Семінарське заняття з Ділового етикету

Тема: Формування гардеробу ділової людини

Під час підготовки та опрацювання матеріалу до семінарського заняття використовуємо інформацію за такими покладаннями

<https://pidruchniki.com/10560412/etika_ta_estetika/traditsiyniy_diloviy_gaderob_strategiya_dlya_cholovikiv>

<https://pidruchniki.com/13560615/etika_ta_estetika/traditsiyniy_diloviy_garderob_strategiya_dlya_zhinok>

<http://www.big-lib.com/book/40_Dilovii_etiket_y_mijnarodnomy_biznesi/4312_81_Vibir_dilovogo_garderoby>

[https://studfile.net/preview/8188309/page:13/](https://studfile.net/preview/8188309/page%3A13/)

та інші.

Використання матеріалів, що рекомендовані у відкритих джерелах, вимагає певної систематизації інформації. Для того, що цю роботу зробити ефективно, пропоную такий алгоритм підбору рекомендацій.

1. Особливості догляду за тілом
2. Макіяж та парфуми
3. Підбор ансамблю одягу
4. Аксесуари.

Гарна фізична форма, контроль за чистотою тіла, станом волосся, шкіри, нігтів – обов’язкова вимога. Серед найбільш традиційних порад можна окреслити такі: використання косметичних засобів догляду за тілом потребує обрання якісних, виготовлених на сертифікованих виробництвах засобів – гелі, шампуні, зубна паста, дезодоранти, рідини для умивання, зняття макіяжу, тоніків, кремів до та після гоління тощо. Серед рекомендацій – використовувати вироби одного напряму, з урахуванням ароматів, що узгоджуються. При цьому є сенс більше уваги приділяти не комплексним засобам (два, три в одному), а таким, що мають монопризначення. Застосування парфумів вимагає пам’ятати таке: аромат чоловічих парфумів має відчуватись на 0,5 метри, жіночих – не більше 1 метру. Рекомендується змінювати аромат що п’ять років, бо у результаті старіння шкіри змінюється букет аромату, довготривалисть використання одного аромату створює ефект звикання і людина може не відчувати перенасиченість запахів. При цьому пропонується у теплі періоди використовувати легкі, прохолодні аромати, а у холодні – більш теплі, можливо квіткові, цитрусові. Існують рекомендації парфумерів щодо впливу ароматів на ефективність діяльності (наприклад, аромат жасмину впливає на розумову активність, пряні аромати – сприяють відновленню сил тощо).

Зачіска ділової людини – не тільки спосіб самовираження, але й забезпечення сприйняття вас як людини, що уважна до дрібниць. Чисте волосся, своєчасно доглянете перукарем – важлива ознака. Серед рекомендацій такі: волосся довжиною більше 25 см бажано підбирати, щоб воно не заважало під час роботи біля письмового столу, іншого робочого міста, не закривало очі. При цьому не рекомендується часто і кардинально змінювати колір та форму зачіски. Зачіска має пасувати і до стилю костюму.

Макіяж – обов’язкова вимога до обличчя ділової жінки. Найскладнішим є природний макіяж, що не використовуючи яскраві кольори та складні форми, дозволяє зробити акцент на очах, губах, корегує обрис обличчя. Важливо пам’ятати, що у разі роботи на телебаченні, театрі, на посадах, що передбачають спілкування з великою аудиторією, необхідно враховувати особливості освітлювання, відстані, транслювання на екрані тощо. Відсутність чіткої лінії брів, зависоко відкритий лоб створюють образ розслабленості, неуважності.

Шкіра шиї та руки найкраще показують вік людини. Догляд за ними має особливе значення. При цьому важливо пам’ятати – гігієнічний манікюр обов’язків як для жінок, так і для чоловіків. Важливо не допускати неохайних, задовгих нігтів. Колір лакового покриття, його свіжість та своєчасність корекції – принципово важливі.

Добираючи ансамбль одягу пам’ятаємо такі правила: якісна та чиста, підібрана за розміром нижня білизна – база для якісного вигляду. Необхідно враховувати, що доцільним є поєднання не більше трьох базових кольорів, неприпустимість використання в ансамблі одягу матеріалів різної якості (дорога вовна та дешеве трикотажне полотно літнього джемпера), складність підбору різних відтінків одного кольору, особливо у речах з різним типом тканин, обов’язкова наявність рукавів (безрукавки неприпустимі навіть влітку і у чоловічому, і у жіночому костюмі) тощо.

Назвемо окремі поради, що в цілому можуть вплинути на зовнішній вигляд ділового костюму.

Жіночий костюм: жакет, спідниця або брюки, блузка, тонкий светр, сукня і жакет. Довжина спідниці та сукні бажана до середини коліна, брюки не можуть бути дуже вузькими. Кольорі мають бути узгодженої палітри, допускаються тканини-партнери. Слід пам’ятати про здатність малюнку та кольору вносити зорові зміни (збільшувати, підкреслювати окремі частини, занадто звужувати). Якщо в ансамблі є строкаті, клітчасті тканини, то така річ повинна доповнюватись виключно однотонними речами. Діловий костюм суцільного червоного кольору не рекомендується, як такий, що говорить про агресивність характеру. Не бажано діловій жінці вдягати одяг з прозорих тканин, з глибокими декольте та розрізами. Панчохи або колготи світлого кольору рекомендуються. Взуття на підборах (4-6 см), тонкій підошві, п’ята – закрита.

Прикраси добираються з розрахунку не більше трьох найменувань (наприклад, каблучка, сережки, ланцюжок). До переліку прикрас не включають обручку, символ віри, годинник. Не можна вдягати до ділового костюму дорогоцінності або дешеву біжутерію. Останні модні тенденції припускають поєднання прикрас з різного ювелірного металу. Проте не можна поєднувати дорогі прикраси з натуральними дорогоцінними каменями та дешеві, зокрема штучні прикраси. При цьому для жінок, що працюють у південних країнах, де прикраси є складовою не тільки ділового костюму, а й соціального образу, кількість прикрас може бути більша. Сумки, портфелі, клатчі – добираються за якістю та кольором до костюму. Трендові ідеї ділової моди останніх років не передбачають однакового кольору шкіряних аксесуарів. Сучасні модні тенденції рекомендують використовувати взуття, сумку або пасок, рукавички як яскравий акцент.

Чоловічий костюм вимагає наявність піджаку, брюк, сорочки. Слід пам’ятати, що колір сорочки має бути максимально однотонним. Чим пізніша година дня, тим світлішою має бути сорочка. Рукав – обов’язково. Краватка не вдягається до сорочки з коротким рукавом або без коміра. Колір краватки добирається до кольору сорочки або піджака. Чорний колір краватки – виключний випадок, як уніформа, як жалоба, як попередження про бажання скасувати попередні домовленості. Взуття має бути не спортивного стилю, на тонкій підошві. Шкарпетки на півтону світліші або темніші за брюки, високі. Білі шкарпетки виключно до спортивного взуття. Пасок – обов’язково. Годинник, затискач для краватки, портфель або сумка мають бути найякісніші. Краватка-метелик – або до вечірніх прийомів, або в ансамблі людей творчих професій. Припускається поєднувати джинси з піджаком у діловому костюмі, але не для офіційних прийомів.

Для відпочинку на природі, спортивних занять, роботі на повітрі добирається одяг, що є відмінним від офісного.

Дуже важливо навчитись урізноманітнювати ансамбль за допомогою таких аксесуарів як прикраси, шарфи, хустки, краватки.

Образ ділової людини вимагає правильно добирати не тільки офісний стиль а й одяг до різних видів прийомів, зокрема, вечірні урочистості, денні прийоми, відвідання мистецьких подій різного типу. Обовязковість та стильові вимоги до вечірнього вбрання зазначається у запрошенні.

**УВАГА!** ОПРАЦЬОВУЮЧИ МАТЕРІАЛ ДО СЕМІНАРСЬКОГО ЗАНЯТТЯ, ЗНАЙТИ 2 СХЕМИ ЗАВ’ЯЗУВАННЯ КРАВАТКИ ТА ДВІ СХЕМИ ЗАВ’ЯЗУВАННЯ ШАРФА АБО ХУСТКИ **ЯК АКСЕСУАРУ ДІЛОВОГО КОСТЮМУ**, НАВЧИТИСЬ ЇХ ЗАВ’ЯЗУВАТИ, СФОТОГРАФУВАТИ ТА ПЕРЕСЛАТИ СХЕМУ РАЗОМ З ФОТО ДЛЯ ПЕРЕВІРКИ В МЕССЕНДЖЕРІ ФЕЙСБУК GALINA POLYAKOVA, ОБОВ’ЯЗКОВО ЗАЗНАЧИВШИ АВТОРА РОБОТИ