

ANKE SCHMIDT-HILDEBRAND
DIETRICH HILDEBRAND

Image + Stil = Erfolg!

MAßGESCHNEIDERTE
TIPPS FÜR DEN
PERFECTEN
BUSINESS-AUFTRITT

Buch Image + Stil = Erfolg

Maßgeschneiderte Tipps für den perfekten Business-Auftritt

Anke Schmidt-Hildebrand und Dietrich Hildebrand
Redline, 2008

Rezension

Erfolg im Geschäftsleben basiert nicht allein auf Kompetenz, er hängt auch vom Image und der persönlichen Ausstrahlung ab. Ganz entscheidend ist der erste Eindruck. Wer dem Anlass entsprechend gekleidet ist und mit seinem ganzen Auftreten positiv auffällt, dem öffnen sich manche Türen von alleine. Worauf man achten muss, erläutern die Autoren dieses Buches, erfahrene Stilberater, bis ins kleinste Detail. Beim Outfit reichen ihre Tipps von Stoff, Material und Verarbeitung über die Passform bis hin zur Wahl der richtigen Accessoires, jeweils unterschieden nach Männern und Frauen. Damit aber nicht genug: Weil Kleider zwar Leute, aber noch keine Persönlichkeiten machen, geht das Buch auch auf die Wirkung der Körpersprache und der inneren Haltung ein – jene Faktoren, die das Gesamtbild abrunden. Sicher: Wer die vielen Vorschläge allzu brav umsetzt, beraubt sich wohlthuender Individualität. Doch um die Regeln effektiv brechen zu können, muss man sie erst mal kennen. *BooksInShort* empfiehlt das Buch allen, die in der Businesswelt eben erst Fuß gefasst haben – oder sich allzu oft wie ein schräger Vogel vorkommen.

Take-aways

- Wir werden bei der ersten Begegnung zu 60 % nach unserem Äußeren beurteilt. Deshalb sind Outfit und Auftreten im Geschäftsleben besonders wichtig.
- Frauen sollten auf Kostüme, Hosenanzüge, kurze Jacken und knielange Röcke setzen.
- Wichtigstes Basic ist die klassische weiße Bluse.
- Wenn Sie ein Kleid tragen möchten, macht ein Etuikleid den besten Eindruck.
- Wählen Sie Accessoires aus demselben Material, aber keine Sets im selben Design.
- Männer tragen am besten einen Anzug. Er darf nicht schlottern oder spannen.
- Die Ärmel sollten bis zur Daumenwurzel reichen, die Hosenbeine auf dem Schuh leicht aufstehen.
- Setzen Sie auf unifarbene Seidenkrawatten oder solche mit Paisley oder Streifenmuster. „Witzige“ Motive sind tabu.
- Kent-, Haifisch- oder Tabkragen passen ins Business, im Gegensatz zu Button-down.
- Machen Sie keine Experimente bei den Schuhen: Sie sollten klassisch, hochwertig, schwarz oder braun sein, mit entsprechenden Kniestrümpfen.

Zusammenfassung

Image und Stil

Machen Sie einmal die Augen zu und stellen Sie sich einen bestimmten Menschen vor. Was Sie jetzt vor Ihrem inneren Auge sehen, ist nicht nur ein Gesicht, sondern ein „Stimmungsbild“ dieser Person: die gesamte Optik, ihre Mimik und Gestik. Sie hören ihre Stimme und empfinden ihre Persönlichkeit. Unsympathen z. B. braucht man gar nicht vor sich zu haben, damit sich einem die Nackenhaare sträuben. Das äußere Erscheinungsbild eines Menschen ist Ausdruck seiner Persönlichkeit. Davon hängt ab, ob er in den Augen seiner Umwelt Stil hat oder eben nicht.

„Der persönliche Stil ist eine Symbiose aus Form und Inhalt. Wobei die Form auch den Inhalt prägt.“ (Prinz Asfa-Wossen Asserate)

Stil beschränkt sich nicht auf ein Designer-Outfit, er umfasst auch Ihre Umgangsformen, Ihre Lebenseinstellung, Ihre Werte. Aber natürlich ist das, was Sie frühmorgens aus dem Kleiderschrank fischen, ein entscheidender Faktor für Ihr Image. Im Geschäftsleben sollten Sie stets gut und passend gekleidet sein, alles andere wirkt unprofessionell. Kleidung ist ein nonverbales Kommunikationsmittel. Dessen sollten Sie sich vor allem bewusst sein, wenn es um den ersten Eindruck geht. Es sind nun mal

Außerlichkeiten, die andere zuerst wahrnehmen, sobald Sie einen Raum betreten. Zu 60 % wird ein Mensch danach beurteilt. 30 % machen Stimme und Sprache aus. Was man konkret sagt, fällt nur zu mickrigen 7 % in die Waagschale. Das mag oberflächlich klingen, ist aber Realität. Im Berufsleben macht Karriere, wer sich dieser Realität anpasst und ihre Spielregeln einhält. Der Dresscode gehört in jedem Fall dazu. Er orientiert sich an der Branche, an der Firmenhierarchie, aber auch an der jeweiligen Situation.

Business-Kleidung für sie

Kostüm und Hosenanzug in Grau, Schwarz oder Dunkelblau – jedes dieser Komplettoutfits wirkt formell, und Sie unterstreichen damit Ihre Kompetenz. Eine kurze Jacke und ein knielanger Rock sehen immer elegant und feminin aus und stehen besonders zierlichen Frauen gut. Der figurgünstige Hosenanzug dagegen punktet mit Bequemlichkeit, nur schon deshalb, weil Sie darin auch ohne Absatz chic aussehen. Weniger formell, aber immer noch korrekt ist eine Kombination mit einem andersfarbigen Blazer; so erscheint auch Bundeskanzlerin Merkel auf dem öffentlichen Parkett.

„Einen einheitlichen Dresscode gibt es nicht. Denn es ist ein Unterschied, ob Sie in einer Managementberatung oder einer Werbeagentur tätig sind.“

Ganz oben auf der Hitliste der Zutaten steht die Hemdbluse. Schmal soll sie sitzen, die Knöpfe nicht zu weit auseinander, aus hochwertiger Baumwolle gefertigt und mit klassischen Dessins. Eine weiße Hemdbluse ist immer richtig, knallige Farben und Knitterlook lassen Sie besser im Schrank. Da bleibt übrigens auch das getupfte Sommerkleid mit Spaghettiträgern. Wenn Sie ein Kleid tragen möchten, ist das Etuikleid mit passender Jacke die beste Wahl.

„Am Anfang war das Kostüm.“ Noch heute wird mancherorts von Frauen erwartet, das Business-Parkett im Kostüm statt im Hosenanzug zu betreten.“

Statt einer Bluse können Sie unter der Jacke auch ein Top oder einen Pulli tragen – vorausgesetzt, Sie wählen ein Teil aus edlem Material und in bester Verarbeitung. Bei Pullovern achten Sie auf feine Garne und zarte Maschen, der Grobstrickpulli taugt nur für den Segeltörn. Ein Rollkragenpullover aus Seide oder Kaschmir kann dagegen richtig extravagant aussehen und auch in einem Twinset machen Sie im Job eine gute Figur. Natürlich gehört immer die Jacke darüber, und wenn es kalt ist, auch ein Mantel. Übrigens: Der Mantelsaum muss den Rocksäum verdecken.

„Verzichten Sie auf Socken! Wenn Ihr Hosenbein hochrutscht, wird sonst das Bündchen sichtbar und Ihr sorgfältig zusammengestelltes Outfit ist mit einem Schlag im Eimer.“

Die meisten Frauen haben ohnehin einen Schuhtick, aber ein voller Schrank ist noch keine Garantie für das richtige Händchen bei der Auswahl der Schuhe. Für den Business-Auftritt tabu sind Sneakers, Flip-Flops, aber auch exotische Farben und Muster. Gefragt sind schlichte Pumps, Loafer, Schnürschuhe oder Stiefeletten mit Ledersohle. Sie müssen in Ihren Schuhen sicher laufen können. Bevor Sie angewackelt kommen, verzichten Sie besser auf hohe Absätze. Dass Ihre Schuhe immer perfekt gepflegt sind, sollte selbstverständlich sein, ebenso wie das Tragen von Strümpfen in Hautfarbe, Dunkelbraun oder Schwarz.

Accessoires, Farbe und Make-up

Damit das Ganze nicht zu brav wirkt, setzen Sie Accessoires ein. Stilsicherheit beweisen Sie nicht mit Sets im gleichen Design, sondern mit gekonnt ausgesuchten Einzelstücken. Vielleicht nehmen Sie ein Seidencarré oder einen Kaschmirschal als Hingucker für den grauen Anzug, oder ein großes Tuch anstelle des Mantels. Auch der Gürtel kann ein Blickfang sein. Wichtig ist, dass er passt, also im mittleren Loch geschlossen wird.

„Nicht nur im Winter, sondern auch bei nass-kühlem Übergangswetter ist das Outfit ohne Mantel nicht komplett.“

Statt üppigem oder billigem Schmuck tragen Sie lieber ein schönes und wertvolles Stück, z. B. Ohrstecker, eine Halskette oder einen Ring aus Gold, Silber, Platin oder Perlen. Armbänder stören eher und das Terrain der Fußkettchen oder Piercings überlassen Sie bitte Ihren Töchtern. Eine Uhr dagegen ist selbstverständlich. Achten Sie bei Uhr und Schmuck möglichst darauf, dass sie aus gleichem Material gefertigt sind. Gelbgold und Rotgold, Platin und Silber gemischt sehen stümperhaft aus. Falls Sie Brillenträgerin sind, verzichten Sie auf Ohrhinge, Kette oder Haarreif, sonst erschlägt eines das andere. Die Sonnenbrille nehmen Sie drinnen ab, Sie sind ja kein Popstar.

„Wenn Sie einen kurzen Hals oder ein rundliches Gesicht haben, tragen Sie keinen ‚Reif‘, sondern eine halblange Halskette, diese fällt v-förmig und verlängert dadurch den Hals optisch.“

Nun haben Sie ein schickes Outfit und sehen dennoch irgendwie fad aus – weil die Kleiderfarbe nicht zu Ihrem Typ passt. Der nordisch-kühle Typ mit heller Haut kommt z. B. in Grau oder Flieder groß raus, der südländische Typ kann gut Schwarz oder Petrol tragen. Ebenso wichtig wie die Farben ist die Passform. Ganz falsch wäre es beispielsweise, eine füllige Figur unter Wallekleidern zu verstecken, das macht Sie nämlich nur noch üppiger. Deutlich vorteilhafter sehen Sie in einem einreihigen langen Jackett und einer Hose mit Bügelfalte aus – das streckt.

„In einer Zusammenstellung aus Kaschmirsakko, uni Hemd und Flanellhose erscheinen Sie formeller als in einem Cordsakko zum gemusterten Hemd und zur Baumwollhose.“

Eine gut sitzende Frisur und dezentes Make-up mit Lippenstift und akzentuierten Augenbrauen vervollständigen Ihren Look. Verstecken Sie Ihr Gesicht nicht hinter einem Haarvorhang. Nur wenn es frei und offen ist, wirkt Ihr Gesamtauftritt kompetent. Dass Haare und Haut, Hände (mit kurzen Nägeln und transparentem Lack) und Zähne stets gepflegt sein müssen, versteht sich. Ein Hauch von frisch duftendem Parfüm ist angebracht.

Business-Kleidung für ihn

Ganz einfach: Mann trägt Anzug. Schön und gut. Damit ist es aber noch nicht getan: Der Business-Anzug muss bestimmte Kriterien erfüllen, denn Sie möchten ja Kompetenz ausstrahlen. Wählen Sie das Sakko mäßig antailliert und eine gerade geschnittene Hose mit Bügelfalte. Eine Weste mag auf dem Laufsteg gerade trendy sein, im Business-Alltag wirkt sie schnell bieder. Lassen Sie sich Zeit beim Anprobieren: Nur ein Anzug, der exakt passt, nicht schlottert und nicht spannt, hat Stil. Die Ärmel reichen idealerweise fast bis zur Daumenwurzel, die Hose steht vorne auf dem Schuh leicht auf.

„Warmes Braun für einen Business-Anzug, das wirkt zu ‚gemütlich‘. Ihrer Erscheinung fehlt es an Entschlossenheit.“

Die Alternative zum Anzug ist die Kombination, allerdings setzt sie Stilsicherheit voraus. Sie dürfen auch mal Jeans tragen, wenn es in Ihr Geschäftsumfeld passt und die Jeans perfekt gepflegt ist: sauber, dunkles Denim und keine Fransen am Saum. Auch bei Hemden sind Qualität und Passform entscheidend. Ganz wichtig ist der Kragen, er liegt schließlich genau im Blickfeld Ihres Gesprächspartners. Button-down ist zu freizeitmäßig, Kent-, Haifisch- oder Tabkragen dagegen passen perfekt zum Business-Outfit. In Sachen T-Shirts sind Polohemd und Strick okay, vorausgesetzt, das Material ist hochwertig und das Teil weder verwaschen noch ausgeleiert. Avantgardistisch sieht ein Rolli unter dem Sakko aus.

Keine Experimente mit Schuhen und Krawatten

Mit den Schuhen stehen viele Männer auf Kriegsfuß. Sie laufen am liebsten in Bequemlatschen durchs Leben. Dabei sind Schuhe – wie übrigens auch die Haare – entscheidende Kriterien beim ersten Eindruck. Kaufen Sie hochwertige Qualität in klassischem Design: Oxford (geschlossene Schnürung) oder Derby (offene Schnürung), schwarz oder braun. Lochmuster (Brogue) sind derzeit wieder im Trend, Loafer zum Reinschlüpfen oder der Monk mit Schnalle statt Schnürung sind ebenfalls businesstauglich. Wichtig sind die Kniestrümpfe darunter: uni und in der Hosen- oder Schuhfarbe.

„Verbannen Sie Kurzarmhemden rigoros aus Ihrem Business-Sortiment. Die gehören in den Urlaub.“

Mit einer Krawatte setzen Sie modische Akzente, vorausgesetzt, Sie wählen mit Bedacht aus. Als Material kommen Seide, Wolle oder Kaschmir infrage. Uni, Streifen oder Paisley sind passende Dessins. Homer Simpson oder ähnliche Witzmotive sowie Knallfarben taugen nur im Fasching. Schleifen sehen eher überspannt aus, Einstecktücher ebenfalls. Sparen Sie sich das für spezielle Gelegenheiten auf.

Für sie und ihn: Die Persönlichkeit gibt den Ausschlag

Mal angenommen, Sie haben die richtigen Kleidungsstücke ausgewählt, Farbe und Material sind perfekt, die Accessoires stimmen und Sie fühlen sich in Ihrem Outfit wohl. Ein positives Image garantiert das noch nicht, dazu braucht es Persönlichkeit. Es ist gar nicht so leicht, Persönlichkeit zu beschreiben, denn es gehört alles dazu, was Sie denken und fühlen, Ihr Verhalten und Ihre Werte. Kein Mensch gleicht einem anderen exakt und genau deshalb macht Ihre Persönlichkeit Sie einzigartig. Manchen fehlt diese ganz bestimmte Ausstrahlung, das liegt daran, dass sie sich selbst zu wenig wertschätzen. Gerade Frauen kehren ihre Fähigkeiten gerne unter den Teppich und kreieren damit ein Mauerblümchen-Image.

„Ständige Vorhaltungen sich selbst gegenüber sind eine denkbar schlechte Basis für eine souveräne Ausstrahlung.“

Sie haben Fähigkeiten, Schwächen, Stärken und Schokoladenseiten, all das sollten Sie sich immer wieder bewusst machen. Wertschätzung sich selbst und anderen gegenüber hebt Ihre Stimmung – und Ihre Kollegen werden Ihre positive Ausstrahlung bewundern. Sollten Sie jetzt auch noch die Kunst des aufmerksamen Zuhörens beherrschen, stuft Ihre Umwelt Sie als höchst sympathischen Zeitgenossen ein. Das bedeutet nicht, dass Sie keine Ecken und Kanten haben dürfen, im Gegenteil. Bleiben Sie bei aller Kompromissbereitschaft sich selbst treu, sagen Sie deutlich, was Sie von anderen erwarten, und sagen Sie Nein, wenn Sie Nein meinen. Authentizität wird Ihnen im Geschäftsleben hoch angerechnet, positives Denken und ein aufrichtiges Lachen bringen jede Menge Sympathiepunkte. Spielen Sie nicht die Ulknudel, aber Humor steht auch einem Chef sehr gut.

Mimik und Gestik

Wenn ein Bewerber zur Tür hereinschleicht, zwar top gekleidet, aber mit hängenden Schultern und emotionslosem Schlafzimmerblick, haben Sie vermutlich wenig Interesse daran, ihn näher kennen zu lernen. Ganz anders bei dem Kandidaten, der aufrecht, mit gerader Kopfhaltung, lockeren Schultern und sicherem Schritt Ihr Büro betritt, seine Worte mit klarer Gestik untermalt und auch mit den Augen lächelt. So jemanden möchte man in seinem Team haben.

„Überprüfen Sie regelmäßig den Aktualitätsgrad Ihrer Brille.“

Damit man Ihnen auch gerne zuhört, sprechen Sie deutlich und variieren Sie Betonung und Stimme. Selbst ein inhaltlich langweiliger Vortrag wird zur mitreißenden Inszenierung, wenn Sie Modulation und Rhythmus in Ihre Stimme legen. Machen Sie auch genügend Pausen, damit Ihre Zuhörer nicht das Gefühl haben, Sie seien auf der Flucht.

„Menschen, die von anderen als sympathisch und gewinnend wahrgenommen werden, können sich selbst zurücknehmen und aufmerksam zuhören.“

Noch ein Tipp zum Schluss: Überschreiten Sie niemals die persönliche Distanzzone Ihres Gesprächspartners. Eine Armlänge Abstand ist die Norm, weiter entfernt wirkt kühl, und wer mit jedem auf Tuchfühlung geht, steht bald alleine da, weil die Bedrängten Reißaus nehmen. Ein positives Image bedeutet auch, mit der angemessenen Distanz die eigene Kompetenz zu festigen.

Über die Autoren

Anke Schmidt-Hildebrand und **Dietrich Hildebrand** waren Chef-Designer bei namhaften Unternehmen und haben für Zeitschriften wie *Vogue*, *Cosmopolitan* oder *InStyle* geschrieben. Die Autoren sind Inhaber von Schmidthildebrand Imageconsulting in Frankfurt am Main.
