



Alvyda Jasilionytė
Įvaizdžio konsultantė-trenerė
www.alvyda.com

Sezoninis išpardavimas – pirkite tik tai, ko tikrai reikia!

Kurkite garderobo komplektus

Kiekvienas gali atrodyti ir jaustis puikiai. Paslaptis – renkitės derindami jums tinkančių spalvų drabužius pagal figūrą, asmenybę ir gyvenimo būdą. Pagrindinė drabužių spintos plano sąlyga – pirkti drabužius, atitinkančius gyvenimo būdą ir biudžetą, darbo aplinką ir organizacinę kultūrą. Jūsų asmeninis įvaizdis taip pat išreiškiamas manieromis, nuostatomis ir kūno kalba. Kurdami savo įvaizdį ir leisdami kitiems žinoti apie savo gyvenimo pasiekimus, padarysite reikiamą įspūdį. Kai žinome, kad šiuo metu prisistatome kaip galime geriau, įgyjame pasitikėjimą savimi ir patikimumą kitų akyse. Tai raktas į sėkmę!

Kuo tamsesnės spalvos, tuo profesionaliau ir autoritetingiau atrodote. Jei spalvų intensyvumą ir ryškumą įvertintume ir sakytume, jog baltas kostiumas – 1, vidutinio pilkumo – 5, juodas kostiumas – 10, vyrams nuo 7 iki 9 pati efektyviausia verslo apranga. Juoda atrodys per daug oficiali ir formali, išskyrus moteris, jos gali dėvėti juodą ir vis tiek bus priimtos draugiškai ir atrodys profesionalia.

Didelis kontrastas – efektingiausia išvaizda.

Vidutinis kontrastas – autoritetinga išvaizda, tačiau ne dominuojanti.

Mažas kontrastas – dėvinčiajam suteikia šiek tiek autoriteto ir dalyvavimo.

Namuose ir laisvalaikio, žinoma, galime rengtis kaip tik į galvą šauna, tačiau ką turėtų kiekvienas žinoti apie aprangą darbe? Visų pirma pradėkite kurti savo garderobą nuo kostiumo, o toliau pirkite papildomas garderobo dalis, derančias su kostiumu.

Pvz. Moterims: 3 dalių tamsus kostiumas (švarko, sijono, kelnų)

Šviesios kelnės

Megztos palaidinukės ir megztinio komplektas

Balta ilgomis rankovėmis klasikinė palaidinė

Vertikalia juoste ilgomis rankovėmis palaidinė

Horizontalia juoste palaidinė

Golfas

Klasikiniai juodi vidutinio aukščio kulno bateliai

Žemakulniai tamsūs bateliai

Tamsus griežtos formos rankinukas

Tamsus vidutinio pločio diržas

Klasikiniai auskarai, žiedas, pakabukas

Skarelė

Klasikiniai tamsūs džinsai

Iš šių drabužių galite sukurti skirtingas kombinacijas pagal darbo situaciją - nuo oficialios dalykinės iki laisvalaikio aprangos.

Pvz. Vyrams:

Tamsus kostiumas
Sportinis švarkas
Klasikinės kelnės, derančios prie abiejų švarkų
Tamsios chaki spalvos kelnės
Vidutinio tamsumo chaki spalvos kelnės
Klasikiniai tamsūs džinsai
Balti arba žydri marškiniai
Marškiniai siaura juostele
Vienspalviai polo sportiški marškinėliai
Languoti ar juostuoti polo sportiški marškinėliai
V iškirptės plonos vilnos ar kašmyro megztinis
Megzta raštuotas megztinis
3 skirtingo rašto kaklaraiščiai (derantys su švarkais, kelnėmis ir marškiniais)
2 diržai (vienas tamsus lygios odos, kitas įdomesnės struktūros)
2 poros batų (vieni klasikiniai, kiti įspiriami be raištelių)

Taip galite sudaryti vakaro drabužių komplektą, taip pat sportui ar diskotekai, vakarėliui .

Prasidėjo išpardavimai, o kai kuriose parduotuvėse dar tik prasidės. Tai labai didelė pagunda prisipirkti nereikalingų daiktų ir išleisti nemažai pinigų. Pirkite tik tai, kas dera prie jau spintoje esančių 3 - 4 daiktų.

Pavyzdžiui įsigijote labai brangų chalata, kuris kainavo 1500 Lt ir per metus apsirengėte tik 5 kartus. $1500:5=300$ Lt. Taigi jūsų vienas apsirengimas kainavo jums 300 Lt.

Jei įsigijote kostiumą ar suknelę už 1500 Lt ir dėvėjote kas antrą savaitę, tai apsirengėte 26 kartus. $1500:26=57,70$ Lt. Jūsų vienas apsirengimas kainavo 57,70 Lt.

Moterys, nors ir mėgsta pasiskusti, kad neturi kuo apsirengti, vis dėlto turi, matyt, didesnę pasirinkimą Negu vyrai. Tačiau ir vyrai, ir moterys turėtų atlikti nedidelę užduotį:

Paskaičiuokite, kiek per dieną kam skiriate valandų:

Darbui

Sportui

Šeimai

Visuomeniniam bendravimui

Padauginkite tai iš savaitės dienų ir iš mėnesių ir matysite, kokių drabužių jums reikia turėti daugiausiai.

Jūsų dirbamas darbas ir užimama pozicija

Kasdieninė atsakomybė

Sąveika su: kolegomis, komandos nariais, klientais, konsultantais

Jūsų dienvienuotvarkė

Įsipareigojimai tą dieną

Susitikimai: dalyviai, vieta: biure ar už biuro ribų, tikslai, siekiamas supratimas.

Jūsų garderobo spintoje turi būti daugiausia tokių drabužių, kam skiriate daugiausia laiko.

Šios svetainės turinys, tekstas ar bet kuri svetainėje esanti informacija negali būti kopijuojama, platinama, retransliuojama, atgaminama jokia forma, elektronine ar mechanine, įskaitant kopijavimą, įrašymą, saugojimą prieinamose informacinėse sistemose, perkėlimą ir naudojimą kitose internetinėse priemonėse ir svetainėse ar koku kitu būdu be išankstinio autorės sutikimo. Dėl leidimo naudotis tekstu ar jo dalimi galite kreiptis: el. p. aj@alvyda.com. O jei vis tik cituosite, prašom nurodyti Alvydos Jasilionytės autorystę.