Alles, was DU über MICH *wissen musst*

Damit du lange Freude an mir hast

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

mvgverlag

Liebe ist toll! Wirklich, ganz wunderbar. Wenn nur diese ganzen Missverständnisse nicht wären …: Er will ihren Namen in einen Baum schnitzen, und sie denkt: Warum zur Hölle bringt der Kerl ein Messer mit zu unserem Date? Und schon sieht er sie nie mehr wieder.

Es ist vertrackt, es ist schwierig und eine Herausforderung: Da verliebt man sich, und alles ist dufte, der Himmel hängt voller Geigen, und plötzlich ist miese Stimmung – weil sie keine Geigen mag. Oder er hat Höhenangst! Irgendwas ist immer, und am Anfang jeder Liebe steht man von Neuem vor einem riesigen Berg aus Vorlieben, Schwächen, Abneigungen und liebenswerten Eigenheiten.

Kein Wunder also, dass »So habe ich das nicht gemeint« der meistgesagte Satz in Beziehungen ist.

Dieses Buch soll Abhilfe schaffen. Anhand dieser wertvollen Seiten könnt ihr eurem neuen Partner gleich zu Beginn eine fundierte Gebrauchsanweisung an die Seite stellen, die euch vor Schnapspralinen zum Geburtstag und ähnlichen Katastrophen bewahren wird.

Füllt es aus, überreicht es zum fleißigen Studium, und zumindest was euch angeht, kann euer Gegenüber dann eigentlich nichts mehr falsch machen. Und vor allem könnt ihr immer sagen:

Das habe ich dir aber vorher gesagt!

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Liebe/r .....

es ist schön, dass wir uns kennengelernt haben, und ich hoffe, dass wir uns noch recht lange gut verstehen.

Damit du viel Freude an mir hast – sowie für einen möglichst reibungslosen Umgang –, kann dieses kleine Büchlein hilfreich sein.

Hier kannst du erfahren, wie viel Schlaf ich brauche, wie ich meinen Kaffee trinke und wie ich zu Schnapspralinen als Geburtstagsgeschenk stehe. Außerdem enthält es einige wichtige Anmerkungen zu den Themen *Meins/Deins, Eifersucht* und Hilfestellung bei klassischen *Was mache ich wenn*-Situationen.

Herzlich, dein/deine .....

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Grundsätzliches

Ich heiße:

. . . . . .

Und so möchte ich genannt werden:

. . . . . .

Nenn mich bitte nie:

. . . . . .

Weitere Spitz- und Kosenamen, auf die ich gereizt reagiere:

↦

↦

↦

Kosenamen, die ich hingegen gerne höre:

↦

↦

↦

Ich bin geboren in . . . . . am . . . . . .

Und wohne hier:

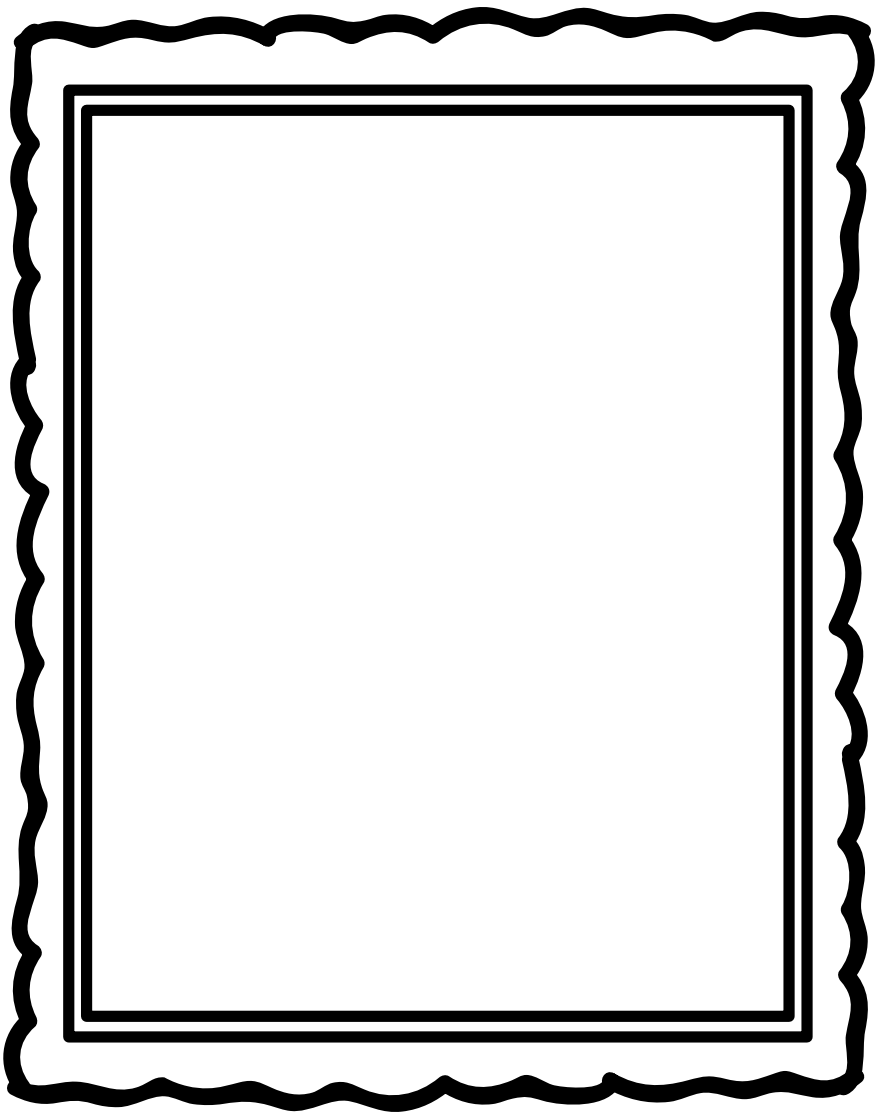
. . . . . .

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Grundsätzliches

Ich bin ..... cm groß und habe Schuhgröße .....

Und das bin ich:



© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Grundsätzliches

Unser Kennenlernen

Wir haben uns kennengelernt am .....

☐ Ich habe allen erzählt, wie wir uns tatsächlich kennengelernt haben.

☐ Ich habe allen diese Geschichte erzählt, wie wir uns kennengelernt haben:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Bitte berücksichtige das bei deiner Erzählung!

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Schlafen und Aufwachen

Ich brauche jede Nacht in etwa ..... Stunden Schlaf.

Ich liege normalerweise:

- ☐ auf der linken Seite
- ☐ auf der rechten Seite
- ☐ auf dem Rücken
- ☐ auf dem Bauch

Und habe gerne:

- ☐ das Fenster offen
- ☐ die Heizung an
- ☐ deinen Arm um mich
- ☐ bloß keinen Körperkontakt

Und das tue ich vermutlich, wenn du schnarchst:

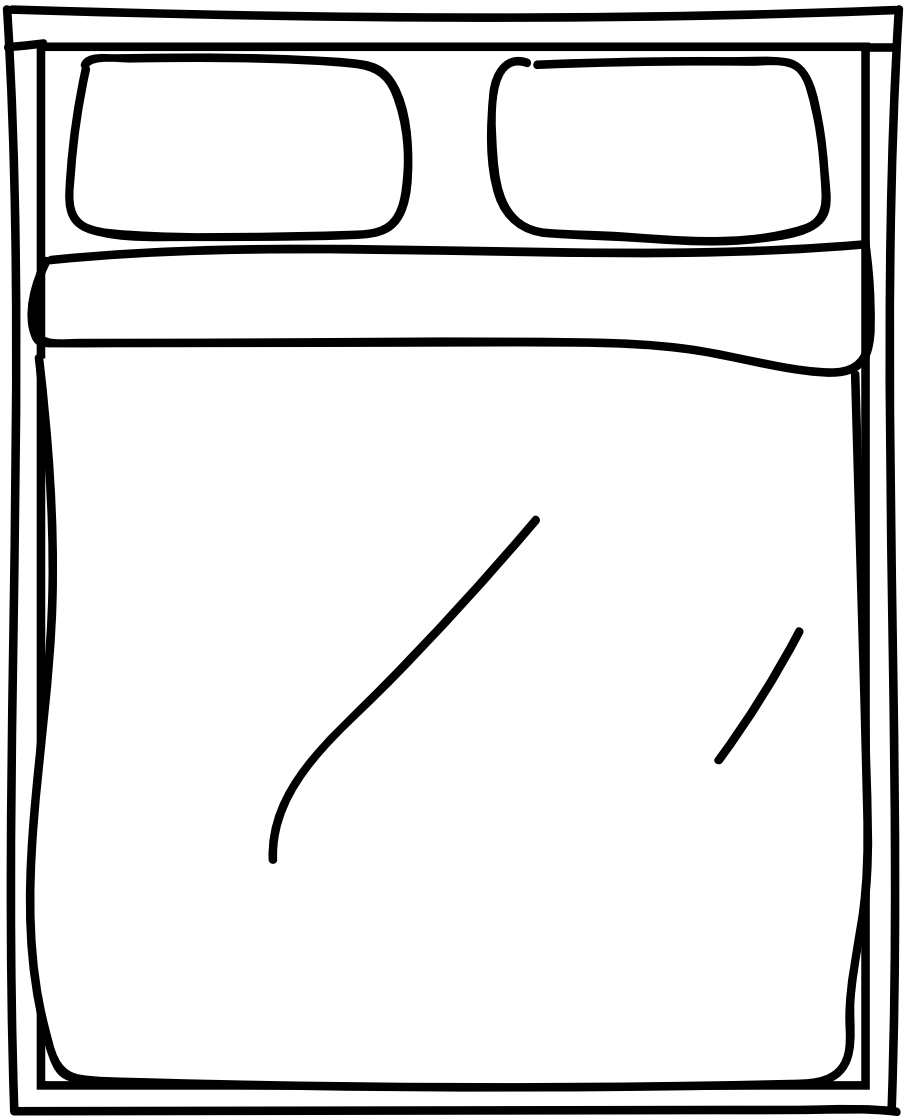
.....

Ich meine es aber nicht böse.

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Schlafen und Aufwachen

Meine Seite vom Bett ist die hier:



© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Schlafen und Aufwachen

Manchmal träume ich nachts schlecht, das macht sich so bemerkbar:

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

Könntest du dann bitte . . . . . ?

Wenn ich nachts aufwache und nicht mehr einschlafen kann, mache ich das hier, das ist ganz normal:

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

Wenn ich nachts geträumt habe, dass du total fies zu mir warst oder mich betrogen hast, brauche ich . . . . . Stunden/Tage, um dir nicht mehr böse zu sein.

Morgens brauche ich . . . . . Minuten/Stunden, bis ich ansprechbar bin.

Wie/Womit man mich am besten aufweckt:

. . . . . .

. . . . . .

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Schlafen und Aufwachen

Das ist ein Morgenritual, das ich immer mache:

. . . . . .

. . . . . .

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Am Morgen:

☐ stehe ich vor dir auf und mache Kaffee.

☐ stehst du bitte vor mir auf und machst Kaffee?

Zum Thema Kaffee: Ich nehme:

☐ Zucker, und zwar so viel: . . . . . .

☐ Milch

☐ Milch und Zucker

☐ Tee

Zum Frühstück esse ich am liebsten:

☐ . . . . . .

☐ nichts

Schlafen und Aufwachen

Das ideale Frühstücksei ist:

☐ hart

☐ weich

☐ der Dotter ist weich, das Eiweiß ist hart

☐ .....

Im Badezimmer brauche ich morgens in etwa ..... Minuten/Stunden.

Während ich im Bad bin:

☐ kannst du ruhig reinkommen.

☐ bist du nicht im Bad.

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Essen und Trinken

Ich ernähre mich:

☐ bio

☐ vegetarisch

☐ vegan

☐ frutarisch

☐ irgendwie

☐ überhaupt nicht

Wenn ich Hunger habe, merkst du das daran:

.....

.....

.....

Für mein – und auch dein – Seelenheil wäre es gut, wenn ab da an etwa

..... Minuten später Essen zur Verfügung stünde.

Welches Fast Food mich in fast jeder Lebenslage besänftigt:

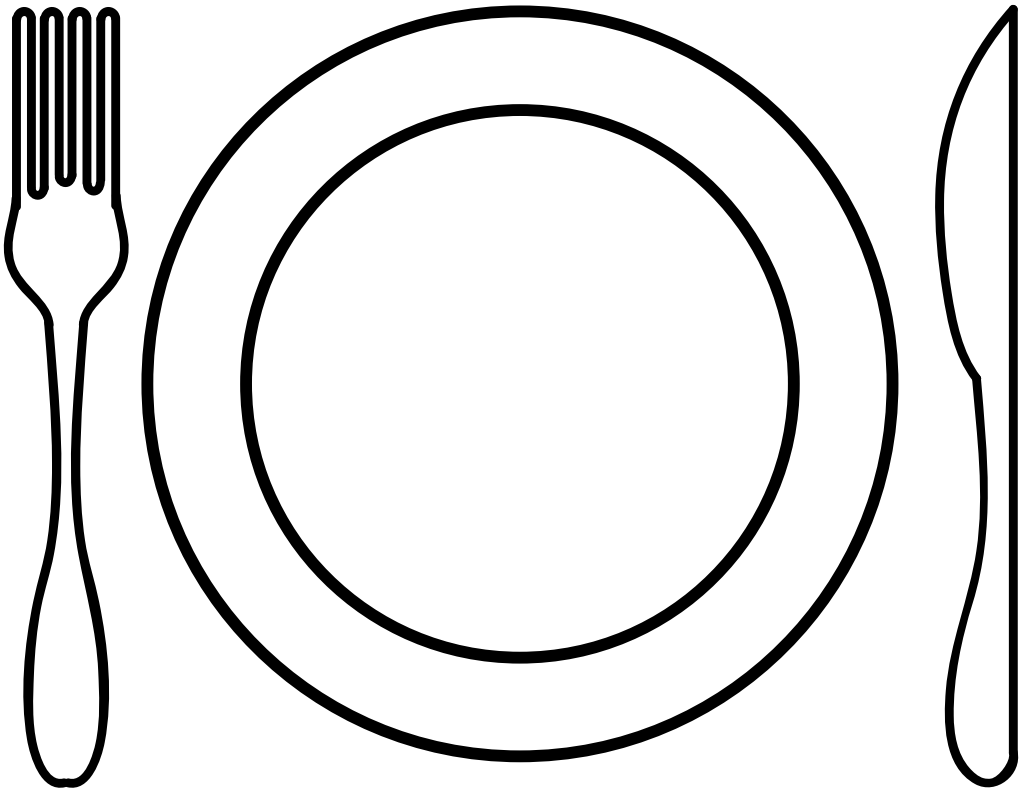
.....

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Essen und Trinken

Wenn du das hier zubereitest, macht du mich extrem glücklich:

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de



Essen und Trinken

Wenn gerad nichts Warmes aufzutreiben ist, tut/tun es auch:

☐ Schokoriegel

☐ Gummibären

☐ Kinderwurst

☐ .....

Ich selbst kann übrigens …

☐ gut

☐ mittel

☐ überhaupt nicht

… kochen.

Mein Mineralwasser bevorzuge ich:

☐ still

☐ mit Sprudel

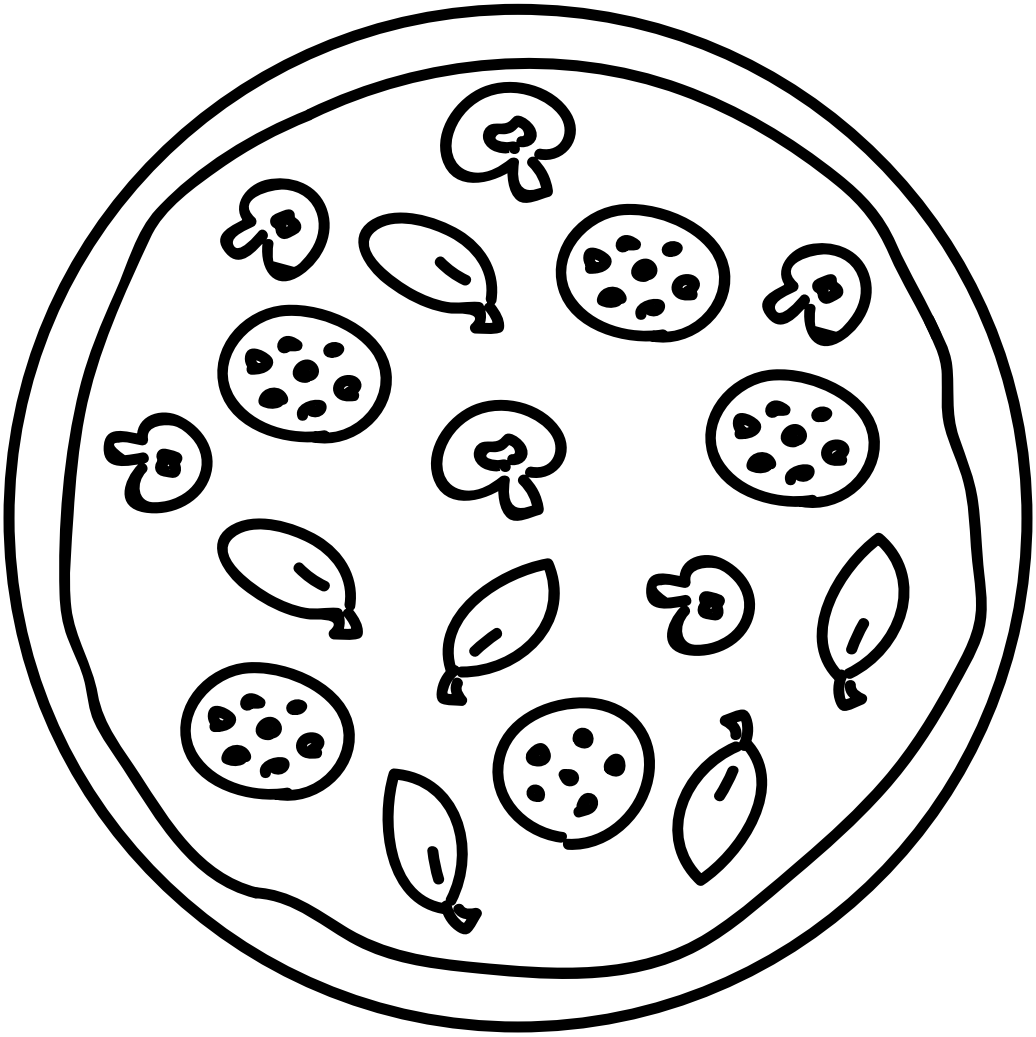
☐ mit etwas Sprudel

☐ von dir die Treppe hochgetragen

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Essen und Trinken

Wenn wir im Restaurant etwas bestellen und sich herausstellt, dass deine Wahl ansprechender ist, solltest du mir exakt so viel von deinem Essen überlassen:



© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Essen und Trinken

Auf welche Lebensmittel ich allergisch bin:

↦

↦

↦

↦

Bei folgenden Gerichten behaupte ich allerdings nur, allergisch zu sein, um die Gefühle des Gastgebers nicht zu verletzten, in Wahrheit mag ich sie nur nicht:

↦

↦

↦

↦

DIE Schokoladensorte:

. . . . . .

Und wann ich sie brauche:

↦

↦

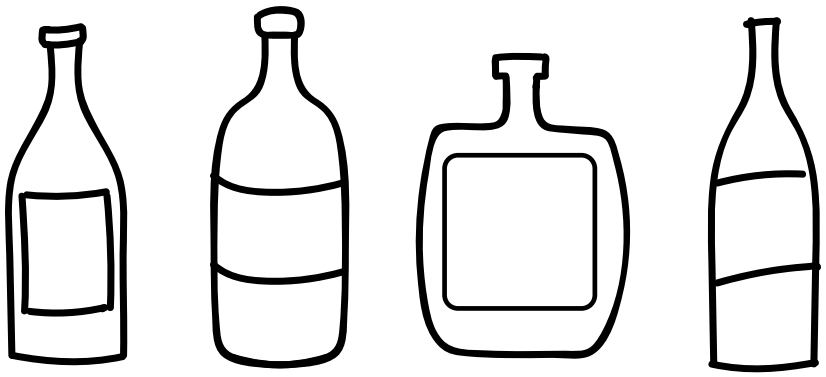
↦

↦

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Alkohol und Trunkenheit

Alkoholische Getränke, die ich am liebsten mag:



Wenn ich einen in der Krone habe und darauf bestehe, einen kompletten Blödsinn anzustellen, könntest du dann bitte:

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

Und wenn ich einen Kater habe, hilft mir am besten:

. . . . . .

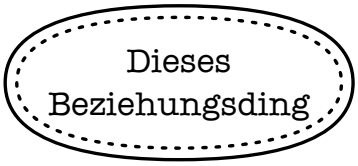
. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

Danke!

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de



Um es vorwegzunehmen: Das Modell »offene Beziehung« finde ich:

. . . . . .

Ich hätte gerne eine Beziehung wie:

☐ Bonnie & Clyde

☐ Willi & Biene Maja

☐ Barbie & Ken

☐ M&M's

☐ . . . . . .

Was meiner Meinung nach die meisten Paare falsch machen:

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

Und wie ich es stattdessen gerne machen würde:

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Dieses Beziehungsding

Ein Paar, das wir kennen und von dem ich finde, dass sie diese »Paar-Sache« irgendwie ganz gut hinbekommen:

. . . . . .

Lass uns nie:

. . . . . .

. . . . . .

Und lass uns immer:

. . . . . .

. . . . . .

Was ich nicht ausspreche, aber gerne von dir hätte:

. . . . . .

. . . . . .

Mir gefällt es, wenn du mich anderen vorstellst als dein/e:

. . . . . .

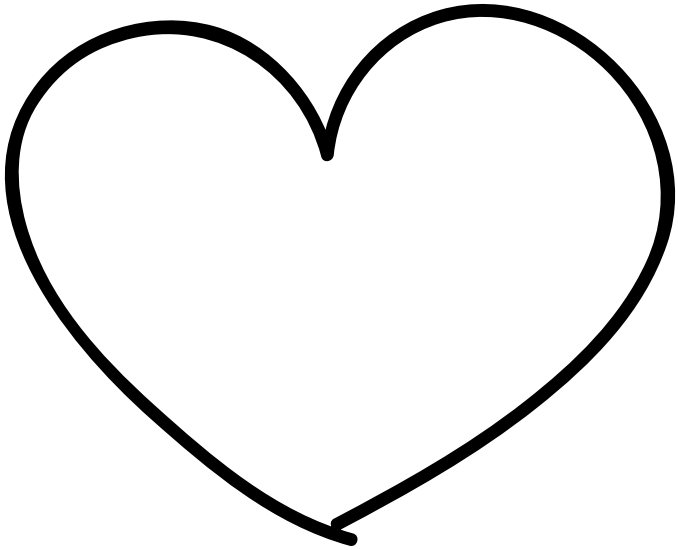
Wenn du mit anderen über mich sprichst, hätte ich gerne, dass du mich so nennst:

. . . . . .

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Dieses Beziehungsding

Ich hätte gerne so viel von deinem Herz:



© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Mein Smartphone:

☐ ist dein Smartphone!

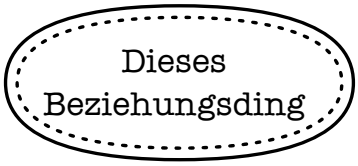
☐ bitte nicht anfassen!

Im Sinne des Briefgeheimnisses:

☐ hast du nichts zu befürchten.

☐ wäre es besser, du lässt deine Post, deinen E-Mail-Eingang und dein Handy nicht einfach so herumliegen.

☐ trage deinen Code und dein Passwort bitte hier ein: .....



Situationen, in denen es mir lieb wäre, wenn wir das Smartphone ausschalten könnten:

↣

↣

↣

↣

Durchschnittliche Zeit, die ich nach einem Streit epischen Ausmaßes brauche, um so weit runterzukommen, dass ich wieder mit dir sprechen kann:

..... Sekunden/Minuten/Stunden/Tage.

Wenn ich mich nach einem Streit wieder vertragen möchte, ist das ein Zeichen dafür:

.....

.....

Dann wäre es nett, wenn du:

.....

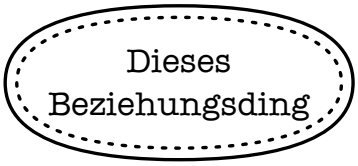
.....

Und das ist ein Zeichen dafür, dass der Streit noch lange nicht vorbei und ich nicht fertig damit bin, sauer auf dich zu sein:

.....

.....

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de



Dann ist es ratsam:

. . . . . .

. . . . . .

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Diesen Knacks habe ich aus meiner Ex-Beziehung mitgenommen, sorry:

. . . . . .

. . . . . .

Am liebsten gehe ich mit dir …

☐ Händchen haltend

☐ Arm in Arm

☐ untergehakt

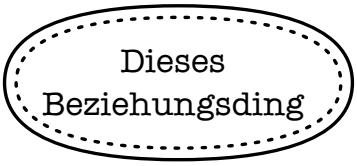
☐ einfach so

… spazieren.

In der Öffentlichkeit:

☐ Küssen!

☐ Nicht küssen!



Fotos von uns …

☐ darfst du

☐ darfst du nicht

☐ sollst du

… auf deiner Facebook-Seite veröffentlichen.

Orte, an denen ich nicht gern knutsche:

↦

↦

↦

Wo ich hingegen sehr gern knutsche:

↦

↦

↦

Auf einer Skala von 1 (wenig) bis 10 (viel) brauche ich so viel Freiheit in einer Beziehung:

1 ⟷ 10

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Dieses Beziehungsding

Ich bin eher der dominante / nicht dominante Part in einer Beziehung.

Liebeserklärungen sind toll. Die Art Liebeserklärungen, die vor einem großen Publikum stattfinden, auf einer Bühne, im Fernsehen oder an sonst einem öffentlichen Ort, sind:

☐ wahnsinnig süß

☐ mein persönlicher Albtraum

Heiraten:

☐ Ich will mal heiraten.

☐ Ich will nicht heiraten.

☐ Ich will zwar nicht heiraten, aber zumindest gefragt werden.

Ich:

☐ habe Kinder und zwar so viele: . . . . . .

☐ hätte gerne mal Kinder und zwar so viele: . . . . . .

☐ habe keine Kinder und will auch keine.

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Dieses Beziehungsding

Ein Zeichen meiner Zuneigung zu dir ist:

. . . . . .

. . . . . .

Bitte lüg mich nie zum Thema . . . . . an.

Wenn du anderen hinterhersiehst:

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

Wenn du mit anderen flirtest:

☐ finde ich das nicht so schlimm.

☐ reiße ich dir den Kopf ab.

Und wenn du fremdgehen solltest, dann werde ich:

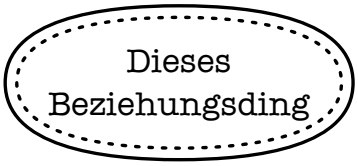
. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

. . . . . .

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de



Welche Eigenschaft meine Eltern besonders an dir schätzen würden:

↦

↦

↦

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Welche Eigenschaft meine Freunde besonders an dir schätzen würden:

↦

↦

↦

Welche Eigenschaft ich besonders an dir schätze/schätzen würde:

↦

↦

↦

Ich halte es maximal ..... Stunden ohne dich aus.
Danach blättere zu »Wenn ich beleidigt bin«.

Ruf mich bitte so oft an: ..... Mal/pro .....

Wenn wir uns verabreden:

☐ Bin ich pünktlich, und du solltest es auch sein.

☐ Bin ich vermutlich .... Minuten/Stunden zu spät, und du kannst es auch sein.

Dieses Beziehungsding

Religion! Ich bin:

☐ religiös, und zwar bei diesem Verein: .....

☐ nicht religiös

Und:

☐ es ist mir egal, ob wir da übereinstimmen.

☐ es ist mir nicht egal, ob wir da übereinstimmen.

☐ es ist mir zwar prinzipiell egal, aber lieber wär's mir schon, wir stimmten überein.

Ich glaube übrigens tatsächlich an:

☐ Außerirdische

☐ Elektro-Smog

☐ Gott

☐ Wunder

☐ Engel

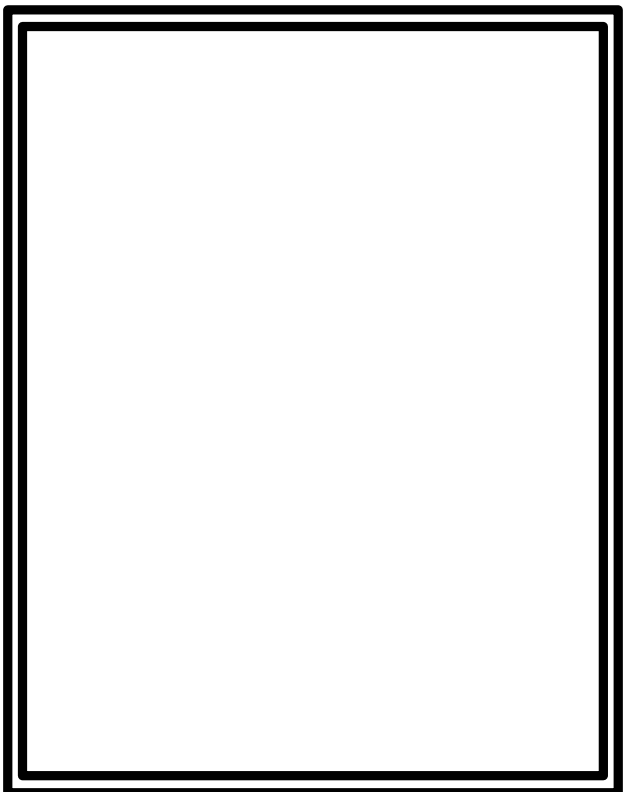
☐ Verschwörungen

Es wäre nett, wenn du dich nicht darüber lustig machen würdest.

© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Dieses Beziehungsding

Im besten Fall bist du dieses Sternzeichen:



© des Titels »Alles, was du über mich wissen musst« (ISBN 978-3-86882-785-9)
2017 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: http://www.mvg-verlag.de

Und das soll sein:

.....

Ein Leben ohne ..... kann ich mir gar nicht vorstellen.