

自分の魅力を書き出して、美点を磨こう



思いつかない時は…

- 人が褒めてくれたことを思い出しましょう。そこもあなたの魅力です。
- 欠点はポジティブに変換しましょう。一重→切れ長の目、胸が小さい→スレンダーなど、いいところを見つければ魅力になります。

自信のあるパーツや人に褒められた部分を磨くのが、美人への近道。自分の魅力をたくさん見つけましょう。魅力を増やすコツは、欠点を美点に変換すること。「背が高いから、モードなファッションが似合う」など、ポジティブ思考で魅力を増やしましょう。

持ち味を魅力に変えて美人になる

真面目で頑張り屋な人ほど、「きれいになるには努力をしないとイケない」と考えがちです。しかし、苦しいことは続かず、挫折のもとに。美人になるには、無理して頑張るより、自分が心地よくできる方法を探すのが近道。自分に合った美容法が見つければ、簡単に美人になります。

美人になるのに努力はいりません

1

思考を変えて美しくなる

- 自分の美点をたくさん知っている人は、美人になれる
- 真面目な人ほど、美人になれない
- 心地よくできる美容法を見つけるのが、美人への近道

