

Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance. Sicher, das ist eine Binsenweisheit – aber sie ist trotzdem wahr: Männer checken innerhalb der ersten 20 Sekunden, ob eine Frau für sie interessant ist oder nicht. Schaut er hin, startet sofort das automatische, 20 Punkte umfassende Beurteilungsprogramm in seinem Kopf: Ist sie sexuell anziehend? Kommt sie als Partnerin infrage? Als Mutter einer gemeinsamen Kinderschar? Die Krux dabei: Wer einmal in die Schublade „fades Frauchen“ oder „anstrengende Zicke“ sortiert wurde, kommt da so leicht nicht wieder heraus. Wir sagen, welche äußeren Merkmale Männer als anziehend empfinden, wie sie daraus auf Ihre persönlichen Eigenschaften schließen – und verraten, auf welche Dinge Sie achten sollten, um bei ihm auf Anhieb die Nummer 1 zu sein!

**Gesicht** Augen sind der Spiegel zur Seele, aber ob Braun, Grün oder Blau ist, was die Männer betrifft, reine Geschmackssache – es gibt keine eindeutige Präferenz. „Prinzipiell gilt, dass große Augen den Beschützerinstinkt wecken und damit besonders anziehend wirken“, sagt der Hamburger Psychologe und Paarberater Dr. Elmar Basse. Setzen Sie Mascara und ein bisschen Lidschatten als Flirt-Turbo ein – ab Seite 96 geben unsere Beauty-Experten Tipps, wie das am besten funktioniert. „Aber auch die Form des Gesichts sendet Signale“, so Basse. „Hohe Stirn, Stupsnase und ein eher rundes Gesicht wurden in Umfragen als am attraktivsten bewertet.“

**Haare** Kein Mann guckt Ihnen auf die Frisur, weil er sehen will, ob Sie die Strähnen mal wieder nachfärben sollten. Die Herren der Schöpfung sind viel oberflächlicher. Beim Anblick einer perfekt gestylten Spray-Welle bekommen sie Angst: „Sie denken daran, wie zickig sie wird, wenn er ihr die Frisur zerstört“, erklärt die Hamburger Flirttrainerin und Buch-Autorin Nina Deißler („Flirten“, Humboldt Verlag, 7,90 Euro).

**Teint** „Männer mögen ein natürliches, glattes Gesicht“, erklärt Dr. Basse. „Hier spielen Urinstinkte eine Rolle. Rosige Haut signalisiert Gesundheit und Fruchtbarkeit.“ Beim Rouge ist trotzdem Zurückhaltung angesagt! „Zu viel wirkt schnell bauernhaft – und das gilt heutzutage nicht mehr als sexy“, so der Experte.

**Flirtbereitschaft** „Viele Frauen glauben, dass sie sich auffällig verhalten, wenn sie einen Mann gut finden, und er es dann schon merken wird – unglücklicherweise haben Männer aber eine lange Leitung“, erklärt Nina Deißler. „Schauen Sie also ruhig öfter und länger rüber als bisher. Entscheidend ist, was Sie dabei denken: Ein

„Huch, was mach ich denn jetzt?“ ist nicht halb so anziehend wie ein „Na, dann komm mal her und lass dich kennen lernen!“, so die Flirtexpertin. Diese Signale kommen bei ihm auf alle Fälle unterbewusst an!

## Selbstbewusstsein

Dr. Elmar Basse warnt: „Auf keinen Fall sollte man sich verstellen und beim Anblick eines interessanten Mannes plötzlich versuchen, Rücken und Schultern zu straffen. Das wirkt unnatürlich, aufgesetzt und verkrampft. Viel wichtiger als eine vermeintlich selbstbewusste Haltung sind Natürlichkeit und Lockerheit.“

**Hände** „Sie sind für Männer ein sehr wichtiges Beurteilungskriterium“, erklärt Dr. Elmar Basse. „Lange Fingernägel gelten als attraktiv, weil sie die Hände optisch verlängern und dadurch zarter wirken lassen.“ Aber die Faszination für gepflegte Krallen hat noch andere Gründe: „Wenn eine Frau Kinder hat, trägt sie die Nägel meist kurz. Lange Nägel signalisieren also, dass Sie noch kinderlos und damit wohl nicht endgültig gebunden sind.“

**Busen** Machen wir uns keine Illusionen: Unser Vorbau wird in den allerersten Sekunden gecheckt. „Umfragen haben ergeben, dass reine Größe

zwar ankommt, ein fester Busen mit hervorstehenden Rundungen aber noch wichtiger ist.“ Die lassen sich natürlich per Push-up-BH leicht herstellen – aber Vorsicht beim Mogeln: „Natürlichkeit ist entscheidend. Wenn ein Mann sofort sieht, dass der Anblick nur dank Schaumstoffeinlagen so einladend wirkt, ist er meist eher erschrocken.“

**Po** Auch bei der Rückansicht haben es die meisten Männer gern prall. Dass viele Frauen über ihren vermeintlich zu dicken Hintern jammern, können die wenigsten verstehen. Also auch bei üppigeren Rundungen: keine Hemmungen, bitte. Jennifer Lopez' Po wird ja von den Kerlen nicht verehrt, weil er so knabenhaft ist...

**Fruchtbarkeit** Bauchumfang geteilt durch Hüftumfang – das ist die Formel für ein ideales Taille-Hüft-Verhältnis. Ist das Ergebnis kleiner als 0,85, haben Sie den Fruchtbarkeits-Check bestanden. Männer sind seit Jahrtausenden darauf programmiert, auf den ersten Blick



## Lippen

Ein roter Schmollmund ist schon auf den ersten Blick ein erotisches Signal, klar. Denn unsere Lippen symbolisieren für Männer den Schambereich, eine kräftige Farbe wirkt da wie eine sinnliche Verlockung. Allerdings: Wenn Lippenstift schlecht aufgetragen ist oder, noch schlimmer, auch die Zähne etwas vom sündhaft teuren „Rose Red No. 12“ abbekommen haben, wirkt das auf Männer eher abstoßend!

64

zu beurteilen, ob die sexy Frau, mit der sie flirten, eine gute Mutter abgegeben wird. Ein im Verhältnis zur Taille breites Becken lässt sie auf Empfängnisbereitschaft und Gesundheit schließen. Durch einen breiten Gürtel, der die Taille betont, können Sie diesen Eindruck sehr verstärken.

**Niveau** Sie haben ein schönes Dekolletee und lange Beine? Prima! Aber: Zeigen Sie nicht zu viel davon, sonst werden Sie schnell in die falsche Kategorie eingestuft. „Ein übertrieben tiefer Ausschnitt oder ein extrem kurzer Rock wirkt eher plump“, weiß Dr. Elmar Basse. Männer sind tief im Herzen Jäger – und wenn die Beute allzu willig erscheint, dann kann ihr Jagdtrieb binnen Sekunden erlahmen.

**Duft** „Zu viel und zu aufdringliches Parfum ist eines der häufigsten Ausschlusskriterien“, so Nina Deißler. „Weniger ist hier eindeutig mehr.“ Ein Duft, der leicht in der Nase kitzelt, wenn Sie in der Nähe sind, macht Lust auf mehr. Eine Dunstwolke weckt Zweifel an Ihrer Körperhygiene.

**Reichtum** Auch die finanziellen Gegebenheiten werden von ihm auf den ersten Blick gescannt. „Männer suchen eine Frau, die sie beeindrucken können. Und das geht bei vielen eben über finanzielle Potenz“, erklärt Dr. Basse. Wenn er Sie mit auffällig teurem Schmuck und in edelstem Designerkleid erspäht, gibt es für ihn zwei Erklärungen: Entweder Sie sind vergeben und werden von einem anderen versorgt. Oder Sie haben das Geld selbst verdient, brauchen also keinen Beschützer und Umsorger – aber in dieser Rolle gefällt er sich doch am besten! Also: nicht unbedingt immer mit Omas Erbjuwelen losziehen...

**Zickigkeit** Ob in einer Bar, im Restaurant oder im Club: Meist begegnet man sich in der Öffentlichkeit. Und wenn die potenzielle Flirtpartnerin ihren Sex on the Beach ohne Rum, dafür mit Maracujasaft, aber bitte nur mit ökologisch angebauter Ananas und ohne Deko-Kirsche bestellt, wird er sie eher nicht auf den nächsten Drink einladen. Gleiches gilt, wenn sie selbst bei harmlosesten Ereignissen in ein „Oh mein Gott, ich glaube es nicht!“ ausbricht.

Denn auf eins stehen Kerle partout nicht: hysterische Szenen. Da ergreifen sie ganz schnell die Flucht.

**Schuhe** „Highheels wurden erfunden, weil sie eine gewisse Zerbrechlichkeit signalisieren“, erklärt Dr. Elmar Basse. „Eine Frau hat durch sie einen trappelnden Gang und wirkt beschützenswert.“ Aber Turnschuh-Trägerinnen aus Leidenschaft sollten sich nicht in Zehn-Zentimeter-Peep-toes zwingen. „Wenn Sie in Ihren Schuhen nicht laufen können, wirkt das nur albern, aber nicht sexy“, so Flirttrainerin Nina Deißler.

**Lässigkeit** Trinken Sie Ihren Kaffee in hektischen, kleinen Schlucken? Kein gutes Zeichen. „Auch wer sich ständig am Rock zupft, wirkt nicht sexy“, so Nina Deißler. Männer schließen daraus: Die Frau kommt nie zur Ruhe, kann sich nicht hingeben – auch nicht im Bett. Die oberste Devise lautet also: Gelassenheit ausstrahlen!



**Styling** „Frauen wollen wegen ihrer inneren Werte gemocht werden, klar“, sagt Flirtexpertin Nina Deißler, „aber die kann er auf den ersten Blick ja nicht sehen!“ Deshalb empfiehlt sie eine „zielgruppengerechte Verpackung“, sprich: Sie darf ihre Reize gern hervorheben. Es muss kein Minirock sein, aber schon in sexy sitzender Jeans mit modischem Top lässt sich besser flirten als in Schlabberhosen mit Wollpulli.

**Job** Was macht sie beruflich? Das verrät vor allem die Frisur: „Ein akkurater Bob oder Kurzhaarschnitt wirkt zielstrebig“, so Dr. Basse, „das lässt eine Karriere im Marketing, in einer Kanzlei oder Versicherung vermuten.“ Praktisch zurückgesteckt sieht nach Lehrerin oder Ärztin aus, stylische Farben oder Schnitte passen zu einem Job in der Kreativbranche. Allerdings dürfte ihm im Zweifelsfall Ihr Job egal sein, denn instinktiv bevorzugen fast alle Männer eins: lange Haare. Vielleicht, weil sie uns daran dann in ihre Höhle schleifen können...?

**Leidenschaft** Männer flirten lieber mit einer Frau, die gerade lustvoll einen großen Teller Pasta schlemmt, als mit einer Salat-ohne-Dressing-Verkosterin. Kulinarische und sexuelle Lust liegen nah beieinander und Männer mögen es herzlich! Laut einer Umfrage von „Elite Partner“ hält jeder dritte Mann Spaghetti Bolognese für das perfekte Essen beim ersten Date.

**Humor** Lachen wirkt aufgeschlossen und macht sympathisch. Dass Männer dabei nur auf mädchenhaftes Kichern abfahren, hält Flirtcoach Nina Deißler für ein Gerücht: „Ich habe die lauteste Lache Hamburgs und damit noch nie ein Problem gehabt“, sagt sie. Eine Frau, die lacht, zeigt, dass sie lustig und gleichzeitig lustvoll ist – für ihn die perfekte Kombination!