\chapter{Du}

Dieses Werk wäre praktisch unzulänglich, würden Aspekte des Selbst nicht ebenfalls angesprochen werden. Dieses Kapitel widmet sich eben diesem esenziellen Bestandteil, der in Interaktion und Wahrnehmung zwischen zwei oder mehreren Personen von Bedeutung ist. Der Fokus liegt hierbei dem Arbeitsthema folgend auf der zwischenmenschlichen Anziehung.

\section{Am Anfang stehst du selbst}

Sich selbst zu kennen, die eigene Person und ihre Wünsche, Verhaltensweisen, Stärken und Schwächen aufmerksam zu beobachten und verstehen zu können ist eine absolut wertvolle Fähigkeit. Ihre Bedeutung in der Verbindung von Personen lässt sich anhand von Puzzlestücken bildlich verdeutlichen. Bevor wir das nächste Puzzlestück (die externe Person) anlegen können, sollten wir zuerst beobachten, wie das eigenen Puzzlestück ausgeformt ist. Keinesfalls sollte es gelten zwanghaft Teile zu verbinden, die schlichtweg nicht zueinander passen, gar abstoßend aufeinander wirken könnten. Das wir als Personen keinesfalls statische Formen sind und uns stetig verändern, weiterentwickeln oder auch regressieren kann natürlich nicht vernachlässigt werden. Erfahrungen positiver wie auch negativer Natur aus dem Miteinander mit anderen Personen sind bedingt der Sozio-Evolutionären-Bedingungen unserer Spezies nicht trennbarer Bestandteil vom Prozess der Selbstfindungen. Alles, was wir wissen, lernen wir von außen. Beziehungsweise alle Werkzeuge und Grundinformationen, welche die Formulierung des eigenen Selbst ermöglichen, kommen von außerhalb und ein großer Anteil hiervon von anderen Menschen.

\section{Das richtige Umfeld finden}

Jetzt aber lieber mal wieder vereinfachen. Wir gehen davon aus, du kennst dich und deine Wünsche in und auswendig. Nun musst du das passende gesellschaftliche Umfeld aussuchen. Kleines Gegenbeispiel an dieser Stelle: Als Hardcore-Punker vllt nicht unbedingt in Nobeldiscotheken oder Bars versuchen anzukommen. Such dir Örtlichkeiten und Gesellschaften, die zur dir passen und, was dabei am wichtigsten ist, wo du dich wohl fühlst und selbstbewusst auftreten kannst. Selbstbewusstsein kann heißen, dass du den dominaten Macho heraushängen lässt oder dich bedacht zurückhaltend verhälst. Du solltest dir bewusst sein, wie du auf andere Personen und vor Allem die Personen wirkst, zu welchen du eine Verbindung aufbauen willst. Meine persönlichen allgemeinen Tipps an dieser Stelle der Arbeit: sei gelassen und ruhig, versuche deinem gegenüber zuzuhören und dabei freundlich zu sein und lass auch mal die Sau raus und hab Spaß, egal ob andere das fühlen oder nicht. Aber im Rahmen! Bitte nicht auf der Beerdigung deines Onkels abstampfen oder so.

\section{Kleider machen Leute – und geben Selbstbewusstein}

Das eigene Selbstbewusstsein lässt sich ganz leicht steigern. Zieh dir eine Rüstung über in Form von Frisur, Makeup und passenden chicken Klamotten. Findest du dich selber anziehend, kann dir das lockere Auftreten leichter fallen. Orientiere dich dabei am besten an deinem Umfeld, probier aber auch Neues aus und finde einen Stil für dich selber der schreit „Hey, das bin ich, ich find mich irgendwo schon ziemlich geil und dass ich mich gut fühle trage ich auch gerne nach außen heraus!“. Anders ausgedrückt finde Mittel und Wege dich psychisch positver aufzustellen. Scheu dich aber nicht vor der Anstrengung die damit einhergeht. Wer einen Modelkörper haben und nackt dementsprechend „gut“ aussehen möchte, der muss eben auch dafür was leisten. Aber das ist natürllich nur eine Stellschraube von vielen. An dieser Stelle auch nochmal von mir ein Abschluss: Du packst das schon alda! :D