

Wo und wie Du neue Leute kennenlernen kannst

Gehe raus, gehe unter Menschen, tue Dinge, die Dir Spaß bereiten, so lernst Du andere mit ähnlichen Interessen kennen. Das ist eine gute Grundlage für eine Freundschaft. **Hier findest Du ein paar Tipps, wo Du neue Leute kennenlernen kannst und was wichtig ist, um Freundschaften aufzubauen.**

Wo?

- Besuche Einführungsveranstaltungen, gehe zur Ersti-Woche.
- Gründe Lerngruppen.
- Praktika/Nebenjob
- Engagiere Dich/suche Dir ein Ehrenamt (uni-intern oder extern), z. B. AStA, Fachschaften usw.
- Gehe zum Uni-Sport.
- Gehe zu WG-Partys/Wohnheim-Partys/Fachschafts- und Unipartys.
- Organisiere einen Spieleabend mit Kommilitoninnen und Kommilitonen.
- Suche Dir einen Nebenjob.
- Suche Dir ein Hobby (Sprachkurse Uni, Kurse an der VHS,...).
- Gehe zu einer Theatergruppe (Uni).
- Folge Social Media-Kanälen der JGU, die Dich interessieren (Übersicht: <https://www.uni-mainz.de/presse/61029.php>) oder auch lokalen Kanälen.
- Lerne ein Instrument/suche Dir eine Band (wenn Du schon eins spielst).

Wo und wie Du neue Leute kennenlernen kannst

Wie?

- Sei du selbst – authentische Menschen sind sympathischer.
- Achte auf Deine Mimik und Gestik (lächle, halte Blickkontakt, nehme eine offene Körperhaltung ein).
- Ergreife die Initiative, warte nicht darauf, bis andere Dich ansprechen.
- Höre Deinem Gegenüber zu und lasse ihn ausreden.
- Nutze das Wochenende und vernetze Dich an Deinem Studienort (fahre nicht immer nach Hause).
- Trau Dich und geh auf Leute zu (spreche eine Sitznachbarin oder einen Sitznachbarn in der Vorlesung an).
- Nimm Einladungen zu Partys oder Treffen an.
- Lade zu einer Party oder einem Spieleabend zu Dir ein.
- Übe Dich in Smalltalk.
- Biete Deine Hilfe an, höre Deinem Gegenüber zu, zeige Interesse und frage nach, erzähle aber auch mal etwas von Dir.
- Melde Dich regelmäßig und antworte auf Nachrichten.
- Plane Zeit für gemeinsame Erlebnisse ein.
- Sage es dem Anderen, wenn Dir eine gemeinsame Aktivität Spaß gemacht hat.