

MOC WIZERUNKU

ALEKSANDRA ŚWIĄDER



fot. Freepik

ALEKSANDRA ŚWIĄDERosobista stylistka, konsultantka ślubna,
braffitterkawww.lexadesign.pl

Znamy wszyscy powiedzenie: „Jak nas widzą, tak nas piszą”. Ja osobiście bardzo lubię stwierdzenie, że „Pierwsze wrażenie robimy tylko raz”. Oba te zdania mają ścisły związek z rolą wizerunku w naszym życiu, nie tylko zawodowym, ale i prywatnym. Na nasz wizerunek i to, co nim przekazujemy, składa się kilka elementów.

ODPOWIEDNI DOBÓR KOLORÓW UBRAŃ

Jest wiele rodzajów i podziałów kolorów: jasne, ciemne, czyste, zgaszone, ciepłe, chłodne; dziś opowiem o nich nieco inaczej. Odpowiednio dobrane to kolory „twarzowe”, które dodają naszej urodzie świeżości i witalności. Warto zwrócić uwagę na to, jakimi barwami otaczamy naszą twarz. Dotyczy to ubrań tak u pań, jak i u panów.

”

Dodatkowo u pań mają znaczenie kolory makijażu oraz włosów. Aby nasza twarz wyglądała promiennie warto dowiedzieć się, jaka paleta kolorów jest dla nas odpowiednia. Na to pytanie odpowie analiza kolorystyczna, za pomocą której ustalisz kolory zarówno codzienne, jak i te odpowiednie w ubiorze biznesowym.

Dzięki kolorom możemy uzyskać wiele efektów. Matowe i ciemne (np. czerń, grafit, granat) pochłaniają światło, dzięki czemu nieco kamuflują nasze niedoskonałości i fałdki. Mocne i nasycone (żółty, czerwony pomarańczowy) dodają nam energii. Stonowane (błękit, zieleń, szarość) działają uspokajająco. Poprzez odpowiednie zestawienie barw ubioru możemy osiągnąć tzw. „efekt WOW”, dzie-

ki któremu zostaniemy zauważeni, np. na rozmowie o pracę. Aby go uzyskać, komponujemy strój składający się z trzech kolorów: dwa są podobnego, średniego nasycenia, a trzeci jest intensywny i to on zwraca uwagę.

ODPOWIEDNI DOBÓR FASONÓW UBRAŃ

Tak jak dobrze dobrane kolory, odpowiednie fasony mają ogromny wpływ na nasz wygląd. Dzięki nim sylwetka zyskuje na smukłości, możemy pokazać jej atuty, a wady ukryć za pomocą trików odzieżowych. Aby odpowiednio zaprojektować zawartość swojej szafy, polecam zrobić analizę sylwetki, która określi korzystne kroje. Niezależnie od typu sylwetki możemy np. optycznie zwęzić lub poszerzyć ramiona, wysmuklić szyję, talię lub nogi, ale najważniejsze sprawić, by nasza sylwetka zyskała na proporcjonalności. Chcąc wysmuklić krótką szyję, panie powinny nosić dekolty od niej odsunięte (typu U lub V), unikać ciasno zawiązanych apaszek; panowie powinni prawidłowo dobrać obwód kołnierzyka koszuli, aby nie wpijał się w szyję. Aby poszerzyć wąskie ramiona, panie mogą zastosować łódkowe dekolty, rękawy z tzw. bufką, a panowie np. marynarki z mocniej zaznaczonymi ramionami. Mało zarysowaną talię wymodelują pionowe cięcia w żakietach i marynarkach, a mocno zarysowaną podkreślą paski.

”

Warto zwrócić uwagę na dobór rozmiaru – rzeczy za ciasne obnażą nasze fizyczne mankamenty i sprawią, że nasz strój stanie się niezbyt elegancki lub wręcz wyzywający. Zbyt duże ubrania dodadzą nam kilogramów i sprawią, że sylwetka będzie wyglądać ciężko i niezgrabnie.

DOBRE DOBRANA BIELIZNA I DODATKI

Nawet najlepiej dobrana bluzka czy sukienka nie będzie ładnie się prezentować bez odpowiedniego koloru i rozmiaru bielizny pod nią włożonej. Warto zaopatrzyć się w zestaw cielisty. Sklepy z damską bielizną dysponują sporą ofertą w tym zakresie. Niestety z męskimi akcesoriami jest nieco gorzej.

Cielista bielizna, zlewając się kolorystycznie z ciałem, nie odznacza się pod białą odzieżą, co sprawia, że wyglądamy stosownie i elegancko. Umiejętnie dobrany rozmiar sprawia, że figura jest bardziej proporcjonalna, a ewentualne niedoskonałości możemy ukryć. Pamiętajmy, że kupując bieliznę korygującą bierzemy rozmiar, który nosimy. Większy niczego nie skoryguje, mniejszy nie sprawi, że przysłowiowe fałdki znikną.

Buty i dodatki dopełniają strój i powinny być w harmonii z nim i naszą sylwetką. Za pomocą dodatków możemy chociażby odmienić nasz strój z biznesowego w odpowiedni na popołudniowe spotkanie, jak również sprawić, że nasz wygląd zyska na atrakcyjności.



POZYTYWNE SPOJRZENIE NA SIEBIE

Jest bardzo wiele metod na polepszenie swojego wizerunku, ale najważniejsze, żeby dobrze czuć się w swoich ubraniach i by były zgodne z naszym temperamentem i upodobaniami. Stając przed lustrem myślimy pozytywnie o sobie i nie szukajmy wad, lecz zalet. Pozytywne spojrzenie na siebie sprawi, że będziemy chodzić prosto, z uniesioną głową, bardziej wierzyć w siebie i swoje możliwości, a to będzie skutkować powodzeniem w rozmowach, projektach zawodowych, a także osiągnięciach w życiu osobistym. Taka właśnie jest moc wizerunku.

Korekta tekstu: Anna Stańczyk