

# ИМИДЖ ДЕЛОВОГО ЧЕЛОВЕКА

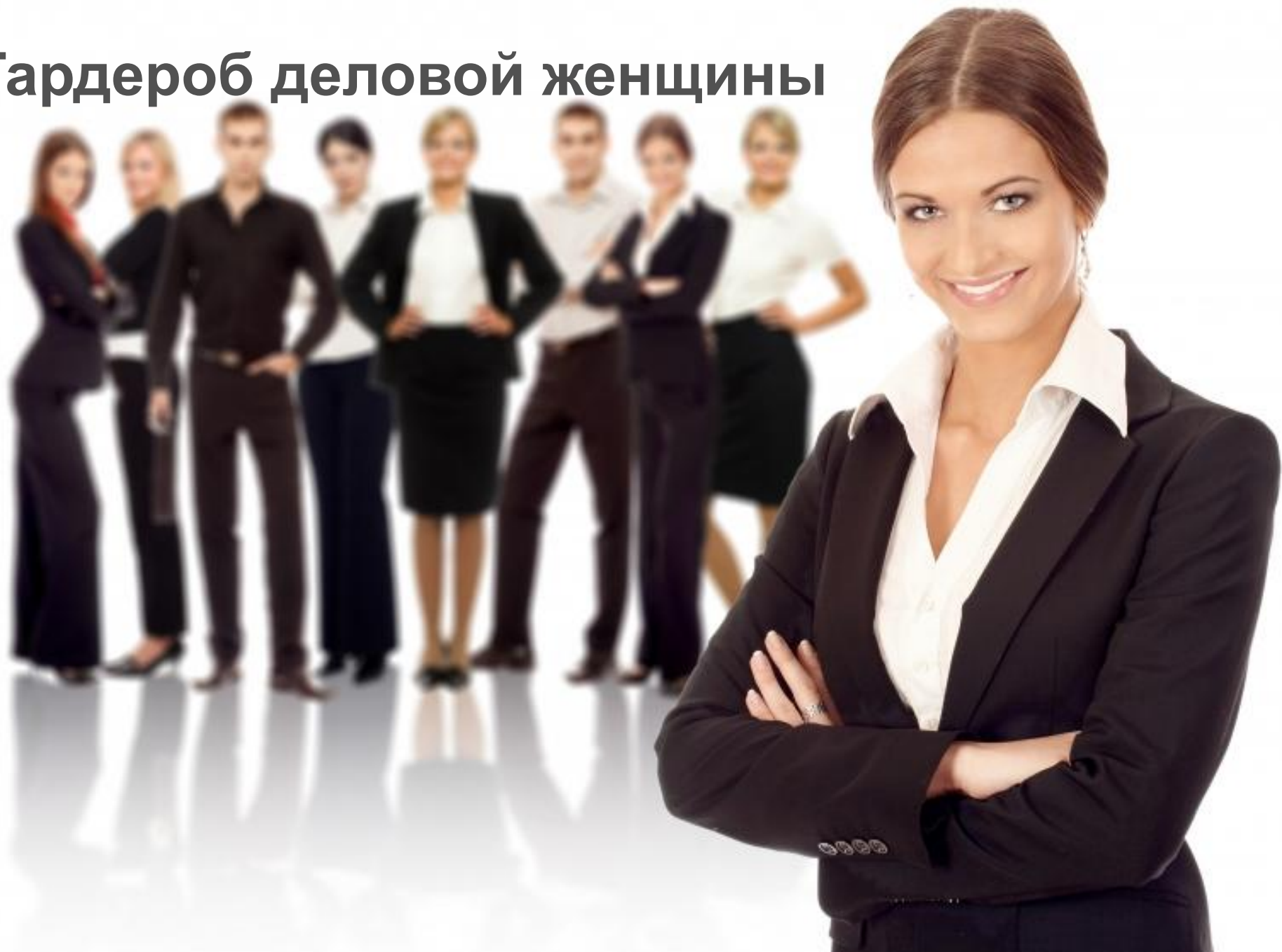


# Имидж

- ◎ **Имидж** - это внешний образ, создаваемый субъектом с целью вызвать определенное впечатление, мнение, отношение окружающих»
- ◎ Имидж **реализуется только в процессе общения человека с другим человеком**, специальной группой, с самим собой, природой и предметным миром. Имидж выступает неотъемлемым атрибутом субъекта общения.

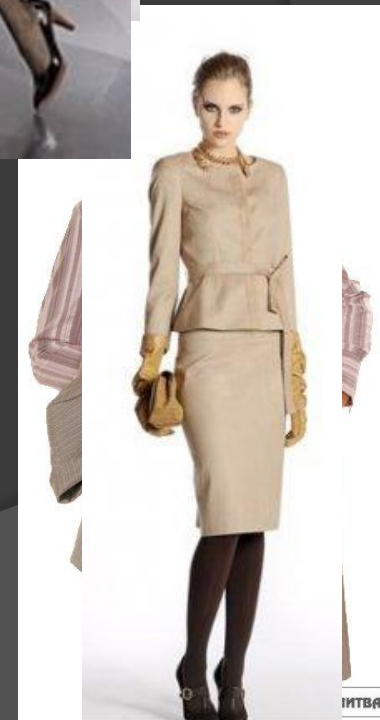


# Гардероб деловой женщины



# Костюмы и юбки

- Отлично скроенный костюм для женщины становится стабильным вложением в будущее. **Лучшим вариантом окажется классический стильный деловой костюм**, который хорошо смотрится на протяжении нескольких лет. Кроме того, он универсален. В идеале части классического костюма должны легко комбинироваться с пиджаками или юбками от других костюмов. Костюм должен сидеть слегка свободно, а для более официального вида требуются небольшие плечики. Аксессуары могут быть достаточно разнообразными.
- Выберите **несколько классических юбок, чтобы надевать их с пиджаками от ваших костюмов**. Юбки могут быть прямыми, расклешенными или плиссированными с застежкой сзади или сбоку. Конечно, костюм необходим не в каждой ситуации. Может оказаться приемлемым платье классического покроя, а в комплекте с соответствующим пиджаком оно будет смотреться более официально.



# Платья и блузки

- ◎ Платья можно носить с пиджаком от костюма, если цвета, стили и ткани согласовываются. Цвета платьев могут быть ярче, чем цвета костюмов.
- ◎ Блузка, которая будет носиться с костюмом, может быть цветной или однотонной и может комбинироваться с шарфиком или скромным ожерельем. Гладкое плечо лучше, чем плечо со сборкой, хотя второй вариант лучше смотрится без пиджака и выглядит более модно. Блузки без рукавов не подходят под деловой стиль. Однако короткий рукав или рукав длиной «три четверти» приемлем в большинстве случаев.



# Свитеры

- Будучи неприемлемым вариантом для мужчин в консервативных ситуациях продаж, **свитеры вполне приемлемы для женщин. Однотонный свитер — это оптимальный вариант**, и он не должен быть велик. Имейте в виду, что свитер всегда выглядит более несерьезно, чем блузка.



# Обувь

- Обувь должна быть основного цвета, например черного, темно-синего, коричневого или темно-коричневого, в зависимости от преобладающих цветов вашего гардероба. Цвет вашей обуви должен быть такого же оттенка или темнее, чем остальная ваша одежда. Натуральная кожа обеспечит комфорт и качество, ведь и то и другое необходимо, когда человек много ходит или стоит. Избегайте белых, пастельных и модных цветов. Они привлекают внимание к вашим ногам и могут считаться слишком легкомысленными. Наиболее верный вариант — туфли-лодочки с небольшим каблуком (один-полтора дюйма высотой; 2 дюйма для очень невысокой женщины). Сандалии слишком несерьезны. Выбирайте чулки нейтральных цветов.





# Драгоценности

- Подобранные со вкусом серьги, декоративные булавки и часы помогают завершить гардероб деловой женщины. Эти аксессуары должны быть предельно скромными. Носите простые, функциональные часы, предпочтительно с металлическим браслетом или кожаным ремешком. Лучше всего, конечно, будет смотреться настоящее золото или серебро, но вполне приемлема и качественная бижутерия. Нить настоящего или качественного искусственного жемчуга добавит элегантности любому деловому костюму или платью. Можно подобрать один браслет, но только не стоит надевать браслеты на лодыжки.
- Драгоценности должны быть видны, но не слышны: избегайте стучащих и звенящих предметов. Не носите серьги висячей формы и в виде кольца, а также блестящие драгоценности. Серьги должны иметь классический дизайн, например круг, узел или ромб. Ограничьтесь одним кольцом на каждой руке, не считая обручального кольца или кольца, подаренного в честь помолвки. Пластмассовые кольца не подойдут к деловому стилю одежды.



# Сумочки и портфели

- Для ношения объемных предметов, например документов, удобнее использовать не сумочку, а портфель. В то же время есть множество ситуаций, когда вам будет достаточно кожаного блокнота и маленькой сумочки. Если протокол предусматривает наличие портфеля, никогда не меняйте его на сумочку и никогда не носите и то и другое одновременно. Вся необходимая вам косметика легко поместится в вашем портфеле. Портфель должен быть сделан из натуральной или хорошей искусственной кожи. Выбирайте темный основной цвет, например бордовый, коричневый или черный.
- Сумочка — это наиболее важный аксессуар, так что выбирайте самый лучший из доступных вам вариантов. Она должна быть сшита также из кожи темного основного цвета, то есть коричневого, черного, бордового или темно-синего. Сумочка никогда не должна казаться большой или переполненной и должна сочетаться по стилю с остальными частями вашего костюма, особенно с туфлями. Как сумочка, так и портфель должны варьироваться в зависимости от роста и размера человека.



# Другие аксессуары

- Хорошо смотрится шелковый шарфик. Убедитесь, что ваш плащ полностью закрывает платье. Ваш бумажник должен быть темного оттенка, например бордового. В нем должно лежать только то, что вам потребуется при продаже. Выберите бумажник, который подойдет к вашей сумочке. Шляпа, в принципе, — слишком кричащий элемент одежды, но если вы надели ее для тепла, то следует подобрать ее в соответствии со стилем и цветом остальной одежды. Пояса также относятся к модным элементам, так что отдайте предпочтение классическому стилю. Перчатки носите только зимой, причем они должны гармонировать с пальто. Старайтесь не надевать слишком модные очки.

# Гардероб делового мужчины



# Пиджаки и костюмы.

- Костюм классического покроя — это идеальный выбор для делового человека. На пиджаке должны быть две или три пуговицы, а ширина лацкана должна составлять 7,5 или 9 см. Рисунок ткани для мужских костюмов может быть разным — гладким, «елочкой», с тонкими светлыми полосками или с приглушенными клетками. Полоска придает костюму больше власти. Предпочтительны натуральные ткани, например шерсть или смесь полиэстера и шерсти.





# Рубашки

- Рубашки должны быть светлее костюма и галстука. Однотонные сорочки, например белые или голубые, — вот основные консервативные варианты мужских рубашек, причем белый цвет вызывает у собеседника большее доверия. Вполне приемлема тонкая красная или синяя полоска. Продавцы, работающие в менее консервативных сферах бизнеса, могут носить рубашки пастельных тонов, бледно-розовые, а также светлые однотонные с белым воротником и манжетами. Рубашки с коротким рукавом, как правило, неприемлемы.

# Галстуки



- Галстуки, как некрупные аксессуары, могут быть единственной деталью гардероба, которая позволяет деловым мужчинам следовать моде и выразить свою индивидуальность. Не забывая о соображениях вкуса и консерватизма, продавцы могут выбрать галстуки таких цветов и моделей, которые не приемлемы для основных деталей одежды, то есть для костюмов. **Обязательным условием является высокое качество изделий, причем лучше всего смотрятся шелковые галстуки.** Это такой элемент вашего гардероба, на котором нельзя слишком экономить. По сравнению с костюмом галстук является относительно недорогим способом передачи яркости и разнообразия. Галстуков-бабочек лучше не надевать: то же можно сказать и о безвкусных или шутливых галстуках.



# Ботинки



- Кожаные ботинки со шнурками черного или темно-коричневого цвета идеально подойдут к вашим костюмам. Свободные легкие туфли во многих сферах бизнеса чаще всего рассматриваются как слишком несерьезные. Для менее консервативных отраслей они приемлемы в комбинации с джемпером и брюками. **В большинстве ситуаций неприемлемым вариантом будут двухцветные туфли, белые ботинки, а также более светлая, чем ваш костюм, обувь. Носки должны закрывать икры ног. Лучше носить однотонные носки; они должны быть темного цвета.**



# Портфель

- Ваш портфель или папка для бумаг должны быть достаточно большими, то есть вмещать в себя все необходимые документы и не выглядеть переполненными. Можно использовать портфели с жесткими или мягкими сторонами. Мягкий портфель можно поставить возле ног и доставать из него необходимые предметы, не нарушая порядка внутри. Размеры вашего портфеля зависят от ваших пропорций, и в любом случае он должен быть темного цвета. Темно-бордовый подойдет к любому костюму любого цвета и будет более универсален, чем черный или коричневый.



# Другие аксессуары



- Ваш бумажник должен быть бордовым, черным или коричневым и сшит из высококачественной кожи. Не надевайте больше одного кольца на каждую руку. Обручальное кольцо или кольцо с печаткой будут смотреться неплохо в отличие от больших камней и блестящего золота. Носите простые наручные часы, не используйте браслеты, булавки или серьги. Крестики и цепочки не должны быть видны. Запонки и пряжка на ремне должны быть маленькими и строгими. Ваш плащ или пальто должны закрывать колени, а зонт должен быть черным или коричневым.

# Если хотите добиться успеха - вы должны:

- ◎ **ЗДОРОВАТЬСЯ ЗА РУКУ**
- ◎ **СОСТАВЛЯТЬ РЕЗЮМЕ**
- ◎ **ОКРУЖАТЬ СЕБЯ "ПРАВИЛЬНЫМИ" МЕЛОЧАМИ**
- ◎ **СВОБОДНО ГОВОРИТЬ ХОТЯ БЫ НА ОДНОМ ИНОСТРАННОМ ЯЗЫКЕ**
- ◎ **ПРАВИЛЬНО ДИКТОВАТЬ СВОЙ ЭЛЕКТРОННЫЙ АДРЕС, ДАЖЕ ЕСЛИ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКОМ НЕ ВЛАДЕЕШЬ**

# Если хотите добиться успеха - вы должны:

- ◎ ДЕЛАТЬ МАНИКЮР, НЕВЗИРАЯ НА ХРОНИЧЕСКУЮ УСТАЛОСТЬ И ПОЛНОЕ ОТСУТСТВИЕ СВОБОДНОГО ВРЕМЕНИ
- ◎ ПЕРЕСПРАШИВАТЬ
- ◎ ПРЕДУПРЕЖДАТЬ ОБ ОПОЗДАНИЯХ
- ◎ ПОДБИРАТЬ ДЕЛОВОЙ КОСТЮМ
- ◎ ВЕСТИ ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК
- ◎ БЫТЬ С КОМПЬЮТЕРОМ НА «ТЫ»

# Если хотите добиться успеха - вы должны:

- ◎ "ГАСИТЬ" УЛЫБКУ
- ◎ БЫТЬ ДОСТУПНЫМ МИРУ
- ◎ ЗАПОМИНАТЬ ДНИ РОЖДЕНИЯ КОЛЛЕГ
- ◎ СОСРЕДОТОЧИВАТЬСЯ
- ◎ ОТВЕЧАТЬ (ТО ЕСТЬ НЕ ОТВЕЧАТЬ) НА ВОПРОСЫ О СВОЕЙ ЗАРПЛАТЕ
- ◎ СОСТАВЛЯТЬ ДЕЛОВЫЕ ПИСЬМА
- ◎ УМЕТЬ ОТКЛЮЧАТЬСЯ
- ◎ СТАВИТЬ ЦЕЛИ

# Рекомендации

## **Женщины:**

Короткие юбки, подплечники, декольтированные и облегающие блузки не соответствуют строгому деловому дресс-коду.

Косметика - тональный крем, блеск для губ, тушь для ресниц и легкая туалетная вода.

Туфли на среднем и низком каблуке (до пяти сантиметров) - идеальный офисный вариант. Очень высокая платформа, пробковая подошва и шлепанцы исключаются. Темные мокасины или лодочки могут быть наилучшей "сменкой".

Костюм-тройка: пиджак, юбка и брюки из одного материала. Дополняя его свитерами, джемперами и блузками, можно каждый день выглядеть по-новому, в соответствии с разным дресс-кодом.

Появиться в офисе в юбке без колготок считается недопустимым даже в самое жаркое время года.

Аксессуары - очень важная часть делового костюма. Шейные платки и легкие шарфики хорошо дополняют костюм.

Украшения должны быть маленькими и неброскими.

Надевать на работу следует то, в чем чувствуешь себя уверенно. Если приходится постоянно что-то одергивать или поправлять в своем костюме, значит, одежда подобрана неправильно.



# Рекомендации

## Мужчины:

Костюмов должно быть как минимум 2 на сезон, сорочек - не меньше 10.

Пиджак и жилет никогда не застегивают на нижнюю пуговицу.

Если на карманах есть лацканы, они не должны быть заправлены вовнутрь.

В ансамбле не может сочетаться более двух рисунков.

Галстук можно дополнить платком в нагрудном кармане. Они не должны быть одинаковыми, но платок должен соответствовать цветовой гамме галстука.

При наличии галстука углы воротника сорочки закрыты пиджаком. Зажим для галстука не должен быть виден, если трехпуговичный пиджак застегнут.

Ремень должен совпадать с обувью по цвету, но может отличаться по фактуре.

Петли на рукавах хорошего пиджака расстегиваются.

Манжеты сорочки должны выступать из-под рукава пиджака на 2-2,5 см.

К рубашке с коротким рукавом галстук никогда не надевается.



**«Имидж человека это то, что говорят о нем за его спиной»**

**Ха**