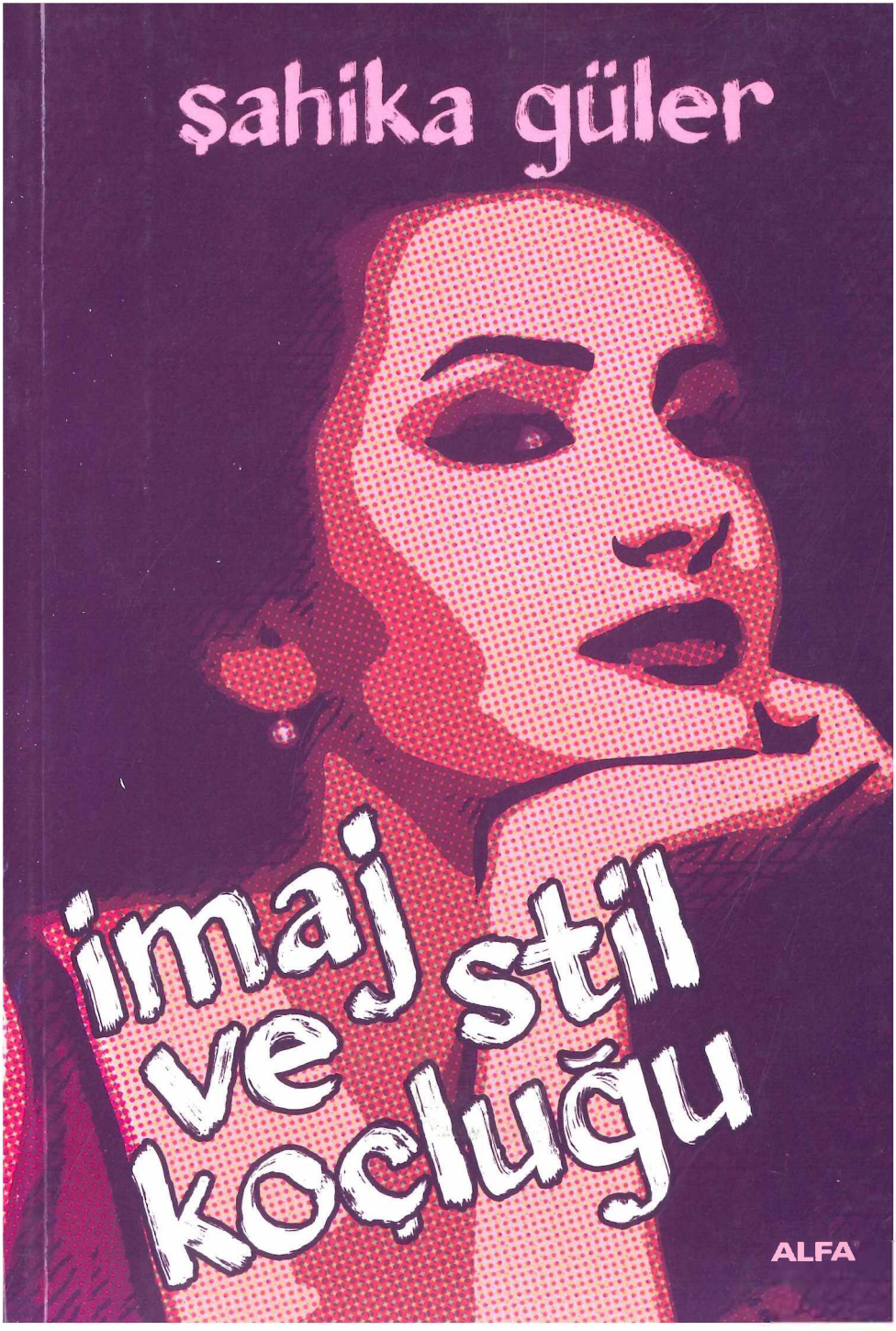

şahika güler
imaj ve stil koçluğu
ALFA

2510 | ALFA | BAŞVURU-YAŞAM | 138

İmaj ve Stil Koçluğu

ŞAHİKA GÜLER

İstanbul'da dünyaya geldi. Kültür Koleji ve Milli Eğitim Vakfı Lisesi'nde tamamladığı ilköğretim ve lise eğitiminin ardından İstanbul Bilgi Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Siyaset Bilimi Bölümü'nden başarıyla mezun oldu.

Üniversite yıllarında, eğitim aldığı bölümün de etkisiyle hayatın her alanında başarılı bir birey olmanın etkili bir imajdan geçtiğinin farkına vardı ve kendini bu alanda geliştirmek için çalışmaya başladı. Bu konuda araştırma yaptıkça imajın büyüsünün farkına vardı ve daha da büyük bir tutkuyla çalışmalarına devam etti. Lisans öğreniminin ardından, imaj danışmanlığı konusunda profesyonel bir eğitim almak üzere Londra'ya gitmeye karar verdi. London Image Institute'de aldığı eğitimle birlikte imaj danışmanlığında uzmanlaştı. Uzmanlık alanında kendini daha da geliştirmek için Milano, Istituto Marangoni'de eğitim aldı.

İtalya'da geçirdiği süre boyunca pek çok farklı kişiye imaj danışmanlığı yaptı. Bu süreç ona farklı sosyolojik yapılardaki insanları tanıma ve o insanların yaşantısına en uygun imajı yaratma konusunda deneyim kazandırdı.

2010 yılında Türkiye'ye döndü ve Şahika Güler İmaj ve İletişim Danışmanlığı şirketini kurdu. Bir yandan da İstanbul Bilgi Üniversitesi, Avrupa Etüdleri Bölümü'nde Fransa'da yaşayan Müslümanlar üzerine yazdığı teziyle yüksek lisans eğitimini tamamladı. Halen siyasetçilere, sanatçılara, sporculara ve iş dünyasından kendini geliştirmek isteyen pek çok kişiye imaj danışmanlığı ve quantum koçluğu yapıyor. Daha önce *İmaj ve Zerafetin Büyüsü* aldı kitabı yayımlandı.

İmaj ve Stil Koçluğu
© 2013, ALFA Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.

Kitabın tüm yayın hakları Alfa Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.'ne aittir. Tanıtım amacıyla, kaynak göstermek şartıyla yapılacak kısa alıntılar dışında hiçbir yöntemle çoğaltılamaz.

Yayıncı ve Genel Yayın Yönetmeni M. Faruk Bayrak
Genel Müdür Vedat Bayrak
Yayın Yönetmeni Mustafa Küpüşoğlu
Kapak Tasarımı Begüm Çiçekçi
Sayfa Tasarımı Kâmuran Ok

ISBN 978-605-106-804-6
1. Basım: Aralık 2013

Baskı ve Cilt
Melisa Matbaacılık
Çiftehavuzlar Yolu, Acar Sanayi Sitesi No: 8, Bayrampaşa-İstanbul
Tel: (0212) 674 97 23 (pbx) Faks: (0212) 674 97 29
Sertifika no: 12088

Alfa Basım Yayım Dağıtım San. ve Tic. Ltd. Şti.
Ticarethane Sokak No: 53 34410 Cağaloğlu İstanbul
Tel: (0212) 511 53 03 (pbx) Faks: (0212) 519 33 00
www.alfakitap.com - info@alfakitap.com
Sertifika no: 10905

şahika güler

imaj ve stil koçluğu

ALFA | BAŞVURU

ÖNSÖZ

İmaj, bazı insanlar için kelimenin anlamı olan "görüntü"den çok daha fazlasıdır. Ben de bu insanlardan biriyim, imajın çok daha fazlası olduğunu biliyorum. Eminim ki bunun bilincinde olan daha pek çok insan var.

Bu kitap imajın ne demek olduğunu bilen, öğrenmek isteyen, etkili bir imajın nelere vesile olacağının farkında olan ve bunun için de etkili ve göz alıcı bir imaja sahip olmak isteyenler için hazırlandı.

Temel olarak imaj kavramının ne olduğundan imaj danışmanının ne iş yaptığına ve hayatınızı nasıl kolaylaştıracağına, renk ve vücut analizinden aksesuar seçimlerinize, vücut tiplerinin belirlenmesinden, hangi vücut tipinin nasıl giyinmesi gerektiğine, sosyal etiketin öneminden protokol yemeklerine ve gardırop planlamasına kadar imaj, moda ve iletişimle ilgili pek çok konuyu elimden geldiğince açıklamaya çalıştım.

İmaj yolculuğu gerçekten büyüleyici bir süreçtir. Kitaba başlamadan önce size kendi imaj yolculuğumdan bahsetmek istiyorum.

İmaj danışmanlığı eğitimim için Londra'ya uçmama bir gün vardı. İzlanda'da bir yanardağ patlamış ve tüm Avrupa'yı volkanik kül bulutlarının altında bırakmıştı. İkinci Dünya Savaşı dışında, tarihinde ilk kez, iniş yapacağım Heathrow Havaalanı kapanmıştı. Çok üzgündüm ve bir çözüm bulmaya çalışıyordum. Bu eğitimi çok önemsiyordum ve ne yapıp edip tam zamanında Londra'ya gitmeliydim. Kendime yeni bir rota çıkardım. Barcelona'ya uçacak, oradan bir yolunu bulup Fransa'ya geçecek ve oradan da trenle Manş Kanalı üzerinden Londra'ya varacaktım. Uçağa bindim ve Barcelona'ya doğru havalandık. Derken uçak rotayı Valencia'ya çevirdi! Kül bulutları Barcelona'ya ulaşımı da iptal etmişti.

Valencia'ya indim. Tüm planım bir defa daha değiştiği için ne yapacağını bilmez bir haldeydim. Bavulumu arıyordum. Tüm bavullar bir bir sahiplerini buldu, fakat benim bavulum ortada yoktu! Bir palto ve bir çantayla hiç bilmediğim bir şehirde yapayalnız kalmıştım.

Barcelona'ya gitmenin bir yolunu arıyordum. Karayoluyla dört saat süren bir yolculuk yapmam gerekiyordu. Avrupa'da açık kalan nadir havaalanlarından birinde olduğumdan korkunç bir kalabalığın

ortasındaydım. Tüm yollar kapalıydı. İnsanlar bir gece beklememi söylüyordu, fakat benim kaybedecek bir dakikam bile yoktu!

Risk aldım ve gece yarısı taksiyle Barcelona'ya gitmeye karar verdim. Zamanın paradan daha değerli olduğu bir süreçteydim. Taksi şoförü tek kelime İngilizce bilmiyordu ve ben de İspanyolca bilmiyordum. Dört saatlik bir yolculuğun ardından Barcelona tren garına geldim. Fakat tren garı kapalıydı. Sadece bir saat uyuyabildim.

Sabah 06.00'da bilet kuyruğundaki yerimi aldım. İki buçuk saatlik bir bekleyişin ardından sıra bana geldi. Görevli sadece Fransa sınırına kadar gidebileceğimi söyleyince yıkılmıştım! Yollar kapalıydı, tren gitmiyordu ve kül bulutları hâlâ tepemizdeydi. 18 saat içinde yaptığım şeylere ben bile inanamıyordum.

Okula mail'le durumumu anlattım ve ne yazık ki gecikeceğimi söyledim. Yaşadığım şeylere onlar da üzülmüş ve gecikmemi anlayışla karşılamışlardı.

İki gün içinde açılan yollar sayesinde Münih'ten aktarma yaparak Londra'ya vardım. Okuldaki öğretmenlerim gözlerine inanamamıştı.

Sonuç olarak önce London Image Institute'de, sonra da Milano'daki Istituto Marangoni'de imaj, iletişim ve moda üzerine eğitimimi tamamladım ve amacıma ulaştım.

Bu hikâyeyi size ulaşmak istediğiniz hedeflerden asla vazgeçmemeniz için anlattım.. Belki de o dönem Londra'ya gitmekten vazgeçseydim, şu an bambaşka bir hayatım olacaktı.

Unutmayın, siz istedikten sonra başaramayacağınız hiçbir şey yok.

Umarım kitabım sizin için faydalı olur.

Şahika GÜLER

İMAJ NEDİR?

Geçtiğimiz günlerde, çok sevdiğim ve uzun süredir görüşmediğim bir arkadaşım birkaç günlüğüne misafirim oldu. Karşılaştığımız o ilk an yaşadığım mutluluğu tarif etmem mümkün değil.

Sıcak ve samimi bir sarılmanın ardından geri çekilip şöyle bir yüzüne baktım ve şaşkınlığımı gizleyemedim. "Bu ne güzellik! Çok değişmişsin" sözleri ağzımdan çıkıverdi. Arkadaşımın, bu sözleri duyduğu için mutlu olduğu her halinden anlaşılıyordu. Belli ki bu değişim planlı bir sürecin sonunda ortaya çıkmıştı. Üstelik sonucun arkadaşıma çok iyi geldiğini rahatlıkla görebiliyordum.

Çok eskiden tanıdığım ve o zamanlar dış görünüşüne çok da önem vermeyen arkadaşım gerçekten de güzelleşmişti.

Eve geçtik, oturduk, sohbet ettik ve hasret giderdik. Onu çok sevdiği bir restorana götürecektim. "Hadi gidelim" dememle birlikte arkadaşım ayağa

kalktı ve makyaj çantasını alıp salondaki aynanın karşısına geçti. "Önce imajımı tazeleyeyim Şahika'cım" dedi ve göz kırptı. İmaj, en basit haliyle tam da arkadaşımın dediği şeydir. Aynaya bakın ve imajınızı görün!

Fransızca kökenli imaj kelimesi "görüntü, resim, suret" anlamlarına gelir. Fakat günümüzde kullandığımız anlamıyla imaj bundan çok daha fazlasını anlatır bize.

Benim için "imaj kavramı" total bir bütünlüğü temsil eder. Yani görüntünüz, ses tonunuz, kokunuz, yaptığınız iş, işe uygunluğunuz, düşünceleriniz ve davranışlarınız sizin imajınızı oluşturur. Unutmayın, imajınızı oluşturan parçalardan herhangi birinde eksik ya da diğer bir etkenle çelişen bir durum varsa, bu iletişiminizi ve dolayısıyla da ilişkilerinizi olumsuz yönde etkileyecektir.

Giydiğimiz kıyafetlerden taktığımız aksesuarlara, saç stilimizden konuşmamıza kadar her etken karşımızdaki insana birtakım mesajlar gönderir, hatta o insanla iletişime geçer. Sizden önce imajınız konuşur ve konuşulur... Yaşam tarzınız veya iş hayatındaki konumunuz nasıl olursa olsun, imajınızla çelişen bir durum söz konusu olduğunda sıfır noktasına ineceğinizi üzülerek belirtmek isterim.

Sağlıklı ve daha fit bir görünüme kavuşmak için profesyonel destek almak istedim ve bir diyetisyene

gitmeye karar verdim. Bir aile dostumuz, arkadaşları arasında güvendiği bir diyetisyenin olduğunu söyledi ve bana iletişim bilgilerini verdi. Çok geçmeden diyetisyen hanımdan randevu almak için ona telefon açtım. Samimi ve güven veren bir ses tonu vardı. Benimle gülümseyerek konuştuğunu hissedebiliyordum. Diyetisyen hanımın pozitifliği telefonun ucundan bana da yansıdı ve kendimi mutlu hissettim. Kendisine gideceğim günü heyecanla bekliyordum. Hatta daha ona gitmeden yediklerime dikkat etmeye ve elimden geldiğince spor yapmaya başladım.

Sonunda büyük gün geldi çattı ve muayenehanesinin yolunu tuttum. Yaşam tarzımda yeni bir başlangıç yapmaya psikolojik olarak kendimi hazırlamıştım. Kapıyı çaldım. Her şeyden önce yine o samimi ses tonu beni karşılamıştı. Kapı açıldı ve diyetisyenim tokalaşmak için elini uzattı.

İtiraf edeyim ki afallamıştım! Beni sağlıklı bir yaşam ve görüntüye kavuşturması için yanına gittiğim diyetisyenin çok sağlıksız bir görüntüsü vardı.

Vücut endeksim ve ideal kilom saptandı. Diyetisyen Hanım un ve şekeri minimum düzeyde kullanmamı tavsiye etti. O an içimden "Keşke sen de minimum düzeyde kullansaydın" dediğimi anımsıyorum. Ne yazık ki telefon konuşmasında yaşadığım heyecan diyetisyenle karşılaştığım ilk saniyelerde son bulmuştu.

Hiç şüphesiz aynı örneği tersine çevirdiğimizde de muhtemelen yine üzücü bir sonuçla karşılaşacaktım... Yani, Diyetisyen Hanım son derece fit ve sağlıklı görünseydi, fakat ses tonu ve konuşmasıyla hiç güven vermeseydi, ben yine olumsuz etkilenecek ve motivasyonumu kaybedecektim. Bu noktada tekrar başa dönüp, imaj kavramının bütünlük işi olduğunu hatırlatmak istiyorum.

Tutarlılık kişisel imajınızdaki en önemli etkendir. Tutarlılığı gerçeklik, doğallık ve güvenilirlik takip eder. Eminim bu etkenlerin önemine dair kendi hayatınızda karşılaştığınız pek çok örnek sayabilirsiniz. Kişisel olarak istikrarsız insanları hayatımızda bulundurmak istemeyiz. Bunun sebebi bu insanlara güvenememizdir. Yani bu tip insanların herhangi bir konuda bugün bizi desteklediğini görsek bile yarın tam tersi davranışlarda bulunabileceğini biliriz.

Tutarsızlık esasen bir karakter sorunudur ve bu çoğu zaman kişinin görünümüne de yansır. Fakat bazı insanlar karakter olarak tutarlı olsa da imaj yönetimi konusunda bilinçsiz olduklarından tutarsız bir dış görünüş sergiler. Bu durum imajına profesyonel açıdan değer vermeyen pek çok kişide görülebilir. Bu sebeple hayatta net ve her açıdan tutarlı bireylerin mutlaka imaj konusunda bilinçlenmeleri ve hatta profesyonel destek almaları gerekir.

Esasen imajın tüm etkenlerini doğru biçimde bünyesinde buluşturan bir insan zaten çevresindeki pek çok insan tarafından sevilen ve değer verilen bir bireydir. Bu noktada yapmanız gereken çizdiğiniz güvenilir ve doğal imajın altını davranışlarınızla doldurmaktır.

İnsanların size güvenmesini istiyorsanız yapamayacağınız şeylerin sözlerini vermeyin, verdiğiniz sözleri tam olarak yerine getirmeye bakın.

İstikrarlı ve tutarlı olun. Her ne işle uğraşırsanız uğraşın, mutlaka o işi en iyi şekilde yapmaya çalışın. Unutmayın, tüm bu değerleri korurken profesyonel destek almak işinizi büyük ölçüde kolaylaştıracaktır.

İMAJ DANIŞMANLIĞI ÜZERİNE

İtalya'da kaldığım sürede farklı sosyo-kültürel yapılara sahip insanları tanıma ve bu insanlarla çalışma fırsatı yakaladım. Bu benim için çok önemli bir olan, bu farklı deneyim beni epeyce heyecanlandırıyordu.

O dönem, Bianca adında güzel ve alımlı bir İtalyan kadın imaj danışmanlığı hizmeti almak istediğini söylemişti. İlk defa yabancı birine imaj danışmanlığı yapacağım için bir hayli hevesliydim ve isteğini büyük bir mutlulukla kabul ettim.

Bir hafta sonu Bianca'yla ilk kez buluştuk. Aslına bakılırsa gerçekten kendine özgü ve doğal bir imajı vardı. Konuşarak onu tanımaya çalışıyordum.

İmaj ve moda üzerine konuşurken Bianca bir anda bana önerilerim için sabırsızlandığını ve bu senenin trendleri konusunda onu bir an önce bilgilendirmemi istediğini söyledi.

O an Bianca'nın ülkemizde de sıkça karşılaştığım gibi imaj danışmanlığı ve styling kavramlarını birbirine karıştırdığını fark ettim.

Styling kavramı, "fad fashion" olarak tabir ettiğimiz parçaları kişilere doğrudan sunma hizmetidir.

Styling'de kişiye özel renk analizi, vücut analizi, yapılmaz. Kişinin işi, sosyolojik ve fizyolojik özellikleri göz önünde bulundurulmaz.

Styling'i daha çok görsel sanatlarla ilgilenen kişiler tercih eder.

Oysa imaj danışmanlığı, styling'den tamamıyle farklıdır.

İmaj danışmanı, kişiye özel renk ve vücut analizi yapar ve çalışmasını bireysel boyuta taşır. Çalıştığı kişinin yaptığı işi, uzmanlık alanını, sosyolojik ve fizyolojik özelliklerini değerlendirir ve olması gereken imaja ulaşmak için bir yol haritası çizer.

İmaj danışmanınız öncelikle nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığınız gibi sizinle ilgili birçok kişisel bilgiye sahip olmalıdır.

Size gerekli gördüğü soruları sormalı ve daha sonra renk analiziyle birlikte sizin kişisel renk skalanızı oluşturmalıdır. Sonraki adımlarda inanın buna çok ihtiyacınız olacak.

Vücut analizinizi yaparak size nelerin yakışıp nelerin yakışmayacağını belirlemeli ve bunun nedenlerini size açıklamalıdır.

Uygun kıyafet tipleri belirlendikten sonra gardırop oluşturma sürecine geçilir.

Gardırop oluştururken baz alınan süreçte, trend olan parçalarla klasik parçaların dengesini ayarlamak çok önemlidir.

İmaj danışmanlığının temel hedefi, sizleri en zarif, en şık ve daha genç göstermekle birlikte, kapasitenizi en fazla nasıl kullanacağınızla, nasıl daha başarılı olacağınızla ilgilidir. Kısacası yaşamınızdaki hedeflerinize ulaşmanızı ve mutlu olmanıza yardımcı olmayı sağlamaktır.

Size yakışan şeylerin farkına vardıkça kendi kendinizin imaj danışmanlığını yapacak; böylelikle bilinçli alışverişi öğrenecek ve seçimlerinizi profesyonel gözle yapacaksınız.

İmaj danışmanı, kişilerin ulaşmak istedikleri hedefe varmalarını sağlayan, süreç boyunca yaşamında adeta bir gölge gibi onlarla hareket eden, onların davranış ve görüntü özelliklerini belirleyen kişilerdir.

Bunu bir yolculuk olarak da düşünebilirsiniz. Eğer hedefleriniz yüksekse ve başarılı olmayı istiyorsanız, mesleğiniz her ne olursa olsun bu takım çalışmasına ihtiyacınız var!

İmaj danışmanı aynı zamanda yaşam koçluğu da yapar. İmaj danışmanı, ülkemizde "moda" olduğu gibi saç renginize müdahale edip trend bir giysiyi üzerinize oturtan kişiden ibaret değildir. O sizi fizyolojik,

ruhsal, sosyal çerçevede değerlendiren ve yaşamda ulaşmak istediğiniz pozisyona hazırlayan kişidir.

İmaj danışmanları size son moda olan bir kıyafeti giydirmek yerine, sizlere en çok yakışan kombinasyonları tercih eden kişilerdir.

İmaj danışmanlığı neden bu işin eğitimini almadan yapılamaz?

London Image Institute'deki eğitimimi bitirmiş eve döneceğim günü bekliyordum.

Ailemi, arkadaşlarımı ve ülkemi çok özlemiştim. En kısa sürede bir uçak bileti aldım ve kimselere haber vermeden Londra'dan havalandım. Beni bekleyen herkese sürpriz yapmak istiyordum.

Uçak yolcuğunun ardından, Atatürk Havalimanı'nda bir taksiye bindim ve ev adresimi taksiciye verdim.

Bildiğiniz gibi taksicilerle sohbet etmek bazen kaçınılmazdır. Orta yaşlarda, babacan tavırlı taksici önce nereden geldiğimi sordu. Ona imaj danışmanlığı eğitimi için Londra'ya gittiğimi söyledim. Taksici, "Aa benim kardeşim de imaj danışmanlığı yapıyor" dedi. Açıkçası şaşırmıştım. Kardeşinin nerede eğitim aldığını sorduğumda bana, "Valla eğitim falan almadı, sen boşuna gitmişsin Londra'ya. Kızım ne zaman alışveriş yapacak olsa, haber verir halasına,

beraber giderler" dedi. O an taksicinin bahsettiği "imaj danışmanlığı" kavramının benim kastettiğimden çok daha minimal düzeyde olduğunu anladım ve sadece gülümseyerek "Harikaymış" diyebildim.

Bir imaj danışmanının göz zevki şüphesiz belirli bir seviyenin üzerinde olmalıdır. Fakat her göz zevki iyi olan imaj danışmanı olamaz.

İmaj danışmanlığı bir bilim üzerine kuruludur.

İmaj danışmanı, değişim yolculuğunuzda size eşlik eden kişidir.

İmaj danışmanı, en son moda olanı bulup size giydirmek yerine size yakışanı giydirir.

İmaj danışmanlığı niçin gereklidir?

Yaşadığımız dünyada birçok insanla iletişim halindeyiz. Bilinçli ya da bilinçsiz olarak insanlarla ilgili olumlu ya da olumsuz yorumlar yaparız. Özelliklerini sınıflandırıp kafamızda bir sonuca varırız.

İşte imaj danışmanlığı, sizin insanlar üzerinde etkili ve özgüvenli bir etki yaratmanızı sağlar.

Ayrıca imaj danışmanlarının bu konuda gerekli eğitimi alındıktan sonra da günü yakalamaları, yani "update" olmaları gerekir. Güncellik, imaj danışmanını başarılı yapan önemli etkenlerdendir.

İmaj danışmanı
modadan sadece borç alır.
İmaj danışmanlığı modanın
feng shui'si gibidir.

DAHA GENÇ GÖRÜNMEK İÇİN NASIL GİYİNMELİYİM?

Zamanın nasıl geçip gittiğini, eminim hepimiz sorgulamışızdır. Yaşarken çok da anlamadığımız ama geriye dönüp baktığımızda tüm etkileyiciliğiyle karşımızda duran pek çok anıya sahibiz. Bazen iyi, bazen kötü anılarla doldurduğumuz yıllar geçip giderken, bu sürecin kaçınılmaz bir sonucu olarak biz de biraz daha büyüyor ve yaşlanıyoruz. Tabii ki içinde bulunduğumuz dönemde yaş kavramı da değişime uğradı. Örneğin 40'lı yaşlarındaki bir insan eskiden yaşlı sayılırken, günümüzde 40'lı yaşlarındaki insanların pek çoğu kariyerinin zirvesinde ve belki de hayatlarında kendilerine en çok güvendikleri dönemdeler. Aynı şekilde evlilik yaşı ortalamalarındaki farklılıklara bakarak da bu değişimi rahatlıkla görebilirsiniz.

Her gün farkında olarak ya da olmayarak maruz kaldığımız onlarca reklam, televizyon programları

daha doğrusu tüm medya araçları bilinçaltımıza baskı yapar.

Bu durum yine farkında bile olmadan bizi bir rekabetin içine sokar. İç çamaşırlarından korselere, anti-aging cilt bakımı ürünlerinden saç bakım ürünlerine kadar pek çok ürünü satın almamızın temel nedeni daha genç ve güzel görünmektir.

Ne yazık ki sizi ölümsüzlüğe kavuşturacak gençlik iksiri için gerekli malzemeleri söyleyemem, ama genç gözükmek için ne yapmanız gerektiğini söyleyebilirim!

Her şeyden önce yaşlandığınızı ve eskisi kadar iyi görünmediğinizi düşünüyorsanız, bir an önce bu düşünceyi zihninizden kapı dışarı edin. Aksi taktirde ne kadar güzel görünürseniz görünün, kendinizi buna inandıramazsınız.

Esas konuya gelmeden önce belirtmek istediğim bir nokta da genç kıyafetleri giyerek genç gözükemeyeceğiniz... Evet hanımlar! Çocuksu giyinmekten, saçlarınızı iki yandan örerek gezmekten bir an önce vazgeçin. Beyler! Lütfen siz de üzerinize iki beden dar tişört veya gömlek giyme alışkanlığınızı bırakın. Bu tip çözümler işe yarayacakmış gibi düşündürse de, ne yazık ki sizi gülünç duruma düşürmekten başka bir şeye yaramayacaktır.

Gelip geçici moda da işe yaramaz! Ve belki de yaşı kamufle etmenin en iyi yolu, yaşınıza uygun giyinmektir.

Boyun ve Göğüs

Belli bir yaştan sonra yavaş yavaş boyun bölgesinde çizgiler oluşmaya başlar, deformasyonlar olur. Boynunuza bağlayabileceğiniz güzel bir eşarp ya da tasma şeklindeki kolyeler sizi bu görünümden kurtaracaktır. Boynunuzun yıllar içinde kısalıp çene hatlarınızı belirginleştirdiğini düşünüyorsanız, boğazlı kazaklardan ve Uzakdoğu tarzındaki gömleklerden uzak durmanızı tavsiye ederim.

V yaka bluzlar ve düz yakalar sizin için ideal olacaktır. Tek sıra veya çok sıra uzun kolyeler de yine iyi birer seçimdir.

Aşırı göğüs dekoltesinden kaçının. Unutmadan! Hangi yaşta olursanız olun, her kıyafet için sütyen seçiminin çok önemli olduğunu kesinlikle göz ardı etmeyin.

Kollar

Gelelim kollara... Eğer kollarınızda deformasyonlar başladıysa, kısa kollu bluzları tercih etmeyin. Tüllü elbiseler deformasyona uğramış bölge için her zaman kurtarıcı görevi görür.

Karın Bölgesi

Karın bölgesi, esasen her yaştaki kadın için sorun oluşturur. Fakat özellikle belli bir yaştan sonra mutlaka müdahale edilmesi gereken bir hal alabilir. Bu yüzden sizi daha ince gösterecek kıyafetler seçmeye dikkat etmelisiniz. Çok dar kıyafetlerden uzak durun.

Liseden arkadaşlarınızla buluştuğunuzda ne kadar harika ve ince göründüğünüzü duymak eminim mutluluk verecektir.

Ayak

Yaş ilerledikçe birçok kadın ayak problemleriyle karşılaşır. Bunun sebebi şık görünmek uğruna, uzun yıllar giyilen topuklu veya rahatsız ayakkabılardır. Bu noktada özellikle belli bir yaştan sonra ayakkabı tercihlerinizde önceliğinizin her zaman sağlık ve rahatlık olması gerektiğini söylemeliyim.

Eklem problemleri özellikle ilerleyen dönemlerde yaşam kalitenizi büyük oranda düşürebilir. Bu yüzden ayakkabı seçimi çok önemlidir. Çok yüksek topuklu ayakkabıların yerine 2 ile 4 cm arası topuklu ayakkabılar daha doğru bir tercih olacaktır.

Renkler

Aslına bakarsanız renklerin etkileriyle ilgili ayrıntılı bölüm kitabın ilerleyen bölümlerinde mevcut. Fakat bu bölüme de eklemeden geçmek istemedim. Zira kıyafetleriniz ve makyajınızdaki renk tercihleriniz, görünümünüze etki eden önemli etkenlerden... Keskin renklerdense yumuşak tonlar kullanmak genç görünmenin önemli anahtarlarındandır. Açık pembe ve açık mavi tonlar size daha genç ve alımlı bir hava katar. Sıcak bej tonları (sarı yoğunlukta olanları tercih etmektense, pembe yoğunluktakileri tercih etmek daha iyidir) etkili bir görünüme kavuşmanızı sağlar.

Ayrıca lacivert tonları ve gri renk de seçkin bir şıklık yaratmanızda size yardımcı olur.

Saç

Saçınızı çok uzatmak sizi daha genç göstermeyecektir! Sanırım her şeyden önce bunu söylemem gerek. Omuz veya çene hizasında küt ya da asimetrik kesimleri tercih etmenizin daha uygun olacağını belirtmek isterim.


AMAN
DİKKAT!
• Üzerinize bol olan kıyafetleri tercih etmeyin.
• Çok geniş kemerler kullanmaktan kaçının.
• Çok dar taytlar giymeyin.
• Çok güzel bacaklarınız olsa bile mini etek giymeyi tercih etmeyin.
• Bacaklarınız çok ince değilse kabarık, pileli ve büzgülü eteklerden uzak durun.
• Teninizi direkt gösteren açık renkli ve ince çoraplardan vazgeçin.

AİLENİZ NASIL GÖRÜNMELİ?

Özel bir şirkette seminer verecektim. Şirket, çalışanların motivasyonu ve kişisel gelişimleri için bir kamp organizasyonu yapmış, çalışanların eşlerini de bu kampa davet etmişti. Çalışanlar ve eşleri gün içinde hem çeşitli aktivitelerle kendilerini geliştiriyor hem de eğleniyorlardı.

Programa göre seminerimin ardından kokteyl başlayacaktı. Bu yüzden herkesin özenle giyindiğini görebiliyordum. Seminere ilgi bile hayli yoğundu. Özellikle kadınlar büyük bir dikkatle anlattıklarımı dinliyor ve sorular soruyordu.

Kadınlara özel imajla ilgili kısmı bitirmiş, erkeklere geçmiştim. Bu noktadan itibaren erkek dinleyicilerin ilgisini çekeceğimi düşünmüştüm. Yanılmışım! Kadın dinleyiciler hız kesmeden soru sorumaya devam etti.

Seminerin ardından hep beraber kokteyl alanına geçtik. Semineri ilgiyle dinleyip bolca soru soran



kadınlardan biri yanıma geldi. "Merhaba, anlattıklarınız gerçekten çok işime yarayacak" dedi ve devam etti, "şimdi size son bir şey sormak istiyorum, şu ileride yüzü bize dönük olan adam benim eşim. Sizce giyim tarzı başarılı mı?"

Evet hanımlar, biliyorum ki kendi imajınızla ilgilendiğiniz kadar eşinizin, erkek arkadaşınızın, annenizin ya da çocuklarınızın imajıyla da ilgileniyorsunuz. Ve yine biliyorum ki işiniz hiç kolay değil. Hele ki evliyseniz ve üstüne üstük bir de çocuklarınız varsa, bu görev daha da zorlu bir hal alıyor. Eşinizin/sevgilinizin ya da çocuklarınızın giysileri toplumda sizin zevkinizle eşdeğer tutuluyor.

Ailenizin imajı, insanlar tarafından onları ne kadar düşündüğünüz, onlara ne kadar önem verdiğiniz

ve hatta onlara nasıl bir gelecek tasarladığınızın bir göstergesidir.

Eşiniz

Eşinizin daha iyi giyinmesi için işe ilk olarak onunla birlikte gardırobuna göz atarak başlayabilirsiniz.

- Objektif gözle bakmaya çalışın. Hangi parçaların miyadını doldurduğunu tespit edin (mesela bir senedir giymediği kıyafetleri mutlaka ayırın, altı aydır giymediklerimin seçimini size bırakıyorum) Erkek modasıyla ilgilenin ve detayları öğrenin (elinizdeki kitaptan faydalanın, renk ve stil önerilerine bakın, vücut şekillerini inceleyin).
- Kumaşları, dikiş tekniklerini, fiyatları öğrenin.
- Erkek moda dergilerini takip edin.
- Boş zamanlarınızda mağazaları ziyaret edin ve satış uzmanlarından yardım isteyin.
- Kendinizi illa ki bir şey almak zorunda hissetmeyin. Soru sormaktan çekinmeyin.
- Mağazaları sıklıkla ziyaret etmek, sezonda nelerin trend olduğunu keşfetmenizi kolaylaşacaktır. Eğer eşinizin zevkini geliştirmesine ihtiyacı olduğunu düşünüyorsanız onunla konuşun.

- İyi giyinmenin önemini ve görselliğin gücünü ona anlatın ve gerekirse ilham alabileceği filmler izletin.
- Birlikte alışverişe çıkın ve öğrendiğiniz yeni bilgilerle pratiği birleştirin. Daha önce de söylediğim gibi satış uzmanlarının fikrini almaktan çekinmeyin. Unutmayın ki takım çalışması yaparak mükemmel bir iş çıkarabilirsiniz.
- Aldığınız kıyafetleri ve aksesuarları daha uzun ömürlü kullanmak istiyorsanız bakımlarını düzenli olarak yaptırın.
- Yıkama ve ütüleme talimatlarını okuyun.

Çocuklarınız

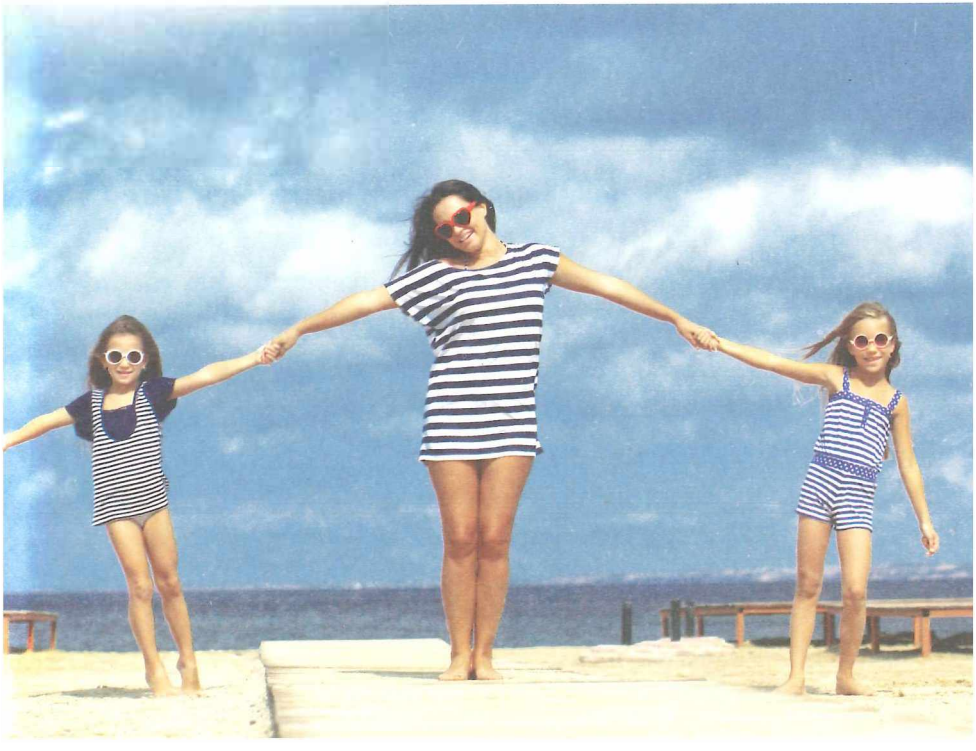
Özellikle çocuklarınızın giyimi neredeyse tamamen sizin zevkinizi yansıtır. Karakter ve kişisel beğeni çocuklarda yetişkinlerdeki kadar çok gelişmediğinden genellikle sorgulamadan sizin aldığınız kıyafetleri giyeceklerdir. Çocuğunuzun, bir yetişkin olduğunda güzel ve seçkin bir zevki olmasını istiyorsanız, küçük yaşlardan itibaren onu yönlendirin.

- İlk olarak ona oyun kıyafetleri, okul kıyafeti ve günlük kıyafetler arasındaki farkları öğretin.

- Bütün ayrı gereksinimler için pratik çözümler bulmaya çalışın. Hangi kıyafetin ne zaman giyilmesi gerektiğini ve nedenini çocuklarınızın anlayabileceği şekilde anlatın.
- Çocuğunuz için seçtiğiniz kıyafetlerin çevre ve iklim koşullarına uygun olup olmadığına dikkat edin.
- Özellikle çocukların kıyafetlerinde rahatlık ön planda olmalıdır. Üzerindeki kıyafetin rahat olup olmadığını ona sorun. Rahat olmadığını söylüyorsa, mutlaka başka seçenekleri düşünmelisiniz.
- Ona iyi giyinmenin önemini anlatın, onun için seçenekler hazırlarken mutlaka kendiniz giyiniyormuş gibi özen gösterin.
- Kendinizi çocuğunuzun yerine koyun. "Acaba çocuk olsam bunu giyer miydim" diye düşünün. Onun da bir birey olduğunu unutmayın.
- Çocuklarınıza renkli giyinme alışkanlığı kazandırın.
- Kendiniz bir rengi sevmiyorsunuz diye onun da o renge karşı bir önyargı oluşturmasına neden olmayın.
- Ergenlik dönemindeki çocukların anneleri için iş biraz daha zor bir hal alır. Bu dönemde

çocuklar kendi kimliklerini bulma arayışındadır ve ebeveynlerin tavsiyelerindense arkadaşlarının tavsiyeleri çok daha etkili olur.

- Ergenlik dönemindeki bir çocuk için dış görünüş gerçekten çok önemlidir. Bu dönemde çocuğunuza dostça tavsiyeler verin.
- Ergenlik dönemindeki çocukların üzerinde herhangi bir baskı kurmaya çayışmayın. Söylediğiniz şey gerçekten doğru bile olsa, bu onda tam tersi bir etki yaratabileceğinden, ona bir arkadaş gibi yaklaşmayı tercih edin.



RENKLER

Birlikte çalışmaya yeni başladığımız ve birbirimizi yeni tanıdığımız müşterilerimden birinin oldukça dikkat çekici bir imajı vardı. Gökkuşağını geçtim, neredeyse yeryüzündeki bütün renkleri üzerinde taşıyordu. Kollarında onlarca takı vardı. Küpelerinden kolyelerine, kıyafetinden ayakkabılarına üzerindeki her detay çeşit çeşit farklı renkle doluydu.

Vücut ve renk analizi yapma aşamasına henüz gelmemiştik. Sohbet ediyor ve birbirimizi tanıyorduk. Giyim tarzıyla ilgili yorumumu ona söylememiştim. Fakat bu renk cümbüşü onunla konuşurken odaklanmamı zorlaştırıyor ve dikkatimi dağıtıyordu. Kendini anlatırken, oldukça emin bir şekilde "Renkli bir kişiliğim olduğunu anlamışsınızdır zaten" dedi.

Evet, renkli giyinmek sizi pozitif ve farklı gösterir. Fakat her renkli giyinen kişinin renkli bir kişiliği olduğu sonucu çıkmaz. Lütfen, farklı giyinmek uğruna renk çeşitliliğinin dozajını kaçırmayın.

Unutmayın, imaj bir bütünlük işidir. Sıradan bir hayatınız varken, ne kadar renkli giyinirseniz giyinin, bu sizi marjinal bir karakter yapmaz.

Renkler, hiç kuşkusuz iyi giyinmenizi sağlayacak en önemli faktörlerden biridir. Güçlü ve gerçekçi imaj oluşturmak için renkleri doğru kullanmak çok etkilidir. Size yakışan rengi seçtiğinizde, adeta parlayan bir yıldız gibi etrafınıza ışık saçarsınız. Size yakışmayan rengi seçtiğinizde ise sonuç ne yazık ki fiyaskodur.

Seçtiğiniz renk yanlışsa, kıyafetiniz mükemmel bile olsa durumu kurtaramayabilir.

Hollywood'da renkli filmlere geçildikten sonra kadın kıyafetlerindeki renkler sezona ve modaya bağlı olarak değişmeye başladı. Fakat bu değişim şimdiki gibi hızlı ve komplike değildi. Örneğin kış için siyah palto, ilkbahar için lacivert, yaz için beyaz, gece için ise pastel tonlar tercih edilirdi. Çok canlı ve parlak renkler sadece aksesuar seçimleri içindi. Zamanın başlangıcından beri renkler farklı şeyleri farklı formlarda sembolize eder. Gülün güzelliği, cadının çirkinliği, gelinlerin masumiyeti ve saflığı, kralların sembolize ettiği lüks... Bütün bu canlı resimlerin karşılığı hep renklerle ifade edilir. Mesela tüm dünyada en çok tercih edilen çiçek olan gülün rengi siyah olsaydı; Hz. Havva'nın aklını çelen o yasak elma beyaz olsaydı; çok sevdiğimiz, bizi

ısıtan, şezlonglara uzandıran güneş ışıkları yeşil olsaydı; kahvaltıların vazgeçilmezi portakal suyunun rengi mor olsaydı, nasıl olurdu bir düşünün? Pek iştah açıcı olmazdı herhalde... Doğada her şeyin rengi tam da olması gerektiği gibidir. Bu yüzden de renklerin etkisi hiçbir şekilde inkâr edilemez. Gel gelelim gardırobunuzdaki giysilerin renkleri sadece göz zevkimizi olumlu yönde etkilemez. Bunun dışında kişisel olarak bize de hizmet eder.

Aslında kişisel renklendirme sizleri tamamen değiştirir ve bir mucize etkisi yaratabilir. Sizi zayıf ya da şişman, genç ya da yaşlı, çekici ya da itici gösterebilir. Seçtiğiniz kişisel renkler makyajınız kadar önemlidir. Doğru ve bilinçli olarak kullanıldığında renkler her şeyi yapabilir. Cildiniz, saçlarınız, gözleriniz ve proporsiyonunuz için mükemmel uyumu yakalamanıza yardımcı olabilir.

Sizin için uygun ve yakışan renk tonlarını bulmanızda en büyük yardımcınız ten rengidir.

Teniniz doğal pembemsi bir renk ise sıcak renklerden uzak durun. Turuncu, kırmızı ve sıcak pembe size uymayan renklerdir. Tonu birazcık yumuşatmak isterseniz soğuk bejler, pastel tonlar, zarif gri veya lacivert hoş olabilir.

Solgun ve açık tonlarda bir ten renginiz varsa turkuaz, pembeler, kırmızı tonları ve siyah hoş

olabilir, fakat kesinlikle beyazlardan kaçının, çünkü solgun teniniz renginiz daha da solgun görünebilir.

Renkleri birkaç gruba ayırıp inceleyelim. Böylelikle kişisel değerlendirme yaparken daha iyi kombinasyonlar yaratabiliriz.

Zarif renkler!

Öncelikle çok iyi şekilde renklendirme yapan hanımefendiler! Sade, mütevazi ve baskın olmayan tonların harika görünmenizi sağladığını fark edin! Bej, hem iddiasız güzel hem de sofistike görünmenizi sağlayacaktır.

Gri, kirli beyazlar ve tabii ki siyah renkler vazgeçilmezler arasında olmalıdır. Dikkat ederseniz bu renkler genellikle moda endüstrisinin de her yıl önümüze sunduğu renkler arasındadır. Modası hiçbir zaman geçmeyen bu renkler, ünlü aktrislerinde tercih listelerinin başında gelir. Her kadının gardırobunda yatırım yapabileceği renkler arasında olduğunu rahatlıkla söyleyebilirim.

Genç gösteren renkler!

Canlı ve dikkat çekici renkler sizleri daha genç gösterebilir. Bu renkleri giymek için illa çok genç olmanıza gerek yok. Bunlar tatlı renklerdir. Masum pastel tonları, pembe, mavi, sarı, kırmızı ve laciverttir.



Yalnız parlak kırmızıları pek önermiyorum. Kırmızıyı bütünüyle kullanmak yerine kırmızı ve lacivert dokunuşlar daha iyi olabilir. Canlı ve genç görünmenizde yardımcı olacak pastel renkler şapkalar, bluzlar, eşarplar, şallar ve aksesuarlar için uygun tercihler olacaktır. Ayrıca bu detaylar koyu renk ve doğal kostümlerle de çok güzel gider.

İlkbahar-yaz sezonunda giyeceğiniz elbiseler, spor kıyafetler ve hatta takım elbiselerde bile bu sıcak renkler gayet iyi görünecektir.

Zayıf gösteren renkler!

Çoğu kadının bildiği gibi siyah renk ince gösterir. Siyahı pek sevmeyen ya da siyaha alternatif arayan kadınlar için ise kahverengi, lacivert, kömür grisi tonlarını rahatlıkla önerebilirim. Bu renkler sizi hem zayıf hem de genç gösterecektir.

Heyecan veren renkler!

Parlak ve canlı renkler her zaman kıpır kıpır görünür ve hem size hem de karşınızdaki insanlara heyecan verir. Bu renklere örnek vermek gerekirse turuncu, portakal rengi, turkuaz, mor, zümrüt yeşili, açık yeşil, kırmızı ve Elsa Schiaparelli'nin şok edici pembesini söyleyebilirim.

Erkeklerin beğendiği renk!

Erkeklerin beğendiği rengin mantığını kavramak için her şeyden önce kırmızıyla mavi arasındaki rekabeti anlamak gerekir.

Erkeklerin çekici bulduğu şeyler ya da onlara çekici gelen renklerle ilgili piyasada birçok kitap bulabilirsiniz. Genel görüş bu özel rengin kırmızı olduğu yönünde olsa da durum bunun tam tersidir. Unutmayın, dünyaya geldikleri günden beri erkeklere mavi renk sunulur ve genelde erkekler bu rengi tercih eder.

Bilinçaltlarında sağlam bir yeri olan mavi rengi, erkekler kesinlikle daha çok beğenir. Evet, kırmızı dikkat çekici bir renktir, fakat erkekler sevdikleri rengi başka bir kadının üzerinde gördüklerinde belki farkında bile olmadan o kadını da beğeneceklerdir.

"Renk analizi sonucu ortaya çıkan skala size en çok yakışan renkleri sunar."

Bu konuyla ilgili son olarak işin sizin ideal renginizde bittiğini de söylemek isterim. Kişiden kişiye değişen beğenilerde işi riske atmamak ve size en çok yakışan rengi giymek her zaman daha garantili ve etkili olacaktır.

Renk biliminin öncüsü olarak kabul edilen Fizikçi Newton'dan bu yana renklerle ilgili birçok bilimsel çalışma yapıldı ve hâlâ da yapılıyor.

Aslına bakarsanız, kişilerin tercih ettiği renklerle ilgili alışılagelmiş kültürel basmakalıp düşünce şekilleri hep vardı.

Batı dünyasında hâkim olan mavi renk, Müslümanlarda yerini yeşil renge bırakır.

Saflığı ve masumiyeti simgeleyen beyaz renk, pek çok kültürde gelinler tarafından kullanılır.

İştah açıcı özelliği olduğu bilinen kırmızı renk ise bilinçli olarak fast food zincirlerinin kurumsal kimliklerinde kullanılmaktadır.

Kırmızı, Latin kültürlerinde tutkuyu simgeler.

Uzakdoğu kültüründe ise kırmızı, refah ve bolluğu temsil eder. Ayrıca gelinler tarafından da tercih edilir.

Halbuki ülkemizde kırmızı gelinlikli bir gelin görmek çok zor, hatta imkânsızdır.

İşte bu örnekler de renkler üzerindeki kültürel etkiyi göstermektedir.

Bu yüzden her renk, farklı kültürlerdeki gelenek ve göreneklere göre farklı özellikleri sembolize eder.

Renkler gerçekten de ucu bucağı olmayan bir konudur.

Tıpkı renkler gibi, modanın da insanlar üzerinde etkisi büyüktür. Moda endüstrisine yön veren tasarımcılar kişileri etkileyebilmektedir.

Örneğin pembe renk, bugün kadınsı bir renk olarak kabul edilir.

Hepimizin bildiği gibi bebeklerimizin cinsiyetini öğrenir öğrenmez, kızsa pembe, erkekse mavi renkte

kıyafetler almaya başlarız, bebek odalarını bu şekilde dekore ederiz.

Halbuki 20. yüzyılın ilk çeyreğinde durum çok farklıydı, hatta tam tersiydi.

Kırmızıyla beyazı karıştırarak elde edilen pembe renk, kırmızı tonlarında olduğundan gücü ve iktidarı temsil eder.

Mavi ise daha yumuşak ve zarif bir renktir. Bize huzuru, dinginliği hatırlatır.

Peki sizce bu büyük değişikliğin nedenleri ne olabilir? Ünlü İtalyan modacı Elsa Schiaparelli'nin etkisi mi? Yoksa Nazilerin pembeyle homoseksüellik arasında kurduğu bağ mı? Yoksa 1959'da Barbie oyuncak bebeklerinin pembeyi kullanması mı bilinçaltlarımızda istem dışı olarak bu etkiyi yapmıştır? Yoksa birkaç tanesi birlikte mi?

Koyu renkler uygulanan alanı daha küçük gösterirken, açık renkler ise tam tersine daha büyük gösterir. Sıcak renkler (yani kırmızılar, turuncular, sarılar) daha dikkat çeken ve kullanılan alanı daha büyük veya geniş gösteren renklerdir.

Soğuk renkler ise (maviler, morlar, yeşiller) daha hafif, daha dar ve daha zayıf gösteren renklerdir.

Açık ve parlak renklerin dikkat çekme özelliği fazladır.

3 ANA RENK

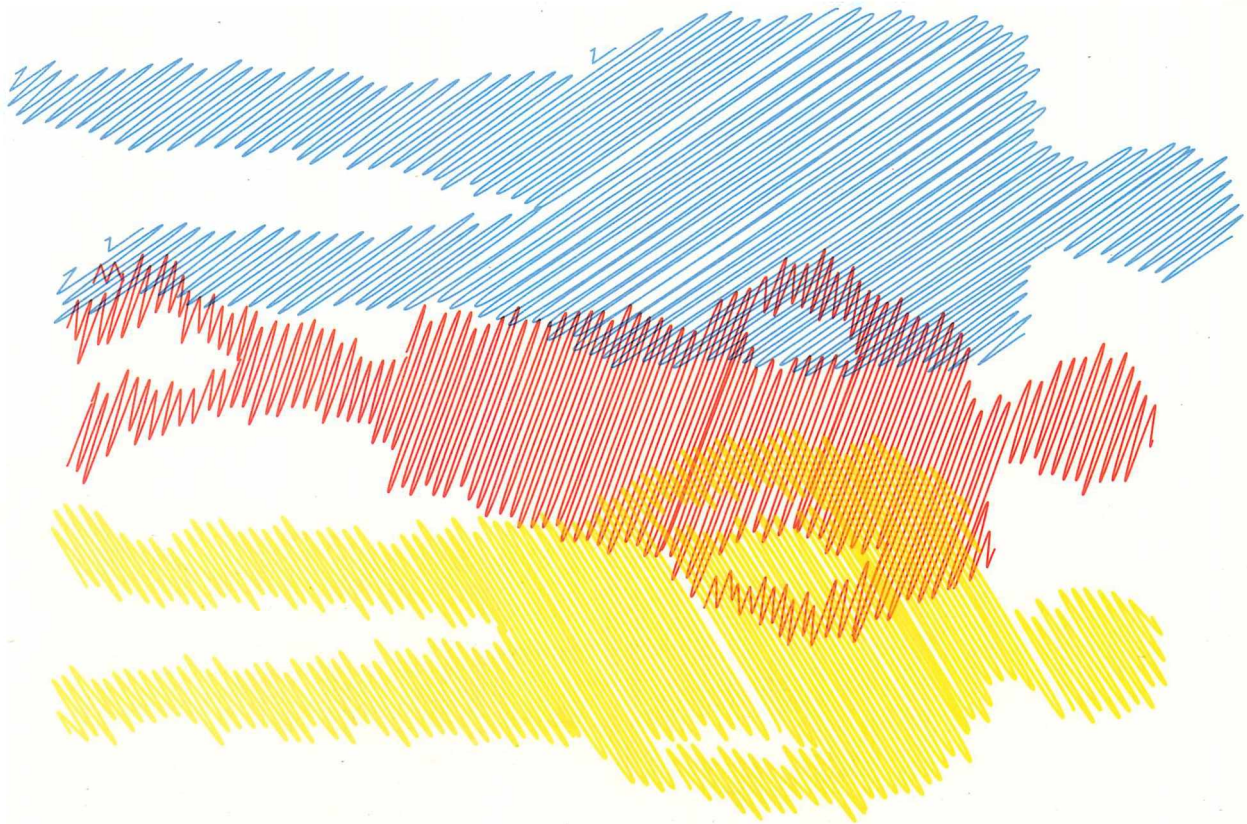
KIRMIZI, SARI ve MAVİ... Bu üç rengin dışındaki tüm renkler, bu renklerin karıştırılmasıyla elde edilir.

İkincil Renkler

Kırmızı ve sarıyı karıştırınca turuncu renk elde edilir.

Kırmızıyla maviyi karıştırınca mor renk ortaya çıkar.

Sarıyla mavi rengin karışımın sonucunda yeşil renk oluşur.



KİŞİSEL RENKLENDİRME



Saç Rengi

Saç rengi, imajınız için önemli bir detaydır. Takım elbiselerin, palto, manto ve trençkotların saç rengiyle aynı olması duru bir şıklık yakalamanızı sağlar. Ayakkabı, çanta ve valiz seçimini de yine bu tonlarda yapmakta fayda var.

Göz Rengi

Göz rengi tonlarında bluz, gömlek, atkı, eşarp ve mücevher seçmek sizi daha dikkat çekici kılacaktır.

Ten Rengi

Ten rengi tonlarında mücevher ve eşarp seçimi kusursuz bir uyum yakalamanızda büyük rol oynar.

İŞ HAYATINDA RENKLERİN PSİKOLOJİK ETKİSİ

Yakın arkadaşlarımdan birini ziyarete gittiğimde bana yeni aldığı bir elbiseyi göstermek istedi. Bu elbiseyi aldığı için bir hayli mutlu olduğundan ve ona çok yakıştığından bahsetti. Elbiseyi incelemek üzere odasına geçtik. Dolabını açtı ve şık kırmızı elbiseyi yatağın üzerine serdi. Elbise gerçekten de etkileyici görünüyordu.

Bu esnada gözüm dolaptaki diğer elbiselere takıldı. Dolabın bir bölümündeki elbiselerin neredeyse hepsi pastel tonlardaydı. "Burası pastel köşesi mi" diye sorudum ve gülümsedim. Arkadaşım ciddi bir tonda, "O tarafta iş kıyafetlerim var Şahika, pastel tonların iş hayatında olumlu ve uyumlu bir etki bıraktığını senden öğrendim" dedi ve gülümsedi.

Evet, arkadaşım haklıydı. Fakat renklerin psikolojik etkilerine tamamen bağlanıp belirli renklere

takılmak doğru olmayacaktır. Unutmayın ki imaj kavramı bütünlük işidir ve sadece belirli etkenlerin uygulanmasıyla doğru sonuçlar vermez.

Kıyafetlerinizde kullandığınız renklerin, karşınızdaki insanlarla iletişiminizi önemli ölçüde etkilediğini unutmayın. Stratejik davranıp duruma uygun seçimler yapın.

Mavi



İş hayatında, özellikle mülakatlarda kullanabileceğiniz bir renktir. Sakinlik ve dinginlik getirerek size uyumlu ve takım çalışmasına uygun bir imaj verir. Güvenilir bir insan olduğunuzu hissettirecektir.

Pastel Tonlar

Daha olumlu etkileri vardır, kırmızı kadar iddialı değildir.

Kıyafetlerde kullanıldığı zaman otorite ve iktidar sahibi olmaktan uzak bir etkiye sahiptir.

Kırmızı

Tahrik edici, duyguları harekete geçirici ve cesaretlendirici etkisi vardır.

Dozunda kullanıldığında dikkat artırıcı ve daha güçlü bir iletişim sağlar.

Yorucu ve dalgınlaştırıcı bir özelliği de olduğundan dikkatli kullanılmasında fayda vardır.

Şallarda veya bluzlerde tercih edebilirsiniz.

Beyler ise kravatlarını bu tonlarda seçebilirler.

Mor

Mor renk için kesinlikle lüksün ve ihtişamın rengidir diyebilirim.

Gösterişli bir tarz yakalamanızı sağlar.

Yaratıcılığı olumlu yönde etkilediği bilimsel araştırmalar sonucu da kanıtlanmıştır.

Beyler bu tonlarda kravatlar seçebilirler.

Siyah

Siyah, her zaman asil ve klasik bir renk olmuştur.

Kamuflaj tekniklerinin vazgeçilmez rengidir ve bu konuda büyük rol üstlenir.

Kesinlikle ciddiyet sahibi bir imaj yakalamanızı sağlar.

30 yaş altı genç çalışanların kesinlikle tercih etmeleri gereken bir renktir.

Özellikle de toplantılarda ve sunumlarda etkileyici bir imaj çizmenizi sağlar.

Güç ve otoriteyi de simgeler bir renktir.

Gri

Kendinden emin ve otoriter bir görünüme kavuşmanızı sağlar.

Zarif kesimli takımlar gri renkle başarılı bir uyum yakalar ve çok şık bir görünüm sunar.

Siyaha alternatif bir renk olabilir.

Pastel tonlarla kolay uyum sağladığından kombinasyona elverişlidir.



RENK AURASI[1]

Renklerin önemini okuduğunuz bölümde renk analizinin ve size uygun renkleri tercih etmenin ne kadar önemli olduğunu fark etmişsinizdir. Net ve kesin sonuç ancak profesyonel biri tarafından renk analizinin yapılması sonucu ortaya çıkar. Fakat renk aura'nızı öğrenebileceğiniz tablonun da bir hayli işinize yarayacağını biliyorum.

Saç, ten ve göz renginize göre en uygun renkleri aşağıdaki tabloyu inceleyerek tespit edebilirsiniz.

1 *How to Dress for Success* kitabından alınmıştır.

Saç	Ten	Göz	Renk
Siyah	Esmer - Buğday	Koyu kahve, siyah	Bej, yeşil zeytin, mercan, kırmızı
Siyah	Buğday	Orta yeşil, gri, kestane	Kan kırmızı, yaprak yeşili, fulya, sarı kahverengi
Siyah	Açık ten	Açık mavi, menekşe	Lila, sardunya kırmızısı, pembe, mavi
Koyu kahve	Esmer - Siyah	Koyu kahverenginden siyaha	Turuncu, portakal rengi, pastel sarı, kakao rengi, altın rengi
Koyu kahve	Buğday	Orta yeşil ,gri, kestane	Solgun pembe, mavi lila, yosun yeşili, samur kahvesi
Koyu kahve	Açık ten	Açık mavi, menekşe	Mavi, koyu vişne, leylak, koyu menekşe
Orta kahve	Esmer	Koyu kahve, siyah	Sarı, yeşil, camel rengi, açık kestane
Orta kahve	Buğday	Orta yeşil, gri, kestane	Açık yeşil, orman yeşili, koyu kahve
Orta kahve	Solgun	Açık mavi, menekşe	Lavanta, mavi, pembe, safir mavisi
Açık kahve	Esmer	Koyu kahve, siyah	Yeşil, bej, mavi, gri, parlak kırmızı
Açık kahve	Buğday	Orta yeşil, gri, kestane	Pembe, bej, altın rengi, gri, yeşil
Açık kahve	Açık ten	Açık mavi, menekşe	Kırmızı, mavi, menekşe, yeşil, gri
Koyu Kızıl	Esmer	Koyu kahve siyah	Kırmızı, kakao rengi, bej, yeşil
Koyu Kızıl	Buğday	Orta gri, yeşil, kestane	Amber, kırmızı, lime yeşili orman yeşili
Kızıl	Esmer	Koyu kahve, siyah	Mercan, topaz, deniz yeşili, tütün rengi
Kızıl	Buğday	Orta gri, yeşil, kestane	Antika sarısı, citro yeşili, kırmızımsı kahverengi, kavun rengi
Koyu kızıl	Açık	Açık mavi, menekşe rengi	Su rengi, çilek pembesi, nane yeşili, koyu mavi menekşe

Açık kızıl	Esmer	Koyu kahve, siyah	Kayısı rengi, kına rengi, kahverengi
Açık kızıl	Buğday	Orta gri, yeşil kestane	Yosun yeşili, şeftali, altın, pas rengi
Açık kızıl	Açık	Açık mavi, menekşe	Solgun turkuaz, sıcak bej, açık mavi, menekşe
Koyu sarışın	Buğday	Orta gri, yeşil, kestane	Zümrüt yeşili, hardal sarısı, portakal, açık gri ve kahve karışımı
Koyu sarışın	Solgun	Açık mavi, menekşe	Pembe, su, limon sarısı, parlak lacivert
Orta sarışın	Esmer	Koyu kahve, siyah	Bej, mocha kahvesi, Çin kırmızısı ve çam ağacı yeşili
Orta sarışın	Buğday	Açık gri, yeşil, kestane rengi	Kanarya sarısı, kahverengi, koyu yeşil, zeytin rengi, mandalina rengi
Orta sarışın	Açık ten	Açık mavi, menekşe	Şakayık pembesi, şampanya rengi, koyu mavi, menekşe
Açık sarışın	Çok esmer	Koyu kahve, siyah	Parlak portakal, yumuşak avokado yeşili, koyu pembe, altın bej
Açık sarışın	Buğday	Orta gri, yeşil, kestane	Ultramarine mavisi, mimosa sarısı, çilek pembesi, kunduz kahvesi
Açık sarışın	Açık ten	Açık mavi, menekşe	Platinum bej, pembe, lavanta, koyu mavi
Koyu gri	Esmer	Koyu kahve, siyah	Orta gül rengi, kırmızı şarap rengi, amestist taşı rengi, bebek mavisi
Orta gri veya gümüş	Buğday	Orta gri, yeşil, kestane	Solgun turkuaz, solgun sarı, zümrüt yeşili, frambuaz, ahududu kırmızısı
Koyu sarışın	Esmer	Koyu kahve, siyah	Kırmızı, pembe, kahverengi, yeşil
Orta gri veya gümüş	Buğday	Açık mavi veya leylak	Gümüş grisi, açık mavi, yakut kırmızısı
Beyaz	Açık ten	Açık mavi, menekşe	Menekşe, şeffaf, açık pembe safir mavisi
Koyu kızıl	Açık	Açık mavi, menekşe	Yeşil mavi, pembe, fildişi, mavi

VÜCUT ŞEKİLLERİ

1. Dikdörtgen

Bu şekilde olan vücutların az kıvrımları vardır.

Vücut ölçüleri birbirine neredeyse eşittir. Düz sayılabilirler.

Göğüs kafesi ve omuzlar genellikle geniştir.

Kalça ve bel arasında oyukluk yok denecek kadar az, zaman zaman da düzdür. Aradaki ayrımı belirlemek gerçekten zordur.

Omuzlar yüksek ve diktir. Kollar ve bacaklar ise vücuda göre daha ince bölgelerdir.

2. Oval

Kalçaları çok geniş ya da çok dar olan vücutlar genelde oval vücut diye tanımlanır.



Vücudun üst bölümü, alt bölümüne göre daha kalındır.

Karın ve diyafram bölgesi kalın olabilir.

Boyun veya sırt bölgesi vücudun diğer bölümlerine göre daha kalın olabilir. Omuzlar eğimlidir.

Kalça bölgesi vücuda göre daha ince ve düzdür.

3. Üçgen

Bel bölgesi kıvrımlı ve vücudun diğer bölgelerine göre daha incedir.

Kalçalar daha geniş, kıvrımlı ve yuvarlaktır.

Yüz bölgesi ve üst beden, alt bedene göre daha incedir.

Vücudun en geniş bölgesi ise basen bölgesidir.

4. Ters üçgen

Omuzlar, kalça ve alt bedene göre fark edilebilir şekilde geniştir.

Kalçalar ve basen bölgesi vücudun geri kalanına göre daha incedir.

Bel bölgesi düz veya geniştir.

Omuzlar daha kaslı ve düzdür.

Üst beden ve göğüs kafesi daha geniş ve yuvarlaktır.

5. Kum saati

Büst ve kalçalar hemen hemen aynı orandadır.

Bel çevresi fark edilebilir şekilde omuzlardan ve kalça bölgesinden ince, kıvrımlı ve oyuktur.

Omuzlar kare şeklinde ve köşelidir.

Vücudun genel görünümü kum saatini andırır.

Kalça ve basen bölgesinin daha kaslı ve kalın bir görüntüsü olabilir.

6. Sekiz (8) şekli

Omuzlar ve kalçalar daha yuvarlak ve hemen hemen aynı oranlardadır.

Göğüs kafesi dardır.

Basen bölgesi kıvrımlı, mide ve karın bölgesi yuvarlaktır.

İdeal Vücut Tipi

Kadınlar için ideal vücut tipi kum saati görüntüsüdür.

"Peki, bunu yakalamak için neler yapmalıyız" derseniz hemen anlatayım.

Aşağıdaki maddelerden hangileri sizin için gerekliyse onu uygulayabilirsiniz

1. Omuzlar ve kalçalar arasında dengeleme yapmamız gerekir.
2. Bel bölgesini ortaya çıkarmak önemlidir. Kimilerimizde bu bölge daha ince ve oyuktur, fakat değilse bu bölgeyi bir kemer yardımıyla, yani küçük bir hileyle, daha ince gösterebiliriz.
3. Üst ve alt bedeni aynı oranlarda dengelememiz gerekir.
4. Kalça bölgesini daraltmamız, ince görünmemizde yardımcı olabilir.
5. Omuzları ve üst bedeni daha geniş göstermeye çalışabiliriz.

VÜCUT ŞEKİLLERİNE GÖRE GİYİM ÖNERİLERİ

DİKDÖRTGEN VÜCUTLAR

Bunları yapın:

- ✓ Akışkan kumaşlar giyin, daha rahat hareket edebileceğiniz kumaşlar tercih edin.
- ✓ Tek sıra düğmeli ceket ve paltoları tercih edin. Kıvrımları koruyun.
- ✓ Belinizi ve kıvrımlarınızı ortaya çıkaracak kesimli ceketleri kullanabilirsiniz.

△ Bunları yapmayın:

- Çok kalın kemerleri tercih etmeyin.
- Düz kesimli ceketleri tercih etmeyin.

OVAL VÜCUTLULAR

Bunları yapın:

✓ Omuzları şekillendirmek için vatka kullanın.

✓ Boyuna çizgili gömlek veya bluzları tercih edin.

✓ Boru paça pantolonları tercih edin.

✓ Kolları daha dar kesimli gömlekleri kullanın.

✓ Üzerinize oturan bluzları tercih edin, bel bölgesini ince gösteren kesimli olanlar sizin için idealdir.

△ Bunları yapmayın:

- Kalın kemerler kullanmayın.
- Düz kesimli elbiselerden uzak durun.

- Bluzlarınızı etek ya da pantolonlarınızın içine sokmayın.
- Enine çizgili desenli kıyafetlerden uzak durun. Bu tarz kıyafetler sizi olduğunuzdan geniş gösterecektir.

ÜÇGEN VÜCUTLULAR

Bunları yapın:

✓ Üst beden için daha açık renkler, alt bölüm için ise daha koyu renkler tercih edin.

✓ Üst beden için üst üste kıyafetler tercih edebilirsiniz.

✓ Vatka kullanabilirsiniz.

✓ Üst beden için tercih edeceğiniz kıyafetler için desenli dokulu kumaşları seçin.

✓ Bluz ve gömleklerde küçük ayrıntılar olmasına dikkat edin.

△ Bunları yapmayın:

- Üst kısma giydiğiniz dar bir kıyafetle, dar etekleri kombine etmeyin.

- Şalvar pantolon, yani harem pantolonları tercih etmeyin, çünkü kalçanızı olduğundan büyük gösterecektir.

TERS ÜÇGEN VÜCUTLULAR

Bunları yapın:

✓ Üst beden için koyu renkleri tercih edin.

✓ Alt beden için açık renkleri tercih etmeniz daha dengeleyici olacaktır.

✓ Alt bedeni dengelemek için yüksek belli ya da İspanyol paça olarak tabir ettiğimiz pantolonları tercih edebilirsiniz.

✓ Desenli veya baskılı etek ya da pantolonları tercih edebilirsiniz.

△ Bunları yapmayın:

- Kayık yaka bluzları tercih etmeyin.
- Vatkalardan uzak durun, çünkü omuzlarınızı daha geniş gösterecektir.
- Enine çizgili desenleri tercih etmeyin.
- Üst bedeninizi olduğundan daha geniş gösterecek kıyafet ve aksesuarlardan uzak durun.

KUM SAATİ VÜCUTLULAR

Kum saati diye tabir ettiğimiz vücut şekli ideal vücut şekli olduğu için kamufle etmek yerine kıvrımları ortaya çıkarmayı tercih etmeliyiz.

Bunları yapın:

- ✓ Bel çizginizi göstermek için kemer kullanabilirsiniz.
- ✓ Drapeli ve daha soft kumaşları tercih edebilirsiniz.
- ✓ Ceket tercih ederken bel kesimi olanları tercih edebilirsiniz.

△ Bunları yapmayın:

- Kalın ve sert kumaşları tercih etmeyin.
- Düz kesimli elbise ve ceketleri tercih etmeyin, çünkü amaç vücut siluetinizi ve kıvrımlarınızı ortaya çıkarmaktır.

SEKİZ ŞEKLİ VÜCUTLULAR

Bunları yapın:

✓ Vücut şeklinizi ortaya çıkaran ve drapeli kumaşları tercih edin.

✓ Düşük belli etek ve pantolonları azaltın.

△ Bunları yapmayın:

- Yüksek belli etek ve pantolonları tercih etmeyin.
- Pantolonunuzun içine bluzları sokmayın, çünkü göbek bölgenizi olduğundan daha kalın gösterecektir.

ERKEKLER İÇİN RENK VE STİL ÖNERİLERİ

Beylerin işe başlamadan önce kıyafetlerinde ağırlıklı olarak tercih edebilecekleri renkleri belirlemeleri gerekir.

Yüzü, kulakları, dudakları, parmakların iç kısımlarını ya da el bileğinizin iç kısmını analiz ederek tercih etmeniz gereken renklerin sıcak mı, yoksa soğuk mu olduğunu belirleyebilirsiniz.

Yaptığınız analiz sonucu ortaya çıkan renk pembe ya da hafif morumsu ise soğuk renkler size yakışacak demektir.

Eğer analiziniz sonucunda karamel, açık kahve, fildişi, krem rengi tonları ağırlıklıysa size yakışan renkler sıcak tonlardır.

Elbette ki bazı istisnalar olabilir. Bazı insanların yüzleri ve vücutları için farklı tonlar uygun olabilir.

Hangi renk tonunun daha uygun olduğuna karar vermek profesyonel olmayanlar için pek kolay değildir.

Bazı durumlarda sıcak ve soğuk renkleri karıştırmak gerekebilir. Böyle durumlarda, en doğru tonların hangisi olduğu konusunda en doğru kararı imaj danışmanınız verecektir.

ERKEKLER İÇİN BEDEN TİPLERİ

Dikdörtgen

Bu tip vücutlar daha düzdür.

Bel kıvrımı az bazen de hiç yoktur. Kalçalar daha geniştir. Göğüs kafesi de geniştir. Omuzlar kalçalara göre daha dardır.

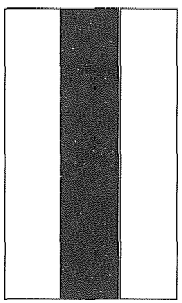
Üçgen

Omuzlar dar ve eğimlidir. Bel kalındır. Alt karın daha kalın ve çıkıntılıdır. Üst beden alt bedene göre vücudun daha ince bölümüdür.

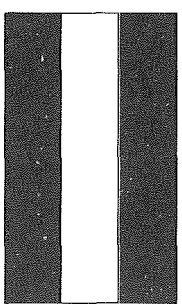
Ters Üçgen

Omuzlar gözle görülür oranda kalçalardan geniştir. Kalçalar ve bel bölgesi omuzlardan daha dardır. Genellikle omuzlar kaslıdır.

KISA BOYLU ERKEKLER İÇİN



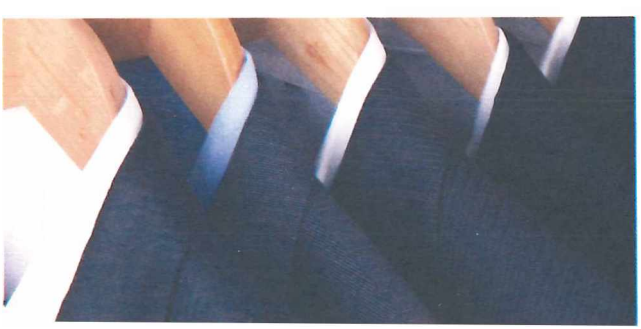
- Çizgili takım seçilecekse çizgileri ince olan takımları tercih etmelerini öneririm.
- Koyu renk pantolonları tercih etmek bedeninizi daha uzun göstereceklerdir.
- Pantolon, çorap ve ayakkabı tonlarının aynı olmasına dikkat etmelisiniz.



- Pantolon boyunuzun size uygun olmalıdır. Yani ayakkabınızın ön tarafını kapladığından emin olun.
- Pantolonlarınızın bel kısmının dar olmasına dikkat edin.
- Kemerinizle bel kısmının aynı renkte, en azından aynı tonlarda olduğundan emin olun.
- Gömleğinizin kol boyu ile ceket boyunuzun birbirine orantılı olduğundan emin olun.
- Genel olarak tüm erkekler için doğru takımı seçmek gerçekten çok önemlidir.

UZUN BOYLU ERKEKLER İÇİN

- Yatay desenli, tüvit kumaşlı takımları tercih edebilirler.
- Ayrıca hafif yünlü takımlarla güzel bir görüntüye sahip olabilirsiniz.
- Çok dar kumaşlardan ve takımlardan uzak durun.
- Tek sıra düğmeli ve iki sıra düğmeli ceketler tercih edilebilir. Eğer ihtiyaç duyuyorsanız vatkayla destekleyebilirsiniz de.
- Kravat seçerken çapraz desenli olanlar iyi bir çözüm olabilir.
- Uzun boynunuz varsa yüksek yakalı gömlekleri tercih edebilirsiniz.
- Empirme kumaşlı olanları tercih edin.
- Düşük ve yuvarlak omuzlarınız varsa dökümlü yumuşak kumaşlardan uzak durun.
- Beyler! Yeni alacağınız takım elbiseleri denerken oturun, sanki araba kullanıyormuş gibi kollarınızı öne uzatın, hareket edin.
- Kravatınız kemer tokanızı kapatacak şekilde olmalıdır.



KADINLAR İÇİN RENK VE STİL ÖNERİLERİ

Geniş Omuzlu ve Üst Bedeni Geniş Kadınlara Öneriler

İç çamaşırı

Öncellikle iç çamaşırınızın sizin için uygun olduğundan emin olmalısınız.

Göğüsleriniz büyük olabilir. Artık iç çamaşırı satan mağazalarda satış danışmanları göğüs bölgenizi ölçerek size en uygun bedeni bulmanıza yardım ediyor.

Değişik bedenlerde çok çeşitli tarzda sütyen bulma fırsatınız var.

Bluz

Üst bedeniniz geniş olduğundan dikkat çekmek istediğimiz yer üst beden değildir.

Daha düz renkleri tercih edebilirsiniz. V yaka bluzlar sizin için uygun olacaktır.

Ceket

Tek sıra düğmeli ceketler sizin için uygundur.

Kısa ceketlerden, üstünüze tamamen oturan ceketlerden, vatkalardan ve bolerolardan uzak durunuz.

Etek ve Pantolon

Üst bedeninizle alt bedeninizi dengelemek için nasıl bir etek ve pantolon giymeniz gerektiğini iyi bilmeniz gerekir.

Kumaşlar

Vücudunuza uygun giyinmek için size uygun olan kumaşları da iyi bilmeniz gerekir.

Yün, ipek, ipek karışımı, suni ipekli kumaşları, pamuklu ve gabardin kumaşları tercih edebilirsiniz.

Mücevher

Uzun dökümlü kolyelerden ve zincirlerden uzak durun.

Kemer

Kemer kullanacaksanız ince kemerleri tercih edin.

Saç

Orta ve kısa kesimli saçlar sizin için daha uygun olacaktır.

Çok uzun ve kıvırcık saç stillerinden uzak durmalısınız.

Yüksek ve Geniş Kalçalı Kadınlara Öneriler

Geniş pensli elbiseleri tercih edebilirsiniz.

Çan şeklindeki eteklerden uzak durun. İnce ve akışkan kumaşları tercih edin. Jarse ve penye gibi kumaşlar uygun olabilir.

Göbek Bölgesi Geniş Kadınlara Öneriler

Giyeceğiniz üstlerde uzun tunikleri tercih ederseniz, bu bölgeyi kamufle edebilirsiniz.

Daha düz kumaşları tercih edin.

Üst Bedeni Uzun Kadınlara Öneriler

Amaç üst bedenle alt beden arasında denge sağlamak olduğundan, bu beden tiplerinde alt bedeni uzatarak düzgün orantıyı yakalayabilirsiniz.

Kemer

Kemerlerinizin kalın ve geniş olması sizin için uygun olacaktır.

Bluz veya gömlekleri etek ya da pantolonunuzun içine iliştirebilirsiniz.

Ceket

Üzerinize oturan, tek sıra düğmeli ceketleri tercih edebilirsiniz.

Orta uzunluktaki ceket ve hırkalar uygun olur.

Elbise ve Etek

Gömlek şeklindeki elbiseleri ve çan etekleri tercih edin.

Düşük belli elbiselerden uzak durun. Yüksek belli elbiseler daha uygun olacaktır.

Üst Bedeni Kısa Kadınlara Öneriler

Elbise

Tek parça elbiseler sizin için çok uygundur. Yüksek belli elbiselerden uzak durun.

Ceket

Blazer ceketler ve tek düğmeli ceketler uygun olacaktır. Yuvarlak kesimli ceketlerden uzak durun.

Etek ve Pantolon

Yüksek belli pantolon ve etekleri tercih edin.

Bluz ve Süveter

Straplez bluzlardan uzak durun.

Düz ve sade bluzları ve süveterleri tercih edin. Hâkim yaka ve smokin yaka gömlekleri tercih edebilirsiniz.

Üst Üste Giyinmek

Bedeninizi daha uzun göstermek için bir çözümdür.

Ayrıca son yıllarda çok trend olmuş bir seçenektir.

Kemer

Üstünüze giydiğiniz bluz ya da gömlekle aynı tonlarda kemer tercih edin.

Aksesuarlar

Tek düğmeli ceketinizin içine V yaka bir tişört tercih edebilirsiniz.

Saç Stili

Eğer yüzünüz uygunsa kabarık saç modelleri kullanabilirsiniz.

Uzun saç modelleri gözlerinizi aşağı doğru çekik göstereceğinden kısa saç modellerini tercih edin.

Yüksek topuzlar sizin için uygun olacaktır.

Bacaklara Öneriler

Bacaklarımızla ilgili ufak detayları bilmenin işimize çok yaracağına emin olabilirsiniz.

KISA BACAK

Bacak boyunuzu daha uzun göstermek için topuklu ayakkabı giyin.

Karın bölgenizi kapatan bluz ve tunikler, bacak boyunuzu daha uzun gösterecektir.

Pantolon

Düz, klasik kesimli, üzerinde çok detay ve cebi olmayan pantolonları tercih edin.

Bermuda şortlardan uzak durun.

Ayakkabılar

Gün içinde alçak ve orta yükseklikteki topuklu ayakkabıları tercih edin.

Akşamları yüksek topuklu ayakkabılar daha uygun olacaktır.

UZUN ALT BACAKLAR

Diz boyunda veya dizinizden biraz daha kısa etekleri tercih edebilirsiniz.

KISA ALT BACAKLAR

Daha kadınsı ayakkabılarla dizden kısa etekleri ya da ayağınızın üst kısmını da kapatacak pantolonları tercih edebilirsiniz.

KISA ÜST BACAKLAR

Diz boyu veya dizden kısa etekleri kalça üzerinde biten kısa üstlerle kombinleyin.

KALIN BACAK VEYA BİLEKLER

Kalın bacaklar için uzun etekler uygundur.

Eğer diz boyu etek giyecekseniz de koyu renk çorap giyin.

Yüksek topuklu ayakkabılarla kombinleyin.

Bilekten bağlanan yüksek topuklu ayakkabılardan uzak durun.

Kalın bilekliyseniz özellikle feminen botlardan uzak durun.



GARDIROP PLANLAMA

Kimi zaman hepimizin organize etmekte zorlandığı gardırobumuz, alıp da kullanmadığımız birçok giysiyle doludur.

Çünkü gerçekte neye ihtiyacımız olduğunu bilmeden, bilinçsiz bir şekilde alışveriş yaparız.

Buna yol açan birçok neden vardır. Kadınlar olarak, özellikle moralimiz bozuk olduğunda moralimizi düzeltmek için yapacağımız alışverişle kendimizi iyi hissedeceğimizi zannederiz.

Bazen de reklamlar ve medyanın etkisiyle, örneğin modaya uymak için kendimizi alışveriş yapmaya zorunlu hissederiz.

Aslında alıp da kullanmadığımız giysiler gereksiz para harcamaktan, gardırobumuzda yer işgal etmekten ve enerji kaybından başka bir işe yaramaz.

Gardırop planlamaya geçmeden önce kıyafetlerinizi gözden geçirmenizi öneririm. Eski kıyafetlerinizi

bir yardım kuruluşuna, ihtiyacı olan yakınlarınıza verebilir veya ikinci el dükkânlarına satabilirsiniz. Seçim size kalmış.

Kıyafetlerinizi ayırırken son altı ay hiç giymediğiniz kıyafetlerinizi kesinlikle ayırmanızı tavsiye ederim. Süreci altı ay olarak belirleyin.

Eski kıyafetlerinizi ayırdığınızda dolabınızda nelerinizin fazla, nelerinizin eksik olduğunu daha net anlayacaksınız.

Birkaç kilo vereceğim ve bu pantolonun içine gireceğim diyerek kendinize bir enerji blokajı yaratmayın. Bu yüzden kilo verebilecek olsanız da veremezsiniz.

Üzerinize olmayan bütün kıyafetleri ihtiyaç sahiplerine verin. İnanın, bunu yaptığınızda kendinizi çok daha huzurlu hissedeceksiniz.

Eski kıyafetlerinizi ayırdığınız ve düzenlediğinizde hayatınızda birçok değişiklik olmaya başlayacaktır.

İmaj danışmanlığı yaptığım dostlarıma ilk olarak gardıroplarını gözden geçirmelerini öneriyorum.

Ne alaka dediğinizi duyar gibiyim. Nedenini hemen açıklayım: Gardırobunuzu düzenleyerek, kıyafetlerinizi tasfiye ederek bazı enerji boşlukları yaratacaksınız ve evren bu boşlukları dolduracaktır. Çekim yasasıdır bu.

Evren boşluğu sevmez! Düğmesi dikilecek bir gömleğiniz varsa bunu ertelemeyin, hemen dikin.

Dikilecek gömleğinizin aklınızı kurcalamasını engelleyin, enerjinizi böyle önemsiz şeyler için harcamayın.

Böylelikle hayatınızda asıl odaklanmanız gereken konular için enerji ve zamanınız kalacaktır.

KIYAFETLERİNİZİ NASIL KATEGORİLEŞTİRECEKSİNİZ?

Takım oyuncuları

Bluzlarınız, gömlekleriniz ve tişörtlerinizle pantolon ve eteklerinizi eğlenceli bir şekilde kombine edin. Bazen de oluşturduğunuz kapsülleri yeni kombinasyonlar oluşturmak için kullanın.

Kombinasyonlarınızı oluştururken renk tonlarını ve aynı dokudaki kumaşları birlikte kullanın.

Vurgulamak istediğiniz öğeyi ön plana çıkarın, diğer öğeyi geri plana çekin.

Böylelikle kıyafetinizde/giyiminizde denge sağlamış olacaksınız.

Emektar dostlar

Yatırım gardırobu için aldığımız parçalar bizim için önemlidir. En az bir palto, bir trençkot ve sunum yaparken ya da iş görüşmesi sırasında giyeceğimiz son derece kaliteli bir takım elbisemiz olmalıdır.

Bunlar için çok para harcamış olsak bile uzun vadeli olarak baktığımızda –düzgün kullanırsak- daha tasarruflu olduğunu göreceksiniz. Ayrıca bu parçalar yatırım gardırobumuzun temelini oluşturacak.

Vazgeçilmezler

Bazı kıyafetler her zaman birlikte giyilir:

Etek-ceket takımlar kadınlar için vazgeçilmezdir. İlk sırada her zaman etek ceket takımlar vardır. Elbiseler sonra gelir.

Basitçe Gardırop Planlama

Gardırop planlama günlük hazırlığınızı hızlandırmak ve pratik bir düzene sokmak için bir hayli önemlidir. En kolay, en sade ve en pratik şekilde doğru gardırop planlamaya başlamadan önce kendinize şu soruları sorun:

1. Bütçem ne kadar?

"Ne kadar para harcayabilirim" sorusunu kendinize işin en başından sorarsanız planınızı da buna uygun yapmış olursunuz. İnanın gerçekten istiyorsanız az bütçeyle de başarılı bir gardırop planlaması yapabilirsiniz.

2. Nerede yaşıyorum?

Yaşadığınız yerin iklim şartları ve sosyo-kültürel koşulları nedir? Büyük bir şehirde mi, yoksa küçük bir kasabada mı yaşıyorsunuz?

Bu soruların cevabı, gardırop hazırlarken size büyük kolaylık sağlayacaktır.

3. Sosyal aktivitelerim ve hobilerim neler?

Çalışıyor musunuz? Çalıyorsanız hangi sektörde? Hobileriniz var mı? Sosyal misiniz, yoksa daha sakin bir yaşantı mı tercih ediyorsunuz?

Ne tarz bir gardırop oluşturmanız gerektiği konusunda kararsızsanız öncelikle bunları belirleyin.



4. Moda kimliğim nasıl?

Tarzınız kadınsı mı, sportif mi, yoksa sade mi?

ÇALIŞAN KADINLAR İÇİN BASİT BİR GARDIROP FORMÜLÜ

Çalışan kadınlar için giyecek seçimi zordur. Fakat endişelenmeyin, mevsimsel değişikliklere göre kumaş ve renk değişiklikleri yapmak sizi doğru kombinlere ulaştıracaktır.

İş için gardırop planı

- 2 adet takım elbise
- 6 adet üst (bluz, hırka, süveter)
- 2 adet gündüz elbisesi
- 2 adet etek (sahip olduğunuz üstlerle kombinleyebileceğiniz tarzda)
- 1 adet palto/pardesü

Öğle

Yoğunluk sebebiyle iş hayatınız ve sosyal hayatınız birbirine karışabilir. Örneğin öğle arası iş dışından

arkadaşlarınızla bir yemek organize ettiniz. Yanlarına kendinizi rahat hissettiğiniz bir şekilde gitmek istiyorsunuz, ama iş yerinizdeki giyim tarzınızla buna izin vermiyor.

Öğlen bir randevunuz varsa yanınızda kıyafetinizi tamamlayacak aksesuarlar kullanın. İnci bir kolye gibi ya da yanınızda taşıyacağınız farklı tarzda ekstra bir çanta ile imajınızı değiştirebilirsiniz.

İşten sonra

Akşam yemeği ve kokteyl elbisesi olarak adlandırdığımız kıyafetler uygun olacaktır. Akşam için uygun bir takım elbise veya şık bir elbise (triko, dantel, krep döşin kumaşlarından) işinizi görecektir.

Evde

Ev, her insan için huzur anlamına gelmelidir. Günlük koşuşturmacadan uzaklaşmak ve kendinizi mutlu hissetmek için öncelikle rahat edebileceğiniz tarzda giyinmeniz gerektiğini söyleyebilirim. Güzel ve rahat edebileceğiniz penye veya pamuklu ev elbiseleri hem rahatlık hem de şıklık bakımından idealdir. Özellikle evliyseniz evdeki giyiminize ekstra dikkat edin. Evli değilseniz de özsaygınızı yitirmemek için özenli giyinmekte her zaman fayda olduğunu söyleyebilirim.

EV KADINLARI İÇİN

Sabah (ailece kahvaltı sırasında – aile fertleri işe veya okula giderken)

Ev kadını olmanın zor işlerden biri olduğunu artık neredeyse herkes kabul etti. Bu zorlu mesaide her zaman öyle hissetmeseniz bile özenli giyinmekte fayda var. Sabahları giymek için beş adet kıyafet yeterli olacaktır. Sade pantolonlar, triko hırkalar veya tişörtler tercih edilebilir.

Market alışverişi için

Üç adet sade ev kıyafeti, etek, bluz ya da pantolonlar, spor kıyafetler işinizi görecektir.

Mağazalardan alışveriş için

Mağazaya giderken evdekinden ya da markete giderkenki halinizden daha özenli giyinmeniz gerekir. Etekler, süveterler, üç adet sportif görünümlü etek-ceket veya etek-pantolon takım yeterli olacaktır. Ayrıca bu kıyafetleri öğlen yemeği için de kullanabilirsiniz.

Yemekler

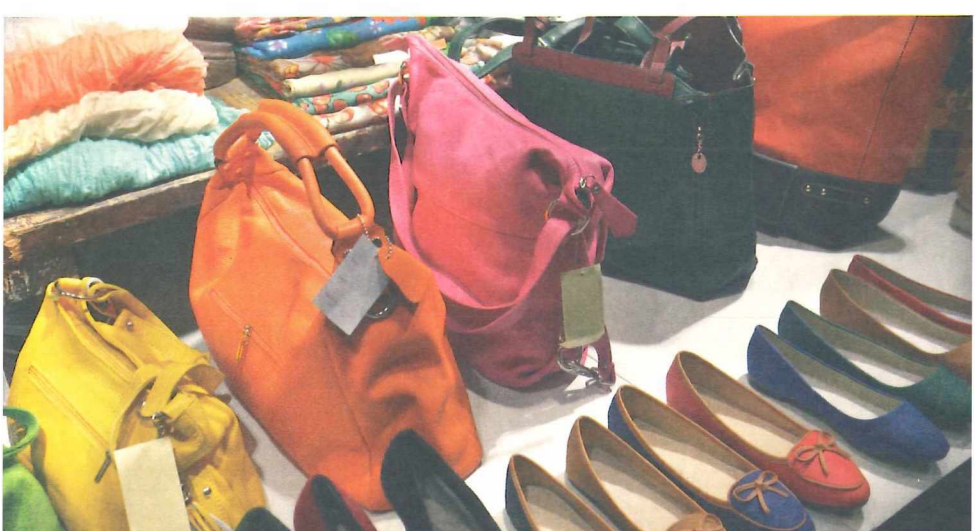
Arkadaşlarla buluşma için üç adet elbise ya da etek; daha resmi buluşmalar ya da öğleden sonra

ev toplantıları için ise kokteyl elbisesi tarzında elbiseler yardımcınız olacaktır.

Akşam yemeği davetleri için resmi değilse diz boylarındaki elbiseler ideal olacaktır. Resmi yemeklerde ise mutlaka uzun elbiseler ve önü kapalı ayakkabılar tercih edin. Bu tip kıyafetler her zaman daha uygundur.

Aksesuar seçimleri için önceki bölümlerde de belirttiğim gibi mutlaka renk analizi ve vücut analizi yapılmalı, bunlar doğrultusunda ve yaşayış biçiminize bakarak kıyafetinizi tamamlayacak doğrultuda seçimler yapılmalıdır.

Kimse ne kadar aksesuarınızın olacağına karar veremez. Bu aşamada önemli olan karşınızdaki insanların gözünü yormamaktır. Çok fazla aksesuar kullanmak doğal güzelliğinizin önüne geçer ve iletişiminizi olumsuz yönde etkiler.



NASIL "MIX MATCH" YAPACAĞIZ?

Mix match dediğimiz şey parçaları değiştirip başka parçalarla kullanmaktır. Türkiye'de mix match modası ilk olarak bikinilerle hayatımıza girdi.

Burada önemli olan, zevkli bir şekilde doğru ve yaratıcı birçok farklı kombinasyon yaratmaktır. Böylelikle daha çok kıyafetimiz var gibi görünür.

Örneğin beğendiğiniz, iyi bir kumaşı olan ceketinizi, buna uyacak birkaç etek ve pantolonla kombinleyerek birkaç şık takım elde edebilirsiniz.

Böylelikle sahip olduğunuz parçalarla daha fazla kıyafete sahip olacaksınız.

1. Renk Şeması

Oluşturduğunuz kombinasyonların birbirlerine olan uygunluklarına ve size yakışıp yakışmadığına karar verin ve bunu yaparken dürüst olun. Eminim ki

size neyin yakışıp yakışmayacağına en iyi şekilde karar vereceksiniz.

2. Stiller

Çok spor bir gömlekle çok şık ve klasik bir pantolonu kombinleme gibi değişik denemeler kimi zaman hoş bir uyum yakalayabilir. Ama dediğim gibi "kimi zaman"... Böyle denemeler için işi şansa bırakmayıp, göz zevkinin iyi olduğunu düşündüğünüz birilerine sormanızı tavsiye ederim!

3. Kumaş

Kumaşlara dokunarak dokuların ve baskıların birbirlerine uygun olup olmadığına karar verin. Unutmayın, kumaşın kalitesi kıyafeti her zaman daha kaliteli gösterir, bu yüzden kalitesiz kumaşlardan uzak durun. Böylelikle aldığınız parçaları bir sezondan fazla kullanabilirsiniz.

4. Aksesuarlar

Aksesuar seçimi yaparken kullanılan malzemenin kalitesinden emin olun. Ucuz bir görüntüden uzak durun. Az aksesuar her zaman daha sade ve zarif bir görüntü yakalamanıza yardımcı olacaktır.

YATIRIM GARDIROBU

İngiltere'ye yeni gelmiştim ve oldukça heyecanlıydım. Bavulumu henüz açmıştım ve London Image Institute'e gidecektim. İmaj danışmanlığı eğitimine yeni başlayacak olmanın mutluluğunu yaşıyordum. Ne giyeceğime karar vermeye çalışıyordum, fakat karar vermekte zorlanıyordum. Evdeki gardırobumun değerini o zaman daha iyi anlamıştım.

Yatırım gardırobu oluşturmak gerçekten çok önemlidir. Uzun vadede tasarruf yapmanızı sağlar. Fakat parçaları seçerken dikkatli olmanız gerekir.

Uzun süre kullanmak istediğiniz parçaların kumaşları kaliteli olmalı ki bir iki sezondan fazla kullanabilin.



Kadınların mutlaka en az bir iki tane kaliteli kumaştan, klasik kesim siyah elbisesi olmalıdır. Farklı modellerde ya da uzunluklardaki birkaç siyah kıyafet her zaman acil durumlar için ideal bir çözüm olur.

Sade ve zarif olmak için siyah elbisenizi aksesuar olarak inciyle kombinlerseniz birçok farklı opsiyonda kullanabilirsiniz.

Beyler için en az üç adet çok iyi takımın olmasını önermekteyim. İmaj danışmanı olarak kıyafetlerde pahalılık kavramı bizim için sizlerden çok farklıdır. Bir kıyafetin fiyatına bakarken o kıyafeti ne sıklıkta kullanacağınızla ilgileniriz. Ayrıca bu doğrultuda işinizin ve sorumluluğunuzun ne olduğuyla da ilgileniriz.

Bu verilere göre takımın pahalı mı, yoksa ucuz mu olduğuna karar veririz.

Kıyafetleri, takımları, ayakkabıları ve aksesuarları daha uzun süre kullanmak için bakımlarını yapmak gerekir. Örneğin kuru temizleme, ayakkabı boyama-bakımı ve yıkama talimatları gibi uygulamalara dikkat ettiğinizde emin olun ki eşyalarınızı daha uzun süre kullanabilirsiniz.

TELEVİZYON DÜNYASINDA ÇALIŞAN OKUYUCULARIMA ÖNERİLER

Televizyon dünyasını zor yapan şeylerden biri de hata kabul etmemesidir. Özellikle görüntünüze çok dikkat etmelisiniz, çünkü sizi izleyen milyonlarca kişi buna dikkat edeceğinden emin olabilirsiniz.

Öncellikle giyeceğiniz kıyafet önerilerinden başlamak istiyorum.

1. Kıyafet Seçimi

Eğer bir program sunuyor ya da bir programa katılacaksanız yanınıza bir tane de yedek kıyafet almayı ihmal etmeyin. Yedek kıyafetiniz sayesinde olası aksiliklere karşı kendinizi güvende hissedecek ve şartlara göre ortaya çıkabilecek son dakika değişikliklerine hazırlıklı olacaksınız.

- Sizin için özel olarak hazırlanmış parçalar elinizde mevcutsa, öncelikle bu parçaları kullanmanızı tavsiye ederim. Zira size özel olan bu giysiler, muhtemelen size en çok uyanlar olacaktır.
- Boynunuzu açıkta bırakın. Çok abartı olmayacak şekilde açık yaka tercih edin ve burayı çerçeveleyecek bir kolyeyi aksesuar olarak kullanın.
- Çok parlayan, metalik, transparan, çok ince veya çok kalın kumaşlardan uzak durun.
- Çok iri küpelerden, düğmelerden, iri kolyelerden uzak durun. Kısacası az, küçük ya da orta boy aksesuar kullanın.
- Parlaklıktan uzak durun. Kalın, yünlü kumaşlar televizyonda sizi olduğunuzdan en az 5 kilo fazla gösterecektir.
- Yoğun puantiyeli ve ekoseli desenleri tercih etmeyin.
- Sıcak tonları soğuk tonlara tercih edebilirsiniz.
- Fildişi ve krem renkler, buz beyazından ve siyahtan daha iyidir.
- Sarıp sarmalayan atkılardan kaçının.
- Yakası olan ceketleri tercih ederseniz yaka mikrofonu yerleştirmek daha kolay olacak ve iyi görünecektir.

- Elbise yerine etek ceket takımları tercih ederseniz, yine mikrofonunuzu yerleştirmek daha kolay olacaktır.



2. Makyaj

Küçük kusurlar kamera önünde büyüyerek karşınıza çıkabilir.

Hele ki düzenli olarak kamera karşısına geçiyorsanız, cildinize iyi bakmanız gerçekten büyük önem taşır.

- Düzenli olarak cilt bakımı yaptırmayı ihmal etmeyin. Çünkü televizyon makyajı, normal makyajdan daha ağır ve geçişi olmayan bir

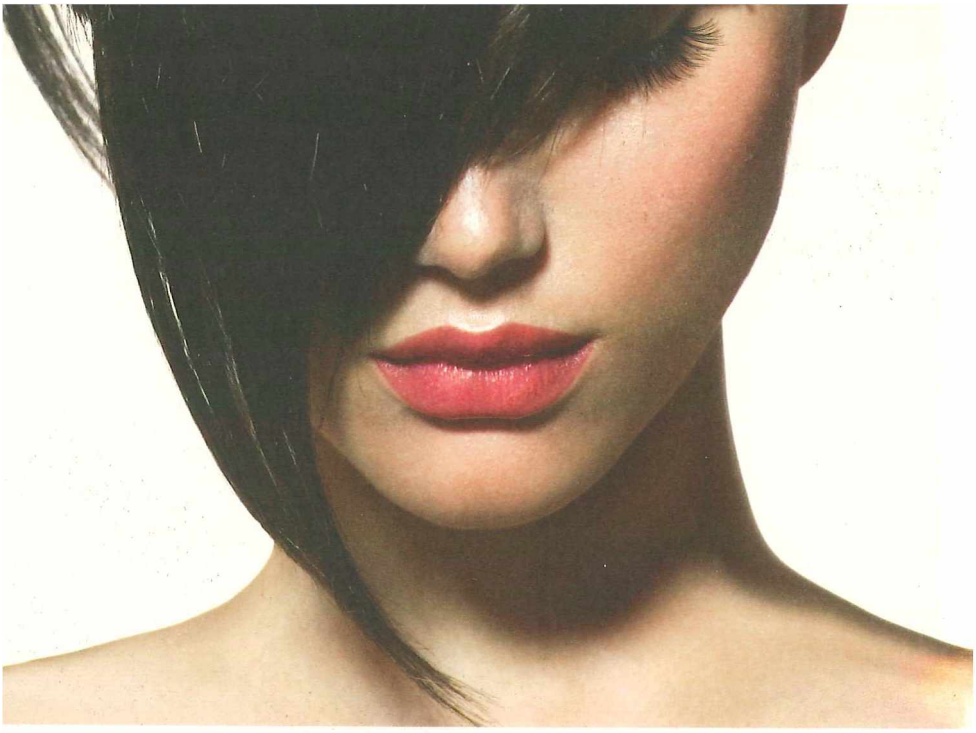
kamuflaj tekniğidir. Bu nedenle cildin hava alması pek kolay değildir.

- Sigara ve alkolden uzak durmanız, cildinizin gereğinden fazla kurumasını engelleyecektir.
- Göz farınızı seçerken doğal ve açık tonları tercih edin. Ayrıca allık tonlarında da cildinize yakın tonları tercih edin, çünkü kamera karşısında zaten olduğundan abartılı gözükecektir.
- Donuk ve koyu gölgeli makyajlardan uzak durun. Bu tür makyajlar genellikle cildinizi yaşlı ve yorgun gösterecektir.
- Eyeliner olarak da yumuşak kahve ve siyah tonlarını tercih edebilirsiniz.
- Kaş şeklinizin de yüzünüze uygunluğu çok önemlidir. Bu yüzden mutlaka bir uzmana danışın.
- Dudaklarınızı kalem yardımıyla netleştirin ve aynı tonlardaki rujlarla dudak makyajınızı tamamlayın.

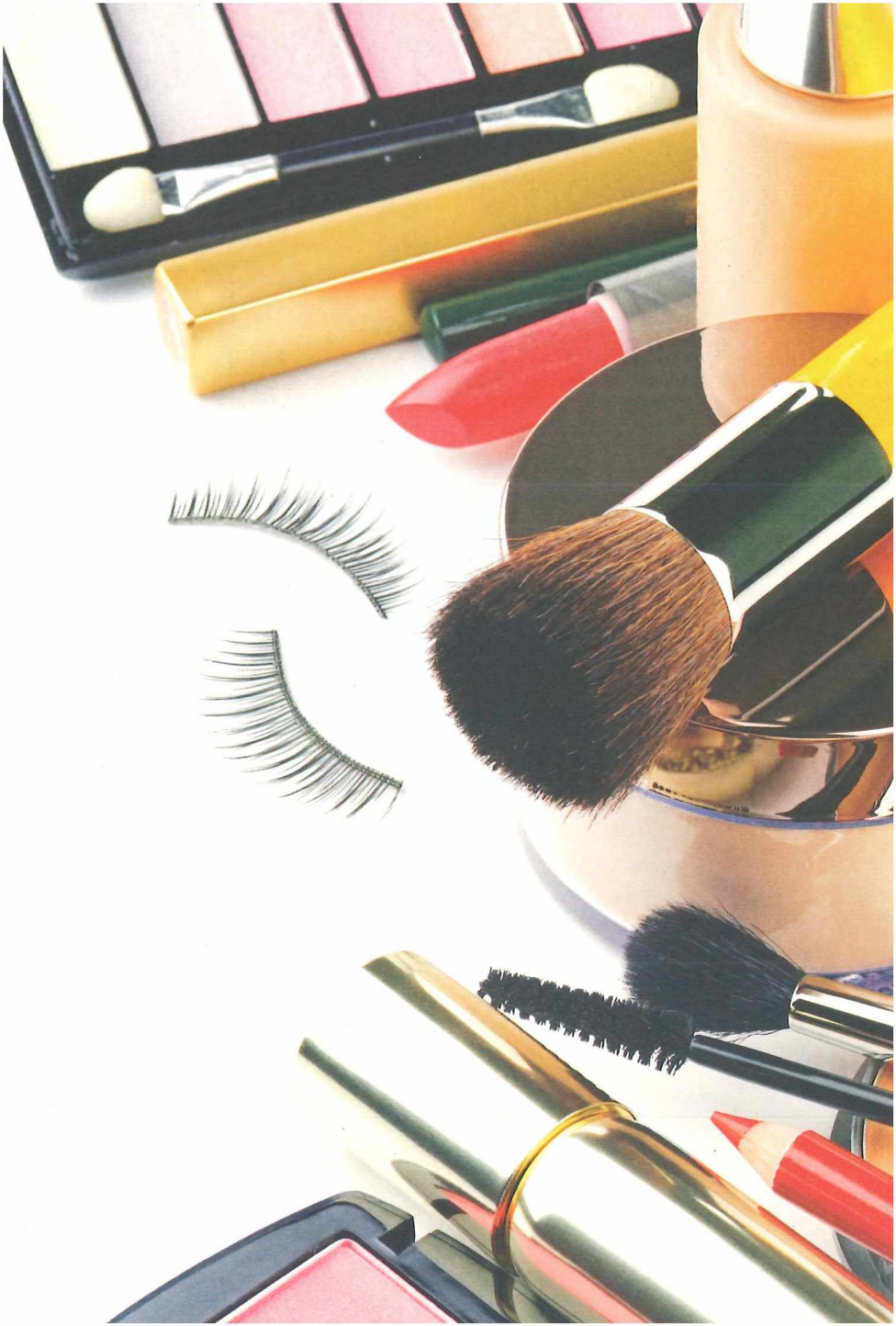
3. Saç

Saç stiliniz görünümünüzdeki önemli ayrıntılardandır.

- Saç stilinizin ve kesiminizin yüzünüze uygunluğuna dikkat edin.
- Yüzünüzün yarısını kapatan saç stillerinden uzak durun.



- Bakımı kolay olan modelleri tercih edin.
- Uzun saç modellerini tercih edin, daha hacimli modelleri seçin.
- Kamera önünde kısa saç modelleri görünmeyecektir.
- Yüzünüzü oval gösteren modelleri tercih edin.



DOĞRU MAKYAJIN ÖNEMİ VE SIRLARI

Altın Oran

Yüzümüzü üçe böleriz; her bölümü ortalama olarak 7 cm düşünürüz, hangi bölümün kısa ya da uzun olduğuna bakarız ve buna göre makyaj uygularız.

Unutmayın ki makyaj bir sanata ve matematiğe dayanır. Hem eğlenceli hem de sihirlidir. İyi bir makyaj sizi içinde bulunduğunuz kötü bir ruh halinden çıkarabilecek güce sahiptir. O yüzden makyajın değerini bilmek gerekir.

Günümüzde kimse görselliğin önemini inkâr edemez. İlk kez karşılaştığımız bir insanın görüntüsünden başka bir şey bilmeyiz ve bu insanı gördüğümüz şekliyle değerlendiririz. Bu yüzden de makyaj güç ve iktidar demektir.

Makyaj sanata dayanır, çünkü yetenek ve yaratıcılık gerektirir. Makyaj matematiğe dayanır, çünkü ölçüleri iyi bilmeniz gerekir. Zira her yüze aynı tipte makyaj yapamazsınız.

Makyaj pratiğe de dayanır, çünkü el marifeti ve çokça denemeyle bir hayli gelişir.

Makyaj gerçekten çok önemlidir. Doğru yapıldığında sizi bir yıldız gibi gösterebilir. Kötü yapıldığında da doğal güzelliğinizi bile alıp götürür ve tüm ışıltınızın bir anda sönmesine sebep olur. Bana göre makyajın makbulü "yokmuş gibi olanı"dır.



Yani çok renkten uzak durmalı, sadece yüzdeki kusurları kamufle edecek şekilde makyaj yapmalısınız. Tabii ki abartılı, gösterişli makyaj gereken zamanlar da vardır.

Fakat yine de sade makyajın sizi daha zarif göstereceğinden şüpheniz olmasın. Bundan yaklaşık on sene önce makyaj yaparken göz altlarına aydınlatıcıyı fazla kaçırmış kadınları sıkça görürdük. Artık daha bilinçli olduğumuzu düşünüyorum.

Modanın, her alanda olduğu gibi sizi makyajda da esir almasına izin vermeyin. Size yakışanı yapın. Zaten imaj danışmanlığındaki temel amaç da budur. Daima size yakışanı sunar.

Modadan ödünç aldığımızı unutmayın.

Mavili, yeşilli farlardan uzak durun.

Göz altına uygulanan mat beyaz yoğun aydınlatıcılardan kaçının. Bunlar sizi zarif göstermeyeceği gibi rüküş ve yorgun da gösterecektir.

Fazla rengin kullanılmasına gerek olmadığını unutmayın.

Göz içine uygulayacağınız beyaz göz kalemi gözlerinizi olduğundan daha büyük gösterir ve dikkat çeker.

Siyah göz kalemi göz çevresini çerçevelemek için kullanılır.

Fondöten öncesi "baz" sürmeyi ihmal etmeyin. Bu sayede hem makyajınız pürüzsüz görünür hem

de ultraviyole ışınlarına karşı korunmuş olursunuz. Ayrıca makyajınız da daha kalıcı olur.

Özellikle gündüz için bazen sadece bir göz makyajının da yeterli olacağını unutmayalım.

Fakat bazı meslek grupları çalışanlarının -bildiğiniz gibi- her zaman makyajlı olmaları gerekir. Onların bu bölümü iki kat dikkatle okumasını rica ediyorum.

Yoğun makyaj yapan hanımefendiler, kesinlikle cilt bakımınıza dikkat etmenizi öneriyorum.

Çünkü cildimiz bizler için gerçekten de çok önemlidir. Bütçenizin uygun olmadığını düşünüyorsanız, bunun için illa ki çok pahalı ürünleri tercih etmek zorunda değilsiniz.

Pekala hem kaliteli hem bütçeye uygun ürünler bulmak mümkün. Bunun için güzellik uzmanlarına danışabilirsiniz.

Öncellikle yüzü temizlemeye yarayan bir jel ya da köpük yardımıyla cilt temizliğinize başlayın. Hem sabah hem akşam mutlak suretle yüzünüzü temizleyin.

Her gün mutlaka kullanmaya dikkat etmemiz gereken diğer ürünler ise nemlendirici ve toniktir.

Haftada bir ya da iki kere yüzünüzün ihtiyacına bağlı olarak peeling'inizi yapmayı da ihmal etmeyin.

İmkanınız varsa ayda bir kez cilt bakımı yaptırabilirsiniz.

Ayrıca her gün yapacağınız 15-20 dakikalık yüz jimnastiğiyle hem yaşlanmanın önüne geçebilirsiniz hem de yüzünüzde oluşan lekeleri ve sivilceleri azaltabilirsiniz.

Yüzünüzde kan dolaşımının hızlanacağı bu yöntemle birlikte kendinize yatırım yapacaksınız. Önemli olan, istikrarlı bir şekilde devam etmektir.

Kullandığınız makyaj ürünlerinin "mineral bazlı" olmasına dikkat edin.

Ben buradan marka isimlerini söyleyemediğim için sizlere tavsiyem, ürünleri alırken lütfen bunu sorun.

Cildimize gerçekten de değer vermeniz gerektiğini unutmayın.

Renklerle ilgili bölümü hatırlarsınız... Bu konu makyaj yaparken de çok işinize yarayacaktır. Size uygun renkleri tespit edin ve bu renkleri kullanarak makyaj yapın.

Makyaj yaparken dudaklarınızı ya da gözlerinizi öne çıkararak etkileyici ve uyumlu bir görünüme sahip olabilirsiniz. Bunun için ön plana çıkarmaya çalıştığınız bölgede daha canlı renkler kullanırken, diğer bölgeye ise daha sade bir makyaj uygulayın.

Fondöten, pudra ve allık seçimini doğru yapmak gerçekten çok önemlidir. Eminim siz de yanlış makyaj yüzünden yüzüyle boynu arasında ton farkı olan birilerini görmüşsünüzdür.

Bu görüntü sağlıklı ve doğal değildir.

Bu yüzden kendi ten renginize yakın tonları tercih etmeye özen gösterin.



ADIM ADIM MAKYAJIN ÖNCESİ VE SONRASI

1. Temizleme jeli

Makyaj yapmadan önce mutlaka işe cildinizi temizleyerek başlayın.

2. Temizleme toniği

Cildinizi temizleme toniğiyle temizleyin, ölü cildi arındırın. Tonik seçimi yaparken -eğer cildiniz çok yağlı değilse- alkol içermeyen ürünleri tercih edin, aksi takdirde cildiniz çok fazla kuruyabilir.

3. Nemlendirici

Yüzünüzü temizledikten sonra mutlaka nemlendirici kullanın. Bu uygulama cildinizi fondöten için hazırlar ve makyajınızın kalıcılığını artırır.

Cildinizin nem dengesi korunarak kuruması engellenir ve elastikiyet korunmuş olur.

4. Gözaltı kapatıcısı

Gözaltı kapatıcısı, koyu gözaltı halkalarını ve lekelerini kapatır. Yalnız daha önce de bahsettiğim gibi ten renginize uygun rengi uygulamak büyük önem taşır. Gözaltı kapatıcısında aşırı beyaz renklerden kaçının.

5. Fondöten

Elbette ki tüm makyaj malzemelerinin büyük önemi var. Fakat fondöten seçimi gerçekten makyajınızın kalitesini etkileyen ilk etkenler arasında. Bu yüzden de doğru ürün seçimi büyük önem taşır.

Yaz ve kış olmak üzere iki fondöten seçimi yapabilirsiniz. Çünkü yazın genellikle daha bronz olan ten için koyu tonlarda fondöten uygulanması gerekebilir.

Fondöten sürerken dikkat etmeniz gereken en önemli nokta fondöten miktarıdır. Çok yoğun miktarda uygulanan fondöten gözünüzü ve dudaklarınızı

arka planda bırakabilir. Bu durum makyajın tüm büyüsünü ortadan kaldırır.

Kullandığınız fondötenin mineral bazlı olması cilt sağlığınız için önemlidir. Ayrıca mineral bazlı fondöten kullanımı pudra ihtiyacını ortadan kaldırabilir.

Tercih ettiğiniz fondötenin yapısının transparan olmasına dikkat edin, cildinizin nefes almasına izin verin.

Yüzünüze kalıp gibi yapışan fondötenlerden uzak durun.

Makyaj bazı hazırlanırken yüz şeklinizi saptayın ve yüzünüzde ortaya çıkarmak istediğimiz bölgeye normalden bir ton açık renk fondöten sürün. Bu uygulama istediğiniz ayarda makyaj yapmanızı kolaylaştıracaktır.

6. Pudra

Pudra seçimi yaparken yarı saydam ya da kompakt pudraları tercih edebilirsiniz. Bu şekilde makyajınızı sabitler ve aşınma oranını azaltmış olursunuz.

Pudrayı fırça yerine süngerle uygulamanızı tavsiye ederim. Pudrayı gözaltı kapatıcısı uygulanan bölgeye uygulamayın, sadece "t bölgesine" ve elmacık kemiğinin altına uygulayın.

Elmacık Kemiği

Aynanın karşısında elmacık kemiğinizin yerini tam olarak tespit edebilirsiniz.

Makyaj yaparken elmacık kemiğinizin yerini belirlemek, allık süreceğiniz alanı doğru saptamanıza yardımcı olacaktır.

İşaret parmağınızı elmacık kemiğinizin tam altına çapraz koyun ve sertçe bastırın.

Parmağınızı çektiğiniz zaman o bölgede oluşan hafif içe çökmüş bir bölge vardır. İşte burası elmacık kemiğiniz tabanıdır.

Kulağınızın ortasından burun deliğinize kadar olan bölümü çaprazlama olarak düşündüğümüzde allık süreceğimiz en geniş alanın burası olduğunu söyleyebiliriz.

Allığınızı seçerken makyajınızı canlı, taze, doğal ve hafif gösterdiğinden emin olun.

Geniş ve yuvarlak yüzler için allıklar daha köşeli olarak uygulanmalı; daha zayıf ve uzun yüzler için ise elmacık kemiğine paralel olarak uygulanmalıdır.

Ters üçgen yüzlerde daha yuvarlak darbelerle allık uygulamak ideal olacaktır.

Gözler

Gözlerimizin ifadesi gerçekten çok önemlidir. Bana göre yüzün en anlamlı bölümüdür. Gözlerinizin pırıl pırıl güzelliğini ortaya çıkarmayı deneyin.

Gözünüzü ön plana çıkarmak için göz renginize zıt renklerde far seçin ve uygulayın.

Parlak maviler, yeşiller ve morlardan uzak durun!

Gümüş renginin tonları ve donuk renkler cildinizi olduğundan daha yaşlı, daha yorgun gösterecek ve kırışıklıkların belirginleşmesine neden olacaktır.

Göz makyajına başlamadan önce göz kapağınıza fondöten ya da pudra uygulayarak işe başlayın. Bu hem daha kalıcı bir göz makyajıdır hem de kırışık görünümünün azaltılmasına yardımcı olur.

Daha sonra bazı oluşturmak için açık renk far uygulaması yapılabilir. Devamında ise istenirse göz kalemi veya eyeliner uygulanabilir.

Rimel her zaman için en son uygulanır. Rimelinizi seçerken kirpiklerinizin neye ihtiyacı olduğunu belirleyerek bu doğrultuda rimel tercih edebilirsiniz.

Dudaklar

Makyaj yaparken gözlerimizi ya da dudak bölgesini bir arada ele alıp, bir bölgeyi ön plana çıkarırken, diğer bölümleri de geriye çekeriz. Bu uygulama, daha dengeli bir görüntü yakalamamızı sağlar.



Ön plana çıkarmak istediğimiz bölgeye daha canlı renkler kullanabiliriz.

Kalın dudakları inceltmek için öncellikle dudağınıza fondöten veya pudra uygulamalısınız. Bu uygulamayı rujunuzun daha kalıcı olması için de tercih edebiliriz.

Ayrıca kalın dudakları inceltmek için dudak çevresine içten dudak kalemi uygulayabilirsiniz. Tam tersine, dudakları kalın göstermek için ise dudak çizginizin dışına dudak kalemi çekmek işinizi kolaylaştıracaktır.

Dudak kaleminizi seçerken renk seçiminin önemini gözardı etmeyin. Seçtiğiniz kalem, dudağınızın tonlarında olursa daha uygun olacaktır.

Rujunuzu fırçayla uygulamanız, daha doğal bir görüntü elde etmenize yardım eder.

Eyeliner

Evet, biliyorum ki eyeliner sürmek kolay bir iş değil... Eyeliner fırçanızı alın; koyu renk, özellikle yumuşak kahve, siyah, gri tonlarını fırçanızı hafifçe ıslatarak uygulayın.

Göz pınarınıza daha kalın sürmeye başlayın, daha sonra incelterek tamamlayın.

Eyeliner sürerken göz şeklinizi takip etmeye özen gösterin.

En son olarak siyah ya da koyu kahverengi rimeli uygulayın.

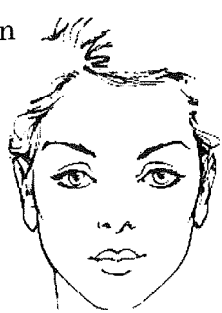
Rimel sürmeden önce -isteğe bağlı olarak- kirpiklerinizi kıvırabilirsiniz.





YÜZ TİPLERİNE GÖRE DOĞRU MAKYAJ

Oval Yüz

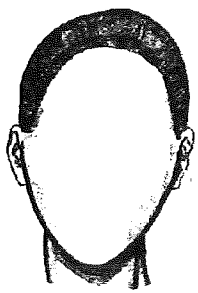


İdeal yüz tipi olarak bilinir. Çenenin dar olduğu, yüzün orta bölümünün daha geniş olduğu yüz şeklidir.

İdeal yüz şekli olduğu için de kamuflaja gerek olmayan yüz tipidir. Diğer yüz şekillerinde amacımız her zaman oval, yani ideal yüz şeklini yakalamaktır.

Makyaj yaparken daha yuvarlak fırça darbeleriyle hareket etmek, ideal görüntüyü korumaya yardım eder.

Yuvarlak Yüz



Yuvarlak yüz, adından da anlaşıldığı gibi, hatların yuvarlak olduğu yüz şeklidir. Kemikli bir yüz şekli değildir. Bu durumda yüzde bulunan kemiklere vurgu yapılması gerekir. Yani elmacık kemikleri ve çene, kemiği ortaya çıkarılır.

Yuvarlak yüz tiplerine makyaj yaparken iki tip fondöten kullanılır.

Önce yüze uygun fondöteni yüze uygulayın, fakat fondöteninizin parlamamasına ve pembelik vermemesine dikkat edin. Yani mat olması gerektiğini unutmayın.

Daha sonra birkaç ton koyusuyla yüzde gölgelenmesi ve vurgulanması gereken bölgelere gölgeleme yapın.

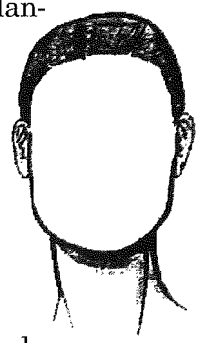
Özellikle elmacık kemiğinizi ortaya çıkarmaya çalışın, çünkü bu işlem sayesinde daha ince ve zarif bir görünüm kazanacaksınız.

Rujunuzun rengi daha parlak ve canlı tonlarda olmalıdır.

Göz makyajınız yuvarlak çizgiler yerine, ideal göz şekli olan badem şeklini yakalamak için daha köşeli fırça darbeleriyle çekik şekilde yapılmalıdır.

Kare Yüz

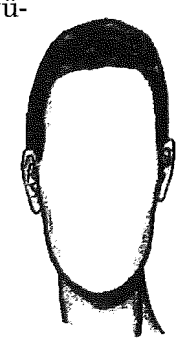
Kare şeklinde olan yüzlerde hatlar daha sivri ve serttir. Dolayısıyla bu hatları hafifletmek için bazı rötuşlar yapmak gerekir. Bu yüzden yuvarlak yüzlerde olduğu gibi canlı renkler kullanmanız daha doğru olacaktır.



Şunu unutmayın: Yüzde dikkati çekmeye çalıştığınız yerlerde canlı ve parlak renkleri, daha geri plana atmak istediğiniz bölümlere ise daha sade renkleri tercih etmeniz daha uygun olacaktır. Daha önce yuvarlak yüzlerde de bahsettiğim gibi allık kullanırken daha köşeli fırça hareketleri yapılmalıdır.

Uzun Yüz

Uzun yüzleri daha ideal ölçülere yaklaştırmak ve oval yüz şeklini yakalamak için yüzün uzun bölümlerini kamufle etmeniz gerekir.



Bu bölgelere uygulayacağınız baz sonrasında ten renginizden bir ton koyu renk fondöten uygulayarak kamuflaj işlemini başarıyla uygulamış olursunuz.

Alın bölgeniz yüzünüze göre uzun ise perçem ve kahküller yüzünüzü ideal orana yaklaştıracak ve daha zarif görünmenize yardımcı olacaktır.

Üçgen Yüzler

Üçgen yüz şekilleri ikiye ayrılır; tıpkı vücut şekillerinde olduğu gibi...

a- Düz üçgen yüz

Bu tip yüzlerde genellikle çene (yani yüzün alt bölümü) daha geniştir. Bu da demek oluyor ki vurgulayacağımız yer, alın bölgesidir. Bu bölgede daha açık baz rengi kullanmak daha uygun olur. Böylece çene bölgesini kamufle etmiş olursunuz.

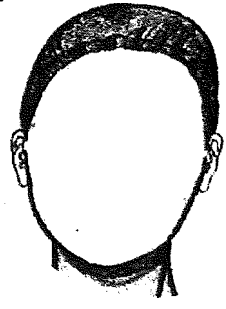
Eğer gözleriniz birbirine yakınsa uzak göstermemiz gerekebilir. Gözlerinizin bitiş bölümüne dikkat çekilmesi görünür.



Eğer kaş şekliniz gözlerinizin başlangıç şeklinden uzunsa biraz kısaltabilirsiniz. Bu şekilde gözleriniz birbirinden daha uzak görünür.

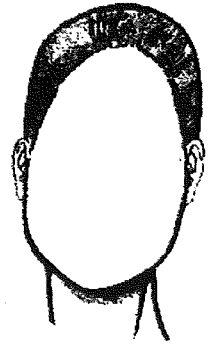
Kullanacağınız farları ve eyeliner'ı da gözün başlangıcından sürmeye başlamayın, daha içeriden sürmek işini kolaylaştıracaktır.

b- Ters üçgen yüz



Ters üçgen yüzlerde yapacağımız uygulamalar, düz üçgen yüzlerdekinin tam tersi gibi olmalıdır. Alın bölgesini kamufle etmek ve çene bölgesini ortaya çıkarmak ideal görünüme kavuşmanızı sağlayacaktır.

Köşeli yüz



Köşeli yüzlerde, adından da anlayacağınız gibi hatlar sivridir. Amacımız bu hatları yumuşatmak olacaktır. Bu yüzden de fırça darbeleri daha yuvarlak olmalıdır. Elmacık kemikleri çok göz önündeyse koyu renk fondötenle kamufle edip hatları yumuşatabilirsiniz.

YÜZÜNÜZDE YAPACAĞINIZ KAMUFLAJ TEKNİKLERİ

Uzun ve ince yüzler

Saçlarınızı yüzünüzden uzak tutun.

Saçlarınız omuz boylarınızdan daha uzunsa kestirin. Saçlarınızı daha volümlü gösterecek modelleri tercih edin.

Çene çizginizde olan veya daha kısa olan modelleri de tercih edebilirsiniz.

Kısa Alınlar

Kısa alınlıysanız saç modellerinizi belirlerken saçınıza hafif bir krepe atmak, daha uzun alınlı görünmenize yardımcı olacaktır.

Uzun Alınlar

Perçem veya kahkül kullanabilirsiniz. Bu şekilde alnınız daha orantılı görünür.

İKON KADINLAR

İkon kelimesi, İngilizce'de "simge" anlamına gelir.

20. yüzyıl başlarında tıpkı sinema, müzik ve reklam endüstrilerinde olduğu gibi, moda endüstrisi de hızla gelişim gösterdi. Tüketim hız kazandı. Böylelikle bu sektörlerin birbirleri üzerinde zincirleme etkileri çoğalmaya başladı.

Bu sayede oluşan ikon kadınların ortak özelliği, modaya yön vermeleri ve geniş kitleleri etkilemeleridir.

Bugün ülkemizde anlaşıldığı şekliyle ikon kadın kavramı, ikonlukla uzaktan yakından ilgisi olmayan, zevki iyi olan ve sadece pahalı markalardan alışveriş yapan kadın anlamında kullanılıyor. Gerçekteyse ikon olabilmek için kesinlikle bu özelliklerden fazlası gerekmektedir.

Başta da söylediğim gibi bu ikisi arasındaki en büyük fark modayı takip etmek değil, modaya yön vermektir. Bu yüzden ne zaman görsel ve yazılı basında

bu konuyla ilgili bir haber görsem ya da okusam yüzümde bir tebessüm oluşur.

Aslında bu bölümü kitaba koymaya karar vermemin nedeni, bu yanlış kullanımı kırmak ve modaya yön veren ikon kadınları size tanıtmaktır.

Greta Garbo (1905-1990)

İsveç asıllı Holywood yıldızı özellikle 20'li ve 30lu yılların en önemli stil ikonu haline gelmiştir. O dönem için kendine olan özgüveniyle tanınırdı. Çekici yıldız, ayrıca Guinness Rekorlar Kitabı'nda da dönemin en güzel kadını olarak yerini almıştır. İskandinav güzelliği ve nazik, büyüleyici yüz hatlarıyla döneminde tüm gözleri üzerine çevrilmiştir. O zaman çok da alışılmamış bir şekilde maskülen bir tarz benimseyen Garbo, unutulmaz filmlerinden 'Mata Hari'de uzun atkılar takarak kendine özgü ve bir hayli yenilikçi sayılan bir tarz yakalamış ve kitleleri etkilemeyi başarmıştır. Onun gibi bir tarz yakalamak için gardırobunuza vintage şapkalar ekleyebilir, uzun inci kolyeleri aksesuar olarak kullanabilir, bol pantolonlar ve özellikle trençkotlar üzerine ince kemerlerle kıyafetlerinizi kombinleyebilirsiniz. Ayakkabı olarak daha rahat spor ayakkabıları tercih edebilirsiniz.

Elsa Schiaparelli (1890 -1973)

Ünlü bir moda tasarımcısıdır. Coco Chanel'in en büyük rakibidir. Bize bıraktığı en büyük miras ise fuşya olmuştur. Onun pembe renge olan düşkünlüğü sayesinde tarihte çok bilinen gelenekler tamamıyle altüst olmuştur. Pembe akımıyla karşımızdadır. Salvador Dali'den ve sürrealist akımdan fazlasıyla ilham aldığı bilinmektedir. Ayrıca parfüm de çıkarmış olan tasarımcının etkileri, halen pek çok tasarımcının koleksiyonunda kendini göstermektedir. Elsa'nın annesi soylu bir aileden geliyordu. Ayrıca ünlü İtalyan astronomu Giovanni Schiaparelli'nin yeğeniydi. Elsa'nın en büyük hayali aktrist olmaktı. Fakat ailesi bu fikre hiç sıcak bakmıyordu. O da şiir yazmaya başladı. Hatta gerçek ismi yerine "La schiap" rumuzunu kullanıyordu. Ailesi onu İsviçre'ye yolladı. Bir süre manastırda egitim gördü ve daha sonra Londra'ya gitti burada eşiyle tanıştı ve evlendi. William de Wendt de Kerlor ile 1914'te daha sonra Amerika'ya gitti ve New York'a yerleşti. İşte buradan sonra tasarımcılığa



adım attı ve birçok sanatçıyla tanıştı. Baron de Meyer, Alfred Stieglitz ve Marcel Duchamp gibi isimlerle bir araya geldi. Ayrıca bir kız çocuğu oldu, fakat evliliği çok da iyi gitmiyordu. Daha sonra Paris'e yerleşti.

Böcekten yaptığı kolyelerle modayı aşırı uçlara taşıdı. Biz modaseverlere fuşya pembesini sevdiren kişi oldu. Paris'te bir süre Paul Poiret'nin atölyesinde çalıştı. Elsa ve Coco çok büyük rakiplerdi ve ikisinin de amacı bir yerde keşiyordu. İkisi de kadınların özgür olmalarını istiyordu. Coco'nun aksine Elsa abartılı tasarımlar yapıyordu. Ayrıca o zamana göre çığır açan yeniliklerden biri olan dizaltı etekleri ve yüksek topuklu ayakkabıları tasarladı. Sirk temalı bir koleksiyon hazırlamıştı ki bu koleksiyon gerçekten de çok marjinal öğelere sahipti. Bir diğer yeniliği de tasarımlara fermuar eklemek olmuştu.

Catherine Deneuve (1943-...)

Ünlü modacı Yves Saint Laurent'in de "Benim ilham kaynağım" demesinin ardından birçok tasarımcının koleksiyonunda etkisini göstermiş ve halen de göstermektedir. Fransız asıllı oyuncu Catherine Deneuve güzelliğiyle ve zarafetiyle herkesin beğenisini kazanmıştır.

Marlene Dietrich (1901-1992)

Kalçaya oturan ve paçalara doğru genişleyen, genelde kumaş, bazen de yünlü olan pantolon ilk kez onun tarafından giyilmiş; 30'lu ve 40'lı yıllarda moda olmuştur. "Kimse için değil; ne kendim ne bir başka insan için... Sadece imaj oluşturmak için giyiniyorum" demiştir.

Vivienne Westwood (1941-...)

Anarşist Kraliçe lakaplı ünlü İngiliz asıllı modacı, tasarımlarının politik mesajlar vermesiyle ünlüdür. Üstelik bunu mizahı da içine katarak yapmıştır. Punk modasını zarafetle birleştirmek gibi zor bir işi başarmıştır.

Grace Kelly (1929-1982)

Ünlü Hollwoood yıldızı ve Monaco prensesi her zaman zarafetiyle adından söz ettirmeyi başardı. Stiline baktığımızda her zaman asalet ve kalite ön plandaydı. Genellikle muhafazakâr kıyafetleri tercih ederdi. Özellikle hamileliğini gizlemek için kullandığı çantası "Kelly bag" olarak ünlendi. Hollywood'da soğuk sarışın olarak da bilinen alımlı yıldız, her zaman mükemmelliği temsil etti. Birçok tasarımcı ve modaevi onun adına ve ondan ilham alarak tasarlanan özel ürünler piyasaya sundu. Eşiyle Roma'daki

Gucci mağazasını ziyaretinde onun adına hazırlanan özel eşarplar ve Hermes markasının Kelly çantası bunlardan en önemlileriydi.

Farah Pehlevi (1938-)

İran Şahı'nın eşi Farah her zaman saç stiliyle ve giydikleriyle asaleti ve güzelliği bir arada sunan nadir hanımefendilerdendi. Özellikle topuzu herkes tarafından konuşulurdu ve Farah modeli olarak bilinirdi. Çokça konuşulan gelinliği ise Yves Saint Laurent'tendi.

Coco Chanel (1883-1971)

Ülkemizde gösterime giren filmini anımsarsınız. Moda dünyasında çığır açan liderlik ve pazarlama dehasını sonuna kadar taşıyan tasarımcı Chanel için ne söylense azdır. Kabare yıldızı olmak isterken yaptığı şapka tasarımlarıyla ünlü markasının temellerini atmıştır. Asıl adı Gabrielle'dir. Daha sonra, "minik serçe" anlamına gelen Coco lakabını alır.

Zor bir çocukluk geçiren Coco yetimhanede büyümüştür. Kadınları gereksiz gösterişten kurtaran sadeliğin şıklığını dünya ondan öğrenmiştir. Jarse kumaşını hayatımıza sokmuştur. Aslında bunu yapma sebebi İkinci Dünya Savaşı'dır. Bu dönemde yaşanan ekonomik sıkıntılar ve yokluk, ucuz kumaşları tercih etmesine sebep olmuştur. Aslan burcu olduğu bilinen

Coco, simetri takıntısı nedeniyle her şeyin simetrik olmasını isterdi ve bu konuda epey ısrarcıydı. Modaevinde yaptığı defilelerde merdivende oturup ayna yansımalarından müşterilerin tepkilerini birebir görmek isterdi. Özellikle tüvit takımlar, uzun zincirler, ince bileklikler, papyonlar ve kamelyalar onun hayatımıza soktuğu önemli nüanslardır.

Audrey Hepburn (1929-1993)

Audrey Hepburn'den bugüne kalan en önemli şey, hepimizin hatırlayacağı gibi "Tiffany'de Kahvaltı" filmindeki "little black dress"tir (küçük siyah elbise). Masum yüzüyle 50'lerin ve 60'ların ikonudur. Marilyn Monroe gibi seksi yıldızların tam tersi bir imaj sergilemiştir.





Bridgette Bardot (1934-...)

70'li yılların ikonu olarak bildiğimiz Fransız yıldız, altın sarısı saçları ve özellikle seksi tarzıyla dikkatleri üzerine çekti.

Twiggy (1949-...)

Öncelikle aşırı zayıflığı ve kendine özgü makyaj stiliyle dikkatleri üzerine çekmiş ünlü İngiliz modeldir. Bobochic tarzıyla 60'lı yıllara damgasını vurmuştur. Minyon fiziği yıllarca tartışılacak önemli bir unsurdu. Gerek çocuksu saç kesimiyle gerek kendine özgü göz makyajıyla hep bir stil ikonu olmuştur.

Süslü kıyafetlerden uzak durmayı seçmiş, sade tasarımları tercih ederken maskülen aksesuarlarla yepyeni bir tarz yaratmıştır. Ayrıca dize kadar çıkan kovboy çizmelerini büyük çantalarla kombinlemek tam da ona göreydi. Mini eteğin de öncülerindendir.

Neslişah Osmanoğlu (1921-2012)

Benim için gerçek, Neslişah Sultan'dır. Osmanlı hanedanından olan prenses Neslişah Sultan, daha küçücük yaşında sürgünü yaşamıştı. Evlenme çağına gelince Mısır hanedanına gelin gitmiştir. Giydikleriyle, kıyafetleri taşıyış biçimiyle, aldığı eğitimle, bilgisiyle her zaman için bize ikon kadının aslında sadece görüntü olarak değil, altyapısıyla da örnek olması gerektiğini öğretmiştir.

Luisa Casati (1881-1957)

Luisa Casati Marchesa için tam anlamıyla bir stil ikonu ve ilham kaynağı desek yalan olmaz. Yarı Avusturyalı yarı İtalyan asıllı olan Luisa Casati'nin hayattaki en önemli isteği bir başyapıta ilham kaynağı olmaktı. Sadece o zamana göre değil, günümüze göre de bir hayli marjinal yaşayan Luisa, vahşi hayvanları evinde rahatlıkla besliyor, bunları aksesuar olarak kullanıyordu. Verdiği her partide, dönemin sanatçıları mutlaka yer alıyordu.

Yüzün üzerindeki tabloya ve diğer sanat dallarından pek çok esere (özellikle fütürist akımda) ilham kaynağı olmuştur. Bu anlamda amacına ulaştığını söyleyebiliriz. Hayatının son yıllarında borçları nedeniyle eşyalarını açık artırmada sattı. Hatta alıcılarından biri de Coco Chanel'di. Aristokrat bir eşi olmasına rağmen hızlı yaşantısı ve aşırı harcamaları nedeniyle son dönemlerini yokluk içinde geçirdi.

Irene Brin (1914-1969)

Moda gazetecisi ve yazardır. Asıl ismi Maria Vittoria Rossi'ydi. Sasso di Bordigherra'da doğdu. İlk makalesini Al Giornale di Genova gazetesinde ve Al Lavora'da yazdı. Birçok yabancı dil biliyordu. Sadece moda gazetecisi değil, tam bir stil ikonuydu. Donatello de Luigi'nin (Usi e Costumi) adlı kitabında da Irene Brin'e yer verilmişti. L'obelisco adlı sanat galerisinin sahibi Gasparo Del Corso'yla evlendi. Burası dönemin önemli bir sanat merkeziydi, hatta Magriette ve Dali sergileri burada düzenlendi. Yazıları Belleza dergisinde de yayımlanan Irene, tüm dünyayı kasıp kavuran II. Dünya Savaşı sırasında pek çok aktif görevde yer aldı.

Kendisi sofistike güzelliği ve stiliyle tanındı. Günümüzde tüm dünyanın hayran olduğu yaratıcı İtalyan imajının doğup gelişmesinde ve yurtdışında

tanıtılmasında çok önemli bir rol aldı. İtalyan tasarımcıları hep destekledi. Bu desteğin paha biçilmez bir katkısı vardı. Irene Brin gibi güçlü, cesur, yenilikçi, vizyoner bakış açısına sahip kadınlar olmasaydı, İtalyan modasının bu kadar gelişmesi mümkün olmazdı. Zira o dönemler hepimizin de bildigi gibi savaş dönemleriydi ve yoksukluk üst düzeydeydi.

Mariuccia Mandelli (1925-...)

1925'te İtalya Bergamo'da doğdu. Halen hayatta olan Mandelli, *Krizia* markasının kurucusudur. *Krizia* ismi Yunanca'da Platon'un son diyaloğu anlamına gelir.

Dikiş ve tasarım yeteneği olan Mandelli İsviçre'de egitim aldı. Ögretmen olmak ve Milano'da tasarım atölyesi açmak istiyordu. İlk önceleri çok basit elbise ve etekler tasarlarken, zamanla kendini geliştirdi. Samia di Torino'da tasarımlarını sergiledi. Özellikle meyve desenli elbisesi ilgi gördü. Bu elbise 60'lı yıllarda geleneksel tarzdan modern tarza geçişi simgeliyordu. Eşi Aldo Pinto'yla birlikte çalışıyordu. Moda gazetecisi Elsa Robiola, *Krizia* markasıyla ilgili bir makale yazdı. *Krizia* markasından önce hep twin-set'ler varken, Mandelli süveterler tasarladı. Bu o dönem için hem değişik hem de yenilikçi bir yaklaşımdı. Ayrıca kullandığı materyaller çok ilginçti. Yılan balığı derisi ve anakonda derisi gibi ilginç



materyaller kullanıyordu. Koleksiyonlarında altın, bakır, gümüş gibi değerli madenlere de yer veriyordu. Her başarılı tasarımcı gibi onun da beslendiği kaynaklar arasında sanat ve tarih vardı. Kandinsky, Klimt ve Burri ve Calder gibi sanatçılardan ilham aldı. Tasarımlarında tarihi öğelerden faydalandı. Örneğin Cengiz Han'dan esinlenerek kaftanlar tasarladı.

Şu anda dünyada 53 butiğe sahiptir. Ayrıca 600 satış noktasına vardır. 2001'de Tokyo'da "Krizia Moving Shades" sergisini yapmıştır.

Miuccia Prada (1948-...)

Onun için söylenecek çok ama çok şey var. Açıkçası nereden başlayacağımı bilemiyorum. Fakat öncelikle çok zeki bir hanımefendi olduğunu, güçlü yaratıcılığı kadar çok bir pazarlama dehasını olduğunu belirtmek isterim. Siyaset Bilimi Eğitimi alan Prada, *Times* dergisine göre moda dünyasının en güçlü kadınlarından biridir.

Dedesi Mario'nun kurdugu şirket, o devralmadan önce Hermes gibi markalar karşısında artık düşüşe geçmişti. Muiccia ilk başlarda mim sanatına ilgi duyuyordu ve bu konuda eğitim almaya başlamıştı. Aile şirketinin başına geçtikten sonra 1985'te ilk olarak çanta tasarlamaya başladı. Başlarda kıyafet tasarlamak istememişti. Ayrıca şirketin başına geçerken eşi Patrizio Bertelli'de onu destekledi. Prada bizlere özellikle Miuccia'nın etkisiyle lüksü son derece natürel, sade ve minimal bir tarz olarak sundu. Prada'yı Prada yapan da zaten budur. 1992'de kendi adının kısaltması olan Miu Miu'yu kurmuştur. Miuccia'nın felsefesi her zaman yapılmayını yapmaktır.

Gerçek bir öngörüye sahiptir bu yüzden de gerçek bir trendsetter'dır. Muiccia Prada hem yaratıcı yönü çok gelişmiş bir tasarımcı hem de moda pazarlamasını iyi bilen, iyi bir yöneticidir.

Sheikha Mozah

Katar emirinin ikinci eşidir. Kendisi sosyoloji eğitimi almış olup ülkesi Katar'ın tanıtımı için uluslararası platformda son derece aktif ve güçlü bir rol oynamaktadır. *Forbes* dergisinin en güçlü 100 kadın listesinde yer almasının yanı sıra uzun boyu ve düzgün fiziğiyle de dikkat çeker. Giydiği kıyafetleri çok iyi taşıyan, muhafazakâr stili modern Batı tarzıyla birleştirerek kombinleyen ve son derece orijinal bir tarzı olan Sheikha Mozah, ayrıca güçlü bir siyasi figür ve bulunduğu coğrafyada örnek alınan bir kadındır.

Josephine de Bonaparte (1763-1814)

Son derece önemli stil ikonlarından biri olan Josephine Bonaparte, özellikle Empire stilinin öncüsüydü. Fransız ihtilalinin etkilerini taşıyan bu tarz, rokokonun aksine çok sade bir tarzdı. Bel oyukluğu yerine göğüs altından robalı elbiseler, keten gibi kumaşlardan yapılıyordu. Napoleon Bonaparte yerli üreticiye öncelik tanıyarak, ithal kumaşlara kotalar koymuştu. Josephine'in elbiseleri genellikle o dönemin ünlü terzisi Leroy tarafından tasarlanmıştır.

Kraliçe Marie Antoinette (1755-1793)



Avusturya hanedanına mensup olan Marie Antoinette bilindigi üzere Fransa kralı 16. Louis'nin eşi ve Fransa kraliçesidir. 18. yüzyılın önde gelen stil ikonlarından biri olmuştur. Rokoko dönemi olarak da bilinen dönemde elbiseler genellikle kabarık ve şatafatlı çok katlı pastalara benziyordu. Canlı ve pastel renkler hâkimdi. Kare kesimli dekoltelere sahip korseli kıyafetler kadınların sağlığını neredeyse tehlikeye atacak kadar çok yaygındı.

Not: Bu dönemin ardından Fransız İhtilali olduğu için elbiseler de bir hayli sadeleşmiştir.

Elsa Robiola (1907-1988)

Ünlü İtalyan moda gazetecisidir. İtalya'daki faşizm döneminde, hatta II. Dünya Savaşı'nda bile çok aktif, yenilikçi bir moda gazetecisi olarak meslek hayatını sürdürmüştür. *Krizia*'yla ilgili ilk makaleyi o

yazmıştır. Birçok tasarımcıya destek vermiş, o zamanlar yeni yeni hareketlenen İtalyan moda dünyası için sayısız organizasyon düzenlemiş ve dünyaya İtalyan modasını tanıtmaya çalışmıştır. Belleza gibi birçok dergide görev almış ve pek çok makaleye imza atmıştır.

SOSYAL ETİKET

Kalabalık bir arkadaş buluşması organize etmiştik. Hepsi de çok sevdiğim arkadaşlarımdı. Ayarladığımız mekâna gittiğimde arkadaşlarımdan birinin yanında başka bir arkadaşını daha getirdiğini gördüm. Arkadaşım, arkadaşının bir yönetici olduğunu, imaj ve iletişim hakkında sohbet etmek için benimle tanışmak istediğini söyledi. Gülümsedim ve yeni tanışacağım kişiye elimi uzattım. Tokalaştık ve onun hakkındaki ilk izlenimimi edinmiş oldum. Benimle güvensiz biçimde tokalaşmıştı. Tavırları zariflikten uzaktı ve bir beyefendide olması gereken centilmenlik yakınından bile geçmemişti. İşyerinde bazı iletişim sorunları olduğundan bahsetti ve bu sorunlar için diğer insanları suçladı. Bu noktada ona sorunun kaynağını kendinde aramasını söyledim. Ne yazık ki bazen kendimizdeki kusurları görmezden geliyor

ve problemlerin olduğu gibi çözümün de bizde olduğunu fark edemiyoruz.

Bakışlarımızdan tavırlarımıza yaptığımız her hareket karşımızdaki insanları olumlu ya da olumsuz yönde etkiler. Nerede, nasıl davranacağımızı bilmek çok ama çok önemlidir. Bu bölümün sosyal etiketinizi olumlu yönde oluşturmak konusunda faydalı olacağına inanıyorum.

1- İş ve Sosyal Hayatta Görgü Kuralları

Özellikle iş hayatında başarılı olmak için görgü kuralları büyük önem taşır. Öncelikle doğru yerde ve doğru zamanda konuşup doğru şeyleri söylemek gerçekten çok önemli bir "zorunluluktur".

Nerede olursanız olun, ağzınızdan çıkan sözlere dikkat edin. Patavatsızlık kötü bir alışkanlıktır ve sonuçları bazen çok ağır olabilir.

En sonda söylenecek sözü en başta söylemek konuşmanın devamını olumsuz etkiler ve ilgiyi dağıtır.

Önemli olan etkili ve iyi bir dinleyici olmayı öğrenmek ve uygulamaktır. Bu açıdan "Söz gümüşse, sükut altındır" sözünü unutmayın.

Özellikle iş hayatında yanlış bir şeyler söyleyeceğinizi hissettiğinizde mümkünse kendinizi tutun ve cevap vermeyin. Bu noktada, "sonra konuşalım" diyebilmek büyük önem taşır.

Dürüstlüğün önemini unutmayın! Karşınızdaki insanların güvenini kaybetmek istemiyorsanız, ne olursa olsun, onlara karşı dürüst davranın. İnsanlara verdiğiniz güven size mutlaka olumlu bir şekilde geri dönecektir. Dürüst olduğunuzu hissettirmek insanların size karşı dürüst davranmalarını sağlar.

Yeni tanıştığımız kişilerde bıraktığımız izlenim gerçekten çok önemlidir. İlk olarak göz kontağı kurmayı ihmal etmeyin. Gözlerinizi kaçırarak konuşmak, karşınızdaki insanın sizin hakkınızda net bir fikre varamamasına neden olur. Konuşurken karşımızdaki kişinin gözlerine bakmak, kimle konuştuğumuzu netleştirmek için çok önemlidir.

Bu konuda bir parantez açmak istiyorum. İnsanlarla göz kontağı kurmak önemlidir, fakat dozunu da kaçırmamak gerekir. Konuşurken ve dinlerken yüzde 70 oranında göz kontağı kurmak yeterli olacaktır. Daha fazlası yanlış anlaşılmalara yol aç abilir ve karşınızdaki insanı rahatsız eder. Özellikle yeni tanıştığınız söz konusu olduğunda bakışlarınızı makul ölçüde kullanmanız gerektiği unutmayın.

İçten bir gülümsemenin de her zaman etkili bir unsur olduğunu hatırlatmak isterim. İçten bir gülümseme gözlerden başlar, öncelikle gözlerimizin gülümsemesi gerekir. Samimi ve doğal olmayan bir gülümseme, sizin yapmacık bir insan olduğunuzu

düşündürebilir. Bu yüzden içinizden gelmiyorsa, kendinizi gülümsemek için zorlamayın.

El sıkışma

El sıkışma şekilleri bir nevi özgüvenin sembolüdür. Parmak ucuyla tokalaşmak sizi samimiyetsiz gösterecektir. Karşınızdaki insanın elini çok fazla sıkmak da hoş olmayan bir el sıkışma şeklidir.

İdeal el sıkışma, karşı tarafın elini tam olarak kavrayarak gerçekleştirilir.

El sıkışma esnasında 2-3 saniye göz göze gelebilirsiniz. Gözlerinizle gülmeyi unutmayın.

Özellikle bazı erkek müşterilerimin, el sıkışırken gereğinden fazla kuvvetli bir şekilde elimi sıktıklarını fark ettim. Karşınızdaki kişiye güç gösterisi yapmak anlamsızdır ve doğru değildir.

Dikkat edilecek bir nokta da şudur: El sıkışırken kimsenin elinizi döndürmesine izin vermeyin. Beden dilinde bunun anlamı, karşınızdaki kişi sizin için daima bir otorite olacak veya size her zaman dediklerini yaptıracak demektir.

Tanıştırma

Kişileri birbirleriyle tanıştırmak gerçekten incelik isteyen bir iştir.



Odadaki en yüksek unvanlı kişinin ismini önce söylemelisiniz. Örneğin patronunuz Ahmet Bey'i arkadaşınız Ayşe Hanım'la tanıştıracaksınız. "Ahmet Bey, size arkadaşım Ayşe Hanım'ı tanıştırmaktan mutluluk duyarım" demelisiniz. Kendisiyle ilgili birkaç güzel cümle kurarak, tanıştırmayı tamamlayabilirsiniz. Eğer doğrudan sizin tanışmanız gerekiyorsa, en iyi tanıdığınız ya da size odada en yakın duran kişiye bakarak konuşabilirsiniz.

Verdiğim seminerlerde gruptaki kişilerle uygulamalı olarak bu alıştırmaları yapıyoruz, siz de kendi çevrenizdeki kişilerle tekrarlayabilirsiniz.

Sosyal yaşamda beyler hanımlara; gençler de kendilerinden yaşça büyüklere tanıştırılır.

Aynı durum selam verirken de geçerlidir, kadınlar erkeklere selam verir.

Daha üst konumda olan kişiler de altlarına selam verir.

Ağ oluşturma

İş hayatında etkili bir çevre oluşturmanın önemi büyüktür. Sizi gerçekten seven, saygı duyan kişiler size her zaman faydalı olacaktır.

Bunun için yapmanız gerekenler aslında çok da zor değil.

Öncelikle insanlarla sürekli aktif bir iletişim içinde olmanız gerekir. "Günaydın," "Nasılsınız?" "İyi akşamlar" gibi temel iletişim sözcükleri tahmin edemeyeceğiniz kadar etkilidir. İçten, hafif bir tebessümün etkisinden daha önce bahsetmiştim.

Karşılık beklemeden iyilik yapın.

Emin olun evren -o kişiden gelmese bile- mutlaka size bu konuda cömert davranacaktır.

Sadece ihtiyacınız olduğunda değil, her zaman iletişim halinde olmalısınız.

Çıkarlarınız doğrultusunda değil, gerçek ilişkiler kurmaya çalışmalısınız.

Başarının en önemli şartlarından biri de geniş bir ağ oluşturmakta yatar.

Unutmayın ki başarı takım çalışmasıdır.

Kişileri anlamaya ve herkesi olduğu gibi kabul etmeye çalışın ve hoşgörülü olun.

Dedikodu yapmayın; dedikodu yapmak etik olmadığı gibi, enerji seviyenizi de olumsuz yönde etkiler.

Düşük bir enerji seviyesiyle, hayatınızın her alanına ancak kendiniz gibi düşük enerji seviyesi olan insanları çekebilirsiniz.

Unutmayın, siz birilerini yargılarsanız birileri de sizi yargılayacaktır. Ayrıca dedikodu yaptığınız kişiler kendileriyle ilgili konuştuğunuzu duyduğunda iletişiminiz ciddi hasar alır ve bu durumu onarmak da bir hayli zordur.

Bir diğer önemli nokta ise kişilerin isimlerini hatırlamaktır.

Ortak bir tanıdığınız varsa karşılaştığınızda o kişileri referans gösterebilirsiniz.

Karşınızdaki kişileri önemsediğinizi gösterecek sorular sorun. "Hâlâ yelken dersleri almaya devam ediyor musun" gibi... Eminim ki bu örnekleri kendiniz de çoğaltabilirsiniz.

Kendinizle ilgili ilgi çekici şekilde konuşabilirsiniz.

Kendinizle barışık olun ve kendinize güvenin.

Tatlı dilin yılanı deliğinden çıkardığını unutmayın.

"TEŞEKKÜR EDERİM" ve "ÖZÜR DİLERİM" gibi iki önemli kavramı dilinizden düşürmeyin.

Gerektiğinde "HAYIR" demesini de bilin.

İlk kez tanıştığınız insanlarla hemen senli benli olmayın, onlara "siz" diye hitap edin.

Mesafenin her zaman gizemli ve çekici olduğunu unutmayın.

Nezaket ve saygı

Öncellikle kendinize saygınız olmalıdır. Kendi ihtiyaçlarınızı, beklentilerinizi belirlemelisiniz. Neleri isteyip neleri istemediğinizi anlamanız gerekir. Bu iş göründüğü kadar kolay olmayabilir.

Başka insanların haklarına karşı saygılı olmak son derece önemlidir.

Sizden farklı düşünen insanlara karşı saygılı olabilmek daha zor olsa da, büyük önem taşır. Unutmayın, herkes sizinle aynı düşünceye sahip olmak zorunda değil.

Yetişkin olarak kendi sorumluluğunuzu alın. Yetişkin olmak, düşüncenizin sorumluluğunu üstlenip işler kötü gidince başka insanlara suç atmamaktır.

Özdenetiminizi geliştirdiğinizde otomatik olarak kendinize verdiğiniz değer de artacaktır.

Çevrenizdeki kişilerle ilişkilerinizi gözden geçirin, çok gerekmedikçe köprüleri yıkmayın.

Bazı insanlar özür dilemenin tam olarak ne anlama geldiğini bilmez. Özür dilemekle, yaptığınız şeyden pişman olduğunuzu ve bir daha tekrarlamayacağınızı belirtmiş olursunuz.

Özür dilemek bir erdemdir. Yalnız ne zaman özür dilemeniz gerektiğini iyi bilin.

Cep telefonundan gönderdiğiniz mesajlarda, "İyi günler, ben" diye başlayabilir ve devam edebilirsiniz.

Aynı şekilde, mail atıyorsanız kendinizi tanıtmayı unutmayın.

2- İŞ HAYATINDA HEDİYE NE ZAMANLARDA VERİLİR?

- Teşekkür etmek istediğinizde
- Özür dilemek istediğinizde
- Unuttuğunuz bir randevu için -bazen-
- Kutlamalarda
- Doğum günlerinde
- Yıldönümlerinde
- Mezuniyetlerde

Bayramlarda ve özel zamanlarda hediye seçerken nelere dikkat etmeliyiz?

Hediye alırken sadece kendi beğenebileceğiniz bir şey yerine, karşı tarafın zevkine hitap edebilecek tarzda bir hediye almayı tercih edin.

Orijinal hediyeler seçin.

Bu sizin ne kadar yaratıcı bir zekânız olduğunun göstergesidir.

İş hayatında verilebilecek hediyeler:

- Kitap, kalem
- Çiçek/bitki
- Kristal ve benzeri şeyler
- Objeler
- Gurme yiyecekler

İş hayatında verilmesi pek uygun olmayan hediyeler:

- Sinema ya da maç bileti
- Antikalar
- Karşımızdaki kişilerin alamayacağı kadar pahalı hediyeler
- Pahalı akşam yemeği rezervasyonları
- Kadınlara yapay çiçek yollanmaz
- Çiçeği kendiniz veriyorsanız not yazmayın

3- İŞ YEMEKLERİ, PROTOKOL VE SOSYAL YEMEKLER

Bildiğiniz gibi özellikle iş yemeklerinde hareketleriniz büyük önem taşır. Size önemsiz gibi görünen küçük detaylar karşınızdaki insan için çok önemli olabilir.

Bu tip organizasyonlarda her şeyden önce kendinizden emin görünmeniz gerekir. Bunun için de bazı kuralları bilmelisiniz. Unutmayın, ne yapacağını bilmeyen bir insan kendine güvenen bir imaj çizemez!

Bu bölümde işinize yarayacak ve kendine güvenen bir imaj çizmenizi sağlayacak bazı bilgiler sizi bekliyor.

- İş yemeklerinde telefonlarınıza cevap vermeyin; önceden kapatabilir ya da sessiz konuma alabilirsiniz.·
- Masaya çantanızı ya da cüzdanınızı koymayın.

- Cep telefonunuzu masaya bırakmayın, çantanızda durması daha doğru olacaktır.
- Dirseklerinizi masaya yaslamayın. Elleriniz masanın üstünde olmalıdır.
- Hanımlar, masada makyajınızı tazelemeyin, izin isteyerek tuvalete gidebilirsiniz.
- Masada bulunan kumaş peçeteyi hafifçe dizinizin üstüne doğru koyabilirsiniz.
- Yüksek sesle konuşmaktan ve kahkaha atmaktan kaçının, çevrenizde insanlar olduğunu unutmayın.
- Bitirdiğiniz tabağın içine peçete veya mendil koymaktan sakının.
- Yemek sırasında peçetenizi ikiye katlayın, açık uçları bedeninize göre paralel olmalıdır.
- Yemek yerken masaya doğru uzanmayın.
- Tabağınızdaki yiyecekleri yiyebileceğiniz kadar kesin.
- Bahşiş verirken hesabın yüzde 10'unu verin. Fazlası da azı da uygun olmayacaktır.
- Bugünkü iş hayatına baktığımızda bir kadın da erkeğin paltosunu tutabilir, kapıyı açabilir ve yemek ısmarlayabilir. Bu tamamen iş ilişkinize bağlıdır.
- Beyler, ayaklarınızı masaya koymayın, oturduğunuz koltuğa yaslanın, fakat yayılmayın.

- Kullandığınız parfüm çok önemlidir. İnsanları rahatsız edecek yoğunlukta parfüm kullanmaktan kaçının.
- Hanımlar, eteğiniz kısaysa oturuşunuza dikkat edin, mini etek giydiyseniz bacak bacak üstüne atmayın.
- Çantanızı temizleyin. Çöp kutusu gibi bir çanta karşınızdaki kişilere sizinle ilgili yanlış mesajlar verebileceği gibi aradığınız şeyleri bulamamanız da sıkıntı yaratır.
- Restoranda, önünüzde duran menünün kapağını kapatmadığınız sürece garson siparişlerinizi almaya gelmeyecektir. Ne yemek istediğinize karar verdikten sonra menüyü kapatın.
- Peçete, tabak altına serilmez. Katlı bir şekilde dizlerinizin üzerine serilmelidir. Peçetenin açık uçları bedenimize bakar. Küçükse tek dize serilir.
- Peçetenin amacı, ıslanan ve yağlanan dudaklarımızı silmektir.
- Masadan kısa bir süreliğine kalkmanız gerekiyorsa peçeteyi sandalyenizin üzerine bırakın.
- Peçeteyi kullandıktan sonra peçeteye bakmayın. Ortada gurur duyacağınız bir eser olmadığını rahatlıkla söyleyebilirim.

- İşi biten peçete servis tabağının sağına bırakılmalıdır.
- Aynı şekilde kullanılan kâğıt peçete de katlanmadan servis tabağının sağına bırakılır. Kesinlikle buruşturulmaz.
- Ev davetlerinde kumaş peçete olması makbuldür. İkisi de olabilir.
- Protokol yemeğinde masa örtüsü ve kumaş peçete aynı renkte ve mümkünse beyaz olmalıdır.
- Çatallar sola, bıçak ve kaşık sağa yerleştirilmelidir.
- Çatal-bıçak dıştan içe doğru dizilmelidir.
- İki el masa altında olmamalı, en az bir el yukarıda olmalı. İki el de bileklerden yukarıda olmalıdır.
- Masadan yere düşen herhangi bir şey olursa sohbetinizi bölüp almaya çalışmayın. Garsona yardım etmek için çabalamayın.
- Kaşık, çorba içildiği müddetçe kâsesinin içinde olmalıdır. Ancak çorba bittikten sonra çorba tabağının yan tarafına bırakılır.
- Limon çatalla sıkılmaz, sağ elle sıkılırken sol el siper yapılır. Çorba alt tabağının yanına konur.
- Çorbaya ekmek doğramayın.
- Tabağa gereğinden fazla eğilmeyin.

- Kaşığın tabağın kenarına bırakılması, yemeğin bittiği anlamına gelir.
- Garsona yardım etmek kibarlık değildir. Sohbetinizi bölmeyin.
- Çorbanın dibini almak için tabağı eğik tutmayın. Yarım kaşık eksik çorbadan bir zarar gelmez.
- Yemek esnasında bıçak-çatal ters V şeklinde olmalıdır. Arası açık olarak paralel de olabilir.
- Kaşığı sağ elinizle kullanın.
- Et yemekleri tek parça kesilir ve tek lokmada yenir.
- Pilav çatalla yenirken bıçakla destek verilebilir.
- Börek gibi yiyecekler sağ elde bıçak, sol elde çatalla yenir.
- Balık bıçağı sadece balığın kılçığını ayıklamak için kullanılır.
- Balık bıçağı yoksa bir ekmek parçası kullanmanız uygun olacaktır.
- Balığı yemeye başlamadan önce kılçığını tamamen ayıklayın. Sonra parça parça yiyebilirsiniz.
- Balık çatalla yenir ancak kılçık elle çıkarılır ve tabağın kenarına bırakılır.

- Tavuğun derisi yenmek istenmiyorsa, deri çatal ve bıçak yardımıyla ayrılır. Tek kesim, tek lokma prensibi uygulanır.
- Yemek yerken ağıza istenmeyen bir lokma (taş, kıl vs.) gelirse, kâğıt peçeteyle çıkarılır ve peçete görülmeyecek bir yere konur.
- Elde çatal bıçak, ağızda lokma varken konuşulmaz.
- Yiyecek servisi soldan yapılır. Boş tabaklar sağdan alınır.
- İçecek servisi sağdan yapılır, sağdan kaldırılır.
- Bardaklar küçükten büyüğe doğru dizilmelidir.
- Beyaz etle beyaz şarap, kırmızı etle kırmızı şarap alınır.
- Beyaz şarabın soğuk içilmesi uygundur.
- Şarap bardağının ¾'ü dolu olur, boşaldıkça garson doldurur. Rakı ise bittikçe doldurulur.
- Boşalan su veya meyve bardağı garson tarafından doldurulur. (Protokolde)
- Protokolde kadeh tokuşturulmaz.
- Ast-üst kadeh tokuşturamaz.
- Üzerinde birden çok delik olan baharatlıkta tuz, tek delikli olanda karabiber vardır.

- Tuzluk ve diğer istenen malzemeler elden ele verilmez. Masadakilerin uzanabileceği yere bırakılır.
- Yemeğin tadına bakılmadan tuz atılması görgüsüzlük olarak adlandırılabilir.
- Çatal ve bıçağın peçete ile silinmesi görgüsüzlüktür.
- Büyük bıçak ana yemek bıçağıdır.
- Büyük çatal ana yemek çatalıdır.
- Yemek çatalıyla tatlı yenmez.
- Açık biber, tuz gibi baharatlar elle değil, kaşığın ucuyla alınır.
- Size özel bir ekmek tabağı varsa ekmeğin yiyeceğiniz kadarını bölersiniz. Şayet ortak bir tabaktan alınıyorsa, ekmeğin kalanını tabağınıza koymanız gerekir. Masa üstüne koyamayız.
- Bütün sebze yemekleri ve köfteler çatal ile yenilir.
- Bıçak yerine, çatalın kenarı kullanılmaz.
- Yoğurt kaşıkla yenir.
- Şayet çatal tek başına kullanılıyorsa sağ elde olmalıdır.
- Yemeğin suyuna ekmek batırılmaz.
- Bütün makarnalar çatal ile yenir.
- Spagetti yerken kaşıktan yardım alınır. Makarna tabağının içinde çatalla makarnayı dürerken, kaşıkla alttan çatala zemin yapılır. Spagetti makarna hüpleyerek yenmez.

- Şerefe kadeh kaldırıldığında içki olmasa da katılmak lazımdır.
- Kadehin göğüs hizasına kaldırılması uygun olacaktır.
- Garsonla yüz yüze iletişim kurulur, mimikler ile anlaşılır, el ile çağırmamak gerekir. El kol hareketi yapılmaz, "hop, hişt, şefim" denmez.
- Zeytin çatalla yenir, çekirdeği çatalla çıkarılır ve tabağın yanına konur. Çekirdek kültablasına veya masa üzerine bırakılmaz.
- Soğuk mezeler (tereyağı, acılı ezme vs.) sol elde duran ekmeğe bıçakla sürülerek yenir.
- Peynir çatalın kenarıyla kesilir.
- Protokolde kürdan olmaz. Diğer zamanlarda sol elinizi perde yaparak kürdan kullanabilirsiniz. Kullandığınız kürdan peçetenin içine bırakılır, masa üstüne veya kül tablasına bırakılmaz.

RESTORAN

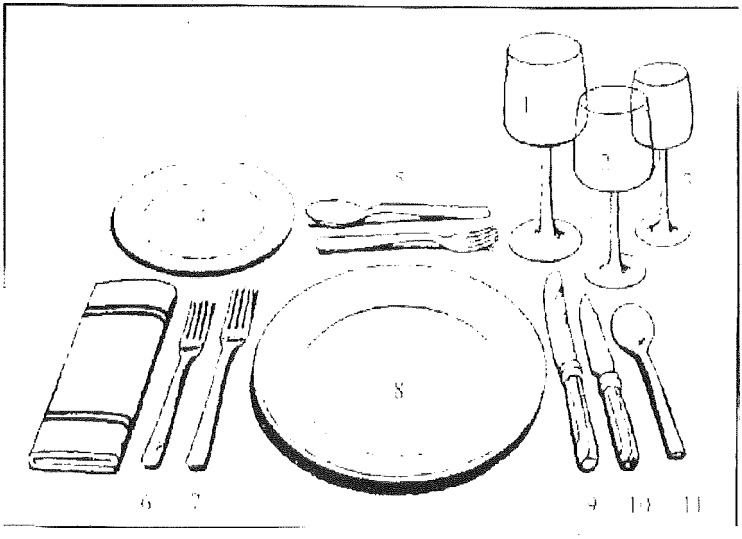
- Cam veya duvar önü tercih edilmelidir.
- Girişe yakın ayakaltı yerleri tercih etmek sohbetinizi olumsuz etkiler.
- Eşiniz ile gidiyorsanız, karşılıklı oturmanız uygundur.
- Sosyal yemeklerde eşler yan yana oturur.

- Çiftler yan yana otururken kadın, erkeğin sağında oturur.
- Restoranda yemek siparişi kadın tarafından verilmez. Erkek onun adına söyler.
- Erkekler paltolarını vestiyere bırakır. Kadınlar yanına alabilir.
- Tokalaşmak için elini uzatan önce kadın olmalıdır. Erkeğin önce uzatması görgüsüzlüktür.

SİGARA - PURO

- Sigarayı, başka bir sigara ya da masadaki mumla yakmayın.
- Çocuklu evlerde içmeyin.
- Resmi yerlerde kültablası yoksa bu orada sigara içilmeyecek demektir.
- Sigara yakarken el ele değmemeli.
- Bir kadın, erkeğin sigarasını yakmamalı.
- Puro içe çekilmez. Puro dudak ve parmak içindir. Elde yakılır ve en az 45 dakika içilir. Erkek, erkeğin purosunu yakmaz. Puro bir kerede içilmez. Özel makasıyla kesilir, sonra tekrar içilebilir.

YEMEK MASASI DÜZENİ



1. Su bardağı
2. Kırmızı şarap bardağı
3. Beyaz şarap bardağı
4. Ekmek tabağı
5. Tatlı kaşığı ve çatalı
6. Salata çatalı
7. Ana yemek çatalı
8. Yemek tabağı
9. Ana yemek bıçağı
10. Ekmek bıçağı veya balık bıçağı
11. Çorba kaşığı

Menüden yiyeceğiniz yemeği seçip garsonu bekleyin.

Birden fazla çatal bıçak varsa dıştan içe doğru kullanmanız uygun olur.

Yiyeceğinizi keserken tek parça kesin, onu yedikten sonra tekrar kesip bir parça daha alın.

Pilav yerken kaşık kullanmayın. Çatalla yemeniz gerektiğini unutmayın.

İçecek servisi sağdan, yemek servisi soldan yapılır.

Kırmızı şarap kırmızı etle, beyaz şarap tavuk, balık ve deniz ürünleriyle daha uygun olur.

Çatalı tek elle kullanıyorsak sağ elimizde olması daha doğrudur.

Eğer su içiyorsanız şerefe içilmez. Protokol yemeğinde de şerefe içilmez.

Spagetti gibi bir şey yerken kaşığınızdan destek alabilirsiniz.

En büyük çatal ve bıçak ana yemeğimiz içindir.

Meyve çatalıyla yemek yenmez.

Çorbaya ekmek doğranmaz.

Çatal bıçağınızı tabağınızın yanına koyarsanız yemeğinizi bitirdiğiniz anlamına gelir.

Protokol yemeklerinde beyaz masa örtüsü seçilmelidir.

Restoranlarda eşler karşılıklı oturmalı, siparişi ise beyler vermelidir.

Yukarı çıkarken kadınlar önden gider, aşağı inerken erkekler önde olur.

Erkekler kalabalığa doğru oturmalıdır.

Nikâhlarda gelinlerin solda, damatların sağda olması daha uygundur.

MESLEKLER İÇİN İMAJ ÇÖZÜMLEMELERİ

Kitabın başlarında anlattığım diyetisyen hikâyemi hatırlarsınız. Telefonda konuştuğumda bana güven vermesine ve iletişiminin oldukça kuvvetli olmasına rağmen, mesleği ve görünümü birbiriyle çeliştiği için güvenimi kaybetmiş ve onunla ilerlemek istememiştim. Aslına bakarsanız gündelik yaşantımızı biraz gözlemlediğimizde, ne yazık ki imajı yaptığı işe uygun olmayan pek çok insan görebiliriz. İmajınızın yaptığınız işe uygun olması bir hayli önemlidir. Aksi bir durumda hem siz hem de sizinle çalışanlar mutsuz olur. Hele ki özel sektörde çalıyorsanız bu durum işyerinde tutunmanıza ve kariyerinize büyük zararlar verir.

Aynı şekilde çalışacağınız ya da herhangi bir hizmet alacağınız kişilerin de yaptığı işe uygun olup olmadığını incelemeniz gerekir. Bu sizin müşteri olarak memnuniyetiniz ve istediğiniz işten maksimum verim alabilmeniz için bir hayli önemlidir.

İmaj danışmanlık şirketimi kurma sürecinde gerekli işlemlerle tek başıma başa çıkamayacağımı anladığımdan bir muhasebeciyle çalışmaya karar vedim. Ancak güvenilir olması için yakın çevremden, tanıdık bir muhasebeci arıyor, ama bir türlü bulamıyordum. Uzun aramaların sonucu nihayet bana yardımcı olacak birini buldum. Fakat yeni tanıştığım muhasebeciye güvenemiyordum. Konuşması, hali, tavrı, giyinişi bu işi yapabilecek kapasitede olmadığını hissettiriyordu. Kendine güveni yoktu. Sorularımı geçiştiriyordu. İşin sonunda beraber çalışamayacağımızı anlamıştım.

Sizin de kendi mesleki hayatınız ya da çalışacağınız insanlar hakkında gerekli özellikleri bilmeniz gerekir. Bunun için ana hatlarıyla bazı mesleklerin imaj çözümlemelerini hazırladım.

Avukat

Adil, araştırmacı, objektif, iletişim yeteneği ve ikna kabiliyeti yüksek, kişisel çıkarları için adaleti yanıltmayan; etkileyici, dürüst, hızlı ve seri konuşan, girişken ve kendisini iyi ifade edebilen, kitap okuma alışkanlığı olan, entelektüel birikimi yüksek ve kelime dağarcığı geniş olan kişiler olmalıdır. Eğer bir avukat ararsanız mutlaka bu özelliklere sahip olup olmadığına dikkat edin. Avukatlık yapıyorsanız zaten

bu özellikleri taşımanız gerektiğinin bilincinde olduğunuzu varsayıyorum. Zira bu özelliklere sahip olmak sizi başarıya götürecek ve insanların güvenini kazanmanızı sağlayacaktır.

Bu özelliklere sahip bir avukat –tabii ki haklıysanız– çok yüksek ihtimalle davanızı başarıya ulaştıracaktır. Aksi takdirde başarısız olabilir ve ciddi sorunlarla karşı karşıya kalabilirsiniz.

Doktor

Güvenilir, kişi ayırt etmeksizin sağlık hizmetlerini en doğru şekilde veren, insanlara müşteri gözüyle değil insan gözüyle bakan, soğukkanlı, empati yeteneği kuvvetli, pratik zekâsı yüksek, bilgisini daima yenileyen ve arttıran, sağduyulu, sabırlı ve etik değerlere saygılı olmalıdır. Hepimizin bildiği gibi hastalık, hayatta karşılaşacağımız en zorlu durumlardan biri. Kendimizin ya da bir yakınımızın ciddi bir hastalığa yakalanması tüm hayatımızı altüst eder. Bu aşamada kendimizi çaresizce doktor koltuğunda buluruz. Üstelik bazen durum hayatidir. Mutlaka ama mutlaka tedavi göreceğiniz doktorun, size veya yakınınıza en iyi hizmeti vereceğinden emin olun. Bunun için doktorunuzun yukarıda belirttiğim özelliklere sahip olduğuna emin olun.

Mimar

Yaratıcı, kişilerin ne istediğini anlayabilen, en az birkaç sanat dalını yakından takip eden veya sanatla uğraşan, pratik zekâsı yüksek, işlevsel düşünebilen, teoride ve pratikte aynı şeyleri yakalayabilen kişiler olmalıdır. Eğer bir mimarla çalışacaksanız, bu kişinin sizin isteklerinizi çok iyi biçimde algılaması gerekir. Eviniz, imajınızı yansıtan önemli yerlerdendir. Sizin yaşam alanınızdır. Her daim kendinizi mutlu ve huzurlu hissetmeniz gerekir. Çalışacağınız mimarın çok iyi bir portföyü, başarılı işleri olabilir, fakat önemli olan yaptığı işin hizmet verdiği kişiye uygun olmasıdır. Eğer bir mimarsanız, mesleki yeterliliğinizin yanı sıra mutlaka empati yeteneğinizi de geliştirmeniz gerekir. Bu durum sizi meslek hayatınızda zirveye taşıyacaktır.

Polis

Halkın güvenliği ve huzuru için hizmet eden, empati yeteneği yüksek, soğukkanlı, stratejik düşünebilen, neden sonuç ilişkisini kavrama kabiliyeti olan, fedakâr ve düzenli spor yapan kişiler olmalıdır.

Polislik en zor mesleklerden biri... Polisseniz ya da polis olmak istiyorsanız; katı hiyerarşik yapı, emirler, kurallar ve gerçekleştireceğiniz görevler sizi zorlayabilir. Öncelikle güçlü bir karakteriniz ve sağlam

bir psikolojiniz olmalı. İçinde bulunduğunuz durum her ne olursa olsun öncelikli görevinizin halkı korumak ve onların emniyetini sağlamak olduğunu unutmamalısınız. Mesleğinizi haksız bir avantaja dönüştürerek kendi çıkarlarınız ya da kazançlarınız için kullanmamalısınız. Bu sizi kısa süreli mutlu etse de mesleki onurunuzu zedeleyecek ve uzun vadede depresif ve mutsuz olmanıza sebebiyet verecektir.

Siyasetçi

Dört yıllık lisans eğitiminde siyaset bilimi eğitimi alan ve hatta iki yıl da Avrupa Birliği Uzmanlığı yüksek lisansı yapmış biri olarak siyasetçilerimiz için öncelikle diplomasinin son derece nazik bir davranış ve söylemi olduğunu belirtmek isterim. Söylemek istedikleriniz için üslubunuzun son derece nazik olması gerekir. Eleştirileri doğrudan ve kaba bir biçimde söyleyen siyasetçiler aslında zeki olmadıklarını açık etmiş olurlar. İyi siyasetçiler, söylemek istedikleri ne kadar olumsuz olursa olsun, bu durumu olabilecek en nazik biçimde ifade edebilenlerdir.

İkinci olarak siyasetçiler çok iyi birer satranç oyuncusu olmadır. Stratejik zekânızı geliştirmek için satranç çok önemlidir. Çok iyi tarih bilgisine sahip olmaları gerekir. Unutmayın geçmişi iyi kavrayamayan geleceği de başarılı bir şekilde analiz edemez.

Dürüst, insancıl, halkının içinden, mütevazi, egoları yüksek olmayan, ülke çıkarlarını kendi çıkarlarından üstte tutan, soğukkanlı, duyarlı ve etik değerlere saygılı siyasetçiler işinde başarılı olur. Sevilen ve başarılı bir siyasetçi olmak istiyorsanız mutlaka ama mutlaka bu değerleri gözetmeniz gerekir. Seçmen olarak görevimiz ise ideolojimizin yanı sıra bu değerleri karşıladığına inandığımız siyasetçilere oy vermektir.

Öğretmen

Bilmekle öğretmek aynı şey değildir. Unutmayalım, iyi birer öğretmen olmak için öncelikle sabırlı ve fedakâr olunmalıdır. Öğretmenlerin öğrencilerini yüreklendirici ve onlar için iyi birer örnek olmaları gerekir. Okul dönemi –ister anaokulu, ister üniversite olsun– öğrencilerin karakter yapısının belirlendiği süreçtir. Bu süreçte öğrenciler kendine güvenen, başarılı ve hedeflerine ulaşmak için emin adımlarla ilerleyen bireylere de dönüşebilir; başarısız, ne istediğini bilmeyen, güvensiz bireylere de... Bu zorlu süreçte en büyük iş değerli öğretmenlere düşer. Kendinden emin, karşısındaki öğrenciler için idol olduğunu unutmayan, onlara yakın ama seviyeli, dil bilgisi kurallarına hâkim, iletişimi kuvvetli, yönlendirici, empati yeteneği yüksek ve sabırlı öğretmenler hem

kendilerini hem de öğrencilerini başarıyla buluşturur. Özellikle ilkokul öğretmeni çocuklar için çok ama çok önemlidir. Şayet ilkokula başlayacak bir çocuğunuz varsa, öğretmeninin mesleki yeterliliğinin yanı sıra yukarıda saymış olduğum özelliklere de sahip olmasına özen gösterin. Unutmayın, bu seçim çocuğunuzun ileriki yaşlarında son derece belirleyici olacaktır.

Reklamcı

Pratik düşünebilen, üretken, yaratıcı, sorumluluklarının bilincinde, her alandaki gelişmeleri takip eden, toplumsal dinamikleri gözlemleyebilen, aklındakileri iyi anlatabilen kişiler olmalıdır.

Bankacı

Analiz yeteneği yüksek, planlı, programlı, dikkatli ve güvenilir kişiler olmalıdır. Eğer bankacıysanız, hem müşterilerinizle hem de iş arkadaşlarınız veya yöneticilerinizle iletişiminiz kuvvetli olmalıdır. Giyiminiz ve tavrınızla kendinize güvendiğinizi belli etmeniz gerekir. Bu tavır, müşterilerinizin size güvenmesini ve doğal olarak memnun olmalarını sağlamasının yanı sıra çalıştığınız kurumda yükselme sürecinizi de hızlandıracaktır.

Esnaf

Eğer bir dükkân sahibi ya da çalışanıysanız her gün pek çok kişiyle iletişim halindesiniz demektir. Esnafların iletişim yönü kuvvetli, sabırlı, müşteri memnuniyetini gözeten, dikkatli, saygılı ve dürüst olmaları gerekir.

İlk Buluşma

Yakın bir arkadaşımın kız kardeşi heyecanla yanıma geldi. Hoşlandığı bir çocukla randevusu vardı ve biraz da gergindi. Ne giyeceği, hangi takıyı takacağı onun için büyük bir sorun haline gelmişti. Birkaç öneriyle içini rahatlattıktan sonra sohbet etmeye başladık. Çocuktan gerçekten hoşlanıyordu, fakat konuşmamız esnasında onun hakkında çok fazla bilgi sahibi olmadığını fark ettim. Bu ilk buluşma için sürprizlerle dolu, ancak riskli bir durumdu. Neticede bizim ufaklık büyük umutlarla gittiği buluşmadan hüsranla döndü ve aslında onu pek de tanımadığını kabul etti. İşin özü ilk buluşmada ne giyeceğiniz ve nasıl davranacağınız kadar karşınızdaki insan hakkında ne kadar bilgi sahibi olduğunuz da büyük önem taşır.

İlk buluşmada ne giyeceğiniz aslında nasıl bir buluşma olacağıyla ilgilidir. Ne çok iddialı ne de çok baştan savma olun. Gizli şık, özenli ve bakımlı olmakta fayda var. İyi bir ilk izlenim bırakmak isteyeceğniz,

belki bir fotoğrafla bugünü belgeleyeceğiniz ve özel anlar yaşayacağınız bir gün olacağından çarpıcı bir görüntü yaratmak önemlidir. Çarpıcı bir görüntü yaratırken dikkat etmeniz gereken şey dozajı iyi ayarlamak olacaktır. Ayrıca kendinizi tanıtma fırsatınız olacağından kıyafetiniz konuşmalarınızın önüne geçmesine izin vermeyin. Unutmayın, görüntünüz kadar konuşmalarınız, konuşma tarzınız ve fikirleriniz de büyük önem taşıyor!

İlk buluşmada nereye gideceğinizi bilmiyorsanız diz boylarında olan sade ve hoş bir elbise giyebilirsiniz. Böyle durumlarda garantici olmakta ve risk almamakta fayda var. Ayrıca zarif bir kolyeyle kıyafetinizi tamamlayabilirsiniz. Aynı şekilde aksesuar konusunda da sade olmalı, aşırıya kaçmamalısınız.

Coco Chanel'in dediği gibi küçük siyah elbiseden vazgeçmeyin. Yatırım gardırobunuz bu konuda size yardımcı olacaktır.

Unutmayın, seçeceğiniz giysi amacınıza, gidilecek mekâna, vücut şeklinize, yaşınıza, tarzınıza ve tabii ki hava koşullarına uygun olmalıdır.

Öncelikle onunla ilgilendiğinizi göstermek için onunla ilgili bilgi sahibi olmanızda fayda var. Neyi sever, neyi sevmez, ne yer, ne içer, en sevdiği aktör kimdir, niye sever, ne tarz müzikleri dinlemekten hoşlanır gibi soruların cevabını bilmek sizi buluşmaya 1-0 önde başlatacaktır. İletişime çok açık biri

olmadığını fark ederseniz, sorularınızı art arda sıralamayın. Bu durum onu şaşırtabilir. Eğer iyi bir dinleyici ve gözlemci olursanız kendisiyle ilgili pek çok şeyi zaten öğrenebilirsiniz.

Nelerden konuştuğuna dikkat edin. Sosyal biri mi yoksa sportif mi? Sporla ilgilenen erkekler size ilk buluşmada mutlaka ipuçları verecektir. Tuttukları takımlarla ilgili konuşacaklardır. Diyelim ki sizi bir futbol maçına davet etti ve bu alan sizi pek çekmiyor. Yine de teklifi kabul edin. Tuttuğu takımın formasını giymek istemiyorsanız bile o renklerde, sade ve bir o kadar da kendi stilinizi anlatan bir kombin tercih edebilirsiniz. Makyajınız ise natürel tonlarda olabilir.

Tüm bu gelişmeler olurken kendi tavrınızdan ve karakterinizden asla ödün vermeyin. Mesela tenisle ilgilenen birinden hoşlanıyorsanız onunla tenis oynamaya kalkmayın! Sadece bu konuda bilgi edinin ve gelişmeleri takip edin. Fakat tenisi daha önce hiç denemediyseniz tenis kıyafeti alıp onunla oynamaya çalışmayın. Samimi ve dürüst olmakta fayda var.

Diyelim ki spor odaklı beylerden çok uzak sofistike bir beyefendiye ilgi duyuyorsunuz... Bu tarz erkekler genelde şehirde yeni açılan mekânları bilen, yeni çıkan kitapları takip eden, modayla, sanatla yakından ilgilenen ve hatta belki bir spor dalıyla profesyonel olarak uğraşan bireyler olabilir. Muhtemelen mükemmeliyetçi

ve zevkli biridir. Öncelikle sizin iyi bir dinleyici olmanız gerekecektir, çünkü kendini anlatmayı seven, kendiyle biraz da olsa övünen biridir. İyi bir dinleyici olmanızı beklerken sizden de entelektüel yorumlar bekleyecektir. İyi bir dinleyici olmak sonsuza kadar susmanız anlamına gelmez. Onun ilgilendiği konularla ilgilenmeniz ona da çekici gelecektir. Fakat yine imajınızdan ve duruşunuzdan ödün vermemelisiniz. Örnek olarak size şu kitabı okudun mu tarzında soru sorduğunda, eğer okumadığınız bir kitapsa dürüst olun ve "Henüz okuyamadım, fakat okumayı istiyorum" diye yanıtlayın. Kimbilir, belki de size kendi kitabını ödünç verir.

Kıyafetlerinize dönecek olursak, şık bir akşam yemeği için şık, eşsiz, lüksü yansıtan kumaşlardan yapılan bir elbiseyi tercih edebilirsiniz. Tasarımcıların ürünlerini takip edin ve en son trendlerden haberdar olun. Eşsiz ve büyüleyici renk seçimi konusunda iddialı renkler uygun olabilir. Uyumlu bir görünüm elde etmeye çalışın. Aksesuar tercihinde rafine ve sade takılar uygun olabilir. Geleneksel tarzda birinden hoşlanıyorsanız, klasik tarzda kıyafetler tercih etmenizde fayda var. Bunun yanında vücudunuzu teşhir edecek elbiselerden uzak durmaya çalışın. Dekolteden uzak durun. Renk seçimi konusunda iddialı ve dikkat çekici renkler yerine daha yumuşak tonları tercih edin.

KURUMSAL İMAJ

Kurumsal imajı, kurumların imajı olarak da adlandırabiliriz. Tıpkı kişilerin imajı olduğu gibi kurumların da imajı vardır. Önceki bölümlerde imajın ne olduğunu ve etkili imajın öğelerini birlikte gözden geçirmiştik. İşte aynı şekilde kurumsal imaj, kurumların da kendilerini hem tüketiciye hem de rakiplerine en iyi şekilde anlatması anlamına gelir. Kurumsal imajın etkili ve başarılı olabilmesinin en önemli yolu kurumun rakiplerinde olmayan olumlu farklılıklarının vurgulanmasından geçer. Değer oluşturmanın en önemli yollarından biri kurumsal imajdır. Bunun yanı sıra inandırıcı olmak, güvenilir ve istikrarlı olmak, tutarlı olmak da büyük önem taşır. Kurumsal imaj o kadar önemlidir ki çalışanlar, kurumsal imajı oturmuş şirketlerde daha az maaşla çalışmayı kabul eder.

Kurumsal imajla ilgili bir analiz yapabilmemiz için o kurumla ilgili pekçok bilgiye sahip olmamız

gerekir. Tüketicilerin ürünleri kullanırken kafalarında oluşan imajın ne olduğunu öğrenmek ve arzu edilen imajı yerleştirmek gerekir. Kurumsal imaj stratejileri belirlenirken mutlaka ve mutlaka kurumun hedefleri göz önüne alınmalıdır. Hedefler üç bölümde incelenmelidir. Kısa vadeli, orta vadeli uzun vadeli olmak üzere üç gruba ayırmalı; öncelikler belirlenmeli, gerektiği takdirde orta ve uzun vadede iyi bir kazanç için kısa vadeli bir kazançtan vazgeçilebilmelidir. Rekabetin çok fazla olduğu günümüzde kurumların öne geçebilmelerinin yolu mutlaka etkili bir kurumsal imajdan geçer. Kurumun anahtar kelimelerinin ve değer yargılarının saptanması önemlidir. Bununla birlikte belirlenecek, mutlaka değişmeyecek süreç kurumsal kimlik çalışmasıyla başlar. Bu çalışma kurumun değerlerini, hedeflerini, misyonunu ve vizyonunu yansıtacak şekilde hazırlanmalıdır.

Kişilerde nasıl ki kıyafet, renk ve aksesuar seçimi gibi detaylara karar veriyorsak, kurumsal imajda da kurumsal kimlik süreci kurumun görsel danışmanlık sürecini oluşturur. Ancak görsel imaj sürecinin medya ilişkileri, müşteri ilişkileri ve hizmetleri, ürün kalitesinin geliştirilmesi ve çalışanların daha aktif hale getirilmesi gibi diğer süreçlerle desteklenmesi gerekir. Kurumsal imaj bir kuruluşun çalışanları, hedef grupları (müşteriler, ortaklar vs) ve

kamu üzerinde kurum kimliğinin etkisi sonucunda ortaya çıkmaktadır. Kuruluşun kimliği aracılığıyla kişilerde organizasyon hakkında bir görüş, resim ve düşünce oluşmaktadır. Kuruluş hakkında oluşmuş olan bu yabancı resim, yalnızca soyut bir izlenimdir. Gerçekliğe çok yakın olabilir, fakat onunla tam olarak örtüşmez. Kurumun kendisi hakkında sahip olduğu düşünce ile hedef grubun sahip olduğu düşüncenin örtüşmesi durumu ise ideal imajı oluşturacaktır. İster kurumsal ister bireysel imaj olsun, önemli olan doğru imajın oluşturulabilmesi ve etkili bir şekilde yönetilebilmesidir. Bu yüzden aslında sizin ne söylediğiniz ya da ne söylemeye çalıştığınız değil, nasıl anlaşıldığınız belirleyici olacaktır. Çünkü nasıl anlaşırsanız, o şekilde kabul görürsünüz. Hedef istediğiniz gibi anlaşılmaksa doğru bir altyapı hazırlamalısınız. Hedeflerinize, hedeflenen gruba göre de imajınızı şekillendirmekte fayda var. Kurumsal imajla birlikte kurumlar uzun vadede saygınlık ve güven kazanır. Kazanılan güvenle birlikte ürünlere ve hizmetlere olan talep artar. Güven nedeniyle talep istikrarlı bir hal alır. Bütün bunlar kurumun kârlılığını arttırmaya yöneliktir.

Mevcut araştırmalara göre kurumun iklimi, konforu, fiyatları, ürün ve hizmet kalitesi, diğer kurumlardan farklılıkları kurum imajının temel elementleridir. Her bir element tüm kurum imajının oluşumuna

farklı açılardan katkılarda bulunur. Kurumların imaj oluşturma sürecinde çeşitli dinamiklerle hedef kitleye ulaştırılmak istenen mesaj birlikte ulaştırılır. Hizmetler/ürünler reklam unsurları, çalışan kalitesi, potansiyeli ve performansı, logo vs (kurumsal kimlik öğeleri), sosyal etkinlikler, sponsorluk ve sosyal sorumluluk etkinlikleri, fiziksel koşullar, hizmet binası gibi bu dinamikleri arttırmak mümkündür.

Kurumsal markaların kurumsal imajlarının dışına hiç çıkmadıklarını görürsünüz. Örneğin "high fashion" bir marka olan Louis Vuitton'da indirim yoktur. Çünkü zaten hedef kitlesi bellidir ve markanın bu kitleyi çoğaltmak gibi bir derdi yoktur. İmajı lüks, orijinal, eşsiz ve benzersiz bir algıya sahiptir. Buna karşın H&M gibi "fad fashion" bir markada hedef kitlesini arttırmak ve tasarımcıları kendi çatısı altında ulaşılabilir fiyatlarla buluşturmak için çeşitli organizasyon ve kampanyalar yapabilir.

SONSÖZ

Değerli okuyucularım,

Umarım size bu kitapla anlatmak istediklerimi açıkça aktarabilmişimdir. Kitabımı bitirirken size son olarak seslenmek istiyorum. Unutmayın, kendinizin bir eşi benzeri daha yok! Evrende hepimiz eşsiz, benzersiz ve birbirimizden farklıyız. Ve fakat bir o kadar da birbirimize benziyoruz.

Hayal ettiğimiz hayatı yaşamak, insanlar tarafından hak ettiğimiz değeri görmek, öncelikle kendimizi sevmekten ve daha da ötesi özsaygımızı korumaktan geçiyor. Özsaygımızı korumak öncelikle başkalarının hayatına saygı duymak, onurlu olmayan davranışlardan kaçınmak ve empati yeteneğimizi kullanmakla mümkün olur.

Hayal ettiğimiz şeyleri gerçekleştirmenin ikinci yolu ise mücadele ve azimle çalışmaktan geçer. Odaklandığınız şey her neyse, düşünürken mutlaka ve mutlaka korku ve kaygı gibi olumsuz duygulardan arınmaya özen gösterin. Bunun için sizlere meditasyonu önerebilirim. Bunun yanında istediğiniz şeyi kâğıda dökün ve günde otuz kez yazın. Bakın bakalım hayatınızda neler değişecek...

Olumlamalar vazgeçilmeziniz olsun. Fakat bunu yapmadan önce ne istediğinizden emin olun ki vizyon kayması yaşamayın. Hareket enerjisinin gücünü hafife almayın. Harekete geçin, çabalayın, inancınızı sağlam tutun ve gerisini evrene bırakın.

Şahika Güler

KAYNAKÇA

1. *İmaj ve Zerafetin Büyüsü*, Şahika Güler, Hayatağacı Yayınları, 2011
2. *Tablolarla Kostüm Tarihi*, Elif Jülide Dereboy, 2012
3. *Adabı Muaşeret*, Yasemin Tecimer, Karakutu Yayıncılık, 2012
4. *Fashion Since 1900*, Valerie Mendes/Amy de la Haye, 2010 New Edition
5. *How to Dress for Success*, Edith Head with Joe Hyams, 2009
6. *The Fashion Book*, Phaidon, 2001
7. *Dizionario Della Moda*, Guido Vergani, edizione 2010
8. *Skinny Bits, Wisdom for a Flourishing Image Bussiness*, Lynne Marks