

FRAN GALVÃO

**ESTILIZE-SE**

Fran Galvão é consultora de Imagem e Estilo, especialista em coloração pessoal e multiplicação do guarda-roupa. Fran atua há 6 anos no mercado de moda. Siga @fran.galvao

MODA VOCÊ JÁ PAROU PARA PENSAR NAS SUAS ESCOLHAS? O QUE VOCÊ ESCOLHE COLOCAR DENTRO DO SEU GUARDA-ROUPA NO DIA A DIA?

O QUE MINHAS ROUPAS DIZEM SOBRE MIM?

SEGUINDO A IDEIA DO CICLO DA IMAGEM PESSOAL, A MANEIRA COMO VOCÊ SE VESTE VAI AFETAR RELACIONAMENTO CONSIGO E AS PESSOAS AO REDOR



Fotos: Divulgação

Se você me acompanha por aqui ou pelas redes sociais sabe que insisto muito na intencionalidade do vestir. O que ou o porquê você escolhe tais peças para se vestir de manhã.

Tais escolhas podem ser motivadas por diversos significados, como se sentir mais confiante, mais confortável, se expressar fortemente, ser notada, ser mais profissional (ou menos), sensualizar, valorizar seu tipo físico e muitas outras. Afinal tudo que a gente veste conta uma história sobre quem somos.

Seguindo a ideia do ciclo da Imagem Pessoal, a maneira como você se veste vai afetar o seu relacionamento com si mesmo e com as pessoas ao seu redor. Uma das maneiras de alterar esse ciclo é através de suas escolhas de como se vestir. A sua roupa -- sua comunicação não verbal -- irá

afetar diretamente como você se sente, se vê e se comporta.

Assim, se sentir bem e confiante com o que você está vestindo, vai ajudar com que seu dia (e sua vida!) sejam mais agradáveis e funcionem a seu favor.

Você já parou para pensar nas suas escolhas? O que você escolhe colocar dentro do seu guarda-roupa? Ou o que você escolhe usar toda manhã?

Também vale salientar que essa intencionalidade nada

tem a ver com o tempo que você leva pensando no que vestir; pelo contrário, quanto mais consciente da mensagem que deseja transmitir você estiver, mais fácil se torna a aplicação e mais rápido você faz suas escolhas.

No meu Instagram eu tenho um "quadro" chamado "dose diária de moda" onde diariamente (ou quase isso) apresento meu look do dia, com as devidas explicações, escolhas e dicas. Aquele look real de verdade, que escolhi para o meu dia. Esse quadro além de ter um alto engajamento me trouxe a oportunidade de examinar, ainda mais, minhas escolhas e avaliar se elas realmente refletem quem sou ou a imagem que quero ou preciso transmitir no dia e consequentemente minhas escolhas de compras futuras, me deixando, acredite ou não, muito mais seletiva.

Claro que essa intenção de

imagem precisa ser genuína, caso contrário não será sustentável.

Mas o principal é trazer a importância da consciência que precisamos ter a cada escolha. E elas começam quando escolhemos o que entra ou não no nosso guarda-roupa, evitando assim um sentimento muito compartilhado comigo pelas minhas seguidoras, algo do tipo "Fran, pelo tempo, energia e dinheiro que invisto no meu guarda-roupa, eu deveria apresentar um resultado melhor!"

A intenção da roupa vai muito além de cobrir ou proteger o corpo. A pergunta que você deve se fazer é: que mensagem eu quero passar? Porque mesmo você não gostando de moda, se vestindo somente por convenção social, ou de repente nem pensar em uma mensagem específica, saiba que ela existirá. Então que seja uma aliada! ■

7

DIAS
da semana podem ter
roupas diferentes para
se usar; elas dizem muito
sobre quem as vestem