

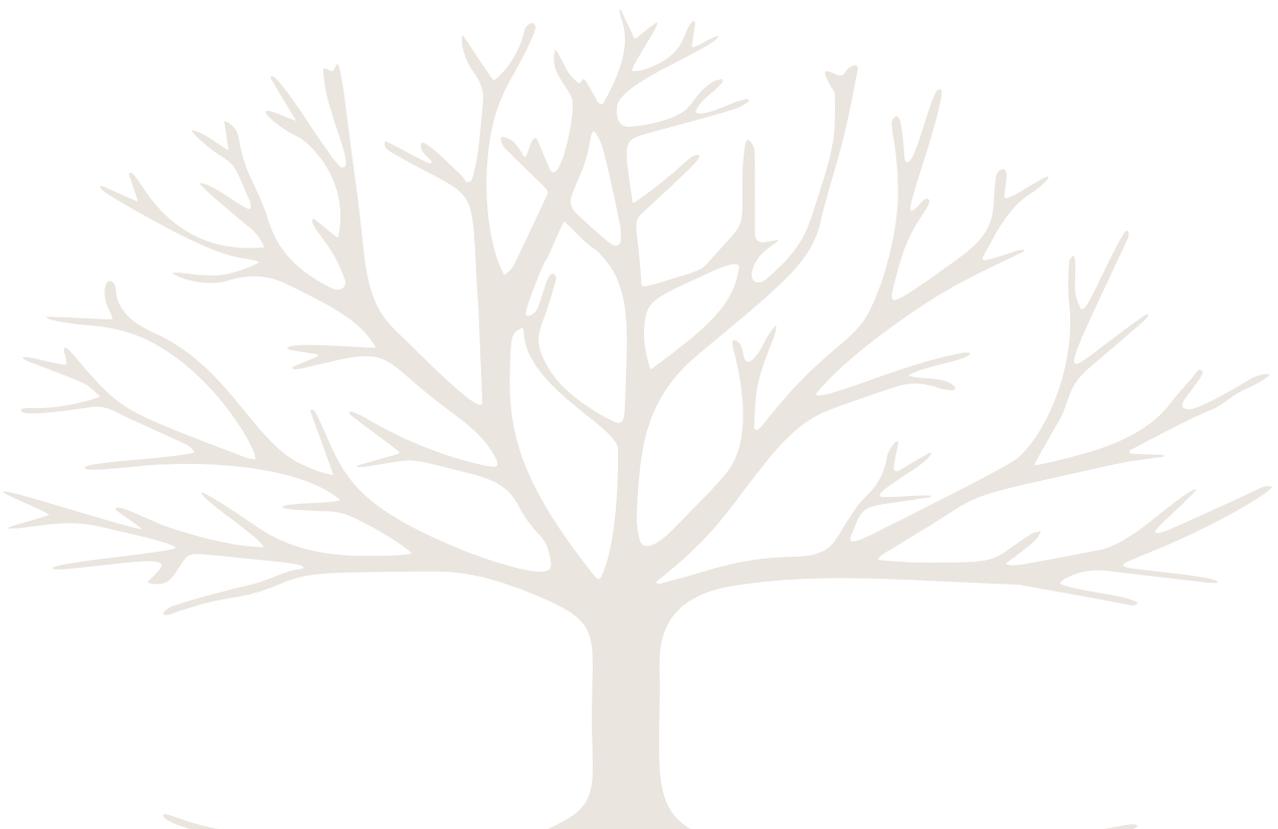


Style Roots nach Ellie-Jean Royden

Finde deine Stilwurzeln

DIESES WORKSHEET ENTHÄLT:

- Grundlagen & Einordnung - Style Roots im Zyklus deines persönlichen Styles
- Vorstellung aller 8 Style Roots
- Übung: "Stilwurzeln in deinem Kleiderschrank finden"
- Übung: "Deinen Wunsch-Style definieren"
- Adjektivlisten zu allen 8 Style Roots, damit du dein Ergebnis einsortieren kannst
- Übung: "Deine Style Roots im Alltag testen"
- Links zu Outfit-Inspis und weiteren hilfreichen Videos, Webseiten und Co.

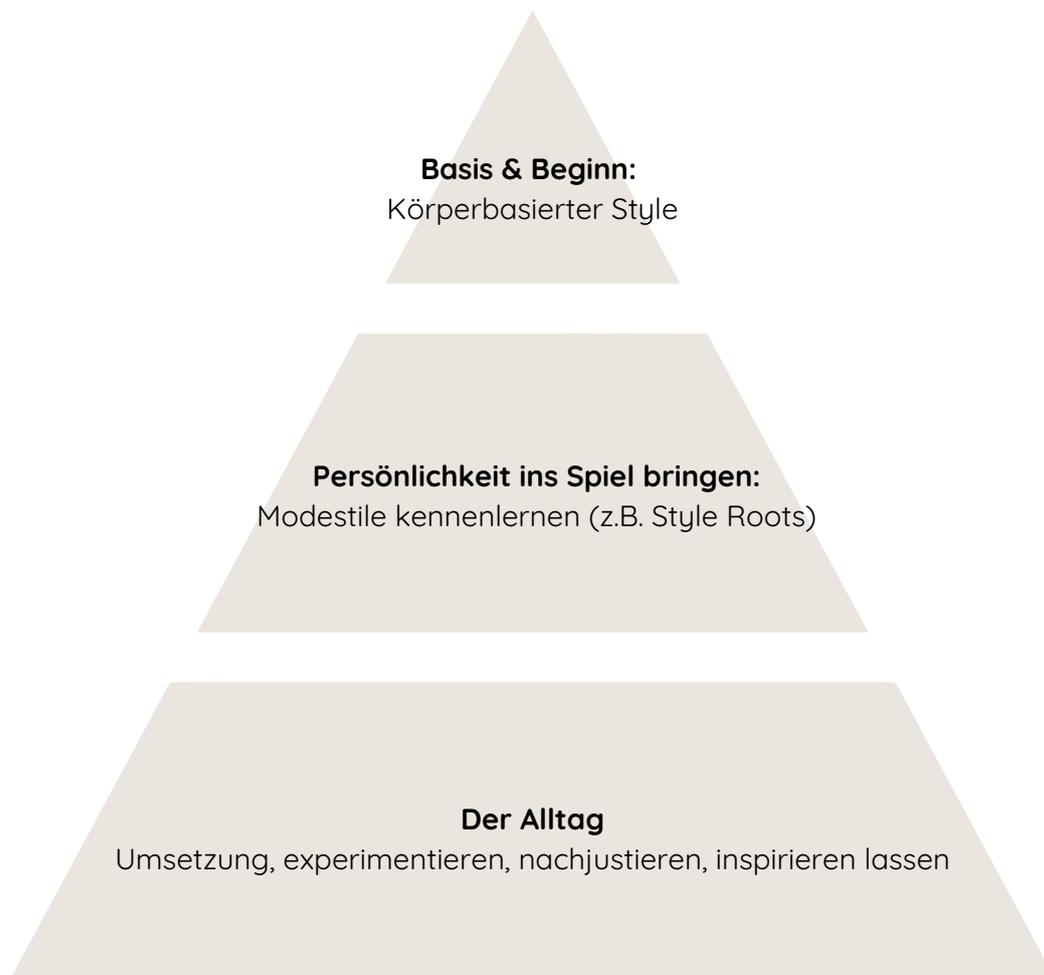


Grundlagen verstehen

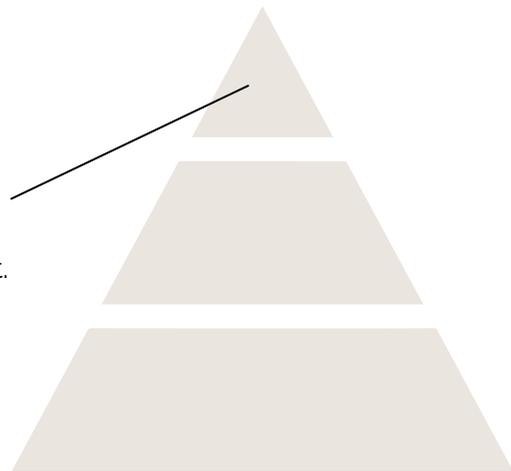
Wege zu deinem Style

Allgemein strahlen wir mehr Selbstvertrauen aus, wenn wir uns wohl in unserer Kleidung fühlen. Andere nehmen uns als authentischer wahr. Wir mögen uns mehr, wenn wir in den Spiegel schauen und zeigen die Menschen an, die unseren Style und so auch unsere Lebensweise und Persönlichkeit schätzen (die anderen brauchen wir sowieso nicht, um glücklich zu sein ;))

Wie findest du nun aber deinen persönlichen Style. Hier ist mein Vorschlag aus 7 Jahren Fashion-Youtuber-sein und Testen verschiedener Style-Systeme:



Die Basis: Ein Dreieck geht eben am besten durch ein dreieckiges Loch, oder? Ich meine damit: Natürlich geben unsere Körperbeschaffenheit (ich meine nicht das Gewicht!) und unsere natürlichen Farben schon vor, was damit gut harmoniert und unsere natürliche Schönheit am besten betont. Auch Ellie-Jean Royden bietet z.B. Kibbe-Typ-Beratung in Ihren Stylisten-Services an und ich bin ebenfalls ein großer Fan des Kibbe-Systems, weil es im Gegensatz zu den klassischen Buchstaben- und Obst-Figurtypen viel differenzierter ist und weil es dir auch Hinweise gibt, welche Muster, Materialien und Co. dir stehen, also nur die reine Kleidungsform. Auf Basis dessen kann man jedoch aus diesen Regeln ausbrechen- dazu gleich mehr.



So kannst du dich mit deiner Basis beschäftigen:



Scanne die QR-Codes mit deinem Handy, um zu den entsprechenden Ressourcen zu kommen.

Deine besten Farben herausfinden

Zuhause selber bestimmen:



Online-Test mit mir machen:



diefraumitdemgelbenpulli.de/farbttypberatung

Was passt zu deiner Figur?

Ich empfehle den Kibbe-Test. Hier meine Playlist dazu mit ausführlicher Erklärung:



Wer sich lieber mit den klassischen Figurtypen beschäftigen will (Buchstaben/Obst) - hier ein altes Video von mir - schaut auf die Methodik, nicht auf die Videoqualität :)

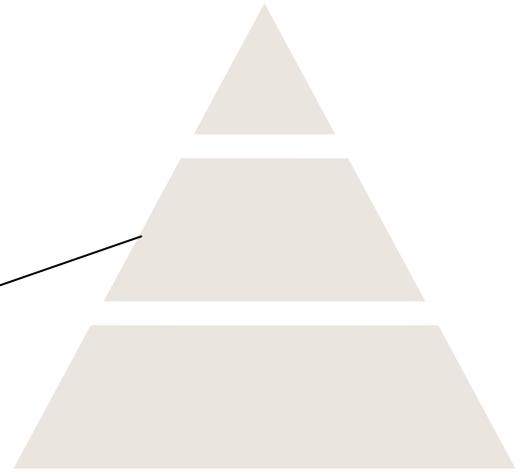


Persönlichkeit ins Spiel bringen:

Modestile kennenlernen (z.B. Style Roots)

Hier können wir nun über die "Regeln" des körperbasierten Styles hinausgehen und schauen, was für dich authentisch ist, zu deiner Persönlichkeit und deinem Leben passt. Hierzu gibt es super viele Systeme, Inhalte und Co., die ihr in Büchern oder im Internet dazu findet.

Das zeigt dir vor allem eins: Es geht darum viel kennenzulernen, um herauszufinden, mit was du dich am wohlsten fühlst in welchem Teil von deinem Alltag.



Meine Empfehlungen, um dich mit deinem Modestil zu beschäftigen:

Dein realistischer Alltag

Beim Definieren und Träumen vom neuen eigenen Style vergessen Viele ihren eigentlichen Alltag. Das kann dir nicht passieren! - Nimm dir etwas zum Schreiben und schreib mal die Anlässe auf, die du in deinem Leben hast und wie häufig diese vorkommen.

z.B.:

- Arbeit / Uni / Schule: 5x pro Woche
- Sport: 2x pro Woche
- Ausgehen: 2x pro Woche
- Casual Freizeit: mehrfach pro Woche
- Zuhause: jeden Tag
- Party: 3x im Monat

etc.

Daraus könntest du ein kleines Diagramm machen.



Jetzt schreib mal auf, wie viel du in deinem Kleiderschrank hast (ungefähr z.B. in %) für diese Events. Häufig fällt dann auf, dass wir da eine Disbalance haben - z.B. super viel Sportkleidung, obwohl du gar nicht so häufig sportelst, dafür aber wenig für deinen Businessalltag, wo du häufig Schwierigkeiten beim Stylen hast

Schreib auf, in welchen Teilen du ein Defizit hast, wo einen Überschuss und fokussiere dich bei der Neugestaltung deines Styles auf ersteres.



Meine Empfehlungen, um dich mit deinem Modestil zu beschäftigen:

Als kleiner Einblick/Überblick über gängige Modestile helfen dir außerdem z.B. folgende Videos von mir:



Scanne die QR-Codes mit deinem Handy, um zu den entsprechenden Ressourcen zu kommen.

Teil 1



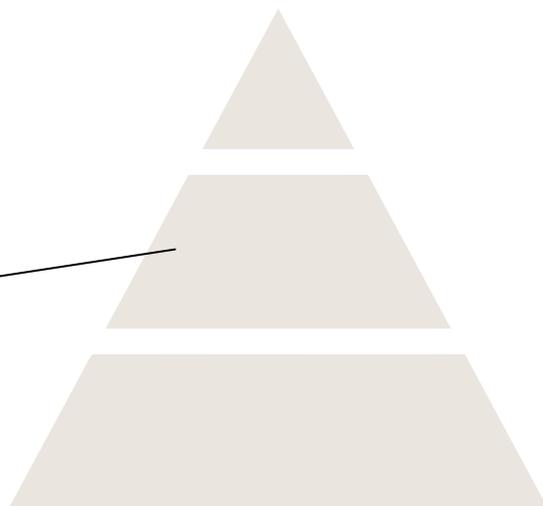
Teil 2



Diese können dir helfen deinen aktuellen Style besser beschreiben zu können, wenn wir gleich in die Übungen zu den Style Roots starten.

Die Style Roots

gehören ebenfalls noch zu Stufe 2



Deine Stilwurzeln verstehen

Was sind die Style Roots?

Im Begleitvideo stelle ich dir alle 8 Stilwurzeln kurz vor und übersetze dir die Webseite von Ellie-Jean: diefraumitdemgelbenpulli.de/style-roots

Aus den 8 Stilwurzeln, meint Ellie-Jean Royden, die Erfinderin der Style Roots, sollst du dir **3 herausuchen, die dann in jedem deiner neu gekauften Teile enthalten sein sollen**

- ich meine aber, wenn du erstmal anfängst diese in einem Outfit zu integrieren, ist das auch schon ein sehr guter Anfang, der es dir nicht zu schwer macht.

Hier nochmal zur Zusammenfassung:

- 🌙 Moon (Mond) - dunkel, rebellisch, mystisch
- ☀️ Sun (Sonne) - verspielt, experimentell, bunt
- 🌸 Flower (Blume) - zart, feminin
- 🔥 Fire (Feuer) - sexy, direkt, sinnlich, glamourös
- 🌿 Earth (Erde) - Boho, Outdoor, naturverbunden, rau
- 🍄 Mushroom (Pilz) - minimalistisch, neutral, einfach, zurückhaltend
- 🏔️ Mountain (Berg) - geradlinig, Business, maskulin, stark, formal, professionell
- Stone (Stein) - entspannt / lässig, sporty, Streetwear, urban

Die Webseite von Ellie-Jean dazu (nur in Englisch): bodyandstyle.com/blog/the-8-style-roots



Die Stilwurzeln verstehen

DIE FRAU MIT DEM GELBEN PULLI



Beispiele für die Anwendung

Hier habe ich ein paar Outfits abgedruckt, kannst du erraten, welche 3 Stilwurzeln diese haben? (Die Auflösung findest du am Ende der Seite verkehrt herum gedruckt.)



Cache Cache



Get the Look
giulia_scotti • Folgen



Get the Look
style.mon • Folgen



Get the Look
milicastic • Folgen



Get the Look
charlotteannasophie • Folgen

1: Mushroom, Flower, Earth
(Mountain wäre aber auch
vertretbar) | 2: Moon, Stone,
Mountain - zwecks dem Blazer
(Fire wäre aber auch vertretbar) |
3: Sun, Flower, Stone | 4:
Mountain, Earth, Fire | 5: Sun,
Stone, Flower (Mushroom wäre
auch vertretbar)

Deine Stilwurzeln finden

Übungen für deine Style Roots

Übung 1

Zeitaufwand: ca. 60-90min.

Du brauchst:

Stift & Papier (o.ä.) -> auf der Folgeseite findest du Platz für deine Notizen :)

So geht's:

Teil 1:

- Geh an deinen Kleiderschrank
- Schreibe Wörter auf, die deinen Kleiderschrankinhalt beschreiben
- Fokussiere dich insbes. auf die Teile, die du gern anziehst und dich auch beim Tragen nicht stören (manchmal zieht man Dinge gern an, weil sie gut aussehen, aber dann zuppelt man trotzdem den ganzen Abend dran rum, weil was rutscht o.ä.)

Teil 2:

- Schreibe Wörter auf, die deinen Wunsch-Style beschreiben
- Lass dich dazu gern inspirieren - von Leuten in deinem Umfeld, Serien/Filmen, Zeitschriften, Pinterest (mein Favorit), Youtube (natürlich bei mir :)), Instagram usw.
 - wie würdest du gern aussehen wirken?
 - wie lassen sich die Styles beschreiben, die dich inspirieren?

Beispiele für Wörter können sein: professionell, bunt, interessant / ungewöhnlich, Naturmaterialien, figurbetont, sportlich, geradlinig,...

Du merkst, die Wörter müssen auch jetzt noch nicht zusammenpassen, da hier vllt. auch unterschiedliche Lebensbereiche bei dir auch noch unterschiedliche Ästhetiken haben (das darf natürlich auch so bleiben)



Übung 1

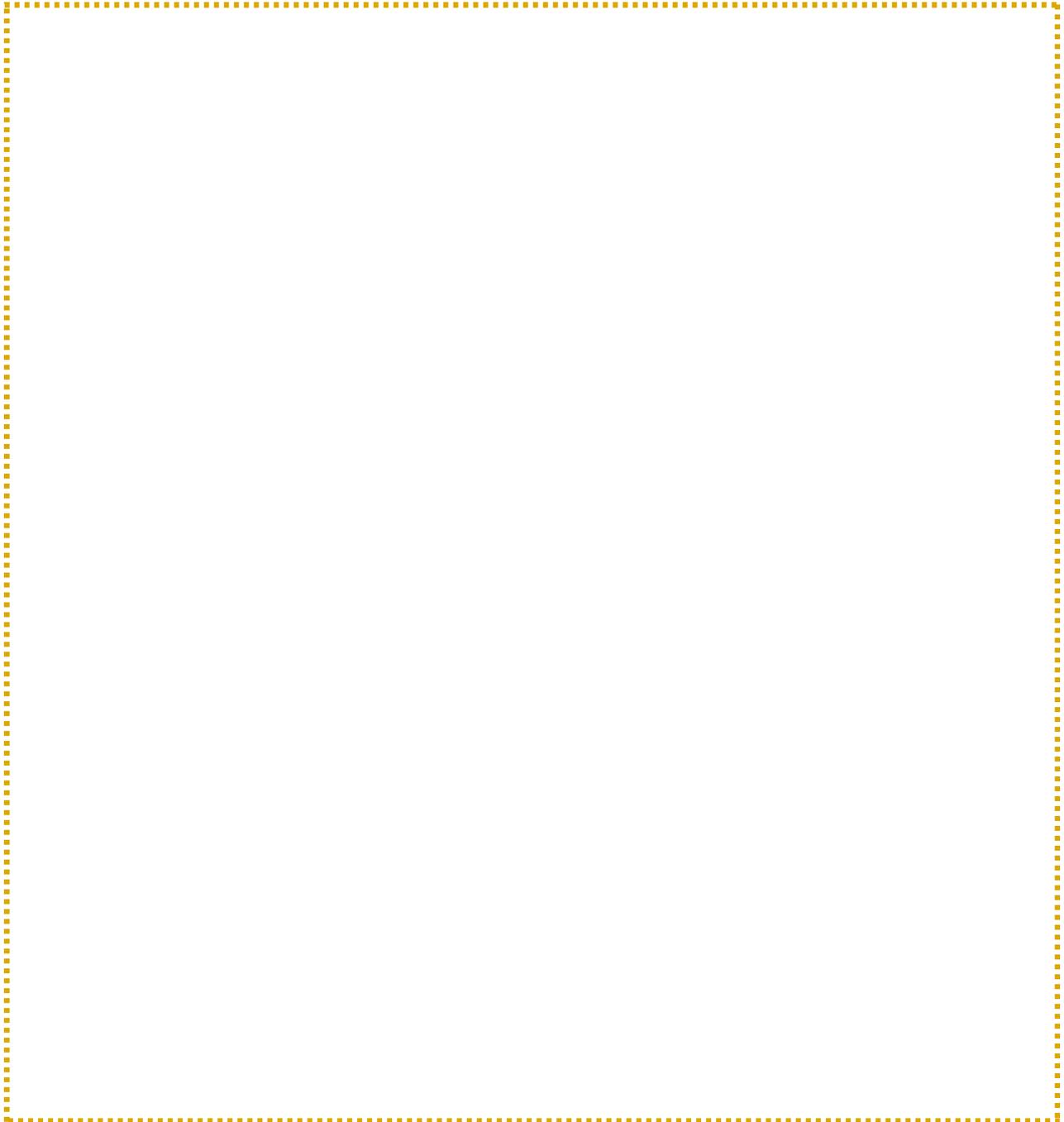
Meine Notizen

**Wörter, die meine aktuellen
Lieblingsteile und -outfits beschreiben:**



Wörter, die meinen Wunschstyle beschreiben:

- wie würdest du gern aussehen wirken?
- wie lassen sich die Styles beschreiben, die dich inspirieren?



Auswertung Übung 1

Hier findest du Wortlisten zu allen 8 Style Roots (übersetzt nach Ellie-Jean Royden's Original) - gleiche diese mit deinen Notizen ab und schau wo du am meisten Übereinstimmung hast. Kreuze dir die Wörter an oder markiere sie dir farbig.

Dies kann dir einen ersten Aufschluss geben. Keine Sorge - wenn du mehrere Style Root Kombinationen herausbekommst, ist das für den Anfang völlig ok - ich zeige dir auf den weiteren Seiten, wie du das eingrenzen kannst.

Mushroom (Pilz)

neutral
minimal
ausgewogen
klassisch
zeitlos
elegant
bescheiden
zusammengesetzt
einfach
mühelos
raffiniert
zurückhaltend
gehoben
hochwertig
kuratiert
sauber
Hygge

Mountain (Berg)

formal
verfeinert
professionell
kompetent
stark
stark
klug
teuer
strukturiert
maßgeschneidert
reif
geschliffen
geschmeidig

Earth (Erde)

entspannt
grob
natürlich
akademisch (Dark/Light Academia)
Boho
Ethno, Alternativ
fließend
ländlich
Outdoor
naturverbunden
geerdet
eklektisch
mühelos
schroff / rau



Auswertung Übung 1

● Stone (Stein)

entspannt

urban

großstädtisch

sportlich

aktiv

sportlich

lässig

informell

bequem

industriell

🌸 Flower (Blume)

zart

jugendlich

feminin

verschlungen

abgerundet

fließend

verträumt

skurril / fantasievoll

sanft

pastellfarben

zierlich

charmant

anmutig

elegant

romantisch

☀️ Sun (Sonne)

frech

verspielt

schrullig

experimentell

hell

laut

lustig

unerwartet

avantgardistisch

einzigartig

gewagt

unkonventionell

energisch

grenzüberschreitend

bahnbrechend

nonkonformistisch

🔥 Fire (Feuer) ————— 🔥 Fire (Feuer)

luxuriös

verschwenderisch

glamourös

sinnlich

verführerisch

sexy

verlockend

🌙 Moon (Mond)

dunkel

ätherisch

mystisch

Nacht

stark

scharfkantig

Grunge

tief

gewagt

rebellisch

geheimnisvoll

intensiv

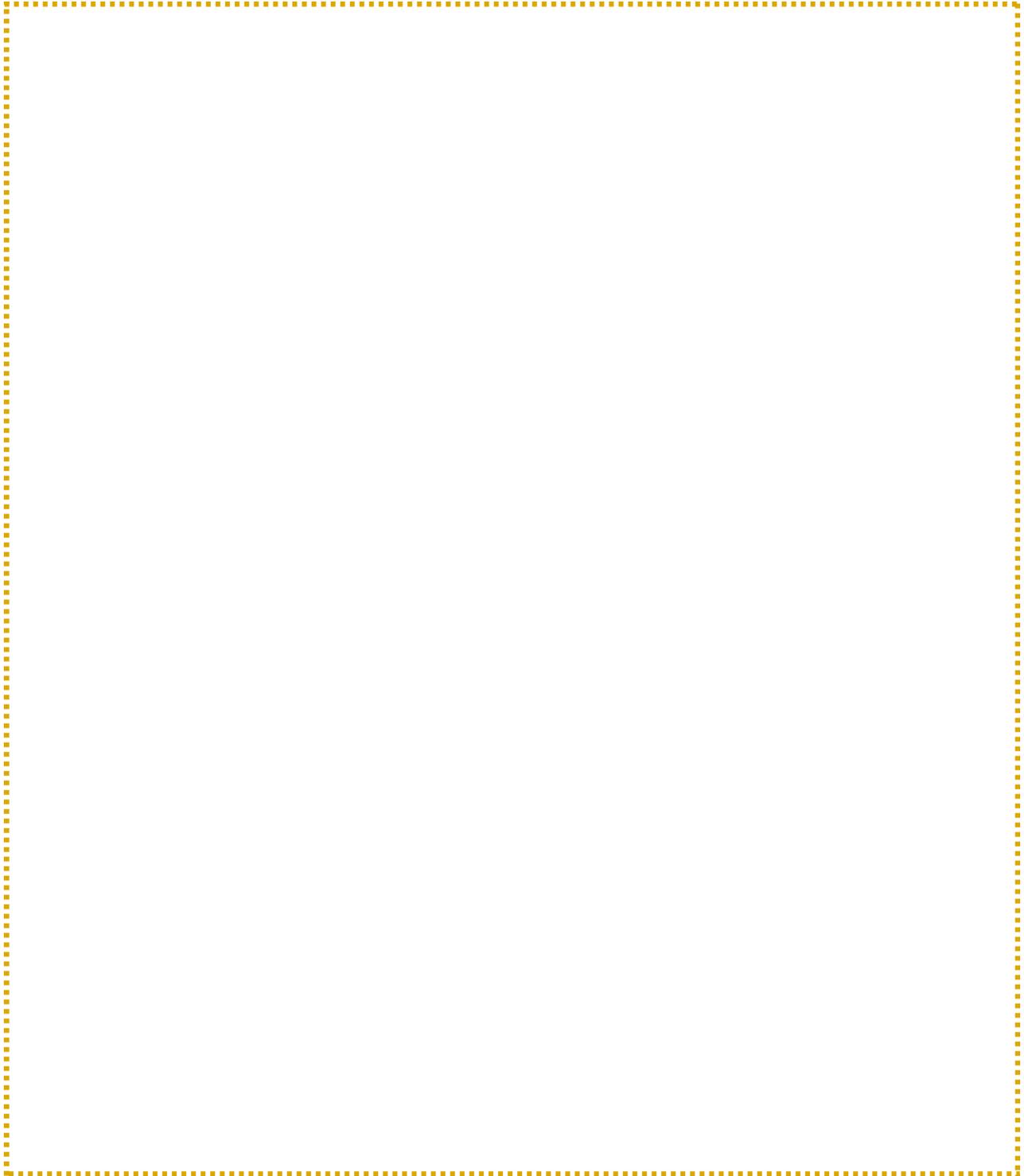
gothic

kantig

stimmungsvoll



Folgende Style Root Kombinationen kommen in Frage:



Übung 2

Zeitaufwand: täglich ca. 2 Minuten

Du brauchst:

Stift & Papier (o.ä.) -> auf der Folgeseite findest du Platz für deine Notizen :)

So geht's:

Schreibe jeden Tag auf, welche Style Roots dein heutiges Outfit hat

Bewerte gern auch, wie wohl du dich darin gefühlt hast (mach es also gern am Ende des Tages)

Tipp: Zum Trainieren kannst du gern auch in deinem Alltag bei anderen Menschen schauen, welche Style Roots deren Outfits haben könnten (Natürlich ohne komisch zu starren oder Fotos zu machen). - auch das trainiert deinen Blick und macht Spaß :)

Wie lange/oft?

Diese Übung empfehle ich wenigstens mal 2 Wochen in deinem normalen Alltag zu machen, gern aber auch an Tagen, die mal anders ablaufen (wo du z.B. mal auf einer Party oder im Urlaub etc. bist) zu wiederholen.

Anleitung zu deinen Notizen:

Schreib gern das Datum auf die gepunktete Linie. du kannst die Styleroots natürlich auch als kleine Icons malen, um Platz zu sparen. Hier ein Beispiel:

Tag: 15.02.2025.....

Bequem:



Style Roots:	<i>Mushroom, Stone, Flower</i>
Notizen:	<i>Hab mich in dem rüschtigen Teil nicht wohlgeföhlt (Flower)</i>

Kopiere/drucke dir die nachfolgenden Seiten so häufig aus, wie du sie brauchst bzw. wähle dir die Vorlage, die für deine Notizen ausreicht..



Übung 2 - Outfit Style Roots bestimmen

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:



Übung 2 - Outfit Style Roots bestimmen

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:



Übung 2 - Outfit Style Roots bestimmen

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:

Tag:

Bequem:



Style Roots:

Notizen:



Auswertung Übung 2

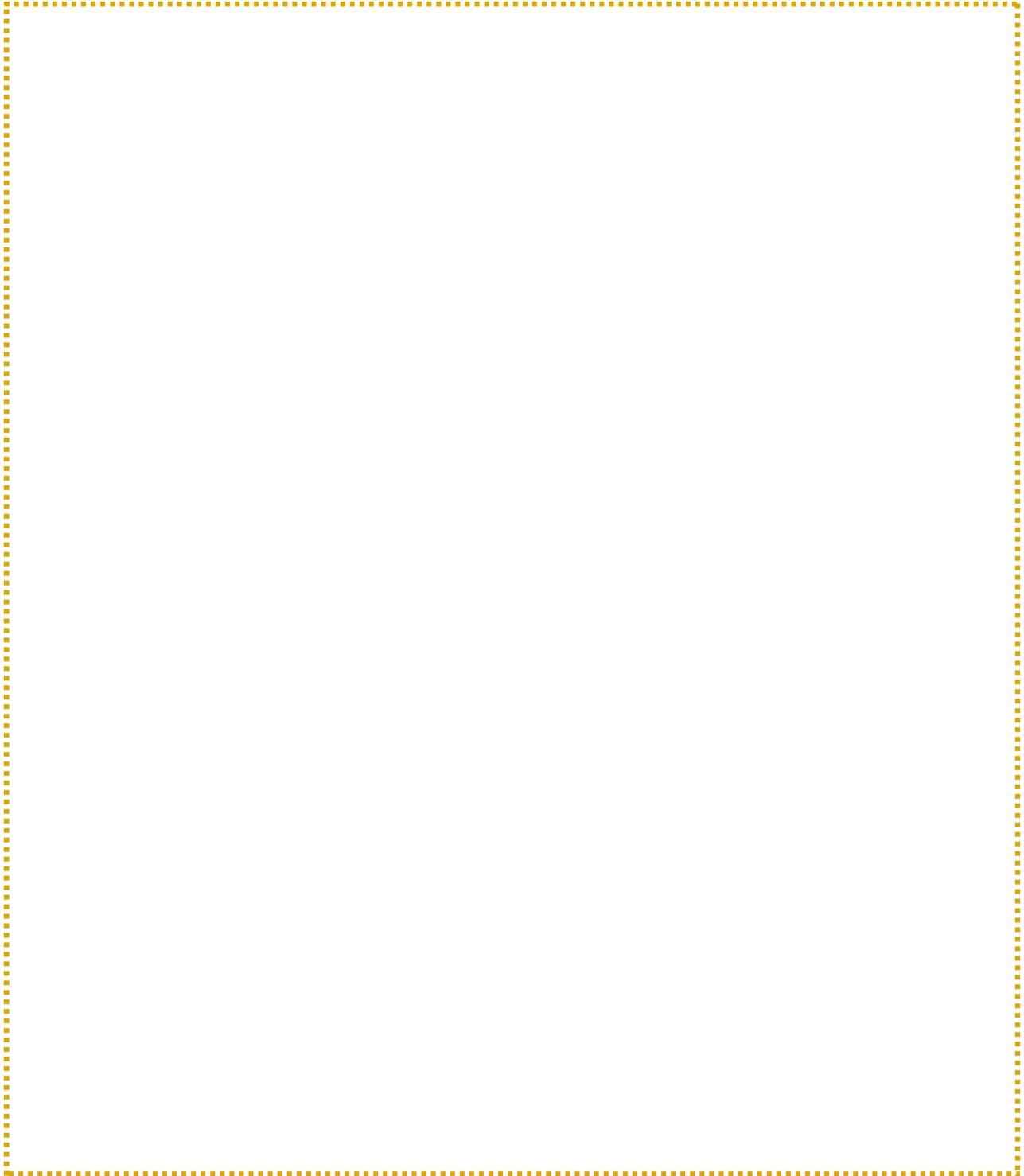
Meine Notizen

Schau auch hier, wie häufig jede Style Root einzeln vorkommt. Zähle auf jeden Fall die Outfits mit die 5 Sterne Bequemlichkeit haben. Bei den anderen zähle nur die Style Roots aus dem Outfit mit, die für dich angenehm waren. Hier kannst du deine Strichliste machen:

 Moon (Mond)
 Sun (Sonne)
 Flower (Blume)
 Fire (Feuer)
 Earth (Erde)
 Mushroom (Pilz)
 Mountain (Berg)
 Stone (Stein)



Folgende Style Root Kombinationen kommen in Frage:



Vergleiche nun deine Ergebnisse aus Übung 1 und 2 und finde auch hier wieder Übereinstimmungen.

Nächster Schritt: Validiere deine gefundenen Kombinationen. Hierzu hat mir das Pinterest-Board von Ellie-Jean Royden sehr geholfen. Unter dem folgenden Link findest du zu jeder der 56 möglichen Kombinationen ein Pinterestboard voller Outfits. Damit fällt es leicht nochmal zu sehen, was zu einem passt und was nicht. Ansonsten heißt es jetzt ausprobieren und beim Shoppen auf deine Style Roots achten.

> **[Pinterest-Board von Ellie-Jean:](#)**



Style Root Ergebnis (1-2 Kombinationen, die du jetzt weiter verfolgst):



Viel Spaß beim Ausprobieren!

Bevor du gehst:

- Bitte teile meine Seite **und nicht direkt** diese PDF, damit ich sehen kann, wie häufig sich Menschen dafür interessiert haben (diefraumitdemgelbenpulli.de/style-roots)
- Ich freue mich über **dein Feedback zu diesem, meinem ersten, Download-Inhalt** - nimm bitte an dieser Umfrage teil und erzähl mir, wie du es fandest - scanne dazu diesen QR-Code:



Liebe Grüße,
deine Luisa

