

# Имидж делового человека

Чупин Валериан Дмитриевич,  
учитель физики МАОУ СОШ10, г.  
Чайковский, Пермский край

# Вступление

- Сегодня высокая конкуренция на рынке труда требует от работника быть не только высококвалифицированным специалистом, но и создавать свой собственный привлекательный имидж. В данном курсе мы постараемся понять пути формирования имиджа делового человека, вне зависимости от того работником какой сферы он является. Познакомимся с основными принципами формирования имиджа делового человека.
- При виде одного человека у другого на сознательном или подсознательном уровне складывается о нем впечатление, которое в первую очередь зависит от внешнего вида человека, что подталкивает или ограничивает другого в готовности действовать. Мы убедимся в том, что по внешнему виду человека, пусть даже Вы с ним и не разговаривали, можно определить некоторые черты его характера, которые помогут Вам в дальнейшем с ним общении. Это, так называемая, психологическая установка.

# Что это за фишка — дресс-код, и почему он именно такой?

- **Зачем дресс-код нужен нашей компании, а если нужен, то какой именно? Что мне делать, если я хочу носить одно, а компания хочет видеть на мне другое? Вопрос первый: что такое деловой дресс-код? Ответ: это правила подбора одежды и аксессуаров для сотрудников офиса. Своего рода, деловой этикет для Вашего гардероба. Вы скажете, что в таком случае, достаточно чистой, опрятной городской одежды.**
- **Что делать, если эти правила слишком тяжелы? Если сухая строгая одежда душит ее и не дает возможности для выражения своей женственности? А с другой стороны, рюши, оборочки, цветочные узоры, летящий силуэт снижают авторитет женщины-руководителя, противоречат корпоративному дресс-коду. Рецепт — в обворожительном, кружевном белье. Конечно, это нарушит общий стиль, но создаст необходимую гармонию в душе. Пусть никто не видит, но Вы то знаете свою тайну и чувствуете себя настоящей женщиной.**
- **С другой стороны, если Вам нужно подчеркнуть свою творческую жилку, свою креативность, чувствительность, психологизм, то Ваш выбор — это круги, силуэты с плавными линиями. Облегающая одежда, стрейч, любой трикотаж, закругленные линии кроя, мягкие или тонкие ткани, драпировки, летящие силуэты, цветочные узоры. Кудряшки, локоны, волны, волосы, уложенные круглой щеткой, объемные прически, мягкие челки — тот же символ круга.**
- **Еще один существенный вопрос к дресс-коду — это его «одинаковость». «Почему я должен быть как все, когда я — личность и хочу отличаться?!» Здесь нам помогут историки. Сообщества людей одеваются одинаково в тех случаях, когда им необходимо подчеркнуть свою общность, единство взглядов, интересов, целей. Хорошим примером может быть армия. Еще Александр Македонский заметил, что если воины одеты одинаково, то боевой дух армии многократно усиливается. Если в Вашей корпорации, гостинице, магазине, школе принята единая форма, это говорит о том, что Ваша компания хочет создать в Ваших головах и головах потребителей свой цельный образ, а не образ случайных людей, случайно оказавшихся вместе**

# Деловой стиль

- Деловой стиль базируется
- на международном
- стандарте, в котором
- ценятся сдержанность,
- высокое качество одежды,
- отсутствие ярких,
- приковывающих
- внимание аксессуаров.
- И
- центральным элементом
- выступает костюм



# Деловой стиль в одежде: Костюм



- Цвет
- Рисунок
- Ткань
- Крой
- Серый, черный, темно-синий, баклажанный, бургунди,
- коричневый, бежевый, оливковый
- Клетка, полоска, без рисунка
- Высококачественная натуральная (шерсть, тонкий твид, габардин, лен с пропиткой)
- Полуприлегающий, классический, изысканная отделка и декор

# Не рекомендовано: Костюм



Яркий рисунок,  
сильное  
облегание



Ткань с блеском,  
юбка выше колена,  
больше на ладонь



Кожаный  
жакет



Яркий цвет,  
плотные  
колготы



# Не рекомендовано: Блуза



Прозрачные блузы



Яркие цвета, рюши



Стразы, бисер,  
яркий декор



Глубокий вырез,  
топы на  
бретельках



Укрепляющие топы

# Деловой стиль в одежде: Прическа



- Деловые прически:
- Короткие (самые универсальные - боб, каре)
- Средней длины до плеч
- Длинные волосы, убранные в пучок, хвост, ракушку и т.д.
- Основное требование – прическа должна быть аккуратной и фиксированной.
- Короткую стрижку надо обновлять
- 1 раз в месяц
- При длинных волосах ровняют концы
- 1 раз в 2 месяца



# Не рекомендовано: Прическа



Длинные,  
распущенные  
волосы



Креативная  
стрижка



Большое  
количество лака



Не фиксированная  
форма

# Деловой стиль в одежде. Маникюр



- Классическая длина ногтя –
- не более 3-5 мм
- Форма – округлая
- Французский маникюр –
- оптимальный вариант для бизнеса
- Оптимальные цвета лака (светлые и телесные): оттенки пыльной розы, кофе с молоком, слоновая кость, все бежевые тона и белый

# Не рекомендовано: Маникюр



Маникюр со стразами и рисунком



Длинные ногти



Nail art

# Внешний вид: формы и силуэты

Личностные качества, присущие основным типам силуэтов

- Условно выделяют несколько основных типов силуэта — треугольник, круг и квадрат. Люди еще в древности заметили, что разные формы геометрических фигур производят на нас разное впечатление. Особенности фигуры и силуэты. Одежда по размеру. Очень важно покупать одежду по размеру. Часто мы сами создаем свои недостатки тесной или болтающейся одеждой... Можно долго перечислять признаки Вашего размера. Проще всегда при примерке мерить не только свой (как кажется) размер, но и больший и меньший варианты.

Основные типы силуэта		Основные личностные качества
	ТРЕУГОЛЬНИКИ	<ul style="list-style-type: none"><li>+ лидерство;</li><li>+ доминанта;</li><li>+ администрирование;</li><li>+ власть;</li><li>+ мужественность.</li></ul>
	КРУГИ	<ul style="list-style-type: none"><li>+ творческие способности;</li><li>+ креативность;</li><li>+ чувствительность;</li><li>+ эмпатия;</li><li>+ женственность.</li></ul>
	КВАДРАТЫ	<ul style="list-style-type: none"><li>+ исполнительность;</li><li>+ стабильность;</li><li>+ пунктуальность;</li><li>+ обязательность;</li><li>+ профессионализм.</li></ul>

# Осанка

- Ваша уверенность в себе, в своих силах проявляется в Вашем положении в пространстве. **Осанка** лидера — уверенная опора на две ноги, свободные колени (не согнутые, не напряженно прямые), свободный таз (слегка движется при дыхании), раскрытая грудная клетка, плоские лопатки, свободные руки, плечи откинuty назад, центральная посадка головы (не смещена вперед — просящее, не назад — надменно), взгляд устремлен к горизонту (не выше, не ниже).





# Влияние цвета

- Для правильного выбора цветовой палитры полезно знать законы психологии цвета.
- Основные законы психологии цвета
  - очень яркие цвета — утомляют (провоцируют выработку гормонов напряжения);
  - очень нежные, цветочные оттенки вызывают ассоциации с юностью, детством, непостоянством;
  - глубокие, насыщенные теплые цвета уводят в сторону чувственности, личных отношений;
  - основа делового стиля: черно-серо-белая гамма, затемненные оттенки (темные синий, коричневый, оливковый), голубой, бежевый и бордовый.





# Строгий деловой стиль

- **Обычен:** Для банковской сферы, чиновников и госслужащих высокого ранга, для компаний, чья корпоративная культура подразумевает стабильный и консервативный имидж, для важных деловых событий — переговоров, интервью, выступлений, совещаний. Общая основа: Костюм классического силуэта. Гладкая шерсть. Цвет — черный, темно-серый, темно-синий. Брюки — классические со стрелкой и одной или двумя складками у пояса. Рубашка — белая, гладкокрашеная.



# Обычен: Для сотрудников преуспевающих компаний

Для женщин



Для мужчин



# Возможные элементы индивидуального стиля.

Сочетание цветов одежды, аксессуаров и макияжа, текстуры, крой, стильные украшения, интересные сумки классического (не молодежного или богемного) стиля. Возможна интересная прическа (исключая сложные укладки). Для мужчин — несомненно, это интересные часы и галстук.

Для мужчин



Для женщин



# Свободный деловой стиль

Обычен: Для творческих сотрудников, для «свободных пятниц» в деловых офисах. Основа: Плюс к деловому стилю допускается стрейч, трикотаж средней вязки, узоры, базово-яркие цвета, усложненный состав ткани, синтетика. Возможны джинсы — черные или бежевые.

Для женщин



Для мужчин

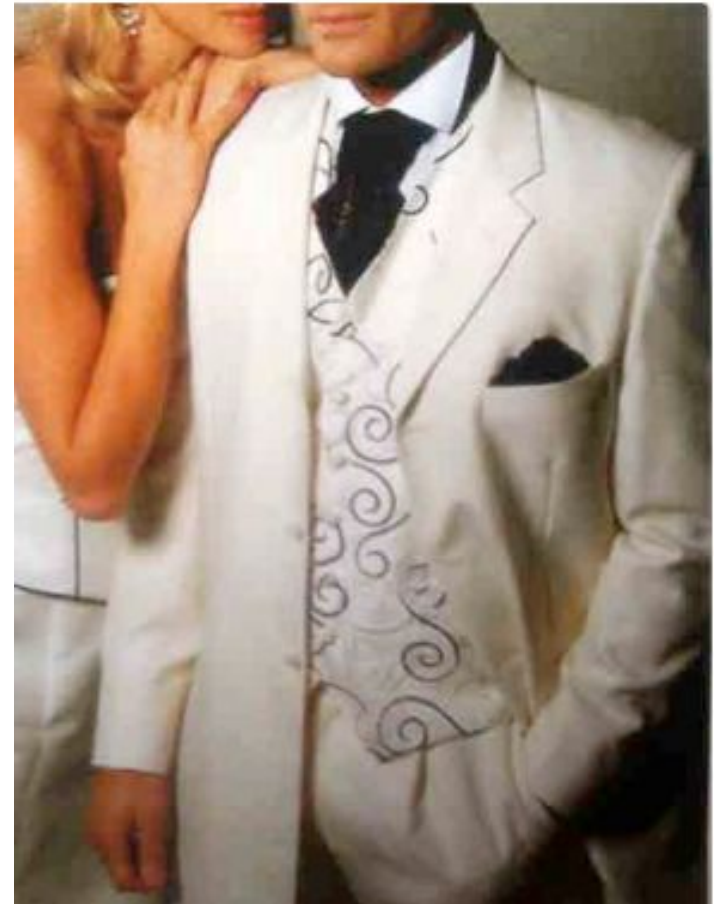




# Dress-code на официальных

Возможные мероприятия для вечерний прием, например, рождественский, или свадьба, премьера в театре и т. п.

Для женщин



# Туфли для офиса – весь день за СТОЛОМ



- Офисная обувь искушает нас дважды. С одной стороны, кажется, что для сидячей работы не обязательно покупать удобную обувь, достаточно просто красивой, все равно весь день за столом, а для того, чтобы дойти до буфета или курилки, удобство не требуется, перетерпим. С другой стороны — зачем покупать красивую обувь, если ноги все равно целый день под столом и их никто не видит, можно хоть в тапочках сидеть, а в обеденный перерыв все равно надо переодеться в уличное — идти в кафе за углом. Вот так и экономим — или на красоте, или на удобстве. И все же, нельзя ли совместить удобство тапочек и красоту модельной обуви. Конечно можно!



# Не рекомендовано: Обувь



Излишний  
декор



Пляжные  
сандалии



Мюли



Сабо

# Обувь



- В обуви важно ее удобство. Англичане советуют покупать обувь чуть дороже, чем можем себе позволить. Только из натуральных материалов, на невысоком каблуке.
- **Все знают о дресс-коде и у всех возникают вопросы. Что это за фишка — дресс-код, и почему он именно такой?**

# Пусть неудобно – зато как красиво и модно



- Бойтесь так говорить. Обувь должна окрылять вас, а не ставить на протезы. Любой, самый элегантный, протез не делает здорового человека краше. Летящая походка придаст вам больше изящества, чем неудобная шпилька.

# Без каблука - я не женщина?

- Многие из нас не мыслят себя без высоких каблуков. - Я в них такая женственная и элегантная, — говорят они. И вот, бегут за автобусами, ковыляют в бесконечных переходах, оскальзываются на зимней мостовой, хромают на дачных дорожках.
- они, красивые и элегантные...
- **Например, на приемах, торжествах, романтических свиданиях или премьерах. Все!**
- В остальных случаях они делают вас уткой, а не лебедем. **Очень высокие каблуки эффектны, только когда вы носите их недолго, ходите недалеко и небыстро.**



# Три кита вашего выбора

- **Первый кит** — никогда не используйте аксессуары, выглядящие и стоящие дешевле вашего костюма. Это, по крайней мере, бессмысленно. Неопрятная сумка и дешевой кожи испортит впечатление от добротного пальто или шикарной шубы. Дешевые духи не позволят насладиться элитным платьем. А плохонькие спортивные очки с ближайшего рынка будут не только диссонировать с фирменным горнолыжным костюмом, но и могут явиться причиной травмы.
- **Второй кит** — касается количества аксессуаров. Мне кажется, Шанель лучше всех выразила это правило. Если Вы хотите, чтобы на вас обращали внимание — сначала наденьте все то, что вы собирались надеть на этот раз — а затем, либо снимите, либо наденьте одну вещь. Человека, скользящего по вам взглядом, сразу привлечет либо пустота, либо излишество в вашем облике. Как говорят японцы: «Гармонию можно постичь, только если она нарушается».
- **Третий кит** — это, несомненно, этикет. Незыблемый и постоянно меняющийся. Строгий и попускающий. Аристократический и вполне демократичный.



Модно, но опасно!





# Носовые платочки

- Ради Бога, не забывайте, что бумажным платкам место в ванной комнате, но не в вашей сумке. Воспользуйтесь маленькими батистовыми или кружевными платочками вашей бабушки, перед тем как положить их в сумку, не забудьте слегка подушить.



# Украшения

Украшения выбирают в зависимости от времени суток и обстоятельств: их должно быть совсем немного. Никаких броских украшений на стадионе, в церкви и больнице.

Принимая гостей, будьте скромны в выборе украшений, чтобы ненароком не затмить приглашенных дам.

Во время коктейля или ужина к гладкому черному платью можно позволить себе больше украшений.

Вечером, к гладкому строгому платью подойдут несколько крупных украшений.



- **С длинным вечерним платьем никогда не носят часы, будь они даже усыпаны бриллиантами.**
- **Пока идет праздник — время останавливается!  
!”**



# Заключение

- Нужно запомнить главное – первое впечатление о Вас у окружающих складывается в тот момент, когда Вы появляетесь в комнате, в офисе и т.д. Если не предавать значение своему имиджу, то на «любовь» и уважение со стороны окружающих можно сильно не надеяться. Нужно помнить и о том, что Ваш внешний вид не должен быть слишком вызывающим! Постарайтесь подчеркнуть свои сильные стороны и скрыть те моменты, которым Вы сами не желаете придавать значения. Вы можете обладать харизмой, всегда уметь поддерживать разговор и хорошо держаться в деловых переговорах. Но первое впечатление о Вас складывается по Вашему имиджу. Не забывайте об этом!

# ИСТОЧНИКИ

- **Имидж делового человека.** Семенов Александр Сергеевич, кандидат физико-математических наук, эксперт-практик в области венчурного бизнеса и управления инновационными проектами. 1997 – 2005 — Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, механико-математический факультет, аспирантура, кандидат физико-математических наук
- Деловой стиль в одежде

