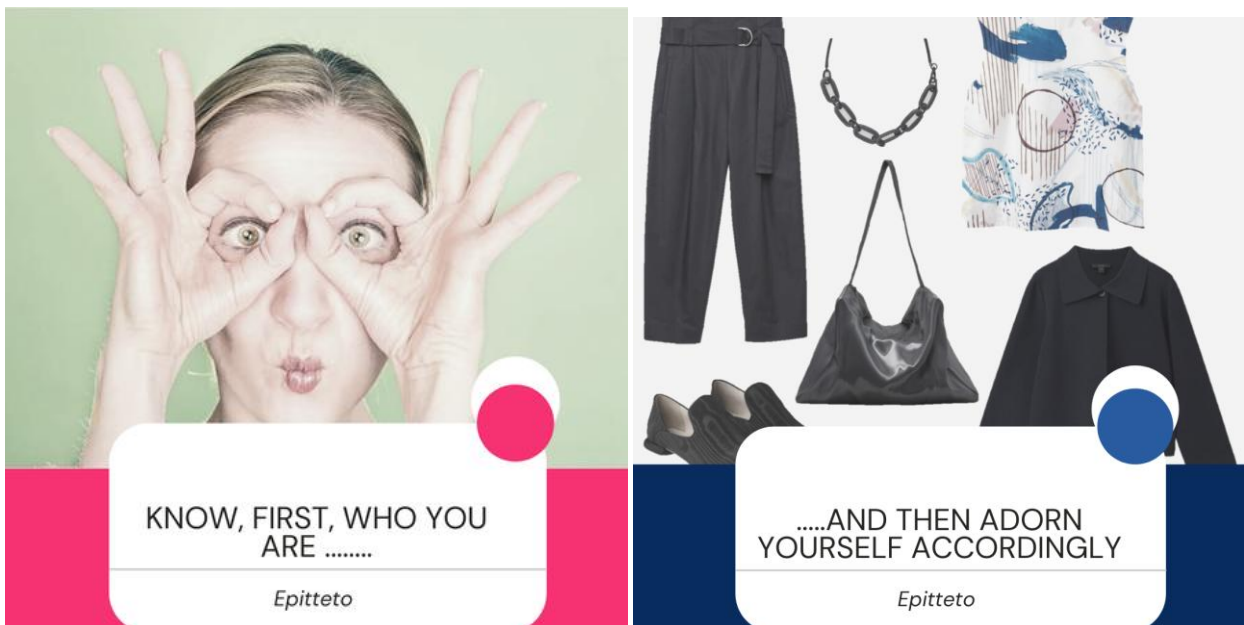


Da me a ME
Riflessioni intorno al proprio Stile



“Essere autentico significa accettare di vedere ciò che si è, ciò che non si è, e non ciò che si immagina di essere; osservando il proprio personaggio in uno specchio”.

Karlfried Graf Dürckheim.

COME MI VEDO

Indica nella tabella di sotto: 3 aggettivi che ti descrivono - Un motto che ti rappresenta - Il tuo più grande pregio e il tuo più grande difetto.

3 Aggettivi	
Un motto che mi rappresenta	
Il mio più grande pregio e il mio più grande difetto	

IL POTERE DELL'ABITO

*Il vestito è una lingua con la quale parlare a qualcuno di qualcosa. E per prima cosa, attraverso il vestito, si parla di se stessi, di chi si è, di chi si vorrebbe essere.
Gaspere Barbiellini Amidei.*

In un articolo apparso su Vogue, la Direttrice Francesca Sozzani scrisse: "C'è una grande differenza fra indossare un abito e vestirsi. Il vestirsi presuppone una ricerca, un pensiero, una riflessione".

Vestendosi si comunica chi si è e chi si vuole diventare: l'abito assume così un potere comunicativo verso l'esterno e verso l'interno facendosi specchio della propria personalità. La personalità viene così ad essere decodificata a partire dagli abiti che si scelgono.

Questo è quello che sostiene la psicologa Jennifer Baumgartner che nel libro "You Are What You Wear: What Your Clothes Reveal About You" aiuta il lettore a identificare cosa sveli il proprio guardaroba. L'autrice suggerisce al lettore alcune domande tra passato, presente e futuro per osservarsi attraverso il contenuto del proprio armadio.

Nelle pagine seguenti una selezione di domande tratta e riadattata dal testo, potrai dare le tue risposte per aumentare la consapevolezza sulle origini e sulle evoluzioni del tuo stile.

In sintesi

per niente molto

<i>I miei abiti rappresentano chi sono</i>	1	2	3	4
<i>I miei abiti sono adeguati al mio stile di vita (lavoro ed extra-lavoro)</i>	1	2	3	4
<i>I miei abiti sono adeguati alla mia linea/alle mie forme</i>	1	2	3	4
<i>I miei abiti sono adeguati alla mia età</i>	1	2	3	4
<i>Il mio guardaroba è vario per colori</i>	1	2	3	4
<i>Il mio guardaroba mi fa sentire bene</i>	1	2	3	4

Spunti di riflessione.

Quali cambiamenti desidero per il mio futuro? Può il mio guardaroba attuale facilitare questa transizione? Cosa dovrebbe cambiare?

Per approfondire

Se vuoi riflettere sulle tue risorse e sul perché fai quello che fai.

Simon Sinek, Trova il tuo perché: Solo chi conosce le proprie motivazioni più profonde può realizzarsi, ispirare gli altri e diventare un grande leader.

Se vuoi riflettere sul tuo abbigliamento e cosa dice di te

Jennifer J. Baumgartner. You Are What You Wear: What Your Clothes Reveal About You.