

DIE MÄNNER

Checkliste

Ein herzliches Hallo!

Ich freue mich, dass du diese Männer-Checkliste erhalten hast. Mit dieser Liste wirst du mehr Klarheit darüber gewinnen, auf welche innerlichen und äußerlichen Werte du bei einem Mann Wert legst. Manche Punkte mögen banal erscheinen- doch meine Erfahrung hat gezeigt, dass nach ein paar Jahren Beziehung selbst aus Kleinigkeiten ein großer Streitpunkt werden kann.

Diese Checkliste habe ich über die Jahre immer weiterentwickelt. Sie hat mir sehr gut geholfen zu reflektieren, was für einen Partner ich suche und ich hoffe, dass sie dasselbe für dich erfüllt!

Es ist ganz einfach:
Du vergibst bei jeder Frage eine Punktzahl zwischen 1 (niedrig) und 5 (hoch).

1 2 3 4 5

Auf der letzten Seite wartet noch ein Geschenk auf dich!

Viel Spaß beim Ausfüllen!

Deine Vanessa

DIE MÄNNER

Checkliste

Nach diesen Kriterien findest du heraus, worauf du bei einem Mann Wert legst. Vergebe deine Punkte auf einer Skala von 1 (niedrig/nein) bis 5 (hoch/ja).

Äußerlichkeiten

1 2 3 4 5

Sollte er größer sein als du?

Legst du Wert auf eine spezielle Haarfarbe?

Sollte er eine bestimmte Augenfarbe haben?

Sind gepflegte Augenbrauen ein Muss?

Sollte er einen Bart haben?

Ist dir die Größe der Nase wichtig?

Legst du Wert auf schöne, anliegende Ohren?

Sollte er einen trainierten Körper haben?

Sind dir große Hände und Füße wichtig?

Hat er eine reine Haut, die auch gut riecht?

Dürfen die Haare länger sein, circa kinnlang?

Sind Muttermale, Narben und sonstige Makel ok?

Magst du ein markantes Kinn sowie Wangenknochen?

Wäre ein Brillenträger schön?

Hat ein besonderes Körperteil eine gute Größe?

Lifestyle

Sollte er Wert auf Sport legen?

Vegetarische oder vegane Ernährungsweise?

Solariumgänger?	<input type="checkbox"/>				
Gemütlicher Couchpotatoe?	<input type="checkbox"/>				
Unternehmungslustiger Mensch?	<input type="checkbox"/>				
Stilvolle Shoppingbegleitung?	<input type="checkbox"/>				
Weltenentdecker mit großer Reiselust?	<input type="checkbox"/>				
ausgeprägter Ordnungssinn?	<input type="checkbox"/>				
Haushaltsfee?	<input type="checkbox"/>				
Gesundheitsbewusstsein?	<input type="checkbox"/>				
Langschläfer?	<input type="checkbox"/>				
Gute-Laune-Mensch?	<input type="checkbox"/>				
Kaffeeliebhaber?	<input type="checkbox"/>				
Entspannter, gemütlicher Typ?	<input type="checkbox"/>				
politisch engagiert?	<input type="checkbox"/>				
Ist er religiös oder spirituell?	<input type="checkbox"/>				

Beruf und Finanzen

Geht er in seinem Beruf auf?	<input type="checkbox"/>				
Arbeitet er mehr als 10 Stunden täglich?	<input type="checkbox"/>				
verdient er mindestens 5-stellig im Monat?	<input type="checkbox"/>				
trägt er viel Verantwortung im Job?	<input type="checkbox"/>				
Rettet Menschenleben?	<input type="checkbox"/>				
Selbstständiger Unternehmer?	<input type="checkbox"/>				
Orts- und zeitunabhängig im Job?	<input type="checkbox"/>				
Lebt er Kreativität im Beruf?	<input type="checkbox"/>				

Beziehungen/Familie

Liebt und lebt er Familie?	<input type="checkbox"/>				
----------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Hatte er bereits eine erfolgreiche Beziehung?	<input type="checkbox"/>				
Hat er Angst verletzt und enttäuscht zu werden?	<input type="checkbox"/>				
Legt er Wert auf Treue?	<input type="checkbox"/>				
War er bereits verheiratet?	<input type="checkbox"/>				
Hat er bereits Kinder?	<input type="checkbox"/>				
Hat er einen Kinderwunsch?	<input type="checkbox"/>				
Ist er eifersüchtig?	<input type="checkbox"/>				
Hat er mind. 3x/Woche Kontakt mit seiner Familie?	<input type="checkbox"/>				
Möchte dich gleich morgen heiraten?	<input type="checkbox"/>				
Pflegt er seine Freundschaften gut?	<input type="checkbox"/>				
Hat er ein gutes Verhältnis zu seinen Eltern?	<input type="checkbox"/>				
Hatte er eine glückliche Kindheit ohne Traumata?	<input type="checkbox"/>				

Hobbys/Freizeitgestaltung

Ist er ein Fußballfanatiker und schaut alle Spiele?	<input type="checkbox"/>				
Übt einen Mannschaftssport aus?	<input type="checkbox"/>				
Praktiziert Yoga und Achtsamkeit?	<input type="checkbox"/>				
Meditiert jeden Tag?	<input type="checkbox"/>				
Trinkt regelmäßig ein Gläschen mit Freunden?	<input type="checkbox"/>				
Macht 1x/Jahr einen Männer-Urlaub?	<input type="checkbox"/>				
Geht regelmäßig ins Fitnessstudio?	<input type="checkbox"/>				
Läuft gerne draußen?	<input type="checkbox"/>				
Liebt ausgedehnte Fahrradtouren?	<input type="checkbox"/>				
Zockt regelmäßig am PC/Playstation?	<input type="checkbox"/>				
Mag gerne Kochabende?	<input type="checkbox"/>				
Ist ein Hobby-Musiker?	<input type="checkbox"/>				
Lebt seine kreative Ader in Hobbys aus?	<input type="checkbox"/>				

Ist ein Naturliebhaber?

Verbringt viel Zeit mit seinem Haustier?

Ist ein introvertierter Mensch?

Hat eine Idee für jedes Wochenende?

Liebt es Musik zu hören?

Schaut jeden Tag TV?

Ist ein perfekter Shopping-Buddy?

Liebt Kuscheln und Nähe?

Wichtige Eigenschaften

Liebevoll und zärtlich?

Romantiker?

Treue Seele?

Verbindlich und zuverlässig?

Hat dir gegenüber Respekt und Wertschätzung?

Ist intellektuell und gebildet?

Ist männlich und beschützerisch?

Legt Wert auf Ehrlichkeit?

Ist verständnisvoll und mitfühlend?

Liebt seine Freiheit und Unabhängigkeit?

Fürsorglicher Mann?

Hat den gleichen Humor?

Hat ein feuriges Temperament?

Ist harmoniebedürftig und streitet wenig?

Ist einsichtig und nachsichtig?

Ist er ein geduldiger Mann?

Hat er die gleichen Werte wie du?

Ist er dein Double?

Geschafft!

Wie viele Punkte hast du erreicht?
Und was sagt das über dich aus?

Ich habe ein Geschenk für dich!

Sende mir deine ausgefüllte Liste an mail@vanessagericke.com und du erhältst ein kostenloses 30-minütiges Analysegespräch zu deinem Männertyp! (Deine Daten werden nach DSGVO vertraulich behandelt und sofort nach dem Gespräch gelöscht.)

Ich freue mich auf dich!

Deine Vanessa
Mentorin für Singles & Beziehungsglück

