

### TOP-TRAINER

Welche Anforderungen werden heute an Manager gestellt? Was verlangen die Unternehmensleiter ihrerseits von den Mitarbeitern? Wie sieht erfolgreiche Kommunikation im Beruf aus? Wie wird aus einer Idee ein erfolgreiches Produkt? Fragen, auf die international anerkannte Experten wie der amerikanische Bestsellerautor Stephen R. Covey, der Leiter des St. Gallener Management-Zentrums Fredmund Malik, die Kommunikationstrainerin Elisabeth Bonneau und der Rhetorikprof. Rolf H. Ruhleder Antworten geben. Lesen Sie heute: Rolf H. Ruhleder

VON ROLF H. RUHLER

Schon der alte Freiherr von Knigge wusste: "Jeder gilt auf dieser Welt nur soviel als wozu er sich selbst macht". Jedes Produkt verkauft sich besser in einer ansprechenden Verpackung - dies gilt auch für die Art, in der wir uns präsentieren.

Der erste Eindruck, den wir von einer Person haben, ist ein visueller. Nach diesem ersten Eindruck machen wir uns ein Bild von unserem Gegenüber, wir versuchen, den anderen einzuordnen, um ihn besser einordnen zu können. Innerhalb kürzester Zeit registrieren wir Mimik, Gestik, Körpersprache - und natürlich auch die Kleidung. Ein nachlässiges Erscheinungsbild schadet Ihrem Image und führt dazu, dass Ihnen weniger Sachkompetenz zugesprochen wird. Ein Sprichwort sagt: "Die Außenseite des Menschen ist das Titelblatt des Inneren". Und auch wir urteilen aus dem Unterbewusstsein in diesem Sinne. Wie wir uns kleiden, ob wir auf unser Äußeres wert legen, das sagt viel über unser Selbstwertgefühl aus, wie wichtig wir uns selber sind. Und nur Menschen, die sich selbst wertschätzen, tun dies auch bei ihren Mitmenschen. Die angemessene Kleidung gibt uns Sicherheit. Wir fühlen uns wohler, wenn wir auch vom Äußeren her in unser Umfeld passen. Kaum jemand kann zum Beispiel einen Anlass unbeschwert genießen, wenn er sich under- oder overdressed fühlt. Sind wir gut angezogen, sind wir mutiger, selbstbewusster. Erhalten wir Komplimente unserer Mitmenschen, spornst uns dies an und sorgt für gute Laune.

Zwei Voraussetzungen für ein ansprechendes Erscheinungsbild halte ich für besonders wichtig, unabhängig davon, welche Mode wir bevorzugen: Tragen Sie niemals zu enge Kleidung! Dass die kleine Größe schlanker macht, ist ein fataler Irrtum - das Gegenteil ist der Fall. Eingezwängt in eine Hülle, die wie eine Wurstpelle anliegt, wirkt auch ein Wesen mit einer Traumfigur nicht mehr elegant. Locker sitzen sollte unsere Kleidung immer. Deshalb rate ich zur Anschaffung eines mannshohen Spiegels. Des weiteren sollten Sie niemals Signale aussenden, die eine vollkommen gegenläufige Wirkung haben. Tragen Sie beispielsweise einen konservativen Nadelstreifenanzug mit Weste und dazu einen Ohrring, so

wird Ihr Gesprächspartner es sehr viel schwerer haben, Sie einzuschätzen. Auf Ihre Worte kann er sich nicht mehr voll konzentrieren, denn sein Unterbewusstsein ist mit der Frage beschäftigt: Was ist das für einer?

Wichtig ist zunächst einmal, dass Sie sich wohlfühlen. Ihre Kleidung ist Ihre Visitenkarte - und oft genug auch Ihre Eintrittskarte. Sie sollte wie selbstverständlich zu Ihnen gehören und so bequem sein, dass Sie sie während des Tages einfach vergessen können. Wenn Sie Ihren persönlichen Stil gefunden haben, ist es nicht notwendig, jeden modischen Trend mitzumachen. Die neueste Mode ist nach einem halben Jahr passé. Wählen Sie beim Kleidungskauf auffallende Stücke, so wird jeder sofort bemerken, wenn Sie wieder das Gleiche tragen. Entscheiden Sie sich für unauffällige Stücke in gedeckten Farben, die sich für das Berufsleben ohnehin besser eignen. Es ist nicht wichtig, dass sich Ihre Gesprächspartner im Nachhinein an das schicke Kostüm oder den tollen Anzug erinnern. Ausschlaggebend ist, dass das gepflegte, harmo-

nische Gesamtbild im Gedächtnis haften bleibt. Achten Sie auf Qualität. Billige Kleidungsstücke sind oft schlecht verarbeitet, Muster passen an den Nähten oft nicht zusammen und der Stoff ist zu knapp bemessen.

Im Berufsleben ist oberster Grundsatz: Das Unternehmensimage und die Produkte, die Sie verkaufen, müssen zu Ihrem äußeren Erscheinungsbild passen. Fragen Sie sich stets: Wie ist die Erwartungshaltung meines Umfelds, der Zielgruppe, die ich ansprechen will? Passt die Kleidung, die ich trage, zu meiner Position oder strebe ich eventuell eine höhere Stellung an, die von mir eine andere Präsentation erwartet? Welchen Freiraum Sie haben, um Ihren persönlichen Geschmack einzubringen, hängt auch entscheidend von der Branche ab, in der Sie tätig sind. Für die Vorstandsetage einer renommierten Bank gelten beispielsweise andere Regeln als für die Mitarbeiter einer innovativen Werbeagentur. Sind Sie als Anlageberater tätig, wäre es keine gute Idee, durch Ihr Äußeres zu viel Experimentierfreude zu zeigen.

Wollen Sie allerdings demonstrieren, dass Ihr Team ob all seiner kreativen Ideen schier aus den Nähten platzt, wäre ein mausgrauer, konventioneller Anzug eher ein Hemmschuh. Sind Sie neu in einem Unternehmen, halte ich es allemal für besser, sich zunächst einmal zurückhaltend zu "verpacken", bis



## Karriere beginnt vor dem Kleiderschrank

- Darauf sollten Sie achten: Die Hosensbeine dürfen auf den Schuhen niemals eine Ziehharmonika bilden. Sie sollten elegant über die - niemals schiefgetretenen - Absätze hängen

Sie herausgefunden haben, wie viel Spielraum Ihnen in kleidungstechnischer Hinsicht gewährt wird. Es wäre doch unklug, durch ein unangemessenes Outfit ungewollt Barrieren aufzubauen.

Welche Fehler sind es, die wir in puncto Bekleidung unbedingt vermeiden sollten? Zwei Tipps zunächst, die eher private Anlässe betreffen: Bitte erscheinen Sie niemals prunkvoller als die Gastgeber, fügen Sie sich harmonisch ins allgemeine Umfeld ein. Kein Gastgeber ist begeistert, wenn er sich viel Mühe gegeben hat und sie durch nachlässige Kleidung seine Bemühungen gering schätzen. Wenn Sie als Paar auftreten, sollten Sie auch vom Äußeren her zusammenpassen. Sie im kleinen Schwarzen und er in Jeans und Turnschuhen - das hinterlässt keinen guten Eindruck.

In Deutschland gilt mittlerweile auch eine Kombination als korrekte Businessbekleidung. Anders in England, dort sollte es schon Nadelstreifenanzug mit Weste sein. Einreihige Anzüge beim Sitzen bitte immer öffnen, damit es keine Querfalten gibt. Beim Aufstehen - auch wenn Sie sich nur kurz erheben - ein automatischer Griff zum Schließen. Ist Ihnen das zu viel Mühe, so tragen Sie einen Anzug mit Weste, dann braucht die Jacke nicht geschlossen werden. Bei der Weste lassen Sie den unteren Knopf geöffnet. Die Hosensbeine sollten auf den Schuhen niemals eine Ziehharmonika bilden sondern elegant ein wenig über die - niemals schiefgetretenen - Absätze hängen.

Wählen Sie ein helles Oberhemd, ein dunkles mit einer hellen Krawatte signalisiert weniger Fachkompetenz. Tragen Sie kein blaues Oberhemd, wenn Sie am Abend noch einen Termin und nicht die Gelegenheit haben, sich vorher noch einmal zu rasieren. Blau macht den sprießenden Bartwuchs deutlich sichtbar. Die Krawatte sollte nicht nachlässig gebunden sein, die Krawattenspitzen endet am Gürtel. Sind Sie nicht ganz stilsicher, so wählen Sie am besten eine klein gemusterte Seidenkrawatte. Bekleidung mit großflächigem Muster, in intensiven Farben und unterschiedlichen Materialien - das alles erfordert viel modisches Fingerspitzengefühl. Die Socken des gepflegten

Herrn sind stets ein Ton dunkler als der Hosensaum - und wenn er sitzt bleibt die stachelige Wade diskret bedeckt. Wozu gibt es Kniestrümpfe für Herren? Weiße Socken und Turnschuhe gehören auf den Tennisplatz und Jeans in den Freizeitbereich. Im Geschäftsleben trägt der Herr dunkle, geschlossene Schnürschuhe mit einer Ledersohle und ohne rustikalen Stepprand. In konservativen Branchen werden auch keine Slipper, Stiefeletten, Sandalen oder Lochmustertrierer mit Krepptsohle geschätzt. Gürtelschlaufen ohne Gürtel wirken jedoch ausgesprochen nachlässig. Die Bekleidung eines Herrn wird von oben nach unten dunkler, dies gilt auch für Schuhe. Hosenträger können den Sitz des Beinleids entschieden verbessern. Kommen Sie allerdings in die Situation, dass die Jacken abgelegt werden, so verzichten Sie besser darauf.

Vieles hat sich in den letzten Jahren gelockert - auch die Ansichten über Schmuck bei Männern. Doch immer noch ist es kaum vorstellbar, dass eine Führungskraft ein goldenes Panzerarmband mit der Gravur "Susi" am Handgelenk trägt. Also - weniger ist mehr. Eine qualitativ hochwertige Armbanduhr (kein protziges Statussymbol) und der Ehering (wenn es denn unbedingt sein muss noch ein Siegelring) - das ist genug. Das Handtäschchen mit Schlaufe hat zum Glück ausgedient. Derzeit ist die Aktentasche beliebter als der Koffer - wie auch immer, die Qualität ist entscheidend. Dann kann es dem Besitzer auch nur zum Vorteil gereichen, wenn das gute Stück die Spuren vieler Jahre trägt.

Frauen haben es im Geschäftsleben bekanntlich keineswegs leichter als Männer - die Bekleidungs Vorschriften sind allerdings weniger klar definiert. Oberster Grundsatz: unaufdringlich und auf keinen Fall "sexy". Laute Farben, Pastelltöne, große Ausschnitte, Spaghettiträger, Minirocke, Stiletos - all das führt dazu, dass Ihnen weniger fachliche Kompetenzen zugeordnet werden. Vermeiden Sie alles, was betont weiblich und verspielt wirkt. Dazu gehören auch wallende Mähnen, große Haarschleifen, zu viel Schmuck, überlange rote Fingernägel, aufdringliches Parfum und zu viel Make-up. Kniebedeckt und "chanellig", das ist vor allem für die oberen Etagen die Devise.

Am besten machen Sie einmal in Ruhe Bilanz: Lasse ich meinem Äußeren die nötige Sorgfalt angedeihen? Drücke ich durch meine Kleidung aus, was ich möchte? Fragen Sie Menschen, die Ihnen nahe stehen, was Sie ihrer Meinung nach an Ihrem Erscheinungsbild verbessern könnten. Und wenn Sie ganz unsicher sind, dann lohnt sich der Besuch bei einer Stilberaterin.

Doch hinter der ansprechenden Fassade sollte sich auch ausreichend Substanz verbergen. Denn ein Sprichwort sagt auch, dass man die Leute nach ihrem Kleide empfängt und nach ihrem Verstand entlässt.

„Tragen Sie kein blaues Oberhemd, wenn Sie am Abend noch einen Termin haben und keine Gelegenheit sich vorher noch einmal zu rasieren. Blau macht den sprießenden Bartwuchs deutlich sichtbar“



Rolf H. Ruhleder

MANAGEMENT INSTITUT  
RUHLER

www.ruhleder.de info@ruhleder.de  
Telefon: 05322/96720  
Fax: 05322/2047