

Liebe mit Style



Praxis-Checkliste „Erstes Date“

Mike Winter



Gentlemans Guide:
Womit Sie ganz sicher
im ersten Date punkten
können

Sehr geehrte Männer und Gentlemen,

suchen Sie sich aus dieser Checkliste die Punkte heraus, die Sie für sich persönlich gut verinnerlichen und ohne Mühe umsetzen können. Wenn Sie nur 70% der folgenden Empfehlungen beherzigen, heben Sie sich schon deutlich von weniger aufmerksamen Date-Partnern ab. Mehr dazu und über die Hintergründe erfahren Sie im Buch „Liebe mit Style“ erhältlich über den Buchhandel oder unter www.liebe-mit-style.de

Vor dem Date:

Stil: Der Stil passt zum Date und zum Treffpunkt. Lässig, sauber, gepflegt und dem Anlass entsprechend. Lieber etwas overdressed als zu schlampig. Hemden gebügelt. Kleidung sauber und gewaschen. Saubere Schuhe.

Körper in Form: Haare und Bart geschnitten oder glatt rasiert, Ohr- und Nasenhaare gestutzt. Augenbrauen ohne abstehende Härchen. Körper mit dezenter Lotion eingecremt. Verzicht auf aufdringliches Parfüm. Saubere und geschnittene Fingernägel. Fokus auf angenehmem Geruch.

Vorbereitung: Pünktlich erscheinen. Besser früher kommen. Schon mal die Lage sondieren. Den Tisch für das Date begutachten. Ändern, wenn es nicht passt (Zugluft an der Tür, zu eng, schlechte Sicht usw.). Gemütlich muss es sein.

Die eigene Einstellung: Positive Einstellung. Das Gefühl, alles getan zu haben, um den Termin perfekt vorzubereiten. Die Dinge auf sich zukommen lassen. Ein Glas Wein trinken, um die Nervosität im Zaum zu halten. Sich seiner Fähigkeiten bewusst sein. Nur an den positiven Ausgang denken.

Körpersprache: Sich bewusst machen, wer man ist und was man kann. Aufrechte Haltung, Blickkontakt, vor dem Spiegel geübt, gut auszusehen? Selbstbewusstsein ausstrahlen.

Beim Date:

Herzliche Begrüßung ohne Aufdringlichkeit: Französische Begrüßung mit angedeutetem Küsschen rechts und links auf die Wange oder alternativ eine kurze Umarmung. Darauf achten, die Frau nicht zu drängen. Schauen, was die Frau tut.

Gesten der Höflichkeit: Der Dame aus dem Mantel helfen. Den Stuhl zurückziehen. Das Getränk selbst von der Bar zum Tisch tragen - nicht den Kellner machen lassen, das macht der Gentleman selbst. Aufstehen, wenn die Dame zur Toilette geht oder es zumindest andeuten. Manierlich und langsam essen. Wasser und Wein einschenken, wenn das Glas der Dame leer ist.

Geschenk und Aufmerksamkeit: Eine Blume oder eine kleine Aufmerksamkeit überreichen. Im Restaurant den Kellner um eine Vase für die Blume bitten. Es der Date-Partnerin leicht machen und Wünschen zuvorkommen. Für die Dame mitbestellen, Essen und Trinken vorher gemeinsam besprechen, erste Vorlieben dazu klären.

Namen merken: Sich noch einmal mit Namen vorstellen. Noch einmal nach dem Namen fragen. Den Namen wiederholen, evtl. mit Kompliment. Die Frau am Anfang und auch später immer mit dem Namen ansprechen.

Humor und Lachen einsetzen: Keine platten Witze, Situationskomik ist gefragt. Herausfinden, ob der Humor bei der Date-Partnerin ankommt. Lächeln und Lachen, wann immer es geht. Nicht übertreiben.

Beim Date:

Körperhaltung: Aufrecht sitzen. Keine nervösen oder fahrigen Bewegungen. Gesten, die das Gesagte unterstützen. Blickkontakt halten. Hände auf dem Tisch, nicht darunter. Manierlich und langsam essen. Gewünschte Dinge der Dame über den Tisch reichen.

Körperkontakt: Je nach Stimmung zärtlich berühren, Reaktion abwarten. Zufällig die Hand der Frau berühren, in sanften Kontakt kommen, sich riechen und fragen, ob man riechen darf.

Interesse zeigen: Die Frau ausreden lassen. Lieber schweigen als zu viel reden. Zuhören statt zulabern. Männerthemen vermeiden, auf die Bedürfnisse der Frau eingehen. Offene Fragen stellen. Auf Fragen ehrlich antworten. Vertiefende Gegenfragen stellen. Zustimmung, wenn man einer Meinung ist.

Keine Oberflächlichkeit: Nicht an der Oberfläche bleiben. Ein Thema vertiefen, bevor man zum nächsten übergeht. Verständnis zeigen und versuchen zu verstehen und zu begreifen, was die Frau will. Fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben.

Komplimente: Sagen Sie, was Ihnen gefällt. Seien Sie ehrlich und untermauern Sie ein Kompliment mit einer Begründung. Komplimente nur dann, wenn Sie diese überzeugend an die Frau bringen können. Bedanken, wenn Sie ein Kompliment bekommen.

Beim Date:

Vermeiden Sie Sprechpausen: Das Gespräch sollte flüssig verlaufen, vermeiden Sie Pausen, bereiten Sie sich auf das Date mit ein paar Fragen vor, die das Gespräch während des Dates am Laufen halten, falls es ins Stocken gerät. Langatmige Geschichten oder Monologe vermeiden. Zuhören ist gefragt. Der Redeanteil der Frau sollte über Ihrem liegen.

Raum geben: Lassen Sie Ihrer Partnerin Raum, drängen Sie sich nicht auf. Verzichten Sie auf überflüssige Dominanz. Bleiben Sie im Dialog. Respektieren Sie die Meinung der Frau. Stehen Sie zu Ihrer eigenen Meinung, ohne diese aufzudrängen.

Date-Abschluss:

Rechnung zahlen: Der Gentleman zahlt die Rechnung ohne viele Worte. Der Dame in den Mantel oder die Jacke helfen. Die Tür aufhalten. Nicht aufdringlich verhalten. Anbieten, die Dame nach Hause zu begleiten.

Bedanken: Sich für das Date bedanken. Nach einer eventuellen Wiederholung fragen, aber nicht aufdrängen. Weiteres Date oder Kommunikation vereinbaren, wenn von Seiten der Dame gewünscht.

Gebührlich mit Anstand verabschieden: Immer noch gut, ein angedeuteter Handkuss ohne Berührung. Wenn erwünscht, französische Verabschiedung mit Küsschen rechts und links.

Viel Erfolg bei der Umsetzung
Ihr Mike Winter