viel bedeuten.

### 36. DWM („Date With Me“)

♥ **Bedeutung:**

Dates werden (halb)öffentlich dokumentiert – etwa auf TikTok oder im Freundeskreis.

**„Super, ich date also dich und deine 20 Follower.“**

♥ **So** solltest du reagieren:

Prüfen, ob dir das passt. Wenn du Privatsphäre bevorzugst, klar kommunizieren.

### 37. Pebbling

♥ **Bedeutung:**

Kleine Aufmerksamkeiten, die zeigen „ich denke an dich“ – inspiriert von Pinguinen, die Kieselsteine schenken. Kann süß, aber auch oberflächlich sein, wenn nichts Weiteres folgt.

**„Oh, danke für den Kieselstein – bau ich mir ne Einfahrt.“**

♥ **So** solltest du reagieren:

Freuen, aber prüfen: Bleibt es bei Gesten oder steckt echtes Interesse dahinter?  
Ansprechen: „Danke, süß – wie sieht’s mit einem Treffen aus?“

### Zusammenfassung

Klarheit ist King. Wenn du Muster wie Ghosting,Breadcrumbing oder Benching erkennst: nicht hinterherlaufen, sondern Grenzen setzen. Neue Trends (Loud Looking, Micromance) zeigen: Ehrlichkeit und kleine Gesten sind wichtiger als Show.

Dein Wert.

Wer dich ernsthaft will, zeigt das durch Verbindlichkeit –  
nicht nur durch Worte, sondern durch Taten!

## Dating-Checkliste: Red Flags vs. Green Flags

### Red Flags (Warnsignale)

Typisches Verhalten, bei dem Vorsicht angebracht ist:

- ♥ **Ghosting** – Verschwinden ohne Erklärung.
- ♥ **Breadcrumbing** – nur minimale Aufmerksamkeit, kein echtes Interesse.
- ♥ **Curving/Benching** – Treffen immer wieder absagen oder aufschieben, dich „warmhalten“.
- ♥ **Love Bombing** – zu viel Zuneigung in sehr kurzer Zeit, ungesundes Tempo.
- ♥ **Gaslighting** – dich an deiner Wahrnehmung zweifeln lassen.
- ♥ **Phubbing** – Handy wichtiger als du beim Date.
- ♥ **Monkeying** – direkt von einer Beziehung in die nächste springen.
- ♥ **Sneating** – Date nur wegen kostenloser Mahlzeit.
- ♥ **Groundhogging** – immer denselben Typ wählen, ohne ernsthaften Fortschritt.
- ♥ **Cuffing** (wenn nicht offen kommuniziert) – saisonale „Notlösung“ ohne echtes Interesse.

## Signal

Wenn du ständig unsicher, frustriert oder klein gemacht wirst  
-> besser Abstand nehmen.

### Green Flags (positive Anzeichen)

Verhaltensweisen, die auf echtes Interesse und Reife hindeuten:

- ♥ **Loud Looking** – klare Aussagen über Absichten („Suche Beziehung“, „Will Spaß“).
- ♥ **Micromance** – kleine, authentische Gesten (Playlist teilen, Spaziergang, ehrliches Kompliment).
- ♥ **Verbindlichkeit** – Vorschläge für Treffen, konkrete Absprachen, Pünktlichkeit.
- ♥ **Respektvolle Kommunikation** – zuhören, Interesse an deinem Leben zeigen.
- ♥ **Konsistenz** – Worte und Handlungen stimmen überein (kein Hin und Her).
- ♥ **Eigenständigkeit** – die Person hat ein eigenes Leben und Hobbys, sucht Ergänzung – nicht Ersatz.
- ♥ **Grenzen respektieren** – „Nein“ wird akzeptiert, kein Drängen.
- ♥ **Humor & Leichtigkeit** – Gespräche machen Spaß, ohne dass du dich verbiegen musst.
- ♥ **Offenheit** – spricht ehrlich über letzte Beziehung, Wünsche oder Erwartungen.
- ♥ **Support** – zeigt echtes Interesse an deinem Wohlbefinden, nicht nur an „Dates“.

## Signal

Du fühlst dich respektiert, gesehen und wohl – nicht verunsichert.

## Personliche Erfahrungen

Wenn du meine ungeschminkte Meinung zu Dating-Apps willst – bitte, hier ist sie: Ein Jahr voller Männer, Chats, Ghostings und WTF-Momente. Offensichtlich, sonst hätte ich dieses eBook ja nicht geschrieben.

Meine Feldforschung war umfassend (und manchmal schmerzhaft): Tinder (klar, der Kindergarten der Datingwelt), Bumble, Hinge, Even (ja, von Eltern für Eltern – romantisch wie eine Elternsprechstunde), Jaumo, Parship, Lemonswan (mega teuer für heiße Luft), Joyclub (Slogan: „Sex First, Personality optional“), und Lovoo & Badoo aus der prähistorischen Zeit vor meiner letzten Beziehung. Fazit: Ich habe wirklich einiges durch.

Natürlich hatte ich auch echte Treffen. Marc von Tinder – ein Mann aus Fleisch und Blut (kein Catfish, Applaus bitte). Wir verbrachten sogar ein Wochenende zusammen. Nein, nicht für Sex, ihr Ferkel, sondern weil wir tatsächlich auf einer Wellenlänge waren. Am Ende hat es trotzdem nicht gepasst – aber hey, es war ehrlich und verbindlich. Erkenntnis: Selbst auf Tinder gibt es mehr als nur Swipe-und-Sex-Zombies.

Dann war da Tobias, auch Tinder. Erfolgreich, bodenständig, und wir haben uns nächtelang die Ohren abtelefoniert. Ein Date, das im Flug verging – und doch: unsere Lebenssituationen waren ein schlechter Timing-Gag. Erkenntnis: Manchmal stimmt alles, nur die Lebensumstände nicht. Und das ist kein persönliches Versagen, sondern schlicht Realität.

Von Joyclub und Bumble gab's auch Begegnungen, aber nur eine Handvoll. Denn: Als Single-Mama von drei Kindern schenke ich meine Zeit nur sehr selektiv. Wer mich treffen darf, hat schon das goldene Ticket gezogen. Erkenntnis: Qualität statt Quantität. Deine Zeit ist wertvoll – handle auch so.

Und ja, dazwischen unzählige Telefonate, kleine Hoffnungen, große Ernüchterungen, viele Emotionen. Aber jede einzelne Begegnung – egal wie absurd, schön, schmerzhaft oder kurzlebig – hat mich näher zu mir selbst gebracht. Heute weiß ich viel klarer, was ich will, und noch wichtiger: was ich NICHT mehr dulde.

Die Moral von der App-Geschichte: Dating-Plattformen sind kein Märchenwald, sondern ein Selbstfindungstraining mit eingebautem Menschengarten. Wer sie clever nutzt, findet weniger „den Einen“, sondern eher sich selbst. Und genau DAS ist der Jackpot.

Falls du tiefer eintauchen willst in die faszinierende (und manchmal völlig bekloppte) Dynamik zwischen Männern und Frauen – von Energieflüssen bis Prinzessinnenkomplexen – dann schnapp dir mein nächstes eBook „Männlein/Weiblein“. Da gehe ich noch detaillierter darauf ein, warum Beziehungen oft scheitern, welche Rollenbilder uns im Weg stehen – und wie man tatsächlich eine gesunde, dynamische Partnerschaft aufbauen sollte.



## *Also, Ladies*

Krone richten, Lippenstift nachziehen und Handy laden.

Vergesst nie: Ihr seid nicht hier, um genommen zu werden – ihr seid hier, um auszuwählen.

Ob TinderGarten, Hummelkommando oder Jaoo – denkt dran:

Die Apps sind nur Spielplätze, ihr seid die Königinnen, die entscheiden, wer mitspielen darf.

Viel Spaß im (Online-)Dating-Dschungel – und wenn's mal schiefgeht:

Besser ein schlechtes Date als ein schlechtes Leben.