

E-BOOK

In 5 stappen naar een liefdevolle relatie met je kledingkast, zowel privé als zakelijk.

Met tips en opdrachten.



KLEUR UNIEK

Voor de vrouwelijke ondernemer die zichzelf wil blijven
en toch serieus genomen wil worden.



KLEUR UNIEK

INTRODUCTIE:

Gefeliciteerd met het downloaden van dit E-book.

Waarschijnlijk sta je regelmatig twijfelachtig voor de spiegel: “Is dit het nou? Ga ik met deze outfit naar mijn afspraak? Of wordt het die andere bloes?” Toch nog maar een keer verkleed. Als je de deur uit gaat ben je nog niet echt helemaal tevreden, maar oké, het is wat het is.

Ik kan je vertellen dat je niet de enige bent, die worstelt met haar kleding. Ook ik was lange tijd niet tevreden met hoe ik eruit zag. Anderen wisten zichzelf altijd zo zelfverzekerd, stijlvol of professioneel te kleden, maar als ik mijzelf in de spiegel zag, kreeg ik nooit dat ‘WOW’- gevoel. Altijd was er weer dat stemmetje in mijn hoofd: ‘Het is het net niet, maar ik weet niet wat ik eraan kan veranderen om het helemaal naar mijn zin te krijgen’. En als ik dan op de (zakelijke) afspraak verscheen kreeg ik het idee dat anderen niet de waarde van mijn diensten zagen, of dat ik extra mijn best moest doen om gehoord te worden. Ik deed naar mijn idee altijd onder voor anderen.

Tot ik de impact van alle aspecten aan kleding ontdekte. Dat de kleur van de kleding bij je uiterlijk moet passen en dat het ene model je beter staat dan het andere, dat wist ik wel. Maar er zijn zoveel meer aspecten aan kleding die bepalen of het naar je zin is. Die ervoor zorgen dat het hele plaatje klopt. Toen ik, zeg maar, de ‘Taal van kleding’ in zijn geheel leerde kennen ging er een wereld voor me open. En ik neem je graag mee op deze ontdekkingsreis.

In dit E-book neem ik je stap voor stap mee. Je krijgt inzicht in alle elementen, die meespelen om dat “WOW” gevoel te krijgen, zodat je weer blij voor je kledingkast staat. Sommige aspecten zijn misschien niet nieuw voor je. Toch noem ik het, omdat je op deze manier een totaal plaatje krijgt over de taal van kleding. Bij elke stap geef ik je een aantal tips en/of een opdracht. Ik nodig je uit om er daadwerkelijk mee aan de slag te gaan. Pas dan boek je grotere resultaten: krijg je (weer) een liefdevolle relatie met je kledingkast en voel jij je zekerder in je kleding, omdat je weet dat de kleding je echt goed staat.

Ik inspireer je graag, zodat je voortaan opgetogen en vol zelfvertrouwen de deur uit gaat of dat nu voor een zakelijke afspraak, of voor een privé aangelegenheid is.

Veel leesplezier!

Nanda



Stem de kleuren en het contrast van je kleding af op jouw uiterlijk

Kleur

Wist je dat kleuren elkaar beïnvloeden?

Misschien heb je wel eens ontdekt dat je in de zomer met een witte bloes extra bruin lijkt. Maar als je in de winter datzelfde bloesje aantrekt, verdwijnt ineens alle kleur uit je gezicht; je lijkt wel ziek zo bleek zie je eruit!

Dat komt omdat wit andere kleuren intensiveert. Kijk maar naar de foto van de Golden Retriever hiernaast. Op het asfalt is haar vacht bijna wit; in de sneeuw lijkt ze geel/beige. Het beige wordt intenser door de sneeuw.

Zo is het ook met de kleuren die je draagt. Ze kunnen de kleuren van je huid-, haar en ogen versterken en je een gezonde uitstraling geven. Of ze maken je flets en doen niks voor je.

In principe kun je elke kleur dragen, als je maar weet welke tint van die kleur het beste bij jou naar boven haalt. Is dat een fel blauwe kleur of een gedempt blauwe kleur, een blauw met iets meer geel erin vermengd, of juist gemengd met grijs?

Kijk daarvoor naar je eigen huid-, haar- en oogkleur. Wanneer je die namelijk herhaalt, wordt het versterkt.

Wanneer je een diepe, intense haarkleur hebt, is een diepe, intense roze of blauw ook vaak mooi voor je. Heb je een meer onbestemde haarkleur, dan zijn gedempte kleuren vaak mooier bij je (bijvoorbeeld een roze, wat niet helemaal uitgesproken roze is).



Contrast

Ook het contrast in jouw natuurlijke kleuren bepaalt welke kledingcombinaties mooi bij je staan. Contrast wil zeggen het verschil tussen licht en donker. Wanneer je een donkere haarkleur hebt en een lichtere huidskleur is het ook mooi om in je kleding een hoog contrast te dragen; bijvoorbeeld antraciet in combinatie met off white. Maar zit er minder verschil (in donkerte) tussen je huid en haar, dan is een ton-sur-ton combinatie (tinten dicht bij elkaar) mooier voor jou.

Een voorbeeld maakt dat duidelijk.



Nancy heeft een donkere huid en diep donker bruin haar. De kleding die ze op de eerste foto draagt is lichter dan haar uiterlijk. De tuniek komt overeen met de donkerte van haar huidskleur (dat zie je op de zwart – wit foto). Maar de donkerte van haar haarkleur en ogen komt niet terug in de rest van de outfit. Daardoor doet deze combinatie weinig voor haar. Het maakt haar flets.

In de tweede outfit is het jasje even donker als haar huid, de donkerte van haar haar zie je terug in de broek en de oogkleur komt terug in de bloes. Daardoor doet deze combinatie veel meer voor Nancy. Ze komt veel krachtiger over.

Hoe stem jij de kleur en het contrast af op je uiterlijk?

Vind je het zelf lastig om voor de spiegel te bepalen welke kleurtinten jou mooi staan en of je mooier bent met een sterk contrast of juist een klein contrast, dan raad ik je een kleurenanalyse aan.

Bij een kleurenanalyse wordt zowel de opbouw van je huid-, haar- en oogkleur in kaart gebracht. Deze kleurcombinatie is bij iedereen uniek! Dat geldt ook voor het contrast. Na die kleurenanalyse krijg je een persoonlijke kleurenwaaier met daarin het pallet aan kleuren die jou het mooiste staat.

Als je weet welke kleuren een positief effect op jouw uitstraling hebben, hoef je niet meer alleen te kiezen voor de veilige kleuren, zoals zwart, wit en blauw. Door andere kleuren te dragen laat je meer van je persoonlijkheid zien en zul je sneller onthouden worden. Dat komt je zichtbaarheid als ondernemer ten goede.

Kleuren die in harmonie zijn met je uiterlijk, - een mooi plaatje aan de buitenkant - is niet het enige wat bepaalt of je je fijn voelt in je kleding. Ook jouw persoonlijkheid, de stoffen en de stijl zijn van invloed. Daarom stopt het niet bij stap 1. Er zijn meer stappen te nemen. Daarover later meer.

Eerst twee praktische tips wat je nu zelf al kunt doen om de kleur en het contrast af te stemmen op jouw uiterlijk:

TIP 1: OOGKLEUR

Wanneer je de kleur van je ogen terug laat komen in je kleding, bijvoorbeeld dezelfde kleur bloes, dan intensiveer je de kleur van je ogen. Want wat je herhaalt wordt versterkt. Je ogen krijgen meer glans. Omdat je via je ogen contact maakt met mensen zijn sprankelende ogen een mooie binnenkomer als je een afspraak hebt waarin persoonlijk contact belangrijk is. Bijvoorbeeld bij een netwerkbijeenkomst, of als je een lezing moet geven voor een groep. Je oogverwante kleur helpt je om snel contact te maken met je publiek.

TIP 2: CONTRAST

Wil jij jouw persoonlijke contrast bepalen? Maak net als in het voorbeeld van Nancy een zwart-wit foto van je gezicht. Leg daarnaast een zwart-wit foto van je outfit *.

Zorg dat de grijswaarden van je gezicht (hoe donker de kleur van je huid, haar en ogen is) terug komen in je kleding, zoals bij Nancy op de tweede foto.

* Het mag ook in één foto, maar dan zie je niet goed de donkerte van je ogen, omdat deze in verhouding klein zijn.



STAP



2

Bepaal welke modellen kleding bij jouw uiterlijk passen met een figuuranalyse.

Als tiener leerde ik naaien van mijn moeder. Ik was super trots toen ik mijn eerste broek had genaaid. Maar oh, wat voelde ik een teleurstelling, toen ik voor de spiegel stond. Hij stond zo anders bij mij als op het plaatje van de KNIPMODE.

En toen ik een nieuwe trui had gekocht in de winkel, stond het lang niet zo vlot, als dat het bij mijn vriendinnen stond. Hoe ik ook mijn best deed. Ik kreeg het niet voor elkaar om er echt leuk uit te zien.

Wat ik toen niet wist, was hoe de verhoudingen binnen mijn lichaamsfiguur waren. Ik was me niet bewust van het feit dat de één een duidelijke taille heeft en een ander geen taille. Ik had wel eens gehoord van een zogenaamd 'peer-figuur' of een 'O-figuur', maar wat dat concreet inhield en welk figuur ik had, daarvan had ik geen idee.

Tijdens de stijlopleiding en later in mijn werk, ontdekte ik dat de verhoudingen binnen je lichaam voor iedereen uniek zijn. Net als de combinatie van de oog- huid- en haarkleur voor iedereen anders is, is dat met de lichaamsverhoudingen net zo. Daardoor kon ik niet uit de voeten met die globale indeling en kon ik er geen conclusies uit trekken wat voor mij de mooiste modellen zijn.

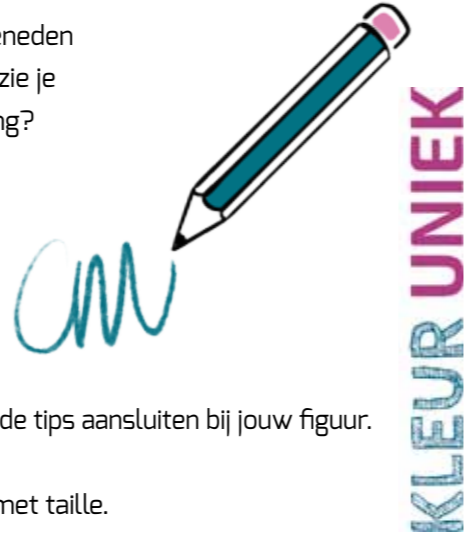
Wat een openbaring toen ik inzicht kreeg in de specifieke ijkpunten binnen mijn figuur en besepte dat de modellen van mijn kleding daarbij moesten aansluiten. Het lijkt zo logisch, maar ik weet zeker dat ik niet de enige ben die mijn ijkpunten niet zag. Daarom geef ik je graag de volgende opdracht, zodat jij ze ook leert kennen.



Doe je eigen figuuranalyse:

Ga voor de spiegel staan en beantwoord de volgende vragen, om je eigen lichaamsfiguur te analyseren:

- Heb je een taille, of loopt de zijkant van je body recht naar beneden (vanaf je buste tot aan je heupbot)? En als je een taille hebt, zie je dan een duidelijke versmalling, of is dat een lichte versmalling?
- Hoe is de verhouding tussen je schouders en heupen? Zijn ze even breed of is één van twee duidelijk smaller / breder?
- Is de lengte van je bovenlichaam (gemeten vanaf je kruin, tot je heup) even lang, korter, of langer, dan je benen?



Maak naar aanleiding van bovenstaande een simplistische tekening van jouw silhouet. Laat kledingmodellen met de volgende tips aansluiten bij jouw figuur.

- Heb je een taille, dan kies je voor een colbert, bloes of shirt met taille.
- Zijn je heupen breder dan je schouders, dan breng je evenwicht in je figuur door modellen te kiezen die je schouders breder laten lijken. Bijvoorbeeld door kleine plooitjes bij de mouwziet op de schouders of door een colbert met kraag te kiezen.
- Verticale lijnen - zoals een vest of colbert wat je open draagt of een vouw in de broekspijp - laten je langer lijken. Als je benen langer zijn dan je bovenlichaam, kies dan voor verticale lijnen op je bovenlichaam. Heb je een langer bovenlichaam, kies dan voor verticale lijnen in het model van je broek of rok.



TIP 3: VORM TOEVOEGEN

Wanneer je vorm toevoegt aan je uitstraling, komt jouw deskundigheid beter tot zijn recht. Een colbert met een kraag (meer vorm) heeft daardoor een meer zakelijke uitstraling dan een colbert met een ronde halslijn.

Het effect op je ondernemerschap

Als jouw kleding aansluit bij je lichaamsfiguur kom je op een andere manier over dan dat je je verhult in je kleding. De vormen van je figuur mogen duidelijk uitkomen om een meer zakelijke uitstraling te creëren. Ja, dat is spannend, want je hebt het idee dat je buik of andere - in jouw ogen - negatieve punten dan ook gezien worden. Maar vergeet niet dat jij alleen dat éne punt ziet. Je gesprekspartner ziet het totaal plaatje.

Wanneer je weet waar jouw sterke punten liggen binnen jouw lichaamsfiguur en wat je wilt camoufleren, weet je je representatiever te kleden. Je krijgt een meer professionele uitstraling, waardoor je zelfvertrouwen groeit. Dat straalt je uit, waardoor je door (potentiële) klanten serieuzer wordt genomen.

Kijk naar de foto van Bea. Zij verhulde zich in wijde kleding, omdat ze vond dat ze haar buik moest camoufleren. Op deze manier heeft ze weinig vorm in haar figuur. Haar uitstraling is daardoor nonchalant. Terwijl ze juist in haar werk daadkrachtig en oplossingsgericht is. Door de andere outfit komt ze beter tot haar recht en creëert ze een uitstraling die beter bij haar figuur en bij haar bedrijf past.



TIP 4: BUIK CAMOUFLEREN

Veel vrouwen veranderen rond middelbare leeftijd van lichaamsfiguur. De buik is niet meer zo strak als vroeger. De valkuil is om je te verstoppen in wijde kleding om de buik te verhullen. In die valkuil stapte Bea ook, met negatieve gevolgen voor de uitstraling als professional. Door de aandacht te verleggen naar het gezicht, met een fleurige sjaal valt het buikgedeelte veel minder op.



Laat de stijl van je kleding aansluiten bij jouw persoonlijkheid

Op welke manier koop jij je kleding? Snuffel je wat rond in de winkel en hoop je op goed geluk iets te vinden wat je leuk lijkt? Of weet je wat je zoekt? Op welke items je 'aan' gaat en wat niet jouw smaak is?

Het aanbod in de winkels wordt bepaald door de mode. Als jij geen idee hebt aan welke eigenschappen kleding voor jou moet voldoen, is de kans groot dat je iets kiest wat niet volledig jouw stijl is. Je stapt makkelijk in de valkuil om mee te doen met de trends: dat ene kanten bloesje staat bij je collega zo fantastisch en je ziet er zoveel in de winkel hangen, dat moet jij ook maar eens proberen. De verkoopster is super enthousiast en daarom koop je het. Als het eenmaal in de kast hangt, komen de twijfels. Het gevolg is dat het bloesje verstoft in de kast.



Als je weet waar jouw voorkeuren liggen en wat jouw persoonlijke stijl is, dan is de kans op miskopen veel kleiner. Wát je voorkeur heeft, heeft alles te maken met je persoonlijkheid. Waar houd je van, wat vind je belangrijk in het leven? Die belangrijke waarden moeten matchen met de uitstraling van het kledingstuk, anders draag je het niet met plezier. Het klopt dan niet met wie jij bent.

Zelfkennis is dus belangrijk voor het vinden van kleding die bij je past.

Voor privé stopt daar het verhaal. Kies waar je je fijn in voelt en dan is het oké. Maar als ondernemer neem je ook je bedrijf mee. De waarden die belangrijk zijn in jouw bedrijfsvoering moet je ook zelf uitstralen, want jij bent je eigen visitekaartje. Als je gesprekspartner aan jouw uitstraling ziet, wat jij te bieden hebt, wordt het ondernemen veel eenvoudiger.

Dat niet elke ondernemer zich daar bewust van is, blijkt uit het volgende praktijkverhaal.



Praktijkverhaal:

We volgden elkaar al een tijdje via Linked-in. Rieke* is illustrator. Door alle berichten kon het voor mij niet anders dan dat ze super creatief was... Maar ik was totaal in verwarring toen ik haar op een live bijeenkomst ontmoette. Ze droeg een casual spijkerbroek, vestje en stoere schoenen. Dit kon toch niet de creatieve Rieke zijn die ik op Social Media volgde? Tja, toch was het zo. We raakten aan de praat en ik gaf eerlijk aan dat ik verbaasd was. Zij vertelde dat ze vooral niet wilde opvallen en dat ze zich daarom zo basic mogelijk kleepte. Daar voelde ze zich lekker bij. "Dat snap ik wel", zei ik, "maar hoe zien potentiële klanten wat jij te bieden hebt? Je bent toch meer dan alleen 'van de achtergrond'. Je bent toch ook ondernemer en daarmee je eigen visitekaartje?" vroeg ik haar.

Dit zette haar aan het denken. Wilde ze wel onopvallend en doornisje zijn? Nee, als ze eerlijk naar zichzelf keek, klopte dat niet. Ze hoefde niet het hoogste woord te voeren. Maar ze wil wél gehoord en gezien worden. Niet alleen als ondernemer, maar ook privé. Daar ontbrak het nog wel eens aan. Rieke bedacht dat als de verwarring bij mij ontstond, deze ook bij potentiële klanten ontstond? Dan moest ze heel wat overtuigingskracht gebruiken voordat ze een 'ja' te horen kreeg. En dat herkende ze ook.

Er viel een kwartje. Haar kledingstijl gaf niet haar hele persoonlijkheid weer: bescheiden, maar tegelijk creatief en met een duidelijke mening. Daar kwam haar onbestemde onzekerheid vandaan met betrekking tot kleding. Daarom stond ze nooit blij voor haar spiegel. Het was geen compleet beeld van wie ze (als ondernemer) is.

We zijn samen aan de slag gegaan. Het resultaat mag er zijn. Ze weet nu hoe ze met haar voorkeur voor casual kleding ook een professionele, creatieve en stoere uitstraling kan creëren.

** de naam Rieke is in verband met haar privacy gefingeerd.*



CREATIEF?

JA!
 NEE

KLEUR UNIEK

Hoe is het bij jou?

Misschien herken je jezelf in Rieke; dat je niet op wilt vallen en je alleen van praktische /casual kleding houdt. Maar ergens knaagt er iets en ben je net zoals Rieke, niet 100% blij als je in de spiegel kijkt. Waar het aan ligt kun je niet zo zeer benoemen. Grote kans dat jouw diversiteit aan eigenschappen, niet helemaal uit de verf komt.

Ik zie iedereen als een diamant, met allemaal verschillende vlakken, die allemaal bij je horen. In elke gelegenheid wil je een bepaalde kant van de diamant laten zien. Maar als je dat te eenzijdig doet, en maar een klein stukje van jezelf belicht, dan is het niet compleet. Zoals Rieke alleen haar bescheiden kant liet zien en niet haar creatieve kant.

Waarschijnlijk ben jij niet helemaal tevreden met hoe je je kleept. Anders had je dit E-book niet aangevraagd, toch? Het is van belang om eerst de vlakken van de diamant in kaart te brengen. Wat kenmerkt jou?

Stap 3 en 4 zijn in elkaar verweven. In stap 4 ontdek je zo meteen naar welke kleuren, dessins of stoffen jouw voorkeur uit gaat. Zo krijg je jouw voorkeurs kledingstijl in beeld. Als je je daarvan bewust bent en dat voor ogen houdt als je gaat winkelen, raakt je kledingkast gevuld met kleding die past bij jouw onderneming en persoonlijkheid. Maar eerst geef ik je een opdracht om helder te krijgen welke kwaliteiten jou kenmerken.



Ontdek je kernkwaliteiten:

Zet voor jezelf de eigenschappen op een rij, die jou kenmerken en belangrijk zijn voor jouw ondernemerschap. Om het overzichtelijk te maken, kijk je vervolgens of er overlap is tussen bepaalde eigenschappen. Bijvoorbeeld sociaal en betrokken op andere mensen hebben veel overlap met elkaar. Zet deze eigenschappen bij elkaar in een cluster en benoem dit cluster met de kerneigenschap die het beste dat deel van je persoonlijkheid weergeeft.

Kom uiteindelijk uit op maximaal 5 eigenschappen of clusters.

Zijn al deze eigenschappen zichtbaar in je kleding, of laat je maar een deel van je persoonlijkheid zien? Wees daarin eerlijk. Probeer te bedenken op welke manier je meer uiting kunt geven aan de eigenschappen die nu onderbelicht zijn?



Vind je dit een lastige opdracht?

Bij een kledingadviestraject met mij komt dit onderdeel ook aan bod. Naast de uiterlijke kenmerken uit stap 1 en 2 kijken we daarnaast naar de binnenkant. Welke eigenschappen horen bij jou? Wat kenmerkt jou? Dat vertalen we vervolgens naar je kleding. Hoe laat je een zo volledig mogelijk beeld van jou zelf zien. Je ontdekt net als Rieke, hoe je alle vlakken van jouw diamant zichtbaar maakt.

Wil je weten hoe zo'n kledingadviestraject eruit ziet en wat het voor jou kan betekenen? [Klik dan hier.](#)

TIP 5: UITSTRALING

Grote kans dat jij als ondernemer uitblinkt in één of meer van de genoemde eigenschappen. Je bent bijvoorbeeld punctueel en gebruikt dat als je Vitueel Assistent bent, of je bent gestructureerd en bent Professional Organizer. Bij bepaalde zakelijke gelegenheden wil je op deze vlakken van je diamant het licht laten schijnen en wil je professionaliteit laten zien.

Als je - net als ik en veel van mijn klanten- van praktische en casual kleding houdt, komt de vraag mogelijk in je op: hoe kan ik me dan zakelijk en professioneel kleden? Je kunt dat doen door zakelijke kledingstukken (bijvoorbeeld een colbert) te dragen in stoffen met een casual uitstraling. Of je kiest voor een casual kledingstuk (bijvoorbeeld een vest) in een stof met een zakelijke uitstraling.

Het schema hiernaast kan je daarbij helpen:

Stoffen met casual uitstraling:

- Tricot
- Katoen
- Corduroy

Zakelijke kledingstukken:

- Colbert
- Bloes
- Kokerrok

Zakelijke uitstraling:

- (Mat)glans
- Gladde stoffen
- Revers of kraag

Casual kledingstukken:

- Broek met rechte pijpen of wijd uitlopend
- Shirt
- Vest



STAP



4

Garderobecheck – je kledingkast vertelt onbewuste valkuilen en jouw sleutel tot succes

Wist je dat:

- een kledingstuk gemiddeld slechts 7 x wordt gedragen?
- ruim 30% van de kleding die in je kledingkast hangt, langer dan een jaar niet wordt gedragen?
- 20% van de kleding uit de kledingkast zelfs nooit wordt gedragen?
- 75% van de vrouwen elke maand een miskoop doet?

Deze cijfers laten zien dat veel kleding in onze kledingkast er ongedragen hangt.

Daarvoor zijn meerdere redenen:

- Een oude en versleten spijkerbroek kun je misschien nog niet weg doen, omdat je hem met zoveel plezier hebt gedragen. Wie weet kun je hem nog wel eens gebruiken bij het klussen in huis...
- Je wilde wel eens iets anders dan waar je gewoonlijk in loopt en daarom heb je dat ene colbert gekocht. Maar uiteindelijk draag je hem niet.
- Je bent een beetje uitgekeken op je huidige kledingstijl en wilt iets anders.

Zo verging het Sofie ook: Ze had zichzelf de laatste jaren in haar vakgebied gespecialiseerd en vond dat ze zich zakelijker moest gaan kleden, zodat ze haar expertise meer zou uitstralen. Ze kocht een zakelijk, grijs pak. Maar het bleef maar in haar kast hangen.

De stap om het naar een afspraak aan te trekken was te groot. Ze voelde zich verschrikkelijk opgedirkt als ze het toch probeerde. Telkens kwam dat stemmetje in haar hoofd: "Wat zullen ze wel niet van me denken?"

 **Wat zullen ze wel niet van me denken?**

Met een open blik naar je kledingkast kijken, kan je veel inzichten opleveren over jouw kleedgedrag. Het helpt je om bij het winkelen niet in de 'mee-gaan-met-de-trend-valkuil' (zie stap 3) te stappen. Maar juist te kiezen voor kleding die je met plezier gaat dragen. Waar jij je fijn in voelt.

Vanuit het principe 'van je fouten kun je leren' krijg je bij deze stap een opdracht:



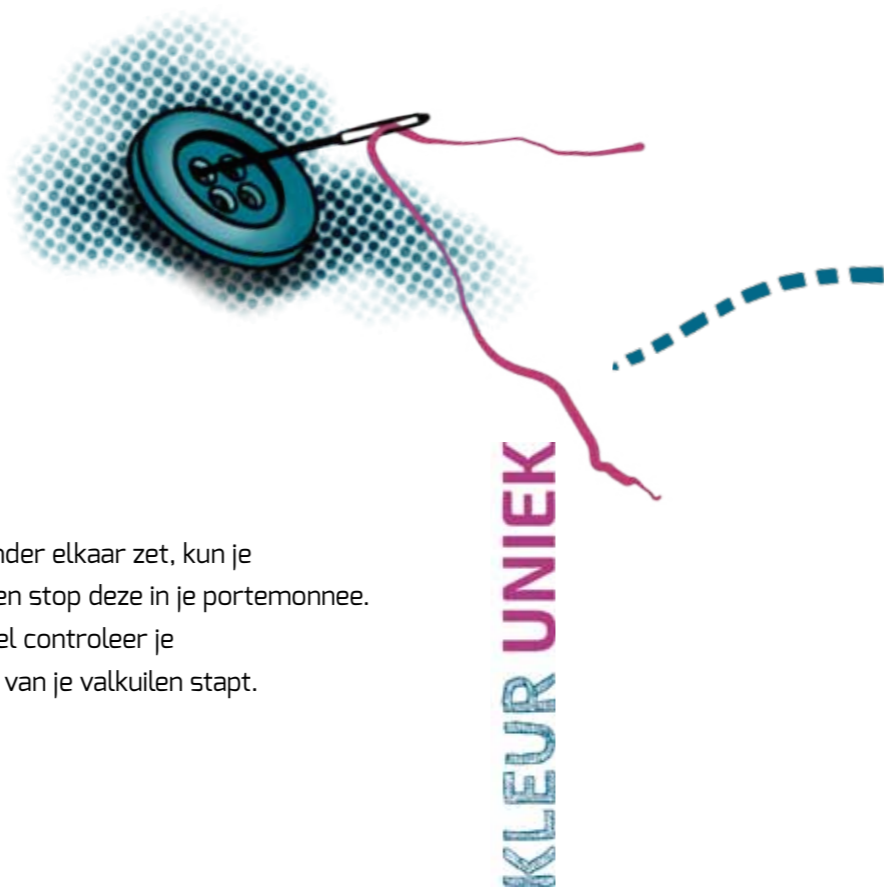
Doe je eigen garderobecheck:

Ga voor je kledingkast staan. Welke kledingstukken heb je de laatste twee jaar niet (of maximaal 3x) gedragen?

Maak een overzicht van je valkuilen aan de hand van de volgende vragen:

- Zit er een patroon in **het soort kledingstuk**? Bijvoorbeeld rokken of jurken draag je niet of nauwelijks?
- Zit er een patroon in **de kleuren** van de kledingstukken? Bijvoorbeeld zijn het opvallende, felle kleuren? Of vind je de kleuren saai? Zijn het kledingstukken met dessin en houd jij meer van effen kledingstukken?
- Zijn het kledingstukken die **in de winkel zo leuk leken**, maar die je in de praktijk toch niet draagt? Bijvoorbeeld door te veel kant aan het kledingstuk, te grote kraag of pofmouwen, etc. Mogelijk laat je je beïnvloeden door de verkoopster/je vriendin, of door wat er in de mode is. Onderzoek wat je eigen favoriete kledingstijl is en laat je daar niet meer van afpraten. Lukt dat niet alleen, vraag dan een persoonlijk stijladvies aan.
- Zijn het **(veel) te grote of (veel) te kleine** kledingstukken? Alles wat meer dan twee maten te groot of te klein is, kun je weg doen. Wees eerlijk naar jezelf. Vraag je af of het reëel is dat je ooit nog die maat gaat dragen. Ook in een maat groter kun je er stijlvol uit zien. Wanneer het werkelijk zo is dat je over een paar jaar weer in die maat past weet je dat het kledingstuk bij een andere periode uit je leven hoort en zul je het niet meer gaan dragen.
- Zijn het kledingstukken **waar 'iets' mee is**, zoals een knoopje dat je nog moet aanzetten of een zoom die los zit? Kom in actie. Repareer het kledingstuk (of laat het repareren) zo dat je het met plezier kunt dragen.

Wanneer je de antwoorden op bovenstaande vragen onder elkaar zet, kun je patronen ontdekken. Zet deze op een 'valkuilen-lijstje' en stop deze in je portemonnee. Voordat je een volgend kledingstuk afrekent in de winkel controleer je aan de hand van je lijstje of je niet weer opnieuw in één van je valkuilen stapt.



Deze oefening kun je ook doen met je favoriete kledingstukken. Dat deed Sofie ook. Ze zette alle eigenschappen van de kledingstukken waar zij zich fijn in voelt op een rij. Op die manier kwam Sofie erachter dat kant/broderie favoriet bij haar is. In combinatie met de opdracht van stap 3 (kernkwaliteiten) ontdekte ze dat daarmee haar zorgzame en vrouwelijke kant zichtbaar is. Nadat het grijze, zakelijke pak 6 maanden ongedragen in de kast heeft gehangen, draagt ze het nu regelmatig met veel plezier naar zakelijke afspraken in combinatie met een kanten top. Zo straalt ze haar professie én haar zorgzaamheid uit.

TIP 6: OPPERUIMDE KAST

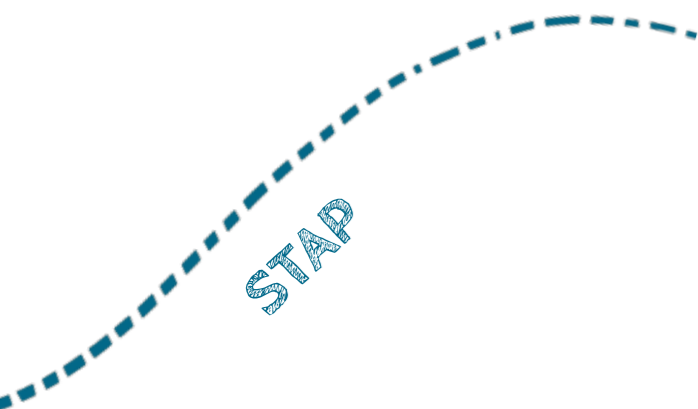
Een overzichtelijke kledingkast zorgt ervoor dat je weet wat er in je kast hangt.

Maak daarom ruimte in je kast door de kledingstukken eruit te halen, die je langer dan 2 jaar niet gedragen hebt. Zitten er kledingstukken bij waar je geen afscheid van kunt nemen? Berg deze dan op in een speciale doos / koffer op een andere plaats in je huis. Heb je deze kledingstukken over een jaar nog steeds niet gemist, dan wordt de stap om afscheid te nemen eenvoudiger.

En je kledingkast blijft overzichtelijk.

TIP 7: een kledingstuk NIEUW LEVEN inblazen:

Wil je hulp, hoe je een ongedragen kledingstuk weer nieuw leven in blaast? Laat het me weten. Ik plan graag een digitale inspiratiesessie met je in. Meer informatie vind je daarover in het laatste hoofdstuk van dit E-book.



Jouw verlangen zichtbaar

Je hebt dit E-book gedownload, omdat je een liefdevolle relatie met je kledingkast wilt. Je wilt weer blij worden van de kleding die in je kast hangt. Dat betekent dat er nu iets wringt. De kleuren, de stijl of de uitstraling is niet wat je graag zou willen. Je hebt dus een verlangen om het anders te doen. Maar hoe?

Het veranderen van je oude kleedgewoontes is één van de meest lastige dingen die er is. Je bent altijd gewend aan bepaalde kleding en aan een bepaalde uitstraling. Misschien heb je wel eens iets buiten je comfortzone gekocht. Of je dat nu deed, omdat de verkoopster zo enthousiast reageerde en je overhaalde omdat zij het fantastisch vond. Of dat je gewoon zelf wel eens iets anders wilde. Dat doet er niet zoveel toe. Je kent vast het gevoel dat als je dan thuis voor de spiegel staat met het nieuwe kledingstuk aan, de twijfels toeslaan.

Past het wel bij jou?
Is het niet te opzichtig, te feestelijk of te sexy? Wat zal je partner of zullen je vriendinnen ervan zeggen?



Past dit wel bij mij?



Het kan positief uitpakken, maar soms kan hun oordeel ongenadig zijn. Jij en je omgeving zijn gewoon niet gewend aan die nieuwe look. Als je niet sterk in je schoenen staat en zeker weet dat dát is wat je wilt, is de kans groot dat het niet fijn voelt als je dat nieuwe item aan hebt. Met als gevolg dat je je vertrouwde kleding weer pakt en alles bij het oude blijft. Met alle frustraties van dien.



Datzelfde kan gebeuren als je de eerste stappen van dit E-book serieus hebt doorgenomen en hebt geprobeerd om de tips toe te passen. Dan is de moeite die je erin hebt gestopt voor niks geweest. Dat is eeuwig zonde.



Daarom is het goed om stil te staan bij wat je nu precies wilt. Wat is jouw verlangen? Van welke uitstraling word jij blij? Als je dat helder voor ogen hebt, is het aanwenden van die nieuwe kleedgewoonten veel eenvoudiger. Je wordt dan namelijk blij van je nieuwe kleding of van de nieuwe combinaties en die positieve onderstroom straalt je uit. Je omgeving zal vervolgens ook anders (lees positief) reageren. En als ze al negatief zijn, ben jij minder uit het veld geslagen, omdat je er doelbewust voor hebt gekozen.

KLEUR UNIEK

De volgende oefening helpt je om te achterhalen wat jouw verlangen is:

Maak een moodboard van kledingstukken die je direct aanspreken. Waarbij je een wauw-gevoel krijgt. Je kunt daarvoor internet gebruiken als inspiratiebron.

Wanneer je het lastig vindt om uit het grote aanbod aan kleding te kiezen, kun je ook één specifiek persoon pakken. Bij welke outfits, die deze persoon draagt, ga jij 'aan'? Bekijk dit moodboard en zoek naar overeenkomsten in de kledingstukken.

Vraag 1:

Welk gevoel krijg je bij het zien van deze kledingstukken / wat vertegenwoordigen deze kledingstukken voor jou? Is dat elegantie, professionaliteit, lef,...? dit zijn de woorden die iets zeggen over wat jij wilt uitstralen.

Kijk eens eerlijk naar de kleding die in jouw kledingkast hangt. Zijn dat kledingstukken die passen bij deze woorden? Die datzelfde gevoel oproepen?

Vraag 2:

Welke onderdelen van de kleding van je moodboard geven jou dat gevoel? Het kan een uitdaging zijn om dat te achterhalen. Het helpt dan om naar elk los onderdeel van het kledingstuk te kijken:

- Kleur
- Contrast
- Stof
- Vorm / model
- Details
- Accessoires

CONTRAST

GEVOEL

STOF

KLEUR

LEF

ELEGANT

Vraag jezelf af wat er gebeurt als je dat onderdeel verandert of weg laat. Bijvoorbeeld wat verandert er als de kleur/de stof anders is? Wat als je die leuke draperie/die leuke kraag weg laat uit het kledingstuk?

De onderdelen die je niet kunt veranderen, zonder dat de uitstraling van het kledingstuk verandert (waar jij dus een wauw gevoel van krijgt), dat zijn de sleutels voor jou om mee aan de slag te gaan. Ga voor jezelf op zoek naar kledingstukken van die stof, datzelfde model of datzelfde detail. Op die manier maak je jouw verlangen zichtbaar. Je gaat uitstralen wat jij graag wilt!

HOE VERDER?

Je hebt de 5 stappen doorgelezen. En ik kan me goed voorstellen dat je denkt: “wow, dat is best heel veel, waar ik op moet letten”. Dat is ook zo. Het gaat om kleine nuances die een verschil kunnen maken in je uitstraling. Die de plank raak, of net mis kunnen slaan.

Ik help je graag om daarin meer bedrevenheid te krijgen. Om de kleuren en het contrast op jouw uiterlijk af te stemmen, om het juiste model te kiezen bij jouw lichaamsfiguur, om je verlangen helder te krijgen en om jouw persoonlijke eigenschappen, die je in stap 3 hebt benoemd te laten zien in je kleding.

Wat kun je verwachten?

Bij stap 4 heb je een garderobecheck gedaan. Je bent daarbij vast ook kledingstukken tegen gekomen, waarvan je het jammer vindt dat je die niet of nauwelijks draagt. In een digitale inspiratiesessie reik ik je nieuwe combinatiemogelijkheden aan, die in jouw kledingkast voorhanden zijn.

Het kan ook, dat je binnenkort een afspraak hebt, waarbij je nog niet goed weet wat je aan zult trekken (een netwerkbijeenkomst, een meeting met een (potentiële) klant of een fotoshoot). Tijdens een digitale inspiratiesessie stel ik, samen met jou een outfit samen, die past bij de gelegenheid en die helemaal aansluit bij jou als persoon, rekening houdend met alle in dit E-book genoemde punten.

Ik begrijp dat je niet zomaar met mij digitaal voor je kledingkast gaat staan. Dan wil je natuurlijk eerst weten bij wie je je vraag neerlegt. Daarom stel ik me hier kort voor, zodat jij kunt afwegen of je mij dat toe vertrouwt.

Ik ben Nanda Otten – Duvekot, Imagocoach en natuurlijk zelf ook ondernemer.

In mijn jeugd worstelde ik altijd met mijn kleding. Wat bij mijn vriendinnen super leuk stond, raakte bij mij kant nog wal. Ik leek wel ziek en werd er niet vrolijk van. Als ik dan iets had gevonden wat mij wel heel mooi stond, was ik een buitenbeentje, omdat ‘de groep’ die kleuren of die stijl helemaal nooit droeg.



KLEUR UNIEK

Inspiratiesessie

Succes met het toepassen van de tips!

Kledingadvies

Kleurrijke groet,
Nanda Otten - Duvekot



Toen ik later ontdekte dat ik een warme ondertoon in mijn huid, ogen en haarkleur heb, viel voor mij het kwartje. Wat was het fijn om te ontdekken welke kleuren en welke modellen mij wél recht deden. Ondanks dat ik best zelfverzekerd was, groeide mijn eigenwaarde erdoor en kon ik echt blij zijn met de kleding die er in mijn kledingkast hing.

Toen ik ondernemer werd, was mijn kledingstijl opnieuw een zoektocht. Door de persoonlijke ontwikkeling die ik had doorgemaakt klopte opnieuw mijn buitenkant niet met mijn binnenkant. Het was een nieuwe zoektocht en door de taal van kleding te leren ‘lezen en schrijven’, kies ik nu bewust mijn kleding bij het doel van mijn afspraken. Omdat ik zelf de zoektocht heb doorgemaakt, kan ik me goed inleven in jouw wensen om grip te krijgen op al die aspecten van kleding. Ik zie iedere vrouw als unieke diamant; met haar eigen unieke uiterlijke kenmerken en met een eigen persoonlijkheid. Omdat iedereen anders is, zijn al mijn adviezen maatwerk en kijk ik naar jou als persoon. Ook tijdens de digitale inspiratiesessie.

Ben je overtuigd dat je door mij geïnspireerd kan worden? Wil je:

- samen met mij ongedragen kledingstuk nieuw leven inblazen?
- een outfit voor een afspraak samen stellen, die laat zien wie jij bent?

Of ben je na dit E-book benieuwd of je qua kleding het beste van jezelf laat zien?

Bel me en ik plan graag een afspraak met je in (06-3473 1114) of kijk op [mijn website](#) voor meer informatie over de inspiratiesessie.

Ik garandeer dat je met meer zelfvertrouwen de deur uit gaat. Ik wil zelfs de deal met je aangaan, dat als jij dat zo niet ervaart, je je geld voor de inspiratiesessie van mij retour ontvangt.

Wil je na het lezen van dit E-book niet alleen een inspiratiesessie, maar wil je meer weten over wat een compleet kledingadviestraject ‘Zichtbaar jezelf als ondernemer’ voor jou kan betekenen? [Klik dan hier](#).

Nanda Otten – Duvekot
Akkerroos 37
3892 XM Zeewolde

Tel: 06 – 3473 1114
nanda@kleuruniek.nl
www.kleuruniek.nl

