



Checkliste

Die 8 **größten Fehler** vermeiden und
Deine Ex-Freundin zurückgewinnen

Hallo und herzlich willkommen,

ich freue mich, dass du meine kostenlose Checkliste jetzt in Händen hältst, bzw. auf deinem Bildschirm angezeigt bekommst. :-)

Wenn du wissen willst, wie du deine Ex-Freundin zurückgewinnen kannst und vor allem welche Fehler es dabei zu vermeiden gilt, dann bist du hier genau richtig.

Ich möchte dir auf den folgenden Seiten eine Hilfestellung geben, welche Fehler du unbedingt vermeiden solltest, wenn du noch Chancen bei deiner Ex haben willst.

Einige sind dir wahrscheinlich längst bekannt und du würdest sie sowieso vermeiden, andere sind dir aber vielleicht noch nicht bewusst. Ich hoffe deshalb, dass auch für dich der ein oder andere neue Denkanstoß dabei ist und wünsche dir auf deinem Weg alles Gute und viel Erfolg.



Keine Geschenke & sonstige Aufmerksamkeiten

Du schmeichelst deiner Ex-Freundin keineswegs, wenn du ihr Geschenke kaufst oder einen Blumenstrauß zukommen lässt. Sie wird dir definitiv nicht um den Hals fallen, da Liebe nicht käuflich ist. Versuch dich doch mal in ihre Lage zu versetzen. Bei einem Geschenk möchte man sich sicher sein, dass es von Herzen kommt und nicht nur ein Mittel zum Zweck ist. Deine Ex soll nicht denken, dass du nur ihre Aufmerksamkeit erringen willst und dass sich mit einem Geschenk alle eure Probleme lösen lassen. Durch solche Aktionen verschlechterst du dein Standing bei ihr nur unnötig.

Wenn du es aber geschafft hast mit deiner Ex-Freundin wieder zusammenzukommen, ist die Situation natürlich eine ganz andere. Dann sind kleine Aufmerksamkeiten eine nette Geste und Wertschätzung für sie.



Keine Freundschaft

Solltest du ernsthafte Absichten haben mit deiner Ex-Freundin wieder zusammen zu kommen, musst du unbedingt darauf achten nicht in die „Friendzone“ zu rutschen. Häufig wird hierbei auch von der „Kumpelschiene“ gesprochen. Bist du einmal dort gelandet, wird es relativ schwer diese wieder zu verlassen.

Was ist die Friendzone?

Gibt dir eine Frau zu verstehen, dass ihr nur befreundet seid, obwohl du eigentlich Gefühle für sie hast, befindest du dich in der Friendzone.

Adaptiert auf die Situation mit deiner Ex-Freundin bedeutet das, dass der Funke zwischen euch erst wieder neu entstehen muss. Das geht aber nur, wenn sich eine gewisse Spannung und Anziehung entwickeln kann. Durch ein freundschaftliches Verhältnis ist aber genau das unmöglich.

Also lass dich nicht auf eine bloße Freundschaft mit ihr ein, in der Hoffnung, dass sich daraus wieder mehr entwickeln kann. Deine Ex-Freundin wird dich so nur noch als Kumpel wahrnehmen, dem sie vielleicht sogar von neuen Eroberungen erzählt. Das ist sowohl für dein Selbstwertgefühl, als auch für deine Anziehung auf sie nicht gerade förderlich. Und beides wirst du brauchen, wenn du sie zurückerobern willst.



Vorwürfe und Diskussionen vermeiden

Deiner Ex-Freundin Vorwürfe zu machen oder eine Diskussion vom Zaun zu brechen, bringt sie dir nicht wieder zurück. Ganz im Gegenteil, dadurch wird sie sich nur noch weiter von dir distanzieren. Selbst ein klärendes Gespräch ist direkt nach einer Trennung nicht immer empfehlenswert. Häufig sind Gefühle verletzt worden, was ein sachliches Gespräch quasi unmöglich macht. Sei dir auch bewusst, dass zu einer Trennung immer zwei gehören. Auch wenn du wütend bist, dass es aus ist und du die Schuld an der Misere nur bei ihr siehst, solltest du einen Moment innehalten und darüber nachdenken, wieso es so weit gekommen ist. Mit etwas Abstand und einem kühlen Kopf, sieht man die Dinge oft viel klarer und dir wird eventuell bewusst, dass auch du deinen Teil zur Trennung beigetragen hast. Erst dann macht ein klärendes Gespräch Sinn, bei dem du ihr das Gefühl geben kannst, ihre Gründe nachvollziehen zu können.



Die Mitleidsnummer zieht nicht

Wenn du glaubst, dass du durch die Mitleidsschiene etwas Positives bewirken kannst, dann solltest du schleunigst deine Taktik überdenken. Männer die bemitleidenswert wirken, sind keineswegs attraktiv oder begehrenswert. Aufmerksamkeit kannst du dadurch bekommen, aber keine Gefühle wieder entfachen. Mit solchen Aktionen beförderst du dich regelrecht ins Abseits und machst eine Rückeroberung immer unmöglicher.



Hier ist Vorsicht geboten: Alles den gemeinsamen Freunden anvertrauen

Sollten du und deine Ex-Freundin den gleichen Freundeskreis bzw. gemeinsame Freunde haben, musst du Acht darauf geben, wem du etwas anvertraust.

Du hast selbst bestimmt auch schon mal die Erfahrung gemacht, wie schnell Gerüchte entstehen können und dann die Runde machen.

Ebenso musst du immer damit rechnen, dass sich jemand verplappert oder ein viel engeres Verhältnis zu deiner Ex-Freundin hat, als dir wirklich bewusst war. Also überlege ganz genau, wem du erzählst, dass du versuchen willst sie zurückzuerobern. Bekommt sie von deinen Plänen schon im Voraus Wind, könnte das alle Chancen, die du hast zunichtemachen.



Nicht Eifersüchtig machen

Beim Spiel mit der Eifersucht kann man(n) sich ganz schnell die Finger verbrennen. Wenn du mit dem Gedanken spielst, deine Ex-Freundin eifersüchtig machen zu wollen, solltest du dir folgende zwei Szenarien vorher durch den Kopf gehen lassen:

Szenario 1

Du hast versucht sie eifersüchtig zu machen, dein Plan ging aber nach hinten los. Sie hat dich durchschaut. Die Gefahr ist zu groß, dass deine Ex-Freundin merkt, welches Spiel du spielst und dann hast du deine Chance endgültig vertan.

Szenario 2

Du schaffst es wirklich sie glauben zu lassen, dass es eine andere Frau in deinem Leben gibt. Deine Ex-Freundin akzeptiert die Situation, dass du jetzt eine Neue hast und sieht deshalb keine Chancen mehr wieder mit dir zusammenzukommen. Sie schaut sich in Folge dessen nach jemandem anderen um.

➔ Spiel kein falsches Spiel, sondern sei ehrlich und täusche keine falschen Tatsachen vor.



Kein Sex mit der Ex

Wenn du mit deiner Ex-Freundin Sex hast, ist dagegen erstmal nichts einzuwenden. Hast du aber die Ambitionen wieder mit ihr zusammen zu kommen, sind Bettgeschichten keine gute Idee. Durch Sex baust du keine langfristige Anziehung zwischen euch auf oder löst eines der Probleme, die zur Trennung geführt haben. Stattdessen befriedigst du nur ein kurzfristiges Verlangen.

Übe dich deshalb in Zurückhaltung und gib euch Zeit wieder eine gewisse Spannung entstehen zu lassen.



Keine Strategie haben

Den größten Fehler den du machen kannst, ist es keine Strategie zu haben. Die wenigsten Männer sind Naturtalente wenn es darum geht, die Ex-Freundin wieder zurückzuerobern. Du solltest dich nicht auf Bauchentscheidungen verlassen oder im Affekt unüberlegt handeln. In den wenigsten Fällen wird das zum Erfolg führen.

Wie du deine Ex-Freundin durch die Anwendung einer Strategie in weniger als 17 Tagen zurückerobern kannst, erfährst du in diesem [kostenlosen Gratis-Video \(hier klicken!\)*](#)

>> Ja, ich möchte das Video jetzt anschauen!*