

Rheinische Post, Düsseldorf, 21.09.2009

## Richtig gekleidet für die Karriere

VON TAMARA HECK

Die passende Kleidung kann im Berufsleben schon mal ausschlaggebend für Erfolg oder Misserfolg sein. Bei der Wahl eines geeigneten Kostüms gibt es jedoch so manches Fettnäpfchen. Wie Frau sich im Beruf angemessen kleidet, und was Haltung und Körpersprache aussagen, verriet Image-Expertin Carmen Brablec im Seminar „Optische Kompetenz für Frauen“. Zum Workshop lud der Verein Business and Professional Women (BPW) Düsseldorf ein, der regelmäßig Weiterbildungsseminare für berufstätige Frauen veranstaltet.

„Bei uns sind alle Berufsgruppen vertreten“, sagt Sabine Küsters, Vorsitzende des Düsseldorfer Ver-

eins. Die Frauen unterstützen sich gegenseitig, tauschen Erfahrungen aus und können neue berufliche Kontakte knüpfen. An den Workshops dürfen auch Nicht-Mitglieder teilnehmen, so wie Ines Becker. Die Projektmanagerin eines Stahlkonzerns möchte wieder etwas mehr Pep in ihren Kleidungsstil bringen, aber dabei trotzdem kompetent wirken. „Der Stil sollte für mein Berufsleben geeignet sein, aber auch Individualität zeigen“, sagt die 32-Jährige.

### Falsche Farbe lässt müde wirken

Zunächst erfährt sie von Carmen Brablec, welche Kleiderfarben zu ihren Haaren und ihrem Teint passen. Die Expertin rät der hellhäutigen Becker zu eher hellen als zu

dunklen Tönen. Trage eine Frau die falsche Farbe, sehe sie müder und blasser aus. Die passende Kleidung ist im Geschäftsleben entscheidend, so Küsters: „Von einem Menschen nimmt man zuerst das Äußere wahr“, sagt die 43-Jährige. „Gerade im Berufsleben muss daher der erste Eindruck stimmen, sonst kann man den Geschäftspartner nicht überzeugen.“

Brablec rät, vor allem aufs Dekolleté zu achten, besonders in konservativen Geschäftsbereichen. Dort gelte, dass der Ausschnitt nicht tiefer als bis zum Brustbein sein sollte. „Eine Frau darf ihre Figur zeigen, aber sollte mit ihrer Kompetenz glänzen“, sagt Brablec. Die zu weit ausgeschnittene Bluse mit einem Halstuch zu kaschieren, davon rät die Image-Beraterin ab. Sie empfiehlt einen Rollkragenpullover unter dem Blazer, was elegant und kompetent aussieht.

### Wohlfühlen strahlt Kompetenz aus

Außer der passenden Kleidung, die typgerecht und dem Beruf angepasst sein sollte, war beim Workshop die richtige Haltung Thema. Denn die Körpersprache verrate einiges über den Menschen. Als negatives Beispiel nannte Brablec das Spielen mit dem Halstuch während eines Gesprächs: Dies zeuge von Unsicherheit, sollte also vermieden werden. „Wichtig ist auch, dass die Frau sich in ihrer Kleidung wohl fühlt, denn nur dann kann sie Selbstbewusstsein und Kompetenz ausstrahlen“, so Brablec.



**Falsch:** tiefes Dekolleté mit einem Tuch kaschiert, zeigt Sabine Küsters.



**Richtig:** Ein Rollkragenpullover ist die bessere Wahl.

RP-FOTOS: PAUL ESSER

**Kontakt** zum Verein gibt es im Internet unter [www.bpw-germany.de](http://www.bpw-germany.de)