

**Е. Тихонова**

**Стиль одежды  
для успешной карьеры**

УДК 159.923.2

ББК 92

T46

**Тихонова, Е.**

T46      Стиль одежды для успешной карьеры / Е. Тихонова. –  
М. : Научная книга / RUGRAM, 2021. – 98 с. – (Твой успех).

ISBN 978-5-521-76287-3

Понятие дресс-код заняло твердую позицию в требованиях для офисных работников. Что же подразумевает под собой дресс-код? Что можно надевать в офис, а что нет? Какие аксессуары рекомендуется носить с той или иной одеждой? Как правильно выбрать обувь? Обо всем этом вы найдете информацию в нашей книге. Не помешают вам и сведения о деловом макияже, причёске, аксессуарах и сезонных особенностях в одежде.

BIC VSC

BISACBUS012000

ISBN 978-5-521-76287-3

© T8 RUGRAM, оформление, 2021

© T8 Издательские технологии, 2021

## **Введение. Что такое дресс-код?**

Сегодня любая фирма и организация заботится о создании определенного образа, стиля, который отражается как в оформлении офисов, логотипах, так и в значительной степени в одежде сотрудников. Все это – элементы имиджа компании, целью которого является создание благоприятного впечатления о корпорации, об уровне ее деловой культуры и надежности. А это, в свою очередь, приводит к росту доходов организации, развитию бизнеса.

Дресс-код – свод установленных рекомендаций и норм, определяющих, как сотрудникам представительских профессий подобает выглядеть в различных ситуациях делового общения.

Дресс-код не изобретение современности. Еще в девятнадцатом веке немец Хельмут Мольтке ввел термин «корпоративная культура». Само слово «dress-code» дали миру англичане. Оно обозначает буквально «кодекс одежды». Этот своеобразный зашифрованный язык костюма, воплощающийся в формах одежды, сочетании цветов, деталей, говорит о социальном положении человека, его профессиональной принадлежности, отношении к какой-либо организации.

В истории немало примеров различных документов, устанавливающих строгие нормы одежды, обуви, украшений, в которых стоило появляться в знатном обществе. В 1700 году Петр Первый подписал указ, согласно которому на новогодние торжества можно было являться только в «венгерском и польском платье», через год дресс-код предполагал носить «немецкое платье».

Позже русская императрица Екатерина II издала указ, который так и назывался – «О назначении в какие

праздники какое платье носить особам обоего пола, имеющим приезд ко двору».

Сегодня правила дресс-кода определяют, в чем «члены команды» могут работать в офисе, появляться на приемах и торжественных мероприятиях, участвовать в различных акциях, а что категорически запрещено. В то же время, дресс-код – не беспощадная система табу, обязующая молодых и привлекательных представительниц прекрасного пола, занимающихся бизнесом, одеваться в униформу. Эти правила ни в коем случае не запрещают проявление вашей индивидуальности, творческого отношения к своей внешности. Они лишь устанавливают определенные рамки в отношении внешнего вида сотрудников, и в то же время способствуют проявлению профессионализма, показывают деловой и серьезный подход настоящей бизнес-леди к работе.

К тому же, следует помнить о том, что человек оставляет впечатление о себе в первые несколько секунд общения. Ваш внешний вид, одежда, прическа – своего рода «визитная карточка», по которой вас запомнят. Интеллект, деловые качества, манеры возможно оценить только после довольно продолжительного общения. Но, даже не начав общаться с вами, не вступив в разговор, клиент или начальник, покупатель или работодатель незамедлительно формирует в своем сознании представление о вашей персоне. Именно поэтому настоящей бизнесвумен, стремящейся к успеху, совершенно необходимо знать все правила дресс-кода и, что тоже важно, не забывать их соблюдать!

Итак, приступим! Вперед – к успеху и головокружительной карьере!

## Раздел 1. Проектируем образ бизнесвумен

Деловой стиль – своеобразный международный стандарт, в котором ценятся сдержанность, хорошее качество одежды, отсутствие слишком ярких и вульгарных деталей. В целом это классический стиль с присущим ему консерватизмом. Не стоит, однако, злоупотреблять уже приевшимся сочетанием «черный с белым». Одежда не должна быть броских, ярких оттенков, лучше выбирать нейтральные цвета, не бьющие в глаза. Иначе можно просто отвлечь внимание собеседника с темы делового разговора на не столь важную при данных обстоятельствах деталь своего гардероба. Обувь также предпочтительна в классическом стиле, не стоит надевать шпильки или открытые босоножки. Яркий макияж, очень длинные ногти, покрытые ярко-алым лаком, тоже не очень вписываются в образ бизнесвумен. Число украшений должно быть минимальным.

Однако ваш образ должен все же оставаться женственным – это тоже довольно важно при общении с коллегами и клиентами. Не забывая о том, что деловой стиль предполагает минимальное использование деталей сексуальной провокации в одежде, можно одеваться так, чтобы вас воспринимали как женщину и общались с вами соответственно. Помните, что своим внешним видом, в том числе и одеждой, нужно уметь «выражать успех»!

Хороший внешний вид женщины, прежде всего, предполагает аккуратность. Это не столько дороговизна костюма, его соответствие моде, сколько чистота и опрятность в облике, причесанные волосы, ровные брови, ухоженные ногти, покрытые неярким, например перламутровым, лаком.

Теперь – осанка. В принципе, прямая спина еще не говорит о вашем высоком профессионализме или уровне

интеллекта. Но дискредитировать себя сутулыми плечами и понуро опущенной головой тоже не стоит! Только представьте, сколько «баллов» в пользу своей привлекательности вы теряете, уподобляясь Квазимоду! Так что, выше голову и – к успеху!

Что же касается позы, то здесь нужно соблюдать меру. С одной стороны, ни в коем случае не стоит сидеть скованно на самом краешке стула и держаться за свою сумочку как за спасительную соломинку – такое поведение говорит о вашей неуверенности в себе и нежелательной стеснительности. С другой стороны, слишком яркая, «размашистая» жестикуляция способна оттолкнуть от вас собеседника, что тоже ни к чему хорошему не приведет. Итак, поза должна быть сдержанной, подтянутой и одновременно свободно-непринужденной. Это расположит к вам коллег и начальство.

Все знают о важности языка взглядов при общении. Это явление имеет место и в деловых отношениях. Необходимо показать собеседнику, что вам чрезвычайно интересно то, о чем он говорит. При разговоре ваш внимательный, но не пристальный, взгляд стоит направить в верхнюю часть лица собеседника, на уровне чуть выше линии бровей. Если вы опускаете взгляд ниже уровня глаз, это говорит о переходе с делового на эмоциональное общение, что нежелательно при общении в бизнес-сфере.

Голос каждой дан от природы – он может быть слегка писклявым, визгливым, чересчур высоким. Такой голос вызывает подсознательное стремление собеседника уйти и прекратить разговор. Нужно стараться понизить такой голос и сделать его грудным. Но никак не тихим и неуверенным – это говорит о вашем страхе в отношении общения с собеседником. Громовой, оглушающий голос тоже не предвещает ничего хорошего в общении.

Макияж. Важно обращать внимание на цвет лица, при необходимости использовать корректирующие средства. Кожа не должна шелушиться, как впрочем, и обладать жирным блеском. Психологи установили, что наличие помады свидетельствует об оптимизме и активности, лидерских качествах – а это, согласитесь, немаловажно для бизнесвумен. Для «правильного макияжа» важно не переусердствовать с использованием декоративной косметики для глаз. Не стоит наносить жирную линию подводки, а вот немного теней на веках привлечет внимание к глазам и не будет броско смотреться.

Ни в коем случае не стоит использовать в качестве дамской сумочки огромный баул размером 50: 50: 30 и объяснять это тем, что «лучше все иметь под рукой – а вдруг пригодится!». Крупногабаритные сумки являются признаком неорганизованности их владелиц.

Важно не ошибиться при подборе размера одежды. Костюм на пару размеров больше будет смотреться мешковато, если же вы оденете чересчур тесную одежду, это причинит дискомфорт вам и к тому же будет отвлекать внимание. Приобретя новую юбку, лучше лишний раз пройтись в ней перед зеркалом, попробовать присесть и убедиться, что при этом ничего лишнего не открывается.

Прическа также очень важна для создания образа бизнесвумен. Цвет волос, казалось бы, не связан напрямую ни с интеллектуальными способностями, ни с уровнем образования. Тем не менее, статистика говорит, что блондинкам чаще отказывают при приеме на работу на руководящие посты, а, став менеджером, блондинки получают более низкий оклад. К тому же, срок занимания ими руководящих должностей оказывается неумолимо коротким. Это не призыв красить волосы в более темный цвет или жалеть, что родились блондинкой. Все же,

карьерный рост действительно зависит по большей мере от ваших способностей. Но, прислушиваясь к советам психологов, лучше все же выбирать если не темные, то, по крайней мере, естественные тона карамели или оттенки меда.

Независимо от того, насколько строго на вашей будущей работе будут следить за выполнением дресс-кода, старайтесь придерживаться его хотя бы на первых порах.

*«Человек должен показать, что он не слишком молод занять эту должность. Зрелость идет изнутри и проявляется в костюме, причёске, выражении лица»* (Хезер Ванденберг, вице-президент по маркетингу Louis Vuitton).

Ведь одежда способна делать нас выше в глазах окружающих, да и в наших собственных. Это стоит учитывать, и одеваясь на работу в будни, и готовясь к выступлению на конференции, и отправляясь на деловую встречу. Одежда — средство самовыражения человека, своеобразное зеркало, в котором вы по своей воле можете отразить определенные качества своего внутреннего мира и открыть их для окружающих.

Теперь давайте перейдем к более подробному описанию элементов гардероба настоящей бизнесвумен.

## **Глава 1. Юбки и костюмы**

Так как дресс-код — система правил, то начнем с нескольких запретов, которые он накладывает на образ деловой леди.

Психологи утверждают, что ношение брючного костюма отрицательно сказывается на вашем продвижении по службе. Поводом надеть брюки может быть скорее совместный выезд корпорации на экскурсию или в иные экзотические места, но в обстановке офиса, как и на

официальных переговорах, лучше отказаться от брючного костюма. К тому же, женщины, предпочитающие носить одежду, по стилю более близкую к мужской, чем к женской, кажутся в подобном облачении миниатюрными. А это, согласно статистике, негативно сказывается на карьерном росте (по тому же принципу, что и «чем выше женщина, тем более высокий пост она занимает»).

Дресс-код ни в коем случае не допускает ношение коротких юбок, забудьте про «мини» насовсем. На работу одеваться стоит не так, чтобы обратить внимание всей сильной половины офиса на ваши стройные ножки. Ваша цель здесь – не познакомиться, не флиртовать и не показать свою красоту и женственность. В компании скорее отдадут большее предпочтение вашему профессионализму и уму, а присутствие в одежде ярких и броских деталей лишь отвлечет внимание от ваших действительно ценных качеств, которыми вы, без сомнения, обладаете! Не зря некоторые дамы, достигшие больших высот в бизнесе, говоря слово «мини», имеют в виду итальянский вариант «юбки до колена». А краткость хороша для нижнего белья, а не для одежды бизнесвумен.

Было даже установлено, что в целом ряде исследованных корпораций наиболее высокооплачиваемые должности занимали те женщины, которые в своей одежде не допускали кокетства, а придерживались профессионального, строгого, консервативного стиля. А те из сотрудниц, которые носили костюмы с акцентом на женственность, получали зарплату ниже среднего уровня по компании, а повышения ждали намного дольше. Таким образом, акцент на внешнюю красоту и привлекательность – не для дресс-кода, а значит и не для истинных бизнесвумен.

Разрез на юбке также не в вашу пользу. Он без сомнения будет притягивать взгляды мужчин, но

интересовать их будут уже далеко не ваши деловые качества... А как же ваш профессионализм? Нет, лучше отказаться от покупки юбки с пикантным разрезом и предпочесть ей похожую, со складкой, или вообще другого фасона.

В деловой одежде не должно быть также ни приталенных жакетов, ни сильно обтягивающих блузок. Костюм должен быть свободным – это одно из правил дресс-кода. Никакой вычурности – это другой закон. В официальной одежде ценится простой крой, строгие линии и, что ценно для владелиц, создаваемый психологический комфорт. Именно такие принципами руководствуются известные модельеры при создании костюмов: вы никогда не увидите жакет от Chanel, украшенный рюшами, пестрыми оборками и другими подобными элементами. Бизнесвумен ценит мобильность и удобство, она профи и может сама принимать решения. Даже в одежде отражаются ее сдержанность и авторитет.

Тем не менее, у вас остается возможность для проявления своего творческого подхода к одежде. Ваше настроение меняется ежедневно, меняетесь и вы сами – все это находит отражение в одежде. Вы проснулись в прекрасном расположении духа – добавьте к костюму яркий шарфик и целый день делитесь прекрасным настроением с коллегами. Чувствуете себя сегодня элегантно и загадочно – используйте изящную брошь, это придаст костюму элемент нарядности. Жакет с поясом или без него, длинный или короткий рукав (но помните, не короче, чем три четверти руки!), разной формы вырез – использование всех этих хитростей позволит вам быть новой и интересной каждый день.

Костюм, недешевый и хорошо скроенный, – своего рода вложение в ваше будущее. Классический костюм в