

ANGEMESSEN, INDIVIDUELL, STILVOLL

Nachhaltige Businessgarderobe

Ist die Businessgarderobe ein Thema für ein Fachmagazin wie sekretaria? Aber ja! Schließlich geht es in Ihrem Job darum, Ihr Unternehmen zu repräsentieren. Bauen Sie sich Schritt für Schritt eine nachhaltige Garderobe auf, um auch über Ihre Kleidung Persönlichkeit, Kompetenz und Souveränität auszustrahlen.



STEPHANIE GRUPE

ist „die Modeflüsterin“. Auf ihrem erfolgreichen Blog www.modefluesterin.club gibt sie Frauen Tipps, wie sie ihren eigenen Stil finden und eine passende Basisgarderobe aufbauen – jenseits von Modelmaßen und kurzlebigen Modetrends.

Foto: Simone Naumann Visual Storytelling, München

Nachhaltig kann ein Kleiderschrank auf verschiedene Weisen sein:

- » Die Kleidung, die Sie darin finden, ist zeitlos und damit lange tragbar.
- » Die Teile lassen sich gut untereinander kombinieren, sodass Sie die Gesamtzahl der Kleidungsstücke reduzieren können.
- » Sie gefallen Ihnen auch und werden wirklich getragen.
- » Alle Kleidungsstücke sind von hoher Qualität und verschleißeln nicht innerhalb kurzer Zeit.
- » Im Idealfall sind sie nachhaltig produziert und tragen ein Nachhaltigkeitsiegel.

Das Baukastensystem für Ihren Kleiderschrank

Eine perfekte Businessgarderobe lässt sich gut im Baukastensystem entwickeln: Sie legen sich ein paar klassische, zeitlose Basics zu, die sich untereinander gut kombinieren lassen. Diese ergänzen Sie dann durch modische und ausgefallene Einzelstücke sowie durch Accessoires, um Ihre Persönlichkeit auszudrücken.

Starten Sie mit neutralen Basics

„Neutrale Klassiker sind das Fundament“, sagt Expertin Stephanie Grupe, die als „Modeflüsterin“ mit Texten und Kursen im Internet Tipps für eine individuelle, zeitlose Garderobe gibt. „Miteinander kombinierbare Hosen, Röcke, Blazer und Kleider aus einer leichten Wolltuchqualität sind Basics, an denen Sie nicht sparen sollten. Sie können über mehrere Saisons immer wieder anders kombiniert getragen werden. Von diesem Grundgerüst brauchen Sie nicht viel, aber das Richtige: Ihre Kleidung muss zu Ihnen, Ihrem Stil und zu Ihrer Figur passen.“

Für die Basics eignen sich klassische Businessfarben gut: Blau, Braun, Schwarz, Grau und für die warmen Monate Weiß und Beige.

Achten Sie auf perfekte Passform

Entscheidend sei die Passform, sagt die Expertin: „Erst wenn die Passform dieser Businessbasics so richtig gut ist, entsteht dieser Eindruck von Kompetenz und Souveränität. Wenn es irgendwo zieht, spannt oder schoppt, wenn die Ärmel zu lang sind oder der Rockbund nicht sitzt, dann

kann das beste Kleidungsstück nicht wirken.“ Viele Kleidungsstücke müssen daher erst einmal zum Änderungsschneider, denn wann passt ein Teil von der Stange auf Anhieb perfekt?

Die Kosten für die Änderungen haben Sie schnell wieder hereingeholt, wenn Sie die Kleidungsstücke gern und häufig tragen. Nichts ist kostspieliger als Schrankleichen, die Sie teuer kaufen, aber dann nie tragen.

Planen Sie Ergänzungen

Wenn Sie die Grundlage aus zeitlosen Klassikern geschaffen haben, gilt es, Ergänzungen drum herum zu bauen: Tops, Blusen, Pullover, Strickjacken, Westen und so weiter. „Zum Schluss kommen dann noch ein paar Highlights dazu“, sagt Grupe und empfiehlt auffälligere oder gemusterte Teile, wenn dies zu Ihrem Stiltyp und zum jeweiligen Dresscode passt.

Überlegen Sie sich, welche Farben Sie zu Ihren Basics kombinieren wollen. Entscheiden Sie sich zunächst für eine oder zwei Ergänzungsfarben – das erleichtert es, Accessoires zu finden, die sich zu mehreren Outfits kombinieren lassen. Wer mehrere Blusen, Pullover und Tops in verschiedenen Rosétönen im Schrank hat, findet leichter Ohrringe, die zu allen Oberteilen passen. Dieser Schritt ist gut geeignet, um Ihrer Leidenschaft für aktuelle Mode nachzugehen: Wählen Sie die Farben und Muster der Saison, wenn diese Ihnen gefallen!

Das i-Tüpfelchen: die Accessoires

Mit den Accessoires vervollständigen Sie Ihren Businesslook. Schuhe, Tasche, Schmuck, Tücher ... „Hier gilt: Weniger und hochwertig ist mehr“, rät Grupe. „Accessoires sind in vielen Businessbereichen noch immer Statussymbole.“

Wenn Sie Ihre Garderobe systematisch planen, brauchen Sie keine zehn Paar Schuhe, sondern kommen mit zwei oder drei Paar aus: Bequeme Pumps und Ballerinas können Sie mit Hosen und Röcken kombinieren. „Diese Paare sollten aber dann aus hochwertigem Leder und von bester Verarbeitung sein“, betont die Expertin. Gleiches gelte auch für Taschen und Gürtel.

„Welche Schmuckstücke Sie dann dazu kombinieren, ist eine Stilfrage. Ich würde aber im Beruf immer eher zurückhaltende Stücke in

Edelmetallen wählen“, sagt Grupe. „Bunter, offensichtlicher Modeschmuck, der auch noch klimpert, ist nur selten angemessen.“

Finden Sie Ihren eigenen Stil

Ein solches Baukastensystem lässt trotz einiger fester Regeln noch jede Menge Spielraum, um Ihren eigenen Stil mit Ihrer Kleidung sichtbar zu machen.

Was ist Stil überhaupt?

„Stil hat immer zwei Komponenten: das Ich und den Anlass“, erläutert Grupe. „Das Ich, die eigene Persönlichkeit, entscheidet darüber, was Ihnen gefällt und wie Sie sich als Person mit Mode ausdrücken möchten. Es geht dabei darum, was zu Ihren eigenen Farben, zum eigenen Körper und den persönlichen Vorlieben passt. Was und wie viel Sie von sich selbst zeigen möchten, also welche Aussage durch das äußere Erscheinungsbild entstehen soll. Die zweite Komponente von Stil ist der Anlass, also die Frage, wofür Sie sich kleiden. Im jeweiligen Umfeld werden Sie andere Seiten Ihrer Persönlichkeit zeigen und auf Ihr Umfeld anders wirken wollen.“ Dabei ist es wiederum eine Stilfrage, wie sehr Sie sich an die Erwartungen und Sichtweisen Ihres Umfelds anpassen möchten oder nicht.

Aber Persönlichkeit und Dresscode lassen sich auch miteinander kombinieren. Die hohe Kunst besteht darin, den eigenen Stil nicht aufzugeben, sondern an den Anlass anzupassen.

„Frauen, die keine Kleider tragen, werden zum festlichen Anlass im Hosenanzug oder Jumpsuit erscheinen. Frauen, die sich im Hosenanzug, Kostüm oder Etuikleid nicht wohlfühlen, werden auch im beruflichen Umfeld auf eine edle Jeans ausweichen. Frauen, die gern glamourös auftreten, werden dies auch in ihrer Freizeit umsetzen und keine Angst davor haben, overdressed zu wirken.“

Anpassungsfähigkeit im Kleiderschrank

„Für den Aufbau Ihrer nachhaltigen Garderobe ist es eine Schlüsselfähigkeit, den eigenen Stil gut zu kennen. Nur so können Sie genau diejenigen Kleidungsstücke und Accessoires auswählen, die über lange Zeit hinweg sowohl die eigene Persönlichkeit ausdrücken als auch allen Anlässen im Leben gerecht werden“, betont die Expertin.



„Ich bin gegen Mode, die vergänglich ist. Ich kann nicht akzeptieren, dass man Kleider wegwirft, nur weil Frühling ist.“

Coco Chanel (1883–1971),
französische Modedesignerin



Achtung, Dresscode!

Neben den persönlichen Vorlieben unterliegt das, was wir anziehen, auch immer noch gesellschaftlichen Gepflogenheiten – dem sogenannten Dresscode. „Im Beruf sind wir normalerweise etwas förmlicher und ziehen statt Jeans eher eine Stoffhose oder einen Rock an. Auf einem festlichen Event tragen wir vielleicht doch eher ein Kleid“, sagt Grupe.

Augen auf beim Einkauf

Der Aufbau einer guten, nachhaltigen Businessgarderobe muss nicht teuer sein, selbst wenn Sie auf hochwertige Materialien achten. Im Gegenteil – je überlegter Sie einkaufen und dabei auf Langlebigkeit und Kombinierbarkeit der einzelnen Teile achten, desto eher können Sie langfristig Geld sparen.

Finger weg von Billigware

Zumindest für Ihre Businessgarderobe sollten Sie auf Qualität achten. „Im Billigsektor werden Sie meist keine hochwertigen Basisteile finden“, lautet das Urteil der Expertin. „Vielleicht können Sie sich mit Billigteilen über eine kleine Durststrecke mogeln, aber langfristig erfüllen sie die Qualitätskriterien an Material, Schnitt und Passform nicht.“

Ihre Empfehlung lautet: „Kaufen Sie sich als Grundlage für Ihre Businessgarderobe die besten Teile, die Sie sich gerade noch leisten können. Diese können Sie dann saisonal durch günstigere und vielleicht auch trendigere Teile ergänzen.“ Denken Sie daran, dass die Basisteile ja perfekt passen sollen und deshalb oft erst einmal zum Änderungsschneider gehen. Dieser Aufwand lohnt sich für billige Stoffhosen, die nur eine Saison halten, nicht.

Bevorzugen Sie Naturmaterialien

Kunstfasern haben zwar ein paar eindeutige Vorteile – etwa was die Formbeständigkeit angeht. Dennoch ist in vielen Fällen Kleidung aus Naturfasern die bessere Wahl. Naturmaterialien wie Wolle, Baumwolle, Seide und Viskose sind atmungsaktiver und hautfreundlicher. Vor allem in den heißen Sommermonaten droht in Kleidung mit hohem Poly-irgendwas-Anteil schnell Müffelgefahr.

Übrigens ist auch die Materialwahl für den Look Ihrer Businessgarderobe wichtig: „Materialien können einen schlichten Look interessant machen. Vor allem unterschiedliche Oberflächenstrukturen bringen mehr Pep: der Bouclé-Blazer, der Gürtel in Kroko-Optik, die Bluse in nass fließender, schimmernder Seide. All das schafft Blickpunkte und wirkt gegen die Langeweile“, erläutert Grupe.

Verarbeitung okay?

Preis und Material sind aber nur zwei Kriterien bei der Auswahl. Auch die Verarbeitung ist wichtig. Sie hat erheblichen Einfluss auf den Sitz des Kleidungsstücks und auf seine Langlebigkeit. Selbst bei teuren Röcken ist nicht immer ein Futterrock eingearbeitet mit der Folge, dass der Rock schnell knittert oder sich an der Strumpfhose hochzieht. Ein schlampig angenähter Reißverschluss verzieht möglicherweise die gesamte Rückenpartie eines Kleids. Und ein unzureichend befestigter Saum kann sich im ungünstigsten Moment lösen und Sie während eines wichtigen Meetings in Verlegenheit bringen. Schauen Sie genau hin, ob sich

der hohe Preis auch mit einer guten Qualität bei der Verarbeitung rechtfertigen lässt.

Designerstücke aus dem Second-Hand-Laden

Wenn Sie sich ein besonderes Stück vom Edel-designer wünschen, können Second-Hand-Stücke eine nachhaltige und preiswerte Alternative sein. Geschäfte, die sich auf gut erhaltene Edelteile aus zweiter Hand spezialisiert haben, gibt es mittlerweile in vielen Städten.

Nachhaltigkeit in der Produktion

Bei der Frage, wie nachhaltig ein Kleiderschrank ist, geht es natürlich auch immer um soziale und ökologische Aspekte.

Wie fair wurde die Kleidung produziert?

2013 starben bei der Rana-Plaza-Katastrophe in Bangladesch, bei der eine Textilfabrik einstürzte, über 1 100 Menschen. Seit diesem Unglück ist bei vielen Käufern und Käuferinnen das Bewusstsein für die Produktionsbedingungen in der Textilindustrie gewachsen. Selbst bei teuren Markenprodukten ist nicht gesagt, dass nicht Ausbeutung, unwürdige und gefährliche Arbeitsbedingungen oder Kinderarbeit hinter den Kleidungsstücken stecken.

Immer mehr Initiativen bieten Labels und Siegel an, die für Orientierung sorgen sollen (siehe auch nächste Seite). Sie sollen beispielsweise sicherstellen, dass die Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen fair bezahlt werden, dass sie Gewerkschaften gründen können und dass Mindeststandards in puncto Arbeitssicherheit eingehalten werden.

Wie umweltschonend ist die Produktion?

Dass ein Kleidungsstück aus Naturfasern besteht, sagt nicht wirklich viel über die Umweltfreundlichkeit des Materials aus. Beim Anbau von Baumwolle kann viel Pflanzengift oder auch gar keines eingesetzt werden. Die Farben, um die Fasern zu färben, können mehr oder weniger umweltschädlich sein.

Hier lohnt sich ebenfalls ein Blick auf Labels und Siegel, die Umweltorganisationen vergeben.

Weniger ist oft mehr

Auch umweltfreundlich und fair produzierte Kleidung verbraucht Ressourcen. Und wenn Hosen, Röcke und Kleider mit Umweltsiegel ungenutzt, ungeliebt und ungetragen bleiben, ist der Natur kein Stück geholfen. „Neben dem Einkauf von fair produzierter Kleidung ist das für mich die beste Form der Nachhaltigkeit: Zuerst genau zu wissen, was gefällt und gebraucht wird. Und erst dann genau die passenden Stücke einzukaufen, die lange im Kleiderschrank bleiben und häufig getragen werden“, resümiert auch Expertin Grupe. ¶

Autorin: Cordula Natusch



LEKTÜRE

Wenn Sie im Internet nach den Schlagwörtern „Capsule Wardrobe“ oder „perfekter Kleiderschrank“ suchen, finden Sie zahllose Blogbeiträge, Bilderstrecken und Videos mit Anleitungen. Empfehlenswert ist neben dem Blog unserer Expertin (www.modefluesterin.club) vor allem der englischsprachige Blog www.theviviennefiles.com, dessen Betreiberin systematisch Capsule Wardrobes in den unterschiedlichsten Farbkombinationen entwickelt.

Wenn Sie Ihren Stil planvoll und nachhaltig weiterentwickeln wollen, helfen Ihnen diese Bücher weiter:

Das Kleiderschrank-Projekt: Systematisch zum eigenen Stil und zu bewusstem Modekonsum.

Anuschka Rees, DuMont 2018

Achtsam Anziehen. Nachhaltigkeit im Kleiderschrank. Dominique Ellen van de Pol, Christians 2020



CHECKLISTE

SOZIAL UND ÖKOLOGISCH UNBEDENKLICH EINKAUFEN

Nachhaltigkeitslabels für Kleidung

Sie wollen, dass Ihre Kleidung umweltfreundlich produziert wird? Dass bei der Herstellung wesentliche Arbeitnehmerrechte eingehalten werden und Kinderarbeit ausgeschlossen ist? Dann können Nachhaltigkeitslabels für Orientierung sorgen.

Hier kommt eine Auswahl von Siegeln und Labels, die bei Textilien (Stoffe und fertige Kleidung) für nachhaltige Produktion stehen.

- Bluesign: Label für die Textilherstellung, bei dem die Chemikaliensicherheit im gesamten Produktionsprozess im Vordergrund steht. Hinter Bluesign steht eine Schweizer Aktiengesellschaft.
- Cradle to Cradle: Umweltzeichen, das den gesamten Produktionsablauf betrachtet und einen geschlossenen Produktionskreislauf erreichen will – alles soll nach Gebrauch weiterverwendet werden oder ohne Rückstände kompostierbar sein.
- EU Ecolabel: Umweltlabel der EU, mit dem Produkte ausgezeichnet werden, die umweltfreundlicher sind als vergleichbare Produkte.
- Global Organic Textile Standard (GOTS): weitverbreitetes und bekanntes Siegel für Textilien aus Naturfasern, um die Umweltstandards entlang der gesamten Herstellkette sicherzustellen. Hinter GOTS stehen verschiedene internationale Wirtschaftsverbände aus der ökologischen Landwirtschaft.
- Grüner Knopf: staatliches Siegel für nachhaltig produzierte Textilien. Geprüft werden soziale und ökologische Kriterien.
- IVN Best Siegel: Nachweis einer umweltfreundlichen und sozialverträglichen Produktion von qualitativ hochwertiger Kleidung aus schadstofffreien Naturmaterialien.
- Made in Green by OEKO-TEX: Label für Textilien, bei denen alle Bestandteile (inklusive Knöpfe, Fäden etc.) auf Schadstoffe geprüft und als unbedenklich eingestuft wurden.

Die Checkliste als Download
finden Sie unter
[www.sekretaria.de/
magazin-downloads](http://www.sekretaria.de/magazin-downloads)