

Aktualisierung! Bitte nehmen Sie, falls vorhanden, den veralteten Beitrag K 48 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

# Business-Outfit 2019: Mit dieser Kleidung überzeugen Sie als Frau im Berufsalltag

**DARUM GEHT ES:** Jeden Morgen stellt sich Ihnen die gleiche Frage. Was ziehe ich an? Seit Kostüm und Hosenanzug in den meisten Berufen kein Muss mehr sind, fällt die Wahl noch schwerer. Was ist zu leger? Was sieht zu chic aus? Wie kleide ich mich dem Anlass entsprechend, ohne zu streng zu wirken? In diesem Beitrag lesen Sie, wie Sie als Frau im beruflichen Umfeld feminin und kompetent zugleich wirken.

## Die Themen:

- ▶ Warum es oft so schwer ist, das richtige Business-Outfit zu finden ..... 2
- ▶ Die Basisgarderobe für den Beruf ..... 5
- ▶ Wie Sie den Business-Look stilvoll brechen ..... 15
- ▶ Die 10 goldenen Regeln der gut gekleideten Business-Frau... 18



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 perfekte Umgangsformen. Die studierte Germanistin und Medienwissenschaftlerin ist PR-Profi sowie stellvertretende Vorsitzende der Deutschen-Knigge-Gesellschaft e. V. Mehr über Linda Kaiser erfahren Sie auf ihrer Webseite unter [www.lindakaiser.de](http://www.lindakaiser.de).

## Warum es oft so schwer ist, das richtige Business-Outfit zu finden

Der erste Eindruck zählt, denn im Berufsalltag haben Sie oft keine zweite Chance, Chefs, Kollegen und Kunden von Ihrer Person zu überzeugen. Ihr äußeres Erscheinungsbild spielt dabei die größte Rolle – ganz besonders als Frau.

### Stilbewusstsein wird von Frauen erwartet

#### Als Frau haben Sie die Qual der Wahl

Obwohl Frauen seit Jahrhunderten mit beiden Beinen im Berufsleben stehen, müssen sie nach wie vor und immer wieder Stolpersteine aus dem Weg räumen. Wird beim Mann der schlecht sitzende Anzug gerne der Ehefrau als „Stilberaterin“ angelastet, sind Sie als Frau nicht nur fachlich, sondern auch in Bezug auf Ihre Kleidung für sich allein verantwortlich. Dabei haben Sie, im Gegensatz zu Ihren männlichen Kollegen, auch noch ein Vielfaches an Auswahlmöglichkeiten für Ihre Business-Garderobe zu bewältigen.

### Klare Empfehlungen fehlen

Die Empfehlungen von Fachleuten und seitens der Modeindustrie sind unterschiedlich. Wer einmal den Suchbegriff „Dresscode Business für Frauen“ recherchiert hat, dem wird zu Hosenanzug oder Kostüm mit heller Hemdbluse und geschlossenem Schuh geraten. Das ist für viele Branchen jedoch nicht mehr verbindlich. In Modezeitschriften wiederum finden sich zum Stichwort „Business-Look“ Empfehlungen, die – wie die Quelle schon sagt – modisch, aber selten tragbar und noch seltener gegenüber Kunden, Geschäftspartnern oder Vorgesetzten vertretbar sind. So wirken blickdichte gelbe Strümpfe zum asymmetrisch geschnittenen Nadelstreifenkostüm eher verstörend als seriös.

Der Blick in die Rubrik „Business-Mode“ in Katalogen und auf Internetportalen der Bekleidungsindustrie weist wiederum in eine gänzlich andere Richtung.

Hier wird meist zu lässiger Freizeitkleidung geraten, die man den Frauen für den Arbeitsalltag als tragbar und trendy schmackhaft machen will.

### Die Orientierung erfordert Fachwissen

Die Orientierung in diesem reichhaltigen Angebot braucht jede Menge Zeit und vor allem Vorkenntnisse. Oder können Sie bei der Vielzahl von Business-, Freizeit-, Jersey-, Strick- und Seidenkleidern auf Anhieb sagen, welches Modell sich für Ihren Job-Alltag am besten eignet?

Gibt es wirklich die „gute Jeans“, die in Kombination mit einem Blazer den Hosenanzug ersetzen kann? Und mit welchen Accessoires nimmt man dem Etuikleid die Strenge, ohne gleich wie ein Christbaum zu wirken?

Hier sind Kenntnisse in Waren- und Schnittkunde gefragt, die unter Einbeziehung des Anlasses, der Branche und vor allem der Figur der Trägerin bei der Entscheidung berücksichtigt werden müssen.

#### **EXTRAWISSEN: Weibliche Details beim Hosenanzug**

Nichts ist im Business schlimmer als ein schlecht sitzender Hosenanzug. Wenn Sie zu diesem eindeutig aus der Herrenmode entlehnten Kleidungsstück greifen, sollten Sie sich der Tatsache bewusst sein, dass die Jacke wie die Hose an die weiblichen Bedürfnisse angepasst sein müssen. Das bedeutet unter anderem, dass die Schultern nicht zu breit und die Hosen nicht zu gradlinig sein sollten.

Der Anzug muss den Körper der Trägerin umschmeicheln und nicht wie ein Herrenanzug schlicht, aber korrekt an ihr „herabhängen“. Pumps mit mittelhohen Absätzen verleihen dem Auftritt der Trägerin einen dynamischen Schwung.

**Was ist geeignet?**

Beitrag J 30



### Auch Individualität spielt eine Rolle

Nicht zuletzt gibt es da noch den persönlichen Geschmack, der eine nicht unerhebliche Rolle bei der Auswahl spielt. Wir haben gelernt, möglichst lässig und individuell zu sein, um

unseren Charakter hervorzuheben. Zudem wollen wir Stile mixen und Akzente setzen, um unserem Erscheinungsbild eine moderne Note, fernab von der Schablonenhaftigkeit des klassischen Hosenanzugs, zu verleihen.

Nur wenn wir authentisch auftreten, sind wir in der Lage, unseren Weg selbst zu gestalten und erfolgreich unsere Frau im Berufsleben zu stehen.

All das soll jedoch trotzdem geschäftsmäßig, seriös und kompetent wirken.



#### **PRAXIS-TIPP: Überzeugen Sie mit Stil!**

Wenn Sie überzeugen möchten, sollten Sie auf einen stilvollen Business-Auftritt achten. Denn gerade und besonders mit stilvollem Styling sowie durchdacht gewählter Business-Kleidung können Sie als Frau nicht nur Durchsetzungsvermögen, Erfolg und Seriosität, sondern auch eine große Prise Vertrauenswürdigkeit vermitteln.

#### **Auf die Branche kommt es an**

Wie Sie sich kleiden und auftreten sollten, hängt in erster Linie davon ab, wo Sie arbeiten. So herrschen in Banken, Versicherungen oder Beratungsgesellschaften bekanntlich strengere Kleiderregeln als in öffentlichen Einrichtungen, Agenturen und bei Freiberuflern.

Zudem muss zwischen Berufstätigen mit Kundenkontakt und solchen im Innendienst unterschieden werden. Wenn Sie das Unternehmen nach außen repräsentieren, also im steten Kontakt von Angesicht zu Angesicht mit Kunden stehen, müssen Sie um ein Vielfaches seriöser und formeller erscheinen als jemand, der seine Arbeitszeit von 9 bis 17 Uhr in seinem Büro hinter verschlossenen Türen verbringt.

Personen, die eine Marke repräsentieren oder gar im Verkauf arbeiten, sind gleichzeitig Botschafter ihrer Unternehmen und zollen diesen in ihrer Kleiderwahl den angemessenen Respekt.

#### **Mit oder ohne Kundenkontakt**

## Die Basisgarderobe für den Beruf

Orientieren Sie sich bei der Bestückung Ihrer Basisgarderobe am klassischen Dresscode „Business“. Ein gut sitzender Hosenanzug oder ein Kostüm gehören in den Kleiderschrank jeder berufstätigen Frau. Sie bilden das „Für-alle-Fälle-Outfit“, das vom Bewerbungsgespräch bis hin zum Business-Dinner mit Kunden getragen werden kann.

**Das Outfit  
für alle Fälle**

### Grundausrüstung in klassischen Farben

Wählen Sie den Anzug und/oder das Kostüm am besten in einer der klassischen Farben wie Anthrazit oder Dunkelblau, im Sommer auch in Beige oder in einem Pastellton. Schwarz ist für Frauen ebenfalls eine Option, allerdings tritt auch das Servicepersonal im Restaurant oder bei Messen oft in schwarzem Outfit auf, sodass es unter Umständen zu Verwechslungen kommen kann.

Des Weiteren ergänzen ein gut sitzender Blazer, ein Bleistiftrock, eine Stoffhose, diverse Blusen und Shirts in klassisch-dezenten Farbtönen sowie geschlossene Schuhe mit Absatz (Pumps) die Grundausrüstung.

#### So ist Ihre Basisgarderobe perfekt

Basic	Farbe
<b>je ein Hosenanzug/ ein Kostüm</b>	anthrazit, blau oder schwarz
<b>ein Kleid</b>	bevorzugt schwarz für den Einsatz sowohl tagsüber als auch abends („kleines Schwarzes“)
<b>zwei Blazer</b>	beide möglichst unifarben und einreihig





<b>zwei Hosen/zwei Röcke</b>	eine Baumwollhose (beige oder farbig) und eine Jeans (blau) ein Bleistiftrock (schwarz) und ein leichter Baumwollrock (beige oder gemustert)
<b>sieben Blusen/Tops</b>	zwei Blusen unifarben, zwei Blusen gemustert oder gestreift, zwei Tops unifarben, ein Top modisch
<b>drei Pullover/Strickjacken</b>	zweimal Rundhals oder V-Ausschnitt, einen Rollkragenpullover
<b>zwei Mäntel</b>	einen Trenchcoat und einen Wintermantel ( <b>Achtung: KEINE Funktionsjacke!</b> )
<b>drei Paar Schuhe</b>	ein Paar Pumps (glatt, schwarz, geschlossen), ein Paar Sneakers oder Ballerinas, ein paar Stiefel
<b>drei bis vier Halstücher</b>	Seidentücher im Hermès-Stil, ein Winterschal
<b>drei Handtaschen</b>	eine Hand-/Schultertasche, eine Tote-Bag (Tragetasche) oder Business tasche, eine Clutch

## Qualität ist wichtiger als Quantität

Qualität heißt nicht, dass Sie nur teure Kleidungsstücke wählen sollten. Auch im mittleren Preissegment gibt es durchaus hochwertige Modelle. Entscheidend ist, dass die Kleidung gut verarbeitet ist und die Passform stimmt.

## Woran Sie Qualität erkennen

Gute Qualität erkennen Sie sowohl bei Blazern und Hosen als auch bei Blusen an der Verarbeitung der Nähte. Sind diese gerade geführt, weisen sie keine Kräuselungen auf und hängen keine Fädchen heraus, ist das ein gutes Zeichen. Werfen Sie immer auch einen Blick auf die Knöpfe, die Knopflöcher und ganz besonders auf die Seitennähte (Nahtzugabe). Denn dort entscheidet sich, ob ein Kleidungsstück weiter gemacht werden kann. Zu knapp gefasste Nähte neigen bei Beanspruchung zudem zum Ausfransen beziehungsweise zum Entstehen von Löchern.

Auch die Beschaffenheit des Blusenstoffs ist ein Indiz für Haltbarkeit und Qualität. Dünnere Stoffe reißen leichter und halten weder vielen Wäschen noch hohen Temperaturen beim Bügeln stand. Zu dünne Stoffe sind zudem bei Licht oft durchsichtig und enthüllen dem Gegenüber, was sie eigentlich vor ihm verbergen sollten.

### PRAXIS-TIPP: Glatte Stoffe wählen

Bei Röcken, Hosen und Blazern wirken Stoffe mit glattem Gewebe ordentlich und unterstreichen die Kompetenz der Trägerin. Knitterlook kommt dagegen eher zu lässig rüber. Das gilt leider auch für Leinstoffe, die sich durch den sogenannten „Edelknitter“ erst auszeichnen.

## Auf die Nähte achten



## Die Passform muss stimmen

Sitzt ein Kleidungsstück nicht in jeder Hinsicht perfekt, scheuen Sie sich nicht, einen Änderungsschneider aufzusuchen. Das gilt auch für Blusen!

Bei Problemfiguren empfiehlt sich meist direkt der Gang zu einem Anbieter von Maßkonfektion. Hier werden Kleidungsrohlinge angeboten, die auf die individuellen Bedürfnisse angepasst werden und somit auf jeden Fall tadellos sitzen. Ein Maßanzug beziehungsweise -kostüm vom Schneider ist die noch etwas kostspieligere Anschaffung, die allerdings am längsten hält.



K 48/9

### PRAXIS-TIPP: Besser klassisch statt modisch

Sinnvoll ist zudem der Verzicht auf allzu modische Varianten beim Hosenanzug und Kostüm.

Auch wenn weite Hosenbeine gerade en vogue sind und die Mode überknielange Röcke empfiehlt, wählen Sie lieber das klassische Mittelmaß, damit Sie sich nicht jede Saison eine neue Basisgarderobe zulegen müssen.

Modische Akzente können Sie mit anderen Mitteln setzen. Wie, das lesen Sie ab Seite 9 in diesem Beitrag.

## Was bei den Passformen zu beachten ist

- Bei **Damenhosen** ist die Länge von der Absatzhöhe und Saumweite abhängig. Ein weites Hosenbein kann durchaus auf der Mitte des Absatzes enden, ein schmales Hosenbein wird zwangsläufig in Knöchelhöhe ausgereizt sein.
- Beim **Rockkauf** sollten Sie eine Sitzprobe machen. Ist die **Rocklänge** im Stehen knieumspielend, kann sich je nach Schnitt und Material der Saum beim Sitzen bis zur Mitte der Oberschenkel hochziehen.
- Gleiches gilt für **Rockschlitz**e, die vorne angebracht sind: Sie legen mehr frei, als oft beabsichtigt ist.
- Die Ärmel eines **Blazers** enden auf der Daumenwurzel. Blazer-Jacken sollten Sie auch als Frau im Stehen unbedingt schließen können.
- Bei **Blusen** sollte sich an der stärksten Stelle der Oberweite ein Knopf befinden, damit sich die Zwischenräume der Knopfleiste dort nicht auseinanderziehen.



### PRAXIS-TIPP: Basisteile regelmäßig prüfen und bei Bedarf erneuern

**Wichtig:** Ist ein Teil Ihrer Basisgarderobe vom Tragen, Waschen oder Sitzen abgenutzt, tauschen Sie es bitte gegen ein neues aus!



## Farben und Muster

Die Basisgarderobe bildet also die Grundlage für ein seriöses Business-Outfit. Individuelle Akzente setzen Sie mit Farben und Mustern.

Graue oder dunkelblaue Kleidungsstücke gewinnen durch Struktur und Muster an Ausdruckstärke. Die sogenannten „Minimaldesigns“ sind dabei der Herrenmode entliehen und geben in Form von Pepita, Glencheck oder Nadelstreifen Blazern, Hosen und Röcken eine besondere Note.

Bei Blusen sind Streifen und Karos – vergleichbar mit dem Herrenhemd – die klassische Option der ersten Abweichung vom unifarbene(n), neutralen Erscheinungsbild.

**GUT ZU WISSEN:** Hosenanzug und Kostüm mit unifarbener Bluse sind wie eine neutrale Leinwand. Der Betrachter wird nicht von den wahren Werten der Trägerin abgelenkt.



## Colorblocking

Eine dezente Variante des „Colorblocking“ (Farben kombinieren) erzielen Sie, indem Sie Basisfarben miteinander mischen, zum Beispiel einen blauen Blazer zum hellgrauen Rock.

Diese Kombinationen können Sie je nach Anlass auch farbiger wählen, etwa zur schwarzen Hose einen roten Blazer oder umgekehrt.

## Texturmix

Der nächste Schritt im Mustermix ist die Verwendung verschiedener Texturen. Strickwaren in Form von Jäckchen und Pullovern ergänzen den klassischen Business-Look. Diese dürfen durchaus auch farbig sein.

Für ein seriöses Erscheinungsbild bieten sich Pastelltöne sowie die Farben aus der Basisgarderobe an. Rot ist eine kraftvolle Option, die im Mix mit gedeckten Farben ins Auge fällt.

Zu den edleren Anzugstoffen ist Feinstrick eine schmeichelnde Ergänzung, Kontraste wiederum setzen Sie beispielsweise mit Grobstrick zur eleganten Hose.

### Materialmix

Eine weitere Option ist, Hose/Rock und Blazer in einem starken Materialmix zu wählen. Hier kommen Stoffe wie Cord, Leder oder synthetische Produkte zum Einsatz.

Je kräftiger der Stoff beschaffen ist, desto maskuliner wirkt er. Für Sie als Trägerin ist es daher von Bedeutung, die männliche Note mit einem femininen Akzent zu kontrastieren, um nicht zu dominant zu wirken.



**Wichtig:** Samt, Taft und hochglänzende Stoffe sind für den Berufsalltag eher ungeeignet! Tragen Sie diese Stoffe besser am Abend oder in der Freizeit.

### Feminine Akzente

Feminine Akzente lassen sich am besten mit leichten Texturen setzen, insbesondere bei Oberteilen. Seide ist hier eine gute Option. Möglich sind aber auch synthetische Stoffe, die eine fließende, leichte Optik darbieten.

Abweichungen von der klassischen Kragenform, Volants, Wasserfallausschnitte oder locker gebundene Schleifen (Schluppenblusen) bieten viele Variationsmöglichkeiten.

**Feminin,  
aber nicht  
mädchenhaft**

Spitze und transparente Stoffe sollten Sie nicht oder nur sehr sparsam verwenden. Transparente Stoffe müssen immer mit einem guten „Untendrunter“ kombiniert werden. Tragen Sie ein Shirt oder Tanktop unter einer transparenten Bluse.

Grafische und florale Muster sollten bei der Basisgarderobe nur wohl bedacht und sparsam zum Einsatz kommen. Sie sind einerseits eine gute Option, den Look zu individualisieren, können aber andererseits den Betrachter auch ablenken beziehungsweise irritieren. Zarte Blümchenmuster wecken dazu oft Assoziationen zum Hausfrauenkittel, während starke grafische Muster progressiv wirken und die Trägerin nicht authentisch erscheinen lassen können.

**GUT ZU WISSEN:** Der Blick des Betrachters wandert immer zuerst in Richtung der hellsten, strahlendsten Stelle. Wer also wohlgeformte Beine hat, wählt eine helle Hose oder einen hellen Rock. Falls Sie den Blick des Betrachters nach oben lotsen möchten, setzen Sie dort den hellen Farbakzent.



Finden Sie einfach das für Sie richtige Maß heraus, wie Sie Ihre klassische Basisgarderobe mit Mustern und Farben ergänzen. Auch farbige Accessoires wie Halstücher, Ketten oder Taschen können ein eher schlichtes Outfit im Handumdrehen aufpeppen.

## Accessoires

Bei der Wahl von Accessoires und Schmuck gilt ebenfalls die Devise „Weniger ist mehr“. Trotzdem können Sie mit Handtaschen, Schals, Tüchern, Ketten, Ohrringen und Brillen Highlights setzen, die Ihre Persönlichkeit herausstellen und ein eher zurückhaltendes Basisoutfit individualisieren. Grundsätzlich gilt natürlich auch in diesem Zusammenhang, dass die von Ihnen gewählte Handtasche, Kette oder Uhr farblich zum Rest des Business-Outfits passen sollte.

Anders als bei den Herren müssen Schuhe, Gürtel und Handtasche der Dame jedoch nicht zwangsläufig die gleiche Farbe haben. Allerdings sollten die Accessoires miteinander in puncto Material (Glattleder, Rauleder, Stoff) und Stil (elegant, sportlich, verspielt) harmonieren.

**Das Material sollte harmonieren**

## Die Handtasche

Bei der Wahl der Handtasche sollten Sie darauf achten, dass Sie alles, was Sie benötigen, darin unterbringen können. Sie sollten sie allerdings auch problemlos mit zu einem Arbeitsessen nehmen können. Deshalb sollte die Tasche nicht zu groß ausfallen. Für Laptop, Aktenordner und andere Arbeitsutensilien können Sie sich bei Bedarf eine zusätzliche Tasche anschaffen.



### PRAXIS-TIPP: Was Sie beim Kauf beachten sollten

In eine Handtasche können Sie durchaus etwas mehr Geld investieren. Sie sollte zu all Ihren Kleidungsstücken passen und im Sommer wie im Winter tragbar sein.

Ein pflegeleichtes Leder sowie ein vielseitiges Innenleben mit verschiedenen Fächern für Handy, Portemonnaie, Lippenstift & Co. machen einen ordentlichen Eindruck und helfen Ihnen dabei, sich besser zu organisieren.

Sollten Sie sich für eine bestimmte Handtaschenmarke entscheiden, achten Sie darauf, dass das Label nicht oder nur dezent von außen sichtbar ist.

### Das Halstuch

Das Halstuch ist die Krawatte für die Frau. Mit diesem verhältnismäßig kleinen Stück Stoff kann ein großer Farbeffekt in das Business-Outfit gebracht werden. Zugleich lässt sich damit die individuelle Note gestalten, denn die Muster – von Blümchen über Tiere bis hin zu fantasievollen Farbexplosionen – sind beim Halstuch nicht so plakativ wie bei einer Bluse oder einem Shirt.

Achten Sie darauf, dass das Tuch nicht rutscht, und verzichten Sie nach Möglichkeit auf voluminöse Schals, die Ihren Hals verdecken und Sie gegebenenfalls beim Sprechen behindern.

### Der Schmuck

Die Auswahl des Schmucks ist zunächst einmal Typsache. Filigraner Edelschmuck wie zum Beispiel eine Goldkette mit Anhänger, der klassische Perlen- oder Brillantohrstecker oder eine dezente Armbanduhr stehen für Treue und Beständigkeit sowie eine unprätentiöse Einstellung zu langlebigen Werten.

**Wichtig:** Der Wert des Schmucks sollte dem Gehalt beziehungsweise der beruflichen Position der Trägerin angepasst sein! Auch sollten Sie nicht mehr als fünf Schmuckstücke gleichzeitig tragen.

**Maximal  
5 Schmuck-  
stücke**

Wer sich gerne mit großen und ausgefallenen Schmuckstücken in Szene setzt, nutzt hierzu in der Regel Modeschmuck.

Aber **Vorsicht:** Modeschmuck wirkt am besten, wenn er als solcher zu erkennen ist und nicht als schlecht gemachte, preiswerte Kopie von echtem Schmuck herhalten muss! Protzen Sie nicht mit falschen Klunkern, sondern stehen Sie zum Statement-Schmuck aus Holz oder Kunststoff, wenn der Ihr Outfit komplettieren soll.

#### **PRAXIS-TIPP: Für Brillenträgerinnen**

Sofern Sie eine Brille tragen, bedenken Sie bitte, dass diese Ihr Gesicht bereits schmückt. Seien Sie daher sparsam mit gesichtsnahen Schmuckstücken wie Ohrringen und Ketten – stimmen Sie diese auf die Brille ab.

**Wichtig:** Sonnenbrillen sind Funktionsbrillen zum Sonnenschutz und haben in geschlossenen Räumen nichts zu suchen, auch nicht als Haarschmuck!



## Die passenden Schuhe

Die für den Berufsalltag empfohlene Fußbekleidung für die Frau ist ein geschlossener Absatzschuh (Pumps) in einer gedeckten Farbe, am besten in Schwarz oder Dunkelblau, mit einem fünf bis sieben Zentimeter hohen Absatz.

Als Frau können Sie im Prinzip jedoch alle edlen oder schlichten Schuhe tragen. Falls Sie sich in Absatzschuhen eher unsicher fühlen, wählen Sie lieber flachere Modelle, in denen Sie sicher stehen und gehen können.

Falls Sie sich für Pumps entscheiden, achten Sie darauf, dass der Absatz nicht zu dünn ist und der Schuh nicht zu spitz zuläuft.

Zu einer Hose können Sie auch knöchelhohe Stiefel beziehungsweise Stiefeletten tragen. Zu Rock und Kleid sind schmale Schaftstiefel, die bis zum Knie reichen, zu empfehlen.

**Im Prinzip ist  
so gut wie alles  
möglich**



### PRAXIS-TIPP: Wechselschuhe

Sind Sie im Winter mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs und tragen Sie während der Fahrt praktische warme Winterstiefel, stellen Sie sich am besten ein eleganteres Paar Schuhe ins Büro, das Sie zu Terminen mit Kunden und offiziellen Meetings anziehen können.

Wie bei der Handtasche sollten Sie beim Schuhkauf nicht sparen. Achten Sie auf eine gute Lederqualität und eine solide Verarbeitung. Hochwertige Schuhe verfügen über ein durchgehendes Innenfutter, ein bequemes Fußbett sowie außen über saubere Übergänge zwischen Schaft und Sohle.

Selbstverständlich sollten Ihre Schuhe stets gut gepflegt sein, also niemals abgenutzt aussehen oder gar beschädigt sein. Auch abgelaufene Absätze sind tabu.

## Make-up und Haare

Das richtige Make-up rundet die perfekte Erscheinung im Business ab. Make-up hat zu Unrecht den Ruf, Frau hinter einer Maske zu verstecken. Ein geschickt eingesetztes Make-up stellt die persönliche Ausstrahlung der Trägerin eher in den Fokus und unterstreicht die positiven Aspekte der Mimik. Verdeckt werden können damit jedoch in der Tat Hautunreinheiten, dunkle Schatten und Augenringe.

### Make-up auf den Typ abstimmen

Achten Sie unbedingt darauf, die passende Foundation (Grundierung) für Ihren Hautton zu wählen, und stimmen Sie auch das Make-up der Augenpartie auf Ihren Typ ab. Bei vielen Frauen reichen bereits ein wenig Mascara (Wimperntusche) und gut gezupfte Augenbrauen, um sich wohlfühlen.

Bei der Wahl des für Sie passenden Lippenstifts können Sie ruhig zu einer kräftigeren Farbe greifen. Denn gerade ein starker Lippenstift strahlt Souveränität aus. Beim Nagellack sind Transparenz- und Nude-Töne Trumpf! Die gesamte Palette an Rottönen, von Koralle bis Brombeere, ist eine gute farbige Alternative. Auf Steinchen, Bildchen,

Applikationen und sonstige kunstvolle Verzierungen auf den Fingernägeln sollten Sie als erwachsene Frau im Job allerdings ganz verzichten.

Ihre Frisur sollte selbstverständlich immer top gepflegt sein. Sind Ihre Haare gefärbt, achten Sie bitte darauf, dass Sie regelmäßig nachfärben, damit kein unschöner Ansatz zu sehen ist.

Wer übershulterlange Haare hat, wirkt seriöser, wenn diese zu einem Zopf zusammengefasst werden. Auch ein sauberer Dutt (Mittelkopfhöhe) oder Chignon (Nackenknoten) sind praktische Optionen, lange Mähnen zu bändigen.

Aber **Achtung:** Auffälliger Haarschmuck oder ausgeleierte Haargummis haben im Business nichts zu suchen!

**Rundum immer top gepflegt**

## Wie Sie den Business-Look stilvoll brechen

Die Basisgarderobe für die berufstätige Frau muss also nicht nur schwarz-weiß oder mausgrau sein. Mit kleinen Ergänzungen können Sie viel Farbe und somit Lebensfreude und Individualität in Ihr tägliches Outfit bringen.

**Wichtig:** Entscheiden Sie sich für Farben und Muster im Stoff, wählen Sie am besten einen klassischen Schnitt dazu!

Wie aber schaffen Sie es, sich auch mal komplett aus dem Schema des Dresscodes zu lösen und den Schwerpunkt Ihres Business-Looks auf modische Teile und/oder den (bequemen) Freizeitlook zu setzen?

Die meiste Zeit des Tages verbringen Sie schließlich außer Haus bei der Arbeit, sind unter Kollegen oder bei Kunden. Hier wollen Sie mit Ihrem Auftritt sicher nicht nur Ihre Kompetenz unter Beweis stellen, sondern auch hin und wieder Ihre modische Seite zeigen.



**Mode kann Erfolg und Souveränität demonstrieren****Mode ist businessstauglich geworden**

Mode ist heutzutage ein starkes Medium für Weltgewandtheit und Erfolg. Funktionalität und Uniformität als Identifizierungsmerkmale der emanzipierten, arbeitenden Frau haben an Wert deutlich eingebüßt. Frauen möchten sich durch ihre Kleidung ausdrücken, sich von anderen abgrenzen und ihren Erfolg in Form von neuen Statussymbolen präsentieren.

In der Businessmode sind maskuline Attribute immer noch sehr dominant. Die klassische Damenhose beispielsweise, die dem Herrenanzug entlehnt ist, hat mittlerweile zahlreiche Weiterentwicklungen in Schnitt, Form, Farbe und Stoff durchlebt, die um ein Vielfaches besser zur Frau von heute passen. Die Culotte, die Karotte, die Bootcut, die Capri- oder Fischerhose, die Röhre, die Slimfit und sogar die Leggings haben ihren Weg ins Berufsleben gefunden.

Frauen in Vorständen von DAX-Unternehmen tragen neuerdings bevorzugt Kleider. Die Farben sind Pink, Limette, Azurblau und Bordeauxrot. In Erfolgsgeschichten von Frauen in Führungspositionen kommen leichte Seidenröcke ebenso vor wie Strickmäntel, Lederleggings, Brokatjäckchen und Pullover mit Cut-outs an den Schultern.

Statement-Handtaschen großer Designermarken kosten häufig mehr als eine Rolex am Arm, und bei den Schuhen macht manchmal nicht nur die Absatzhöhe, sondern auch der Preis schwindelig. Erschwingliche Varianten dieser Pretiosen sind überall zu erwerben – und wo sonst sollte man sie tragen, wenn nicht bei der Arbeit?

**Manchmal ist Mode Verpflichtung**

Solange der Chef seinen Mitarbeitern keine verbindliche Vorgabe zum Business-Look macht, gilt der Grundsatz: „Erlaubt ist, was gefällt, sofern es die Kollegen, Kunden und Geschäftspartner nicht stört.“

Das bedeutet, dass außer Trägertops, Microminis, Shorts und Sandalen so ziemlich alles beim Arbeiten getragen werden kann – und sogar getragen werden muss, wenn Sie



in der Modebranche oder einem trendigen Start-up-Unternehmen tätig sind. Über die Mode definieren sich mittlerweile nicht nur Individuen, sondern ganze Branchen und Wirtschaftszweige.

Selbstverständlich tragen die Repräsentantinnen großer Modelabels die Produkte ihrer jeweiligen Designer. Genauso selbstverständlich zieht die hippe Start-up-Szene keine Anzüge und Feinstrickjäckchen mehr an, sondern trägt coole Jeans und Lederjacken zu Mottoshirts und Blümchenkleidern. Im mittelständischen Unternehmen, fernab des Ballungszentrums, ist Casual Wear in Form von Jeans und Pullover angesagt. Paillettenapplikationen und Used-Look sind hier kein Karrierehindernis.

### **Dennoch ist Maßhalten angesagt**

Allen gesellschaftlichen Strömungen und modischen Freiheiten zum Trotz sollten Sie als verantwortungsbewusste Frau jedoch nicht aus den Augen verlieren, dass sich Respekt und Wertschätzung im Miteinander durch Sein und nicht durch Schein ausdrücken.

**Sein statt Schein!**

Diese Haltung modisch umzusetzen bedeutet, ein Gespür für die optischen Bedürfnisse von Kunden und Kollegen zu entwickeln und sich selbst auch einmal modisch etwas zurückzunehmen. Die Erwartungshaltung vieler Menschen, dass Alltagskleidung unauffällig und leise statt schrill und sehr persönlich sein sollte, ist – bewusst oder unbewusst – weiter verbreitet, als Sie vielleicht denken.

### **Wie Sie Mode stilvoll inszenieren**

Gehen Sie daher bei der Abwandlung Ihres Business-Looks behutsam vor. Tauschen Sie zunächst nur einzelne Teile der klassischen Mode gegen modernere Elemente aus.

Setzen Sie Farbe bewusst und nicht willkürlich ein. Zeigen Sie nie zu viel Haut. Tragen Sie High Heels nur dann, wenn Sie darauf laufen können. Imitieren Sie die Looks von Bloggerinnen in Ihrer Freizeit, nicht am Arbeitsplatz. Achten Sie auch bei modischen Teilen stets auf Qualität,

und stellen Sie Ihr Outfit in puncto Farbharmonie immer mal wieder auf den Prüfstand.

## Die 10 goldenen Regeln der gut gekleideten Business-Frau

### Die zeitgemäßen Regeln 2019

Ganz gleich für welchen Look Sie sich bei der Ausübung Ihres Berufs entscheiden, sollten Sie die folgenden zeitgemäßen Regeln beachten ....

#### 1. Regel: Lernen Sie Ihr Arbeitsumfeld kennen

Informieren Sie sich über die Menschen, mit denen Sie es im Berufsleben zu tun haben. Jede Branche und jedes Unternehmen verfügen über einen (ungeschriebenen) Dresscode, der sich aus klassischen Vorgaben und gelebtem Alltag zusammensetzt.

Sind Ihre Kollegen eher sportlich unterwegs, greifen Sie nicht täglich zum formalen Kostüm. Sind Hosenanzug und Hemdbluse obligatorisch, weichen Sie – wenn überhaupt – nur minimal davon ab.

#### 2. Regel: Kleiden Sie sich nicht über Ihre Verhältnisse

Auch das zur Verfügung stehende Gehalt kann ein entscheidender Faktor für die richtige Kleiderwahl sein. Kleiden Sie sich qualitativ gut, jedoch stets Ihrem Budget entsprechend.

Arbeiten Sie primär mit eher anspruchslosen Menschen zusammen oder erzielen Ihre Kunden nur geringe Gewinne, verzichten Sie besser auf das Tragen von Brillantringen und Designerhandtaschen.

#### 3. Regel: Heben Sie sich von der Masse ab

Kleidung spricht ihre eigene Sprache. Wenn Sie sich von Ihren Kolleginnen abheben möchten, kleiden Sie sich ruhig ein wenig besser oder auffälliger.

**Wichtig:** Qualität ist hier das geeignetere Mittel als schrilles Design!

#### 4. Regel: Setzen Sie Statements

Sofern es Termine, Anlass und Umfeld zulassen, können Sie mit Ihrer Kleidung auch mal ein Statement setzen.

Wenn Sie beispielsweise immer in Hose und Pullover zur Arbeit kommen, können Sie mit einem Auftritt in Blumenkleid und Lederjacke positiv überraschen.

**Wichtig:** Setzen Sie dieses Mittel, die Aufmerksamkeit Ihres beruflichen Umfelds zu erlangen, sparsam ein!

#### 5. Regel: Beachten Sie die Maße

Ganz gleich was Sie tragen: Behalten Sie stets die Maßvorgaben für korrekte Kleidung im Auge.

- ▶ Jedes Teil sollte perfekt sitzen.
- ▶ Die Saumlänge der Röcke sollte knieumspielend sein.
- ▶ Die Schultern sind zu bedecken.
- ▶ Schuhe müssen im Businessalltag zumindest vorne geschlossen sein.
- ▶ Ihre Kleidung sollte stets sauber und gepflegt sein.



#### 6. Regel: Seien Sie für den Notfall gerüstet

Jeder hat mal einen schlechten Tag, aber das muss man Ihnen ja nicht gleich ansehen!

Wählen Sie an einem Tag, an dem Sie sich gut fühlen, vorsorglich für einen schlechten Tag einen einfachen Look aus, den Sie bedenkenlos überstreifen können, ohne ungepflegt auszusehen oder sich darin so zu fühlen.

**Wichtig:** Wohlfühl-Kleidung hebt die Stimmung! Quälen Sie sich deshalb nicht ausgerechnet an einem schlechten Tag in ein Outfit, von dem Sie nicht zu 100 Prozent über-

zeugt sind oder das nicht perfekt sitzt. Rutscht die Hose, sinkt Ihre Laune noch weiter in den Keller.



**PRAXIS-TIPP:** Die Notfallgarderobe hilft Ihnen auch dabei, eine schnelle und gute Wahl zu treffen, wenn die Zeit morgens mal knapp ist.

### 7. Regel: Organisieren Sie Ihren Kleiderschrank

Ordnung ist das halbe Leben. Schaffen Sie deshalb in Ihrem Kleiderschrank einen Bereich, der ausschließlich für Ihr Business-Outfit gedacht ist. So behalten Sie den Überblick, können schnell und sicher aus Ihrem Fundus auswählen und haben im Blick, wenn etwas erneuert oder ausgebessert werden muss.

### 8. Regel: Zeigen Sie Interesse

Kleidung und Mode verändern sich schnell. Informieren Sie sich regelmäßig über aktuelle Farben und Schnitte. Ergänzen Sie Ihre Garderobe bei Bedarf überlegt und in Maßen. Tauschen Sie sich hierüber auch mit Ihren Kolleginnen aus, damit Sie gemeinsam mit Ihnen das Unternehmen in sich stimmig in der Öffentlichkeit vertreten.

### 9. Regel: Planen Sie Ihre modische Entwicklung

Sobald Sie Ihre Basisgarderobe zusammengestellt haben, schreiben Sie sich auf, welche Ergänzungen Sie planen und welche (Kleider-)Träume Sie in Zukunft verwirklichen wollen. So vermeiden Sie Fehleinkäufe und behalten Ihren tatsächlichen Bedarf im Auge.

### 10. Regel: Bleiben Sie selbstkritisch



Kleidung ist dazu da, Sie und Ihre Persönlichkeit zu „schmücken“. Bleiben Sie ehrlich und vor allem kritisch zu sich selbst. Wählen Sie die Kleidung für sich aus, die zu Ihnen, Ihrem Alter und Ihrer Figur passt.