

Aktualisierung! Bitte nehmen Sie, falls vorhanden, den veralteten Beitrag J 30 aus Ihrem Ordner heraus.

Tipps & Meldungen  
A  
B  
C  
D  
E  
F  
G  
H  
I  
J  
K  
L  
M  
N  
O  
P  
Q  
R  
S  
T  
U  
V  
W  
X  
Y  
Z

# Gut gekleidet in Jeans? Das sollten Sie wissen!

**DARUM GEHT ES:**

„Jeans“ ist nicht nur ein Stoff, sondern ein Statement. Darum gibt es auch nicht die „gute Jeans“, die zu allen Anlässen passt. Streng genommen gehört sie zu keinem der gängigen Dresscodes. Trotzdem ist sie von der Werkstatt bis zur Chefetage mittlerweile allgegenwärtig. Wann, wo und wie Sie mit Jeans gut gekleidet sind, erfahren Sie in diesem Beitrag.

## Die Themen:

- ▶ Die „gute Jeans“: Was steckt dahinter? ..... 2
- ▶ Ein Blick in die Geschichte:  
Von der Arbeitshose zum Allrounder ..... 4
- ▶ Kleine Warenkunde und Praxistipps ..... 6
- ▶ 5 Tabus für Jeans-Träger ..... 9



**Ihre Expertin: Linda Kaiser**

Linda Kaiser hat es sich als Stil- und Imageberaterin zur Aufgabe gemacht, Menschen bestmöglich für ihren beruflichen und gesellschaftlichen Alltag aufzustellen. Dabei spielt das optische Erscheinungsbild eine ebenso große Rolle wie gute Umgangsformen. Die studierte Germanistin und Medienwissenschaftlerin ist PR-Profi sowie stellvertretende Vorsitzende der Deutschen-Knigge-Gesellschaft e. V. Mehr über Linda Kaiser erfahren Sie unter [www.lindakaiser.de](http://www.lindakaiser.de).

## Die „gute Jeans“: Was steckt dahinter?

Kaum eine Frage wird in Bewerbungstrainings und Stilseminaren so häufig gestellt wie die folgende: „*Darfst du die gute Jeans auch zum Vorstellungsgespräch oder ins Büro anziehen?*“ Gerne antworte ich darauf mit einer Gegenfrage: „*Was ist eine ‚gute Jeans‘?*“

### Eine tadellose Jeanshose kombiniert mit Basics

#### Ist dieser Look bürotauglich?

Für die meisten Menschen zeichnet sich die „gute Jeans“ heutzutage dadurch aus, dass sie nicht „kaputt“ ist, also keine (aus modischen Gründen beabsichtigten) Risse oder zerschlissenen Knie aufweist, nicht verwaschen ist und eine perfekte Passform hat.

Wird die Hose dann mit schlichten Basics wie einem weißen Hemd oder einer Bluse kombiniert und zu einem Sakko oder Blazer getragen, fühlen sich viele Menschen in allen Situationen gut angezogen.

### Nicht jeder ist in Sachen Dresscode tolerant

Doch leider ist der Wohlfühlfaktor im Lieblingskleidungsstück „Jeans“ oft nur von kurzer Dauer. Denn sobald sich die überzeugten Jeans-Trägerinnen und -Träger aus ihrer sozialen Komfortzone herausbewegen und auf Menschen treffen, die je nach Situation gegenüber bequemer Freizeitkleidung nicht so tolerant eingestellt sind wie sie selbst, haben sie ein Problem.

#### Keine Jeans, bitte!

So kommt es, dass selbst junge Menschen, die sich für ihren ersten Ausbildungsplatz bewerben, mit dem Hinweis wieder nach Hause geschickt werden, sich für das nächste Bewerbungsgespräch doch besser eine „richtige“ Hose zu kaufen. Auch in schicken Clubs oder Hotels, vor allem im Ausland, kann es vorkommen, dass das Tragen von Jeans nicht erwünscht ist – von den Verboten am Arbeitsplatz in konservativen Branchen, wie dem Bank- und Versicherungswesen, ganz zu schweigen.

## Jeans als Statement

Selbstverständlich werden Sie nun einwenden, dass mittlerweile selbst DAX-Vorstände und Gründer wie Dieter Zetsche (Daimler) oder Marc Zuckerberg (Facebook) in Jeans angetroffen werden und die eher robuste Hose dadurch businesstauglich machen.

Allerdings zeigt sich gerade bei diesem Trend, dass die „Hose für alle“ weniger ein Kleidungsstück ist als vielmehr der Ausdruck einer bestimmten gesellschaftlichen Haltung.

## Auch der Verzicht auf die Jeans hat Signalwirkung

Für den einen dient die Jeans als Ausdruck der Annäherung an die Basis, für den anderen ist der Verzicht auf dieses Beinkleid die Gelegenheit, sich als „gesellschaftsfähig und karrieretauglich“ zu positionieren.

### **PRAXIS-TIPP: Die „gute Jeans“ – und wie sie getragen werden sollte**

1. Jeanshosen in den Farben Dunkelblau, Schwarz, Grau und Sand, ohne markante Waschungen, Cuts und Dekorationen wie Stickereien oder Strass-Applikationen, werden heutzutage beim Dresscode „Business Casual“ meist akzeptiert.
2. Der Schnitt der Hose sollte gerade sein, das heißt an den Beinen schmal, aber nicht zu eng anliegend, und sich zum Fuß hin verjüngen.
3. Die Hose sollte nicht zu sehr auf dem Schuh aufliegen und wird nicht gekrempelt.
4. Die „gute Jeans“ wird prinzipiell mit einem Gürtel getragen.
5. Zur Jeans wird niemals eine Krawatte kombiniert!



Jeanshosen sind aus unserem Alltag heute nicht mehr wegzudenken. Doch warum die Jeans so polarisiert, liegt in der facettenreichen Geschichte der Hose begründet.

## Ein Blick in die Geschichte: Von der Arbeitshose zum Allrounder

Das ebenso bequeme wie praktische Kleidungsstück gibt es in allen Größen und Formen, sodass für jeden Geschmack etwas dabei ist. Auch als Jeansjacke, Hemd oder Rock kommt der unverwüstliche Stoff zum Einsatz. Sogar Rucksäcke, Taschen bis hin zu Sofabezügen werden daraus geschneidert. Doch zu seinen Anfangszeiten war der Jeansstoff weit davon entfernt, vielseitig einsetzbar zu sein.

### Die Arbeitshose der Goldsucher und Farmer

**Langlebig,  
pflegeleicht,  
praktisch**

Im Jahr 1850 entwickelte der Geschäftsmann Levi Strauss die ersten Arbeitshosen aus robustem Segeltuch für die Goldsucher in der Umgebung von San Francisco. Robust, langlebig, pflegeleicht und praktisch, wie sie waren, fanden die Hosen auch reißenden Absatz bei Farmern und Landarbeitern.

### Die Jeans wird zur Kult-Hose

Die ersten Jeans, wie wir sie heute kennen, kamen mit den Alliierten nach dem Zweiten Weltkrieg nach Europa. Sie fanden großen Anklang bei der Jugend, die darin einen modischen Neuanfang sah und eine Möglichkeit, sich vom Kleidungsstil der Eltern abzugrenzen. Jeans wurden ausschließlich in der Freizeit getragen, gerne am Saum umgekrempelt, um den bis dahin beliebten Fischerhosen ähnlich zu sehen.

In den 1950er Jahren feierten die Jeans den endgültigen Durchbruch als Hose der jungen Rebellen aller Ausrichtungen. Teenager, Halbstarke und die Rock'n'Roller-Clubszene schmückten sich mit den derben, eng sitzenden Hosen. Den richtigen Look hatten jene Exemplare, die gebraucht aussahen und eng am Körper anlagen. Letzteres wurde dadurch erreicht, dass die Trägerin oder der Träger mit der neuen Hose erst mal ein Bad in kaltem Wasser nahm. In der Schule und am Arbeitsplatz war das Tragen von

Jeanshosen, insbesondere für Mädchen und Frauen, jedoch streng verboten.

### **Erst Mode für die Jungen, dann „Massen-Uniform“**

In den 1960er Jahren erreichte der „Twen-Kult“ seinen ersten Höhepunkt. Die Jugend wurde in der Mode gefeiert und hofiert. Die Jeans avancierten für die junge Generation von der Freizeit- zur Alltagskleidung. Gesellschaftstauglich wurde die Jeans aber noch immer nicht.

Ende der 1960er Jahre kamen bunte Jeans in Mode. Die klassische Bluejeans entwickelte sich von der individuellen Kleidung für die junge Generation zur Uniform der Masse. Kombiniert mit einem weißen T-Shirt, stellte sie die neutralste Bekleidung gleichermaßen für Frauen und Männer ohne Repräsentationspflichten dar.

**Von der  
Bluejeans  
zur bunten  
Jeans-Mode**

### **Protest gegen Kleidung als Statussymbol**

Auch in den 1970er Jahren trugen alle Menschen, die (modisch) neutral bleiben wollten, gerne Jeans und T-Shirt. Aus der Abgrenzung gegen das Erscheinungsbild der Elterngeneration war ein Protest gegen das Establishment im Allgemeinen und gegen Kleidung als Statussymbol im Besonderen geworden. Männer, Frauen, Arbeiter, Mittelständler, Großindustrielle, Playboys, Weltstars, Adelige und Studenten – alle trugen seither Jeans (nicht nur) in ihrer Freizeit. Die Jeans wurde zum Sinnbild, um soziale Grenzen einzureißen und den Blick auf das Wesentliche zu lenken.

### **Von den Designern entdeckt**

In den 1980er und 1990er Jahren bekam die Jeans dann endgültig einen modischen Anstrich. Die Designer entdeckten das unverwüstliche Beinkleid für sich und gestalteten sie eigenwillig mit Applikationen, Stickereien, neuen Schnitten und später auch mit Cut-Outs, den kunstvollen Schnitten in den Hosenbeinen. Je kaputter die Jeans, desto teurer ist mittlerweile ihre Anschaffung. Auch Waschungen

**Je „kaputter“,  
desto teurer**

mit Steinen, Sand und Chemikalien kommen gestalterisch zum Einsatz.

Jeans ist heute längst nicht mehr gleich Jeans! In puncto Stile und Schnitte ist das Spektrum der Möglichkeiten breit gefächert.

## Kleine Warenkunde und Praxistipps

### Der Stoff

Die ersten Arbeitshosen, die Levi Strauss Ende des 19. Jahrhunderts in San Francisco anbot, waren aus Segeltuch.

Die zweite Kollektion fertigte er aus Baumwollstoff (Serge), der mit Körperbindung (Twill) gewebt wurde und daher besonders fest war.



#### EXTRAWISSEN: Woher hat die Jeans ihren Namen?

Den so beschaffenen Stoff, den Levi Strauss blau einfärbte, bezog er aus der französischen Stadt Nîmes.

Das Wort „Jeans“ allerdings bezieht sich auf den Bezugsort der Baumwolle. Sie wurde damals traditionell aus dem italienischen Genua (französisch *Gênes*) importiert.

### Elastan-Beigabe für mehr Tragekomfort

Moderne Jeans werden heute oft mit einer unterschiedlich starken Beigabe von synthetischem Elastan gefertigt. Das sorgt dafür, dass der Stoff beim Tragen weniger ausleiert, dabei aber gleichzeitig weicher und komfortabler ist.

Der Nachteil der Elastan-Beigabe ist, dass die Jeans gegenüber Außeneinwirkungen weniger robust und nicht so hitzebeständig ist.

#### Nachteil: weniger robust

Während Sie „echte“ Jeans durch ein Bad in kochend heißem Wasser wieder in Form bringen können (nicht weiterkochen!), leiert eine Jeans mit Elastan-Anteil bei einer solchen Hitzebehandlung erst recht aus, weil dabei die Kunstfasern zerstört werden.

## Die richtige Pflege

Jeanskleidung (mit Elastan-Anteil) kann bei maximal 30 Grad in der Maschine gewaschen werden. Dabei sollte insbesondere bei Stretch-Jeans auf die Beigabe von Weichspüler verzichtet werden, da er das im Stoff enthaltene Elastan angreift.

### PRAXIS-TIPP: Mit Farbveränderung rechnen

**Achtung!** Durch den Maschinenwaschvorgang ändert sich mit der Zeit die vorgegebene Waschung (Farbe), und das Material bleicht aus.



### Alternativen zum Waschen

- ▷ Schockfrost: tötet Bakterien und reinigt den Stoff ohne Farbverlust.
- ▷ Lüften (manuell): bei frischer Luft aufhängen und einige Stunden durchpusten lassen, entfernt Gerüche.
- ▷ Lüften (maschinell): im Wäschetrockner das Programm „Lüften“ einstellen und als Frischekick ein Erfrischungstuch beifügen.
- ▷ Dampfbad: im Bad während der heißen Dusche aufhängen.

## Der Schnitt

Eine klassische Jeans hat immer einen Hosenbund mit Gürtelschlaufen. Im Hüftbereich sind Taschen vorne eingesetzt und hinten aufgenäht. Was viele nicht wissen: Die kleine Tasche über der rechten vorderen Hosentasche war ursprünglich für die Taschenuhr gedacht!

Die Hosenbeine sind gerade geschnitten und mit einer doppelt gesteppten Naht versehen. Die Ecken der Nähte sind mit Nieten verstärkt, um ein Ausreißen zu verhindern. Wegen der Nieten wird die Jeans auch als „Nieten-“ oder „Niethose“ bezeichnet.

**Haben Sie das gewusst?**

**EXTRAWISSEN: Der Schnitt macht die „Jeans“**

Der hier beschriebene Jeansschnitt kann auch auf andere Basisstoffe übertragen werden, sodass zum Beispiel Lederhosen, die die genannten Charakteristika aufweisen, als „Lederjeans“ bezeichnet werden.

**Stilvielfalt**

**Von großzügig geschnitten bis zu hauteng: Sie haben die Wahl**

- ▶ Röhrenjeans: sehr körpernaher Schnitt, der sich nach unten hin weder verjüngt noch verbreitert.
- ▶ Skinny Jeans: durch Stretchgewebe wie zum Beispiel Elastan verstärkte Jeanshose, die sich wie ein Strumpf ans Bein schmiegt.
- ▶ Bootcut: schmale Beinführung, die unterhalb des Knies weiter wird, damit ein Stiefel (englisch „*Boot*“) unter der Hose Platz findet. Eine Bootcut-Jeans ist nicht mit der „Schlaghose“, deren Zweck es ist, den Schuh mitunter komplett zu verdecken, zu verwechseln.
- ▶ Karotte: hoher Taillenbund, großzügige Hüftweite und konisch verlaufender Schnitt in der Beinführung. War in den 1980er Jahren angesagt.
- ▶ Baggy Pants: Markenzeichen der Hip-Hop-Szene. Weite, tief auf der Hüfte sitzende Jeans, die auch im Stehen Teile der darunter zu tragenden Boxershorts freilegt. Es handelt sich nicht um Hosen, die runtergerutscht sind, sondern um eine spezielle Schnittführung, die mittlerweile auch bei Röhrenjeans angewendet wird.
- ▶ Boyfriend: großzügiger Schnitt in Anlehnung an die ersten Modelle von Levi Strauss. Boyfriend-Jeans werden von Frauen getragen, die den Eindruck erwecken möchten, die Hose bei ihrem Partner ausgeliehen zu haben. Am Saum werden die oft überlangen Hosen gerne lässig aufgekremgelt.



- ▶ Jeggings: Mischform aus Leggings und Jeans. Die strumpfhosenartige Baumwollhose wird mit Elementen wie aufgesetzten Taschen, Nieten und doppelter Steppnaht zur Jeans stilisiert.

## Die Größen

Jeansgrößen werden in der amerikanischen Maßeinheit „Inch“ (Zoll) angegeben: 1 Inch entspricht 2,54 Zentimeter. Maßgebend sind dabei der Taillenumfang ( $W = \text{waist}$ ) und die Länge der an der Innennaht gemessenen Schritthöhe ( $L = \text{length}$ ). Um Ihre Jeansgröße zu ermitteln, messen Sie Ihren Taillenumfang (nicht den Hüftumfang!) an der schmalsten Stelle. Um das Ergebnis von Zentimetern in Inch umzurechnen, teilen Sie es durch 2,54. Für die Hosenslänge messen Sie die Innenbeinlänge vom Boden bis zum Ende des Beines im Schritt und teilen das Zentimeter-Ergebnis wiederum durch 2,54. Ein Taillenumfang von 72 Zentimetern und eine Innenbeinlänge von 86,36 Zentimetern entsprechen zum Beispiel der Jeans-Größe W30/L34.

**So ermitteln Sie Ihre Größe**

## 5 Tabus für Jeans-Träger

### 1. Das „Bauarbeiterdekolleté“

Jeanshosen, deren Bund nicht in der Taille, sondern auf der Hüfte liegt, haben oft den Nebeneffekt, dass sie im Gesäßbereich beim Hinsetzen nach unten rutschen. Dabei werden Körperpartien freigelegt, die eigentlich niemand sehen sollte. Wählen Sie gegebenenfalls besser einen anderen Schnitt.

**Die Schnitte sind nicht für jeden gleich gut geeignet**

### 2. Abzeichnende Speckröllchen

Bei geringem Elastan-Anteil oder zu engen Jeans drückt sich das Körperfett oft unschön über den Hosensbund hinaus. Die Hose sollte lieber eine Nummer größer gekauft werden.

### 3. Formverlust

Herkömmliche Baumwolljeans leiern beim Tragen nach und nach aus. Die Kniepartien zeigen dann Dellen, der Bund weitet sich und rutscht. Durch regelmäßiges Waschen wird die alte Form wiedererlangt.

### 4. Schief laufende Verschlüsse

**Beim Kauf  
darauf achten!**

Klassische Jeanshosen werden mit Knöpfen geschlossen, die moderne Version verfügt über einen Reißverschluss oder beide Verschlussvarianten. Achten Sie beim Kauf darauf, dass sich die Knopfleiste und/oder der Reißverschluss beim Tragen nicht unschön verziehen. Gerade bei preiswerten Modellen wird in dieser Hinsicht häufig an der Passform gespart.

### 5. Markante Querfalten

Auch die Dehnbarkeit von Baumwolle mit Elastan hat ihre Grenzen. Zeichnen sich im Oberschenkelbereich oder an den Waden tiefe Querfalten ab, ist die Skinny Jeans schlichtweg zu eng.

**FAZIT:** In den gängigen Dresscodes kommt die Jeanshose so gut wie nicht vor. Einzig beim Dresscode „Business Casual“ ist sie eine von mehreren Optionen. „Business Casual“ ist für Beschäftigte der Sport-, IT- oder Medienbranche die gängige Bürokleidung. Mitunter finden Sie diesen Bekleidungsstil auch in Berufen, die keinen direkten Kundenkontakt haben. Für informelle Treffen im beruflichen Umfeld kann ebenfalls „Business Casual“ gelten: etwa für ein entspanntes Abendessen nach einem langen Besprechungstag oder bei einer Abteilungsfeier im legeren Rahmen.



Selbstverständlich ist die Jeans als Freizeithose allgegenwärtig und kann daher bei jeder „Casual“-Gelegenheit zum Einsatz kommen. Hier ist dann erlaubt, was gefällt – sofern es niemand anderen stört. Auf den meisten Golfplätzen ist das Tragen von Jeanshosen zum Beispiel untersagt.