

**Екатерина Путинцева, Олеся
Каменецкая, Анжелика Ким, Мария
Лузянина, Дарья Сазонова, Татьяна
Скибина, Ксения Шавыкина**

**Когда одежда говорит за тебя:
тайная психология стиля**

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 304
ББК 60.5
Е45

Екатерина Путинцева
Е45 Когда одежда говорит за тебя: тайная психология стиля / Екатерина Путинцева, Олеся Каменецкая, Анжелика Ким, Мария Лузянина, Дарья Сазонова, Татьяна Скибина, Ксения Шавыкина – М.: Lennex Corp, — Подготовка макета: ООО «Книга по Требованию», 2026. – 118 с.

ISBN 978-5-8854-2928-3

Почему мы выбираем именно такую одежду и какие смыслы за этим стоят?

Ответ в сборнике от Екатерины Путинцевой — автора книги «Архетипы и стиль: 22 визуальных кода и практических примера».

Через призму психологии, архетипов и личного опыта экспертные авторы показывают, как стиль влияет на наше самоощущение и отношение окружающих. Практические инструменты помогут научиться читать гардероб как язык и осознанно его использовать. Откройте себя через стиль — начните лучше понимать себя уже сейчас!

А5, цветная печать, мягкая обложка, 118 стр.

ISBN 978-5-8854-2928-3

© Lennex Corp, 2026
© Екатерина Путинцева, 2026

КОГДА ОДЕЖДА ГОВОРIT ЗА ТЕБЯ:

тайная психология стиля

Лилии
Сараевой
ЛИТЕРАТУРНОЕ АГЕНТСТВО

УДК 33
ББК 65

Когда одежда говорит за тебя: тайная психология стиля / 118 с.

ISBN 978-5-8854-2928-3

Шрифт основного текста: Random Grotesque Standard Book,

Шрифт заголовков: Random Grotesque Standard Bold



В соответствии с ФЗ №436-ФЗ от 29.12. 2010

УДК 33
ББК 65

Эмилия Ахундова
литературное агентство

ISBN 978-5-8854-2928-3

г. Санкт-Петербург,
Литературное агентство Эмилия Ахундова
(ИП Ахундов Э.И.), ИНН 781302617257.
<https://lit-agent.ru>, https://vk.com/litagent_ru,
<https://t.me/eakhundov>.

© Оформление ООО «Пабlish Системс»,
Метранпаж, Онлайн-сервис верстки книг, 2026

Содержание

Введение.....	5
Путинцева Екатерина Стиль как стратегия профессиональной реализации: архетипический подход	9
Каменецкая Олеся Психология сексуальности в стиле: как одежда усиливает притяжение	29
Ким Анжелика Психосоматика стиля: как тело говорит через одежду	43
Лузянина Мария Психология украшений: язык символов и невербальное влияние	55
Сазонова Дарья Психология запахов и парфюмерии в создании образа.....	69
Скибина Татьяна Как раскрыть себя с помощью стиля после 45	89
Шавыкина Ксения Профайлинг стиля: как по одежде определить психотип личности.....	101
Заключение	113
Благодарности	115

Введение

Вы замечали, как иногда хочется надеть что-то яркое — красное платье, например? А в другой день — спрятаться в объемном свитере, укутать себя комфортом и стать нейтральнее? Или купить очередную белую рубашку, хотя в шкафу их уже две?

Мы живем в эпоху изобилия — магазины ломятся от вещей, а мы продолжаем искать «то самое». Ту самую вещь, которая сделает нас увереннее, красивее, счастливее. Ту, в которой наконец станем собой. Но почему этот поиск часто превращается в бесконечный круг? Почему мы покупаем одежду, которую потом не носим? Почему стиль, который вчера казался «нашим», сегодня уже не подходит? Почему иногда так хочется визуально кардинально измениться?

Ответы на эти вопросы редко лежат на поверхности. Они спрятаны глубже — в наших подсознательных желаниях, невысказанных потребностях, внутренних конфликтах.

Тянетесь к красному цвету? Возможно, вам не хватает внимания. Любите принты? Это может говорить о желании больше общаться, чувствовать связь с другими людьми. Носите много украшений? Ваши эстетические потребности сильны — красота для вас необходима как воздух. Выбираете объемную одежду? Вы готовы занимать больше пространства вокруг себя, заявлять о своей значимости.

Каждая вещь в нашем гардеробе — это зашифрованное послание от нас самих к нам самим. Послание о том, чего мы на самом деле хотим. О том, кем мечтаем быть, но не решаемся стать. О том, что чувствуем, но не всегда осознаем и проявляем.

Эта книга — ключ к расшифровке таких посланий. Мы собрали под одной обложкой психологов и психодиагностов, стилистов и экспертов по визуальной коммуникации — тех, кто каждый день помогает людям услышать, что на самом деле говорит их одежда.

Каждый эксперт не только объясняет глубинные механизмы, но и делится практическими инструментами, которые можно применить сразу.

- ▶ Простые диагностики, которые помогут понять, какие потребности стоят за вашими стилистическими предпочтениями.
- ▶ Конкретные рекомендации, как через пару осознанных изменений в образе поддержать себя в разных жизненных ситуациях или усилить личностные качества.
- ▶ Инструменты, помогающие выбирать одежду не «по правилам», а в согласии с вашим внутренним состоянием.

Вы уже готовы узнать о себе больше?

Начните самое увлекательное исследование себя через призму своего стиля. Прислушайтесь к тому, что на самом деле транслирует ваша одежда. Возможно, вы обнаружите, что ваш любимый жилет говорит о потребности в безопасности. Что ваше пристрастие к определенным фактурам рассказывает о том, как вы хотите, чтобы к вам прикасались. Что выбор между каблуками и кроссовками — это не вопрос удобства, а разговор между разными частями вашей личности.

Эта книга станет вашим проводником в мир, где каждая вещь в шкафу — это часть вашей истории. Где цвет костюма может рассказать о вашем способе коммуникации, а силуэт одежды о ваших особенностях мышления. Давайте вместе расшифруем эти послания. Услышим, что на самом деле говорит ваша одежда. И, возможно, в этом диалоге вы откроете в себе то, что давно искали — ту самую себя, настоящую.



Путинцева Екатерина

Стилист-психолог, аналитик архетипов личности
и эксперт по визуальной коммуникации

Стиль как стратегия профессиональной реализации: архетипический подход

Одежда — это визуальный язык, который красноречиво рассказывает историю личности через цвет, форму и детали образа. Я работаю с этим языком как со структурой смыслов, ролей и состояний.

Меня зовут Екатерина Путинцева, я стилист-психолог, аналитик архетипов личности и эксперт по визуальной коммуникации. За первым впечатлением я вижу больше, чем сочетание фактур и цветов. Вижу мотивы, потребности, способ входить в контакт, уровень амбиций и особенности внутреннего состояния человека. Одежда все расскажет, как есть. Вы можете сказать: «Я хочу поменять работу», но ваша обувь тут же проявит истинную внутреннюю готовность.

В основе моей работы — 22 архетипа или 22 психотипа. У каждого человека звучит своя комбинация архетипов — и это не два внутренних героя, а целых шесть. Их переплетение формирует характер, стиль, способ проявляться в профессии. Для меня это объемная карта личности с рельефом внутреннего потенциала, где каждый герой имеет свои уникальные настройки или стратегии поведения.

Поясню на примере. Когда возникает запрос на уверенность, мы с клиентом находим ее архетипический источник. Если это внутренний герой под названием Император (психотип Руководитель), то в образе появляется геометрия, плотность тканей, глубокие оттенки цветов. Линии собирают фигуру, цвет придает вес, силуэт выстраивает вертикаль. Вещи становятся точками опоры для работы с качеством внутренней уверенности. Образ начинает поддерживать нужное состояние. Я называю это «суперкостюмом» — визуальной формулой, которая усиливает личность.

Мои профессиональные компетенции:

- ▶ разрабатываю концепцию стиля по архетипам как стратегию профессионального позиционирования;
- ▶ создаю визуальный образ для соцсетей, сайта и медиа, где каждый визуальный элемент транслирует смыслы личного бренда;
- ▶ проектирую айдентику личного бренда на основе архетипов личности;
- ▶ провожу обучение и консалтинг для экспертов, которым важно управлять своим впечатлением.

Одиннадцать лет в профессии, последние шесть — в глубинной стилистике. Автор книги «Архетипы и стиль: 22 визуальных кода и практических примера», соавтор шести книг в области стиля, маркетинга и продаж. Работаю с онлайн-экспертами, предпринимателями и творческими людьми, для которых образ — это инструмент влияния.

Образ как инструмент профессионального влияния

В профессиональной среде человека сначала считают визуально и только потом слушают. Это происходит мгновенно и почти бессознательно. До того как вы представитесь, расскажете о своем опыте или презентуете продукт, ваш образ уже сформировал ожидание: насколько вам можно доверять, какой у вас масштаб и роль.

Образ работает как система координат, в которой другие люди определяют, как с вами взаимодействовать. С кем-то говорят осторожнее. Кому-то сразу делегируют ответственность. Кого-то воспринимают как исполнителя, а кого-то — как того, кто формирует правила. И это не вопрос статуса должности. Это вопрос визуального сигнала, который вы транслируете.

Одежда может усиливать профессиональную позицию или, наоборот, создавать внутреннее противоречие, когда компетентность уже выросла, а образ продолжает транслировать прежнюю роль. В такие моменты человек сталкивается с невидимым барьером: его опыт уже изменился, а визуальный язык все еще рассказывает старую историю. Можно сказать, «суперкостюм» стал маловат.