

# 10 تکنیک افزایش اعتماد به نفس خانم ها

## در ارتباط با آقایان



دسترسى به جدیدترین مطالب آموزشی در زمینه جذب خواستگار، بررسی رفتارهای دختران جذاب از دید آقایان، ازدواج مدرن و موفق، رازهای محبوبیت بین اطرافیان، هدفگذاری به روش صحیح، اعتماد به نفس، مبارزه با افکار منفی و پرورش افکار مثبت، نحوه برخورد با افکار مزاجم گذشته و ... در سایت زیبا اندیشی



## 10 تکنیک افزایش اعتماد به نفس خانم ها در ارتباط با آقایان

[www.zibaandishi.com](http://www.zibaandishi.com)

اعتماد به نفس مقوله ای است که شما دختر عزیز، در زمان آشنایی و رابطه با یک مرد، بیشتر از هر چیز دیگری به آن نیاز دارید. مطمئن باشید پسران، دخترانی با اعتماد به نفس قوی را بیشتر از دخترانی ضعیف می پسندند.

من در بین مراجعینم و سمینارهایم با دختران بسیاری برخورد می کنم که از کمبود اعتماد به نفس رنج می برند.

مثلاً چند وقت پیش دختری برایم تعریف می کرد: «یکی از مشکلات من در زندگی این است که اصلاً نسبت به ظاهر و چهره ام اعتماد به نفس ندارم و این موضوع باعث شده خود را دست کم بگیرم. چند وقت پیش با مردی آشنا شدم اما احساس می کنم او خیلی از چهره من خوشش نمی آید، یا از من خیلی سرتراست و خیلی زود هم مرا رها خواهد کرد.»

یا دختر دیگری تعریف می کرد: «اصلاً اعتماد به نفس ندارم. خیلی هم حساسم. اگر طرف مقابل یک بار جواب تلفنم را ندهد به شدت به هم می ریزم و فکر می کنم حتماً کاری کردم که او از من دلخور شده است. گاهی به خاطر این موضوع خود را به شدت سرزنش می کنم.»

دختر خانم دیگری می گفت: «احساس می کنم طرف مقابل از روی اجبار با من است به همین دلیل مدام از او می خواهم نظرش را نسبت به من بگویم و هر بار که تعریف می کند حرف هایش را باور نمی کنم و فکر می کنم به خاطر دلخوشی من می گوید.»

و موارد بسیار دیگر ...

دختر خانم عزیز! وقتی شما برای خودتان ارزش قائل نباشید به دیگران اجازه می دهید با نظر حقارت به شما نگاه کنند.

وقتی اعتماد به نفس تان پایین باشد زندگیتان وابسته به زندگی فرد مقابل می شود.

مثلاً اگر از شما بپرسیم: «چه وقت هایی حالتان خوب است؟»

جواب می دهید: «موقعی که او حالش خوب باشد، مرا دوست داشته باشد و به من اهمیت بده. اما

اگر او نباشد منم نیستم. نفسم به نفسش بسته است.»

این عشق نیست وابستگی پوچ است. خیلی از افراد با اعتماد به نفس پایین وابسته هستند.



گاهی این وابستگی، دختر خانم را به مرز

افسردگی و نابودی می کشاند.

من مراجعین بسیاری داشتم به خاطر اینکه

پسر رهایشان کرده بود، افسردگی شدید گرفته

بودند.

وقتی اعتماد به نفس پایینی داشته باشید با کوچکترین محبت و خوبی به طرف وابسته می شوید.

با یک کلمه «دوستت دارم و عاشقتم» محو طرف مقابل می شوید و برای اینکه از دست شما ناراحت

نشود و شما را ترک نکند اجازه هرگونه سوء استفاده ای را می دهید.

شما انسان باارزشی هستید چه او باشد چه نباشد. شما را دوست داشته باشد یا ترک تان کند.

اگر اعتماد به نفس بالایی داشته باشید و برای خودتان ارزش قائل باشید روی دیدتان نسبت به خود بسیار موثر است. دیگر خود را فردی ضعیف و یا زشت نخواهید دید. بلکه خود را فردی ارزشمند، فوق العاده و لایق بهترین ها می دانید.

آنگاه طرف مقابل به سراغتان می آید و دوست دارد شما را به عنوان شریک زندگی اش انتخاب کند. با اعتماد به نفس قوی می توانید با مرد مورد علاقه تان ارتباط برقرار کنید و به راحتی او را مجذوب خود کنید.

با اعتماد به نفس بالا از زندگیتان لذت بیشتری می برید. قدر نعمتهایی که در اختیار دارید را بیشتر می دانید. خوشبین تر می شوید و تلاش می کنید جنبه های مثبت زندگی را ببیند.



اگر می خواهید در قلب کسی که دوستش دارید نفوذ کنید و او از بودن در کنار شما لذت ببرد و همیشه شما را بخواند باید از سلاح اعتماد به نفس کمک بگیرید.

چکار کنید تا هیچگاه اعتماد به نفس خود را از دست ندهید؟

چگونه اعتماد به نفس خود را در زمان آشنایی و ارتباط با مردی که دوستش دارید افزایش دهید؟

برای افزایش اعتماد به نفس خود در مقابل مرد مورد علاقه خود به این 10 راهکار خوب توجه کنید:

### 1- سر خود را شلوغ کنید.

بزرگترین اشتباهی که بیشتر دختران مرتکب می‌شوند این است که مدام شکایت می‌کنند: «چرا دیشب به من زنگ نزدی؟» اینگونه سوال‌ها به جای اینکه باعث شود مرد بیشتر دوستتان داشته باشد، فقط او را دورتر می‌کند.

دائماً به او زنگ نزنید تا گزارش کارهای روزانه به او بدهید. روزی چند ساعت موبایلتان را خاموش کنید یا هر وقت تماس گرفت به گونه ای جواب ندهید که انگار منتظرش بودید. بلکه حتی گهگاهی خیلی شتاب زده جواب دهید و بگویید کار دارم.

اجازه دهید تخیل طرف به کار افتد. بگذارید در مغزش سوال بوجود آید که چکار می‌کند که نمی‌تواند جواب دهد؟ هیچ وقت نباید طوری نشان دهید که انگار نشسته‌اید کنار تلفن و منتظر زنگ او هستید، حتی اگر واقعاً اینطور باشد!

بنابراین سر خود را شلوغ کنید و تعجبش را جلب کنید، زندگی شما فقط حول او نمی‌چرخد.

### این کار برای شما 3 مزیت دارد:

اول اینکه حواستان پرت می‌شود. خودتان را مشغول کنید. سعی کنید آدم دیگری شوید. برای خودتان وقت بگذارید و سرگرمی داشته باشید. به او نشان دهید که درگیر کارهای زیادی هستید. به کلاسهای مختلف بروید. باشگاه ورزشی بروید. با دوستانتان تفریح کنید.

خلاصه برای زندگی‌تان برنامه ریزی داشته باشید تا بیکار نباشید. همیشه در دسترسش نباشید. بگذارید او بیشتر دنبال‌تان بگردد و دلش برای شما تنگ شود.

دوم اینکه پسر حتماً از فعالیت‌های شما باخبر باشد و بداند که سرتان شلوغ است. با این کار او مجذوب شما خواهد شد و از وقت‌هایی که در بین برنامه‌هایتان برای او می‌گذارید، کلی متشکرتان خواهد بود.

سومین مورد اینست که طرف مقابل باید بفهمد که زندگی شما فقط حول او نمی‌چرخد.

با این روش مطمئن باشید او شگفت زده می‌شود و حسودی‌اش گل می‌کند. وقتی ببیند که با دیگران بیرون می‌روید و خوش می‌گذرانید، مطمئناً ناراحت می‌شود. اینکار حس حسادت او را برمی‌انگیزاند و باعث می‌شود حتی بعد از کلاس‌هایتان دنبال شما بیاید و حالا او سعی می‌کند خودش را به شما نزدیک کند.

### 2- لبخندی ملایم به لب داشته باشید.

داشتن لبخندی ملایم و زیبا به فرد مقابل نشان می‌دهد که اعتماد به نفس خوبی دارید. حتماً شما هم این را تایید می‌کنید که زمانی که لبخند می‌زنیم، دیگران بیشتر تمایل دارند به سمت ما بیایند و زمانی که می‌بینیم کسی لبخند به لب دارد سعی می‌کنیم باهاش ارتباط بگیریم.



در موقع ملاقات با او یک لبخند طبیعی نه تنها به خودتان احساس خوبی می‌بخشد، بلکه این احساس خوب و انرژی مثبت به او نیز منتقل می‌شود.

حال چگونه لبخندی زیبا و ملیح به لب داشته باشید؟



### 3 راه برای یافتن لبخند زیبا

راه اول: جلوی آینه بروید.



لبخندهای مختلف را امتحان کنید و ببینید کدام لبخند بیشتر به شما می آید. اگر موقع لبخند زدن دندان هایتان پیدا شود زیباتر است و یا اینکه دیده نشه و دهانتان بسته باشد؟

راه دوم: از لبخندتان عکس و فیلم بگیرید.

شما می توانید در زمان لبخند زدن عکس و یا فیلم از خود بگیرید و بعد ببینید آیا این نوع لبخند زیبا هست یا نه.

راه سوم: از دیگران بپرسید.

از اعضای خانواده، دوستان و آشنیان خود کمک بگیرید. از آنها بپرسید چه نوع لبخندی بیشتر به صورت شما می آید و چهره تان را دلنشین و جذاب تر می کند.

دختر خانم عزیز منظور من از لبخند زدن این نیست که یک لبخند مصنوعی داشته باشید و یا دائماً در حال لبخند زدن باشید. شما می توانید با یادگیری و یافتن یک لبخند ملایم و زیبا صورت تان را جذاب تر کنید و قطعاً تاثیر این لبخند را در دیگران خواهید دید.

### 3- خودتان را دست کم نگیرید.

بارها و بارها به این مسئله برخورد کردم که یک دختر خانم با اینکه زیباست و در خیلی از زمینه های دیگر (مثل تحصیلات، وضع مالی و یا از لحاظ فرهنگی) از مرد بالاتر است، اما باز هم احساس خودکم بینی باعث می شود که او دائماً به دنبال طرف مقابل باشد.

مرد هم که این موضوع را فهمیده به قول خودمان طاقچه بالا می گذارد و برای به دست آوردن دختر تلاشی نمی کند.

دختر خانم عزیز، برای خودتان ارزش قائل باشید. شما استعدادها، توانایی ها و زیبایی هایی منحصر به خودتان را دارید. خود را دست کم نگیرید.



اگر مرد یک روز به شما زنگ نزد افسرده و غمگین نشوید.

او باید به دنبال شما باشد و برای رسیدن به شما تلاش کند، نه شما!

شما مثل یک مروارید با ارزش هستید خودتان را به بهایی ارزان نفروشید.

هرگز به یک مرد پیشنهاد ازدواج ندهید. اگر شما به صورت مستقیم پیشنهاد ازدواج دهید، طرف مقابل به شدت باد می کند، احساس برتری می کند.

پیش خود تصور می کند که شما دختر جلف و سبکی هستید، یا بی شوهری شما را به دادن این پیشنهاد مجبور کرده است و یا شما را دختری ضعیف و مزاحم می بیند که به گردنش آویزان شده اید و باید هر طور شده او را از خود دور کند.



اصطلاحی که بیشتر پسرها در این مواقع به خود می گویند این است: «از این دخترها که همه جا ریخته.»

اصلاً مهم نیست که شما پولدارتر، زیباتر، باهوش تر، تحصیل کرده، موفق تر و با اصل و نسب دارتر از او باشید. حتی مهم نیست او زشت تر، با تحصیلات و وضع مالی پایین تر باشد. به هر حال این پیشنهاد به او ثابت می کند شما ضعیف و درمانده هستید.

#### 4- سعی کنید فردی آرام و مطمئن به نظر برسید.

باید مراقب رفتار و حرکات خود باشید. حرکاتی انجام دهید که اعتماد به نفس و آرامش شما را به طرف مقابل مخابره کند نه ناراحتی و بی قراریتان را.

**هنگامی که در کنار او هستید به این نکات دقت کنید:**



دست و پایتان را تکان ندهید، با موها، دستها و یا ناخن هایتان بازی نکنید، به جان یک تکه دستمال کاغذی نیفتید و آن را ریز ریز نکنید، دائماً تکان نخورید (وول نخورید) و ...

تکرار و تداوم این کارها نشان می دهد که اضطراب و استرس دارید و این نشانه خوبی برای مخاطب شما نیست.

### 5- آویزان مرد نباشید.

سعی کنید مستقل باشید و دائماً به دنبال او نباشید. شما به عنوان یک دختر به رابطه جدید طوری فکر می کنید که قرار است زندگیتان را تغییر دهد. شما می خواهید بیشتر وقتتان را با او باشید به رستوران، سینما و پارک بروید و از او انتظار دارید دور تفریحات با دوستانش را خط بکشد و بیشتر با شما باشد.

اما مرد در کنار برقراری رابطه به حفظ وضعیت قبل خود هم فکر می کند. او دوست دارد، زمانی را به خود و دوستان هم جنس خود اختصاص دهد.



گاهی آزادش بگذارید، حضور شما در همه لحظات ممکن است نتیجه معکوس داشته باشد. شما می توانید کاری کنید بدون اینکه از او بخواهید شما را بخواهد، همیشه دنبالتان باشد. فقط کافی است که دختری با اعتماد به نفس به نظر برسید و طوری وانمود کنید که خیلی به حضور او نیاز ندارید.

### 6- از مقایسه خود با دیگران دست بردارید.

آیا شما دائماً خود را با اطرافیان مقایسه می کنید؟ آیا به زیبایی، داشته ها و توانایی های آنها حسرت می برید؟

خب، این کار چه سودی برایتان دارد؟

یکی از بهترین روش ها برای افزایش اعتماد به نفس این است که خودتان را با دیگران مقایسه نکنید. مشکل اینجاست که شما فقط قسمت کوچکی از ویژگی های فردی را که در حال مقایسه اش با خود هستید، می بینید.

شما یک فرد منحصر به فرد هستید. زیبایی خاص خود را دارید، قابلیت ها و توانمندی های مخصوص به خود را دارید.

این قدر به دنبال این نباشید که ثابت کنید که دیگران از شما بهترند. این قدر توی سر خود نزنید. از دید بالا به وجود خود نگاه کنید. خود را با بهترین کلمات و نگاه ها توصیف کنید.



وقتی کسی را می بینید که در زمینه ای موفق است پیش خود نگویند: «خوش به حالش، من اصلاً آدم موفق و خوشبختی نیستم.»  
یا اگر کسی از شما کمی زیباتر است نگویند:  
«کاش من هم مثل او زیبا بودم.»

به جای این کارها بهتر است خودتان را دوست داشته باشید. افرادی که خود را دوست دارند شادتر از افرادی هستند که خود را دوست ندارند.

اگر دائماً از لحاظ ظاهری خود را با دیگران مقایسه می کنید این نکته را بدانید که هر کسی زیبایی خاص خودش را دارد. مثلاً یکی چشمانش درشت است، یکی بینی کوچکی دارد و دیگری اندام خوبی دارد ... به ندرت می شود کسی را پیدا کرد که تمام زیبایی ها را یکجا داشته باشد. در ضمن مردان نظرشان درباره زیبایی زنان متفاوت است. ممکن است کسی را که ما فکر می کنیم زشت است از دید یک مرد خیلی هم زیبا باشد.

بنابراین نباید بیخودی غصه ظاهران را بخورید. من افرادی خیلی زیبایی را می شناسم که نتوانستند ازدواج کنند ولی افرادی با قیافه معمولی و حتی پایین تر ازدواج کرده و خوشبخت اند. پس از این به بعد با خودتان عهد ببندید که خود را با هیچ کس مقایسه نکنید.

### 7- نسبت به حرفها و طعنه های دیگران بی توجه باشید.

آیا با کوچکترین انتقادی که به شما می کنند به هم می ریزید؟ به حرف دیگران بیش از حد اهمیت می دهید؟ می ترسید از طرف آنها تایید نشوید، طردتان کنند و تنها شوید؟



گاهی با یک حرف و شوخی مدتها به فکر فرو می روید: «یعنی من اینگونه هستم، جذاب نیستم، چرا هیچکس مرا دوست ندارد» این افکار شما را ضعیف و ناراحت می کند و فکر می کنید پر از اشکال و نقطه ضعف هستید.

دختر خانم عزیز! شما کدام زندگی را دوست دارید؟ عمر گرانبهای خود را صرف حرفهای بی پایه و اساس دیگران کنید و ذهنتان را با این افکار بیهوده پر کنید یا به حرف های دیگران اهمیت ندهید، آنها هر چه می خواهند بگویند، شما به دنبال خواسته هایتان و ساختن زندگی که دوست دارید باشید. سعی کنید حرفهای بقیه را به خودتان نگیرید. به شوخی هایی که با شما می کنند و طعنه هایی که می زنند فکر نکنید. آن حرفها را تجزیه و تحلیل نکنید. در خلوت خود قضاوت نکنید «چرا با من اینگونه حرف زد، چقدر بد با من حرف زد، چرا این حرف را زد و ...»

یکی از ویژگی های مهم افراد بااعتماد به نفس این است که به حرفهای دیگران اهمیت نمی دهند. بنابراین به انتقادات و سرزنش های دیگران بی توجه باشید. این مورد را که دیگران در مورد من چه می گویند و چه فکری می کنند را از ذهن خود پاک کنید. خوشبختی، آرامش و اعتماد به نفس شما در گرو بی توجهی ذهنتان به حرفهای مردم است.

### 8- کمال گرا نباشید و توقعات از خود را کم کنید.



همیشه و در همه زمینه ها عالی بودن غیرممکن است. همیشه می خواهید کامل ترین، بهترین، شیک ترین، زیباترین، پولدارترین و هنرمندترین باشید.

آیا این شدنی است؟ اگر بهترین نباشید چه؟ چه اتفاقی می افتد؟ همه ما آدم ها نقاط ضعف و قوتی داریم. هیچ کس بی عیب و نقص نیست.

اگر دائماً روی نقاط ضعف‌تان متمرکز شوید و به نقاط قوت خود اهمیت ندهید و آنها را عادی بدانید، به تدریج این نقطه‌ضعف‌ها در شما پررنگ‌تر و قوی‌تر خواهند شد و ویژگی‌های مثبتی که به نظر‌تان عادی بوده‌اند هم به مرور کمرنگ‌تر خواهند شد.

با این کار در عرض مدت کوتاهی به یک فرد ضعیف و ناتوان و همین‌طور بی‌اعتماد به نفس تبدیل خواهید شد.

وقتی بخواهید همیشه عالی باشید و اگر در زمینه‌ای بهترین نباشید، به شدت اعتماد به نفس‌تان کم می‌شود. چون فکر می‌کنید فردی ضعیف و بی‌دست و پا هستید. از درون احساس نارضایتی می‌کنید، از همه چیز شاکی و گله‌مند می‌شوید، دائم خود را سرزنش می‌کنید، پر از تحقیر و توهین به خود می‌شوید، خودخوری می‌کنید و در نهایت به فردی عصبی که همیشه از خود ناراضی است، تبدیل می‌شوید.

### 9- به دنبال کسی باشید که واقعا دوستان دارد.



برای خودتان ارزش قائل باشید، خودتان را دوست داشته باشید و با پسری همراه باشید که شما را از ته قلب دوست دارد و شما را نه به قصد خوشگذرانی بلکه برای ازدواج انتخاب کرده باشد.

شما فرد ارزشمندی هستید، برای خودتان کسی هستید، عمرتان را به پای مردی هدر ندهید که علاقه و احساس تعهدی نسبت به شما ندارد.



اگر مردی حسی به شما نداشته باشد نمی تواند شما را خوشبخت کند. به خاطر اینکه قلباً عاشق شما نیست.

او ممکن است با جواب ندادن به تلفن هایتان، ملاقات های کوتاه و زورکی و ... شما را ناراحت و اعتماد به نفس تان را کاهش دهد. چون شما مدام به این فکر می کنید که حتماً کاری کردید یا خیلی زیبا و جذاب نیستید که به دنبالتان نیست.

پس به جای سعی و تلاش برای برقراری ارتباط با آن فرد سعی کنید این واقعیت را بپذیرید که این عشق دوطرفه نیست و آن را فراموش کنید و دیگر وقت، فکر و انرژی بیشتری را صرف او نکنید. شما لیاقت بهترین ها را دارید پس خود را دست کم نگیرید.

### 12- ویژگی های مثبت خود را ببینید.



گاهی جلوی آینه بایستید و روی نقاط مثبت خود تمرکز کنید. آنها را بیابید و مدام با خود تکرار کنید.

خوب به ظاهر و موارد مثبت چهره و اندامتان نگاه کنید و از خود تعریف کنید. مثلاً به خود بگویید:

«من قد مناسبی دارم، من خوش اندام هستم، بینی متناسبی دارم، چشمان زیبایی دارم، دندان های سفیدی دارم، من جذابم و...»

بعد از خصوصیات و رفتارهای خوب خود تعریف کنید:

«من فردی آرام و صبورم، من دلسوز و مهربانم، من فردی منظم و دقیق هستم و...»

«من در حفظ کردن مطالب حافظه خوبی دارم، من کار با این نرم افزار را به خوبی بلدم»

و جملات مثبت دیگری که برحسب موقعیت خودتان باید انتخاب کنید و هر روز جلوی آینه با خود تکرار کنید.

وقتی این تمرین را به یکی از مراجعینم که اعتماد به نفس پایینی داشت دادم گفتم: «من لایق این همه تعریف نیستم، اصلاً من ویژگی مثبتی ندارم که بخواهم به خود بگویم.»

وقتی مرحله به مرحله، بادقت و با کمک هم لیست خصوصیات مثبتش را پر کرد شگفت زده شد و گفت: من این همه ویژگی و توانایی داشتم و تا به حال به آنها توجه نمی کردم.

به او گفتم: مطمئن باش توانمندی هایت از چیزی که نوشتی هم بیشتر فقط کافی است خودت را باور کنی.



خیلی مواقع ذهن منفی نگرتان به شما می گوید: «چرا از خودت تعریف می کنی، آیا تو ارزش این همه تعریف را داری؟ به این قیافه میگی زیبا»

اما شما مقاومت کنید، بی اعتنا باشید و خودتان را دوست داشته باشید.

از دید آقایان داشتن اعتماد به نفس در خانم ها یکی از عوامل جذابیت آنها به شمار می رود.

در کنار اعتماد به نفس تکنیک های مهم دیگری هم وجود دارد که به شما دختر خانم عزیز کمک می کند تا بتوانید به دختری جذاب و دوست داشتنی تبدیل شوید.

در همین راستا محصول **«دختران جذاب چگونه رفتار می کنند»** کمک زیادی به شما خواهد کرد.

رفتار مناسب با جنس مخالف نیاز به آموزش دارد. نیاز است که ویژگی ها و رفتارهایی را درون خود نهادینه کنید.

دختری جذاب و دوست داشتنی است که بداند چگونه باید رفتار کند.

### محصول « دختران جذاب چگونه رفتار می کنند »

مخصوص شما دختر خام عزیز است تا بدانید مردان چه زنانی را برای ازدواج انتخاب می کنند و چه رفتارهایی را در یک دختر می پسندد. شما باید یاد بگیرید دنیا را از نگاه مردان ببینید. اگر می خواهید با مرد دلخواهتان ازدواج کنید باید از اسرار مردان آگاه باشید.

گاهی اوقات اگر رابطه ای به سرانجام نمی رسد به این دلیل است که دختر خانم ها در زمان آشنایی بسیاری از موارد را رعایت نمی کنند. این عدم آگاهی می تواند مرد را نسبت به خانم دلسرد و از ازدواج منصرف کند.



نوع برخورد شما با طرف مقابل خیلی مهم است. اهمیت این مسئله به حدی است که در تصمیم گیری برای ادامه ارتباط و از همه مهم تر پیشقدم شدن او برای ازدواج بسیار به چشم می خورد. شما خودتان را جای طرف مقابل بگذارید اگر رفتارهایی از او ببینید که نمی پسندید و خوشتان نمی آید آیا باز هم با او ازدواج می کنید؟

شما در محصول صوتی « [دختران جذاب چگونه رفتار می کنند](#) » می آموزید:

♥ مرد ها چه توقعاتی از دختر ها دارند که حتی به زبان هم نمی آورند ؟ شما یاد می گیرید که ذهن مرد ها را بخوانید.

♥ چرا بعد از یک مدت از آشنایی تان با یک مرد، رفتارهای آن مرد نسبت به شما سرد می شود ؟ در این زمان چه باید بکنید؟

♥ چگونه باید با یک مرد رفتار کنید تا فکر نکند شما آویزان او هستید؟

♥ چه رفتارهایی باعث می شود یک مرد تمام فکر و ذهنش پیش شما باشد؟

♥ مرد ها به چه چیز در یک دختر اهمیت می دهند ؟

♥ بهترین نوع آرایش و لباس در زمان برخورد با مردان چگونه است؟

♥ نوع نگاهتان در برخورد با یک مرد چگونه باید باشد؟

♥ چه کلماتی هنگام برخورد با یک مرد باید به کار ببرید؟

♥ مردان چه نوع لحن و صحبتی را می پسندند؟

♥ و ... صدها نکته دیگر که هر کدام به تنهایی می تواند شما را دختری جذاب و دوست داشتنی نشان دهد!

من با مطالعه و تحقیق، آنالیز رفتارهای دختران و پسران امروزی و تجربه سالها روانشناسی شخصیت اقدام به تهیه این محصول ارزشمند کرده ام.

کلیه مواردی که لازم هست شما در یک زمان آشنایی با یک مرد رعایت کنید را در بسته آموزشی «[دختران جذاب چگونه رفتار می کنند](#)» آماده کرده ام.



محصول «[دختران جذاب چگونه رفتار می کنند](#)»

به شما کمک می کند تا نحوه رفتار با مردان را بیاموزید.

این برخورد صحیح شماست که می تواند یک مرد را عاشق و شیفته شما و ترغیب به ازدواج کند. پس برخورد مناسب را یاد بگیرید تا بتوانید به نتیجه دلخواهتان برسید

**شما روانشناسی رفتار با آقایان را در این دوره خواهید آموخت ...**

برای اطلاعات بیشتر در مورد فایل صوتی «[دختران جذاب چگونه رفتار می کنند](#)» روی دکمه زیر کلیک کنید:

**می خواهیم راه های تبدیل شدن به دختر جذاب را بیاموزم**