

44 Tipps fürs erste Date

Wie Ihnen die erste Begegnung spielend gelingt



L-CHECK



44 Tipps fürs erste Date

Hilfe! Ich habe ein Date!

Die Aufregung ist groß, denn Dein erstes Date mit einer vielversprechenden Frau steht kurz bevor, und 1000 Fragen sind noch ungeklärt. Was ziehe ich bloß an? Wo sollen wir uns treffen? Und was mache ich, wenn sie mir richtig gut gefällt?

Keine Panik!

L-CHECK gibt Dir Hilfestellung für diese wichtige Verabredung.



Davor

Telefoniert erst, bevor Ihr Euch trefft.

So merkst Du schnell, ob ein Date für Dich überhaupt in Frage kommt.

Unterdrück Deine Rufnummeranzeige

Hat sie erst Deine Nummer und ist auch sonst ganz scharf auf Dich, während Du schon beim ersten Telefonat merkst, dass aus Euch nichts wird, dann warst Du clever, wenn Du Deine Rufnummernanzeige deaktiviert hast...

Sei zeitlich flexibel

Schaff Dir einen großzügigen zeitlichen Freiraum.
Du willst schließlich die große Liebe kennenlernen.

Trage Deine Lieblingsklamotten

Wenn Du Dich attraktiv fühlst, strahlst Du das auch aus.
Und das wird dazu beitragen, dass Du Dich sicherer fühlst.

Verabrede Dich niemals bei Dir zu Hause

Das könnte böse nach hinten losgehen und bedarf an dieser Stelle wohl keiner weiteren Erläuterungen...

Sage nicht kurzfristig ab oder lasse sie warten

Was Du nicht willst, dass man Dir tu, das füg auch keiner An`dren zu...
Wenn Dich die Angst vor der eigenen Courage packt, dann lass Dich von Deiner besten Freundin „coachen“.

Reduziere Deine Erwartungen

Stell Dir nicht schon beim ersten Händedruck vor, dass Du später mit ihr im Bett landen wirst. Alles kann, nichts muss. Und wie sie es sieht, das musst Du erst noch herausfinden. Du bleibst auf jeden Fall entspannter, wenn Du Dich einfach mit dem Ziel triffst, eine nette Frau kennenlernen zu wollen.

Nimm Dein Handy mit

Stell Dein Handy auf lautlos, alles andere wäre unhöflich. Aber steck es unbedingt ein, denn vielleicht brauchst Du es, z. B. um Deine beste Freundin anzurufen, damit sie Dich „rettet“...

Trefft Euch an einem neutralen Ort

Fürs erste Date völlig ungeeignet ist z.B. Deine Stammkneipe.
Such Du eine Location aus, in die Du zur Not nie weder gehen würdest...
Besser noch (wenn es das Wetter zulässt) ist ein erstes Date bei nem Spaziergang.
Im Gehen redet es sich leichter... Als Ziel wäre dann ein nettes Café ideal.

Verabredet Euch zeitig

Am geeignetsten ist der späte Nachmittag bzw. der frühe Abend.
Wenn Du Dich frühzeitig abseilen willst, kannst Du sagen, Du hättest noch etwas vor.
Wenn Du sie aber nett findest, lässt sich das Date schön lange hinauszögern...

Sage Deiner besten Freundin bescheid

Informiere sie über Dein Vorhaben, und vereinbart ruhig, dass Sie Dich nach einer Stunde bei Dir anruft. Dann kannst Du ihr verschlüsselt mitteilen, ob alles ok ist oder sie Dich „retten“ muss...z. B. „Nein, du wolltest doch am Montag vorbeikommen“ heißt „Hilfe, die Frau ist furchtbar. Komm bitte zufällig vorbei und setze dich dazu“ oder „Ok, lass uns nochmal telefonieren“ heißt „Die Frau ist klasse. Ich erzähl es dir später...“



Währenddessen

Gib ihr die Hand

Bei der ersten Begrüßung ist es durchaus üblich, sich die Hand zu geben.
Achte darauf, dass Du ihr keinen schwitzigen Klumpen reichst und auch keinen toten Fisch.
Ein warmer, kurzer, kräftiger Händedruck ist optimal.

Lächle Sie an und sage nachdrücklich „Hallo“

Damit wirkst Du schon einmal offen, warmherzig und entspannt

Bleib locker

Du wirst mit einer Wildfremden einen tollen Abend haben. Oder auch nicht.
Aber: Sie trägt dasselbe Risiko wie Du, also entspann Dich.

Sei Du selbst

Ganz wichtig: Das hier ist kein Casting, sondern das echte Leben, also sei auch Du echt.

Überlege Dir, was Du erzählst

Ein kleines bißchen Smalltalk schadet nicht und kann das erste Eis zwischen Euch zum Schmelzen bringen. Danach könnt Ihr dann über Freunde und Familie reden. Und erst nach dem ausgiebigen Beschnuppern des Umfeldes bietet es sich an, Zug um Zug persönlicher zu werden.

Hab den Inhalt Eurer Chats parat

Ihr habt Euch sicherlich vorher ausgiebig im Chat unterhalten oder telefoniert, bevor Ihr Euch jetzt trefft. Versuche, diese Konversation bei Eurem ersten Date einigermaßen im Gedächtnis zu haben. Das signalisiert Interesse und schmeichelt ihr.

Suche nach Gemeinsamkeiten

Wenn Ihr feststellt, dass Ihr denselben Musikgeschmack habt oder Euch über denselben skurrilen Passanten wundert, dann ist das eine prima Möglichkeit, das Eis zum Schmelzen zu bringen...

Überlege Dir, was Du nicht erzählst

Die Welt ist ein Dorf, und die Frauenszene sowieso. Lästereien über Ex-Freundinnen könnten also ganz blöd in die Hose gehen, denn vielleicht ist Deine Ex ja auch ihre... Sex ist als Einstiegsthema auch nicht unbedingt geeignet, es sei denn, Ihr trefft Euch ausschließlich deshalb. Weitere Don`ts: ernsthafte Erkrankungen, existenzielle Ängste und psychotherapeutische Erfahrungen, Vergewaltigungen und sonstige Gewalterfahrungen.

Nimm Komplimente an

Wenn sie Dir sagt, dass sie Deine Frisur klasse findet, dann sage einfach „danke“. Das wirkt natürlich und selbstwusst. Und: Selbstbewusstsein ist sexy!



Wenn Sie Dir gefällt

Schau ihr in die Augen

Die Kunst besteht darin, den Blick zu halten und das „Augenspiel“ so zu spielen, dass es weder aufdringlich noch wie ein Starren wirkt.

Nenn Sie beim Namen

Wenn Sie Dir gefällt, dann schadet es nichts, wenn Du sie ab und zu mit ihrem Namen ansprichst. Das schmeichelt ihr mit Sicherheit, denn es macht sie zu „jemandem“ und gibt ihr das Gefühl, etwas Besonderes zu sein.

Achte auf Deine Tischmanieren

Auch hier wäre es ratsam, Dich kurz vorher noch von Deiner besten Freundin beraten zu lassen, falls Du Dir unsicher sein solltest. Nichts ist so abtörnend wie schlechte Manieren beim Essen. Das bedeutet nicht, dass Du die Spare Ribs mit Messer und Gabel essen sollst, aber danach jeden Finger schmatzend abzuschlecken kann ein wenig daneben gehen.

Bleib höflich

Du musst ihr nicht unbedingt in den Mantel helfen, aber die grundlegenden Höflichkeitsformen darfst Du gern beachten. Die meisten Frauen sind davon angetan, weil es etwas damit zu tun hat, der Anderen Respekt zu zollen.

Sei aufmerksam

Wenn Dein Glas leer ist, dann frag sie vor der Bestellung, ob sie auch ein neues Getränk haben möchte. Hier geht es nicht nur um DEIN Wohl.

Schau sie an

Egal, ob sie Dir gefällt oder nicht: Du bist nun einmal mit ihr verabredet, und da gehört es sich einfach nicht, mit der Dame am Nachbartisch einen Flirt zu beginnen.

Zeige ihr Deinen Sinn für Humor

Achte auf das Humorvolle in dem, was sie sagt, und lache ruhig über ihre Scherze, wenn Du sie komisch findest. Bei einem Flirt kommt es sehr stark darauf an, inwiefern Ihr gemeinsam lachen und Euch gegenseitig necken könnt.

Ermutige sie zur Offenheit

Gib Dir Mühe, die Unterhaltung im Gange zu halten. Sei aktiv beim Zuhören. Lass sie ausreden, und frage auch mal interessiert nach, wenn Dich ein Thema interessiert. Zeig ihr, dass Du ihr zuhörst, indem Du sie anlächelst und ab und zu nickst.

Sei charmant

Mach ihr Komplimente. An ihrer Reaktion wirst Du sehr schnell ablesen können, ob ihr das unangenehm ist oder ob sie sich geschmeichelt fühlt. Ist letzteres der Fall, kannst Du davon ausgehen, dass auch sie Interesse an Dir hat...

Sei auf keinen Fall zu cool

Bei einem Date vorzugeben, man habe das alles schon tausendmal gemacht und sei überhaupt total abgeklärt, bringt gar nichts. Zeig ihr ruhig, wenn Du auch ein bißchen aufgeregt bist. Das ist menschlich.

Mach keine Beziehungsprognose

Dein Interesse an Astrologie in allen Ehren, aber dafür ist es noch viel zu früh. Außerdem bestätigen Ausnahmen die Regel, und dass Deine Ex-Freundin Widder ist und die Beziehung katastrophal endete, disqualifiziert ja nun nicht gleich automatisch Dein Gegenüber.

Überfall sie nicht

Solltest Du ernsthaft an ihr interessiert sein, dann zeig das nicht zu sehr. Lass sie auch ein wenig auf Dich zugehen...

Werde aktiv

Sprich Du von Dir aus an, dass Dir das Date gefallen hat und Du sie gern wiedersehen würdest. Wenn das auf Gegenseitigkeit beruht, solltet Ihr den nächsten Termin ausmachen.

Zahlt getrennt

Egal, ob sie Dir super gefällt oder nicht: Getrennt zu zahlen hat heutzutage nichts mehr mit einer Wertung des Gegenübers zu tun. Es zeigt eigentlich nur, dass Ihr Euch beide nicht in eine peinliche Situation bringen wollt. Blickt gemeinsam auf die Rechnung, das schafft Klarheit.

Überlege Dir gut, wie weit Du gehen möchtest

Sie flirtet Dich an und macht Dir eindeutige Avancen. Schließlich landet Ihr vor Deiner oder ihrer Haustür. Jetzt kommt es drauf an: Wenn Du Dich „auf einen Kaffee“ einlässt, könnte es sein, dass sie denkt, Du wärest leicht zu haben. Wenn Du es nicht tust, dann lässt Du Dir zumindest die Möglichkeit, ein paar Tage lang darüber nachzudenken, ob sie eine Sünde wert wäre. Durch diese Zwickmühle musst Du jetzt allein durch...



Wenn Du Dir nicht sicher bist

Sei auf der Hut

Auch die bezauberndste Frau mit den schönsten Augen der Welt kann eine Lügnerin sein. Glaub also nicht alles, was sie Dir erzählt, oder sei zumindest gewarnt, dass sich der schöne Schein auch in Wohlgefallen auflösen könnte.

Vertraue Deinem Bauchgefühl

Dein Gegenüber sieht toll aus, ist witzig und intelligent, aber irgendwas stört Dich? Dann sei etwas zurückhaltender als sonst. Dein Instinkt wird Dir sagen, warum.

Sei geheimnisvoll

Sie kennt Deinen Namen, vielleicht sogar Deine Handynummer? Das reicht vollkommen bis Ihr Euch näher kennt. Dein Nachname, Deine genaue Adresse, Deine Festnetznummer spielen jetzt noch keine Rolle.

Achte nicht zu sehr auf Äußerlichkeiten

Du lernst sie gerade erst kennen. Vielleicht verbirgt sich hinter dieser Frau ein wahres Feuerwerk, auch wenn sie auf den ersten Blick nicht so wirkt und äußerlich gar nicht Deinem Ideal entspricht.



Wenn Sie Dir nicht gefällt

Zieh die Notbremse

Wenn Du merkst, dass Du zur falschen Zeit am falschen Ort bist, dann beende die Verabredung. Das Leben ist zu kurz für langes Zögern.

Bleib höflich

Auch wenn sie Dir nicht gefallen hat, verabschiede Dich höflich und bedanke Dich für die Verabredung.

Bleib ehrlich

Es hilft niemandem, wenn Du jetzt unehrlich wirst. Sage ihr sanft, aber bestimmt, dass Du kein weiteres Interesse hast.



Danach

Warte nicht ewig

Sie ruft nicht an, obwohl sie es versprochen hat?
Vielleicht war sie nicht ganz so ehrlich, wie Du es Dir gewünscht hättest...
Vielleicht aber hast Du sie so sehr beeindruckt, dass sie sich nicht traut, Dich anzurufen.
Egal, verbring Deine kostbare Zeit bloß nicht vor dem stummen Telefon.

Gib nicht auf

Das erste Date war eine Katastrophe? Verliere nicht den Mut.
Andere Mütter haben auch schöne Töchter.
Triff Dich mit vielen verschiedenen Frauen.
Du wirst sehen, wie Du immer mehr „Übung“ bekommst.



...und falls sie Dir doch Dein Herz gebrochen hat,
dann findest Du demnächst bei www.L-CHECK.de
die besten Tipps gegen Liebeskummer.

