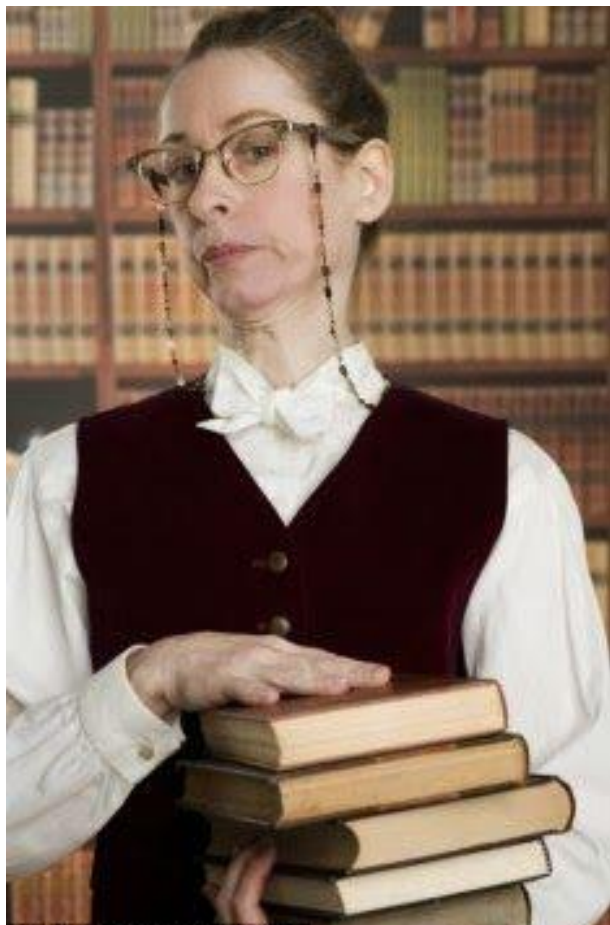


Vizuālās identitātes etiķete – kā graut stereotipus pieklājīgi un stilīgi



Lektore-trenere
Kristīna Sprūdža

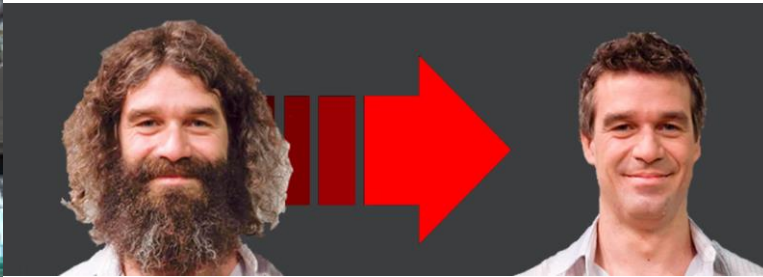


Kas veido iestādes un profesionāļa identitāti klienta acīs

- Pirmais iespaids reālajā vai virtuālajā vidē
- Klientu vajadzību pazīšana un saprotams piedāvājums
- Pakalpojuma kvalitāte
- Fokuss uz konkrēto mērķauditoriju
- Atvērtība, jaunu klientu «pieradināšanas» pasākumi
- Kontakts ar klientu arī tad, ja durvis ir ciet



Pirmais iespaids par cilvēku un iestādi reālajā un virtuālajā vidē veidojas 30 sekundēs



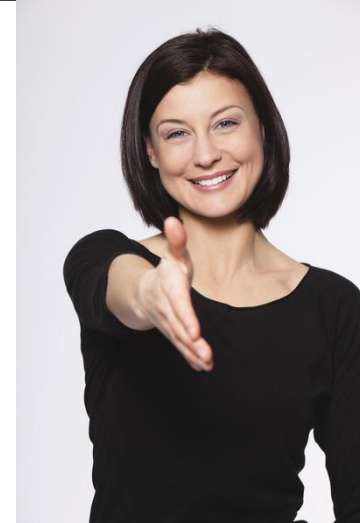


Vai pirmais iespaids ir ilgstošs?

Jā

Neurobioloģijas pētījumi apstiprina:

- pirmais iespaids radīts emocionālā nevis racionālā līmenī
- tikai vēlāk smadzenes veic racionālu izvērtējumu
- cilvēku dabā ir vēlme nemainīt savu pirmo iespaidu
- jo cilvēks ar lielāku pieredzi, jo precīzāk var novērtēt otru personu, iestādi vai mājaslapu



Kā atpazīt olas un cilvēkus?



Kur ir āķis?

- **7%** informācijas uztveram ar vārdiem
- **38%** ar balss intonāciju
- **55%** ar sejas izteiksmes un žestu palīdzību



Nav iespējama neitrāla saskarsme – mēs viens otru ceļam vai gremdējam

Reālajā vidē

- Labā seja - smaids
- Acu kontakts
- Balss, intonācija
- Sauc mani vārdā



Virtuālajā vidē

- Manas fotogrāfijas
- Telefona sarunu, īsziņu, vebināru kultūra
- Ar kādu informāciju es dalos



Sasveicināšanās



Skatāties acīs, smaidam,
nevilcināties!



Ar labām saskarsmes un sava tēla veidošanas prasmēm nepiedzimst, tās mērķtiecīgi izkopj visas dzīves laikā



Tēla veidošana sākas vannasistabā

Rīta rituāli



Pēc pusdienām



Labierīcības darbā



Apģērbs un identitāte

- Mēs esam tas, kā mēs izskatāmies. Fake it until you make it.
- Apģērbs – bruņas, maska vai reklāmas stends.
- Cilvēka identitātes mūžīgie meklējumi un nemitīgās pārmaiņas visas dzīves garumā.
- Ko nosaka un kādas atkāpes pieļauj mūsdienu etiķete?



Apģērbs ir svarīgākā un jaudīgākā neverbālā komunikācija



- Kas Tu esi?
- Ar ko nodarbojies?
- Kādai sociālai grupai pieder?
- Rakstura īpašības?
- Cik labi izproti konkrētā pasākuma formātu?
- Kāda Tava personiskā gaume?

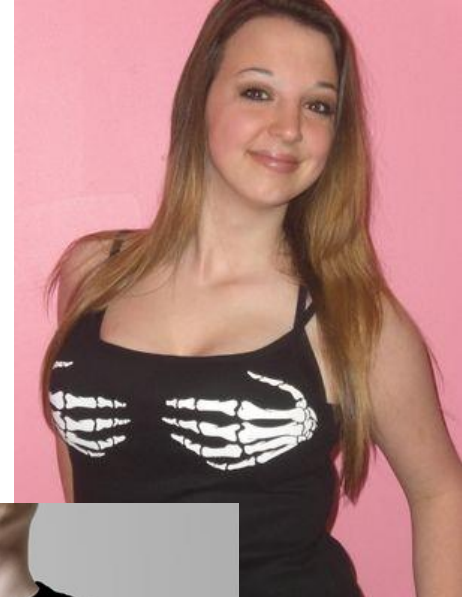
Apģērba principi lietišķā vidē

- Mērens konservatīvisms
- Ieturēta krāsu gamma, ne vairāk kā 2-3 krāsas
- Labāk vienkrāsaini toņi
- Neburzīgs un necaurspīdīgs audums
- Vismaz 5 apģērbu komplekti – katrai darba dienai viens
- Ērti, eleganti apavi, lai arī dienas beigās justos labi
- Uzmanīgi ar adījumiem un aksesuāru daudzumu!



Lai nepazemotu sevi, darba vidē izvairāties vilkt:

- T-krekļus, topus, blūzes, kreklus, kas ir pārāk atklāti – atsedz vēderu, krūtis, muguru, paduses.
- Apģērbu, kas atklāj apakšveļu.
- Apģērbu, ko rotā rupji uzraksti
- Telpās jebkāda veida cepures un saulesbrilles
- Nestaigājam plikām pēdām - jāvelk darbam piemērotus apavus.
- Apģērbs nedrīkst būt par mazu vai daudz par lielu.



Lietišķais stils nepieļauj sievietēm publiskā vietā vilkt:



- šauras, pieguļošas bikses;
 - šortus;
 - pārāk īsus svārkus (mini);
 - svārkus ar dziļiem šķēlumiem;
 - pārāk spilgtu un izaicinošu tērpu;
 - leģingus, zeķes ar rakstiem un krāsainas, rakstainas zeķbikses;
 - caurspīdīgus topiņus, ieplēstu apģērbu.
 - Kurpes ar vaļējiem purngaliem
- ! Sporta tērpu velkam tikai sportojot**

Lietišķā vide negaida tikai dāmas kostīmiņā

DRESS CODES



WOMEN'S

Lietišķais stils nepieļauj vīriešiem publiskā vietā vilkt:



- šortus;
- bikses, kas nenosedz kāju;
- sandales un pludmales čības;
- baltas vai pārāk īsas zeķes;
- spīdīgu vai lielrūtainu kreklu;
- kreklu bez apkaklītes;
- apavus vienā un siksnu citā krāsā;
- gaišus apavus pie tumša apģērba;
- Sporta apģērbu
- Apģērbu, kas neder

Kungiem arī ir varianti...



Kosmētika

- **Fiziskā sakoptība ir pats pamats vizuālās identitātes veidošanā** – tīrs ķermenis, mirdzoši mati, laba sejas krāsa, veseli un tīri zobi, vingrs augums, sakoptas rokas un kājas, tīri, kārtīgi nagi.
- Smaržas un citu kosmētiku drīkst lietot tikai uz tīra ķermeņa un drēbēm.
- Izvēlētajām smaržām vai odekolonam jābūt sajūtamam tikai ienākot intīmajā zonā (tuvāk par 60 cm).
- Matiem vienmēr jābūt tīriem un sakārtotiem. Blaugznas nav pieļaujamas.

Vēl daži akcenti

Vīriešiem

- Matiem jābūt kārtīgi aprieztiem, kaklam-skūtam.
- Ja vīrietim ir bārda, tai nevajadzētu būt pārāk garai. Tā ir jākopj un jāpiešķir forma tāpat kā frizūrai.
- Ūsas nedrīkst būt garākas par lūpas augšējo līniju.

Sievietēm

- Etiķete nepieprasa dekoratīvās kosmētikas lietošanu.
- No rīta nepieklājas uzklāt vakara grimmu.
- Manīkīrs – kopti, veselīgi nagi. Ja tos krāsojam, tad nagiem jābūt visiem vienā krāsā.
- Aksesuāru skaits ≥ 13

Pīrsingi, tetovējumi un vizuālā identitāte darba vietā

- Darbavietai ir tiesības izveidot vizuālo prasību vadlīnijas.
- Darba laikā ir iespējams izņemt, vai minimizēt rotājumus.
- Tetovējumi ļoti redzamās vietās var tikt uztverti neviennozīmīgi, ietekmēt karjeras izveides iespējas.



Digitālā identitāte profesionālā vidē



- Šodien tiek sagaidīts, ka par profesionāli IR informācija virtuālā vidē
- Sociālajam profilam jābūt atjauninātam
- Fotogrāfijai jābūt kvalitatīvai, pārlicinošai
- Gudri veidojot savu virtuālo tēlu, iegūstam daudz jaunu ideju un veidojam savu sadarbības partneru, kolēģu un klientu tīklu
- Ja privātā profilā esat norādījis savu darbavietu – tas vairs nav privāts profils
- Izveidojiet Google alert savam vārdam un uzvārdam (alerts.google.com)

Nav nekādas iekšējās un ārējās komunikācijas – kolēģi, draugi, paziņas un ģimene veido Jūsu virtuālo un reālo tēlu.

Sociālie tīkli – draugs vai ienaidnieks?



- Atturaties no ierakstu veikšanas, kad esat pārguruši, dusmīgi, nikni, aizvainoti, sāpināti...
- Nepārspīlējiet ar ierakstu biežumu.
- Aktivitātes darba laikā sociālajos tīklos = nepatikšanas (ja vien jūsu darba pienākumos, neietilpst iestādes sociālo tīklu uzturēšana).
- Uzmanīgi arī ar privātās dzīves ainiņām un aktivitātēm pēc pusnakts, tās var viegli pārprast.

Vai bibliotekāriem ir iespējama privātā dzīve?

- Katrs pazīst bibliotekāri
 - Arī veikalā....
 - Arī Jaungada svinībās pilsētas centrālā laukumā...
 - Arī sociālajos tīklos...
 - Arī peldoties vietējo iecienītā peldvietā...
- **Sargājam savu privāto dzīvi**
 - **Ņemam talkā humoru, noturam robežas**
 - **Veselīga un par sevi pārliecināta personība nerunā slikti par citiem**

....publiskas personas dzīves spožums un posts...



Mēs esam tas, kam veltam savu laiku

- Dienā 24h – 8 guļam, 8 strādājam, kur paliek atlikušās 8h?
- Svarīgi prast strādāt un arī prast atpūsties, uzlādēt savas baterijas
- Mūsu vienīgais instruments ir mūsu ķermenis, prāts, dvēsele.

