

MANUALE DEL PERFETTO SEDUTTORE



Più **Incontri**



“
Il **seduttore** guarda alla vita come fa il **guerriero**.
Vede in ogni individuo **un castello cinto da mura**
da assediare.”

Indice generale

Seduttori si diventa	4
Conosci l'universo femminile?	6
Qualcosa di più sull'universo femminile	7
Che cosa cercando le donne in un uomo?	8
AAA cercasi donna dei sogni	10
Le regole dell'attrazione: imparare a piacersi per piacere	12
4 segreti per sedurre	14
La conversazione: seduci con la parola	15
La seduzione passa attraverso un messaggio	16
5 regole d'oro per non combinare guai con i tuoi incontri sui social	17
Come districarsi dalle situazioni imbarazzanti	18

Seduttori si diventa



Fin da piccolo invidiavi il tuo compagno di scuola perché aveva tutte le ragazze ai suoi piedi mentre tu, alle feste, dovevi accontentarti di fare tappezzeria ad un muro? Nei tuoi incontri vorresti sfoggiare il meglio di te e, invece, ti senti come una sardina in scatola?

Va bene, magari i geni non ti hanno fornito di incredibili qualità da seduttore, ma la buona notizia è che **non ne hai bisogno!** La verità è che la seduzione si impara, e come diceva Marilyn Monroe:

“Non è il viso che colpisce, ma le espressioni.

Non è il corpo che ci piace, ma il modo in cui si muove.

Non è spesso l'aspetto fisico che ci attrae,

ma sono i modi di fare di una persona.”

Insomma, per essere chiari anche la persona più brutta può conquistare una donna a patto che sappia come muoversi.

Cosa sbagli quando ti avvicini a una donna?

Ti sei mai chiesto cosa hanno di diverso o di speciale certi uomini che basta che aprano bocca per attrarre a sé una donna? Il tuo amico non è particolarmente bello, né particolarmente ricco, eppure il gentil sesso non riesce a resistere alle sue lusinghe. Chissà come fa? È l'atteggiamento mentale che devi cambiare.



Spiana il terreno per sedurre: cambia atteggiamento mentale

Esatto. Partiamo dal presupposto che forse non è solo una questione di approccio con l'altro sesso, ma una vera e propria predisposizione nei confronti della vita. **Hai mai pensato a come reagisci quando capita un imprevisto o, anche solo, in che modo ti alzi alla mattina?** Non lasciarti influenzare dalle apparenze, non è vero

che non c'entrano niente! L'uomo e la donna seguono il loro istinto animale durante le fasi del corteggiamento e della seduzione, ed è proprio questo istinto che **li porta ad essere attratti da persone positive e di successo**, che li rendono dei compagni affidabili per il futuro.

Pensaci. Non importa che si tratti di un'avventura o di una relazione più lunga. **Sei più attratto da una donna solare e piena di vita o da una musona e triste?**

Prima di pensare a sedurre una donna

E' necessario quindi cambiare il tuo atteggiamento mentale. Per farlo devi avere qualcosa che ti muove in una direzione positiva, come ad esempio **un desiderio o un obiettivo di vita**. Cosa vorresti realizzare per te stesso? Potrebbe essere un corso di aggiornamento, un nuovo lavoro, uno sport che ti incuriosisce da parecchio. Sposta, quindi, il tuo focus e impegnati al massimo per raggiungere l'obiettivo prefissato.

Visualizzalo mentalmente e poi stendi un piano delle piccole azioni da compiere per arrivarci.

Circondati di persone positive

Uno degli aspetti che colpisce maggiormente le donne sono le emozioni che un uomo è in grado di trasmettere loro. È una cosa che non si può improvvisare. **Per riuscirci, devi tu stesso avere un atteggiamento positivo e tanti stimoli nuovi**. Purtroppo, sempre più spesso, siamo schiacciati dagli impegni lavorativi e dalle vite frenetiche, che non ci resta molto tempo per concentrarci su altro. Un modo per ovviare alla faccenda è quello di circondarsi di persone interessanti e ricche. Allontana gli amici che non ti fanno stare bene e che ti scaricano addosso i loro problemi, **cerca, invece, la compagnia di uomini positivi, pieni di interessi e voglia di vivere, scoprirai presto che il tuo umore migliorerà e anche la tua vita.**





Conosci l'universo femminile?

Donne e uomini sono molto diversi tra loro. Spesso i maschietti guardano al gentil sesso come un pesce osserva l'amo attaccato alla canna del pescatore. Mi devo fidare o no? Se abbocco mi mangia? Sembrano dire. Lo fanno perché conoscono poco o niente dell'universo femminile e di conseguenza non sanno come muoversi.

E tu come sei messo?

Qual è la tua conoscenza dell'universo femminile?

Da 1 a 10 prova a darti un voto e prova a fare il test per scoprire quanto ne sai sulle donne.

1. Frequenti una ragazza da qualche settimana e le chiedi di andare a vedere l'ultimo film del supereroe che ti piace tanto. Lei risponde va bene, ma quella sera ha una faccia svogliata e spenta. Come mai?

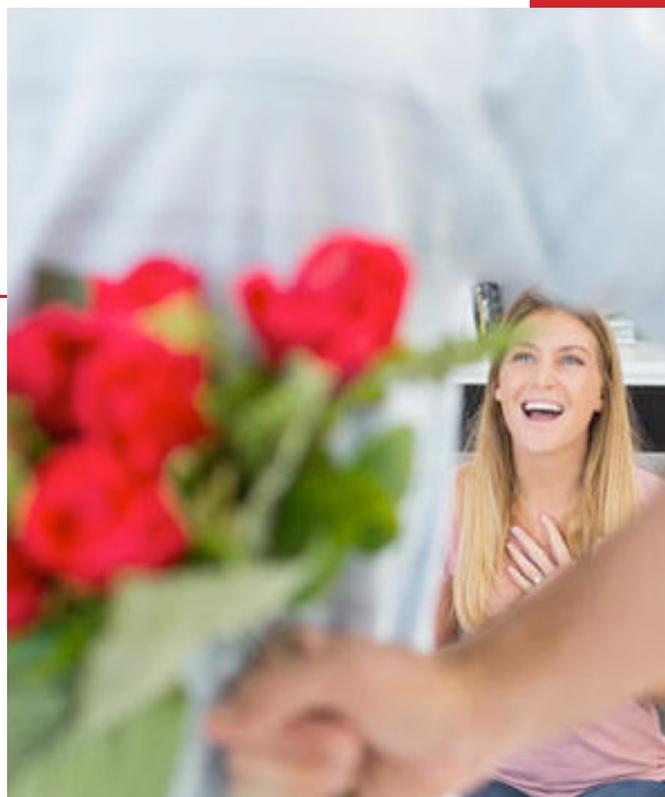
- a. Ti ha detto "Sì", ma solo per farti piacere
- b. Tu non guardi mai con lei il tuo programma preferito in tv
- c. Avrà avuto una giornata no sul lavoro

2. Per il suo compleanno, la tua ragazza dice che non vuole un regalo, ma solo stare un po' di tempo con te. Tu, allora, decidi di portarla fuori a cena e ti presenti a mani vuote. Lei sembra infastidita, perché?

- a. Sperava in un pensiero
- b. In realtà voleva un regalo, ti ha detto così tanto per dire
- c. Hai sbagliato ristorante

3. Dovete decidere dove andare un week-end o in vacanza:

- a. Lasci tutto in mano a lei
- b. Partecipi attivamente nella decisione
- c. Scegli tu e ti occupi di prenotare



4. Lei ti chiede di andare in un posto, tu acconsenti anche se non ne hai molta voglia. Poi, però, non ti dice più nulla e tu, pensando che se ne sia dimenticata, fai finta di niente.

- a. Errore, non se ne è dimenticata, voleva solo mettere alla prova il tuo interesse
- b. In effetti le è proprio passato di mente

5. Alla domanda, cosa facciamo stasera? rispondi:

- a. Non so. È uguale. Scegli tu
- b. Stiamo a casa a guardare la tv
- c. Proviamo quel ristorantino nuovo che hanno aperto in centro

Risposte corrette: 1:b, 2:a, 3:b, 4 :a, 5:c.

Risultati

5 su 5 esatte: complimenti! Hai un'ottima conoscenza dell'universo femminile. Per te le donne non hanno segreti e sai usare le tue armi di seduzione alla perfezione nei tuoi incontri a Torino > **di 3:** bravo, conosci abbastanza bene le donne, tanto da salvarti dalle situazioni più disperate. Però hai ancora molto da imparare. Vedrai che presto il gentil sesso sarà un libro aperto per te. < **3:** hai ancora tanta strada da fare. Le donne per te vengono da Venere e gli uomini da Marte. Siete due universi opposti. Tranquillo, è solo perché non conosci ancora abbastanza il gentil sesso.

Che punteggio hai fatto?

Qualcosa di più sull'universo femminile

Fiorella Mannoia cantava:

*“Siamo così
dolcemente complicate
sempre più emozionate delicate
ma potrai trovarci ancora qui
nelle sere tempestose
portaci delle rose
nuove cose
e ti diremo ancora un altro sì”*

Il cervello femminile

C'è chi dice che uomini e donne appartengono a due pianeti diversi e forse non hanno tutti i torti. A dimostrarlo è il cervello stesso, diviso in due emisferi, il destro, che rappresenta la nostra parte istintiva, e quello sinistro, invece, in cui hanno sede i pensieri razionali. Manco a dirlo, **le donne utilizzano maggiormente il primo emisfero, mentre gli uomini, per un fattore evolutivo, hanno sviluppato maggiormente il secondo.** Ecco quindi, perché il gentil sesso è così legato alle emozioni, più trascinato dall'immaginazione e meno, invece, dalla razionalità e dalla logica. **Essere logici è una prerogativa degli uomini e non delle donne,** che piuttosto preferiscono lasciarsi trasportare dall'entusiasmo e dagli stati d'animo.

Un esempio

Pensa a tutte quelle volte che hai cercato di spiegare qualcosa ad una donna. Hai seguito un ragionamento impeccabile e logico e le hai illustrato per filo e per segno tutte le motivazioni che portavano all'unica conclusione sensata. Il risultato?

Lei ha capito, ma poi è rimasta pensierosa per un po', alla fine a detto una frase del tipo: **“Hai ragione, ma nonostante tutto mi piacerebbe un sacco farlo ugualmente”**, e in quel momento a te sono cadute le braccia.

Le sfere della vita femminile e maschile

La vita di una persona è composta di tante sfaccettature, famiglia, lavoro, amici e così via. Gli ambiti sono gli stessi per maschi e femmine, ma assumono pesi diversi a seconda del sesso.

1. Famiglia. Per le donne la famiglia quasi sempre è al primo posto nella classifica delle cose importanti. Soprattutto se ha dei figli, la donna tende a dedicare loro tutte le sue attenzioni. Per gli uomini, invece, il ruolo della famiglia è altalenante. Sotto i trentacinque quasi non ci pensano. Dai quaranta in su, a meno che non si tratti di scapoli incalliti, allora famiglia e lavoro vanno di pari passo.

2. Lavoro. Gli uomini dedicano impegno e fatica per far carriera e ottenere le soddisfazioni e il ruolo a cui ambiscono. Per le donne, il lavoro non deve interferire troppo con la vita familiare.

3. Amore. Ogni donna in segreto cerca un Amore con la A maiuscola e spesso idealizzano troppo l'ipotetico principe azzurro, senza riuscire a vedere realmente la persona che hanno davanti. Per l'uomo amore e sesso, invece, vanno a braccetto. L'uomo è più disincantato e razionale da questo punto di vista, cerca una compagna matura con cui costruire un futuro.

4. Sesso. Per gli uomini il sesso è importantissimo e lo resta per tutta la vita. Non pensare che per le donne sia diverso. Ma capita che con l'età, l'amore e la famiglia, passi in secondo piano, rispetto ad altre priorità.

5. Amici. Le amicizie femminili spesso sono incomprensibili per gli uomini. Le donne si trovano a parlare per ore, vanno a fare shopping, a volte litigano, magari non si parlano per un po' e il giorno dopo è come se niente fosse successo. Agli uomini basta una birra e una partita per mettere ogni cosa a posto.

Riassumendo, **uomini e donne attribuiscono importanza diversa ai principali ambiti della vita, lavoro, amore, famiglia, sesso e amici.** Ed è proprio questa, molto spesso, la ragione di incomprensioni e litigi all'interno di una coppia.



Che cosa cercano le donne in un uomo?



La domanda da 1 milione di euro! E noi proviamo a darti una risposta.

Quante volte ti sei chiesto cosa ha lui che tu non possiedi. Quale asso vincente tenga nel taschino della giacca che tu non hai. Quante volte ti sei torturato inutilmente con queste domande? Non dare ascolto quando senti dire alla tua migliore amica che le donne cercano un bravo ragazzo, in grado di capirle e che non faccia mancare loro le coccole. Forse cercano anche questo, ma prima vogliono ben altro!

Un uomo che comunichi con il loro linguaggio

Come abbiamo visto nel capitolo precedente, le donne utilizzano maggiormente l'emisfero destro del cervello, lasciandosi guidare dalle emozioni e dall'istinto. A questo proposito, se desideri comunicare con loro, devi sintonizzarti sulla stessa lunghezza d'onda. **Quando parli**

con una donna, lascia perdere il tuo lato razionale, e **dai spazio a quelle emozioni** che di solito cerchi di tenere nascoste. Un esempio? Ci sono diversi modi per raccontare una giornata di lavoro. Puoi elencare le tue attività (metodo logico e razionale), oppure raccontare un aneddoto o un momento particolare (metodo emotivo). Che punteggio hai fatto?

Un uomo positivo

È una qualità che le donne apprezzano molto. In generale, trasmettere positività è una caratteristica che tende ad attirare le persone verso di te. **Per trasmettere positività la tua vita deve essere ricca e interessante.** Ti ricordi cosa abbiamo detto nel capitolo "Seduttori si diventa"? **È l'atteggiamento che conta.** Cose del tipo: alzarsi ogni mattina con la voglia di fare, affrontare ogni difficoltà come se fosse una sfida e circondarti di persone stimolanti che ti aiutano a crescere.

Un uomo sicuro di sé

Una donna è attratta da un uomo che sa quello che vuole e si impegna per raggiungere il suo scopo. Non basta decidere di voler solcare l'oceano e poi, restare sdraiato sul letto a girarti i pollici. Non importa se il tuo sogno è quello di diventare un cantante o di mettere su famiglia, **ciò che conta e che sei determinato e motivato**. Ecco perché prima di pensare a sedurre una donna, devi avere le idee ben chiare in tutti gli altri ambiti della tua vita. Fissa i tuoi obiettivi e mettili per iscritto in modo chiaro e convincente.

Un uomo che sappia condividere con loro gli interessi

Ogni relazione, per quanto breve, **inizia da una condivisione**. Che sia uno scambio di battute o una gita in montagna, devi essere pronto a **metterti in gioco e ad aprirti** se vuoi che una donna si avvicini a te.

Cosa fa scappare le donne?

Per contro ci sono alcuni atteggiamenti o stereotipi maschili che, invece, allontanano il gentil sesso.

- **La vittima**. Evita frasi del tipo “capitano tutte a me”, “ce l’hanno tutti con me”, “sono tutti cattivi e brutti”, “il mondo è contro di me”. Le vittime non piacciono a nessuno, e poi a forza di chiamarla non lo sai che la sfortuna arriva?



- **L'egocentrico**. Io qua, Io là... mettersi al centro del mondo non ti porta da nessuna parte. A nessuno piace trascorrere una serata in compagnia di un uomo che non sa fare altro che parlare di sé stesso.

- **L'indeciso**. Non sa cosa vuole, non sa dove andare, non sa cosa fare, che si tratti di un'uscita, di una relazione o della sua vita. All'inizio può fare colpo sulle donne, perché è tenebroso e

insicuro al punto giusto per stimolare la curiosità femminile, ma dopo poco stufa.

Adesso sei pronto per metterti in gioco!



AAA cercasi donna dei sogni



Trovare la donna dei tuoi sogni non è impossibile! Anzi, a dirtela tutta, è più facile di quanto credi, basta sapere bene cosa vuoi. Probabilmente stai osservando la situazione dal punto di vista sbagliato. Invece di concentrarti su cosa c'è in te che non va, dovresti cercare di capire quello che desideri veramente. Forse, dopotutto, non hai le idee così chiare.

Tieni i piedi per terra

È il momento di piazzarsi davanti allo specchio e di guardarsi bene in faccia. Se vuoi corteggiare una donna **devi avere ben presente chi sei** per sfruttare al massimo i tuoi punti di forza e cercare di smussare i difetti. Prendere coscienza di se stessi ha un altro risvolto positivo, quello di individuare i propri limiti e le proprie qualità. Fatti anche la domanda, **a che tipo di donna potresti piacere?** Chi potrebbe trovarmi interessante?

Apri gli occhi

Quando ti sembra che nessuna donna sia interessata a te, che nessuna ti guardi e che nessuna ti voglia, prova a capovolgere la questione. **Pensa a quante donne hai scartato a priori**, senza nemmeno provare a conoscerle. Non hai dato loro neanche una chance, magari perché ti sembravano troppo alte, troppo basse, troppo grasse, troppo chiacchierone, o troppo silenziose. Un ragazzo una volta confessò che lui guardava solo le donne con i capelli lunghi, perché gli piacevano quelle con la chioma fluente. Ma così facendo aveva accantonato una simpatica brunetta dai capelli a caschetto che lo corteggiava. Un anno dopo si erano rivisti per caso, lei si era lasciata crescere i capelli e aveva subito attirato l'attenzione di lui, peccato che ormai fosse fidanzata da quasi sei mesi e non ci pensasse proprio a lasciare il nuovo ragazzo. **Apri gli occhi e guardati attorno.** A volte giriamo con una benda sul viso e non vediamo le mille possibilità che ci circondano.

Individua esattamente quello che cerchi

Non parliamo di aspetto fisico (vedi punto precedente), ma del tipo di rapporto che cerchi. Vuoi un'avventura, o una relazione stabile? **Che donna vorresti avere al tuo fianco**, una compagna solare, una elegante, una decisa e così via. **Cosa ti piacerebbe condividere con lei?** Può trattarsi di un interesse, come andare a sciare, oppure di un passatempo, guardare tanti film abbracciati. Continua così. Pian piano il profilo della tua compagna dei sogni prende forma, visto?



Esercizi pratici per allenarti a trovare la donna giusta

Per concludere questo capitolo, ti lasciamo con alcuni brevi esercizi, per mettere in pratica i punti che abbiamo appena spiegato. Ecco qui:

- Scrivi due elenchi, **uno dei tuoi difetti e uno dei tuoi pregi**. Sii onesto e non tralasciare i dettagli.
- Scrivi due liste, **una di tutte le cose che ti piacciono in una donna e l'altra delle cose che proprio non sopporti**.
- Metti per iscritto **che tipo di rapporto desideri**, non limitarti a dire “voglio una relazione stabile”, aggiungi i dettagli e immagina cosa vorresti fare con la tua futura compagna.



Vai dritto all'obiettivo

Una volta che sai cosa vuoi, è più facile capire dove cercarlo e come ottenerlo. **Istintivamente ti muoverai nella direzione giusta per avvicinarti alla meta**. Un esempio? Se nella lista delle cose che ti piacciono in una donna hai segnato che sia una brava cuoca, perché non provi ad iscriverti ad un corso di cucina?

Ricordati, che non basta elencare a voce punto per punto, ma è necessario prendere carta e penna affinché l'esercizio sia veramente efficace.

Le regole dell'attrazione: imparare a piacersi per piacere



Cosa fa scoccare la scintilla? Cosa guida i nostri istinti verso una donna piuttosto che un'altra? Come mai c'è chi riesce a conquistare una donna senza alzare un dito e chi, invece, si prostra ai suoi piedi senza risultati?

Prima di addentrarci nella parte più pratica della seduzione, è utile spiegare come funzionano il cervello e il corpo umano quando si tratta di attrazione.

Quando ci sentiamo attratti da qualcuno cosa succede dentro di noi?

Cosa fa scattare la molla che fa impazzire i nostri ormoni? La verità è che, ancora oggi, esperti e studiosi si interrogano su queste domande a cui sono riusciti a rispondere solo parzialmente. Dopo lunghe ricerche, è infatti emerso che l'attrazione è **una questione legata sia agli ormoni che alla mente**. Insomma un bel cocktail di istinto e ragione.

L'attrazione è una questione chimica

Nell'attrazione c'è un fattore istintivo e atavico, **quello che riguarda l'accoppiamento**. Un uomo e una donna sono indotti dalla natura a riprodursi, come ogni altra specie animale, e, per farlo, sono dotati di ricettori che permettono loro di individuare quello che dovrebbe essere un "partner ideale". Secondo madre natura, **il partner ideale è colui in grado di dare ai nostri figli più chance di sopravvivenza**. Nel caso delle donne, quindi, un uomo forte, in salute e con una buona posizione sociale.

L'attrazione è soprattutto un fattore mentale

Ma l'attrazione è anche un fatto di neuroni che

vanno in tilt. Ovvero, **la mente ha sicuramente un ruolo primario nella scelta dell'uomo o della donna.** Non è solo l'aspetto fisico e gli ormoni impazziti a contare, ma anche **il feeling che si riesce a creare con un persona.** Prova a pensare l'ultima volta che ti sei sentito molto attratto da una donna. Lei com'era? Bellissima e basta, oppure sentivi che aveva qualcosa in più? Sicuramente tra voi si era creata una **sintonia speciale**, un complicità unica.

deve sentirsi realizzata. Per quanto riguarda la realizzazione, sono tre le aree importanti nella nostra vita che determinano o meno la nostra soddisfazione: **quella privata** (amore e famiglia), **quella professionale** (lavoro e carriera) e **quella sociale** (amici e interessi). Per accettarsi ed essere soddisfatto di sé, un uomo deve riuscire a realizzarsi in ognuna di queste tre aree.



Per attrarre bisogna piacersi

La regola fondamentale dell'attrazione è “**piacersi per piacere**”, non te lo dimenticare mai. **Se non piaci a te stesso non puoi piacere a nessuno.** Chi si apprezza per ciò che è, emana una luce diversa e un'energia positiva in grado di attrarre a sé le persone.

Le tre aree della vita: famiglia, amici e lavoro

Quand'è che una persona si piace? Affinché una persona si piaccia, deve riuscire ad accettare e

Impara a piacerti

Non c'è una via univoca per imparare a piacersi. Di sicuro è un compito arduo che comincia da una sincera analisi personale. Ecco da dove puoi partire a lavorare su te stesso, prova a rispondere a queste domande:

- Cosa cambieresti della tua vita?
- C'è modo di cambiarla?
- Come posso fare per cambiarla?

Quando inizierai a mettere a posto i tasselli mancanti della tua vita, ti sentirai subito meglio e attirerai l'attenzione di tante persone. Non avrai più bisogno di cercare donne per incontri e avventure, ma saranno loro a venire da te!



4 segreti per sedurre

La seduzione è un gioco, ci vuole testa, intuito e qualche segreto da usare al momento giusto. Sedurre una donna non è un gioco da ragazzi. Fino a quando si tratta di fissare un appuntamento e uscire con una ragazza, niente di difficile. **Il bello arriva adesso, tu e lei soli seduti al tavolino di un bar. Come ti muovi?** Cosa dici per catturare la sua attenzione?

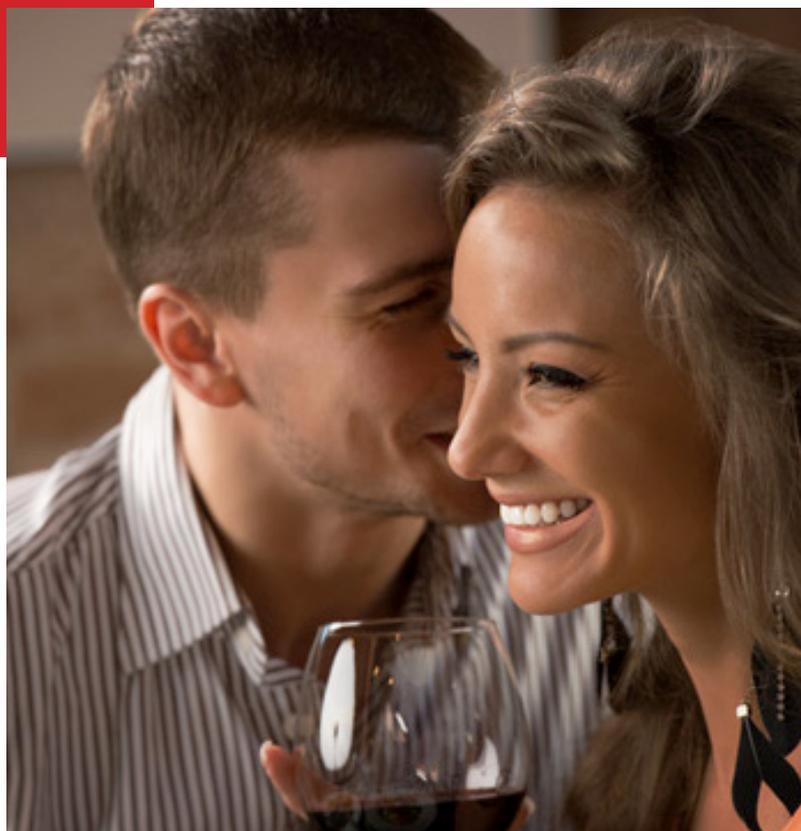
Magari esistesse un libretto delle istruzioni che basta seguire passo, passo per essere sicuri di centrare il bersaglio. Purtroppo non è così. Nonostante ciò, abbiamo raccolto da libri, manuali e consigli di guru del settore queste dritte per te. Un vademecum breve e facilmente memorizzabile per imparare a sedurre una donna.

L'apparenza conta

Una buona prima impressione conta più di mille parole. La verità è che anche l'occhio vuole la sua parte ed è la vista è il primo senso che utilizziamo per "saggiare il terreno". Ecco perché non devi sottovalutare il modo in cui ti presenti. La cosa peggiore che puoi fare è andare trasandato all'appuntamento. Per quanto caldo faccia, evita le infradito e le camice hawaiane. **Opta per un abbigliamento discreto e informale**, una polo e un paio di jeans ad esempio, **l'importante è che ti faccia sentire a tuo agio.** Il consiglio in più: evita di immergerti nel dopobarba.

Non lasciarti prendere alla sprovvista

Se non lo avete già deciso, il momento più imbarazzante è quando lei ti chiede "cosa facciamo" e tu non hai la più pallida idea di dove portarla. L'astuzia qui è di **individuare un paio di locali a portata di mano**, vicino al luogo dell'appuntamento. Sceglili prima, guardando su internet le



recensioni, oppure chiedendo a qualche amico di fiducia, così quando lei farà la faticosa domanda, tu avrai la risposta bella che pronta. Un punto a tuo favore!

Sciogli l'imbarazzo

All'inizio la situazione è difficile, non vi conoscete, ma sapete che c'è un interesse reciproco tra voi. Vi guardate e cercate un modo per dare il via alla serata. **Preparati una scusa o un aneddoto, tanto per avviare la conversazione dopo i saluti.** Può essere il traffico o i lavori in metro, oppure qualcosa che è successo durante il lavoro. Attento però, l'aneddoto non deve essere una scusa per lamentarsi, ma un modo per innescare un discorso.

Punta sui suoi interessi

Cerca di capire cosa le piace. Fallo fin da subito e poi orienta la conversazione in quella direzione. **Alle donne piace essere ascoltate** e, quando parlano di qualcosa che amano, si illuminano tutte e sono molto ben disposte. Se un uomo si mostra interessato, **al 90% si creerà la sintonia giusta.**

Hai preso appunti? Perché il nostro e-book sta per entrare nelle pagine clou. Perciò vai a prenderti un buon caffè prima di continuare la lettura.

La conversazione:

seduci con la parola



Se vuoi conquistare una donna, devi conquistare la sua mente e per farlo, la via più diretta ed efficace è servendoti della parola. È vero che la prima impressione conta, ma durante tutto l'incontro quello che realmente lascia il segno è quello che riesci a trasmetterle. Un uomo che sa cosa dire e lo fa nel modo giusto ha il 90% di probabilità in più di fare colpo ed ottenere un secondo appuntamento.

E tu come te la cavi?

Sei un bravo oratore? Per capirlo rispondi a queste domande:

- **Riesci a mettere sempre una persona a suo agio.** Già dopo cinque minuti che vi siete conosciuti lei ti sorride e si sente tranquilla. Sei bravo perché riesci a cancellare l'ansia e ad avviare la conversazione con facilità.
- **Riempi i vuoti imbarazzanti con naturalezza.** Il momento di silenzio capita, ma tu sai come riempirlo. Trovi subito spunto nelle cose che ti circondano o in quello che è successo durante la giornata.
- **Non sei aggressivo, né presuntuoso.** Un bravo oratore lascia spazio al suo interlocutore, avviando e guidando la conversazione senza che l'altro se ne accorga.
- **Ad una domanda imbarazzante glissi con eleganza.** Se la persona che hai davanti ti chiede qualcosa a cui preferisci non rispondere, sai evitare di farlo con delicatezza e riportando la conversazione su binari amici.
- **Lasci un segno.** Quello che dici non è mai per dare aria alla bocca, le persone con te si divertono o sono interessate, sicuramente trascorrono momenti piacevoli.

Esercizi per migliorare la tua capacità di oratore

Raramente si nasce brillanti conversatori, molto più spesso lo si diventa con la pratica. Ecco come puoi allenarti:

- **Fai esercizio con i tuoi amici.** Quando sei con loro, invece dei soliti discorsi, prova a immaginare di trovarti davanti ad uno sconosciuto e allenati a chiacchierare.
- **Fai esercizio con i commercianti.** Dal parucchiere eviti le domande? Alla cassa dici solo "buongiorno" e "grazie"? Mettiti alla prova e scambia due parole in più. È questione di abitudine, poco alla volta gli argomenti vengono spontaneamente.
- **Empatizza con le persone.** Cerca di capire la loro situazione e lo stato d'animo, ti aiuterà a sentirti più vicino e a trovare argomenti di cui parlare.

All'inizio non vergognarti di avere un piccolo trucco nel taschino. Se ti senti insicuro, può essere utile prepararsi per tempo un paio di aneddoti da raccontare in caso di penuria di argomenti. Possono fare sempre comodo!



La seduzione un messaggio

Come te la cavi con messaggini e chiamate di fuoco? Scompari come un'anguilla tra le alghe del fondale marino o sei più stressante di un nugolo di zanzare durante l'ora del tramonto?

Da quando i cellulari sono entrati a far parte della nostra quotidianità, anche il seduttore incallito deve farci i conti. D'altronde, **un uomo su due seduce le sue prede brandendo WhatsApp come il pescatore più esperto fa con la sua canna da pesca.** Inutile negare, che se da un lato i risvolti positivi sembrano tanti, altrettanti sono quelli negativi. Insomma, puoi tenerti in contatto con lei, inviarle messaggini amorevoli e dolci, sentire come sta e bla, bla, bla. Ma occhio a non esagerare, l'effetto stalker è dietro l'angolo e a nessuna donna piace sentirsi soffocare.

Un bravo seduttore sa esattamente come maneggiare la sua arma segreta (vedi cellulare) e come farlo in modo da irretire l'avversario. Vediamo un po' come vanno usati questi gingilli quando hai a che fare con una nuova conoscenza femminile. Ma prima di tutto mettiamo nero su bianco una regola fondamentale, ricordati che il telefonino va usato con moderazione in vista del tuo prossimo incontro e non durante lo svolgimento dello stesso!

Quando le scrivo?

L'hai appena riaccompagnata a casa e hai già voglia di sentirla. Cosa fai? La chiami, le scrivi un messaggio o fai finta di niente? Qui la risposta corretta è: dipende da com'è andata la serata e da che tipologia di donna hai davanti. Se si tratta di una donna indipendente, cacciatrice, lascia perdere. **Devi farla stare sulle spine se vuoi che funzioni.** Se, invece, lei è una sognatrice, un po' trafelata, con un piede per terra e uno sulle nuvole, **prova a scriverle.** Non essere troppo sdolcinato. Opta per qualcosa di carino senza impegno.

Il tempo di risposta

Lei ti ha finalmente scritto, erano un paio di giorni che non la sentivi, e questa è la prima vol-

passa attraverso

ta che prende l'iniziativa. Fantastico! **Ora, però, non andare su di giri.** Non afferrare il cellulare come se si trattasse di una patata bollente e non iniziare a schiacciare su quella povera tastiera come se ne andasse della tua vita.

Così penserà che non aspettavi altro che un suo segno. Posa subito quel telefono e mettiti a fare qualcos'altro! **Fai trascorrere un po' di tempo (un paio di ore?)** e poi rispondi.



Rispondi sempre

Sei uno di quelli che il cellulare non sanno che esista? Che se lo guardano una volta al mese è già tanto. Non lo fai per cattiveria, semplicemente non ci pensi. Beh, se sei una di queste persone, allora cerca di correggere il tuo atteggiamento. Piuttosto mettiti una sveglia, ma cerca di guardare il cellulare almeno una volta al giorno. Le donne proprio non sopportano di non ricevere risposta, la pena è la cancellazione dalla loro lista contatti.

Quante volte al giorno?

Scrivere troppo poco è sintomo di disinteresse, scrivere troppo passi per sfigato o peggio. Insomma, come trovare la giusta misura? Se vi siete appena conosciuti, vi siete incontrati una volta, e volete rivedervi, è importante tenerla un po' sul chi vive. **Non scriverle tutti i giorni.** Una cosa diversa è se vi frequentate da qualche tempo, senza assillarla mandale un messaggio carino quando la pensi o quando hai qualcosa da dirle (una scusa è facile da trovare ;))

Buongiorno e buonanotte

I famosi messaggini di buongiorno e buonanotte, vanno veramente scritti? Insomma, ne senti proprio la necessità? Sono simpatici, una volta ogni tanto, ma se lo fai tutti i giorni, rischi di trasformare un semplice gesto in un rito e di sentirti obbligato a ripeterlo anche quando non ne hai più voglia.

Per non sbagliare, tieni sempre a mente una semplice regola d'oro, utilizza il cellulare con moderazione e non insistere mai se non ottieni risposta. MAI, ricordatelo!



5 regole d'oro per non combinare guai con i tuoi incontri sui social

Come gestire il tuo profilo per evitare problemi?

Ti è mai capitato che una ragazza imbufalita venisse a bussare alla tua porta perché ha beccato una tua foto su Facebook in compagnia di una bellezza sconosciuta?

I social network sono uno strumento davvero eccellente per fare nuovi incontri, ma... Ma esiste un altro lato della medaglia. I social sono un'arma a doppio taglio, un po' come abbiamo visto con i cellulari nel precedente capitolo. **Tutto quello che pubblichi sulla tua bacheca diventa, infatti, di dominio pubblico** e alla mercé di ex, nuove conoscenze e possibili future partner. Per evitare fraintendimenti, brutte figure, o peggio, cerca sempre di stare attento a quello che posti.

Sicuramente ti sarà successo (e, se non a te, a qualche tuo amico) di dire alla ragazza che ti ha chiesto di uscire, conosciuta un paio di sere prima, che sei al lavoro, mentre, invece, ti trovi al mare a fare baldoria con gli amici. Qualcuno posta una vostra immagine su Facebook, lei la vede, e scoppia un putiferio. Ovviamente, la tua nuova conoscenza si dilegua nel nulla e tu così hai perso un'occasione a causa di una disattenzione.

Le foto

Il consiglio è di pubblicare solo immagini di cui non ti dovrai mai sentire in imbarazzo, qualsiasi persona le veda. Prima di postare la foto di te in compagnia di una super bambola incontrata in spiaggia a cui hai chiesto di fare uno scatto per fare invidia ai tuoi amici, pensaci 10 volte. Piuttosto fagliela vedere in privato, direttamente dal tuo cellulare.

I commenti

Non sparare a zero su politica, religione e tematiche delicate. Chi lo sa cosa ne pensa la donna che hai appena conosciuto. Potrebbe anche offendersi o risentirsi di certe tue parole.

Le informazioni

Che lavoro fai, dove vivi e cosa ti piace, sono tutte informazioni che puoi aggiungere al tuo profilo per completarlo. Se decidi di pubblicarle, tienilo presente al prossimo incontro, si sa mai che per fare bella figura non ti venga in mente di migliorare qualche dettaglio.

Chat & co.

Non rispondi al cellulare da diverse ore ma sei sempre connesso su Facebook. Occhio! Se lei ti ha scritto e tu non l'hai degnata di uno sguardo, evita di postare sul social e ricordati di mettere lo stato della chat su "non in linea".

Come districarsi dalle situazioni imbarazzanti



“Che figuraccia! E ora come posso rimediare?”, è la tipica frase di chi si trova ad un primo appuntamento con una bellissima ragazza e le ha appena versato il drink sul vestito. Ma di situazioni del genere ce ne sono talmente tante che non basterebbe un libro intero per contenerle tutte.

Se anche tu ami gli appuntamenti al buio, ti sarà sicuramente capitato di trovarti in una situazione decisamente imbarazzante. Durante i nuovi incontri, quando non conosci ancora bene la persona che hai di fronte, tendi a metterti in mostra, fare cose stupide e spesso finisci col fare brutte figure. La bella notizia è che capita a tutti prima o poi, e con un po' di tempismo riesci a venirne fuori senza danni permanenti alla tua immagine.

Sbagli il suo nome

È proprio una situazione imbarazzante, sei nel bel mezzo di un momento romantico, magari il primo bacio, le vostre rispettive labbra si stanno chiudendo le une sulle altre e tu in preda alla foga, **pronunci il nome della tua ex**. Ahi! Ora

si che sono dolori! Come hai potuto sbagliare? Nemmeno ti piaceva il suo nome! Il lapsus freudiano colpisce anche i più attenti, e adesso lei ci è rimasta decisamente male. **Evita di dire che stavi pensando a tua mamma**, suonerebbe anche peggio. Meglio chiederle scusa e ripetere per “punizione” una decina di volte il suo nome. Se ride è fatta.

Cucini un piatto a cui è allergica

L'hai invitata a cena a casa tua, ti sei impegnato e per l'occasione hai passato il pomeriggio a cucinare. Grandioso! Cento punti per te. Finalmente lei arriva e vi sedete a tavola. Ora puoi finalmente mostrarle le tue doti culinarie, ma... **nel faticoso momento scopri che lei è allergica al pesce e guarda caso tu hai fatto tutto un menù a base di pesce**. In questo caso, la cosa migliore sarebbe prevenire il disastro chiedendole prima se c'è qualcosa che non mangia. Se ormai il danno è stato fatto, prenota due pizze.

La prima volta non funziona

Siete finalmente arrivati al momento clou. Lei ti piace, tu le piaci e tutto sembra funzionare per il meglio. Hai acceso una luce soffusa, messo la musica giusta e la serata sta procedendo come dovrebbe. **Tuttavia, quando arrivate al dunque, invece, di sprizzare gioia da tutti i pori, lì sotto sembra tutto morto**. Hai il cuore infranto e non sai più come scusarti. Fermati subito e tira un profondo respiro. Il tuo cervello si sta facendo troppe domande e rischia di scoppiare. **Esiste una sola spiegazione logica, sei troppo agitato!** Rilassati e riprova dopo un film o un sonnellino. Se lei se ne va scocciata, allora lascia perdere, non ne vale la pena.

Ti è piaciuto il nostro e-book sulla seduzione? Se vuoi saperne di più leggi il nostro blog

www.piuincontri.com/blog