

RESET15

V A A T E K A A P I N R E S E T O I N T I V A R T I S S A

TYÖPOHJAT

- Pelastusasupaketti
- Kolme elementtiä
- Fiilispukeutuminen
- 10 vaatteen kapseli
- Tyylikompassi
- Peilisuhde reset

Voit tulostaa kaikki sivut, tai vaan haluamasi osiot.
Tärkeintä on, että teet juuri sen pilarin mukaan, mikä
tuntuu omaltasi ja mikä on sinulle helpoin.

Printtaa versioita niin monta kuin haluat ja kirjaa ylös
jokainen kohta. Tulet huomaamaan, että kohta teet
valintoja jo ilman pohtimista.

Ripaus seikkailumieltä, rohkeutta ja kosolti hyvää fiilistä
lähteä etsimään vaatekaappisi syvyyksien helmiä!

RESET15

V A A T E K A A P I N R E S E T O I N T I V A R T I S S A

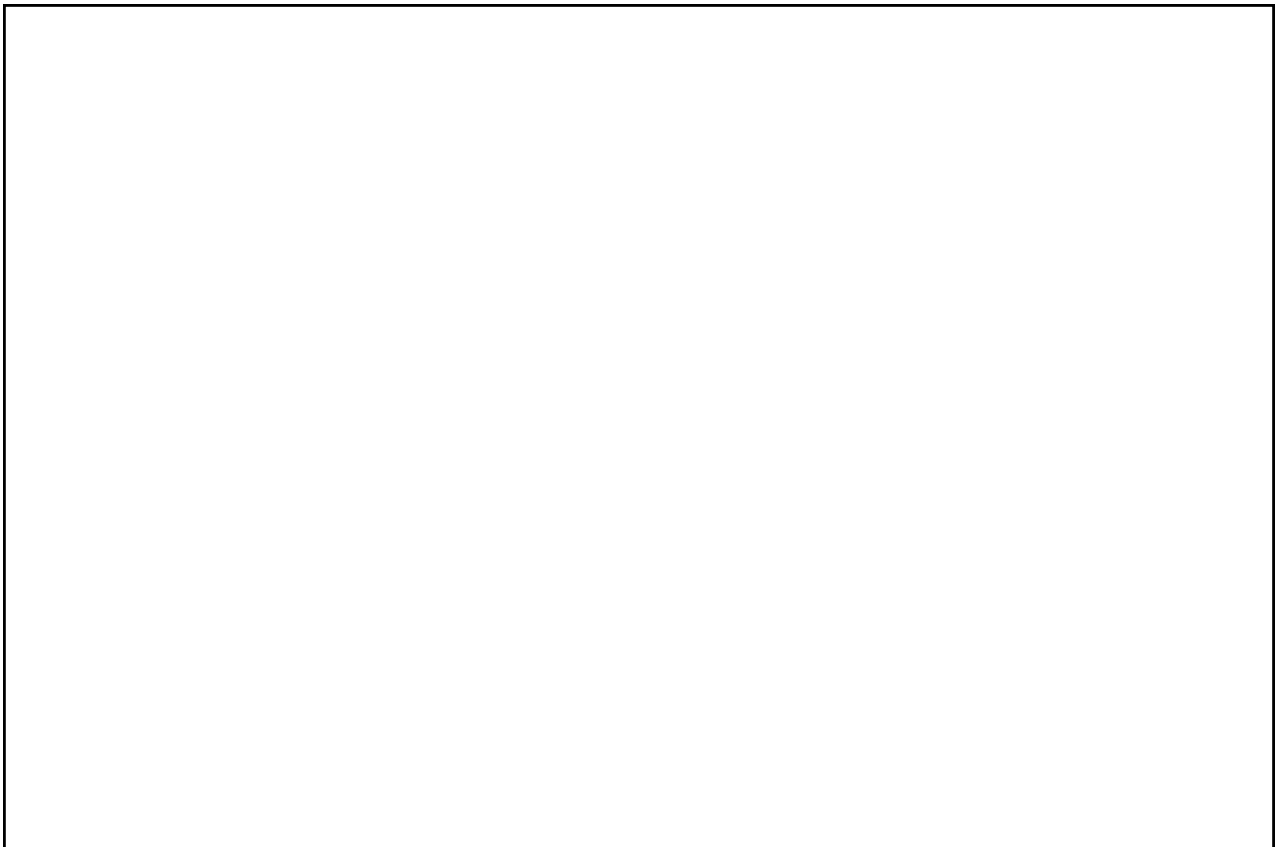
Pelastusasupaketti

● Vaatteet:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

● Asukokonaisuudet:

Voit piirtää, lisätä kuvat tai kirjoittaa.



RESET15

V A A T E K A A P I N R E S E T O I N T I V A R T I S S A

3 elementin asu



1. Valitse perusasusi

☐

2. Lisää tekstuuria tai kontrastia

☐

3. Lisää kolmas osa – “katseenvangitsija”

☐

4. Testaa ja valokuvaa

☐

Omia huomioita ja kokemus:

RESET15

V A A T E K A A P I N R E S E T O I N T I V A R T I S S A

Fiilispukeutuminen

Tee alla olevaan taulukkoon kolmena päivänä fiilispukeutumisen päiväkirja.

Päivä	Fiilis	Elementti/vaate

Huomiot ja oivallukset

Voit myös kirjoittaa tai piirtää tähän ajatuksia tai itse vaatteita.

RESET15

V A A T E K A A P I N R E S E T O I N T I V A R T I S S A

Minikapseli

● Kausi: _____

● Tilanne: _____

● Vaatteet:

1. _____

6. _____

2. _____

7. _____

3. _____

8. _____

4. _____

9. _____

5. _____

10. _____

● Yhdistelmät:

RESET15

V A A T E K A A P I N R E S E T O I N T I V A R T I S S A

Tyylikompassi

Kirjoita sana, joka kuvaa sitä tunnetta tai olotilaa, johon pyrit. Sitten etsi sitä vastaava vaate tai asuste ja kirjoita se viereen.

● Sanat:

1. _____

2. _____

3. _____

● Vaate/elementti:

1. _____

2. _____

3. _____

Visuaalinen kortti/ Moodboard:

Voit kirjoittaa, piirtää, lisätä kuvia tai mikä ikinä auttaa luomaan sen visuaalisen kuvan ja tunteen, jonka haluat kokea.

RESET15

V A A T E K A A P I N R E S E T O I N T I V A R T I S S A

Peilisuhde reset

Päivän hyvä ajatus itsestäsi:

Mikä näyttää tänään hyvältä, mistä pidät:

Valitse vaate tai asuste joka korostaa sitä, mitä kirjoitit edelliseen laatikkoon:

Mikä oli asukokonaisuus?

Kirjoita fiilis, tunne tai ajatuksia miten asusi tai valitsemasi elementti toimi tänään: