

Алгоритм построения образа и имиджа.

Создаю свой образ и имидж
сотрудников своей фирмы

Выполнил: Анучина Е.А.

учитель технология

МАОУ СОШ №11

Североуральск

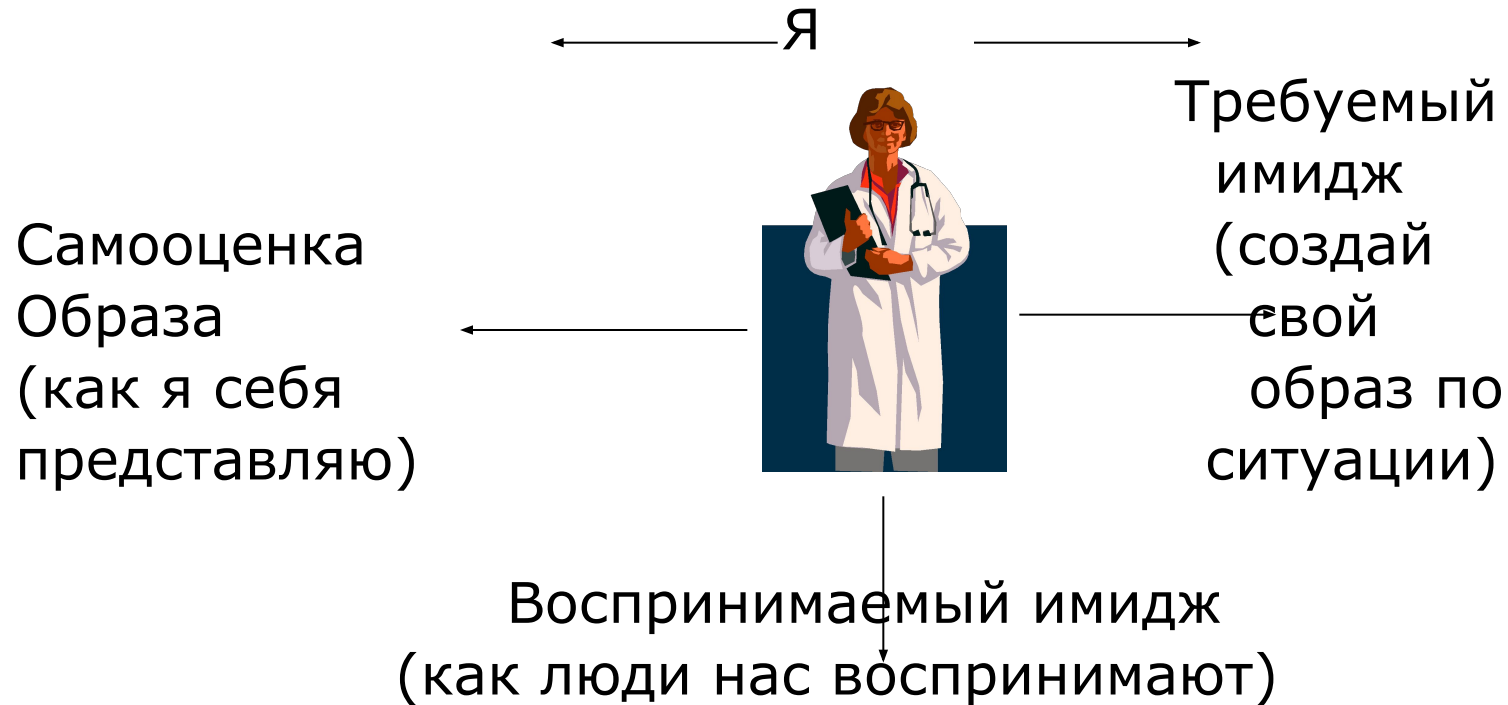
2017



Восприятие внешнего вида человека.

- Внешний вид напрямую влияет на уровень общения между людьми.
- Индивидуальность(изюминка) стиля очень важны для восприятия другого человека. Внешний вид- визитная карточка человека.
- **55% людей воспринимают вас с позиции «как я выгляжу»;**
- **38%- «как я говорю»;**
- **7%- «что я говорю»**

3 вида имиджа:



Индивидуальный стиль человека:

Работая над созданием своего индивидуального стиля необходимо

Знать себя, свои особенности и разрабатывать стиль по направлениям:

- Цвет- определить «ваши» цвета;
- Форма лица- знать приемы коррекции формы лица, используя законы «зрительных иллюзий»;
- Макияж- умело пользоваться косметическими средствами, скрывая недостатки и выявляя преимущества своей внешности;

Индивидуальный стиль (продолжение):

- Тип фигуры- изучить особенности своей фигуры, определить ее тип, использовать «законы зрительных иллюзий» для коррекции фигуры;
- * Работать над своим характером и манерой общения- применять правила этикета в жизни;
- * Всегда помнить термин- ухоженность- женщину «выдают»: «дорогое» лицо, руки, ноги. «Дорогие» не в смысле цены, а в смысле ухоженности.

Алгоритм построения имиджа:

- Осознать необходимость целенаправленного построения нового имиджа.
- Определить цели и задачи(для чего это нужно), формулировка предполагаемых впечатлений(поменять свой стиль, понравиться кому-либо, пойти куда-то..)
- Определить конкретный адресат воздействия(на кого хочу произвести впечатление).
Помните, что 20% успеха зависит от первого впечатления о человеке!
- Определение самооценки своей внешности (довольны или нет собой);

Алгоритм построения имиджа (продолжение):

- **Определение стиля сферы жизни- в профессиональном плане, личном, светском(хотя бы раз в неделю «выходить в свет»)**
- **Самопрезентация внешности- отработка естественного поведения в обществе, дома, с друзьями. Не использовать эпатаж, вычурность, хамство, манерность..**
- **Начать формирование банка приемов, с помощью которых создаются разные образы. В каждой человеке должна быть «изюминка»- индивидуальность, это очень важно при создании имиджа).**

Если вам еще нет 18 лет.. (практические советы по созданию имиджа):



- 1. Не надевать одежду классического стиля.
- 2. Не носить одежду старшей сестры или брата(у каждого должны быть свои вещи).
- 3. Не стремитесь к «декольте».(если грудь красивая, просто прилегающая блузка выгодно подчеркнет вашу фигуру).
- 4. Откажитесь от детских покровов одежды, платьев, блузок (оборки, рюши).
- 5. Не употребляйте интенсивного макияжа днем, для этого есть вечер!
- 6. Если не знаете, что надеть, стремитесь к простоте, чем проще, тем лучше!



Практические советы (продолжение):

- 7. Ваш стиль- джинсовый, фантазийный, любые разновидности спортивного стиля.
- *8. Украшения- любой авангард, кожа, стекло, пластмасса, керамика, из более дорогих приемлем жемчуг. Кулон на тонкой цепочке, фенечки, крутые пластмассовые кольца и браслеты в большом количестве. Помните, бриллиант- не девичий камень, золото- минимум!
- * 9. Всегда помните о том, что красиво то, что чисто, аккуратно, подходит к окружающей обстановке и не обязательно должно быть дорого и вычурно!



Практическая работа: Определи свой цвет.

- 1. Перед зеркалом закрыть волосы и одежду нейтральным цветом(белым или бежевым).
- 2. Поочередно подносить цветные платочки, если цвет ваш- глаза начинают лучиться, выделяются на лице(«играют»).
- 3. Зеркало должно быть хорошо освещено.
- 4. Сделать вывод о проделанной работе.

ЖЕЛАЮ УДАЧИ!



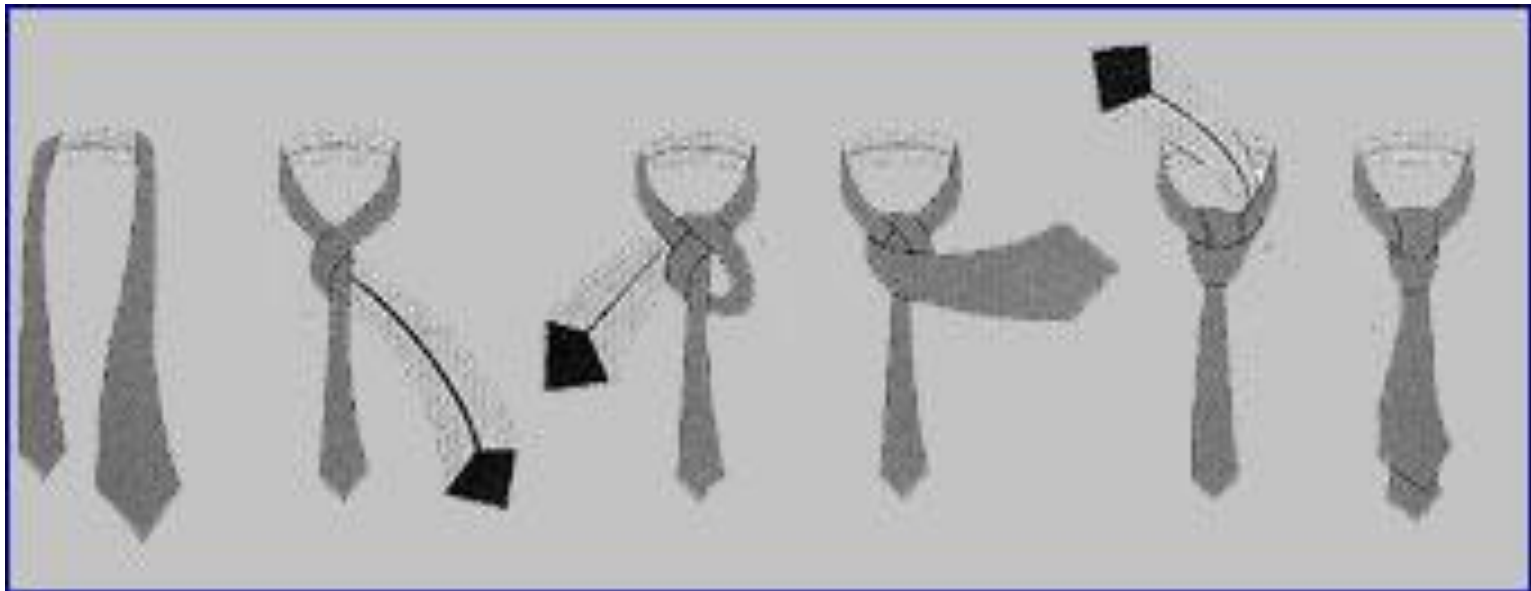
Способы завязывания галстуков:

- **Простой узел: появился в Англии в середине 19в. Называется « фор-ин-хэнд». Подходит для тех, кто учится завязывать галстуки.**



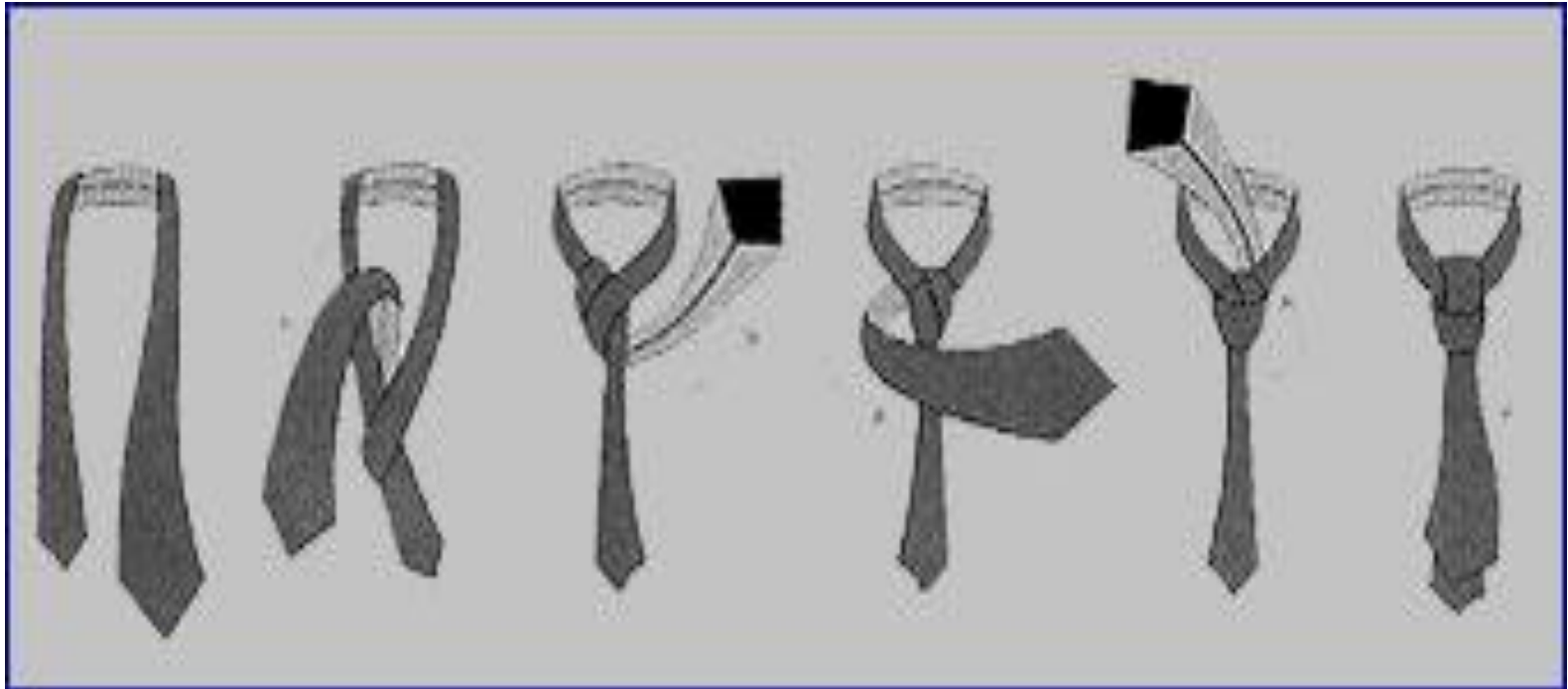
Популярный узел:

- Называется «Половинный виндзор».
- Подходит для широких плотных и узких галстуков.



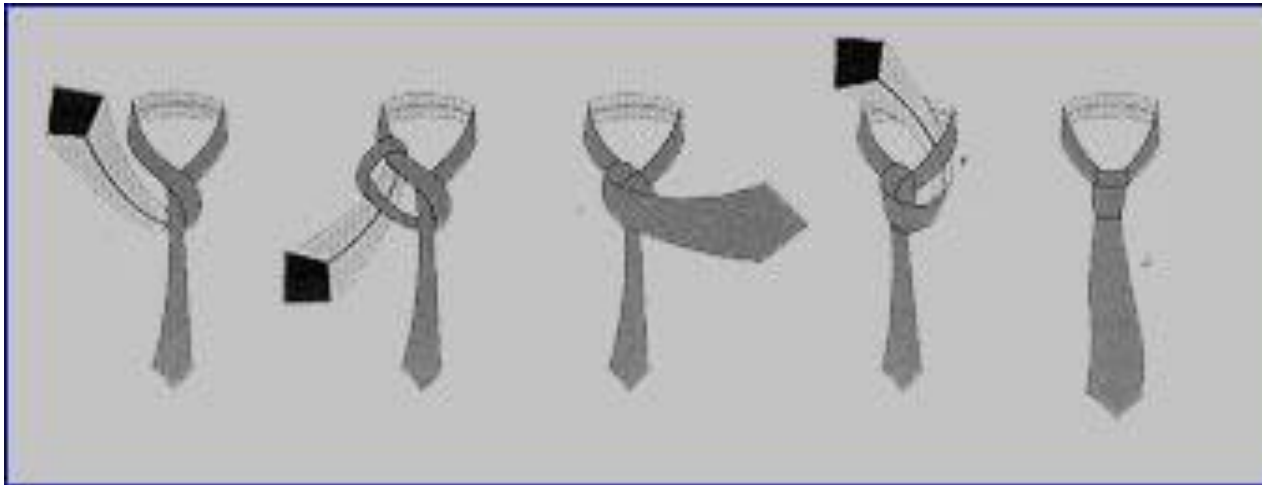
Консервативный узел:

- Называют «узел дипломатов»



Актуальный узел:

- Называется «Кристенсен». Подходит для высоких воротничков сорочек. Хорош для «пухлых» кашемировых и шерстяных галстуков.



Практическая работа:

- Попробуйте завязать галстуки различными способами. Выберите способ, подходящий для вас.



Советы для создания имиджа делового человека:

- 1. Если вы надели классический костюм- галстук обязателен. Цвет галстука подбирают в гармоничном сочетании под цвет костюма, сорочки, носок и обуви.
- 2. В деловом костюме сорочка должна быть с длинным рукавом, однотонная, светлых тонов. Не следует надевать темные и пестрые сорочки.
- 3. наиболее распространенные цвета костюма- темно-синий и темно-серый.
- 4. Светлые костюмы носят днем, темные- вечером.

Как носить костюм:

- 1. В официальной обстановке пиджак должен быть застегнут
- 2. Входить в помещение нужно в застегнутом пиджаке.
- 3. Полностью расстегнуть пиджак можно во время Ужина, в театре.
- 4. поднимаясь, пиджак застегну на верхнюю пуговицу.



Деловой костюм бизнес-вумен

1. для делового костюма женщины важны: пропорции, линии. Цветовая гамма и наличие дополнений- аксессуаров, определяющих и подчеркивающих индивидуальный стиль женщины.

2. Костюм должен быть стильным и сшит из хорошей, немнущейся ткани.



VERONIKA
5.528
жакет
юбка



- 3. Прическа, бижутерия, туфли и сумки должны гармонировать со стилем костюма (туфли и сумка должны быть из дорогого материала)
- 4. Бижутерия - современная и хорошего качества



Практическое задание:

- Составьте описание делового костюма работников вашей фирмы:
- Директору, секретарю, менеджеру, рядовому сотруднику.