

# Moje IMAGE mluví



V chytrých knihách se dočtete, že image je celkové vzezření a vystupování. Z toho jasně vyplývá, že image není nic povrchního a zvrženého, ale velmi podstatná část naší komunikace s okolím.



asi chutnala sebelepší jídlo od ušmudlané kuchařky? Asi byste ho ani neokusili. Nechali byste se ostříhat od rozcahané a neupravené kadeřnice? Budete důvěřovat výživové poradkyni, která se nevejde na židli a bude svačit majonézový salát? Pomoci **image** (tím, jak vypadáme) můžeme zdůraznit nebo dokonce předstírat některé vlastnosti. Image není dobré podceňovat. Ale na druhé straně ji nesmíme ani přeceňovat, vždyť kolik podvodníků vypadá upraveně a profesionálně.

V každé společnosti existují určité **společenské konvence** (zvyky a dobré mravy). Jinak se oblékáme do divadla a jinak do tělocvičny. Určitá rozumná míra konformity (být jako většina) je asi na místě. Pravidla nám totiž dávají jistotu předvídatelnosti. Víme, jak asi půjdeme vybaveni na výlet, na oslavu narozenin nebo na první školní den. Pokud jsme nekonvenční inovátoři a rádi zkusíme nové věci a jdeme neprošlápanými cestami, musíme počítat se zvýšenou pozorností okolí a s rizikem nepochopení a kritiky, ale někdy třeba i s obdivem a nápodobou okolí. Třeba naše babička si jako jedna z prvních žen u nás nechala ostříhat vlasy nakrátko a nosila většinou kalhoty. ☺

Tím, jak vypadáme, můžeme vyjádřit příslušnost k určité skupině, proti něčemu protestovat nebo něco podpořit. Všichni v životě k něčemu směřujeme, chceme něčeho dosáhnout a obecně tomu říkáme úspěch. Úspěch má mnoho podob a každý si představí něco jiného. Když po něčem toužíme, k něčemu směřujeme, představujeme si, jaké to bude, jak to bude vypadat, vytvoříme si autoprojekt. A naše image jej může vhodně podporovat a směřovat nás k cíli. Hrajeme si na kouzelníky, letce, doktory, tenisty, krasobruslařky a jednoho dne máme své první brusle nebo tenisovou raketu a začínáme žít svůj sen, máme své vzory, snažíme se být jako oni a když si to opravdu přejeme, vytrváme a věnujeme tomu čas a úsilí, jednoho dne se náš sen stane skutečností.

Je dobré mít na paměti, že ne každá image je vhodná pro každé prostředí. Je třeba využívat zpětnou vazbu od okolí a ubezpečit se, že obraz, který naše image vyvolává, je skutečně ten, který chceme vyvolat. Nezapomeňte, že změna image může být vitaným prostředkem k sebezdokonalování, ale i riskantní cestou ke ztrátě vlastní identity.

Krásné babí léto a šťastnou volbu image přeji  
Hanka a Jana Frischmannovy

Sajm zevnějškem můžete říkat: „jsem krásná“... „miluji přírodu“... „nesouhlasím a protestuji“... „jsem svá“... „patřím k vám“...

Uděláme si krátký exkurz do **psychologie** a řekneme si něco málo o prožívání a chování člověka.

**Prožívání** znamená, že člověk v bdělém stavu vnímá, vzpomíná, přemýšlí, má nějakou náladu a uvědomuje si, jak se cítí. Prožívání tedy souvisí s tím, co se děje uvnitř našeho těla i kolem nás. Dalším důležitým pojmem je **chování** neboli aktivita, kterou může pozorovat druhá osoba nebo ji zachytí přístroje (např. detektor lži). Na základě chování usuzujeme na prožívání a hodnotíme člověka. A právě tahle je moc důležitá, protože prožívání a chování může být v souladu, ale také v protikladu. Jinak řečeno, to, co prožívám (vnímám a cítím), nemusí nikdo poznat, když se nebudu odpovídajícím způsobem také chovat. Jedině chováním umožňuji svému okolí poznat, jak se cítím a jak mě má vnímat. Nemusím nic říkat, ale vysílám signály a tak komunikuji. Známe to všichni velmi dobře - usmívám se, ale v duši mám smutek, nebo pláču a vztekám se, ne proto, že mě něco bolí, ale abych na sebe upozornila. Na ostatní působíme nejen tím, co děláme (obsah), ale zejména tím, jak to děláme (forma). Jak by vám

