

藝文方盒子

衣櫥醫生，帶你走入對的人生



藝文中心3月11日舉行〈衣櫥醫生，帶你走入對的人生〉講座

新學期伊始，為了要讓大家有新氣象並且更了解自己，藝文中心邀請到曾登上TED演講的衣櫥醫生賴庭荷，來幫大家整治服裝。

衣櫥醫生首先讓同學們兩兩一組，互相量彼此的頭長、臉長，用來計算頭身比以及五官比例等等，試圖用科學的方式帮大家分類自己所屬的類型。衣櫥醫生設計了角色三原型，讓同學們測量自己從眼窩到唇心間的距離，再以此除以頭長，得出來的數字可以被分類為夢想家、照顧者、領導者三種型式。

作為夢想家的同學，通常五官上具有線條較圓或有弧度，五官較小巧，讓人看起來有種輕巧可愛的感覺；屬於照顧者的同學們，則是五官比例對稱、適中，五官陽剛與陰柔特質兼具，也常讓人感覺親切；領導者的五官則是較立體與凸出，常常讓人感到較陽剛或氣場強烈。在角色三原型的分類下，同學們可以了解到自己的長相特質帶給人第一眼的感覺與氣質，而後再找出適合自己的服裝穿搭，並因應不同性質的場合與需求做搭配。



同學互相丈量頭長



同學互相丈量臉部各比例



QA時間提問踴躍

衣櫥醫生過去曾實際踏查診療三百多個衣櫥，她發現很多人一開始找她幫忙時，只是想單純想整理混亂的衣櫥空間、了解如何收納分類衣服，或是一心想改造自己不滿意的外在、改變一直以來的穿搭風格。但在與衣櫥醫生討論和深入分析、認識自己後才發現，一個人的改變必須是由內而外的；也理解所謂的美不是單一標準，而是各種可能的形式。

衣櫥醫生提醒大家，不要輕易受他人的評斷影響，過度在意自己的缺點，或放大身體局部的不完美；而是要先充分了解自己，綜觀整體且充滿自信地去展現自己。只有當你找回對自己的身體認同時，才會開始享受穿搭的過程！



在三小時的講座中，同學們不只了解自己的外型氣質類型、適合的穿搭，更重要的是理解美不只一種標準