

Savoir se mettre en valeur

Socio-esthétique
Centre Paul Strauss



Savoir se mettre en valeur revient à définir son style. Répondre à ces questions, vous aidera à y parvenir :

- Suis-je en harmonie avec mon image physique et mon image intérieure ?
- Quel est le niveau d'importance que j'accorde à mon aspect extérieur ?
- Quels pourraient être les freins qui m'empêchent d'atteindre ce niveau (financier-méconnaissance de soi -l'entourage -manque de confiance- peur-ignorance-autres) ?
- Quel est le domaine dans lequel j'ai le plus de difficulté à définir mon style (coiffure, habillement, maquillage, autre) ?
- Quelle est l'image souhaitée par les autres (famille, ami, travail) ?

- Mon image est-elle actuellement satisfaisante, par moi et mon entourage ?
- Pourquoi valoriser mon image ?
- Avoir de l'allure c'est quoi ?
- J'accorde le plus d'importance à quelle partie de mon corps ? et le moins ?
- Ai-je des modèles ?
- Aimez-vous les couleurs froides ou chaudes ?
- Quelles sont les couleurs que vous portez ? froides ou chaudes ?
- Quelles sont les odeurs que vous aimez ?
- Portez-vous du parfum ?