

ОГЛАВЛЕНИЕ

Вступление: Моя история стиля	9
ГЛАВА 1 – Модная психология	29
Кто такой, ради всего святого, модный психолог?	37
Вернемся в прошлое: история, стоящая за модной психологией	49
Мода, психология и политика: костюмы для мировой сцены	51
Как одежда влияет на ваши эмоции	55
Помните о пропасти: одеваем наше воображаемое «я»	57
Заключение	63
ГЛАВА 2 – Ваша история стиля	65
К какой категории вы относитесь?	67
Словарь терминов модной психологии	69
Помочь мне, помочь вам	70
Родители, ровесники и поп-культура: как образуется наша модная идентичность	80
А теперь расскажите мне о <i>вашей</i> матери	85
Придерживаетесь старомодного образа?	
Пришла пора залечить шрамы вашего подросткового стиля	87
Прятаться у всех на виду	89
О самораскрытии	98
Заключение	100
ГЛАВА 3 – Наука в основе шопинга	101
Вы эмоциональный покупатель?	106
Шопинг и разум: это ваш мозг выставлен на продажу	112
Шопинг под влиянием: кому вы можете верить?	116
Как покупать осознанно	119
Заключение	126

ОГЛАВЛЕНИЕ

ГЛАВА 4 – Другой способ одеваться	127
Как понять, что вам нравится носить	136
Бренд «и так далее»: преимущества обладания стилевой униформой	138
Поговорим о повторении	142
Повторы на работе	144
Ритуал или заезженная колея?	147
Целебная сенсация: искусство делать больше с меньшим	155
В моем гардеробе есть...	161
Заключение	164
ГЛАВА 5 – Настроение имеет значение	167
Все начинается с вас	178
Иллюстрация настроения: одеваемся, чтобы поддержать равновесие	182
Усиливаем настроение: одеваемся, чтобы чувствовать себя лучше	185
Рискованный бизнес	190
Целительная сила моды	193
Заключение	196
ГЛАВА 6 – Цвета в контексте	197
Цвет как сигнал	198
Цвет и преступление	201
Цвет и культура	205
Красный	208
Когда носить красное	209
Оранжевый	210
Когда носить оранжевое	211
Желтый	212
Когда носить желтое	212
Зеленый	213
Когда носить зеленое	214
Синий	215
Когда носить синее	216
Пурпурный	217
Когда носить пурпурное	218
Розовый	219
Когда носить розовое	220

ОГЛАВЛЕНИЕ

Черный	221
Когда носить черное	221
Белый	222
Когда носить белое	223
Коричневый	224
Когда носить коричневое	225
Заключение	226
ГЛАВА 7 – Сильные аксессуары	227
Иметь и держать: сила комфортных предметов	235
Роскошь, лейблы и логотипы: власть народу?	239
Аксессуары и политика: от шапок с «ушками» до брелоков на сумочке	243
Краешек шляпы: аксессуары, культура и община	244
Заключение	249
ГЛАВА 8 – Вы одеваетесь для себя или для кого-то другого?	251
Нация ассимиляции: почему мы все одеваемся, чтобы влиться	259
Смена кода и конформизм: эмоциональная цена ассимиляции	262
Взломать код: как оставаться верной себе	270
Погоня за трендами: гонка, в которой мы никогда не выигрываем	275
Заключение	281
ГЛАВА 9 – Нация селфи	283
Как соцсети улучшили мой стиль	288
Примечание о внутреннем удовлетворении	297
Заключение	302
ГЛАВА 10 – Гардероб вашего пробуждения	303
Что такое гардероб пробуждения	306
Мои любимые этичные бренды	311
Одобрение против присвоения	313
Ваш лучший образ: чтобы вас заметили	322
Заключение	325
Заключение	326
Примечания	329
Об авторе	366