



SCHRITT 3: KENNENLERNEN

Viele Männer verzweifeln, weil sie mit Frauen immer nur logische, rationale Gespräche führen.

Sie sprechen über Zahlen, Daten und Fakten (ZDF).

Vertrauen, sexuelle Anziehung und Liebe sind aber Gefühle. Zum Flirten braucht es also einen Emotionsaustausch, keinen Informationsaustausch.

In der Kennenlern-Phase geht es darum, Vertrauen zueinander aufzubauen und herauszufinden, ob die Frau zu dir passt.

Die 2 Ebenen eines Gesprächs

Ebene #1: Die Oberfläche

- Du wechselst schnell Gesprächsthemen
- Du stellst geschlossene Fragen (Fragen, auf die sie mit Ja oder Nein antworten muss)
- Du tauschst Informationen mit der Frau
- Auf der Oberfläche kannst du dir ein Gesprächsthema raussuchen, welches dich interessiert

Ebene #2: Die Tiefe

- Du tauchst in ein Thema tiefer ein
- Du stellst offene Fragen und lädst die Frau zum Erzählen ein
- Du tauschst emotionale Erfahrungen und Geschichten aus
- In der Tiefe baust du eine emotionale Verbindung zu der Frau auf

5 Wege für eine tiefe Verbindung

Weg #1: Storytelling

- Du erzählst jedes Mal eine Geschichte, wenn du von Erfahrungen aus der Vergangenheit, oder Zukunftsplänen berichtest
- Nutze Gestik, Mimik, Blickkontakt und Stimme, um spannend zu erzählen
- Nutze Lautstärke, Sprechgeschwindigkeit und unterschiedliche Stimmen, um deine Geschichte packender zu gestalten
- Die 4 Elemente einer guten Geschichte sind:
- 1. Konflikt: Innerer Konflikt oder äußerer Bösewicht

- 2. Starke Gefühle: Mach Gefühle groß und stark und zeige sie auch nonverbal
- 3. Überraschungen: Unvorhersehbare Wende, etwas ganz anderes, als man erwartet
- 4. Schnell auf den Punkt kommen: Nur erzählen, was für den Verlauf der Geschichte wesentlich ist

Weg #2: Aktives Zuhören

- Durch Körpersprache und Reaktion zeigst du, dass du wirklich zuhörst
- Menschen lieben volle Aufmerksamkeit
- Zustimmung, Nicken, Feedback geben
- Auffordern weiterzureden („Du hast gerade davon erzählt, wie du...“)
- Paraphrasieren: Du gibst mit eigenen Worten wieder, was du verstanden hast („Du meinst also, dass...“)

Weg #3: Fokus auf Details

- Details wecken eine lebendige, erfahrbare Fantasie
- Statt nur Informationen auszutauschen, erlebt ihr, worüber ihr sprecht
- Statt nur grob ein Thema anzuschneiden, sprich immer wieder über die Details
- Statt zu fragen: Was hörst du so für Musik? Frag zum Beispiel: Wenn du bis zum Ende deines Lebens nur noch auf ein einziges Konzert gehen könntest, wen würdest du dir anschauen?
- Statt zu fragen: Was gefällt dir an deinem Job? Kannst du fragen: Welche eine Sache macht dir auf der Arbeit am meisten Spaß?
- Noch ein paar Beispiele: Was war deine absolute Lieblingssendung als Kind?
- Was hattest du an deinem ersten Schultag an?
- Was hast du letzte Nacht geträumt?
- Was war das schönste Geschenk, was du je bekommen hast?

Weg #4: Ehrlichkeit

- Zeige dich, wie du bist und die Frau wird dir auf Anhieb vertrauen
- Teile mit ihr, was du ehrlich denkst und fühlst, auch wenn du ihr widersprechen musst
- Stehe zu deiner Meinung
- Teile ihr mit, wenn sich etwas gut anfühlt, was sie sagt oder macht
- Teile ihr auch mit, wenn dich etwas stört, oder dich verletzt
- Wenn sie sieht, wie du wirklich bist, kann sie erkennen, ob du zu ihr passt
- Rede offen über Schwächen, Unsicherheiten, aber auch die Dinge, auf die du stolz bist
- Versuche nicht etwas darzustellen, was du nicht bist

Weg #5: Themenwechsel

- Themenwechsel sind wichtig, um den Flirt voran zu bringen und die 3 Fragen beantworten zu können, die du dir permanent stellen solltest: (1. Habe ich Spaß? 2. Passt sie zu mir? 3. Kommen wir uns näher?)
- Wenn dich das Thema nicht interessiert, wechsele das Thema
- Übernimm die Verantwortung, statt zu warten, bis sich das Thema „automatisch“ ändert
- Tauche auf zur Oberfläche (Ebene #1) und schlage ihr ein anderes Thema vor:
- „Ich muss irgendwie gerade an... denken“
- „Lass uns über was Spannenderes reden...“
- „Weißt du was mich wirklich interessiert? ...“
- „Pass auf, ich habe eine Frage an dich...“

SEX
BEIM ERSTEN
DATE

ARON MAHARI