

CONOSCERE SE
STESSI PER
COMUNICARE
CON SICUREZZA
Workbook

DRESS COMMUNICATION KIT

“PRIMA DI GIUDICARE QUALCUNO, CAMMINA PER TRE LUNE NEI SUOI MOCASSINI.”

**Conoscere e apprezzare chi sei è tutto.
È il primo passo per vestirsi al meglio.**

Per sapere cosa vuoi dire di te devi
conoscere bene chi sei e ascoltare i tuoi
desideri.

Grazie a quanto hai appreso sai
perfettamente come creare l'etichetta che
desideri ti sia messa.

Supporta la tua **unicità perchè è ciò che ti
fa essere umano e che ti mette in
correlazione al mondo.**

Sei consapevole?

CIÒ CHE DICI E CIÒ CHE CREDI DI DIRE CON I TUOI ABITI

Ecco un curioso esercizio che ti aiuta a verificare quanto sei consapevole del messaggio che invia la tua immagine.

- Descriviti in 10 aggettivi

- Guardati allo specchio vestita

- Oscura il volto e guardati descrivi quella persona che vedi in 10 aggettivi

- Quanti aggettivi in comune ci sono tra i due elenchi? _____

- Quali aggettivi mancano?

- Prova a pensare come si veste chi ha quelle caratteristiche che non hai ritrovato?

- Cosa dovresti indossare per esaltare quelle caratteristiche?

**LA MIA IMMAGINE È COERENTE CON CIÒ CHE
PENSO DI ME SE INDOSSO :**

FAI UNA LISTA DEI TUOI POSSIBILI ACQUISTI FUTURI
BASANDOTI SU CIÒ CHE, SECONDO TE, MANCA NEL
TUO GUARDAROBA PER ESALTARE LE
CARATTERISTICHE CHE VUOI COMUNICARE:
