

Imagem pessoal: muito além da aparência

POR: THAMYRIS SANTOS

Foto: Freepik

A forma como nos vestimos comunica quem somos antes mesmo de dizermos qualquer palavra. Em um mundo acelerado, onde tudo acontece quase instantaneamente, a imagem se tornou uma das ferramentas mais poderosas de comunicação. As roupas que escolhemos, nossa postura, gestos e expressões falam por nós o tempo todo. A imagem pessoal vai muito além da aparência, ela revela identidade, posicionamento e autoconhecimento.

Pesquisas indicam que 93% da nossa comunicação é não verbal. Isso significa que a imagem que transmitimos ao sermos vistos tem um papel fundamental: ela pode reforçar nossa credibilidade além de comunicar atributos como autoridade, sensibilidade, criatividade ou acolhimento. Por isso, profissionais que investem na própria imagem tendem a se destacar com mais facilidade no ambiente corporativo.

O que a sua imagem diz sobre você? Muitas vezes, sem perceber, transmitimos sinais que não correspondem à nossa essência, personalidade ou objetivos. Um visual desalinhado com quem realmente somos ou com a imagem que desejamos projetar pode gerar ruídos na comunicação, afetar a forma como somos percebidos e até comprometer relações interpessoais. Quando há essa desconexão entre aparência e identidade, é comum surgir insegurança, sensação de não pertencimento ou até o bloqueio de oportunidades que poderiam surgir caso a imagem estivesse em sintonia com a mensagem que queremos transmitir.

Imagem pessoal é identidade visual com autenticidade. Não se trata de seguir tendências ou padrões, mas de se vestir com intenção e assumir o protagonismo da própria história. Ao longo das etapas do processo de consultoria de imagem, a pessoa se torna estrategicamente alinhada ao seu estilo e conectada com seus objetivos pessoais e profissionais. Ela se torna mais segura, confiante e preparada para se posicionar em qualquer contexto, da reunião ao encontro, do casual ao sofisticado.

Construir uma imagem autêntica é um processo de dentro para fora. Seu vestuário passa a ser uma expressão de quem você é e do que você valoriza. Cada escolha deixa de ser aleatória e passa a ser consciente. Porque, no fim das contas, a imagem pessoal é sobre autoconhecimento. É sobre se olhar no espelho e se reconhecer com admiração e orgulho. E, quando isso acontece, o mundo também começa a reconhecer o seu valor.



“**No fim das contas, a imagem pessoal é sobre autoconhecimento. É sobre se olhar no espelho e se reconhecer com admiração e orgulho.**”



Thamyris Santos

Consultora de Imagem e Estilo, especialista em coloração pessoal, estilo, visagismo e dress code. Ajuda mulheres na construção de uma imagem autêntica e alinhada com seus objetivos. Ministra workshops e palestras sobre imagem pessoal, dress code e posicionamento profissional.

Instagram: @tsconsultoriabh

