



「木の葉ブログ」(ビジネススキル強化お役立て情報)

「非言語コミュニケーション」の話題から(2015年5月10日投稿)

1カ月の実験でよいことがたくさん見えてくる 10着のワードローブ(5)

アメリカに帰ったわたしは、とりあえず自分でも10着のワードローブでやってみることにした。そうやって実験のつもりでしぶしぶ始めたことが、わたしにとって大きな転機になったのだ。試しにわたしが1カ月間きっちりと「10着のワードローブ」で過ごしてみたときに、書き留めたことをいくつか紹介しよう。

* 朝、クローゼットの扉を開けるたびにうれしくなる

お気に入りの服がきれいに並んで(ぎゅうぎゅう詰めではなく) ゆったりとハンガーにかかっているのを見ると気分がいいし、何を着るか迷わなくてすむので、とってもうれしい。選択肢が限られているから、1分もあれば決められる。それに、クローゼットがすっきりと片づいていると、気分まで晴れやかになるみたい。

* 買い物欲がおさまってきた

これはまったく予想外だった。「10着のワードローブ」実験を開始して1週間もしたら、クローゼットに少ない服がゆったりと並んでいる様子あまりにも素敵なので、どうせまたすぐに捨ててしまうような服をたくさん買い込んで、クローゼットをパンパンにする気にはなれないのだ。

* 落ち着いた気分でショッピングを楽しめるようになった

わたしはショッピングに出かけたら、何も買わずに帰ってくることはほとんどない。でも、いまは以前よりも高価で質の良い服を買いたいと思っているので、下見のためにウィンドウショッピングに出かけて、何も買わなくても平気になってきた。せっかくなら良い物を選びたいので、あせらずにじっくり検討してから買いたい。

* 洗濯物やクリーニングをため込むのは許されない

忙しい週はちょっと大変かもしれない。ある週のこと、わたしは忙しくて家事に手が回らず、洗濯物もため込んで着るものがなくなってしまった。仕方がなく、しまっていた服をいくつか引っ張り出して急場をしのいだ。服をクリーニングに出すときも、タイミングをうまく調整して、いっぺんに全部出さないようにする必要がある。

* 予算がなければ、10着のワードローブにお金をかけ過ぎない

「10着のワードローブ」すべて高い服で揃える必要はない。お金をかけるべきなのは、コートや靴、サングラス、ハンドバッグ、カクテルドレス、ジーンズ、時計、ジュエリーなど。それに、こういうところにお金をかけておくと、手ごろな価格の服と合わせても全体的に高価な感じに見える。

参考文献：『フランス人は10着しか服を持たない』(ジェニファー・L・スコット著/大和書房)