

## Kleider sagen mehr als tausend Worte

Intelligentes Outfit als Türöffner zum Erfolg.

Der Wunsch eines jeden Menschen ist es, bemerkt und anerkannt zu werden. Wir unterscheiden uns nur in der Intensität dieses Anliegens. Bei jeder Begegnung checken wir innerhalb der ersten zwei Sekunden, was wir von einem Menschen halten. Unser Kopf fungiert dabei als Digitalkamera, die das empfangene Bild sofort aufnimmt und mit unserem persönlichen Wertesystem verknüpft.

Auf diese Art beeinflusst unsere Erziehung und unsere Erfahrung unbewusst das Verhalten und die Einstellung einer Person gegenüber. Wenn wir jemanden sehen oder kennen lernen, glauben wir sofort zu wissen, wer und wie der andere ist. Dass sich durch dieses Vorgehen bestimmt schon jeder irgendwann geirrt hat, liegt auf der Hand.

Outfit, Pflege und Stil spielen bei diesem unwillkürlichen Zuordnen eine immer größere Rolle. Werden wir doch täglich mit Bildern überflutet, die in uns unbewusste Reaktionen auslösen. Galten früher noch für diverse Berufe strenge Regeln für das Outfit, so wurde in den letzten zwanzig bis dreißig Jahren dieser Bereich immer lockerer und offener gestaltet. Getragen wird was gefällt. Ähnlich verhielt es sich auch mit «guten Umgangsformen» - auch darauf wurde jahrelang wenig Wert gelegt.

Das rächt sich heute bei vielen Firmen, die zwar fachlich gut ausgebildete Mitarbeiter vorweisen können, die aber weder die «Kleidersprache» beherrschen, noch mit guten Manieren aufwarten können. Schade, wenn man bedenkt, wie einfach es ist, bereits mit nonverbalen Kommunikationssignalen für sich zu punkten.



### Sinn der Bekleidung

Wie kommt es dazu, dass sich Menschen in Form von Bekleidung eine so genannte zweite Haut überstreifen?

«Um sich zu schützen», sagt der Verstand, «damit ich mich meiner Nacktheit nicht schämen muss», sagt das Gefühl, «um mich zu schmücken», sagt die Eitelkeit.

### Kleider als Schutz

Das Schutzmotiv spielte bei der Entwicklung der Kleidung eine große Rolle. Schutz vor Hitze und Kälte sowie vor Verletzung war für einen gewissen Zeitraum der Menschheit das Grundmotiv

für Bekleidung. Für diverse Berufe und Sportarten stimmt dieses Grundmotiv auch heute noch. Doch sogar in diesen Bereichen wird bei der Gestaltung Wert auf die Optik gelegt.

## **Kleider um Nacktheit zu verbergen**

Die Schamtheorie als weiteres Motiv regt sehr zum Nachdenken an. Zu unterschiedlich wird mit Bekleidung in Zusammenhang mit Scham umgegangen. Scham als Kulturbegriff hängt von den jeweilig gültigen Normen ab. In unseren Kulturkreisen brauchen wir nicht nackt zu sein, um uns in einer Gesellschaft unwohl zu fühlen. Es genügt bereits das Gefühl, unpassend gekleidet zu sein, um Unbehagen auszulösen.

## **Kleider für die Eitelkeit**

Die dritte Möglichkeit, warum sich Menschen kleiden, ist das Bedürfnis, sich zu schmücken. Dieses Bedürfnis wird von den meisten Forschern als angeboren betrachtet. Sowohl in der Geschichte der Menschheit wie in der persönlichen Entwicklung ist dieses Ansinnen mehr oder weniger stark zu erkennen.

Ist es für die einen regelrecht Kult, Bekleidung in Verbindung mit Prestige zu bringen, so unwichtig betrachten es andere. Die Mode beeinflusst das Kaufverhalten genauso wie geschulte oder auch wenig geschulte Verkäufer.

## **Kleidersprache- Outfit als nonverbales Kommunikationsinstrument**

Die Sache ist eigentlich recht einfach. Bekleidung lässt sich mit Körpersprache vergleichen. Sie ist Teil der nonverbalen Kommunikation. Der Unterschied zur Körpersprache ist jedoch ein gravierender. Körpersprache lässt sich in Stresssituationen nicht oder nur sehr schwer beeinflussen. Sie bewusst kontrolliert zu verhalten, kostet Energie und lenkt

unsere Gedanken ab. Anders bei der Kleidersprache. Wer dieses Kommunikationsinstrument beherrscht, kann das Outfit spielerisch und bewusst nutzen, den Eindruck zu erzielen, den er für den jeweiligen Anlass oder Termin gerade möchte. Außerdem lässt sich -vorausgesetzt gewusst wie - die Kleiderwahl so auf den jeweiligen Typ abstimmen, dass die persönliche Attraktivität verstärkt wird. Und eines ist sicher –attraktive Menschen kommen besser an.

Sei es im Verkauf oder in der Öffentlichkeit. Die «Verpackung» ist Teil eines Menschen, mit der zusätzlich Charakter- und Qualitätseigenschaften in Verbindung gebracht werden.

Das persönliche Outfit intelligent und nutzbringend zu gestalten, kann in den Image-Seminaren Radinger Maria oder in Einzelcoachings so selbstverständlich erlernt werden, wie in anderen Seminaren Rhetorik oder Argumentationstechnik. Grundlage für die Gestaltung eines «intelligenten Kleiderschranks» ist die Frage, welches Image man selbst oder das Unternehmen haben möchte, denn daraufhin wird der so genannte Bekleidungs-Code anhand der gültigen Bekleidungs-Hierarchie erstellt.

Farben werden so gewählt, dass der Typ strahlend zur Geltung kommt und zusätzlich durch die psychologische Wirkung einen gekonnten Effekt erzielt.

Zusätzlich wird gecheckt, welche Formen- und Proportionen kleinere Schwächen der Figur optimal kaschieren.

## **Die Hierarchie der Bekleidung**

In früheren Zeiten gab es für Bekleidung strenge Richtlinien. Sei es für Uniformen diverser Regimenter oder für gesellschaftliche Anlässe. Auf stilvoll gestalteten Einladungen waren Kleidervermerke selbstverständlich und man hielt sich daran. Heute findet man solche Randbemerkungen nur mehr selten,



### **Die formelle Bekleidung für Damen:**

- Kostüm/Hosenzüge
- Kleid mit Jacke
- Neutrale Farben
- Einfarbig oder kleine dezente Muster
- Schmaler Rock, kurz, jedoch nicht mini oder lang
- Bluse
- Top mit dezentem Ausschnitt unter dem Kostüm
- Mittelgroßer Schmuck – dezente Ausführung
- Transparente hautfarbene Strümpfe
- Pumps mit mäßigem Absatz in neutralen Farben
- Dezentes Make up
- Geordnete Frisur
- Hell lackierte oder farblose Nägel

### **Die formelle Bekleidung für Herren:**

- Anzug
- Weste
- Sakkos/Blazer in dunklen Farben kombiniert mit dunklen Hosen
- Hosen mit Bügelfalte
- Hemd in Baumwolle oder feinem Leinen
- Unauffällige Farben – einfarbig
- Feine Muster wie Nadelstreif, Glencheck, Fischgrät, Fil à fil
- Krawatte in Seide
- Schlichte Stoffe ohne Noppen, matte bis leicht glänzende Oberflächen
- Schlichte Ledergürtel mit dezenter Schließe
- Dunkle Socken
- Dunkle Schnürschuhe mit Kompakter Ledersohle
- Kurz geschnittenes Haar
- Glatt rasiert



## Halbformelle Bekleidung für Herren:

Kombinationen aus Sakko mit Hose und Krawatte  
 Lebhaftere Farben für Sakkos kombiniert mit Hosen in neutraler Farbe  
 Gemusterte Sakkos (Pepita, Hahnentritt, Karos, Überkaros usw.)  
 Feine Strickhemden (Polohemden) kombiniert mit Sakko und korrekter Hose  
 Fein gemusterte Hemden  
 Strickteile in feiner Optik wie farbige Westen unter dem Sakko  
 Krawatten in lebhaften Mustern und Farben  
 Stoffe mit strukturierter Oberfläche wie z. B. Leinen oder Tweed  
 Slipper anstelle von Schnürschuhen

## Halbformelle Bekleidung für Damen:

Kombinationen von Rock/Hose mit Blazer oder Jacken  
 Kräftige Farben  
 Schlichte Kleider  
 Bodys, feine Pullis und feine Shirts unter der Jacke  
 Größerer Schmuck  
 Farbige Schuhe  
 Feine Strickensembles



## Sportliche Bekleidung

Farben in allen Nuancen, aus der Natur ebenso wie Neon und Shockingfarben  
 Sakkos und Blazer mit aufgesteppten Taschen, lose und leger geschnitten  
 Größere bis grobe Stoffe  
 Hemden mit offenem Kragen  
 Poloshirts  
 T-Shirts  
 Jeans aller Arten und Farben  
 Knitterlook wie Leinen  
 Bermudas/ Shorts  
 Sweaters  
 Pullover  
 Rollkragen  
 Kordstoffe  
 Noppige Stoffe  
 Jeansstoffe  
 Blousons  
 Schlabberhosen  
 Leggins  
 Trainings- und Jogginganzüge  
 Grobe Schuhe  
 Alle Arten von Turnschuhen  
 Grobe Gürtel  
 Ethnolook  
 Alle Arten von Karos



nur mehr sehr selten, was die Kleiderwahl zum einen zwar offen lässt, andererseits aber auch erschwert.

## Formell

Die Bezeichnung «formelle Bekleidung» hat ihren Ursprung aus der Zeit «strengerer Formen». Formell bezeichnet die «Form, die in der Bekleidung zu erkennen ist». Ein Anzug und ein Kostüm gelten als formell. Schlichte, unauffällige Farben verstärken diesen Eindruck. Diese Art der Bekleidung wird heute vorwiegend im Geschäftsbereich, sowie in den Berufen, die mit Geld und Kapitalanlagen, Versicherungen usw. in Verbindung gebracht werden, getragen. Dadurch erhalten Banker und Versicherungsagenten «ihr Image».

Das Tragen formeller Anzüge und Kostüme setzt die dazugehörige Einstellung und eine gewisse Persönlichkeitsstruktur voraus. Menschen, die von Natur aus sehr leger und sportiv sind, die sich in lockerer und bequemer Beklei-

ding wie zu Hause fühlen, ergibt in den seltensten Fällen ein harmonisches Bild im formellen Outfit. Hingegen fühlen sich so genannte Klassiker oder elegante Menschen in der exakten Form und soliden Ausführung dieser Garderobe als wäre es ihre zweite Haut. Sie erzielen dadurch eine Selbstverständlichkeit in ihrem Aussehen, die als natürliche Autorität wahrgenommen wird.

Wie der legerere sportive Mann oder die legerere Frau trotzdem in einem Beruf, der ein formelles Outfit verlangt, harmonisch wirkt, ist die Kunst der Stilmischung.

## Informell

Durch die Lockerung der Bekleidung in den letzten 30 Jahren entstand die so genannte «informelle oder halbformelle Bekleidung». Es sind vor allem die Farben, sowie Kombinationen anstatt der Anzüge, welche die Strenge des formellen Stils nehmen. Mittlere bis lebhaft Farbnancen und Muster bringen Dynamik. Kombinationen von Sakko/Blazer mit Hose oder Rock wirken aufgelockert und verleihen eine sportive Note. Dieser Stil verbindet sportliche Elemente mit formellen und wird deshalb auch als «sportlich-elegant» bezeichnet.

## Sportlich

Die nächste Stufe der Bekleidungs-hierarchie stellt die sportliche Linie dar. Leger, lässig, bequem, den natürlichen Bewegungen folgend, gilt sie als der Inbegriff des heutigen Zeitgeistes. Ursprünglich war diese Bekleidung für sportliche Aktivitäten oder für die Freizeit und den Be-

Rufen, bei denen Bewegungsfreiheit oder Schutz wichtig waren, vorbehalten.

In der heutigen Zeit sind diverse Teile daraus aus der Alltagsmode nicht mehr wegzudenken.

Bequem und leger sind die Schnitte, dehnbar oder robust die Materialien. Sportlichkeit drückt sich durch lässige Weiten, kräftige Muster oder Farben ebenso aus, wie durch Materialien wie Leder, groben Strick und Jeansstoffe.

## Mode ist nur So gut wie sie Ihnen steht

Zum einen ist Mode nicht wegzudenken und seit Menschengedenken ein wichtiges Thema. Wirkliche Trends der Mode sind allerdings nicht jedermanns Sache. Bei nüchterner Betrachtung lässt sich ein Großteil der Mode nur bedingt im Businessalltag tragen. Zu radikal ist die Wirkung, die durch manche Modetrends erzielt wird. Wer businessmäßig aussehen will, kann sich den sexy Touch, der durch manche Modetrends erzielt werden soll, ebenso abschminken wie den supercoolen Eindruck vom Schlabberlook. Zum anderen ist Mode ein Zeichen von Zeitgeist und wer nicht altmodisch konservativ wirken will, kommt nicht darum herum, den Kleiderschrank auf dem neuesten Stand zu halten. Wer es übersieht, modische Trends rechtzeitig wieder zu entsorgen, läuft Gefahr, als «gestrig» bezeichnet zu werden.

Die Lebensdauer einer modischen Krawatte z.B. beträgt maximal zwei Jahre, dass weiße Socken in den 70er Jahren aktuell waren, heute

jedoch als absoluter Imagekiller gelten, sollte sich inzwischen auch bei ausgesprochenen Modemuffeln herumgesprochen haben.

Frauen haben es in dieser Hinsicht noch schwerer. Zu schnell ändert sich die Mode von Saison zu Saison. Diese Tatsache und die Vorliebe für modisches Outfit wird Frauen im Business oft zum Verhängnis. Wer in klassischen Berufen zu trendig aussieht, verliert im ersten Eindruck an Kompetenz und muss erst wieder beweisen, was an Wissen in ihm steckt.

## Die Anwendung entscheidet

Der bestgefüllte Kleiderschrank, die teuersten Designerklamotten sind nur dann für den Träger nutzbringend, wenn er damit auch tatsächlich gut aussieht und in seinem Umfeld damit den Eindruck erzielt, den er möchte.

Typgerechtes Outfit ist nicht nur eine Frage des Geschmacks, sondern eine Frage der Harmonie und Stimmigkeit. Mode wird dabei schnell zum Stolperstein. Trends sind so gut, wie Sie Trends interpretieren und in Ihren bereits vorhandenen Stil einbauen.

Nehmen Sie bewusst an der aktuellen Mode teil, lassen Sie Dinge weg, die Ihrem Farbtyp, Ihrem Alter, Körperbau oder Ihrer Persönlichkeit nicht entsprechen. Nehmen Sie von der Mode nur, was Ihre Persönlichkeit unterstützt und womit Sie gutaussehen. Ihr Image muss Ihr jetziges Ich oder zukünftiges Potenzial widerspiegeln. Den Eindruck, den Sie erwecken, sollte unbedingt Ihrer Persönlichkeit entsprechen.



**Kleider, Farben, Stil**  
Neues von Color Me Beautiful  
Mary Spillane.  
Hallwag Verlag.  
268 Seiten.  
DM 39,80  
oS 291,-/sFr 37,-



## Spielerisch zu guten Manieren!

Spielend vermittelt Elfi Knofler mit dem von Ihr entwickelten Fragespiel Grund- und Spezialwissen über zeitgemäße Umgangsformen – von den Tischmanieren bis hin zum mustergültigen Auftritt beim Kunden.

Frau **Radinger Th. Maria** ist DIE gefragte Trainerin zum Thema „STILSICHER“ in Österreich und Deutschland. Durch Ihre Wurzeln in der Gastronomie zählen hochsternige, sehr bekannte Hotels zu ihren Stammkunden.  
[maria.radinger@aon.at](mailto:maria.radinger@aon.at)

