إتباع قواعد اختيار الملابس يعيد الثقة بالنفس

ثمّة مَن تتهرّب من قبول الدعوات أو حضور الحفلات لأنها بكل بساطة تجهل أي ملابس تختارها، أو أنها تخاف من أن تبدو غير أنيقة، وهناك مَن تملك كمية هائلة من الملابس، إلا أنها لا تجد دوماً ما يمكن أن ترتديه للذهاب إلى حفل ما. كيف يمكن تغيير هذه الصورة؟ لو أنّ كل سيدة كانت على دراية واطّلاع بقواعد اختيار الملابس، لمَا وجدت أي واحدة صعوبة في الظهور بأبهَى حلّة ولشعرت بثقة كبيرة بالنفس لدى ارتدائها الفستان الذي اختارته، ونجحت في إثبات ذاتها أمام الآخرين. سنُورِد لك يا عزيزتي قصة سيدة كثيراً ما ترفض حضور المناسبات الاجتماعية أو الحفلات، لأنّها تجد صعوبة في اختيار الملابس المناسبة التي تُشعرها بثقة بالنفس. مشكلة تلك السيدة، أنها لا تعرف كيفيّة تنسيق ملابسها، كما لا تعرف أي قصات تناسب شكل جسمها ولا أي لون يناسب لون بشرتها، وهذا في حد ذاته كفيل بأن يصيبها بالهلع، لدى سماعها أي حديث عن حفل ما أو مناسبة اجتماعية. كثيراً ما تخلّفت تلك السيدة عن حضور اللقاءات، لمجرد أنها لم تجد الزي الذي يليق بها، ليس بسبب خلو خزانة ملابسها من البناطيل أو الفساتين أو القمصان والبلوزات، بل بسبب سوء اختيارها في شراء ما يليق بها. لو أنكم ألقيتم نظرة على خزانتها، لوجدتموها مكتظة بالأزياء الملونة والملابس التي اشترتها، لمجرد أنها أعجبتها عندما شاهدت صديقة لها ترتديها، أو رأتها في "كاتالوغ"، أو لأنها من علامة فاخرة. صحيح أن تلك السيدة ملأت خزانتها بملابس جميلة وأنيقة وفاخرة، إلا أن أغلبيتها، وللأسف، لا تليق بها، لأنّها لم تُراعِ لدى تسوّقها قواعد اختيار

وشراء الملابس. فما الذي يجب أن تفعله تلك السيدة حتى لا تواجه صعوبة في اختيار ملابسها في المرة المقبلة، التي قد تُوجّه إليها دعوة لحضور حفلٍ ما؟ بدايةً، عليها أن تُدرك شكل جسمها حتى تتمكن من اختيار الملابس التي تناسبه، فإذا كانت تنتمي إلى فئة الإجاصة، حيث يكون الكتفان ضيّقتين والردفان كبيرين،وجَب عليها اختيار ملابس تعمل على خلق توازن لشكل جسمها، مثل الملابس ذات القصات المستقيمة والابتعاد عن الملابس التي تصل إلى منطقة الخصر. أما إذا كانت تنتمي إلى فئة التفاحة، أي أن خصرها يكون غير واضح المعالم وكتفيها بعرض حوضها، فيجدر بها أن تختار الملابس الواسعة وتبتعد عن القمصان الضيقة. هكذا، فإن اختيارها للملابس يجب أن يكون مبنيّاً على مدى ملاءمتها لشكل جسمها. وعندما تعثر على الموديل أو الموديلات التي تليق بها، عليها ألا تتردد في شراء أكثر من زي من الموديل نفسه وإنما بألوان مختلفة، هكذا تضمن أنّه سيكون لديها أكثر من فستان أو زي تعرف مسبقاً أنّه يناسبها تماماً. كذلك، يجدر بها عندما تذهب إلى التسوّق، أن تُراعي شراء القمصان أو البناطيل التي تتناسب مع بعضها بعضاً، بحيث يمكنهاالتبديل في ما بينها. يعني إذا أعجبتها تنورة ما عليها أن تشتري تلك التي لونها يتناسب مع القمصان التي لديها، هذا إذا لم تكن تريد شراء قمصان جديدة. ومن المهم جدّاً أن تحرص تلك السيدة على التأكد من أن خزانة ملابسها تحتوي على أزياء متجانسة وومتلائمة مع بعضها بعضاً، حتى تتمكن من أن تُزاوج في ما بينها، كما يجب أن تحتوي على أزياء متنوعة تُعدّ أساسية وضرورية وتناسب جميع المناسبات والاحتياجات. ومن هذه الأزياء الأساسية: - اللباس الأسود الرسمي: أي امرأة قد تحتاج إليه في المناسبات ذات الطابع الرسمي، أو مقابلات العمل غن كانت تعملخارج المنزل. - القميص الأبيض: يُعدّ من الأزياء الأساسية والذي يتلاءم مع جميع المناسبات. كما يمكنك أن تضفي لمستك الخاصة على هذا القميص، سواء أكان من خلال ارتداء أوشحة مختلفة أم اكسسوارات عديدة. - الجاكيت النسائية: إنّها من أهم قطع الملابس التي يجب أن تتوافر في الخزانة، وبثلاثة ألوان رئيسية، الأبيض والأسود والبني أو البيج. فالجاكيت غالباً ما تضفي طابعاً رسمياً على الملابس، حتى ولو كانت المرأة ترتدي بنطلون "جينز". وألوانها المختلفة تتيح للسيدة أن ترتديها مع أغلبية الملابس التي لديها. يمكن لهذه الجاكيت أو السترة الأنثوية أن ترتديها السيدة مع سروال "كاجوال" أو فستان رسمي أو فوق قميص. - التنورة السوداء: هي مهمة للغاية فهي مناسبة لكل وقت ولأغلبية المناسبات، كما أنّ اللون الأسود يتماشى مع جميع الألوان. - الفساتين الأنثوية مختلفة الألوان: كالأسود والأبيض والأخضر. صحيح أنّ العصر الحالي فرض على المرأة ارتداء ملابس أكثر عملية، وأبعدها عن الفستان إلا أنّه لا يجب أن تتناسى تلك الفساتين التي تضفي عليها جمالاً وأنوثة. - الملابس القطنية

الناعمة: تجمع بين الأناقة الهادئة والراحة، وهي تناسب اللقاءات الاجتماعية الخفيفة وغير الرسمية مع الأصدقاء. - ملابس السهرة: حتى لا تُفاجأ السيدة بدعوة ما، عليها أن تُجهز ملابس خاصة بالسهرات تحتفظ بها لارتدائها عند الضرورة، كما عليها ألا تنسى أن تشتري لها حقيبة يد وحذاء واكسسوارات مناسبة لها، بحيث يمكنها تلبية الدعوة وهي في كامل أناقتها. - معطف: هو ضروري لأنّه يضفي طلة أنيقة عليها، لاسيّما في أوقات الشتاء أو الأيام الباردة، كما يمكنها أن ترتديه طيلة الوقت إذا كانت قصّته أقرب إلى موديل الفستان.

- خزانة ملابس مرتبة ونظيفة:

تخيّلي يا عزيزتي خزانة تتلاطم فيها الملابس وتتكدّس فوق بعضها بعضاً، وكأنّما إعصار قوي ضربها، فقلَبها رأساً على عَقب، محوّلاً الملابس إلى كومة من الأغراض التي لا معالم حياة فيها. أمام هذه الخزانة، ألن تشعري بصعوبة في اختيار ما تُريدينه؟ لعلّ أهم قاعدة ترتبط باختيار الملابس، الحرص على أن تكون خزانة الملابس مرتبة ونظيفة، حتى يسهل عليك اتخاذ القرار السليم في شأن ما تريدين ارتداءه. استناداً إلى ذبك يجب عليك: - التخلص من كل شيء لا تريدينه، وذلك عن طريق إفراغ الخزانة تماماً، ومن ثم تنظيمها وفق 3 مجموعات: الملابس التي ستحتفظين بها، الملابس التي ستمنحينها إلى غيرك، الملابس التي سترمينها. - أغلبية الناس لا يرتدون إلا نسبة 20 في المئة من ملابسهم. لذلك، قومي بتخزين الأغراض التي يندر ارتداؤها في مكان ما خارج خزانتك، أو علّقيها في جزء جانبي بخزانتك. هذه الخطوة ستترك لك فراغاً تضعين فيه الملابس الأكثر ارتداء في مقدمة الخزانة. - افحصي خزانة ملابسك، وإذا وجدت أي فراغ، فاستخدميه في تخزين ملابسك التي ترتدينها أكثر. - اجعلي من الوصول إلى أماكن التعليق عملية مريحة، لأنك ستكونين أكثر مَيْلاً لاستخدام أي شيء لا يحتاج منك إلى بحث وتنقيب. - علّقي ملابسك دوماً بعد خلعها حتى تبقى خالية من الثنيات. - لا توضّبي الملابس غير النظيفة في الخزانة، بل تأكدي أنها وُضعت في سلّة الغسيل، حتى تبقى رائحة الخزانة منعشة. - عند حفظ الملابس في الخزانة، راعي توضيبها ضمن مجموعات حسب لونها أو موديلها، حتى يسهل عليك تقرير ما ترتدينه عندما تكونين في عَجَلة مِن أمركِ.