

Que ce soit dans notre vie privée ou notre travail, la séduction est primordiale. C'est elle qui nous permet de nous rapprocher de nos semblables. Alors qu'est-ce la séduction ?

Corinne Guillaumin

Notre expert



Véronique J. Cornolia,
www.ecoledeseduction.com

Comment s'y prend-on pour séduire ? Y a-t-il des techniques ?... Pour nous éclairer sur ces délicates questions, nous avons donc interrogé une experte en la matière : Véronique J. Cornolia est en effet directrice de la première école de séduction en France, coach en communication personnelle et sexothérapeute Gestalt.

Côté Santé : Pourriez-vous nous donner votre définition de la séduction ?

Véronique J. Cornolia : Pour moi séduire, cela veut dire dans un premier temps, savoir se mettre en valeur physiquement. On a seulement dix secondes pour faire bonne impression ! Donc, il faut soigner le maquillage, la coiffure, les vêtements..., mais aussi les couleurs que vous aimez porter, votre allure... Autant d'indices qui vont renseigner l'autre sur ce que vous êtes. En une fraction de seconde, la personne va savoir si vous avez du goût par exemple ! En fait, il faut toujours s'interroger : est-ce que c'est la tenue vestimentaire qui vous met en valeur ou bien

l'inverse ? Coco Chanel disait : « C'est la robe qui doit mettre la femme en valeur et non la femme qui doit mettre la robe en valeur. » Mais le plus important, selon moi, c'est vraiment d'avoir une aura et d'avoir une bonne communication : c'est-à-dire savoir créer tout de suite de la sympathie, de l'empathie. Savoir être chaleureux et généreux de soi.

C.S. : Donc la séduction, ce n'est pas seulement qu'une question de physique avantageux ?

V.J.C. : Le physique est primordial, bien sûr. On ne peut pas ignorer un beau physique mais heureusement, la séduction ne s'arrête pas qu'à cela ! On peut tous séduire. Lorsque l'on s'installe dans un lieu public, que l'on regarde les couples qui se tiennent la main et qui sont amoureux, on voit bien qu'il n'y a pas que des Georges Clooney au bras de sublimes mannequins italiens... Et heureusement ! Prenez justement Georges Clooney. Il n'a pas toujours été aussi séduisant même s'il est vrai qu'il avait déjà un beau potentiel... Le succès l'a embelli et puis surtout, il a des coachs pour s'occuper de lui, de sa coiffure, de son allure... Et est-ce vraiment un séducteur ? Au fond, je n'en suis pas si sûre... Il a l'allure d'un séducteur, mais en a-t-il le comportement ?... Pour moi un séducteur, c'est quelqu'un qui va faire un effort. L'effort d'aller vers les autres, de s'intéresser à l'autre.

C.S. : Justement, selon vous, quelle est la personnalité aujourd'hui, qui incarne le mieux la séduction ?

V.J.C. : Pour moi, depuis très longtemps, celle qui représente le plus la séduction, c'est Victoria Abril. Et Pénélope Cruz aussi. Deux espagnoles ! J'aurais très bien pu dire Monica Bellucci mais au niveau de l'attitude, c'est vraiment Victoria Abril la numéro 1. Parce qu'elle est chaleureuse, très généreuse, empathique, elle s'intéresse aux autres. Et puis, elle est de toutes les façons naturellement très sympathique. En plus, elle a du chien. Ce n'est pas une icône de

mode comme Monica Bellucci qui est sculpturalement très belle mais qui n'est pas, à mon sens, une séductrice. Victoria, elle, va vers les autres, elle est ouverte, elle est accessible. Elle a tout pour elle : elle est libre, sexy, pétillante... C'est une femme qui aura toujours le pouvoir de choisir, même en vieillissant.

C.S. : Diriez-vous que les gens manquent d'audace aujourd'hui en matière de séduction ?

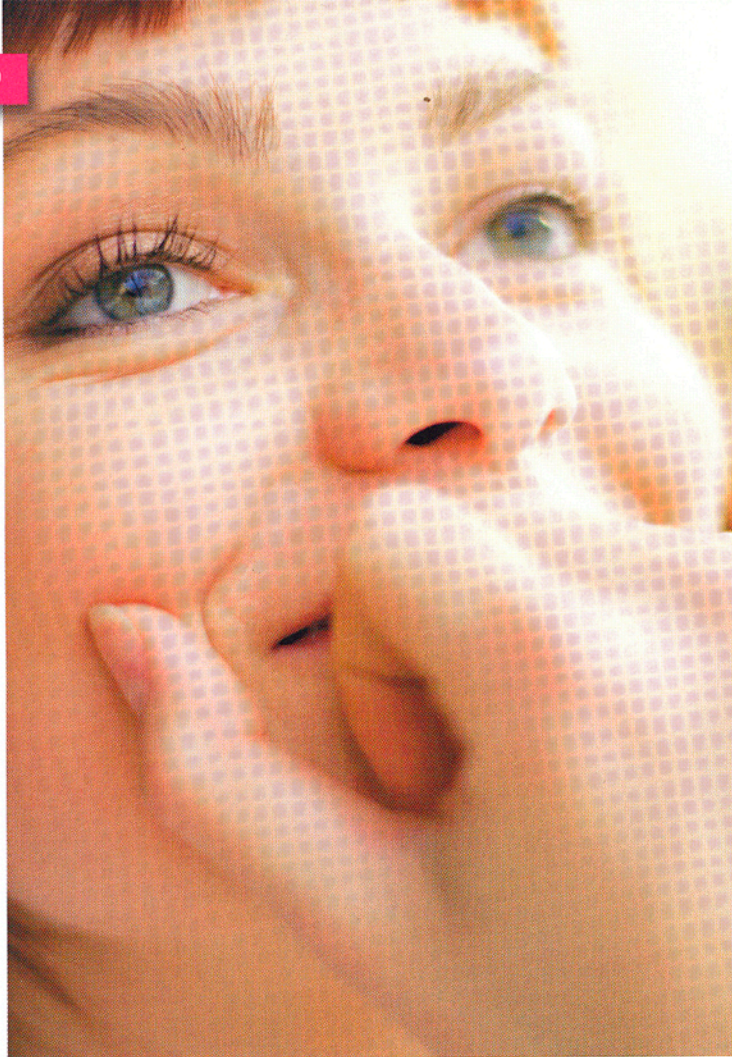
V.J.C. : Complètement. Mais ils ne manquent pas d'audace uniquement dans les rapports amoureux, ils manquent d'audace dans tous les domaines ! Les gens ont peur de tout, on est dans une société de la peur.

C.S. : Alors comment peut-on être audacieux ?

V.J.C. : Ah ! Ce que les hommes et les femmes doivent comprendre c'est que dans la séduction, il y a aussi un langage gestuel très important. En ce qui me concerne, je travaille beaucoup avec mes clients sur le langage du corps. Je trouve que cela fait gagner un temps précieux. En découvrant comment on est perçu par l'autre, on apprend forcément sur soi. Imaginez qu'un homme vous plaise (la coach place son corps face à moi et me fixe dans les yeux). Vous pouvez, par exemple, vous caresser la nuque, vous passer la main dans les cheveux, vous caresser un petit peu la cuisse, lui dire – en lui souriant et en ayant un regard un peu plus intense – « J'ai passé un très bon moment avec toi, je me sens bien et toi. J'espère que cela est réciproque... » Bref, faire preuve d'un peu d'audace en lui envoyant quelques signaux explicites pour l'aider à venir vers soi. Et puis si cela ne marche pas, qu'importe ! Car ce qui compte dans la séduction, c'est d'avoir confiance en soi et surtout d'oser !

C.S. : Que pensez-vous des sites de rencontres sur Internet ?

V.J.C. : Je pense que cela peut marcher si vous savez séduire ! Mais ceux qui ne



savent pas séduire – et croyez-moi, ils sont beaucoup – je me demande comment ils font ! Car derrière son ordinateur, il faut savoir appâter ! Et ce n'est pas toujours facile. Bien sûr, il y a des techniques pour draguer sur Internet. Certains sont très forts à ce petit jeu mais sincèrement, ils ne sont pas majoritaires ! Je ne suis pas contre ce genre de démarche sauf que toutes ces femmes et ces hommes, souvent grands timides ou coincés – et je précise que ce n'est pas la même chose – vont passer des heures devant l'écran pour décrocher un hypothétique rendez-vous ! Pour avoir testé ce genre de sites avec certains de mes clients, je peux vous certifier qu'il faut y être vraiment pendant des heures ! Mais plus vous passez de temps devant votre clavier, moins vous êtes dehors, moins vous voyez de gens et en conséquence, moins vous faites de rencontres... Pourtant, si vous voulez séduire et enfin trouver quelqu'un, il n'y a pas de

secrets, il faut multiplier les rencontres mais pas virtuelles !

C.S. : Selon vous, en matière de séduction, qu'est ce qui est vraiment réhibitoire chez l'homme comme chez la femme ?

V.J.C. : La saleté. Avoir les cheveux gras, une haleine fétide... Ce n'est vraiment pas possible. À ce propos, je pourrais vous raconter quelques anecdotes... (rires). Et les gens sont parfois réellement dans le déni. Ils disent ne pas comprendre pourquoi ils ne séduisent pas !



Les gens ont des clichés, qui leur donnent des a priori, et les empêchent d'aller vers les autres.



C.S. : Vous avez ouvert votre école de séduction en 1995. Avez-vous constaté une évolution au cours de ces quinze dernières années ?

V.J.C. : Oui une très nette évolution. Déjà parce qu'aujourd'hui, on se doit d'avoir avec nos clients une obligation de résultat. Les personnes sont de plus en plus exigeantes et ne sont pas contentes de ne pas être à la hauteur de leurs exigences. Pour beaucoup, c'est compliqué car nous sommes aujourd'hui dans une société, de zapping, une société virtuelle. On zappe. On zappe pour tout. Et beaucoup se retrouvent souvent dans l'incapacité de construire quelque chose.

C.S. : Qu'enseignez-vous dans votre école ?

V.J.C. : Avant d'apprendre à séduire, la première chose que je dispense dans mon école de séduction, c'est de réapprendre à communiquer. C'est primordial. Les gens ne savent plus communiquer. Je réapprends donc à la personne à agrandir son cercle d'amis ou de relations professionnelles. C'est-à-dire savoir briser la glace, apprendre à aller vers les autres. Cela peut servir professionnellement, sentimentalement et sexuellement. Puis nous amenons la personne à faire un travail sur elle afin d'augmenter son potentiel de séduction. Comprendre pourquoi cela ne fonctionne pas ou pourquoi cela fonctionne mal ! Il existe différentes techniques. Moi, je fais du Mentoring. Dans un premier temps, j'accompagne la personne partout où elle a l'habitude de sortir et je l'observe. Ensuite vient la phase de débriefing avec l'explication des points positifs et négatifs en lui montrant comment faire. Enfin, c'est à la personne d'agir. Mon but ultime en tant que coach, c'est de permettre à la personne, au terme de sa formation, d'être totalement autonome. ■

