Автор: admin
06.04.2013 23:00 -

Как научиться искусству быть привлекательной?

Наверняка, вам делали комплименты. Наверняка, это было не один раз. Вероятно, вы получали от этого большое удовольствие. Но что же стоит за этим понятием? Как понять, насколько мы привлекательны. Глаза неравнодушных к нам людей не всегда объективны…

Может, на этот вопрос позволит ответить состояние здоровья, общий тонус, настроение, модный прикид? Не все так просто. Оказывается, нужно уметь преподнести себя в комплексе. А начать следует со способности правильно оценить себя.

Одежда
Анализ телосложения дает нам все ключи для подбора гардероба. Стройный человек имеет меньше проблем с подбором туалетов, а обладателей идеальной фигуры не так уж много. Попробуем стать с вами творцами собственного образа.

Недооценивать одежду как средство выражения своего «я» не стоит. Когда вы удачно, со вкусом одеты – вы передаете заряд бодрости и настроения окружающим. Одежда позволяет проникнуть во внутренний мир ее обладательницы, визуально сбросить несколько килограммчиков или подчеркнуть прелести вашей фигуры. Но и устранить небольшие изъяны, придать вашему облику шик, блеск, сделать из вас женщину-праздник, вполне возможно.

И тем не менее, одежда не может скрыть вашу природу. В результате наблюдений, что и почему надевают женщины, пришла к выводу, что манера одеваться связана с уровнем самооценки.

Упадочные настроения, которые появляются в связи с круглыми датами, нужно отменить раз и навсегда. В любом возрасте можно хорошо выглядеть. Необходимо чаще пересматривать гардероб и экспериментировать с внешностью. Вы уже бабушка? Но вы же современная бабушка, следящая за собой. Вместо спиц и крючка для вязания, в сумочке – набор классной косметики. К чему комплексовать? Небольшая коррекция имиджа, и вам снова… столько, на сколько вы выглядите.

У вас когда-то были прекрасные длинные локоны, и вы позволяли себе укороченные юбки? Возможно, пришло время отказаться от этого. Сначала ответьте на вопрос: какой я вижу себя сегодня. Моя работа связана с частыми разъездами, я – офисный работник или же я могу себе позволить свободный стиль в одежде…
Главное - понять, какой стиль именно ваш…

Хорошо выглядеть – хорошо себя чувствовать?
Хорошо, если ваша физическая подготовка в полном порядке. С возрастом достигать физического совершенства все сложнее. Но к этому нужно стремиться…

Физическая нагрузка. Правильное питание, режим дня – наши верные помощники. Тонус и хорошее настроение создают ауру вашей привлекательности. Какая-то небольшая гантелька или компактный тренажер плюс ваша настойчивость способны совершать чудеса. Только не говорите себе, что похудеете и купите тот симпатичный костюмчик, который приметили на днях.

Обаяние, шарм, изюминка…
Вы с удовольствием смотритесь в зеркало. Ваша фигура в полном порядке. Вам удалось сбросить несколько лишних килограммов, вы приобрели стильные и модные вещи, выглядите просто потрясающе. Но это еще не всё! Вам хочется поражать и удивлять, завоевывать сердца… «Я смотрю ей вслед, ничего в ней нет,…а я все гляжу, глаз не отвожу…»

Обаятельные и некрасивые женщины, и даже совсем некрасивые. Но! Им тоже удавалось срывать аплодисменты восхищения.

Принцессу Диану до сих пор боготворят англичане, Эдит Пиаф считают знаменитой парижанкой, гордостью Франции. В чем дело? Обаяние – тонкая штука. Оно находится внутри нас. В свое время Софи Лорен тонко отметила, что «умных женщин мужчины отмечают, красивых глазами «выхватывают из толпы» и только обаятельных … не забывают». Однако можно предположить, что красота относится к оценочным понятиям, а обаяние, скорее, к эмоциональным.

Русские женщины ценятся во всем мире. Вы задумывались над этим? Открытость и

щедрость русского сердца, способность понять и сопереживать партнеру, не эти ли качества ценятся на вес золота?

Комплексный подход к формированию привлекательного имиджа заключается в следующем: опишите на листке бумаги все то, что вы хотите продемонстрировать окружающим. Постарайтесь обосновать, почему имидж Памелы Андерсон сегодня вам соответствует более, чем имидж Верки-Сердючки.

Помните, подражание шаблонам частенько приводит к потере собственного лица. Гораздо лучше подобрать нестандартную упаковку. Прежде чем вы обратитесь к стилисту и визажисту за советом, четко сформулируйте , кого хотите видеть ежедневно в зеркале. «Свет мой, зеркальце, скажи…»!

Автор - **Татьяна Рутенко**
Источник