

22. Juni 2016



Wenn es heiß wird: Sommersünden

Auch wenn es draußen heiß ist, sollten Sie auf guten Stil achten. Damit das gelingt, hier zur Orientierung die größten Sommersünden.

■ Verstecken hinter Hut und Sonnenbrille

Wer sich im Freien durch eine Sonnenbrille und/oder einen Sonnenhut vor Hitze oder Strahlung schützt, sollte diesen Schutz abnehmen, sobald er einen geschlossenen Raum betritt. Insbesondere bei Begrüßungssituationen ist es ein Fauxpas, sich hinter dunklen Gläsern und großen Hutkrepfen zu verstecken.

Bei der Begrüßung geht es schließlich um die Kontaktaufnahme. Ihr Gesprächspartner möchte sehen, mit wem er es zu tun hat, und Ihnen in die Augen schauen können. Indem Sie Hut und Brille abnehmen, zeigen Sie, dass Sie offen sind und nichts zu verbergen haben.



■ Schweißtreibende Angelegenheiten

Schweiß ist ein geniales Kühlungssystem der Natur, auf dem gesellschaftlichen Parkett jedoch unangenehm bis peinlich. Wer leicht feuchte Hände bekommt, sollte vor Begrüßungssituationen zum Taschentuch greifen. Man kann zusätzlich auch eine kleine Packung Babypuder in der Tasche mit sich führen und die Hände damit ab und zu benetzen; das hält die Hände trocken(er).



Extra-Wissen: Frischer Schweiß stinkt nicht

Verantwortlich für den Abbau von Schweiß zu Ameisen- oder Buttersäure sind Bakterien, die auf der Haut vorkommen. Diese Abbauprodukte haben einen unangenehmen Geruch.

Abhilfe verschaffen Deodorants, die die Bakterien auf der Haut reduzieren. Mittlerweile gibt es auch Deosprays im Miniaturformat für unterwegs, die in jede Hand- oder Aktentasche passen. Diese kleinen Helfer wirken, bevor der Schweißgeruch entsteht. Sehr angenehm und gut wirksam sind auch Creme-Deos in kleinen Tuben.

Damit Ihre Haut atmen kann, sollten Sie auf eng anliegende Kleidung aus synthetischen Stoffen verzichten. Diese verstärken noch zusätzlich die Geruchsbildung.

■ Arbeitskleidung gegen Strand-Outfit tauschen

Sobald das Thermometer steigt, tauschen viele Frauen die Pumps gegen Flipflops und die Bluse gegen ein Spaghetti-Top. Manche Männer greifen zu Sandalen und Bermudas. Der Name der kurzen Hosen lässt jedoch bereits erahnen, wo solche Kleidung hingehört: auf die Bermudas, die Bahamas oder auf eine andere URLAUBSinsel.

Wer sich anzieht, als wäre er nicht auf dem Weg ins Büro, sondern an den Strand, muss sich nicht wundern, wenn der nächste Karriereschritt lange auf sich warten lässt. Eine professionelle Arbeitshaltung wird u. a. durch die Wahl der Kleidung offensichtlich.

Je nach Dresscode in der Firma dürfen Sie im Hochsommer dunklere Farben gegen hellere tauschen und das Sakko zu Hause lassen. Kühlung verschaffen Sie sich nicht dadurch, dass Sie den Bizeps oder den Bauchnabel lüften, sondern durch leichte Stoffe mit hohem Baumwoll- oder Leinenanteil. Die Mindestanforderung ist, dass Schultern, Bauch und Beine bedeckt sind. Damen wählen Röcke in knieumspielender Länge.

