

LEBEN & LIEBE

Die besten Tipps vom Flirt-Meister

BERLINER KURIER
SONNABEND, 25. MAI 2008 25

So kriegen Sie jede(n)!

typisch mann

Sex geht durch den Magen

Eine gute Köchin hat bei Männern bessere Chancen als eine Sex-Bombe – sagen zumindest 55 Prozent. Und 84,5 Prozent der von „Emnid“ befragten Männer haben lieber „einen guten Kumpel zur Frau als eine aufgestylte Schönheit“.

drunter & drüber

Carries Tasche für alle

Carrie Bradshaw setzt jetzt in „Sex and the City“ wieder Trends in Sachen Schuhe und Accessoires. Ein Highlight: die Eiffelturm-Bag. Die Tasche gibt's ab 29. Mai bei Peek & Cloppenburg in limitierter Auflage für 299 Euro zu kaufen.



das schnelle rezept

Von Matthias Buchholz
Restaurant First Floor, Berlin

Sauerrahm-Mousse

Ein Mousse mal nicht als Dessert, sondern als eine feine Vorspeise!

Für 4 Personen:
► 5 Blatt Gelatine im kalten Wasser einweichen, ausdrücken. ► 450 g Sauerrahm glatt rühren. ► Die Gelatine mit dem Saft einer Zitrone auflösen, den Sauerrahm hinzugeben, mit Dill, Salz und Pfeffer abschmecken. ► 250 g fest geschlagene Sahne untergeben. ► Die Masse für 2 bis 3 Stunden im Kühlschrank kalt stellen. ► Mit einem heißen Löffel nach Belieben formen – zum Beispiel Kugeln
► Tipp: Mit gebeiztem Lachs oder Rucola servieren.



Das ganze Leben ist ein Flirt – so lautet das Motto von Phillip von Senftleben. Für ihn trifft das auf jeden Fall zu, schließlich hat er das Flirten zum Beruf gemacht. Landesweit bandelt er in seiner Radiosendung als der „Flirter“ oder „Womanizer“ mit wildfremden Frauen an, ruft sie auf der Arbeit an, um ihnen ihre private Telefonnummer zu entlocken. Und meistens klappt es. Der Flirt-Meister weiß ganz genau, worauf es ankommt. „Das Flirten muss man locker betreiben. Ohne Humor geht da gar nichts. Und man darf sich selbst nicht so wichtig nehmen.“ Dabei ist der Weg das Ziel, Flirten um des Flirtens willen ist die Devise. Wer nur flirrt, weil er eindeutige Absichten hat, der wird kaum landen. „Flirten ist ein Spiel, bei dem man Schritt für Schritt vor-

geht“, sagt Phillip von Senftleben. „Das Bestreben sollte sein, den anderen zum Lachen zu bringen. Wer lacht, öffnet seine Seele.“ Dabei ist es komplett egal, wo man anbandelt. Flirt-Terrain ist überall: Sie stehen Schlange in der Cafeteria? Fragen Sie den Herrn, die Dame hinter Ihnen, welchen Kaffee Sie wählen sollen. Und schon kann der Flirt starten. Dabei darf man sich ruhig auch eine kleine Frechheit erlauben – solange sie charmant rüberkommt. Flirten lernen kann jeder, sagt Phillip von Senftleben. Lesen Sie hier seine Anleitung fürs Flirten mit Erfolgs-Garantie.



Schritt für Schritt zum Liebesglück

Trockenübung: Das größte Problem für viele, die gern flirten wollen, ist es, den Mut aufzubringen, jemand anzusprechen. Beginnen Sie mit „kleinen Kontakten“. Sprechen Sie fremde Menschen mit einfachen Fragen an: „Wie spät ist es?“, „Wo geht's zum Bahnhof?“ Machen Sie das etliche Male am Tag. Je blüufiger Sie sich überwinden, desto mutiger werden Sie.
Selbstbewusstsein: Sich gut zu

fühlen ist sehr wichtig für den erfolgreichen Flirt! Schreiben Sie mindestens 10 Punkte auf, die Sie an sich mögen. Wenn Ihnen nichts einfällt – rufen Sie Ihre Mutter an!
Augenblicke: Weichen Sie niemals dem Blick des Anderen aus. Augenkontakt ist Seelenkontakt. Wer dem Blickkontakt standhält, gilt als stabile Persönlichkeit.
Selbstironie: Nehmen Sie sich

und die Situation nicht zu ernst. Eine selbstironische Grundhaltung wirkt gewinnend. Beispiel: Fragen Sie jemand auf der Straße: „Wo will ich eigentlich hin?“ Sie machen sich vermeintlich zum Deppen, aber Sie werden ein Lächeln ernten – und weiter geht der Flirt!
Lächeln: Lachen Sie zunächst nicht zu viel. Wenn die Situation es zulässt, machen Sie Ihr Lachen zum Geschenk. Ihre

Freundlichkeit wird so als etwas Besonderes aufgefasst.
Die Stimme: Sprechen Sie mit ruhiger und sanfter Stimme. Das spricht für ein gesundes Selbstbewusstsein und suggeriert, Sie haben viel zu geben.
Im Gespräch: Der beste Einstieg ist meist, den ändern um Rat zu fragen. Vermeiden Sie auswendig gelernte Sprüche, ein Flirt muss individuell sein! Versuchen Sie, die Interessen Ihres

Flirtpartners herauszufinden und haken sie da nach.
Komplimente: Auch hier zählt Individualität. Schmeicheln Sie nicht, biedern Sie sich nicht an, sondern machen Sie persönliche Komplimente. Etwa: „Sie haben einen tollen Blick für Kleidung.“
Provokation: Seien Sie ruhig etwas provokant. Eine kleine, freche Unterstellung (etwa: „Sie können wahrscheinlich nicht besonders gut einparken.“) wirkt

Erfolgreicher Strategie

Wie wird man unwiderstehlich? Phillip von Senftleben (38) weiß es. Flirten ist sein Job. In seinen Radioshows entlockt er Frauen ihre privaten Telefonnummern. Mittlerweile gibt der Profi-Flirter auch Seminare. Und er hat einen Ratgeber geschrieben: In „Das Geheimnis des perfekten Flirts“ (rororo; 8,95 Euro) verrät er seine erfolgreichen Strategien.

