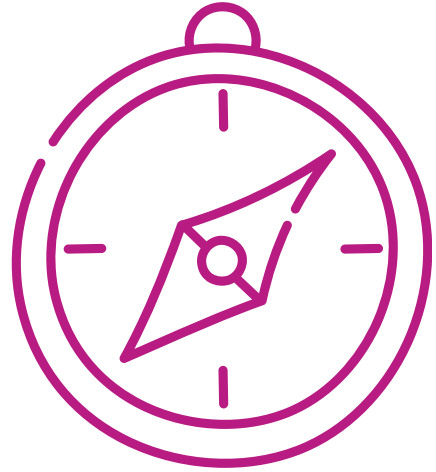


STILKOMPASS



DATUM:

NAME:

Finde heraus, wo du heute stehst – bevor deine Stilreise beginnt.

Jede Reise beginnt mit einem Ausgangspunkt.
Mit diesem Stilkompass lade ich dich zu einer kleinen Entdeckungsreise ein.
Damit erhältst du einen ersten bewussten Blick auf dich selbst. Du
entdeckst, wie du dich heute wahrnimmst und welche Wünsche du an
deine Ausstrahlung hast.

Nimm dir deshalb ein paar Minuten Zeit für dich und beantworte ehrlich
einige Fragen. Denn erst wenn du weißt, wo du heute stehst, kannst du
entscheiden, wohin dein Weg führen soll.

Bewahre deine Antworten gut auf. Wenn du dich weiter mit deinem Stil und
deiner Ausstrahlung beschäftigst, schau später noch einmal darauf.
Vielleicht wirst du überrascht sein, was sich in deinem Denken und in
deinem Blick auf dich selbst verändert hat.



1.

Wo stehst du gerade bei deinem Stil?
Bewerte spontan aus dem Bauch heraus
mit 1 (gar nicht) bis 10 (sehr gut).

Ich sehe meinen Körper gern an	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ich fühle mich in meiner Kleidung wohl	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ich kenne meine Wirkung	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mein Kleiderschranksinhalt passt zu mir	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

2.

Beobachtungen, die viele Frauen kennen. Welche Aussagen treffen auf dich zu?

	Ja	Nein
• Wenn ich meinen Kleiderschrank öffne, habe ich gefühlt nie etwas anzuziehen.	☐	☐
• Ich greife immer wieder zu denselben "sicheren" Farben.	☐	☐
• Ich ziehe meine Lieblingsstücke viel häufiger an als alles andere.	☐	☐
• Ich kann mich nur schwer von Kleidung trennen.	☐	☐
• Manche Kleidung hängt seit Jahren ungetragen im Schrank.	☐	☐
• Ich kaufe oft spontan ein und später wird das Kleidungsstück zum Schrankhüter.	☐	☐
• Ich weiß oft nicht, wie ich Kleidung kombinieren soll.	☐	☐
• Beim Einkaufen bin ich häufig unsicher.	☐	☐
• Ich orientiere mich lieber daran, was andere empfehlen.	☐	☐
• Ich kaufe Kleidung, weil sie an anderen so schön aussieht.	☐	☐
• Ich hoffe manchmal, dass Kleidung meine Figur kaschiert.	☐	☐

3.

Welche Kleidung ziehst du besonders gern an?

Was vermeidest du immer?

gern:

meide ich:

4.

Wenn du shoppen gehst, kaufst du Kleidung mit...

- ☐ Freude
- ☐ gezielt
- ☐ planlos
- ☐ frustriert
- ☐ selten



5.

Der erste Blick auf dich

Schau dich heute einmal ganz bewusst an. Suche bitte nicht nach Fehlern, sondern sei mit der Aufmerksamkeit für deinen Körper wie eine gute Freundin. Sie kennt deine kleinen Macken – sieht aber vor allem das, was dich besonders macht.

Nimm dir fünf Minuten Zeit und beantworte anschließend diese Fragen.

- ☐ Wo bleibt dein Blick als Erstes hängen?
- ☐ Was magst du spontan an dir?
- ☐ Wo wird dein Blick kritisch?
- ☐ Welche drei Wörter beschreiben deine Ausstrahlung?
- ☐ Wofür bekommst du von anderen immer wieder ein Kompliment?
- ☐ Was glaubst du, nehmen andere Menschen als Erstes an dir wahr?

6.

Viele dieser Sätze begleiten Frauen schon seit Jahren ungefragt.
Welche davon kommen dir bekannt vor?

- ☐ Schwarz macht schlank.
- ☐ Weiß trägt auf.
- ☐ Für mein Alter ist das nichts mehr.
- ☐ Erst wenn ich abgenommen habe, kaufe ich schöne Kleidung.
- ☐ Farben stehen mir sowieso nicht.
- ☐ An Farben traue ich mich nicht heran.
- ☐ Gürtel kann ich nicht tragen.
- ☐ Hauptsache praktisch und bequem.

7.

MEIN WUNSCHBILD

Stell dir vor, du hättest drei Wünsche frei – nur für deine Ausstrahlung und deinen Stil.
Welche wären das?

1

2

3

Dein Kompass ist jetzt eingenordet.

Den Weg zu deinem individuellen Stil gehst du Schritt für Schritt.

Perfektion braucht es dafür nicht, aber einen bewussten Blick auf dich selbst – außen
UND innen!

Hebe deine Antworten gut auf.

Wenn du das Buch **Stil beginnt bei dir** beendet hast, schau noch einmal darauf.

Ich bin gespannt, was sich bis dahin verändert hat.



Deine Stilreise geht hier weiter

Schön, dass du dir Zeit für dich genommen hast.
Beim Ausfüllen des Stilkompasses hast du möglicherweise schon die eine oder andere Erkenntnis gewonnen.
Vielleicht sind auch neue Fragen entstanden.
Beides gehört dazu, wenn du beginnst, deinen eigenen Stil bewusster wahrzunehmen.

In meinem **Buch** begleite ich dich Schritt für Schritt dabei, deine Farben, deine Proportionen, deine Persönlichkeit und deine Ausstrahlung besser zu verstehen.
Mit jedem Ausprobieren, Vergleichen und bewussten Hinschauen wird klarer, was wirklich zu dir passt und wie du dich zeigen möchtest.

Und auch nach der letzten Buchseite darf diese Reise weitergehen:
In meinen **Blogartikeln** greife ich einzelne Themen auf und vertiefe sie.
Und mit meinem **Newsletter** bekommst du regelmäßig neue Gedanken und Anregungen direkt von mir.

Du möchtest ein Thema persönlich vertiefen?

Ich begleite Frauen unter anderem mit:

- Farbberatung
- Stilberatung
- Imageberatung
- Einkaufsbegleitung
- Workshops und Vorträgen

Mehr über meine Arbeit und die verschiedenen Möglichkeiten der Begleitung findest du auf meiner Website www.veraloewe.de

Ich wünsche dir viel Freude beim Entdecken, Ausprobieren und Weiterentwickeln deines ganz persönlichen Stils.

Herzlichst Vera Löwe

