

Natürlich mit Stil

Tipps für ganzheitlich arbeitende FriseurInnen zur kreativen und empathischen Haar- und Frisurberatung

Präsentation von Linda Hollatz

Linda Hollatz

kurz zu mir

- *es begann mit Haarproblemen, Unzufriedenheit und Haarausfall
- *nach dem Psychologie Studium zum Handwerk
- *nun seit 30 Jahren beruflich fokussiert auf Haare:
Forschen, Schreiben, Unterrichten, Schneiden,
Behandeln bei Haarausfall und Trichotillomanie,
Beraten zu Frisur und Kleidung

Nachhaltig Schön Sein

Ist es möglich? Ja, natürlich! Für uns und unsere KundInnen und alle, die es wirklich möchten!

Doch bevor wir uns auf das *Wie* also die *Tools*,
Werkzeuge und Strategien konzentrieren, machen wir uns
erst Mal bewusst, dass weder wir noch unsere KundInnen
weiße Leinwände sind, auf die wir so einfach ein schönes
nachhaltiges Erscheinungsbild malen können.

Wir sind alle ganz individuelle Wesen mit komplexen
Erfahrungen →

Was sehen wir auf der Leinwand ?

Es gibt das ganze Spektrum von weiß bis schwarz mit allen Farben und Formen zusätzlich dunkler Schatten, Flecke und sogar Löchern. Letztere entstehen durch negative Erfahrungen mit unseren Haaren und Aussehen. Grundsätzlich gehe ich davon aus, dass jede KundIn, die zu mir kommt Folgendes mit ihren Haaren erlebt hat:

- *Fremdbestimmung

 - z.B. was andere Menschen an einem mögen und aus Verlustangst verstärken oder was an einem kritisiert wurde

- *Manipulation

 - Fake Hair* also, unechtes Haar, das uns als echtes vorgehalten wird und was zu erhöhtem Konsum führen soll

- *Traumatisierung

 - Haare werden gegen den eigenen Willen geschnitten, Haare werden zu kurz geschnitten, fehlgeschlagene Haarstufen und unerwünschtes Frisurenresultat

- *Konditionierung

 - z.B. lange Haare machen alt, lockige Haare sind schwierig...

- *Verwirrung – Gefühl von Überwältigtsein

 - Es scheint tausende von Frisuren und Optionen zu geben auch hinsichtlich Makeup and Kleidungsstil.

Im Gespräch

Aufgrund dieser negativen Erlebnisse kommen folgende Aspekte häufig in der Kommunikation mit unseren KundInnen vor und sind je nach Person mehr oder weniger wichtig.

Wir können bedeutend beitragen durch:

- *Bewusstmachung und Abwerfen des individuellen Ballasts
- *Beistand zum Wiederaufbau des Selbstwertgefühls und der Selbstbestimmung
- *Sachliche Erklärungen, um Manipulation zu entmachten und sinnlose Konditionierungen aufzulösen z.B. man muss nicht alle 6 Wochen Spitzen schneiden

Was für einen Haarschnitt?

Hier sind die am häufigsten vorkommenden Anliegen und mögliche Fragen und Antworten dazu.

Nur die Spitzen

Möchtest du, dass ich den bestehenden Linien folge?

Gibt es etwas, das ich über dich, deine Haare wissen sollte, wie besondere Empfindlichkeiten?

Mehr Stufen

Lass uns deine Haare anschauen bezüglich wie viele Reihen von Stufen wir machen können

Weniger Stufen

Okay, dann bringen wir deine Haare wieder auf eine Länge.

Ein gutes Stück ab

Wie viel genau?

Mal was ganz Neues – was kannst du mir empfehlen?

Könntest du mir dazu visuell was zeigen? Fotos oder Zeichnungen?

Dann lass uns gemeinsam schauen, was realisierbar ist. Ich habe ein paar Ideen und würde auch noch gern von dir mehr in Bezug auf deinen Lebensstil und Vorlieben erfahren.

Welche Frisur passt zu mir?

Die 6 Grundschnitte erklären

Optionen aufzeigen:
das was aufgrund der Haarlänge der
KundIn in Frage kommt.

Variationen der Grundschnitte unter
Berücksichtigung der Wünsche erörtern,
Ideen einbringen.

Abklären in wie weit die Kundin Zeit und
Geld in das Stylen verwenden möchte



Natürlich mit Stil als Prozess

Haare sind nur ein Aspekt unseres Stils. Ihr Ausdruck und ihre Wirkung stehen immer in **Zusammenhang mit unserem Körper, unserer Kleidung und unserer Persönlichkeit.**

Gleich zu Beginn einer Beratung betone ich, dass nachhaltig schön sein mit ganz individuellem Stil **eine Reise mit sich selbst** und auch mit anderen Menschen ist.

Das kann eine kurze Städtereise sein, bei der man einen Überblick und Impulse vom Dach eines Tourbusses erhält oder ein längerer Aufenthalt im eigenen Schlafzimmer neben Spiegel und Zeitschriftenstapel, einem Kloster oder einem fernen Land. Letztendlich geht es darum, **Erfahrungen zu machen, zu experimentieren und sich Wissen anzueignen**, so dass man immer mehr bei sich ankommt.

Code d'Essence

Code d'Essence ist der Name, den ich dem ganz individuellen Schönheitscode eines Menschen gegeben habe.

Code steht für **Color** und **Design**. **Essence** für unsere Essenz, unsere Seele

Die **Seele**, die Essenz zieht in einen genetisch vorprogrammierten **Körper** ein und nimmt eine **Persönlichkeit** an, die auch genetisch und systemisch geprägt ist.

Die Seele drückt sich durch viele verschiedene Formen wie Sprache, Bewegung, Vorlieben immer in Zusammenspiel mit den vorherbestimmten Anteilen aus.

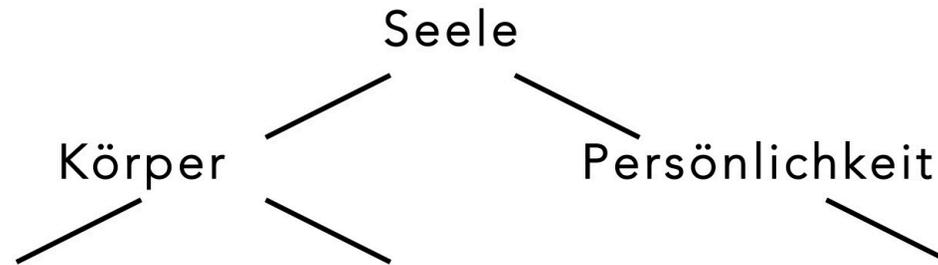
Das **Seelenlicht** strahlt durch den Körper an seine Oberfläche. Licht und Materie verbinden sich in dem das Licht durch die Materie in Farben gebrochen wird und sich als Pigmentierung zeigt.

In den Augen, den Fenstern der Seele, sieht man dieses Licht am stärksten. In der Haut und den Haaren ist es verdichteter.

Wenn wir die **Farben** für unsere Kleidung, Makeup und Haarfärbemittel wählen, die unserer eigenen Pigmentierung entsprechen oder mit ihren Frequenzen schwingen, so zeigen, wiederholen und verstärken wir unser Seelenlicht und erzielen eine authentische, harmonische Wirkung. Zur Bestimmung der individuellen Farben benutzen ich die vier Elemente des Lebens, die vier Jahreszeiten und vier Lichtenergien.

Auch das **Design** unseres Körpers ist genetisch vorbestimmt und die Ausprägung der Elemente, die es ausmachen sind vorgegeben. Sie laden durch die Wahl unserer Kleidung zu Kompensation, Wiederholung und Hervorhebung ein.

Code d'Essence Übersicht



Farben<-----	Form <-----	-----Stil
Formelle Farben 1+2 Haarfarbe Augenfarbe Hautfarbe Lippenfarbe Powerfarben 1+2 Teamfarbe Muster Metalle Pastelle/Inneneinrichtung	Kontrast Größe Maßstab und Proportion Geometrie Textur/Material Komplexität Visuelles Gewicht Fokuspunkt Muster Bewegung	Vorlieben Eigenarten Selbstaussdruck Kommunikation Intention Lebensweise Natürlich-Künstlich Inspiration zur Stilfindung: Anthropologie, Geschichte, Kunst, Kultur, Psychologie und Astrologie

Farbe

Formelle Farben 1+2

Augenfarbe

Hautfarbe

Lippenfarbe

Powerfarben 1+2

Teamfarbe

Muster

Metalle

Pastelle/Inneneinrichtung



Design

Kontrast

Größe

Maßstab und Proportion

Geometrie

Textur/Material

Komplexität

Visuelles Gewicht

Fokuspunkt

Muster

Bewegung

Stil

- Vorlieben z.B. das Tragen von Hosen, edlen Schmuck...
- Eigenarten z. B. mag kein Fleece Stoff anfassen, kein Karomuster, liebt Rüschen...
- Selbstaussdruck: kulturell, religiös, spirituell, politisch...
- Kommunikation: möchte Kontakt, Aufmerksamkeit,...
- Intention: z.B. Behördengänge, Feiern
- **Lebensweise: sportlich, nachhaltig, viel Reisen...**
- **Natürlich-Künstlich: wie viel permanent oder gelegentlich verändert wird...**
- Inspiration zur Stilfindung: Anthropologie, Geschichte, Kunst, Kultur, Psychologie und **Astrologie**

Lebensweise

Wunsch nachhaltig zu leben

Niedrig-----Medium-----Hoch

Selbsteinschätzung wie nachhaltig lebe ich in Bezug auf:

Kleidung

Niedrig-----Medium-----Hoch

Haare

Niedrig-----Medium-----Hoch

Makeup

Niedrig-----Medium-----Hoch

Haushalt

Niedrig-----Medium-----Hoch

Beruf

Niedrig-----Medium-----Hoch

Reisen

Niedrig-----Medium-----Hoch

Natürlich-Künstlich Spektrum

Haare

Naturbelassen-----Medium-----Stark Verändert

Makeup

Naturbelassen-----Medium-----Stark Verändert

Körper

Naturbelassen-----Medium-----Stark Verändert

Aussehen im Beruf

Naturbelassen-----Medium-----Stark Verändert

Insgesamt

Naturbelassen-----Medium-----Stark Verändert

Kontrast



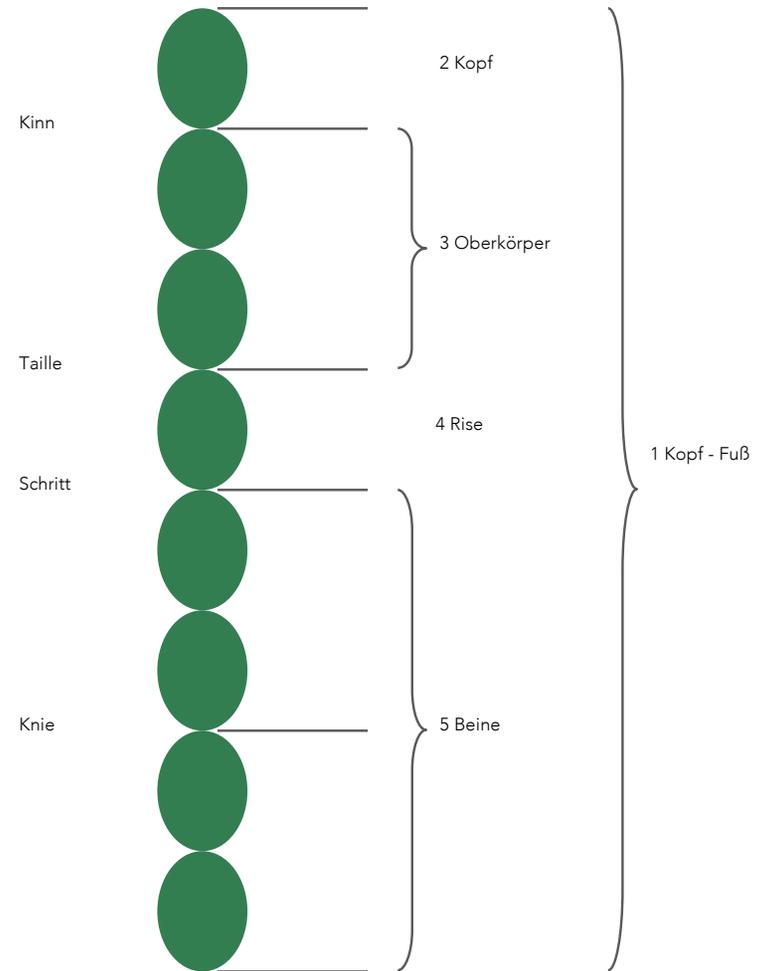
Größe

Wie stehen Haare und Frisur im Verhältnis zur Größe des Körper?



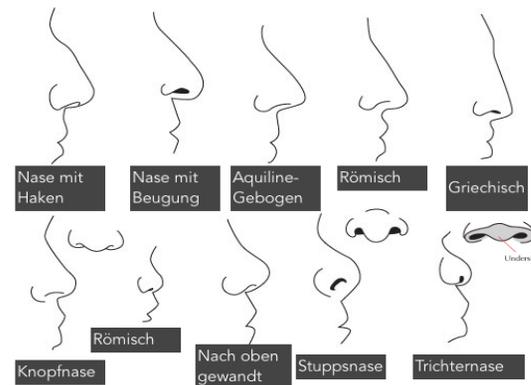
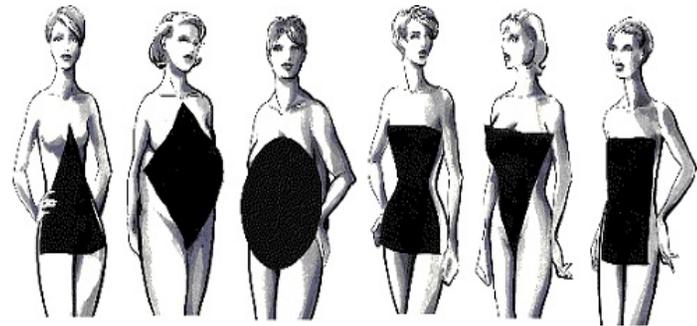
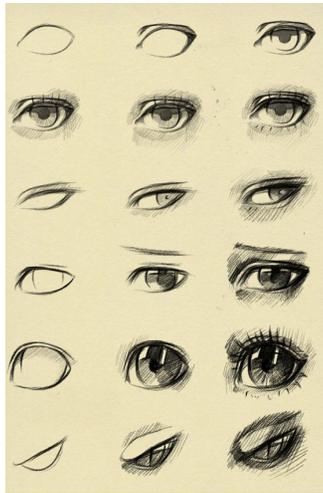
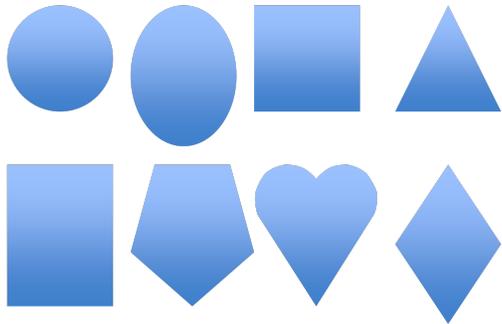
Maßstab und Proportion

- Wenn wir uns unserer Proportionen bewusst werden, eröffnen sich Möglichkeiten der Verfeinerung, Harmonisierung und Kräftigung unserer Ausstrahlung.
- Unsere ganz individuellen Proportionen weisen auf die ideale Größe unserer Accessoires, Muster und Kleider hin.



Geometrie

Wenn du das Harmonieprinzip der Wiederholung anwenden möchtest, erkenne deine Formen und wähle sie in für deine Kleider, Muster und Accessoires. Die Geometrie von Haarschnitten und Frisuren entspricht verschiedensten Kombinationen von Kopf- und Gesichtsformen sowie den Augenbrauen.



Textur/Material

- Deine Textur setzt sich vor allem durch die Textur und Farbe deiner Haare und deiner Haut zusammen sowie durch die Statik und Beweglichkeit deiner Mimik. Die Textur bestimmt dann die Glätte, Stärke und Rauheit der Stoffe und Materialien, die mit dir in Harmonie sind.



Komplexität

Komplexität baut auf dem Designelement Textur auf. Dafür berücksichtigen wir zusätzlich die Lautstärke der Stimme, den Gang, die Art sich zu bewegen und den Charakter des Individuums besonders in Hinblick auf Introvertiertheit und Extrovertiertheit.

Dann unterscheiden wir großzügig eingeteilt drei generelle Stärken hinsichtlich wie viel Design ein Mensch gleichzeitig tragen kann.

Visuelles Gewicht

Hier wird das Designelement visuelles Gewicht anhand eines Zopfstrickmusters klar. In Beziehung zu seidigen Haaren hat das Zopfstrickmuster viel mehr Gewicht als die feinen Haare und auch eine stärkere Textur. Wenn eine Person mit feinen Haaren also dieses Muster an sich trägt, wirken die Haare noch feiner. Wenn die Person möchte, dass ihre Haare nicht dünner aussehen, empfehle ich seidigere, mittel leichtere und beweglichere Stoffe.



Hier passt das visuelle Gewicht des dünnen Seidenschals nicht zu dem visuellen Gewicht der Locken und des Gesichts. Der grünbraune Schal entspricht ihr schon viel eher.



Fokuspunkt



Muster

Das Designelement Muster, oder auch Druck ist beim Entscheidungsprozess oft ganz vorne an. Muster fallen sofort ins Auge. Die Muster, die wir nicht mögen oder von denen wir wissen, dass sie nicht zu uns passen, schließen ein Kleidungsstück umgehend aus.

Bei der Auswahl eines für uns stimmigen Musters analysieren wir
Farben

Besteht das Muster überwiegend aus den Farben unserer Palette?

Kontrastlevel

Ist das Muster zu schwach oder zu stark?

Proportionen

Ist das Muster zu groß oder zu klein?

Geometrie

Entsprechen die Formen meiner Geometrie?

Horizontale und vertikale Streifen

Kariertes Muster

Asymmetrie

Punkte und Pünktchen

Rechtecke, Quadrate, Dreiecke, Kreise, Ovale, Trapezoide

Symbole und Themen

Entspricht die Symbolik meiner Essenz, Persönlichkeit und Stil?

Abstrakte Drucke

Blumen

Pflanzen

Paisley

Federn

Worte

Tierfellimitation

Schärfe

Sind die Abgrenzungen und Linien innerhalb des Musters zu scharf oder zu verschwommen?

Textur

Texturen schaffen auch Muster. Zum Beispiel grob gestrickte Pullover, feiner Cord

Komplexität

Ist das Muster zu einfach oder zu hektisch, wirr, ablenkend? Unterstützt das Muster?



Bewegung

Haare bewegen sich und fallen ins Gesicht, über Schultern und wehen im Wind. Lockige Haare entsprechen beweglicherer Kleidung und keine oder sehr kurze Haare einem unbeweglicheren Outfit.



Astrologie

In der Beratung benutze ich die Astrologie als ein System, welches die Persönlichkeiten, Talente, Vorlieben und Bedürfnisse von Menschen anschaulich in die 4 Elemente und 12 Sternzeichen organisiert.

Feuer

Widder, Löwe, Schütze

Nach außen gerichtete Energie – Strahlkraft

Bewegung - Sehen

Erde

Stier, Jungfrau, Steinbock

Nach unten bezogene Energie – Erdkraft

Berührung – Schmecken

Luft

Zwillinge, Waage, Wassermann

Von oben kommende Energie – Geisteskraft

Gedanken – Kommunizieren

Wasser

Krebs, Skorpion, Fische

Nach innen gerichtete Energie - Emotionale Kraft

Verbindung - Fühlen

Geburtshoroskop

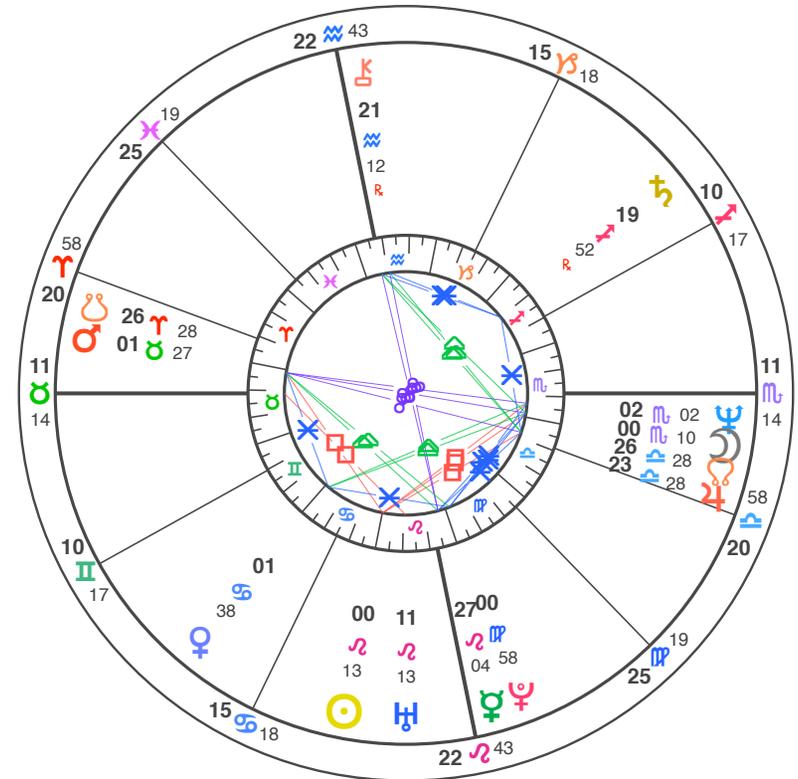
Ganz wichtig! Anhand der 12 Sternzeichen und ihren entsprechenden Planeten habe ich die vielen verschiedenen Kundenbedürfnisse in Bezug auf die Haare und Frisur und Haarbehandlung sortiert und ihnen eine Stimme gegeben.

Zunächst finde dich in den Beschreibungen wieder und wähle bis zu 3 Kärtchen.

Wundere dich nicht, wenn dein Sonnenzeichen nicht dabei ist. Das kann daran liegen, dass deine Sonne in einem fremden Haus steht und dessen Färbung übernimmt. Bei 11 von 12 Menschen ist das so. Also im Grunde gibt es als erste Differenzierung z. B. einen krebssigen Steinbock oder eine skorpionische Waage.

Eine große Rolle spielt dann der Aszendent, der mit unserem Aussehen, wie wir aussehen wollen und wie wir auf andere wirken zu tun hat.

Weiterhin ist bei Frauen noch entscheidend, in welchem Zeichen die Venus steht und bei Männern der Mars, also das Weibliche und das Männliche in uns.



Die 12 astrologisch-psychologischen Kundentypen

Widder möchte sein, entdecken, sehen und gesehen werden, die reine Kraft ausdrücken.
Vorsicht! UNGEDULD, IIMPULSIVES HANDELN

Stier möchte mit allen Sinnen erleben, genießen, gemütlich, erdverbunden
Vorsicht! TRÄGHEIT

Zwillinge möchte Abwechslung, ist kommunikativ, kann sich nicht leicht entscheiden
Vorsicht! REDSELIGKEIT

Krebs muss sich geliebt und geschützt fühlen, auch die Haare sollen schützen
Vorsicht! BEDÜRFTIGKEIT

Löwe will seine Persönlichkeit ausdrücken und auf der Bühne stehen
Vorsicht! FRUSTRATION

Jungfrau will gesund aussehen, möglichst naturverbunden, wash and go, effizient
Vorsicht! PERFEKTIONISMUS

Waage will Schönheit und Balance
Vorsicht! ZU NETT

Skorpion will Transformation
Vorsicht! KONTROLLIEREND, KANN NICHT LEICHT LOSLASSEN

Schütze will seine Inspirationen, Ideale ausdrücken
Vorsicht! ÜBERSCHÄTZUNG

Steinbock möchte möglichst effizient sein Ziel, einen eleganten Haarschnitt erreichen
Vorsicht! HOHER ANSPRUCH

Wassermann Individualität
Vorsicht! DISTANZ, KEINE VERBINDUNG ZWISCHEN IDEALEN UND REALITÄT

Fische Ideale, Traumfrisur, sensibel
Vorsicht! PROJEKTIONEN

www.haarexpertin.de

Wenn du in Kontakt bleiben möchtest:

- * Schicke eine Email an linda@haarexpertin.de oder schreibe sie auf wenn du dieses PDF möchtest
- * trage dich auf meiner Webseite für meinen Newsletter ein
- * empfangen jeden Mittwoch einen *Nachhaltig Schöne Haare* **WhatsApp** Post
- * **instagram** sustainablyours
- * **Facebook** deutsch <https://www.facebook.com/andrea.linda.hollatz>