

PŘÍPRAVA VAŠEHO ŠATNÍKU NA ROK 2020

Váš průvodce pro ujasnění toho, co chcete od vašeho šatníku v roce 2020. Odpovíte si díky němu na důležité otázky a ukáže vám směr, kam se vydat. Případně vám potvrdí, že jste na své k tomu skvělému šatníku správně.

3 kousky, které mě v roce 2019 nejvíc bavily = často jsem je nosila

Naštěstí všichni máme nějaký vnitřní poradní hlas, který nám dobře říká, co je náš šálek kávy. Ten kousek oblečení, v kterém se cítíme skvěle a jsme v něm spokojenější a více sami sebou, nám napovídá, že jdeme tou správnou cestou. Zkuste si níže napsat, které 3 kousky to byly u vás a u těchto kousků definovat to, proč je tak ráda nosíte. Je to např. kvůli jejich materiálu, střihu, minimalistickému stylu/excentričnosti...? Až budete mít hotovo, pokračujte na otázku níže. Doporučuji nepřeskakovat a dělat skutečně postupně.

1.

2.

3.

Následně zjistěte (a případně si je podtrhněte), zda jsou některá kritéria nebo vlastnosti u všech tří kousků společná. Pokud ano, pak tato slova budou pravděpodobně také těmi slovy, které budou platit pro charakteristiky šatníku, se kterým budete spokojená.

Tedy např. pokud vaše oblíbené kousky mají charakteristiky jako: neutrální, nude, čisté barvy, minimalistický design, pak velmi pravděpodobně by i váš šatník mohl mít tyto charakteristiky.

3 Outfity, které se mi v roce 2019 povedly

Najděte ve své skříni 3 outfity (tedy kompletní celky), ze kterých máte pocit, že se vám je podařilo vytvořit tak, že se v nich cítíte i působíte výborně. Popište je a vyfotťte je na sobě.

Tyto popisy a fotky vám pomohou vidět, co je ten váš šálek kávy z toho vizuálního pohledu. Na fotkách uvidíte také náznak vašeho stylu, ale i stylingu (= tedy osobitého "doladění" celého outfitu) , který vám pomůže dále v definování vlastního stylu. Zkuste také opět stejným způsobem věnovat pozornost prvkům, které se jeví jako společné, pro všechny outfity.

1.

2.

3.

3 věci, které jsem se v roce 2019 ve svém šatníku naučila

Je naprosto přirozené, že některé věci přichází a jiné odchází. Proto i v šatníku se můžeme o sobě něco naučit, pochopit, něco nové přivítat a s něčím se rozloučit. Co o sobě, své postavě, šatníku, stylu už vím? Co jsem pochopila a naučila se nově? Co je v mém šatníku teď jinak, než před rokem? Mám raději víc barev? Míň barev? Extravaganci? Jednoduchost? Zkuste se zamyslet a uvést 3 věci:

1.

2.

3.

3 věci, které jsem už dlouho nenosila

Je něco, co na sobě už dlouho neměla? Pravděpodobně už vám to nevyhovuje. Je naprosto přirozené, že váš šatník i styl se vyvíjí, posouvá, společně s vámi. Vy taky nezůstáváte po celou dobu svého dospělého života stejná. Stejně tak se pravděpodobně vyvíjí i váš šatník. Měníte váhu, mění se vaše priority, vyvíjí se vnímání barev a potřeba zaujmout... Většinou se neměníte nějak dramaticky, spíše postupně. A mj. také (stejně jako vy) má váš šatník jistá období. (období rodičovské dovolené, manažerského postu apod.). A tak z různých důvodů, už některé věci, které nám ještě předloni vyhovovaly už teď do šatníku nepatří.

Většinou to zjistíte při pravidelném detoxu/organizování šatníku, na který najdete návod [v jedné z kapitol mého eBooku](#), který máte k dispozici tady. Definujte si proč už k vám, vaší osobnosti neseďí a proč by měli skříň opustit. Pravděpodobně pak, po definování těchto tří kousků, se objeví ještě další, které mají tytéž charakteristiky a jsou tak také horkými kandidáty na to, že už k vám a tomu, co chcete a potřebujete, nepatří.

1.

2.

3.

Co chci ve svém šatníku v roce 2020 změnit?

Předchozí otázky vám ujasnily, kde jste. Už víte, co je váš šálek kávy a co už váš šálek kávy pravděpodobně není. Víte, kam jste se posunuly a co už nepotřebujete. Když tohle víte, máte velmi dobrý odrazový můstek. To odkud se chcete pohnout. Teď přichází prostor proto, říct si kam se chcete pohnout. Kam se chcete s vaším šatníkem vydat? Zamyslete se nad sebou, svými potřebami. Tím co se vám líbí a co chcete.

Co chci změnit?

Proč to chci změnit?

Jak se díky tomu budu cítit?

Poslední otázka je důležitá. Protože nejde o to, jak co konkrétně budete mít na sobě, ale jak se v tom budete cítit. Pocity jsou důležitou součástí vašeho života a odrážejí jeho kvalitu.

Nástěnka, která vystihuje můj šatník v roce 2020

Popustte uzdu své fantazii a najděte vytvořte si nástěnku toho, jak byste chtěla, aby váš šatník, nebo spíše váš celkový styl, působil. Použijte k tomu buď aplikaci pinterest, nebo pokud máte rádi "hmatetelné nástěnky" - klidně si vystříhejte obrázky z magazínů nalepte je na čtvrtku tvrdého papíru. Opusťte při tom tvoření staré myšlenky - "to přece nejde", "to mi nesluší", "to nemůžu", "vím že to nemůžu nosit".

Kdyby mohl váš šatník vypadat jakkoliv, jak by vypadal? Na to se ptejte sebe samé. A pak tyto vizuální představy přeneste na nástěnku.

Vytvoříte tak nástěnku, složenou z outfitů, atmosféry, nálady, dílčích kousků toho, jak by mohl působit váš šatník v roce 2020.

Gratuluji vám!

Pokud jste došly se svými odpověďmi na dílčí otázky až sem, velmi pravděpodobně už o sobě, svém šatníku a potřebách víte dost na to, aby tato představa byla natolik konkrétní, že bude možné ji skutečně zhmotnit.

Nechci vás na té cestě nechávat samotné, protože vím, kolik úsilí to stojí, vybudovat osobitý a funkční šatník. Nemusíte se cestou dopouštět metody pokus omyl, ale jít se mnou rovnou k cíli. Ráda vás na té cestě provedu, a to prostřednictvím konkrétních a praktických postupů, v mém

[novém eBooku](#). Pomůže vám postavit váš šatník od základů správně. Od těch VAŠICH ZÁKLADŮ. Vás, vaší osobnosti. Pokud chcete dát vědět, až bude k dispozici, nechte mi [tady na vás kontakt](#), a já se vám ozvu.