

5 วิธี...เพิ่มความดูดีและน่ารัก

นำเสนอเมื่อ : 1 ต.ค. 2552

เวลาพูดถึงคำว่า "บุคลิกภาพ" มักมีคำว่า "เสน่ห์" รวมอยู่ด้วยทุกครั้ง และการจะมีเสน่ห์ได้ คนๆ นั้นจะต้องทำตัวให้ดูน่ารักด้วย วันนี้เรามี 5 วิธี เพิ่มความน่ารักให้ตัวเองมาฝากกัน

✘ 1. อย่าปล่อยเนื้อปล่อยตัว

✘ **แน่นอนว่าคุณจะน่ารักได้ ต้องดูแลให้ตัวเองดูดีด้วย** ในที่นี้ไม่ได้หมายความว่า จะต้องแต่งสวยหล่อกันเต็มที แค่อ้างอย่างปล่อยเนื้อปล่อยตัวจนเกินไป แม้นาตาไม่สวยหล่ออย่างสมบูรณ์แบบ แต่หากมีความเก๋ขี้เก๋มา สะอาด และดูสุขภาพดี ก็ย่อมเป็นที่สะดุดตานามอง ยิ่งรักษาหุ่นให้ดีเข้าไว้ ก็มีชัยไปกว่าครึ่ง

✘ **ทรงผมก็สำคัญ ถ้าเข้ากับรูปหน้าและยุคสมัย** ใช้การแต่งกายมาเสริมความน่ารัก โดยเฉพาะเสื้อผากับเครื่องประดับต่างๆ หากเลือกได้อย่างเหมาะสมก็ช่วยเพิ่มความน่ามอง และน่าประทับใจได้อีกด้วย

✘ **สุขภาพสตรีควรแต่งหน้าเพื่อความเรียบร้อยเนียนและสวยงาม**
พยายามใช้สีใกล้เคียงธรรมชาติมากที่สุด ไม่แต่งหน้าจัด แต่เคล็ดลับก็คือ เน้นสิ่งที่สวยที่สุดบนใบหน้าให้เด่นชัดขึ้นมา เช่น หากรูปร่างสวย จงแต่งตาให้ยิ่งสวย จะดูอายุแซ่โต้วเพิ่มความคมโต้นามอง กรีดอายไลเนอร์เพื่อความโฉบเฉี่ยว ก็ย่อมได้ แต่ต้องไม่รุงรังหรือดูปรุงแต่งมากนัก

✘ **หากจมูกสวยอยู่แล้ว ก็เพิ่มความเด่นด้วยแฉดตั้งกับไลต์ให้จมูกยิ่งโด่ง** และเด่นขึ้น หรือถ้ามีปากสวย ก็เลือกลิปสติคสีสวย กลมกลืนกับสีผิวหน้าผมนั้น มาทาลงไปจะให้ดูเอิบอิ่ม

✘ **ที่สำคัญคือกลิ่นกาย** หากมีกลิ่นหอมอ่อนๆ โขยมาเตะจมูกยามที่อยู่ใกล้ๆ ก็รู้สึกน่าประทับใจ ควรเลือกน้ำหอมกลิ่นที่สอดคล้องกับบุคลิกของคุณ หรือง่ายที่สุด เลือกกลิ่นที่คุณชอบ ซึ่งหมายถึงกลิ่นที่คุณอยากให้คุณอื่นรู้สึกว่าเป็นกลิ่นกายของคุณนั่นเอง ฉีดตามจุดสำคัญๆ พอประมาณ เพื่อให้ส่งกลิ่นหอมอ่อนๆ อย่าให้มากจนหอมจน

✘ **ที่หลายคนไม่ค่อยระวังก็คือ กลิ่นเท้า** โดยเฉพาะสุภาพบุรุษทั้งหลาย กลิ่นเท้าก็ตี กลิ่นถุงเท้าก็ตี กลิ่นรองเท้าก็ตี ควรหมั่นตัดเล็บเท้าให้สั้น สะอาด ทำความสะอาดเท้าทุกวัน และตรวจดูว่าตัวเองเป็น "โรคเท้าเหม็น" หรือไม่ หากเป็นจะได้ทำการรักษาให้ทุเลาลง

✘ 2. พุดจาให้น่ารัก

❌ **จะใช้น้ำรักรน้ำเสียงต้องไพเราะ** ไม่ต้องดัดเสียง ทำเสียงสูง แอ๊บแอ่ว หรือเสียงดังเรียกรองความสนใจ แต่พูดจากความรู้สึกจริงๆ จังใจ และสุภาพ พูดด้วยจังหวะที่ไม่ช้าหรือเร็วเกินไป เสียงดังพอเหมาะแก่การฟัง มีหางเสียง ค่ะ ครับ และพูดให้ชัดเจน ถูกอักขรวิธี ร.เร็ว ล.ลิง คำควบกล้ำ วรรคตอน ต้องถูกต้องเพื่อให้การสื่อสารไม่ผิดพลาด

❌ **ที่สำคัญพูดแล้วต้องมีประเด็น** มีเป้าหมายในการพูด เช่น พูดเพื่อให้สบายใจ พูดเพื่อแสดงความเป็นกันเอง ลดความประหม่าตื่นเต้นหรือความรู้สึกแปลกหน้าให้แก่อีกฝ่ายหนึ่ง พูดเชิญชวน พูดจูงใจ พูดเพื่อบอกกล่าวเรื่องหนึ่งเรื่องใด หรือแม่แต่พูดเพื่อให้คนฟังสนุก เหล่านี้ล้วนเป็นเป้าหมายของการพูด ซึ่งจะทำให้การพูดแต่ละครั้งมีคุณค่า เหมาะสมแก่กาลเทศะนั้นๆ และคนฟังไม่เบื่อ ไม่รำคาญ

❌ 3. มีท่าทีที่น่ารัก

❌ **ท่าทีที่น่ารักก็คือ** ความสุภาพ ผ่อนคลาย ให้เกียรติ ไม่เหยียดหยามด้วยสีหน้า แววตา คำพูด หรือภาษากายอื่นๆ เช่น ยืนกอดอกด้วยท่าที่ระวังตัว จองตาเขม็ง มองตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า หรือมองด้วยหางตาอย่างหมิ่นแคลน เหล่านี้เป็นต้น

❌ **คนยิ้มแย้มแจ่มใส** ดูจริงจัง และเป็นมิตร จะมีแรงดึงดูดให้คนเข้าหา เขาจะสัมผัสได้ถึงความปลอดภัย ความเป็นกันเอง การเปิดกว้าง และการให้เกียรติที่คุณสื่อสารผ่านทาง เขาจะรู้สึกผ่อนคลายเมื่ออยู่ใกล้คุณ สบายใจและสุขใจที่จะสนทนากับคุณ และจดจำได้ว่าคุณน่ารักแค่ไหน

❌ 4. มีจิตใจที่น่ารัก

❌ **จิตใจที่ดีต้องไม่เย่อหยิ่ง กว้างขวาง** คบหาได้ทุกเพศ วัย ทุกอาชีพด้วยความบริสุทธิ์ใจ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และปรารถนาดีต่อผู้น้อยอยู่เสมอ นนรวมถึงความซื่อสัตย์และความไวใจใด ซึ่งจะทำให้คนอื่นคบหาเราด้วยความจริงใจ และให้เกียรติเช่นเดียวกัน

❌ **จิตใจที่ดีจะส่งผ่านการกระทำที่น่ารัก** เช่น ยิ้มหวาน รู้จักทักทาย กล่าวคำขอบคุณ ขอโทษ คิดถึง เป็นห่วง และรัก ได้อย่างเต็มใจ จริงใจ และน่าประทับใจ จงจำไว้ว่า อยากให้คนอื่นปฏิบัติต่อเราอย่างไร จงปฏิบัติต่อเขาเช่นนั้นก่อนเสมอ

❌ 5. มีธรรมชาติและมารยาทที่น่ารัก

❌ **ผู้มีมารยาทตามกฎละเทศะ** หากอยู่ในที่สาธารณะเจอผู้ใหญ่ก็ต้องยกมือไหว้ เดินผ่านผู้ใหญ่ก็สวัสดี ก้มบอกรัก และให้เกียรติ ไม่ยื่นคำหว่าผู้ใหญ่ ไม่แซงคิวคนอื่น ไม่ส่งเสียงดังรบกวนผู้อื่น ใส่ใจต่อสิ่งแวดล้อม ฯลฯ ในที่ส่วนตัวก็มีความเป็นกันเอง สงบ และสำรวม พูดง่ายๆ ว่าเป็นคนรูกาลเทศะ และเป็นเช่นนั้นเสมอในทุกๆ ที่

รู้วิธีปฏิบัติตัวให้ดูน่ารัก และมีเสน่ห์ในสายตาคนอื่น หากใครทำได้ รับรองว่า จะมีคนรักคุณขึ้นอีกเป็นกองเลย

ขอขอบคุณข้อมูลจาก โพสต์ทูเดย์

