

# Der erste Eindruck prägt



*„Man empfängt den Menschen  
nach dem Kleide,  
und entlässt ihn  
nach dem Verstande.“*

KARL SIMROCK (1802–1876),  
DEUTSCHER LYRIKER

0,3 oder drei oder sieben Sekunden? Leider ist sich die Wissenschaft nicht so ganz einig, wie lange – oder besser gesagt wie kurz – es dauert, bis wir einen ersten Eindruck von unserem Gegenüber gewonnen haben. Als sicher gilt jedoch, dass die einst angenommenen sieben Sekunden zu großzügig gedacht sind. Tatsächlich sind wir sehr viel schneller in der Lage, zu erfassen, wer da vor uns steht. Aufgrund der Kürze der Zeit wird ein erster Eindruck in erster Linie durch nonverbale Signale geprägt: 0,3 oder drei Sekunden sind schlicht und ergreifend zu wenig Zeit, als dass uns jemand in dieser Kürze durch besonders geistreiche Worte nachhaltig beeindrucken könnte. Vielmehr lassen wir uns daher von dem Offensichtlichen rund um Körpersprache, Gestik, Mimik, Kleidung und allgemeinem Erscheinungsbild beeinflussen.

Fragt man Menschen, ob sie sich auf ihren ersten Eindruck verlassen können, so sind sich diese gemeinhin einig, dass sie ein Talent dafür haben, innerhalb von Sekunden eine treffende Einschätzung vorzunehmen. Wir meinen also, dass wir einen Menschen nicht kennen müssten, um ihn eben doch schon zu kennen. Diese Einschätzung ist ohne Weiteres so nicht zu bestätigen:

Eine Harvard-Psychologin hat bei der Erforschung von den nonverbalen Aspekten des Unterrichts Studenten gebeten, einen Dozenten zu bewerten, bei dem die Studierenden ein halbes Jahr lang eine Vorlesung besucht hatten.<sup>1)</sup> Sie sollten den Dozenten anhand einer Checkliste von 15 Eigenschaften im Hinblick auf seine fachliche und soziale Kompetenz einstufen. Es war kein Wunder, dass die Studenten zu übereinstimmenden Ergebnissen gelangten. Immerhin hatten sie ja ausreichend lange Zeit gehabt, um sich ein präzises Bild des Dozenten zu verschaffen. Nun bat man einige Probanden, sich einen zehnssekündigen Videoausschnitt ohne Ton des Dozenten anzusehen. Im Anschluss wurde auch ihnen die Checkliste ausgehändigt und die Bitte geäußert, den Dozenten aufgrund des gesehenen nonverbalen Verhaltens zu bewerten. Die Überraschung war riesig, als man feststellte, dass die Probanden überhaupt keine Schwierigkeiten damit hatten, die fachliche und soziale Kompetenz des Vortragenden nach so wenigen Sekunden zu bewerten, und dass die Bewertungen mit denen der Studenten übereinstimmten. Und nun ging man aufs

1) Gladwell, Malcolm: „Was der Hund sah“, S. 340

Ganze: Man zeigte einer weiteren Gruppe von Probanden nur noch fünf Sekunden Videomaterial und weiteren Testteilnehmern sogar gerade mal zwei Sekunden des Dozenten in Bild und ohne Ton. Nach wie vor zeigten die Ergebnisse verblüffende Übereinstimmungen. Daraus ergab sich die folgende Erkenntnis: Obwohl manche Probanden nur zwei Sekunden von der tonlosen Videosequenz gesehen hatten, beurteilten sie die Qualität des Dozenten exakt wie diejenigen, die ein ganzes Semester lang in dessen Klassenzimmer gesessen hatten. Ganz offensichtlich haben wir so etwas wie eine starke, menschliche Intuition, die es uns ermöglicht, einem wildfremden Menschen zu begegnen und in Windeseile vermeintlich Grundlegendes über ihn wahrzunehmen. Das bedeutet jedoch noch lange nicht, dass wir mit unserer ersten Einschätzung zwingend richtigliegen. Vielmehr scheint es so zu sein, dass sich innerhalb von Sekunden ein erster Eindruck manifestiert, dem wir langfristig Glauben schenken. Das gilt ganz unabhängig davon, ob unser erster Eindruck richtig oder falsch ist. Auch die Studenten aus dem genannten Experiment hatten irgendwann einen ersten Eindruck des Lehrers gewonnen – diesem ersten Eindruck schenken sie

Glauben und sahen alles Weitere im Lichte oder Schatten dessen. In diese Falle tappen auch wir jeden Tag aufs Neue: Stellen Sie sich vor, Sie sind an einem Freitagabend auf einer Geburtstagsparty eingeladen und lernen einen anderen Gast kennen. Aus irgendwelchen Gründen finden Sie diesen Gast unglaublich sympathisch und genießen das Gespräch mit ihm. In einem kleinen Moment der Unachtsamkeit berührt der Gast jedoch das Glas in Ihrer Hand und Sie verschütten den Sekt auf Ihre Kleidung. Voller Sympathie und Verständnis für den ungeschickten Gast denken Sie nun vielleicht: „Oh je, na ja, das kann jedem mal passieren ...“ Gehen wir nun davon aus, dass Sie am nachfolgenden Samstagabend wieder zu einem Fest eingeladen sind. Auch dort lernen Sie einen Gast kennen, der Ihnen diesmal jedoch alles andere als sympathisch ist. Zu Ihrem Leidwesen können Sie sich dem Gespräch nicht entziehen und machen notgedrungen gute Miene zum bösen Spiel. Auch dieser Gast gestikuliert unachtsam und in der Folge findet sich der Sekt auch hier auf Ihrer Kleidung wieder. Wie lauten Ihre Gedanken nun? Wahrscheinlich gehen Sie diesmal nicht so verzeihlich mit Ihrem Gegenüber ins Gericht und denken stattdessen wutentbrannt:

„Hab ich es mir doch gleich gedacht!“ Was lernen wir daraus? Der erste Eindruck muss nicht zu-



treffend sein. Ein paar wenige Sekunden sind einfach nicht genug Zeit, um jemanden wirklich einschätzen zu können. Aber der erste Eindruck ist so mächtig, dass er alles, was danach kommt, zu überstrahlen oder zu überschatten vermag. Und darum bedeutet das: Machen Sie es sich zu eigen, stets ein „zweites Mal“ hinzusehen. Sie können sich jedoch nicht darauf verlassen, dass Ihr Gegenüber das genauso handhabt. Darum gilt die Devise: Der erste Eindruck prägt nachhaltig, weshalb man hierbei schlicht und ergreifend nichts zu verschenken hat.

## KÖRPERSPRACHE: WARUM WIR NICHT NICHT KOMMUNIZIEREN

Der Kommunikationswissenschaftler Paul Watzlawick (1921–2007) prägte den Ausspruch, dass wir „nicht nicht kommunizieren können“. Selbst wenn Sie gerade keinen Ton sagen, treffen Sie trotzdem Aussagen, da Ihr Körper für Sie spricht. Körpersprache-Experten gehen sogar davon aus,

dass sieben Achtel unserer Kommunikation auf nonverbalem Weg stattfindet – und das gelte nicht nur beim ersten Eindruck. Vergleichbar ist das mit dem Bild eines mächtigen Eisbergs, bei dem der kleinere, sichtbare Teil des Eisbergs über Wasser liegt. Der sehr viel größere Teil liegt jedoch vor unseren Blicken verborgen unter der Wasseroberfläche. Man könnte also in einem Vergleich sagen, dass nur ein kleiner Teil unserer Kommunikation auf der bewussten und verbalen Ebene stattfindet. Der sehr viel größere Teil findet unbewusst und nonverbal statt. Besondere Bedeutung kommt dieser Annahme natürlich bei der Frage zu, was wir innerhalb von wenigen Sekunden beim ersten Kennenlernen von unserem Gegenüber wahrnehmen. Zuerst seien hier die nonverbalen Signale von Körpersprache bis Kleidung genannt. Während wir unsere Worte regelmäßig auf die Goldwaage legen, überlassen wir das Nonverbale viel zu oft dem Zufall. Leider wird der erste Eindruck dadurch nicht immer zu unserem Vorteil geprägt.

## VON AUFRECHTEN CHARAKTEREN UND KRUMMEN TYPEN

Man traut der Körpersprache zu, dass sie Rückschlüsse auf den Charakter eines Menschen zulässt. Und auch, wenn wir die Körpersprache der anderen meist nicht bewusst wahrnehmen, löst sie unbewusst ein Gefühl aus. Besonders sensible Antennen haben wir dafür, wenn wir jemanden nicht als authentisch, aufrichtig und echt wahrnehmen. Dann nämlich stimmen seine nonverbalen Signale nicht mit seinen Worten überein, was in uns zum Glück sehr schnell die Alarmglocken läuten lässt. Das Ziel kann also nicht lauten, mit nonverbalen Signalen eine perfekte Fassade zu errichten, mit der wir andere blenden könnten. Denn auch die schönste Fassade fängt bald an zu bröckeln, wenn ansonsten nichts dahintersteckt. Wir gehen davon aus, dass es nicht um Schein, sondern um Sein geht und dass Sie sehr wohl einiges zu bieten haben – sei es in beruflicher oder privater Hinsicht. Und es wäre doch schade, wenn Sie sich selbst ein Bein stellen und sich nicht von der ersten Sekunde an von Ihrer besten Seite zeigen.

Wer nicht lächeln kann, sollte keinen Laden aufmachen, sagt ein bekanntes Sprichwort. Und tat-



sächlich ist ein Lächeln mehr als die halbe Miete. Natürlich hört es sich immer ein wenig banal an, wenn man daran erinnert, ein Lächeln zu zeigen. Doch manchmal frage ich mich, warum die Dinge erst schwierig sein müssen, damit wir einen



Versuch wagen. Auch wenn es uns selbst verständlich vorkommt, vergessen wir den freundlichen Gesichtsausdruck oft gerade dann, wenn es darauf ankommt. Das Nichtlächeln ist nämlich viel häufiger ein Zeichen von Unsicherheit als von Unfreundlichkeit. In Situationen, die uns fremd sind oder in denen wir uns unwohl fühlen, ist es das Lächeln, das uns als Erstes abhandenkommt. Übrigens: Wir können sehr wohl ein falsches von einem echten Lächeln unterscheiden. Der aufgesetzte Gesichtsausdruck zeigt sich nicht bis an die Augen und verschwindet auch viel schneller als sein aufrichtiges Gegenstück.

Ohne Blickkontakt fehlt dem Lächeln jedoch ein entscheidender Zusatz. Wer uns anblickt, von dem fühlen wir uns wahrgenommen. Zudem ist der Blickkontakt in Gesprächen ein Zeichen von Aufmerksamkeit und Interesse. Darum gilt: Als Zuhörer müssen Sie den Blickkontakt zum Spre-

chenden permanent halten und dürfen sich nicht von äußeren Umständen ablenken lassen. Als Sprechender können Sie den ständigen Augenkontakt zum Zuhörenden dagegen nicht beibehalten: Ihr Blick wandert automatisch im Raum umher, während Sie sich an etwas erinnern oder nach der passenden Formulierung „Ausschau halten“. Vorsicht vor folgendem

Fettnäpfchen: Frauen neigen dazu, ihren Blick auf die Unzulänglichkeiten anderer zu richten. Männer haben die



Tendenz, die Vorzüge ihrer Gesprächspartner beziehungsweise Gesprächspartnerinnen etwas näher in Augenschein zu nehmen. Beides ist ganz und gar nicht kniggelike. Der Blick richtet sich vielmehr nur ins Gesicht und auf die Schulterpartie. Alles andere nehmen wir nur am Rande wahr!

Hände sprechen Bände. Die meisten Menschen wissen nicht, wo sie ihre Hände unterbringen sollen. In der Folge werden diese in Hosentaschen versenkt oder mit verschränkten Armen vor dem Körper gekreuzt. Beides ist jedoch ganz und gar keine positive Idee. In früheren Zeiten ging man davon aus, dass jemand, der seine Hände nicht zeigt, darin eine Waffe versteckt hält. Heute inter-

pretieren wir das ein wenig anders und nehmen an, dass diese Haltung auf jemanden hindeutet, der etwas zu verbergen hat. Umso interessanter ist es, wie viele Meetings im Berufsleben stattfinden, bei denen man so gut wie gar keine Hände auf dem Besprechungstisch zu sehen bekommt. Das Credo lautet: Halten Sie Ihre Hände sichtbar. Wer seine Handinnenflächen zeigt, signalisiert, dass er nichts zu vertuschen hat und tut sich leichter damit, beim Gegenüber Vertrauen zu wecken: Es ist beispielsweise ein elementarer Unterschied, ob Sie mit dem Zeigefinger (Dominanz!) auf einen Absatz in einem Schriftstück deuten oder ob Sie die offene Handfläche (Vertrauen!) benutzen. Verschränkte Arme stehen allgemein für eine ablehnende Haltung – sie bringen eine Barriere zwischen sich und den Gesprächspartner und schützen zugleich bei Gefahren die empfindliche Körpermitte. Erstaunlicherweise nehmen wir trotz besseren Wissens viel häufiger eine geschlossene Körperhaltung ein, als uns selbst bewusst ist. Da uns diese jedoch nicht zum Vorteil gereicht wird, ist es nun höchste Zeit, daran etwas zu ändern. Halten Sie ab sofort die Hände sichtbar vor dem Körper im positiven Bereich oberhalb der Gürtellinie. Hosentaschen sind tabu. Legen Sie die

Hände nur leicht ineinander, zum Beispiel indem sich diese an den Fingerkuppen berühren oder sich leicht ineinander verschränken. Sie wirken umso positiver, je offener Sie diese Haltung gestalten. Aus Erfahrung weiß ich, dass es sich im ersten Moment seltsam anfühlt, diese Körpersprache an den Tag zu legen. Darum ein abschließender Rat: Stellen Sie sich mit dieser Handhaltung vor einen Spiegel. Sie werden feststellen, dass diese Gestik viel positiver aussieht, als sie sich momentan für Sie anfühlt.

Wer viel Raum für sich in Anspruch nimmt, nimmt auch viel Macht für sich in Anspruch. Hüten Sie sich darum vor allzu raumgreifenden Gesten wie beispielsweise davor, die Hände in den Hüften aufzustützen. Sehr schnell wirken Sie dadurch überheblich, dominant und „von oben herab“.

Fragt man das männliche Geschlecht danach, wie breit der Stand sein darf, so erhält man regelmäßig die Antwort „schulterbreit“. In Einzelfällen mag das stimmen; sobald man jedoch des Öfteren ein Fitnessstudio aufsucht, gilt das schon nicht mehr. Zutreffender ist daher die Antwort „hüftbreit“ – das gilt für Damen und Herren gleichermaßen. Wo die Herren dazu neigen, etwas zu viel Raum für sich in Anspruch zu nehmen, zeigt sich

das weibliche Geschlecht oftmals zu bescheiden: Gern stellen Frauen die Füße ganz eng nebeneinander oder sitzen mit überschlagenen Beinen und schmalen Oberkörper da. Keine gute Idee! Denn auch hier gilt die Devise: Wer Raum für sich in Anspruch nimmt, nimmt Macht für sich in Anspruch – und umgekehrt. Nehmen Sie als Frau ruhig „etwas mehr“ für sich in Anspruch und demonstrieren Sie dadurch Selbstvertrauen und Selbstsicherheit.

## KLEIDER MACHEN LEUTE

Kleider machen Leute und Karrieren. Mit welchem Kleidungsstück man sich schmückt, entscheidet sich im beruflichen Kontext nach dem, was der Branche, dem Unternehmen, der jeweiligen Position und dem Anlass entspricht. Im privaten Rahmen gelten geschriebene Dresscodes oder das, was das Umfeld ungeschrieben erfordert. Schwierig sind insbesondere die Situationen, in denen man dank fehlendem Dresscode reichlich individuellen Gestaltungsspielraum hat. Kompliziert kann es aber auch dann werden, wenn Gastgeber die gewünschten Vorgaben nicht eindeutig formulieren und die Gäste den Dresscode dem-

entsprechend freizügig interpretieren. Peinlich dagegen, wenn man einen offiziellen Kleidungshinweis nicht erkannt und falsch gedeutet hat: Freunde hatten auf ihrer Hochzeitseinladung vermerkt, dass sie sich von den Gästen „black tie“ als Erscheinungsbild wünschen. An für sich eine eindeutige Formulierung, die einen Smoking unumgänglich macht. Die meisten Gäste hatten jedoch wortwörtlich übersetzt und somit erschienen viele Herren in dunklem Anzug und schwarzer Krawatte ...



## ES MUSS NICHT IMMER SCHWARZ SEIN: FARBEN ERZEUGEN WIRKUNG

Gerade wenn es keinen offiziellen Dresscode gibt, hilft es, die Wahl der Farben zu überdenken. Es ist ein großer Unterschied, ob man seinem Gesprächspartner im schwarzen Anzug oder im beigeen Kostüm gegenüber sitzt. Während helle Farben eher als harmlos, freundlich und aufgeschlossen gedeutet werden, stehen dunkle,

gedeckte Farben für Führungsanspruch, Fachkompetenz, Seriosität und Zuverlässigkeit. Das bedeutet jedoch nicht, dass der beste Dresscode „von Kopf bis Fuß in Schwarz“ lauten würde. Ein dunkler Anzug benötigt stets ein helles Pendant, das der dunklen Farbe die Strenge nimmt.

Tipp: Je häufiger Sie Kundenkontakt haben und je öfter Sie Ihr Unternehmen nach außen hin repräsentieren, desto höher sind die Anforderungen an Ihr Auftreten und Ihr Erscheinungsbild. Als Mitarbeiter präsentieren Sie nicht nur sich selbst, sondern damit verbunden auch stets Ihren Arbeitgeber. Wer sich seriös in Szene setzt, wirft ein entsprechend positives Bild auf sein gesamtes Umfeld – und umgekehrt.

Schwarz wird gemeinhin als Klassiker angesehen, mit dem man immer und überall gut gekleidet ist. Schwarz tragen wir aber auch bei traurigen Anlässen wie einer Beerdigung. Und nicht nur das: Früher war es üblich, sich als trauernder Familienangehöriger auch noch längere Zeit nach dem Trauerfall in Schwarz zu hüllen. Dadurch wurde dem persönlichen Umfeld mitgeteilt, besondere Rücksicht zu nehmen und Distanz zu wahren. Darüber hinaus tragen Tag für Tag unterschiedliche Berufsgruppen Schwarz zur Schau:

zum Beispiel Schiedsrichter, Security-Angestellte, Richter oder Pfarrer. Diesen Berufsgruppen begegnen wir – sofern wir ihnen in Ausübung ihres Amtes über den Weg laufen – nicht auf Augenhöhe, da ein eindeutiges Über-Unterordnungsverhältnis besteht. Aus diesen Gründen gilt Schwarz tendenziell als distanzierende und strenge Farbwahl. In Unternehmen gilt die Devise: Je höher die Position, desto dunkler die Kleidung. Manchmal ist Schwarz daher auch „zu viel des Guten“.

Dunkelblau wird unter anderem von Berufsgruppen wie Piloten, Stewardessen, Schiffskapitänen, Schaffnern, Chirurgen, Handwerkern sowie bei der Polizei, Post, Feuerwehr und Marine getragen. Bei so viel Erfahrung mit Dunkelblau im Alltag ist es kein Wunder, dass diese Farbe als besonders seriös, zuverlässig, fachkompetent, loyal und auch als ein bisschen konservativ eingestuft wird. Das erklärt auch, dass man in Branchen, in denen eigentlich Wahlfreiheit bei der Farbe der Kleidung gilt, gern auf ein zuverlässiges Dunkelblau zurückgreift. Damit gehen so viele positive Assoziationen einher, dass man sich unter anderem im Bankwesen oder der Unternehmensberatung ebenfalls häufig darauf beruft.



Dunkelgrau gilt als seriöse Farbwahl, auch wenn darin nicht so viel Aussagekraft steckt, wie zuvor bei Dunkelblau festgestellt werden konnte. Diese Farbe wirkt ausgewogen, geradlinig, neutral und unaufdringlich und passt nahezu immer und überall. Damit man nicht aus Versehen zu einer grauen Maus wird, ist die Kombination mit frischen und lebendigen Farbakzenten empfehlenswert.

Dunkelbraun ist eine Farbe, die – im Gegensatz zu früheren Zeiten – heutzutage problemlos im beruflichen Kontext getragen werden kann. Sie gilt als kommunikativ, sportlich, gesellig und freundlich, wenn auch nicht gerade als durchsetzungsstark. Beachten Sie die Devise: No brown after six. Bei Abendveranstaltungen nach 18 Uhr ist Dunkelbraun keine passende Wahl.

Beige wirkt souverän, elegant und edel. Wer eine höhere berufliche Position bekleidet, verwendet Beige am besten nur in Kombination – zum Beispiel mit einem dunkelbraunen Anzug.



Pastelltöne wie Hellblau oder Hellrosa lockern auf und nehmen in Kombination (zum Beispiel als Hemd oder Bluse) den dunklen, gedeck-

ten Farben die Strenge. Pastellige Farben wirken frisch, unbeschwert und sanft – zugleich jedoch auch harmlos und verletzlich. Meiden Sie daher Pastelltöne im Übermaß – sie schmälern Ihre Überzeugungskraft.

Weiß wirkt rein, frisch, klar und seriös und ist der klassische Kombinationspartner für die Bürokleidung. Allerdings ist ein durchgehend weißes Outfit fürs Büro nicht einmal im Hochsommer kniggelike. Achten Sie bei Weiß stets auf blickdichte Stoffe!

Rot ist eine Farbe mit vielen Facetten: Sie steht für Selbstbewusstsein, Aggressivität, Dominanz, Gefahr, Provokation und Aufregung. Sollten Sie in einer Situation durchgreifen und auf den Tisch hauen wollen, so ist eine autoritäre Kombination aus schwarzem Anzug, weißem Hemd und roter Krawatte sicherlich eine gute Wahl. Sollten Sie dagegen leise Töne anstreben, spräche diese Kombination eine ganz andere Sprache. Rot daher besser nur in Maßen und als kleinen Farbtupfer einsetzen.

Fazit: Durch die Wahl der Kleidungsfarbe kann man dem eigenen Erscheinungsbild Autorität, Fachkompetenz, Zuverlässigkeit und Überzeugungskraft oder auch Sanftheit, Freundlichkeit

und Umgänglichkeit verleihen. Kombinationen mit Pastelltönen wirken sanfter als harte Kombinationen mit klarem Weiß. Auflockerung entsteht nicht zwingend nur dadurch, dass man anstelle des Anzugs eine Kombination mit Jeans trägt oder das Sakko ablegt. Durch die entsprechende Farbwahl und Farbkombination kann man sehr gut gekleidet sein – ohne dabei ungewollt Distanzen zu schaffen.

## DOS UND DON'TS BEI DER KLEIDERWAHL

Rocklänge: In der Kürze liegt die Würze, lautet ein bekanntes Sprichwort. Tatsächlich aber endet der Rock kürzestenfalls knapp oberhalb der Knie-scheibe. Die Knigge-regel, dass ein Rock eine Handbreit über dem Knie enden darf, ist einem Missverständnis zu verdanken: Ursprünglich war damit die Breite einer Handkante gemeint und nicht, wie fälschlicherweise angenommen, tatsächlich eine ganze Handbreite. Zeigt frau nacktes Bein, so sind Feinstrümpfe im Sommer wie im Winter ein absolutes Muss.

Damenoberbekleidung: Mehr Stoff bedeutet mehr Autorität. Oberteile sollten daher im beruflichen Umfeld stets die Schultern bedecken und

einen Ärmelansatz aufweisen. Oberteile, die am Saum unten halbrund geschnitten sind (zum Beispiel Blusen), müssen innerhalb der Hose oder des Rocks getragen werden. Sind sie dagegen am unteren Ende gerade geschnitten, können sie auch außerhalb getragen werden. Der Ausschnitt endet eine Handbreite (nicht Handkante!) über dem Brustansatz.

Kostüm oder Hosenanzug: Nach wie vor gilt die Kombination aus Rock und Blazer als förmlicher als ein Hosenanzug. Beides ist jedoch bis in die höchsten Etagen kniggemäßig vertretbar – die Wahl bleibt dem persönlichen Geschmack überlassen.

Anzug für den Herrn: Bei wichtigen Anlässen darf es keine Kombination aus Sakko und andersfarbiger Hose sein, sondern es wird dem Anzug „Ton in Ton“ der Vorzug gegeben. Wer es noch förmlicher mag, der kann auf einen Dreiteiler in Kombination mit einer Weste zurückgreifen. Als Faustregel gilt: Das Sakko sollte das Gesäß ganz bedecken. Italienische Fabrikate sind meist etwas kürzer geschnitten als ihre englischen Pendant. Bitte transportieren Sie in Ihren Hosentaschen weder Handys noch Autoschlüssel oder gar Visitenkarten. All das leiert den feinen Zwirn nur

unnötig aus und nach kürzester Zeit ist er nicht mehr schön anzusehen. Wann das Sakko abgelegt werden darf, entscheidet der Gastgeber oder derjenige, der in einer Runde als der Ranghöchste identifiziert wurde.

Sakko/Blazer: Zeigen Sie sich zugeknöpft! Bei einem Sakko mit zwei Knöpfen wird der obere Knopf geschlossen. Bei drei Knöpfen schließen wir entweder den mittleren Knopf oder die beiden oberen Knöpfe. Bei vier Knöpfen schließt man die oberen drei oder die beiden mittleren. Bei fünf Knöpfen schließt man alle Knöpfe bis auf den untersten. Diese Regelung gilt sowohl für Damen als auch für Herren und immer dann, wenn Sie nicht sitzen. Im Sitzen zeigt man sich dagegen „aufgeknöpft“. Vergleichbares gilt auch, wenn die Herren eine Weste unter dem Sakko tragen: Auch hier bleibt der unterste Knopf stets offen. Wird eine Weste getragen, darf das Sakko immer offen bleiben – es sei denn, man tritt beispielsweise als Redner auf eine Bühne und muss daher förmlichere Kriterien erfüllen. Herrenhemden: So genannte Polohemden, bei denen Knöpfe den Kragen sichtbar an Ort und Stelle halten, sind absolute No-Gos in Kombination mit einer Krawatte. Diese Hemden haben ihren Ursprung im

Polosport: Die Kragen wurden geknöpft, damit sie nicht im Wind flatterten und die Pferde erschreckten. Daher gilt das Polohemd bis heute als Freizeithemd. Auch das Kurzarmhemd hat Freizeitcharakter und wird keinesfalls mit einer Krawatte vereint. Wer argumentiert, dass das kurzärmelige Hemd unter einem Sakko nicht sichtbar wird, der irrt: Der Sakkoärmel endet an der Daumenwurzel. Darüber ragt dann noch zwei Finger breit die Manschette, womit das Hemd sehr wohl auch unter einem Blazer zu erkennen ist.

Krawatten enden am Gürtel beziehungsweise schließen mit dem Hosenbund ab. Mit einem Hemd beweist man Stil, mit einer Krawatte Persönlichkeit. Nichtsdestotrotz haben Comicfiguren oder Batikmuster auf dem Langbinder nichts zu suchen. Zu einem klein gemusterten Hemd passt eine groß gemusterte Krawatte – zu einem groß gemusterten Hemd dagegen besser eine Krawatte mit kleinen Mustern. Auch bei größter Hitze sitzt der Krawattenknoten ordentlich an Ort und Stelle. Wer statt der Krawatte zur Fliege greift, rückt sich in ein komödiantisches Licht.

Schuhe: An den Schuhen soll man angeblich den Charakter eines Menschen erkennen können. Dicke Gummisohlen mögen zwar praktisch sein,

passen aber nicht zu einem seriösen Gesamtoutfit. Herren tragen am besten nur Lederschuhe aus Glattleder, bei den Damen ist auch Wildleder erlaubt. Sandalen gehören in den Freizeitbereich. Im beruflichen Kontext müssen auch bei den Damen die Schuhe stets an den Zehen geschlossen, an der Ferse dürfen sie dagegen offen sein. Vom Farbverlauf her wird es „nach unten“ dunkler oder es bleibt „gleichfarbig“. Daraus ergibt sich, dass helle Schuhe niemals zum dunklen Anzug kombiniert werden, auch wenn das im modischen Italien eine äußerst beliebte Kombination darstellt. Um einige Beispiele aufzuzählen: Zum dunkelbraunen Anzug trägt man dunkelbraune Schuhe (keine schwarzen Schuhe – dunkelbraun und schwarz werden nicht miteinander kombiniert), zum dunkelblauen Anzug trägt man schwarze Schuhe (dunkelblaue gehen selbstverständlich auch; beige oder braun sind dagegen verpönt), zum schwarzen Anzug passen nur



schwarze Schuhe, zum dunkelgrauen Anzug greift man erneut auf schwarze Fußbekleidung zurück.

## WENIGER IST MEHR: KOMBINATIONEN UND ACCESSOIRES

Ein harmonisches Gesamtbild stellt sich ein, wenn man nicht mehr als neun Dinge sichtbar trägt. Kleidungsstücke, die unsichtbar getragen werden (beispielsweise Unterwäsche), werden genauso wenig mitgezählt wie ein Mantel, der an der Garderobe abzulegen ist. Berücksichtigen Sie außerdem, dass „Paare“ als eins zählen: Wir zählen nicht den rechten und linken Schuh einzeln, sondern gehen von einem Paar Schuhe aus. Daraus ergibt sich dann zum Beispiel das folgende Gesamtbild:

1. ein Paar Schuhe
2. ein Paar Socken/Strümpfe
3. eine Hose
4. ein Gürtel (bei den Herren stets Pflicht; bei den Damen nur, wenn Gürtelschlaufen vorhanden sind)
5. ein Hemd
6. eine Krawatte
7. ein Sakko
8. ein Ehering
9. eine Brille





Da die Damen auf die Krawatte und gegebenenfalls sogar auf den Gürtel verzichten können, ergibt sich daraus etwas mehr Spielraum für Accessoires: So könnte man ein paar Ohrringe und eine Kette hinzufügen und würde dennoch nicht mehr als neun Dinge sichtbar tragen. Herrenuhren werden nicht mitgezählt: Da ohnehin nur das langärmelige Hemd dem beruflichen Kniggestandard entspricht, bedeckt die Manschette stets das Handgelenk, sodass dieses Statussymbol nicht sichtbar wäre.

Kombinieren Sie darüber hinaus nicht mehr als drei Farben und zwei Muster miteinander. Zum Beispiel:

1. ein dunkelblauer Anzug
2. ein hellblaues Hemd
3. eine hellblau-dunkelblau-weiß gemusterte Krawatte

Insgesamt kommen wir bei dieser Kombination auf drei Farben (Dunkelblau, Hellblau, Weiß) und ein Muster (auf der Krawatte) und liegen damit im „mustergültigen“ Bereich!

## CASUAL ODER BLACK TIE? DRESSCODES AUF EINLADUNGEN

Ein besonders förmlicher Dresscode gilt für die Gäste der Queen beim Pferderennen in Ascot. Dann nämlich haben die Herren Cut zu tragen und die Damen ein Kleid oder ein Kostüm. Hosenanzüge für die Damen gelten als Tabu, seit sie der Duke of Norfolk als oberster Protokollchef der Queen im Jahre 1967 mit einem Bann belegt hat. Auch wenn es nicht gleich der Besuch bei der Queen ist: Dresscodes auf Einladungen sorgen nicht selten für Verwirrung. Eine Schwierigkeit hierbei: Geschriebene Dresscodes richten sich stets an den Herrn – die Dame hat sich dann dem Outfit sinngemäß anzupassen.

**Dunkler Anzug:** Hiermit ist gemeint, dass ein Einreihler in dunklen, gedeckten Tönen wie Dunkelgrau oder Dunkelblau erwartet wird. Für den dunklen Anzug kommt Schwarz jedoch nicht infrage, da diese Farbe traditionell dem Smoking vorbehalten bleibt. Für Damen ergibt sich daraus, dass man mit einem dunklen Hosenanzug oder einem Kostüm passend gekleidet ist. Bei privaten Anlässen darf es auch ein elegantes Etuikleid oder vielleicht sogar das „kleine Schwarze“ sein. Mit

einem Abendkleid dagegen wäre die Dame overdressed.

Abendgarderobe/Abendanzug: Die Herren wählen nun einen schwarzen oder dunkelblauen Anzug oder einen Smoking. Die Damen wählen ein Kostüm, einen eleganten Hosenanzug oder ein Kleid. Das lange Abendkleid wäre nur dann angemessen, wenn sich der begleitende Herr für einen Smoking entscheidet.

Smoking/Black Tie/Dark Suit: Was auf drei verschiedene Arten ausgedrückt wird, meint alles dasselbe. Hier erwartet der Gastgeber einen förmlichen Auftritt und schlägt einen Smoking vor. Dieser ist schwarz oder mitternachtsblau und wird mit einer schwarzen Fliege, einem weißen Smokinghemd und dem Kummerbund kombiniert. Anlässe für den Smoking sind Abendveranstaltung wie Konzerte, festliche Bälle oder Hochzeitsfeiern. Erscheint der Herr in einem solch festlichen Gewand, wählt die Dame an seiner Seite ein Abendkleid, das mindestens knielang ist. Die Handtasche darf nicht größer als der Kopf ausfallen und es gilt die Devise „je festlicher der Anlass, desto weniger Schuh“: High Heels mit unbestrumpftem Fuß sind nun eine hervorragende Wahl.

Frack/White Tie: Anlässe für den Frack sind nicht gerade reich gesät – er wird beim Wiener Opernball, bei Nobelpreisverleihungen und Adelshochzeiten getragen und erblickt immer erst nach 18:00 Uhr das „Tageslicht“. Die Schleife des Fracks ist – anders als beim Smoking – grundsätzlich weiß. Der Frack zeichnet sich des Weiteren durch eine schwarze, einreihige Jacke aus, die nicht geschlossen werden kann. Die Damen tragen eine bodenlange Abendrobe, die reich verziert ist und sich durch ein einladendes Dekolleté auszeichnet; Haare werden hochgesteckt und nicht offen getragen.

Cut: Der Cut ist der Frack des Tages und wird bei der Gartenparty der Queen, Jubiläen, Adelshochzeiten und Staatsempfängen getragen. Er besteht aus einer Jacke, einer dunkelgrauen Weste und einer gestreiften oder karierten Hose in gedeckten Farben. Die Damen wählen ein knielanges Kleid oder ein Kostüm und kombinieren dies mit einem eleganten Hut.

Come as you are: Mit diesem Hinweis verbinden wir gerne die Vermutung, dass der Gastgeber es seinen Gästen schön bequem machen möchte und man quasi frisch vom Sofa und im Jogginganzug erscheinen dürfte. Ganz so ist es nicht:

Zwar muss man sich bei diesem Kleidungshinweis nicht extra umziehen. Man geht jedoch davon aus, dass der Gast zu der Veranstaltung direkt im Anschluss an den Bürotag erscheinen wird – somit gilt der klassische Businessdresscode in Form von Anzug und Krawatte beziehungsweise Hosenanzug oder Kostüm.

Casual: Dieser Vermerk mit amerikanischen Wurzeln meint, dass man gehobene Freizeitkleidung an den Tag legt. Das ist bei den Herren eine Jeans, ein Poloshirt oder ein Polohemd. Bei den Damen gilt Entsprechendes. Entgegen der weitläufigen Meinung ist dieser Dresscode nicht entstanden, weil man Mitarbeitern im Rahmen eines „casual friday“ einen Tag in der Woche schenken wollte, an dem sie sich aus Bequemlichkeit legerer kleiden dürften. Vielmehr war dies aus praktischen Gesichtspunkten unumgänglich: Man musste ihnen zur damaligen Zeit einen Tag verschaffen, an dem sie ihre Anzüge in die Reinigung geben konnten.

Smart Casual: Hier tragen die Herren etwas mehr, als bei „casual“ erforderlich ist. Man versteht darunter eine Kombination aus dunklem Sakko, heller Stoffhose und Poloshirt oder Polohemd. Die Damen können beispielsweise ein

Twinsset in Kombination mit einer Hose oder einem Rock wählen. Jeans sind dagegen verpönt.

Business Casual ist weniger freizeit- als vielmehr businessmäßig orientiert. Hier tragen beide Geschlechter das ganz normale Outfit, das sie Tag für Tag im Büro kleidet. Die Herren dürfen bei ihrem Anzug gegebenenfalls die Krawatte ablegen – da die Damen keine Krawatten tragen, entfällt für sie diese „Erleichterung“.

Tipp: Wenn Sie sich unsicher sind, welches Outfit von Ihnen erwartet wird, so fragen Sie lieber einmal zu viel als einmal zu wenig beim Gastgeber nach!

