

## Bien dans sa peau

# TROUVER SON LOOK

Charlotte, Chantal et Prisca font aujourd'hui partie de ces femmes qui « dégageant ». Plus que d'être belles, elles ont un charme incontestable. Et pourtant, quelques années plus tôt, elles se trouvaient moches. Témoignages.



**CHARLOTTE, 27 ans, employée dans une agence de communication**

« Quand je regarde mes photos d'il y a quatre ans, je réalise à quel point j'ai changé. Je me dévalorisais tellement à cette époque-là. J'avais 23 ans, j'étais mal dans ma peau et je ne rentrais plus dans mes vêtements. Jusqu'au jour où j'ai crié à l'aide. Encouragée par ma famille et mes amies, j'ai décidé de faire un travail sur moi. De changer. J'ai découvert que la féminité n'était pas une histoire de silhouette, mais avant tout une question d'estime de soi. Ce qui comptait c'était ce que je pouvais refléter et dégageant. En l'espace d'un an, je me suis métamorphosée. J'ai changé ma garde-robe, j'ai commencé à porter plus de décolletés et de vêtements sexy. J'ai changé de coupe de cheveux et je me suis fait percer les oreilles. Ça m'a apporté le côté féminin que je cherchais. Mes amis me disaient que j'étais de plus en plus jolie. Ça me touchait parce que je n'avais pas l'habitude. Et moi-même je me sens beaucoup mieux. Le regard des hommes a changé. »

**AUDE ROY :** L'expérience de Charlotte est l'illustration que pour les femmes, le passage entre 20 et 30 ans est déterminant. Elles sortent souvent de la vie étudiante durant laquelle le « look » se conforme au groupe, pour se plonger dans la recherche de leur identité de femme, leur identité propre. C'est le papillon qui sort de sa chrysalide.



**CHANTAL, 39 ans, iconographe**

« À 20 ans quand je suis arrivée à Paris pour mon premier boulot, je portais de grosses lunettes et je n'étais pas intéressée par la mode : jean et T-shirt ou pull l'hiver, voilà mon look de ces années-là. En plus, j'étais très introvertie et manquais de confiance en moi. Quelques années plus tard, j'ai changé de boulot. Là, j'ai fait la rencontre qui allait changer ma vie. Mon chef de service a commencé à me regarder comme quelqu'un de séduisant. Au début j'avais du mal à y croire : ce garçon si charmant me disait que j'étais belle ! C'est fou ce qu'un regard amoureux peut vous faire. Puisqu'il me trouvait désirable, je le suis devenue. J'ai quitté mes lunettes pour des lentilles : tout le monde a découvert que j'avais de beaux yeux bleus. J'ai commencé à regarder les pages de mode des magazines et à m'acheter des robes : eh oui, j'avais de jolies jambes ! Bref, à travers cet homme, je me suis épanouie. Aujourd'hui, nous avons même une petite fille : elle est ravissante et je le lui dis chaque jour. »

**AUDE ROY :** L'histoire de Chantal, illustre cette période de la vie d'une femme entre 25 et 40 ans. Période de construction professionnelle et de la rencontre avec l'homme de sa vie qui va être le miroir positif de sa maturité ; l'affirmation de son rôle social. La femme prend conscience et aiguisé sa séduction de femme : future épouse et mère potentielle.



**PRISCA, 59 ans, dermatologue**

« Lors de mon premier rendez-vous avec mon relooker, il m'a regardée de la tête aux pieds et m'a dit : "c'est pas possible !" Je portais un pantalon vert à carreaux, un T-shirt avec un petit liseré à fleurs et des mocassins plats et confortables. Je venais de prendre ma retraite, j'étais fatiguée et je réalisais que cela faisait vingt ans que je ne m'occupais pas de moi. Cette rencontre a changé ma vie. Petit à petit, il m'a aidé à trouver mon style et j'ai refait entièrement ma garde-robe. Mon conjoint est devenu plus attentionné et plus amoureux, il est fier d'avoir une femme belle et désirable. Ma fille m'a dit que j'avais rajeuni de dix ans. De mon côté, j'ai retrouvé une image féminine et je ressens une vraie joie de vivre. J'ai repris mon corps en main, je le "réhabite". Tout le monde me dit que je suis plus souriante, plus gaie, plus à l'écoute des autres. »

**AUDE ROY :** L'expérience de Prisca démontre que certaines femmes dans l'accomplissement de leur fonction de mère et d'épouse font passer leur séduction et leur « look » au second plan. Elles se retrouvent souvent comme dépossédées de leur rôle lorsque les enfants quittent le nid familial. Seules avec elles-mêmes et leur conjoint, il est alors indispensable de retrouver un sens, de reconquérir sa féminité par une image adaptée à cette nouvelle étape de vie.



**NOTRE EXPERT : AUDE ROY,** coach consultante en image professionnelle, auteur de *Donnez une vraie image de vous* (Interéditions), 17 €.

