Автор: admin
05.07.2014 17:51 -

Как стать сексуальной? Психологический настрой.

Сексуальность… Как много скрыто в этом слове. Опросив своих знакомых, я пришла к выводу, что у большинства людей оно ассоциируется с пламенем, страстью, тайной, жгучим желанием и коктейлем фантазий. «Ты самая сексуальная на свете!» – пожалуй, лучший комплимент, который мужчина может сказать женщине, потому что сексуальна – значит, желанна. А если мужчина желает женщину, то он готов на многое ради любимой. Разве не этого нам порой не хватает, милые дамы? Чувствовать себя богиней в глазах мужчин.

Для начала необходимо четко уяснить, что представляет собой сексуальность. Словарь даёт такое определение: «Сексуальность – это тот путь, посредством которого мы испытываем и выражаем самих себя как лицо определенного пола». Сексуальность не скрыта где-то в отдельном, изолированном участке нашего мозга. Другие стороны жизни во всем своем разнообразии тоже находят в ней свое место. Я бы хотела добавить, что сексуальность – игра, тонкая грань между откровенностью и запретом. Если ты не открываешься миру – ты затворница, если откровенности много – ты грешна; так вот необходимо выбрать путь, который отдаляет от затворницы, но не превращает в грешницу.

Первый шаг на пути к сексуальности – психологический настрой. Только уверенная в себе женщина может быть сексуальна (если перед Вами робеющая скромница, которая по своей энергетике не уступает составу «Виа Гры», то, вероятнее всего, это умелая игра). Если с самооценкой непорядок, то будем повышать.

Для начала разберитесь с собственными мыслями о себе. Затем перейдите к мнению окружающих о Вас: вспомните всё – и комплименты, и замечания. К критике нельзя относиться враждебно, она даёт нам пищу для размышлений и открывает дорогу к самосовершенствованию. Основные идеи лучше, конечно, записывать, так как на бумаге мысли выглядят более чётко и совершенно. Вторая идея, которая на время должна занять ваш ум: «Чего же мне не хватает для создания сексуального образа?» (Кратко и по пунктам.)

Пример: «У меня отличая фигура, но живот не совсем плоский».
Реакция: «Качать пресс каждый день и выполнять специальный комплекс для этой группы мышц».

Таким образом, мы боремся с недостатками, делаем акцент на достоинствах и повышаем самооценку. «Раз я столько времени на себя потратила то, должно быть, есть изменения!» – и в глазах начинает появляться блеск. В таком случае, могу Вас поздравить с тем, что Вы сделали первый и самый тяжелый шаг на пути к обретению сексуальности. Дополнительными бонусами, к которым очень быстро привыкаешь, станет внимание мужчин – то, отчего нельзя отвыкать в любом возрасте.

Есть, правда, дефекты, которые мы неподвластны исправить, и поэтому должны принять себя такими, какие есть. И не отчаивайтесь; мелкие недостатки могут превратиться в достоинства и сделать Вас необыкновенно очаровательной. Только несовершенная женщина может быть сексуальной, помните об этом!

Ещё один совет: каждый день начинаете с того, что говорите себе, что Вы самая-самая и в ближайшем будущем отражение в зеркале действительно преобразится. Помните героиню Ирины Муравьёвой в фильме «Самая обаятельная и привлекательная»? Так вот, она занималась подобным самовнушением каждый день. А теперь вспомним финал и троих мужчин, чьи сердца она завоевала. Достойный результат.

К психологическому оружию я бы еще отнесла загадочность. Сексуальная женщина всегда таинственна. Она не открывается мужчине полностью, заставляя его додумывать о смысле сказанных слов или о игриво-неприличном жесте. Она не скажет напрямую, а тактично намекнёт о своих планах и намерениях, уйдёт от ответа на неуместный вопрос, взглядом заставит замолчать или, наоборот, сказать что-то важное. Загадки, впрочем, как и всего остального, тоже должно быть в меру. Если Вы целый вечер будете только улыбаться, а вместо предложений отвечать междометьями, то Вас вряд ли пригласят на второе свидание.

Сексуальность – это игра, так что играйте и постарайтесь выигрывать.

Автор - **Ирина Клименко**
Источник