



Foto: hfr

TIPP DES TAGES

Quengelkinder ablenken „Mama, krieg ich noch eine Schokolade?“ Wenn das Kind im Supermarkt zur Nervensäge wird, hilft Ablenkung. Das kann mit einem Kuscheltier, einem Spielzeug oder einem Stück Apfel gelingen.

TELEGRAMM

Comeback für Plisseestoffe

Hamburg – Plisseestoffe haben einen neuen Namen: Pleats. Die nach den 60er Jahren lange verpönten Röcke mit Falten sind nun wieder in Mode, allerdings sind sie aus luftigen Stoffen wie Chiffon gemacht. Röcke aus diesen Pleats werden laut der Zeitschrift „Elle“ am besten mit einem kastenförmigen Top kontrastiert.

Paare leben oft gesünder

Düsseldorf – Mit dem Beginn einer neuen Liebe verabschieden sich viele Paare von ungesunden Gewohnheiten. Jeder Vierte (25 Prozent) gab an, mehr auf seine Gesundheit zu achten, seitdem er in einer Partnerschaft lebt. Das ist das Ergebnis einer repräsentativen Umfrage. 47 Prozent der befragten Paare gab an, in einer Beziehung abends seltener auszugehen. 24 Prozent achten mehr auf die Ernährung als zu Single-Zeiten. Vor allem Männer essen in einer Beziehung ausgewogener (32 Prozent, Frauen: 16 Prozent).

KOLUMNE

Kinder spielen doch nur

Kinder erlernen beim Spielen viele motorische und soziale Fähigkeiten. Für die Kleinen ist es Arbeit und erfordert Konzentration. Besonders in der Kita prasseln täglich viele neue Erfahrungen auf die Kinder ein. Achtsame Eltern planen deshalb nach der Kita Zeit zur Erholung ein. Je jünger ein Kind ist, umso schneller gerät es in die Überforderung, wenn auch am Nachmittag immer Programm ist. Was für uns aussieht, als wenn sie „nur spielen“, ist tatsächlich ein ständiger Lernprozess.

Tatjana Graf-Külper, Heilpraktikerin für Psychotherapie, praxis-tgk.de



E-Mail: ratgeber@mopo.de
Tel: (040) 80 90 57-341,
ab 19 Uhr: (040) 80 90 57-262

Die 10 besten Flirt-Sprüche

Frühling in Hamburg! Die MOPO gibt Tipps, wie Sie Ihren Schwarm perfekt umgarnen

Ob an der Alster oder im Café: Da werden neugierige Blicke ausgetauscht und wird immer wieder rüber gelächelt. Aber was sagt man bloß? Der Hamburger Single-Coach Eric Hegmann erklärt, wie der Einstieg in den Flirt gelingt.

„Anmach-Sprüche haben keinen guten Ruf“, sagt Hegmann (eric-hegmann.de). „Und das zu Recht, wenn sie überfallartig, nicht authentisch und unpassend aufgetischt werden.“ Dabei gäbe es eigentlich keinen Grund zur Sorge: „Der erste Eindruck entsteht zum größten Teil durch Haltung, Gestik und Mimik“, so Hegmann. „Wenn Sie sympathisch wirken, ist es ziemlich egal, was Sie sagen. Wie Sie es sagen, zählt.“ Für MOPO.de hat er die zehn besten Sprüche zusammengestellt:

► **Der Klassiker:** „Hallo,

ich bin ...“ Nicht originell, aber zeitlos und nie falsch! Danach eine Frage stellen, die zur Situation passt – vom Wetter bis zu Musik.

► **Für Mutige:** Zunächst den Blickkontakt halten – und wiederholen. Dann rübergehen. „Du hast mich eben gemustert. War das eine Einladung auf einen Drink?“ Der ehrliche Einstieg für alle, die über den Blickkontakt sonst nicht hinwegkommen.

► **Für Neugierige:** Gemeinsamkeiten sorgen für Vertrautheit: „Das Buch, das Du da hast, habe ich auch gelesen. Wie gefällt es dir?“ Klappt auch mit Handy-Spielen oder Einkäufen jeder Art.

► **Für Gesprächige:** „Hast du Lust, dich zu unterhalten?“ Gerade auf Partys oder im

Café ein unaufdringlicher Einstieg. Tipp: auf die Gegenfrage „Über was?“ eine Antwort parat haben, die zur Situation passt. Gute Zuhörer wirken übrigens sympathischer als Alleinunterhalter.

► **Für Charmeure:** „Du siehst aus wie jemand, den ich gerne kennenlernen würde.“ Zugegeben: Es gibt aufregendere Eisbrecher. Allerdings hat dieser beste Erfolgschancen!

► **Für Begeisterte:** „Du siehst toll aus!“ Wenn nicht völlig falsch vorgebracht, wird zumindest ein „Danke“ zurückkommen. Daraus lässt sich von „Darf ich mir dafür etwas wünschen?“ bis „Darf ich mit dir angeben?“ einiges entwickeln.

► **Für Fürsorgliche:** „Darf ich dir helfen?“ oder „Darf ich dir ... anbieten?“ Jede Frau wünscht sich einen Mann, der für sie da ist. Ein gelungener Start!

► **Für Höfliche:** „Entschuldigung, ist bei dir noch frei?“ Wenn sie Interesse an Gesellschaft hat, wird sie ja sagen. Wenn nicht, kann sie ebenso höflich ablehnen.

Für Männer, die Furcht vor Körben haben.

► **Für Suchende:** „Kannst du mir etwas

empfehlen?“ Funktioniert in der Bar ebenso wie an der Käsetheke. Was diesen Eisbrecher zwar nicht aufregender, aber dafür universell einsetzbar macht.

► **Für ehrlich Interessierte:** „Wie findest du ...?“ oder „Wie gefällt dir ...?“ sind Klassiker! Wer seinem Gegenüber dabei das Gefühl von echtem Interesse daran gibt, ob sie/er sich wohlfühlt, kann damit punkten. Wichtig: Im weiteren Gesprächsverlauf nicht über alles Mögliche lästern! Niemand küsst gern Pessimisten und Nörgler ... SIB



Foto: Fotolia

Wie kommt man mit seinem Schwarm ungezwungen ins Gespräch? Den lockeren Einstieg in den Flirt kann man lernen.