

### Stilvoll im beruflichen Alltag

Der erste Eindruck entscheidet. Dies gilt sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich. Studien belegen, dass über den ersten Eindruck zu 55 Prozent unserer äußeres Erscheinungsbild entscheiden, also unsere Kleidung, Frisur, Mimik, Gestik und Körperhaltung. 38 Prozent des ersten Eindrucks werden damit entschieden, wie wir etwas sagen und nur 7 Prozent was wir sagen. Das bedeutet, dass stilvolles Auftreten und die richtige Ausstrahlung bei Bewerbungs- oder Geschäftsgesprächen entscheidend zum Erfolg beitragen können.

Wie gelingt Ihnen der perfekte erste Eindruck? Beachten Sie besonders im Berufsleben stets die verbalen und persönlichen Distanzonen. Bei Kontakten mit Kollegen, Mitarbeitern, Vorgesetzten oder Kunden sollte stets eine Distanz von 1,2 bis 3,5 m eingehalten werden. Entscheidend für Ihren ersten Eindruck bei Ihrem Gegenüber sind auch Ihre Mimik und Gestik. Breitbeiniges



Dasitzen, Hände in den Hosentaschen, auffälliges Gähnen und Husten gehören nicht zu einem stilvollen Auftreten. Bei der Begrüßung dem Gegenüber in die Augen schauen und ein offenes und freundliches Lächeln sind die halbe Miete für Ihren Erfolg. Auch das Thema „Kleidung“ wird oft unterschätzt. Dabei geht es nicht um Anzug oder Kostüm, sondern um eine gepflegte Erscheinung allgemein. Beachten Sie dabei auch das Umfeld in ihrem Unternehmen, was sieht der Kunde oder Gast!

**Unser nächstes Thema:** Grüßen, Begrüßen, Anrede, Titel, Vorstellen – was ist noch aktuell und was ist nicht mehr zeitgemäß.

*Stil & Etikette*  
- **Marlis Rhinow** -