



ЖЕНСКИЙ  
ДЕЛОВОЙ  
КОСТЮМ



Прошли те времена, когда женщины проводили весь свой век дома за стряпнёй и рукоделием. Начиная с конца **19** века, женщины стремительно вторглись в общественную жизнь и заняли прочные, а в некоторых сферах общественной жизни лидирующие позиции. На рубеже веков бурно обсуждался вопрос о возможности для женщин работать на производстве. Но успехи женщин в таких сферах как педагогика, медицина, секретарское дело сделали эти споры неактуальными.

Уже в то время для женщин в некоторых отраслях была принята специальная одежда или введены ограничения в области одежды. Особый костюм носили телеграфистки, классные дамы в гимназиях, медсёстры и т.д.



**Форма российских телеграфисток**

В **20** веке с развитием предпринимательства женщины активно пробуют себя в роли бизнес-леди и добиваются успеха.

В научной сфере женщины профессора, кандидаты наук давно перестали быть редкостью. Женщины мощно заявили о себе в политике, журналистике, военной сфере.



**Министр культуры Екатерина Фурцева и космонавт Валентина Терешкова**

Одежда для женщин всегда была ведомой мужским костюмом и многие элементы делового костюма женщины переняли у мужчин. В конце **19** века, когда женщины начали поступать на службу и появилась деловая одежда для женщин.

Костюм юбка и жакет стали более строгими, избавились от многочисленной отделки, а юбки стали неслыханно коротки и едва прикрывали щиколотки ног.





Женская одежда, как будничная, праздничная, так и деловая всегда отличалась большим разнообразием чем одежда для мужчин. Сегодняшняя мода, в отличии от моды **18, 19** и даже **20** столетия не диктует строгих правил и канонов, а допускает разнообразие стилей, фасонов и материалов, даёт возможность подчеркнуть индивидуальность.





Дресс-код для женской одежды так же как и для мужской диктуется , прежде всего, профилем предприятия.

Обычно работодатель не выставляет для женщин жесткие требования носить что-то определенное, а лишь рекомендует, например, круг фирм, стиль причёски и макияже, цвет костюма или его элементов.

Особенно строгий дресс-код существует в армии, силовых структурах, на транспорте.





Весьма строгие ограничения гигиенического направления выдвигаются в пищевой промышленности, медицине, в некоторых научных лабораториях.







Однако деловым женщинам при выборе одежды приходится придерживаться достаточно узких рамок. Несмотря на часто меняющиеся веяния моды, основной офисной одеждой остаётся классический костюм. Правда, костюмы для женщин более разнообразны.

Допустимы следующие сочетания: брюки+жилет+блузка



Швейная  
Миротка

mirtrik.by  
интернет-магазин одежды



Брюки+пиджак+блузка



Брюки+пиджак+жилет+блузка





юбка+жилет+блузка



юбка+пиджак+блузка





юбка+жилет+пиджак+блузка



Облегчить подбор повседневной одежды и даже сэкономить бюджет можно купив расширенный за счёт дополнительных элементов вариант костюма.





Вполне возможны и даже весьма распространены следующие сочетания:  
классическая блузка+брюки



В некоторых фирмах брюки носить не разрешают, но большинство работодателей относится к брючной проблеме демократично.



# Классическая блузка с юбкой





# Классическая блузка с сарафаном



Классическую блузку в этих комплектах вполне можно заменить водолазкой или тонким джемпером классического покроя.



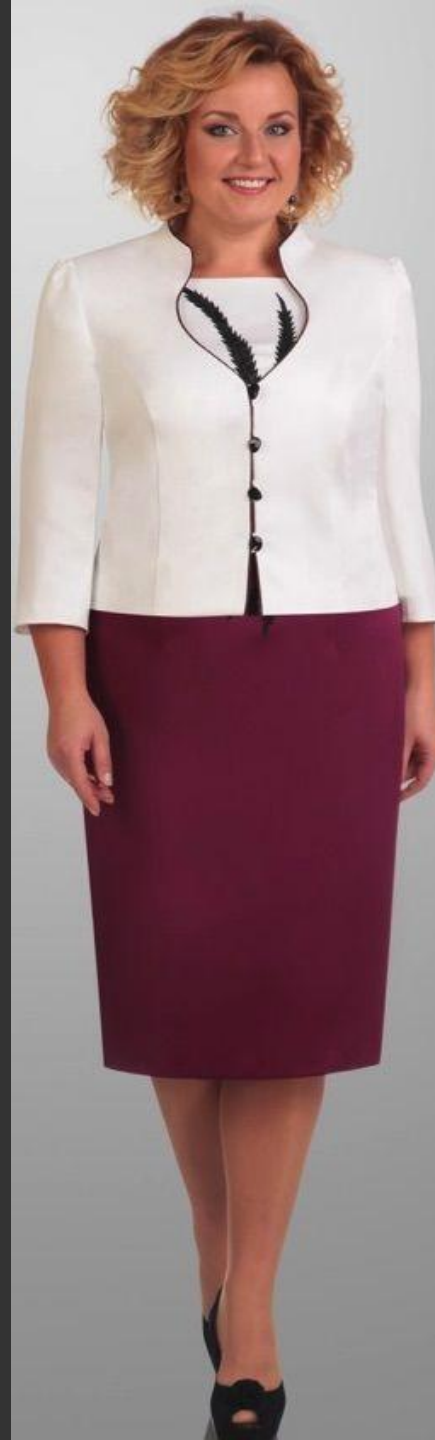
93  
38-48/44-54



Не исключено и платье строгого покроя, платье-футляр с прямой или немного расклешённой юбкой, умеренным вырезом горловины, рукавом длинным или  $\frac{3}{4}$ , с небольшим количеством отделки.



Классическим вариантом рабочего делового платья, является строгое платье-футляр, средней длины с небольшим вырезом, и обязательным рукавом. Возможно и платье без рукава дополненное жакетом.



Женский деловой костюм гораздо разнообразнее по цветовой гамме чем мужской.





В нём допустимо сочетание и контрастных цветов, разных рисунков и отделок.



Естественно, что одежда женщины должны быть разнообразнее. Если для мужчин возможно обойтись и парой костюмов, то женщина изо дня в день появляющаяся в одном и том же костюме выглядит довольно странно.



Покупая одежду лучше подбирать её таким образом, чтобы из нескольких вещей можно было скомбинировать разнообразные ансамбли. Это разнообразит ваш гардероб и сэкономит деньги.





Классический стиль предполагает чувство меры в выборе не только покроя и цветовой гаммы, но и косметики и аксессуаров.

Правда из этих правил есть исключения. Обычно более экстравагантно, модно одеваются сотрудники тех фирм, которые связаны с индустрией моды, продажей одежды и косметики, оказанием косметологических дизайнерских и прочих услуг, связанных с творчеством.



Деловая одежда имеет ограничения в области фасона и покроя. Юбки предпочтительнее не слишком короткие и не слишком узкие, поскольку в рабочее время приходится довольно много двигаться. Слишком широкие юбки-пачки, юбки со шлейфом и большим количеством объемных декоративных деталей тоже вряд ли подойдут для офиса.





Во многих фирмах стараются избегать слишком открытой вызывающей одежды с глубоким вырезом, открытыми плечами, чрезмерными разрезами, просвечивающей.





Неуместны наряды с множеством декоративных деталей (рюшами, оборками и др.), кричащих тонов или с ярким крупными принтами (крупными цветами, горошком, крупной клеткой). Ткани в мелкую клетку или с мелким растительным орнаментом вполне допустимы.



Более уместны тёмные, приглушенные расцветки костюма или платья, блузки нежных пастельных тонов. Неуместно появиться на работе без чулок или колготок, даже в летнее время. С брюками возможно надеть носки. Недопустимо для делового стиля торчащее из под одежды бельё, либо его отсутствие.





Одежда должна иметь опрятный и ухоженный вид. Лучше выбирать для работы одежду из тканей с высоким содержанием синтетических нитей. Она проще в уходе и не слишком мнётся.

Плохо выглядит и не красит свою хозяйку замятая юбка, плохо сидящая на фигуре блузка, узкая, трещащая по швам или мешковатая одежда.





Не прибавит привлекательности и одежда подчёркивающая недостатки фигуры. Если женщина небольшого роста ей нужно избегать слишком коротких и слишком длинных юбок, одежды с заниженной талией.



Если женщины высокого роста её украсит скорее просторный жакет, чем облегающий жилет, одежда с завышенной талией.

Брючный костюм скроет не очень стройные ноги, а просторная с заниженной талией блузка или сарафан прямого силуэта помогут скрыть отсутствие талии.





Подбирая одежду нужно строго и критично выявить недостатки своей фигуры и постараться нивелировать, а не подчеркнуть их одеждой.

Подбирая одежду нужно прежде ориентироваться на свою фигуру и внешние данные, а не на модные тенденции или других сотрудниц.







Важна стилевая и цветовая гармония. Считается безвкусицей сочетание разных по рисунку тканей, например, костюм в мелкую клетку весьма вульгарно одеть с блузкой в горошек.

Количество цветов не должно превышать трёх, причем эти цвета должны гармонично сочетаться.



Допускается и контраст цветов, например, неплохо сочетаются синий и белый, черный и красный, коричневый и желтые оттенки. Но в любом случае не стоит демонстрировать в своей деловой одежде всё многообразие красок.





Для делового костюма лучше подойдёт закрытая обувь на среднем или высоком каблуке. Особенно неуместны открытые туфли в сочетании с брюками.





Существует и ещё одна закономерность, чем плотнее и тяжелее ткань вашего костюма, тем более толстым должен быть каблук.





И наоборот, чем легче и тоньше ткань, тем тоньше каблук.

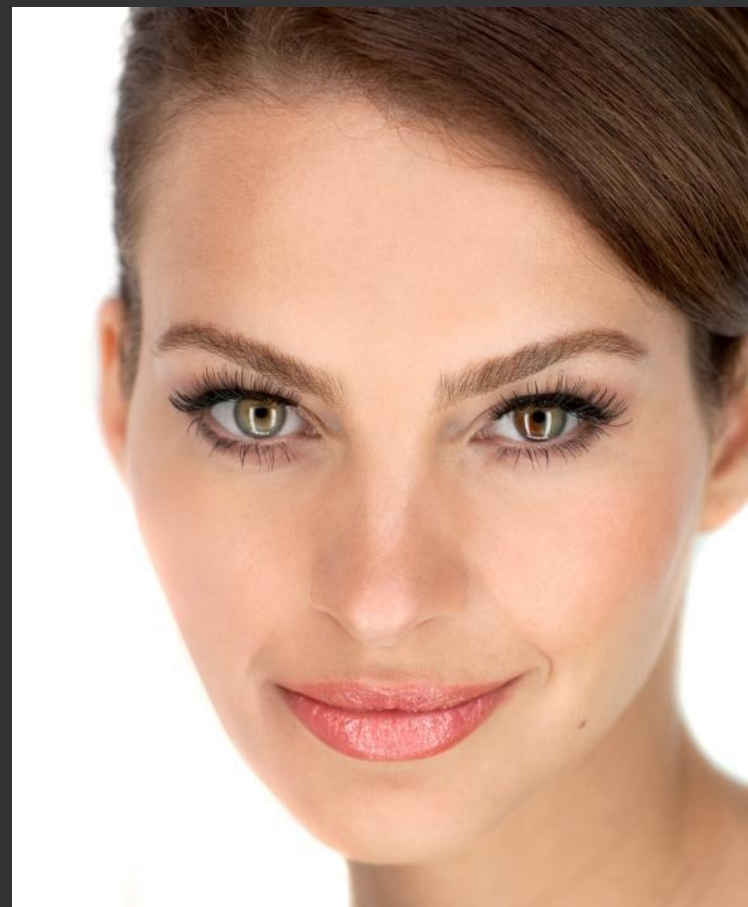


Для торжественных и праздничных приёмов, которые организуются, как правило, в вечернее время приветствуется более праздничная, нарядная и открытая одежда. Более нарядными могут быть и туфли.



Подавляющее большинство работодателей не запрещают женщинам применять косметику. Но злоупотреблять косметическими средствами не стоит. Макияж не должен быть кричащим.

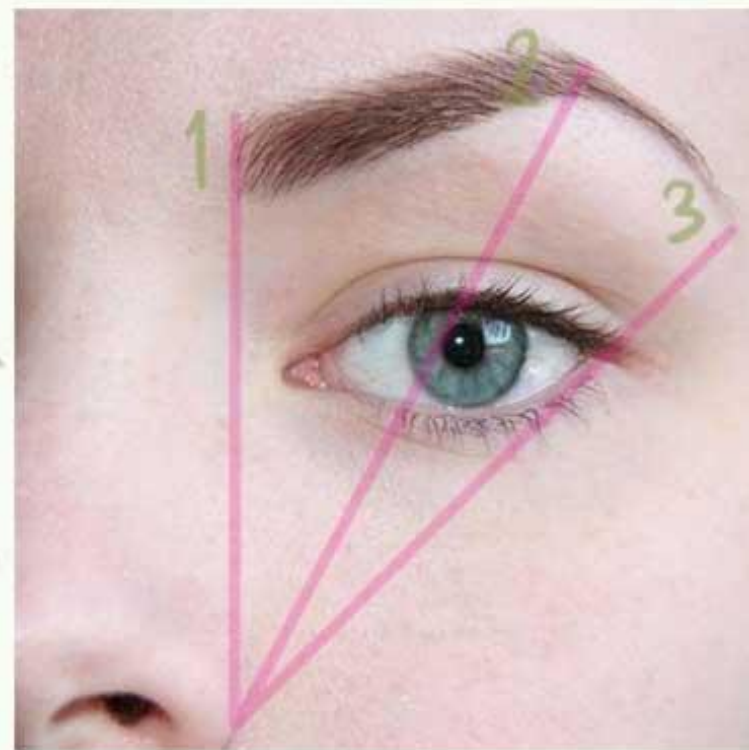
Здесь неуместны слишком яркие тени, занимающие пол-лица яркие губы, броские румяна. Конечно, макияж индивидуален и зависит от типа лица, цвета волос, возраста, стиля одежды, но тем не менее, деловая женщина и в косметических средствах должна соблюдать меру.



Наиболее общими требованиями к облику являются следующие: ровная матовая кожа лица здорового естественного оттенка (это достигается различными косметическими процедурами и тональными кремами, пудрой), выразительные глаза (подкрашиванием и подведением глаз и ресниц), чётко очерченные неброские губы (блеск, карандаш и помада).



Можно несколько менять свой облик, корректируя форму бровей. Но помните, что внутренний край брови должен совпадать с центром ноздри, иначе она зрительно делает глаз меньше. Внешний край брови должен чуть заходить за внешний угол глаза, иначе ваше лицо будет выглядеть всегда удивлённым.





Не последнее место занимает в образе женщины аккуратный маникюр. Не столь принципиально будет ли это яркий лак или модный теперь витиеватый рисунок, или естественный французский маникюр.





**ДО**



**ПОСЛЕ**

Главное чтобы руки выглядели ухоженными. Крайне вульгарными считаются заусенцы, обломанные ногти или ногти разной длины, ногти с остатками лака.

Важной нотой в ансамбле женщины являются духи. Для деловой атмосферы больше подойдут лёгкие, романтичные, свежие запахи. Насыщенные экстравагантные ароматы лучше приберечь для вечерних приёмов и частных встреч. Вульгарно употреблять слишком много духов, запах должен чувствоваться лишь при приближении к вам вплотную, а не ударять в нос уже на пороге офиса.

*Парфюмы для создания образа бизнес леди*







Существует несколько испытанных, классических мест для нанесения духов мочки ушей или место за ушами, ямка на шее, место у основания бюста, локтевой сгиб и запястье.

Нужно следить и за гармонией запахов всех употребляемых косметических средств. Излишне напоминать о том, что вся косметика наносится только на чистое тело.



**Украшения** – это дополнительная возможность продемонстрировать свой статус, подчеркнуть свою индивидуальность. Деловой этикет требует и здесь определённой меры. Не следует соперничать в количестве украшений с новогодней ёлкой. Так на руках уместны лишь **1-3** кольца, включая обручальное.





Серьги или клипсы лучше незначительного размера, неброские и не слишком блестящие. Вообще деловой женщине, особенно если она постоянно общается с людьми, следует избегать блестящих, бряцающих, шумящих и крупных украшений, которые отвлекали бы внимание собеседника.

Даже если у вас полный гарнитур украшений, уместнее одеть одновременно не более двух, например, браслет и серьги, или кольцо и серьги.



Весьма удачны на пиджаке булавки и небольшие брошки, к блузкам неброские бусы или цепочки.



Для утреннего и дневного времени более подходят украшения из полудрагоценных, поделочных камней в сочетании с золотом и серебром. Уместны и украшения из кожи и дерева, но они не должны выглядеть простецки.







На вечерние приёмы лучше одевать более дорогие украшения с бриллиантами, сапфирами, изумрудами. Универсальным украшением уместным и для дневного и для вечернего времени считается жемчуг.





Вульгарно одеть одновременно украшения из желтых и белых металлов.



Важное место в облике женщины принадлежит аксессуарам. Правильно подобранные аксессуары, как и украшения придают строгому деловому костюму изюминку, индивидуальность.



Главным из женских аксессуаров является пожалуй сумочка.

Она должна быть достаточно большой, чтобы разместить необходимые вам блокнот, сотовый телефон, ручки, кошелёк, косметичку, расчёску, носовой платок и другие предметы.





Современная промышленность предлагает сумки самых различных стилей, расцветок и размеров. Сумка деловой женщины, если она не связана с творческими направлениями, не должна быть слишком яркой и кричащей.

Здесь неуместны огромные застёжки, броские детали, вставки из меха и крупные цветные детали. Не особенно хороши здесь и сумки из лакированных, блестящих материалов. Они вряд ли подойдут к деловому костюму.





Вместе с тем сумка не должна быть громоздкой, раздутой от переизбытка вещей, плохо смотрятся и различные пакеты и авоськи.

Если ваша деятельность предполагает наличие большого количества бумаг, то лучше обзавестись портфелем или кейсом.



Продолжая кожаную тему нужно сказать о перчатках и поясах. В офисе перчатки конечно неуместны, а вот на улице они конечно нужны. Хорошо если они подобраны к сумочке или верхней одежде.





Для вечерних приёмов вполне допустимы матерчатые перчатки, из шелка или синтетических тканей. При их подборе нужно помнить о цветовой гамме и о следующей закономерности: чем короче рукав одежды, тем длиннее должны быть перчатки.



Хорошим дополнением к деловому костюму является лёгкий шелковый или газовый шарф или платок. Именно с помощью этого вида аксессуаров часто делаются цветовые акценты в строгом костюме.



Неважно будет ли это небольшой платочек, выглядывающий из кармана пиджака или шарф или шейный платок, повязанный на шее, главное гармония со всем остальным обликом, фантазия и индивидуальность.







круглое



овальное



удлиненное/  
продолговатое

Венцом образа является причёска. Как и одежду к фигуре причёску нужно подбирать к форме лица. Идеальным считается лицо овальной формы, к которому подойдёт практически любая причёска.

Обладательницам круглого лица подойдут длинные гладкие волосы, закрывающие часть лица, причем пробор должен быть не прямым, а ассиметричным.

Узкое и длинное лицо украсит стрижка с длиной волос до середины щек, желательны завивка, пышность.

ромбовидное

треугольное

квадратное



Для лица квадратной формы хороша прическа из длинных прямых волос с боковым пробором или короткая стрижка до подбородка.

При прямоугольном типе лица прямые волосы наоборот противопоказаны, здесь исправят положение ниспадающие по краям лица локоны и густая чёлка.

Зрительно скорректируют форму ромбовидного или треугольного лица ассиметричные чёлки, короткие завитые волосы, особенно в нижней части лица, рваные либо филированные стрижки

Немаловажен и ухоженный, здоровый вид волос. Вряд ли будут уместны для деловой женщины многоцветная яркая окраска волос и африканские косички.

Даже просто распущенные волосы ниспадающие на плечи создают романтический, а часто и неряшливый вид.





Обычно работодатель в дресс-коде не навязывает конкретные причёски, а даёт лишь рекомендации



**Деловые прически:**

**Короткие (самые универсальные  
- боб, каре)**

**Средней длины до плеч**

**Длинные волосы, убранные в  
пучок, хвост, ракушку и т.д.**

**Основное требование – причёска  
должна быть аккуратной и  
фиксированной.**

**Короткую стрижку надо  
обновлять  
1 раз в месяц**

**При длинных волосах ровняют  
концы  
1 раз в 2 месяца**

Самое главное, чтобы все элементы костюма и макияжа не противоречили друг другу, а сливались в один индивидуальный образ. Не смотря на меняющуюся моду каждой женщине должен быть присущ свой стиль в одежде. И здесь уместна и строгая классика



И элементы спортивного стиля





И очаровательная романтика



Если вы ещё не сориентировались в выборе стиля лучше пойти от противного исключив, то что совершенно неприемлемо для вас. А затем из оставшегося выбрать наиболее подходящее. Неплохо избрать для себя некий эталон в лице какой-нибудь знаменитости, не увлекаясь, конечно полным подражанием.

