

„Schau mir in die Augen, Kleines“ - aber richtig!



Lächeln Sie ihn an

Schenken Sie ihm Ihr schönstes Lächeln. Viele Frauen denken, sie vergeben sich damit etwas. Aber es lohnt sich, denn so können Sie ihn sich am leichtesten „angeln“.

Dont's: Auch alle anderen Männer anlächeln. Er wird dann denken, Sie lächeln, weil Sie gute Laune haben – oder weil Sie völlig wahllos mit jedem Mann flirten.

Loben Sie ihn

Schenken Sie ihm Anerkennung. Verwandeln Sie alles, was er sagt, in Gold. Wenn er fragt: „Gefällt dir das Lokal?“ Sagen Sie z. B.: „Ja, sehr, du hast eine gute Wahl getroffen. Ich mag die gemütliche Atmosphäre hier.“

Dont's: Loben Sie ihn nie für etwas, das Sie gar nicht so meinen. Ironie ist bei den ersten Treffen völlig fehl am Platz.

Fühlen Sie sich wohl

Flirten klappt am besten, wenn man sich wohlfühlt und entspannt ist. Spüren Sie Ihren Körper, und sorgen Sie dafür, dass es Ihnen gut geht. Suchen Sie sich z. B. einen anderen Platz, wenn es zugig ist. Oder tragen Sie etwas, worin Sie sich sexy fühlen.

Dont's: Offensiv gähnen und gelangweilt andere Paare beobachten, tut der Stimmung gar nicht gut.

Bewundern Sie ihn

Lassen Sie ihn von seinen Erfolgen sprechen. Fragen Sie z. B.: „Wie hast du es nur geschafft, die Praxis aufzubauen?“ oder „... die letzte Karte für das Konzert zu ergattern?“ Er wird sich großartig mit Ihnen fühlen.

Dont's: Machen Sie sich selbst nicht klein, so nach dem Motto: Toll, wie du das alles kannst. Das werde ich nie hinbekommen.

Flirten kann jeder? Von wegen – auch charmantes Anbandeln will gelernt sein. bella-Redakteurin Uta Missling (34) hat bei einem Single-Coaching mitgemacht ... inkognito!

Sonntagmorgen, 9.45 Uhr, Hamburg-Altona. Ich bin auf dem Weg zu einem Flirtseminar. „Ein was?“, wurde ich in den letzten Tagen immer wieder gefragt. Denn kaum jemand weiß, dass man sich auch in puncto Anbaggern coachen lassen kann. Morgens um 10 Uhr bin ich zwar eigentlich nicht unbedingt in Flirtlaune, aber trotzdem neugierig auf das, was mich erwartet – und vor allem auf die anderen Teilnehmer. Ob es wirklich alles einsame Herzen sind, die nur noch per Nachhilfe die große Liebe finden?

„Dein lila Schal passt gut zu deinem dunklen Teint“

Als ich den Raum betrete, sind die anderen schon da. Ich sehe mich um und kann nicht verstehen, warum die Teilnehmer noch keinen abbekommen haben sollen. Vielleicht waren sie nur nie zur richtigen Zeit am richtigen Ort – so wie ich. Vier Männer und drei Frauen sind bereit, in Sachen Liebe zu investieren. Und zwar Zeit und Geld: 195 Euro kostet das achtsündige Seminar bei Regina Swoboda (43), die extra für uns aus München angereist ist.

Um die leicht verkrampfte Atmosphäre zu Beginn zu lockern, sagt Regina die erste Übung an: „Geht einfach durch den Raum. Schaut, was euch am anderen gefällt, und macht euch gegenseitig ein Kompliment.“ Keine leichte Übung, finde ich. Erst recht, wenn man sich überhaupt nicht kennt. Während ich noch etwas unsicher in die Runde gucke, stehen schon zwei Männer vor mir. Matthias und Georg steht auf ihren Namensschildern. Zu Matthias, einem 1,90-Meter-Mann mit durchtrainiertem Oberkörper, sage ich, dass sein heller Pullover gut zu ihm passt. Und an Georg, der original aussieht wie Reinhard Mey, mag ich die dezente Brille. „Dein lila Schal steht dir gut, der sieht zu deinem dunklen Teint super aus“, sagt Georg ziemlich locker. Matthias sieht ihn an: „Das wollte ich auch gerade sagen.“ Oje, denke ich, das geht ja gut los. Nur meinen schlichten Schal zu loben, ist doch ein bisschen dürftig. Gibt es denn nichts anderes, was Mann mir sagen könnte? Aber ja! Marko kommt auf mich zu und sagt: „Du hast schöne, warme Augen.“ Puh, Glück gehabt! Danke, das ist nett.

Die erste Runde ist schon mal überstanden. Erleichtert lassen wir uns auf die gemütlichen Korbstühle fallen, die brav im Halbkreis stehen. Regina sitzt vorn und läutet die sogenannte Feedback-Runde ein. Wir sollen wissen, wie wir auf andere wirken, wenn wir zum Beispiel bei einem Cappuccino im Café sitzen. Während einer vorn auf dem „heißen Stuhl“ sitzt, stellt die Trainerin Fragen. Was könnte Sabine beruflich machen? Liest Susanne gern Liebesromane? Meint ihr, dass Marko in einer Beziehung kompromissbereit ist? Welche Hobbys könnte Stefan haben? Traut sich Matthias, Frauen anzusprechen? Wir sind alle ganz begeistert, raten die Berufe, schätzen einander ein, ohne auch nur das Geringste voneinander zu wissen. Die

anderen ahnen (noch) nicht, dass ich Journalistin bin. „Die ist Kindergärtnerin“, sagt Susanne, seit zwölf Jahren Single, mit dem Brustton der Überzeugung. Das klingt sympathisch. Stefan meint etwas zurückhaltender, dass ich Friseurin sei. „Sie könnte aber auch in einer Parfümerie arbeiten“, vermutet Georg selbstbewusst. So, so. In der Pause werfe ich einen kurzen Blick in den Spiegel. Habe ich beim Schminken ein bisschen zu dick aufgetragen? Nein, alles normal. Am Abend wird meine Freundin Steffi mutmaßen: „Das haben die wegen deines gepflegten Äußeren gesagt.“

„Ich lächle ihn an und zähle gefühlt bis hundert“

„Signale senden“ ist die nächste Übung. Und das ist gar nicht so einfach. Männer nämlich würden es insgeheim gern sehen, dass wir Frauen Plakate hochhalten, auf denen steht, dass wir Interesse haben. Wir Frauen hingegen schauen am liebsten sofort wieder (verlegen) weg, sobald wir einen Mann attraktiv finden. Die Trainerin schlägt vor, es mit dem Mittelweg zu probieren: mit einem Lächeln oder einem intensiven Blick. Die vier Typen stellen sich wie Zinnsoldaten auf. Ich schenke Marko ein etwas unsicheres, aber dennoch gut gemeintes Lächeln, innerlich zähle ich – gefühlt – bis hundert. Dieser Mann merkt einfach gar nichts. Ich kriege in der Zwischenzeit fast einen Grübchen-Krampf. Dann die Erlösung – er bewegt sich langsam auf mich zu. Dass die Leitung eines Mannes so lang sein kann, habe ich wirklich nicht gewusst. Die Plakat-Variante scheint mir nun doch einfacher, denn Versuchskaninchen Nummer 2 reagiert mit ähnlicher Verzögerung. Oder habe ich mich einfach nur blöd angestellt? Bei Sabine, 44, seit fünf Jahren Single, geht es einen Tick schneller. Sie hat einen unwiderstehlichen Augenaufschlag im Repertoire, der ein-

deutig und zielführend ist. Ich bin beeindruckt. Das werde ich nächsten Samstag auf Steffis Geburtstagsparty gleich ausprobieren.

Jetzt sind mal wieder die Männer an der Reihe. Im Rollenspiel testen wir Flirt-Sprüche. „Du hast so einen hypnotischen Blick, davon kriege ich ganz weiche Knie“, sagt Georg zu mir. Ich auch, denke ich, aber leider nur deshalb, weil seine Anmache so schlecht ist. Die Trainerin fragt, wie ich mich fühle. „Dieser Spruch würde bei mir nie funktionieren“, sage ich völlig entrüstet. Mein Vorschlag: Er soll lieber über etwas Allgemeines sprechen. Wir probieren es noch mal. „Die Frühlingssonne tut richtig gut, oder?“ Wir gehen gemeinsam zum Fenster, schauen über die Dächer der Stadt und geraten tatsächlich ein wenig ins Plaudern. Dass Georg aufgeregt ist, stört mich nicht. Es zeigt, dass er kein abgebrühter Macho ist.

Damit sind wir schon mittendrin in einem wichtigen Thema: Worüber spricht man, wenn man sich überhaupt nicht kennt? Um ein Gespür für die heimlichen Leidenschaften des anderen zu bekommen, setzt sich einer von uns auf den „heißen Stuhl“. Regina stellt Fragen: Welche Filme magst du? Susanne bekommt ganz rote Wangen, wenn sie über die Liebesfilme am Sonntagabend spricht, die sie so gern anschaut. Marko gestikuliert genussvoll, wenn er von seinen Kochkünsten erzählt. Es macht Spaß zu sehen, wie unterschiedlich bei jedem von uns „die Lichter“ angehen. Hinterher gibt Matthias offen zu: „Ich habe bei einer Frau noch nie so genau darauf geachtet, welche Leidenschaften sie hat.“ Vielleicht fällt es ihm von nun an leichter, ein Gespräch am Laufen zu halten. Nach dem Seminar jedenfalls sind wir alle zuversichtlich und haben auch uns selbst ein Stück weit besser kennengelernt. Jetzt müssen wir nur noch zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein ...

Spielen Sie ihm zu

Werfen Sie ihm etwas zu, worüber er mit Ihnen ins Gespräch kommt. Erwähnen Sie z. B. beiläufig etwas über sich, damit er anknüpfen kann. „Draußen scheint die Sonne – ich war schon lange nicht mehr am Meer ... und du?“

Dont's: Detailliert über Ihre letzten Beziehungen berichten. Oder Fragen wie: Hängst du noch an deiner Ex? Wie viele Beziehungen hattest du?

Berühren Sie ihn

Männer mögen es, wenn sie von einer Frau im Gespräch ganz beiläufig leicht berührt werden. Streifen Sie seinen Arm, oder berühren Sie ihn beim Reden kurz an der Schulter. Das wirkt nicht aufdringlich, sondern charmant.

Dont's: Kumpelhaftes Auf-die-Schulter-Klopfen kann die erotische Spannung zwischen Ihnen leicht zerstören und die Stimmung kaputt machen.

Seien Sie nett zu ihm

Führen Sie das Gespräch so, dass er immer eine gute Figur macht. Erwähnen Sie auch mal vor anderen, wie gut er etwas gemacht hat. Er wird es Ihnen mit Charme danken.

Dont's: Zum Beispiel über Operaufführungen sprechen, wenn Sie merken, dass er noch nie eine gesehen hat. Oder erzählen, dass Sie so spät dran sind, weil er sich verfahren hat.



7 Flirt-Tipps von Regina Swoboda

Infos zu ihren Seminaren und Coachings gibt's im Internet unter www.open4life.de