**‘Ruhunu Giydir’ raflarda**

Kişisel gelişim kategorisinde yer alan ‘Ruhunu Giydir’ kitabı okuyucuyla buluştu.

Yazarı Başak Bilgen Camgöz olan ‘Ruhunu Giydir’ kitabı, Sola Unitas Yayınevi’nden çıktı. Kişisel gelişim kategorisinde yer alan kitap; iş hayatı ve sosyal hayatta, kişisel etkimizi geliştirmeye katkı sağlamak üzere tasarlandı. Kitapta hem ‘Ruhunu Giydir Stil’  hem de ‘Ruhunu Giydir İletişim’ bölümleri bulunuyor. İçten dışa stilini oturtmak isteyenlere de stilini sadece gözden geçirip, iletişim becerileriyle desteklemek isteyenlere de hitap ediyor.  Kitapta didaktik anlatım kadar, okuyucuya ilham olması için, gerçek hayattan küçük örnekler ve okuyucunun kendi kendine çalışabilmesi için keyifli alıştırmalar da var. Stil bölümünün sıralı olarak okunması ve tüm alıştırmaların yapılması durumunda; “Nasıl görünüyoruz?”dan “Nasıl görünsek daha iyi olur?”a kadar olan yolculuğunuzu tamamlayabilir, temel stilinizi oluşturabilirsiniz. Bu konuda çalışmanıza engel olan taraflarınıza da bir iç gözlem fırsatı sunuyor.  İletişim bölümünde ise; yazara göre hayatımızın en temel konusu olan “İçimizdeki çocuk”, “Hangi parçamızdan iletişim kuruyoruz?”, “Etkili konuşma” gibi konular var.

Kitabın amacı ve sloganıyla ilgili şu ifadeler kullanılıyor: “Bazılarımız ruhlarımızdaki boşlukları doldurmadan yıllarca gardroplarımızı doldurduk… Bazılarımız da diğer uca gittik ve kendimize bakmayı unuttuk. Şimdi ikisini de derleyip toplama zamanı… Zira birini seçmemiz gerekmediği gibi ikisi de birbirini etkiliyor. Biz ruhumuzdan bedenimize, içimizdeki bilinmeyenden, dışımıza gösterdiğimize değin bir bütünüz.”

**Başak Bilgen Camgöz kimdir ?**

1977 yılında İstanbul’da doğdu. Küçük bir kız çocuğu iken, oyun kurmayı ve arkadaşlarını süslemeyi seviyordu. Bunları unutmuş gibi olsa da, iş hayatında erken yaşta yöneticilik yapmaya başlayacak, hayatı boyunca da stil üzerine kitap, dergi karıştıracak ve etrafındakileri güzelleştirecek fikirler verecekti. Erken yaşta, ailesinin karşı çıkmasına rağmen çalışmaya heveslendi ve bunu hemen yapabilmek için, İstanbul Üniversitesi’nde Turizm İşletmeciliği bölümünü bitirdi. Sonrasında İşletme de okuyacaktı. Erken yaşta başladığı çalışma hayatında yirmi yılını geçirdi. Uluslararası otel ve hizmet firmalarında, satış ve müşteri yönetimi alanlarında çalıştı ve yöneticilik yaptı. Bu ona çok fazla insanla temas ve gözlem fırsatı verdi. Hayatın anlamını yirmili yaşlarda sorgulamaya başlamıştı. Bunu bulmak için, sayfaları dolduracak sayıda eğitime katıldı. Otuzlu yaşların ortasında, kendi anlamının başkalarına katkı sağlamak olduğunu anladı. Koçluk eğitimleri ve psikolojik tabanlı eğitimler aldı. Bu sırada kendini dönüştürmeden kimseyi dönüştüremeyeceğini de anladığı için, uzun yıllar koçluk ve terapi aldı. Kurumsal hayatı bırakarak, kurumsal eğitmenlik ve bireysel koçluk yapmaya başladı. Yönetici ve adayları ile çalışırken, yol bir şekilde onu, bireysel çalıştığı bazı kişilere giyim kuşamla ilgili fikir vermeye getirdi. Hem kişisel olarak keyif almasından, hem çalıştığı kişilere katkısı olur düşüncesiyle, “İmaj Danışmanlığı” eğitimi aldı. Böylece stilin içten dışa sürecini netleştirdi. Yıllardır çok sevmesine rağmen, basit gördüğü için bastırdığı bu yeti ve ilgi alanının, stil denilen konunun, kılık kıyafeti değiştirmekten ibaret olmayacağına emin oldu. Koçluk araçları ile stil konusunu birleştirdi ve bu konuda “Ruhunu Giydir” adında atölyeler yapmaya başladı. İlgi görmesi üzerine bunu daha çok kişiyle buluşturmak için kitaba dönüştürmeye karar verdi. YouTube’ta da kitap konuları ve fazlasını anlatan içerikler sunuyor.