

ПАВЕЛ РАКОВ

# КАК НАЙТИ ЛЮБОВЬ ЧЕРЕЗ ИНСТАГРАМ

ФЛИРТ В ИНТЕРНЕТЕ И НЕ ТОЛЬКО

ИЗДАТЕЛЬСТВО АСТ  
МОСКВА

УДК 159.923

ББК 88.52

P19

**Раков, Павел.**

P19      Как найти любовь через Инстаграм. Флирт в Интернете и не только / Павел Раков. — Москва : Издательство АСТ, 2019. — 224 с. — (*Звезда тренинга*).

ISBN 978-5-17-111429-9

Сегодня все больше и больше людей знакомятся в Интернете. Этот современный способ поиска своей второй половинки помогает многим обрести свое счастье. Но зачастую отнимает много времени на «наведение мостов». А иной раз виртуальный поклонник оказывается не тем, за кого себя выдает. Тем женщинам, которые активно ищут своего спутника жизни в социальных сетях и хотят сделать этот процесс безболезненным и результативным, Павел Раков рекомендует тщательно изучить элементарные правила общения и флирта в виртуальной реальности.

В своей новой книге автор даст рекомендации: как стать популярной в соцсетях, чтобы на вас запали самые крутые парни; как правильно вести электронную переписку, чтобы жених не сбежал раньше времени; как распознать мошенника, который под видом ухажера может выманить у вас деньги; какие фото и видео выкладывать в Сеть, чтобы заинтересовать потенциального партнера; к каким советам звезд блогосферы стоит прислушаться. А главное — обучит фишкам флирта в Интернете. Вы научитесь обворожительно улыбаться на камеру, делать сексуальные «скрутки» и «стойки» телом, выразительно жестикулировать, вести увлекательную беседу по скайпу, красиво двигаться, если ведете онлайн-трансляцию. И помните: чтобы виртуальное знакомство переросло в реальное, общаться в соцсетях нужно только для того, чтобы назначить время и место встречи!

**УДК 159.923**

**ББК 88.52**

ISBN 978-5-17-111429-9

© Раков Павел

© ООО «Издательство АСТ»

## О себе. От клуба знакомств до суперпопулярных тренингов

Я никогда не думал, что стану тренером в сфере межличностных отношений, да к тому же давать советы именно женщинам, потому что все время был настроен на то, что буду предпринимателем. Это было очень давно, 30 лет назад, в Советском Союзе. Сейчас мне 49 лет. А в 16 лет проводил свадьбы — подрабатывал тамадой. А для того чтобы были заказы, которые позволяли бы мне зарабатывать, надо активно знакомить мальчиков с девочками. Представляете, какой у меня был меркантильный интерес!

На первый взгляд может показаться, что я организовал мини-брачное агентство. Ну что вы! Я об этом даже не думал! Тогда в СССР их даже и не было — молодые люди знакомились на улице, в кино, в парках, на танцах... Я решил изменить ситуацию. И почти два с половиной года собирал базу данных на одиноких девушках, которые хотели бы познакомиться с парнями. Так в моих архивах оказалось почти четыре тысячи потенциальных невест. С большинством из них я знакомился лично. Это была реально адская работа — почти каждый день заводить

знакомства все с новыми и новыми девушками. Но зато я накопил большой и полезный опыт.

В своем Клубе знакомств я проводил собрания. Помню, что на первую встречу пришли 90 человек — я был в шоке! Мне надо было как-то увлечь ребят своими идеями, научить их общаться друг с другом так, чтобы они могли в будущем создавать прочные семьи. Так как я был комсоргом, то кое-какими организаторскими навыками обладал. Однако никогда не думал, что помощь в поиске своей второй половинки станет моей работой. Сегодня на моем счету — сотни тысяч созданных и спасенных пар и браков. У многих моих подопечных уже внуки ходят в школу.

После службы в армии занялся бизнесом — у меня был свой колбасный цех. Вскоре понял, что нужно проводить тренинги для своих агентов по продажам, и стал объяснять им, как надо продавать. Так начались мои первые тренинги в начале 1990-х. Книг по ведению бизнеса тогда не было, поэтому технологии продаж изобретал сам, так же, как сейчас пишу сам сценарии своих передач на телевидении. Через некоторое время стал проводить тренинги не только для бизнесменов, но и вообще для тех, кто хотел достичь больших успехов. 20 лет назад появились мужские, а 10 лет назад — первые женские тренинги. Я рад и сегодня делать все возможное на благо вашего счастья!

# **ПРЕДИСЛОВИЕ.**

## **Знакомство в Интернете: современный способ обрести свое счастье или капкан XXI века?**

В наше время Интернет стал неотъемлемой частью жизни. Знакомимся в Интернете легко и в некоторых случаях безопасно... Безопасно для тела, а душа страдает и рвется из виртуальных сетей на волю. Запутаться в этих сетях легко. Поэтому сразу хочу вас предостеречь, чтобы вы для себя сразу определили: стоит искать принца в виртуальном мире или лучше попробовать в реальном?

Известно, например, что почти 75% мужчин ищут партнершу в Сети только для того, чтобы просто заняться с ней сексом. Причем пару раз, не больше, чтобы не возникли близкие отношения. Это единственное, чего они желают. А примерно половина из них хотят с вами переспать лишь... в своих фантазиях, так как реально пойти на сближение им попросту лень. Я не шучу! Это показывают и психологические исследования, и мои собственные наблюдения. Любители знакомиться в Интернете рассылают одни и те же вопросы и слова признательности десяткам женщинам, влюбляют их в себя, а на свидания не приходят. Причина проста: в реальной жизни у таких

мужчин, как правило, занижена самооценка. Они не уверены в себе и зависимы от мнения других людей, поэтому и сидят на сайтах. Стоит избегать таких виртуальных знакомств, потому что они, милые дамы, отнимают ваше драгоценное время.

Другой минус инернет-знакомств: женщины с помощью Сети становятся настолько доступными, что расслабляют мужчин. Если раньше, чтобы встретить девушку своей мечты, парню надо было как минимум выйти на улицу, найти «точки обитания» прекрасного пола, как-то заявить о себе так, чтобы на тебя обратили внимание, а потом выбрать лучшую и увести в свой «замок». А сейчас — ноги на стол положил, компьютер включил, на сайт знакомств вошел и шли смайлы сотне желающих познакомиться, выбор большой. И вы никогда не узнаете, флиртует ли ваш виртуальный знакомый только с вами или еще с десятками таких же, как вы, милых простушек. Мужики в итоге обленились. А ведь они по своей природе разведчики, охотники... А поскольку «добыча» плывет им прямо в руки по соцсетям, то у многих и возникает лишь одно патологическое желание: переспать, и все! На серьезные, долгие отношения, на брак они не настроены. Поэтому тем дамам, которые ищут мужа в Сети, нужно овладеть приемами такого виртуального флирта, чтобы в мужчине проснулся дух охотника. Тогда он отлипнет от монитора и назначит вам реальное свидание. К этому и будем стремиться!

Третий минус — девушки не только становятся доступными в Сетях, но и теряют свой ореол загадочности. Если раньше познакомился с красавицей на улице или

на танцах, то сколько с ней надо провести встреч и бесед, чтобы узнать хотя бы толику ее тайн! А сейчас открываешь ее аккаунт — и все про нее известно: где была, что ела, что пила, какие у нее мысли, какие друзья, она даже выкладывает фото своих бывших парней с голыми торсами... И еще по времени видно, что и когда она делает. Если чатится после восьми вечера, значит, ей нечем заняться, женихов нет. Если же она нарасхват, то ее статус будет почти всегда недоступен. И самое главное — если вы выстроите отношения в Интернете, то есть долго будете переписываться, обмениваться смайликами, фотками и видео, тем меньше шансов встретиться с избранником в реальности. Это показывает горький опыт искательниц «сетевых» женихов. Для того чтобы виртуальное знакомство переросло в реальное, общаться в соцсетях нужно только для того, чтобы назначить время и место встречи!

Но сегодня все больше и больше людей знакомится в Интернете, хотим мы этого или нет. Поэтому давайте изучим элементарные правила флирта в виртуальной реальности. Возможно, они помогут тем женщинам, которые активно ищут своего спутника в социальных сетях и хотят сделать этот процесс безболезненным и результативным.

# Правила знакомства в соцсетях

## КАКИЕ ЖЕ СУЩЕСТВУЮТ ПРАВИЛА ЗНАКОМСТВА В ИНТЕРНЕТЕ?

**Первое.** На вашей странице во всех социальных сетях, где вы зарегистрированы, должно быть минимальное количество фотографий. Если выложите много снимков, то у потенциального жениха пропадет к вам интерес, потому что он пресытится обилием картинок с вами в «главной роли», тем более что под каждой из них, как правило, вы оставляете еще и подписи: где, когда, с кем... Более того, когда он увидит большой объем вашего личного архива, то даже не захочет его просматривать до конца. Хотя понятно, что для вас самих, конечно, каждая фотография дорога как воспоминание о лучших днях. Но для вас должно быть главным другое — возбудить интерес кавалера, а не удовлетворить его! Это одна из основных ошибок: девушки просто не понимают, как возбуждать интерес. Этому мастерству я и буду учить в этой книге.

**Второе.** Ваш статус должен соответствовать вашим фотографиям.

**Третье.** Состояние, в котором вы делаете эти фотографии, должно соответствовать этому статусу. Снимки должны быть удачными, в идеале — сделанными профессионалом.

**Четвертое.** На фотографиях вы должны быть хорошо одеты. Никаких снимков в купальниках на фоне моря, в полуобнаженном и обнаженном виде. Иначе большинство мужчин могут подумать, что вы либо эскортница, либо легкодоступная девушка, рекламирующая свое тело. Хотя, конечно, некоторые молодые особы, выставляя на всеобщее обозрение свои пляжные снимки, даже не подозревают, что могут вызвать такие нелестные для себя ассоциации, будучи честными и порядочными гражданами. Но у каждого мужчины в голове прячется свой так называемый «переводчик», который заставляет додумывать увиденную картинку — часто не в пользу позирующей прелестницы. И моя задача — как раз объяснить, как неосторожное поведение девушек в социальных сетях может повлиять на те или иные реакции мужчины.

**Пятое.** Одежда, в которой вы фотографируетесь, должна соответствовать вашему внутреннему миру и вашему статусу.

**Шестое.** Никаких длинных речей. Бывает, женщины такие вещи пишут, которые не соответствуют их внутреннему миру. Серьезные мужчины видят, что собеседница играет какую-то несвойственную ей роль либо понтуется. Эти все нюансы нужно учитывать, чтобы эффективно переписываться. Причем переписываться нужно только для того, чтобы назначить время и место встречи, все! Никаких длительных переписок ради будущих отношений. Вам хо-

чется с ним поболтать? Но знайте, что каждый разговор по телефону или через скайп отдаляет день свидания. Одним словом, ваше общение с тем человеком, который заинтересовался вами, должно сводиться максимум к одному предложению. Весь смысл вашего виртуального контакта в том, чтобы назначить свидание. Для чего? Это условно называется «воронка продаж». В бизнесе означает путь от знакомства с предложением до завершения сделки.

Итак, запомните: чтобы зацепить мужчину, не нужно изливать ему всю свою душу, не произносите и не пишете длинные речи. Ваша цель — не перекормить поклонника информацией. Как говорится в одной поговорке, из-за стола человек должен вставать с чувством легкого голода.

**Седьмое.** Лозунг, что пишется в социальных сетях, должен тоже быть четкий, конкретный, понятный для определенной группы мужчин. Ведь одни ловятся на «клубничку», а другие, как писал Дейл Карнеги, — на червячка.

\* \* \*

Формулируя эти правила, я исхожу из того, что многие женщины чистые, светлые, офигительные, красивые, но их поведение упаковано в отстойную, грязную туалетную бумагу, которую уже использовали. Не умеют презентовать себя! Это шок! Поэтому и учу, как себя правильно подать, чтобы не ошибиться в выборе достойного избранника. Бывает, что когда женщину «упакуешь», приоденешь, обучишь — аж слезы на глаза наворачиваются от чудного преображения. Она другая! Иногда художнику для того, чтобы картина ожила, нужно сделать всего-то несколько мазков... Считайте меня этим волшебным художником.

# Хотите замуж? Станьте популярным блогером!

Практически все молодые люди зарегистрированы в социальных сетях. Получается, чтобы увеличить свои шансы для знакомства с интересным человеком, нужно быть популярной в Интернете личностью.

С чего нужно начать?

**Пункт первый.** Начните делать то, что вы умеете, что раскрывает вашу индивидуальность. И определитесь с темой вашего блога.

Начните делать то, что вам нравится. Не надо играть чью-то роль, будьте самими собой. Вы — главная героиня на этом празднике жизни. Всегда найдутся люди, которым будет интересно посмотреть на вас, на то, что вы делаете.

**Пункт второй.** Ведите регулярно свой блог. Многие выкладывают посты раз в неделю. Но популярные блогеры балуют подписчиков гораздо чаще: 1–3 раза в день. И также часто выходят в прямые эфиры.

**Третий пункт** — непредсказуемость. Ваш собственный мир должен быть очень многогранный. И вы должны показывать его во всем своем разнообразии.

**Четвертый пункт.** Подкрепляйте ту информацию, которую даете, статистикой или какими-то другими фактами.

Безусловно, пригодится хайп или своя фишка. Изюминка должна быть во всем — что вы умеете делать, чем полезным можете поделиться с другими.

Создавайте живой диалог с подписчиками, и тогда расширится круг ваших почитателей, среди которых могут появиться настоящие друзья и потенциальные женихи.

Проводите конкурсы, акции, розыгрыши, может, даже сделаете кому-нибудь подарок.

Не бойтесь критики. Не нравится — отпишутся.

Проводите коллаборации, обмен опытом и мнениями с другими блогерами, совместные прямые эфиры — все это увеличивает число ваших подписчиков, среди которых может оказаться ваш долгожданный принц на белом коне.

Если ведете тематический блог, то вам особенно будет полезно учитывать и упоминать мнения специалистов.

Используйте как можно больше отзывов и результатов. Показывайте их.

Все это работает на вашу популярность в Сети! А значит, будет и богатый выбор женихов!

Какой же важной информацией обладают те блогеры, у которых уже есть большое количество подписчиков? Я познакомлю вас с некоторыми из них. И мы прислушаемся к их советам.

## **ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ОТ «ЗВЕЗД» БЛОГОСФЕРЫ**

В качестве экспертов я представляю вам несколько успешных девушек-блогеров, которые поделятся своими историями успеха.

## **«Освойте фильтры, которые подкорректируют вашу фигуру...»**

Знакомьтесь — Сара Окс, 27 лет. Победительница конкурса Аллы Пугачевой «Алла ищет таланты», участница реалити-шоу «Каникулы в Мексике», актриса, снявшаяся в скетчкоме «Счастливый конец», «Два отца, два сына» с Дмитрием Нагиевым, «Полицейский с Рублевки» и многих других.

Певица, актриса и блогер, суммарно имеющая во всех соцсетях почти полмиллиона подписчиков. Родилась в Киргизии. Живет в Москве около десяти лет, потому что, как сама объяснила, «все города, в которых уже жила, стали мне тесны в бедрах». Ее тема — lifestyle. В своем блоге она делится своей жизнью и приоткрывает завесу своего «я». Личный бренд раскручивает через истории: о чем думает, что не нравится, где была, что делала... «Людам интересно, как ни странно». Приехала в Москву, чтобы раскручиваться как певица. И думать не могла, что будет заниматься и актерством, и рекламной деятельностью.

Но тем не менее, считает девушка, для того чтобы стать успешной, нужно быть знающим человеком и понимать основные направления тенденций. Поэтому так получилось, что Сара стала блогером и стримером, ведущей прямые эфиры, которые доступны во всех соцсетях. Будучи автором-исполнителем и певицей с хорошими вокальными данными, она понимала, что этого все равно мало для того, чтобы тебя заметили. Поэтому решила «подключить весь свой потенциал, засверкав своими гранями, как изумруд».

Более того, Сара постоянно обучается на различных семинарах, курсах, читает книги, посвященные раскрутке в соцсетях. Это ее первый источник совершенствования. Второй — это съемки, телепроекты, реклама, кино, выступление на мероприятиях. Так что это нелегкий труд. Некоторым зашедшим на ее страничку кажется: «Ой, как человек радостно живет, как здорово!» А наверняка каждое фото или видео имели дубли.

«Да, чтобы фотографироваться, надо иметь крепкое терпение, — подтверждает Сара. — Можно сделать сто кадров, и только два из них, возможно, пойдут в соцсети. Мой молодой человек является моим волшебным пенделем для моего продвижения, потому что он является и коучем, и полезным кулаком в мой адрес. У меня есть два авторских проекта, которые я веду в стрим-формате. И очень долго меня ломало их вести, потому что думала, что прямые эфиры — ниже моего уровня. Но мне быстро «уши оторвали». Я вещала на все возможные «тапочки», что увеличило мою аудиторию. Тема прямых эфиров у нас в стране не раскручена, поэтому они — моя фишка. У нас есть много блогеров, влогеров, вайнеров, а стримеров мало. Другая фишка — я пишу неоднозначные песни».

Что посоветовала Сара начинающим блогерам-девушкам, которые хотят произвести впечатление на противоположный пол через Сеть? Прежде всего надо начать со своего личного психолога — раскрыть свои детские травмы, которые, как правило, мешают продвигаться. А также — избавиться от комплексов. «Критика, хейтеры, конечно, напрягают, — жаловалась девушка. — Они на тебя смотрят и думают с сарказмом: «О, понятно, как

добилась успеха!» Но они не знают, сколько рваных сапог я износила, пока шла к успеху. Но я сама такая: часто оцениваю людей по каким-то своим стереотипам. Что-то доказывать очень сложно. А так охота доказать, что я такая же, как вы, ребята. Сейчас на самом деле очень легко стать популярным и узнаваемым. Это раньше продюсеры ценились на вес золота. Ныне они не нужны. Сейчас достаточно собрать слаженную команду, которую по мере необходимости надо обучать. Я же сама раньше не знала, как продвигаться в соцсетях. Я певица — должна петь и петь. Но поняла: чтобы добиться успеха, ты должна уметь делать все сама».

Сара в блоге продвигает свой личный бренд, в котором совмещается несколько тем. Трэвеллинг, потому что она часто выезжает за границу и ей интересно рассказать людям об увиденном. Второе — это лайфстайл: рассказывает о себе. «Людам хочется знать, кто ты. Если вы даже продаете пижамы, у вас их просто так не возьмут, потому что покупатели хотят знать, можно ли тебе доверять». Третье — создает коллаборации — пиар-сотрудничество — с известными артистами. Например, у нее состоялся успешный дуэт с Никитой Джигурдой. По мнению Сары, во время такой совместной деятельности возникает полезное взаиморазвитие.

### **Другие советы Сары:**

- Купите качественный телефон с хорошей камерой, фотоаппарат и начинайте снимать.
- Изучите законы цветокоррекции, фотешопа.