

5 claves para aprender a ligar

Parece una tontería, pero poseer algunas cualidades que nos permitan conocer íntimamente a alguien puede convertirnos sin lugar a dudas en un Don Juan o Doña Juana.

Saber ligar es importante si estamos interesados en encontrar una pareja sexual o formal con la que construir un futuro.



El problema es que muchas veces perdemos oportunidades o no somos capaces de dar el paso clave para empezar a conocer. ¿Podemos solucionar esto? ¿Tenemos que esperar o arriesgarnos a dar el primer paso?

«Un flirteo es como una pastilla. Nadie puede predecir exactamente sus efectos secundarios»

-Catherine Deneuve-

¿Esperar a dar el primer paso?

Parece que siempre estemos esperando a que sea la otra persona la que de el primer paso, la que se lance a decirnos si queremos quedar con él o ella, y a veces, de tanto esperar, ese potencial ligue acaba caducando y al final nos quedamos a dos velas.

Esto les ocurre sobre todo a las mujeres, más bien por la educación y las ideas hiperrománticas y machistas que la sociedad nos ha inculcado a lo largo de los años.

Antes, y aún ahora incluso, no estaba bien visto que una mujer se lanzase a empezar a conocer a un hombre. Era él quien tenía que ser el pretendiente e ir a conquistarla, porque si era ella quien lo hacía se la premiaba con un montón de calificativos nada agradables.

Hoy en día, las mujeres ya no tienen tanta presión de la sociedad en este sentido, aunque aún queden algunos resquicios.

Sea como sea, hombres o mujeres, la idea es que si quieres conseguir esa pareja o amante tan esperado, has de seguir algunos pasos importantes desde el punto de vista psicológico.

¿Cuáles son las claves para ligar con éxito?

Si quieres saber algunas claves para aprender a ligar con éxito aquí te las exponemos a continuación. Muchas es probable que las conozcas, pero sin su puesta en práctica no sirven de nada!

1. Perder el miedo al rechazo

Mucha gente no es capaz de lanzarse a ligar con alguien que le

gusta por temor a que le de una negativa. Nos duele mucho que nos rechacen, es como un puñal que lastima nuestro ego y en realidad es todo por nuestra mentalidad.

Hay que concienciarse de que los rechazos son absolutamente normales porque es imposible gustarle a todo el mundo.

Aunque creamos que somos muy guapos y estamos muy bien, la belleza es algo tan subjetivo que quizá le parezcamos guapísimos a una persona y a otra no, o quizá nuestra manera de comportarnos agrade a unos y a otros no.

Por lo tanto, prepárate para los rechazos porque los tendrás seguro, aunque, ¡tranquilo! esos rechazos nunca mataron a nadie.

2. Trabajar la confianza en uno mismo

Esto va muy unido al punto anterior. Si confías en ti mismo aceptarás los rechazos mucho mejor y disfrutarás más de tus conquistas.

Tener confianza en uno mismo es aceptarse incondicionalmente y quererse, al margen de que le gustemos o no al otro.

Por otro lado, es importante saber, que contrariamente a lo que pensamos, el físico no es muy importante a la hora de ligar. Atrae mucho más una persona físicamente normal con una seguridad aplastante que una guapa insegura.

Siempre proyectamos en los demás lo que pensamos sobre nosotros mismos, por lo tanto, si te valoras, te gustas y te quieres tal y como eres, los demás también lo harán.

«La confianza en uno mismo es el primer peldaño para ascender por la escalera del éxito»

-Ralph Waldo Emerson-

3. Imagina que eres un vendedor a puerta fría

Sí, has leído bien, has de imaginarte que estás vendiendo “algo” a “alguien” y que unos te lo comprarán y otros no.

Al igual que les pasa a los vendedores a puerta fría, hay gente que le abre la puerta y le compra, y hay otros que ni siquiera le abren la puerta y eso es lo normal, es cuestión de estadísticas. Siempre hay un ratio de ventas.

Por lo tanto, es importante que no pierdas oportunidades si te surgen, es decir, que pegues al timbre de cada puerta atractiva que aparece en tu camino y que aceptes que puede que no te abran, ya que si no lo haces así, al final si que no se abrirá ninguna.

4. Toca, sonríe y sé un poco pícaro o pícara

El lenguaje no verbal es muy importante y siempre transmite más que el lenguaje verbal.

Los estudios demuestran que las personas sonrientes son mucho más atractivas y proyectan carisma, al igual ocurre con acercarse a la otra persona y tocarla, ya sea apoyándose en su hombro, tocándole el pelo, la espalda...

Por otro lado, es importante ser un poco pícaro con la otra persona, pero siempre con medida. Una frase que deje entrever que la otra persona nos interesa, dicha en el momento apropiado o un guiño acompañado por una sonrisa, ya dan información a la otra persona de que nos parece atractiva y estamos interesados.

5. Los dos pasos clave: conseguir redes sociales y número de teléfono y buscar un punto en común

Hoy en día todo el mundo está conectado a las redes sociales y siempre es mucho más fácil dirigirnos mediante mensaje escrito que cara a cara, por lo que nos puede facilitar el trabajo a la hora de ligar y esto es una ventaja.

Una vez que hayamos contactado con esa persona, debemos buscar un punto o interés en común que nos pueda servir de trampolín para quedar a tomar algo, es decir, algo que nos sirva de “excusa” para invitarle a salir, lo que podríamos considerar ya un paso directo.

Finalmente, lo importante es ser quien tu eres, confiar en ti y tener seguridad. El resto, poco a poco, irá surgiendo con ayuda de algunas estrategias o incluso, de repente.

Fuente: lamenteesmaravillosa.