

## Как правильно себя позиционировать с девушками

Главный герой одного романа Сергея Минаева, который носит довольно красноречивое название The Телки, говорил: «Все дело в том, как ты себя позиционируешь». И это действительно правда. Наша реальность зависит от того образа, который мы придумываем себе и поддерживаем. А уж что касается отношений с девушками, так здесь и говорить не о чем – выставишь себя тупым неудачником, тогда пеняй на себя. Ты можешь не обладать какими-то супер-способностями, но при этом преподнести себя так, что она подумает, будто ты лучший мужчина в мире. Научиться вести себя подобным образом – задача не из легких, но я дам тебе парочку важных и дельных советов.

### Внешнее позиционирование.

**1. Будь самодостаточным.** Самодостаточность – это такая черта характера, которую ни купишь за деньги и не получишь с опытом. Ты ее можешь в себе только воспитать. Самодостаточность твоей личности – то, что всегда привлечет абсолютно любую девушку с совершенно разными запросами. Ты должен всегда вести себя уверенно, оставаться спокойным, даже немножечко хладнокровным, принимать любую ситуацию, как данность – то есть показывать, что ничто не может нарушить твой покой и сбить тебя с толку. Ты всегда должен быть окружен различными девушками – это создаст некий образ, что ты всегда в центре внимания и не обделен женским общением. В свою очередь, это очень хорошо сыграет тебе на руку с девушкой, которая тебе нравится, ведь одно из проявлений самодостаточности она точно увидит в тебе.

**2. Научись говорить о себе.** На самом деле это мало кому дано. Рассказывать о себе интересно, не вдаваясь в лишние и никому ненужные детали и подробности. Не прослыть самовлюбленным и занудой, но четко и открыто рассказывать про свою персону и не бояться выражать свои желания. Пусть для кого-то ты покажешься слишком откровенным или пошлым, но это шокирует. А значит, ты добился главного – реакции и эмоций. Потому что именно это важно при общении с любой девушкой – вызвать у нее хоть какие-то эмоции, потому что если она будет равнодушна к тебе, к твоим историям и образу жизни, то ты не сможешь заинтересовать ее ни дорогими подарками, ни шикарными ресторанами, ни безграничной заботой.

**3. Продумай свой образ.** Ты должен создавать впечатление цельного человека. Твои манеры, твоя походка, твоя мимика, твоя речь, твой стиль одежды, твое тело – все это должно перекликаться между собой, а не выглядеть так, будто ты взял модели поведения совершенно разных людей и захотел по кускам совместить это все в себе. Будь личностью, уделяй внимание даже самым мелким деталям, учись заранее продумывать многие вещи и правильно расставлять акценты.

**4. Обращай внимание на невербалику.** Язык тела – вот за чем нужно следить также, как и за вербальным способом общения – своей речью. Жесты, мимика, движения – все это должно выдавать в тебе уверенного альфа-самца. Даже если ты будешь очень красиво и грамотно говорить, но при этом горбатиться, у тебя будет нерешительная походка, да и вообще во всех твоих движениях не будет твердости, то ничего тебя не спасет. Тренируйся перед зеркалом, смотри на себя со стороны, улучшай и заполняй пробелы.

**5. Бери обратную связь.** Фидбэк, как модно сейчас говорить очень важен в твоём позиционировании. Ты должен видеть, какую ответную реакцию ты вызываешь у девушек. Именно это поможет тебе проанализировать модель своего поведения, учесть ошибки и сделать так, чтобы не допускать их в будущем. Конечно, не нужно прямо спрашивать у девушки «ну как я тебе», но осторожными и хитрыми вопросами свести к этому разговор. Не стесняйся высказывать и свое

мнение о девушке – ничего плохого в этом нет, только не будь резок и категоричен в своих выражениях.

### **Внутреннее позиционирование.**

**1. Измени свои убеждения.** Все твои беды и проблемы исключительно в твоей голове. И твое правильное позиционирование начинается оттуда, а потом уже добавляются внешние признаки. Ты должен сам для себя стать крутым, самым лучшим, уверенным в себе, самодостаточным парнем, а потом пытаться убедить в этом всех остальных. Найди свои сильные стороны, подумай, за что ты сам себя можешь уважать, ставь новые цели, пускай даже и мелкие, но добивайся их. Не думай, как неудачник, выбрось из головы слова «не получится», «я не смогу» и так далее. Кардинально измени свой подход к себе, к миру и к своей самооценке.

**2. Перестань быть хорошим.** Быть для всех хорошим – это такой комплекс из детства, когда тебе хотелось быть самым лучшим для своих родителей, чтобы они без конца тебя хвалили. Теперь ты вырос и ждешь похвалу и одобрение со стороны других людей, а значит делаешь все для того, чтобы быть для них хорошим. Это неправильно, это вредит твоим личным интересам, ты тратишь свое время, которое мог использовать для саморазвития и все равно в итоге не получаешь должного удовлетворения. В конце это все приведет к тому, что тебя будут тупо использовать, а ты так и не научишься правильно себя позиционировать перед другими людьми.

**3. Прокачай внутреннее состояние.** Постоянной нагрузки и работы над собой требует не только тело, но и мозг, поэтому ты без конца должен прокачивать его, как качаешь мышцы в тренажерном зале. Следи за своими мыслями, не позволяй негативу побеждать трезвый рассудок, избавься от синдрома неудачника и научись по-настоящему верить в себя. Это займет не один день, зато очень сильно поможет тебе в дальнейшем избегать множества проблем и добиваться поставленных целей.

**4. Говори «НЕТ».** Не соглашайся на все подряд только потому, что ты боишься отказать. Это только выдает твою неуверенность в самом себе. Если ты понимаешь, что не хочешь что-то делать, либо ты будешь это делать в ущерб себе, то смело отказывайся и не бойся никого обидеть. Для тебя должна быть важнее всего своя жизнь и свой комфорт, свои цели, а не чужие. В противном случае все будут знать тебя, как парня, который не умеет отказывать и умело использовать это в своих целях. Умение говорить «нет» - это черта сильных людей, так что развивай ее в себе.

**5. Достигни гармонии.** Ты должен чувствовать себя очень расслабленно, непринужденно и комфортно. Другими словами, ты должен полностью устраивать себя, но не скатываться в самолюбование, все-таки работать над собой нужно всегда. В идеале ты должен достичь гармонию в своем внутреннем и внешнем позиционировании одновременно, тогда никаких проблем у тебя вообще не будет возникать. Но для этого нужно постоянно и очень много пахать, а не забивать на себя.

### **Как начать себя уважать:**

**1. Твои достижения.** У тебя обязательно должны быть достижения, которыми ты гордишься. Чтобы в следующий раз, когда ты будешь думать, что у тебя ничего не получится, ты вспомнил о них и не опускал руки. Очень важно достигать своих целей и видеть их положительный результат, так ты сразу начнешь верить в себя, и твоя самооценка будет расти, ведь ты умеешь делать все то, что ты запланировал, ты не ленишься, ты достигаешь все новых и новых вершин. А это значит, что ты крутой и уже намного лучше доброй половины людей, которые ничего не делают, а только жалуются на жизнь.

**2. Цели и их реализация.** Смотри, ты обязательно должен реализовать все то, что ты запланировал себе – на день, на месяц, на год. Не нужно сразу ставить себе гигантские и масштабные цели, потому что их реализация может затянуться надолго. Разбей одну большую цель на несколько маленьких пунктов и выполняй их, двигайся вперед, ставь перед собой мелкие и элементарные задачи, но выполняй их каждый день. Это очень помогает обрести уверенность в себе и в своих силах и крайне важно при правильном позиционировании себя с девушками.

**3. Питайся правильно.** От твоего режима питания очень многое зависит, даже если ты не придаешь этому значения. К примеру, ты съел салат и вкусный стейк в дорогом ресторане – ты чувствуешь себя хорошо, а если ты дома запарил себе лапшу из пакетика и заел это кучей других непонятных продуктов, то твоя самооценка тут же начинает стремиться к нулю. Не зря говорят, что мы то, что мы едим, поэтому постарайся не есть дешевые, некачественные и невкусные продукты – они напрочь убьют все твои стремления, желания и развитие. Подобные вещи очень взаимосвязаны друг с другом и как только ты начнешь следить за своим питанием, ты поймешь, о чем я тебе говорю.

**4. Спорт.** Ты должен прокачивать свое тело, в здоровом теле – здоровый дух. Ходи в спортзал, бассейн либо выбери тот вид спорта, который тебе нравится и занимайся им. Достигай результатов, не пропускай тренировки и когда ты увидишь свои накачанные руки или красивый пресс, то ты начнешь уважать самого себя, ведь это все ты сделал сам, без чьей-либо помощи. Захотел, поставил цель, добился ее – именно так поступают уверенные в себе мужчины.

**5. Красивые женщины.** Не разменивайся – вот золотое правило. Окружай себя красивыми девушками, теми, которыми ты восхищаешься, с которыми тебе интересно и круто. Повышай свою планку и отказывайся от одноразовых барышень, с которыми ты видишься первый и последний раз в жизни. Поверь, что потом на тебя будут обращать внимание исключительно классные девушки, ведь ты сам будешь притягивать их.

**6. Деньги.** Стоит ли говорить, что деньги и твоя уверенность в себе напрямую зависят друг от друга? Если ты сидишь в унылом офисе, получаешь маленькую зарплату и отказываешь себе практически во всем, то откуда этой уверенности в себе взяться? Ты сразу начинаешь чувствовать себя тупым лузером, который ничего не может добиться в этой жизни. Именно поэтому так важно уметь зарабатывать деньги. Конечно, никто не говорит тебе сразу же становиться олигархом, но если ты понимаешь, что твоя зарплата совсем не устраивает тебя, то меняй работу, ищи другое место, где твои навыки и умения оценят по достоинству. Ведь наличие денег у мужчины дает ему безграничную уверенность в себе, дает чувствовать себя мужчиной, добытчиком и девушки моментально считают это.