

一见心动女孩就紧张 这种心理咋克服



11



读者困惑

日前,一位读者咨询晚报红娘,他每次见到喜欢的女孩,就特别紧张,也非常害羞,很希望能以从容的心态面对,和女孩侃侃而谈,却不知该咋改变自己。

其实不只是女孩见到喜欢的男孩会害羞,男孩在见到自己喜欢的女孩时也会害羞,害羞的根本是来自内心的自卑,很想在女孩面前留下好印象,反而因为太在乎导致局促不安,咋才能改变这种状态呢?

红娘根据工作经验,为其答疑解惑。

红娘解惑

现实生活中,的确有一些男孩,在遇到心动的女孩时,紧张到不敢说话,吃饭、看电影、聚餐时,都会表现出害羞、紧张、焦虑等多种情绪。该如何改变自己呢?红娘建议从以下几个方面入手。

接近不让你感到紧张的女性朋友

避免紧张和焦虑心情的最好办法,就是不在乎事情的结果。你可以先尝试和普通女性朋友聊聊天,因为你和她很熟悉,在她面前就不会紧张。你不是特别在意她对你的态度,交往起来内心会比较轻松。然后,你再慢慢适应这种节奏,渐渐地,遇见心动的女孩也不会手足无措。

强迫自己主动去认识她

对于害羞的男孩而言,想要大胆主动地认

识女孩,确实是一件难事,但逼逼自己总是可以做到的。

当你在不断强迫自己的过程中获得成长时,也就变成了习惯。虽然可能很难彻底变成主动的人,但在关键时也会拿出该有的勇气。

多展示优点

每个人都具有两面性或多面性,遇见心仪的女孩,尽量展示好的一面。也许你害羞内向,不善言辞,但有才艺,比如会弹钢琴、善于写作等,平日里要提高自己的内在素养,让女孩看到你的优点,这样会吸引她对你的注意力。

但无论做什么,真诚最重要,不要愚弄别人,也不要欺骗别人。

多带朋友参加聚会

在聚会中,有朋友陪着和女孩聊天,你会感觉自在一些。因为你知道不管发生什么,都有朋友支持。另外,他也可以帮你支招。

下次,你再碰到心动的女孩,可是又不知道怎么去接近她的时候,你内心就假想朋友在身边,能给你兜底,这样可以勇敢一点。只要你能走过去和她说话,跨出了这一步,其它的都说好。

到人多的地方锻炼自己

有时,你不仅不敢和女孩说话,可能也不敢和陌生人交流,这就需要加强锻炼。

比如,到人多的地方去,对陌生人报以友善的微笑。如果有陌生人对你报以同样友善的微笑,那么会大大提升你的自信。

有时,接触女孩可能不一定完全要用语言,眼神也是你自信的一种表现。

如果发现女孩盯着你,对你眉目传情,那么你就可以走过去接受她的邀请。在一个女孩的眼里,你可以读到很多东西,但也不要过于敏感地去解读,以免产生误会。

永远乐观自信

思想决定行为。要想从内心深处战胜你的羞怯,就坚定思想,相信你就是女孩喜欢的那种类型,鼓励自己,从而由内向外散发乐观、自信的气质。

除了以上这些方法外,你还可以采取自我鼓励的方法,帮助自己不再含羞。同时,不苛求自己,能做到什么程度就做到什么程度,只要尽力了,不成功也没关系。

相信坚持运用以上这些方法后,你一定能勇敢大胆地和心动女生沟通,相识相恋,早日走进幸福婚姻殿堂。

记者 张婧

晚报红娘

有情感困惑、交友需求,就找晚报红娘。靠谱交友,就找晚报红娘。

☎ 交友热线: 13277195200 (微信同号)



晚报红娘客服微信号,扫码脱单

广告

分类信息

打造十堰生活服务综合资讯平台 刊登热线:13972497010
郑重提示:本版广告所有信息,若有意采用请缜密考察谨防失!



飞龙房产 — 市内好房拍卖出售

- 1.火车站汇智小区90㎡、3室、4楼、精装44.5万
 - 2.柳林小学学区香格里拉、三层复试200㎡、120万
 - 3.大美盛城梧桐花园126㎡、三室两厅两卫、98万
 - 4.五堰柳林沟腾龙阁电梯大2室、7楼、精装47万
 - 5.泰山绿谷精装3室、电梯中层,精装70万
 - 6.凯旋银座126㎡大三室两厅、送独家楼顶4个房间送露台、52万
 - 7.北京路九龙太阳城、92㎡、两室两厅、59.8万
 - 8.武当路畔山林语131㎡、3室2卫2厨、复式楼72万
 - 9.天津路泰山绿谷99㎡、3室2卫、5600元/㎡
 - 10.浙江路邦泰紫霄台103㎡、3室2卫、5600元/㎡
- 电话: 13593773908 / 17771948889 8036918

- 1、白浪中路一幢临街商业大楼的2-8楼,将近3400㎡房产650万拍卖。
- 2、原43厂附近一幢5层独栋大楼近828㎡350万拍卖。
- 3、顾家岗亨运检测站路口临街二间门面房88㎡/间,88万元/间拍卖。
- 4、凯旋大道电梯洋房5300元/㎡拍卖,可首付三成。
- 5、一批市价200万元名贵绿松石现仅50万元拍卖,详情加微信公众号湖北慧诚拍卖公司查看。电话:13343593588

诚招各县区代理商1名

免费上门安装电动车快速充电桩项目,诚招十堰各县市区代理商。电话:13387148450

普通专升本辅导课

2022普通专升本辅导培训专升本考试时间为5月8日纯线下面授上课 小班教学 英语课 专业课 一对一辅导 咨询:13307281090 (微信)

水利局招夫妻保安

55岁左右,身体健康,2300元/月。电话:8672189 13397291686

房屋出租

公园路大地宾馆楼上有一套85㎡两室两厅的房屋出租,家具家电齐全,拎包入住。电话:18107199799 徐先生

九川设计图

装修设计图 效果图 建筑设计图 施工图 景观设计图 全景图 广告设计图 鸟瞰图 Tel:13986881999

飞龙房地产经纪咨询有限公司



十堰飞龙房产于房管局备案,从事买房卖房、产权过户、代办银行贷款、楼盘代卖。

公司地址:五堰珠海街店(五堰小学对面) 咨询热线:13593773908

五堰立交桥文体娱乐城 嘉成电脑办公安防科技

现招聘轮滑、篮球、乒乓球、搏击训练员、前台接待若干名,条件如下:1、持有轮滑登记教练员证书2人;2、持有C级或以上篮球教练员证书2人(一男一女);3、持有体育大学或者省级乒乓球比赛三等奖以上教练员证,参赛证人员2名;4、气质佳容貌端庄接待员4名,有过前台接待工作经验者优先。电话:陈总 13986915926 8672950

福康园养老之家

养老院欢迎老年朋友参观入住,价格优惠。地址:老街转盘附近。电话:15971845033

鸿泰顺达精品二手车

现金高价收中档、高档二手车。电话:15171368999

会计及学历培训

从事办理工商营业执照登记,税务登记,做账报税,年度申报,税务筹划、乱账整理。培训优秀的会计(初级、中级、实操)人才。提升学历(中专、大专、本科、硕士)以及建筑师培训。电话:13117101546

大鲨鱼二手车

良心价格收购各类车辆。李:18872069418

十堰吉祥二手名车

长期收购、销售高中低档二手车。车辆保险咨询、分期付款。电话:15327951888

名表维修

质保两年,回收黄金、名表。地址:五堰红绿灯路口处。电话:13477989583 陈师傅(微信同号)

长期回收贵金属废料

钨、钼、镍、银、钽、锡、硬质合金刀片、钼丝、钻头、丝锥、钨钢、滚刀、拉刀等。电话:13780286536 微信同号

萍缘婚介信息

千里姻缘萍缘牵,有情人终成眷属
丧偶女:54年、68岁、1.58米、小学、国企退休有房、无负担。
丧偶女:49年、73岁、1.60米、中专、教师退休有房。
离异女:82年、40岁、1.62米、中专、医院上班有房、无负担。
离异女:78年、44岁、1.69米、初中、个体、有房、气质好。
丧偶男:57年、65岁、1.72米、初中、企业退休有房、无负担。
丧偶男:42年、80岁、1.70米、中专、教师退休有房。
离异男:87年、35岁、1.73米、中专、二汽职工有房。
未婚女:96年、26岁、1.60米、本科、公务员、温柔。
未婚女:90年、32岁、1.65米、本科、二汽人事部门、气质好。
未婚男:86年、36岁、1.86米、本科、教师、有房有车。
地址:五堰工业品市场主楼2楼<萍缘信息部> 电话:18772238599 8010078

三堰招保洁

60岁以内,每天8小时,2100元/月,月休2天。电话:8672189 13397291686

二元多元店配货基地

专业小商品批发,经营范围文具、玩具、厨房用品、生活用品,饰品类。地址:襄阳市侨丰国际商贸城西行南100米 电话:13807274566

专业食堂承包

本公司有专业技术服务团队,相关资质和经营能力,承接工厂企事业单位食堂承包托管服务、商务套餐团体盒饭订制配送等服务。电话:张先生13636146999 0719-8057779

标准车间对外出租

位于花果方山塘沟工业园处3000㎡可分租也可整租,价格合理。电话:13797823826王先生 15717281030张经理