

3 lucruri esentiale pentru o femeie implinita



Pornesc desigur de la propria parere cand formulez aceste ingrediente ale unei femei implinite. Totusi din intalnirile pe care le-am avut pana acum cu persoane pe care le admir, am observat ca parerea imi este de multe ori impartasita.

Sa te simti frumoasa

Nu ma refer la criteriile standard de frumusetate. Sa ne gandim numai ca exista fotomodele care considera ca au atatea defecte si se indoiesc de frumusetatea lor in vreme ce toti ceilalti le admira.

Sa te simti frumoasa inseamna sa iti respecti trupul si sa iti acorzi timp sa il ingrijesti. Inseamna sa identifici ce anume inseamna pentru tine cuvantul "frumoasa" si sa accepti ca frumusetatea vine in atat de variate feluri!

Tine mult si de puterea de a-ti gasi stilul tau. De ce nu, sa rezervi o zi in care sa probezi multe feluri de haine sa iti dai seama ce iti vine ca turnat si ce nu. Fara sa cumperi neaparat, doar sa te definesti mai bine si sa stii care haine te pun in valoare. Scapa de cele care te fac sa te simti ciudat, inconfortabil!

Inconjoara-te de oameni care stiu sa faca un compliment cu adevarat. Si nu uita ca increderea si zambetul sunt ca sarea si piperul atunci cand definim frumusetatea!

Sa te simti isteata si utila

Nu sunt adepta omului bun la toate, dar ii admir si ascult cu placere pe cei care vorbesc cu pasiune despre ceea ce stiu mai bine. Faptul ca ti-ai stabilit un scop, ca esti la curent cu noutatile dintr-un domeniu si ca iti poti impartasi ideile intr-un grup cu interese comune contureaza mai bine imaginea ta si a celorlalti despre tine.

Scapa de obiceiul de a-ti planifica zece lucruri deodata si de promisiunile ca de maine te vei informa! Respecta-ti angajamentele fata de tine si investeste in propria persoana! Cei care reusesc sa vorbeasca despre actiunile si rezultatele lor fara sa se invaluiie intr-un aer de superioritate sunt cei mai admirati oameni.

Sa te simti armonioasa

Oricare ar fi rolurile tale ca femeie – ca esti mama, sotie, prietena, angajata, manager, etc. – important este sa gasesti o modalitate prin care sa le imbini armonios. Cel mai important este sa ti le recunosti si sa constientizezi ce asteptari creeaza pentru tine fiecare din ele. Un rol asumat dar pe care nu il poti accepta intrutotul iti poate genera frustrari. Odata ajunsa pe acest drum, putin te mai poti bucura de partile frumoase pe care acel rol le poate aduce.

Acolo unde simti ca un rol te solicita foarte mult, indrazneste sa il modifici tu insati cat sa se potriveasca pe firea si nevoile tale. Daca esti si mama de exemplu, iar rolul acesta pentru cei din jurul tau implica multe responsabilitati, alege sa delegi din sarcini. Nu vei fi mai putin valoroasa ca mama daca stii sa pastrezi esentialul din acest rol si sa impartii din atributii pentru a oferi in continuare calitate copilului tau!

Publicat la 02 Iunie 2009 | Autor: [Ioana Moholea](#)

<http://www.feminis.ro/feminis-cariera/dezvoltare-personala/3-lucruri-esentiale-pentru-o-femeie-implinita-3285>