

ББК Ю-88
УДК 159.98
Г 18

Гамаюн Э.

- Г 18 Женский пикап: как найти достойного мужчину и стать его Королевой! Эксклюзивная настольная книга для женщин / Елена Гамаюн, Алиса Андреева. — Новосибирск, 2012. — 158 с.

ISBN 978-5-903-463-79-4

Эта книга — **секретное оружие**, которое поможет тебе понять и завоевать мир мужчин. Ты узнаешь их тайные мысли, тебе откроются мотивы их действий.

Как часто представительницы прекрасной половины человечества сетуют:

«Я некрасивая... У меня проблемы с фигурой...»

«Я до сих пор не вышла замуж... А вдруг так и останусь одна?..»

«Я неудачница, мне не везет с мужчинами...»

«Я боюсь, что он мне изменяет...»

Конечно, чаще всего эти переживания беспочвенны, но как избавиться от комплексов? Как поверить в свою неотразимость? Как найти достойного мужчину и стать для него единственной и неповторимой?

Если тебя хотя бы немного интересует мужская психология, если ты хочешь найти достойного спутника жизни или сделать существующие отношения более гармоничными, соответствующими твоему идеалу, значит, эта книга для тебя! Ее авторы — опытные психологи с многолетним стажем и мастера международного уровня по женскому НЛП и техникам женского пикапа — предлагают простой, но очень действенный психологический тренинг, который помог избавиться от неуверенности в себе и найти достойного мужчину уже сотням тысяч девушек и женщин во всем мире.

Воспользуйся их советами и ты — это реальный шанс изменить свою жизнь к лучшему!

ISBN 978-5-903-463-79-4

© Елена Гамаюн, Алиса Андреева, 2012

© Издательство «Скифия», 2012

Оглавление

Введение. Искусство жизни и женские премудрости	9
Глава 1. Женский пикап – твоя судьба в твоих руках!	12
<i>Если не ты, то кто? Знакомство и развитие отношений.</i>	
<i>Основные шаги к его сердцу. Теория и практика пикап-знакомства.</i>	
<i>Выбор «рыбного места». Места знакомств.</i>	
С чего начать?	12
Знакомство и первое свидание:	
основные шаги к сердцу мужчины.....	15
Теория и практика пикап-знакомства.....	16
Глава 2. Удачный выбор – секрет женского счастья, или Принцы, какие они разные	20
<i>Как понять, кто перед тобой? Секрет женского счастья. Изучение и наблюдение: какого типа «экземпляр»? Таблица классификации типов мужчин. Как за 2–3 свидания выяснить, достоин ли он тебя, а не тратить на это годы жизни!</i>	
Вот он был – и нету.....	20
Как распознать истинное лицо мужчины.....	22
Проверки избранников на пути к женскому счастью	26
Задумайся, почему он не хочет тебе помогать?	27
Глава 3. Виновата ли я?	29
<i>Программы и установки, мешающие женщинам и девушкам построить отношения с достойным и богатым человеком.</i>	
Глава 4. На войне как на войне	36
<i>Как распознать сердцееда? Тест на устойчивость против сердцееда. Вся правда о мужчинах. Правила игры устанавливаешь ты!</i>	
Кто такой сердцеед?	37
Признаки сердцееда и его действия.	
Почему он начинает тобой управлять?.....	38

Как «отшить» сердцеда, знаешь?	41
Что ты можешь сделать? Как рушится защита от сердцеда и появляется включенность энергетически?	42
Учись властвовать собой	44
Как вести игру с достойным мужчиной	45
Глава 5. Судьба – это результат наших мыслей о себе	48
<i>Быть всегда на колеснице успеха или стоять на обочине?</i>	
<i>Выбор за тобой! Как повышать самооценку?</i>	
Что я о себе думаю, и к чему это приводит?	48
Повышаем самооценку	49
Глава 6. Как подать себя в выгодном свете	52
<i>Первое свидание. Самопрезентация. Показать «товар лицом»: что и как говорить о себе вашему избраннику, чтобы создалось нужное впечатление. Легенда о себе.</i>	
Входим в привлекательный образ	53
Твоя легенда	54
Скажи мне, кто твоя женщина, и я скажу, кто ты	62
Глава 7. Искусство взаимоотношений	64
<i>Как сделать отношения интересными? Как не дать «сорваться с крючка»? Как часто встречаться, как удержать отношения, чем удивлять, что просить взамен? Основные ошибки женщин при общении.</i>	
Как сделать отношения интересными?	65
Чем удивить мужчину в моменты встреч, и зачем это нужно	67
Что нужно просить взамен?	70
Глава 8. Ажиотаж на пользу дела	71
<i>Как заставить мужчину тебя ревновать? Как создать вокруг себя интригу и ажиотаж, чтобы он боялся тебя потерять и ему хотелось одаривать тебя подарками?</i>	

Глава 9. Как отстаивать свои границы.....	75
<i>Почему мужчины делают тебе сомнительные предложения и как этого избежать. Как уберечь себя в критических ситуациях?</i>	
Не давай повода к недостойным действиям	76
Что думают об этом мужчины	77
Как реагировать на непристойные предложения?	78
Глава 10. Ах, подарки, подарки!	80
<i>Как сделать так, чтобы получать от мужчины все, что хочешь? Как попросить нужный тебе подарок?</i>	
Глава 11. Как мужчины манипулируют нами и что с этим делать	87
<i>Манипуляция. Как мужчины манипулируют нами и что с этим делать? Как развить в себе иммунитет против мужской манипуляции? Антиманипуляция.</i>	
В чем суть манипуляции?.....	88
Методы манипулирования	89
Манипуляции, снижающие самооценку	91
Вырабатываем иммунитет против мужской манипуляции ...	93
Приемы антиманипуляции.....	96
Глава 12. Как быть рядом с сильным мужчиной?	98
<i>Правда о них и о нас. Секреты и правила ведения игры.</i>	
Сильные мужчины – кто они?.....	98
Женщина для сильного мужчины	100
Глава 13. Негативные эмоции	109
<i>Негативные эмоции и как с ними бороться? Ревность: как избежать проблем? Упражнение по избавлению от негативных эмоций.</i>	
Что порождают негативные эмоции?	109
Негативу бой.....	111
Упражнение по избавлению от негативных эмоций.....	115

Глава 14. Почему я не могу попросить у НЕГО подарок?..... 117

Упражнения на выявление причин: почему я до сих пор не могу попросить то, что мне нужно? Техники женской манипуляции и речевого воздействия на мужчину

Глава 15. Самодостаточность – ключ к любви и успеху в жизни..... 125

Что такое самодостаточность? Как избавиться от комплексов и страхов перед общением с мужчиной? Какие качества в себе нужно развить, чтобы обрести личное счастье с достойным человеком. Упражнение для обретения самодостаточности и женской силы.

Ты и твой мир 126

Идеальная девушка для достойного мужчины..... 128

Глава 16. Учимся эффективно общаться 138

Правила эффективного общения, которые помогут тебе легко войти в его окружение и еще больше очаровать.

Как научиться чувствовать собеседника? 139

Техники развития навыков общения 140

Глава 17. Окончательное приручение 142

Почему наши поступки определяют нашу судьбу? Как они превращаются в привычки? Два шага на пути к избавлению от привычек, которые мешают нам жить. Как быть всегда сексуальной, привлекательной, энергичной, чтоб было много поклонников? Принципы успеха у мужчин. Секреты сексуальности.

Улыбайся миру – и мир улыбнется тебе..... 143

Что такое привычка? 143

Эмоциональные привычки 144

Как избавиться от негативных эмоций, навязчивых мыслей и ненужных претензий?..... 145

Как добиться успеха у мужчин: секреты сексуальности 146

Практические занятия.

Как быть наполненной и энергичной 151

Учимся правильно дышать, чтобы излучать
здоровье и гармонию 152

«Дыхание долголетия» 152

«Дыхание женственности» 153

Заключение.

О психологии взаимоотношений между полами 155