HAT GEKLAPPT! Jemanden auf offener Straße kennenlernen gehört zu den Königsdisziplinen des Flirtens – kann man aber lernen

FOTO: MARLEY KATE/THELICENSINGPROJECT.COM

VERLERNEN WIR DAS FLIRTEN?

Im digitalen Zeitalter scheint die Gefahr, die große Liebe offline zu verpassen, größer zu sein denn je. Das muss nicht sein: worauf man achten sollte, was unser Gesicht verrät

TEXT **MONIKA DITTOMBÉE**

So viele verpasste Momente. Vorhin dieser lässige Typ vor der Eisdiele. Was, wenn ich zurückgelächelt hätte? Stattdessen war ich zu erschrocken, um zu reagieren. Starrte schnell aufs Smartphone, als ob da gerade weltbewegende Dinge geschähen … Würde sich das Leben ändern, wenn man in einem entscheidenden Moment endlich mal Mumm hätte? Womöglich ja. Ein Flirt soll sich eigentlich leicht und spielerisch anfühlen – und genau das fällt uns verdammt schwer.

Zumal ein Flirtversuch oft nicht mal erkannt wird. In einer US-Studie kam heraus, dass Männer in nur 36 Prozent der Fälle einen Annäherungsversuch erkennen. Das Ergebnis bei den Frauen: noch miserabler! Ihre Trefferquote liegt bei nur 18 Prozent. Verlernen wir etwa das Flirten?

„Theoretisch müsste man eine Frau fünfmal anflirten, bevor sie es überhaupt merkt“, weiß Dirk W. Eilert, Mimikexperte und Autor von „Der Liebescode. Wie Sie Mimik entschlüsseln und Ihren Traumpartner finden“. Ein Dilemma. Warum das so ist? „Weil Männer subtiler flirten. Sie lächeln zu wenig. Sie denken, dass sie ein entspanntes Gesicht aufsetzen, wirken dabei aber abweisend, ohne es zu ▸

DA GEHT WAS! FLIRTSIGNALE

Die fünf wichtigsten Indikatoren dafür, dass da was gehen könnte

1 BLICKKONTAKT
IN EINER BAR BEDEUTEN UMHERSCHWEIFENDE BLICKE: DA SUCHT JEMAND SEINE FLIRTCHANCE. WENN SICH DIE BLICKE DANN ZWEI BIS DREI SEKUNDEN TREFFEN – LOSLÄCHELN!

2 INTERESSE
MAN SIEHT'S AM LEICHTEN HOCHZIEHEN VON AUGENBRAUEN UND OBEREN AUGENLIDERN SOWIE AM LEICHT OFFENEN MUND. PROFIS ACHTEN AUF ERWEITERTE PUPILLEN.

3 LIPPEN SCHÜRZEN
DER MUND IST LEICHT GEÖFFNET, ALS WÜRDE MAN „OOH" SAGEN. IM GESPRÄCH BEDEUTEN GESCHÜRZTE LIPPEN, DASS DAS GEGENÜBER BEIM ZUHÖREN ÜBER ETWAS NACHDENKT.

4 DREIECKSBLICK
DER BLICK WANDERT VON DEN AUGEN ZUM MUND UND WIEDER ZURÜCK, BILDET ALSO EIN DREIECK. EXPERTEN WIE DIRK W. EILERT (S. BUCHTIPP) DEUTEN DAS ALS SEXUELLES INTERESSE.

5 ECHTE FREUDE
WICHTIGSTES ERKENNUNGSMERKMAL: DIE AUGEN LACHEN MIT, FÄLTCHEN ENTSTEHEN. DIE MUNDWINKEL ZEIGEN NACH SCHRÄG OBEN, DIE AUGENDECKFALTE IST ABGESENKT.

BUCHTIPP

Spannender Trip durch die Welt des Gesichterlesens – mit guten Beziehungsanbahnungs-Tipps

DER LIEBESCODE – Wie Sie Mimik entschlüsseln und Ihren Traumpartner finden, von Dirk W. Eilert, 288 S., Ullstein Verlag, 14,99 Euro

wollen. Lächeln ist nicht cool genug." Eigentlich schade, denn ein Lächeln ist der kraftvollste Gesichtsausdruck beim Flirten. Alle anderen Signale erfordern ein genaues Scannen, denn es sind feinste Bewegungen, die nur maximal 500 Millisekunden in der Mimik erscheinen.

Anhand der Videoanalyse eines Speeddatings mit elf Teilnehmern und 30 Gesprächen à drei Minuten konnte Eilert mit einer Trefferquote von 93 Prozent vorhersagen, ob es zwischen einem Paar funkt oder nicht: Aus einzelnen Mimiksignalen während der Gespräche errechnete er den Flirtquotienten. Wenn ebenso viele Positivsignale (siehe Kasten oben) wie Stresssignale (Kasten unten) auftauchten und keine Ablehnungssignale, war's ein rosaroter Volltreffer! Flirten ist eben ein ambivalenter Prozess, der von der Dynamik aus Anziehung und Angst lebt, daher sind Stresssignale tatsächlich ein gutes Zeichen.

Wenig Raum für Interpretationen bleibt hingegen bei den Ablehnungssignalen: geschlossene Körperhaltung (beispielsweise verschränkte Arme), abgewandter Kopf, Naserümpfen, reglose Mimik, null Blickkontakt? Ziemlich klare Sache. Absolutes Killersignal ist das einseitige Hochziehen der Oberlippe – wie ein kurzes Zucken: „Das steht für Verachtung", weiß Eilert. „Die meisten Frauen haben dabei sogar gelächelt. Das ist fatal, weil kaum erkennbar." Überhaupt lächeln Frauen im Gegensatz zu Männern eher zu viel – allerdings in der Art des „sozialen Lächelns" ohne Beteiligung der Augen.

Die gute Nachricht: Wenn wir ein echtes Lächeln sehen und nur eine leise Ahnung haben, dass wir gerade angeflirtet werden, liegen wir meistens richtig. Also: auf äußerliche Zeichen und eigene Instinkte achten!

DA GEHT WAS! STRESSSIGNALE

Nervosität, Angst vor einem Korb: Wer Stresssignale bemerkt, darf sich schon freuen

1 SCHNELLES BLINZELN
NORMALERWEISE BLINZELN WIR 10- BIS 15-MAL PRO MINUTE, IN BESONDEREN ERREGUNGSZUSTÄNDEN STEIGERT SICH DIE BLINZELFREQUENZ AUF BIS ZU 60-MAL IN DER MINUTE.

2 SCHLUCKEN
DIE WORTE FÜHLEN SICH SCHWER AN. MAN WILL STÄNDIG WAS TRINKEN, DENN DER MUND IST TROCKEN. MAN MUSS HÄUFIG SCHLUCKEN VOR AUFREGUNG – EIN GUTES ZEICHEN!

3 BERUHIGUNGSGESTEN
BEI NERVOSITÄT BERÜHREN WIR UNS SELBST, DAS BERUHIGT DIE NERVEN. FRAUEN SPIELEN MIT DEN HAAREN ODER AM HALS. MÄNNER TASTEN DAS KINN AB ODER KRAULEN DEN BART.

4 STOTTERN
ODER WORTWIEDERHOLUNGEN: AUF EINMAL WERDEN EINFACHSTE SÄTZE IRRE KOMPLIZIERT. „ICH ... ICH HEISSE, ICH HEISSE ARNE" – SICHERES INDIZ FÜR HOHEN STRESSPEGEL!

5 VERLEGENHEITSGESTEN
KONTAKT! HERRLICH! ABER WIR WERDEN FAHRIG. PRESSEN LIPPEN ZUSAMMEN, LÄCHELN VERLEGEN VON SCHRÄG UNTEN, FUMMELN MIT DER HAND IM GESICHT HERUM, WERDEN ROT.

„VERGESST DEN LOCKEREN ANMACHSPRUCH!"

Viel entscheidender beim Flirten: die nonverbale Ebene, findet Buchautor und Mimikexperte Dirk W. Eilert

Warum fällt es uns so schwer, Flirtsignale richtig zu deuten?
Weil wir unsere nonverbale Kompetenz verloren haben. Dabei werden wir als Gesichterleser geboren. Kleine Kinder sind darauf angewiesen, die Mimik der Erwachsenen zu deuten. Daher können sie Emotionen in Gesichtern richtig zuordnen, ihre Erkennungsrate liegt bei über 90 Prozent. Bei Erwachsenen liegt die Rate nur bei 50 Prozent – da kann man dann gleich eine Münze werfen. Mit dem Spracherwerb werden Worte wichtiger und überdecken nonverbale Signale. Alle denken, dass bestimmte Sätze beim Flirten wichtig wären. Dabei läuft gerade das Liebeswerben zu 99 Prozent auf nonverbaler Ebene. Es ist viel wichtiger, was ich körperlich und mimisch ausdrücke.

Worte sind völlig egal?
Es gibt einen Turbo im Gespräch: Ähnlichkeit. Ganz egal, ob wir gleiche Filme mögen oder beide joggen. Durch gemeinsame Interessen entsteht Nähe, die man durch gefühlsorientierte Aussagen verstärken kann. Hilfreich dabei: nonverbale Signale durch Spiegelaussagen aufnehmen. Also so etwas zu sagen wie: „Du lächelst?" Das kommt immer gut.

Gilt das für Männer und Frauen?
Ja. Ein Tipp noch für Männer: auf zu viel Imponiergehabe verzichten. Deren Testosteronspiegel steigt beim Flirten um 30 Prozent, was zum Draufgängertum und zur Angeberei führt.

Wie wichtig ist der erste Satz?
Ein schlichtes „Hi" kommt am besten an. Vielleicht noch ein: „Hi, ich heiße Dirk." Das haben Studien ergeben. Wie viele Flirts kommen gar nicht erst zustande, weil man verzweifelt nach einem lockeren Spruch sucht. Ganz wichtig: Bevor ich jemanden anspreche, muss es ein nonverbales Signal gegeben haben, einen Blickkontakt. Dabei entscheidet nicht die Dauer, sondern ob der Blick erwidert wird.

Je öfter, desto besser. Kann man Flirten trainieren?
Die beste Schule ist das Leben. Der erste Schritt: Mitmenschen genau wahrnehmen. Nicht immer aufs Smartphone schauen, sondern in Gesichter. Dort finden wir die besseren Antworten und trainieren dabei unsere Wahrnehmung wie einen Muskel – irgendwann fallen uns dann selbst kleinste Regungen auf.

DIRK W. EILERT
Der Berliner arbeitet als Vortragsredner und Trainer mit dem Schwerpunkt „Mimikresonanz". Info: www.eilert-akademie.de und www.gesichterleser.de

SEVERIN · SUNDERN · GERMANY · QUALITY SINCE 1892
SEVERIN
TECHNIK ZUM GENIESSEN

fresh power

Das vielseitige *Powerpaket* für Deine gesunde Ernährung

Neu in unserem fresh power-Sortiment findet Ihr ab sofort den **SEVERIN Hochleistungsmixer SM 3740**. Mit der Fokussierung auf die gesunde Ernährung kann dieses Powerpaket mehr als nur Smoothies. Mit seinen 6 Automatikprogrammen ist er ideal zur Herstellung von z.B. Shakes, Cocktails, heißen Suppen, Saucen, Dips, Teig, veganer Milch, Babynahrung, Sorbet, Crushed Ice und leckeren Smoothies. Angesagte Inspirationen findest Du im beiliegenden Rezeptbuch.

Leckere *Rezepte* auf severin.de/freshpower