

cosmos dejtingguide

Bli en smart flirtnästarinna

Trött på stela blinddates och halvlyckade krogragg?
Så här tar du makten över ditt kärleksliv och blir ett
dejtingproffs med rätt fångst! AV LINNEA MOLANDER

► En sak är säker: Oavsett om du längtar efter ett seriöst förhållande eller ett roligare singelliv finns det massor du kan göra för att skapa den situation du vill ha. Hur är det med de klassiska movesen när det gäller flirtande? Du kan med fördel skippa dem rakt av.

– Att spela svärfångad eller sitta och vänta på drömprinsen kanske funkade för två generationer sedan, men i dag klarar sig de tjejer som själva tar initiativ bäst i dejtingdjungeln, säger Jess McCann, dejtingcoach och författare till boken *You lost him at hello*.

Cosmo visar hur du tränar flirt-muskulerna på bästa sätt.

1 Förstå ditt värde

Hur många gånger har du suttit på en dejt och funderat mer på om han gillar dig än på om du vill ha honom? Självförtroende är bland det sexigaste som finns, så inför nästa dejt – förutsatt att han vill ha dig och fokusera i stället på om du gillar honom.

– När du trivs med dig själv kommer andra att trivas med dig och det är ditt jobb, inte hans, att se till att du är bekväm, menar dejtingcoachen Jess McCann.

TRICK FÖR ATT BOOSTA SJÄLVFÖRTROENDET: Vilka är dina allra bästa flickvänsegenskaper? Att du är bäst på att överraska eller ditt skarpa intellekt i kombination med stans snyggaste rumpa? Skriv en lista på allt härligt en kille får uppleva när han är ihop med dig. Sätt upp listan på en plats så att du kan se den ofta och läs igenom den särskilt noga innan du går på dejt. Skriv också en lista med egenskaper som du tycker är viktiga hos din nästa pojkvän och ha alltid i minnet att du letar efter en kille som kan förvalta all din härlighet och leva upp till din standard.

2 Leta på rätt ställe

Tänk längre än till krogen, där mycket förvärras i ett alkoholrus och det är svårt att prata. Världen är full av killar och du kan träffa dem

överallt! Frågan är var du tror att din drömkille befinner sig. Plocka fram listan från steg ett och föreställ dig en helt vanlig vecka i hans liv. Var tror du att han håller hus på en fredagskväll eller tisdagseftermiddag? Kanske på ett konstmuseum eller gymmet? Gå dit och träffa honom!

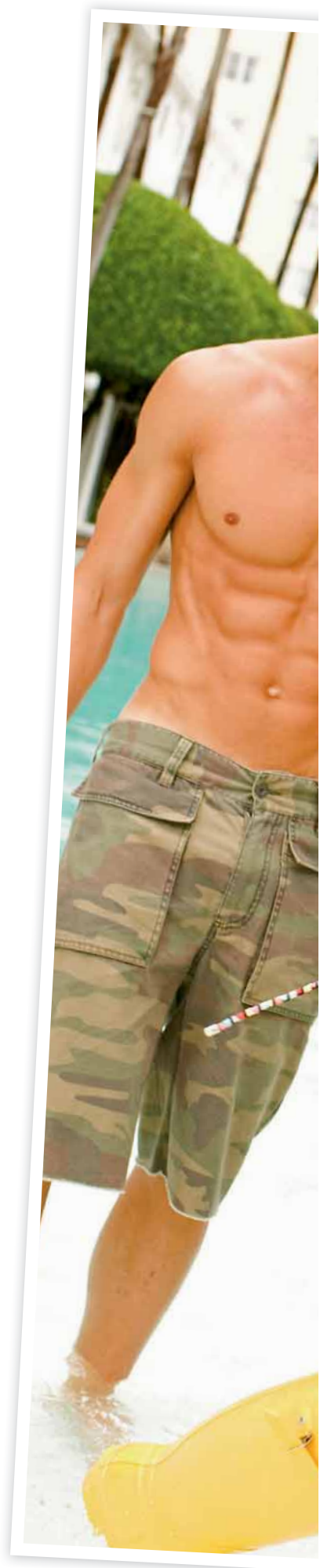
FÅ HONOM ATT KOMMA TILL DIG. Styr upp en aktivitet, såsom en bio-kväll, bowling eller brännboll för alla dina vänner och be dem ta med sina kompisar som du inte har träffat. Det är lättare att träffa någon du gillar bland dina vänner vänner eftersom ni har saker gemensamt och trivs i liknande sällskap. Plus, när du ordnar roliga aktiviteter åt andra träffar du massor av nya härliga människor och kommer dessutom garantera att bli medbjuden på alla roliga saker som de arrangerar.

HÅLL NÄTEN UTE. Håll kontakten med alla trevliga och vettiga killar du

träffar även om det inte blir något mellan er. Han har förmodligen ett helt gäng med lika sköna kompisar som skulle kunna vara (eller känna) din nästa pojkvän.

3 Ta kontakt

För att bli en skicklig flirtnästarinna kan det krävas en del övning. Ta chansen att prata med människor överallt och hela tiden. Inte för att ragga, utan bara för att stretcha de sociala musklerna. När du har övat på tanten vid busshållplatsen, killen i kassan och den trevliga instruktören på gymmet kommer det inte att vara en lika big deal att ta kontakt med den där heta killen som du har spanat in, eftersom du ju är en





Tips: Bjud med dina kompisars kompisar till stranden för ökade dejtöjligheter.

FOTO: SAVA

tjej som alltid pratar med nya människor. Här har du tre steg för att ta kontakt med vem som helst, när som helst:

- **VÅGA TITTA I ÖGONEN.** En blick säger oändligt mycket mer än ord och den är ett lätt och tydligt sätt att skapa kontakt mellan er. Adderar du dessutom ett leende ger du en ännu tydligare inbjudan som han bara inte kan missa.
- **KOM NÄRA.** Det finns alltid ett skäl till att "råka" befinna dig i närheten av honom. Ser du en snygging i bokhandeln kan du börja bläddra i böckerna i samma hylla och på fiket kan du sätta dig vid bordet bredvid. Smidigt och smart trick för att ta nästa steg: Att snacka med honom!
- **BRYT ISEN.** När ni nu både tittat på varandra och är nära blir det nästan konstigt om ni inte börjar prata. Kommentera något, be om hjälp eller ställ en fråga. Känn ingen press på att leverera en "perfekt" öppningsreplik, du ska bara bryta isen för att ta reda på om han är lika trevlig som han verkar. Gillar ni varandra kommer samtalen att flyta på naturligt och i annat fall var du bara en trevlig tjej.

4 Träffa fler killar

Ju fler killar du umgås med, desto fler intressanta span kommer du att hitta.

– Träffar du bara en kille åt gången är det lätt att du blir lite för angelägen eftersom han är ditt enda alternativ, säger dejtingcoachen Jess McCann. Se till att ditt singelliv är så roligt och händelserikt att de killar som vill träffa dig får anpassa sig efter ditt välfyllda schema i stället för tvärtom. En bonus är att du inte längre kommer att ha varken tid eller behov av att sitta och vänta på att mobilen ska plinga till.

SÄTT FART PÅ DEJTANDET: Om du inte ramslar på massor av potentiella killar att dejta är ett lätt och smidigt sätt att regga dig på en nätdejtingsida. Se det som ett smörgåsbord där du får provsmaka allt för att ta reda på vad du gillar utan några krav på att äta upp.

5 Välj och välj bort

När du vet vad du letar efter och träffar nya, härliga män överallt är det dags att ta det vidare med killen som du vill lära känna närmare. Säg att han verkar vara en skön kille, be om hans nummer och föreslå att ni ska hitta på något kul senare i veckan. Svårare än så är det inte! Han kommer garantera att uppskatta att du vågar ta för dig.

Risken finns dock att du kan krossa många hjärtan som flirtnästärinna, så var tydlig med de killar du inte känner något för. Ditt nej behöver aldrig ursäktas eller förklaras, men vill du ändå ha något att skylla på är det alltid vattentätt att säga att det inte känns rätt i magen. ■