



Coverfoto: Andreas Klein, Shoepassion



Der Stilcoach für Männer

Erfolgreich unterwegs in Job und Freizeit

254 Seiten, 3. erweiterte Neuauflage ab November 2019:

- Was macht souverän im Job?
- Wie kleide ich mich individuell stilvoll?
- Und wie spreche ich eine Frau an – ob im Job oder privat?

Bisher war Herrenkleidung eher darauf ausgelegt, unsichtbar zu machen. Kein Wunder, dass so manche Manager an der Öffentlichkeit aus dieser Tristesse auszubrechen versuchen. Zugleich ist die *Casualisierung* des textilen Zeitgeistes nicht mehr aufzuhalten und sorgt für Verunsicherung, nicht nur in der Wahl des lässigen oder klassischen Schuhwerks.

In unserer von Werbung und Medien geprägten Welt des ewigen Vergleichs kann sich aber keiner mehr leisten, die Herausforderung an unser Aussehen und Auftreten und den Umgang mit dem eigenen Körper in einer immer älter werdenden Gesellschaft *nicht* anzunehmen.

Das Buch versetzt sich in die Lage der Männer und behandelt ihre Fragen nicht aus der distanzierten Haltung der Etikette, sondern mit dem intimen Blick einer Beraterin für Kleidung, Image und Kleiderschränke. Wo Kleidung ist, sind Gefühle, Selbstwert und Wünsche nicht fern. Und daher passt auch der neue Ansatz hinein, der dem Wunsch nach (neuen) Bindungen im Leben Rechnung trägt – seien sie beruflich oder privat. Im Part über den Umgang mit der Damenwelt geben Frauen Hinweise, was sie an Männern mögen und sich von ihnen wünschen.

Denn viele Männer und Frauen orientieren sich in ihrer Lebensmitte noch einmal neu. In Job und privater Partnerschaft.

Das unterscheidet sie heute von der Generation der „Unfreiwillig Alten“, die antraten, um ein Leben mit möglichst gleichbleibendem Partner und einem Beruf bis zur Rente zu verbringen – und aktuell feststellen müssen, dass ihre Lebensdauer die Planung an Jahren weit übertrifft. Heute wird die Entscheidung für Neues bewusst gefällt.

Und so ist auch das vierte Buch der Autorin ein Freund im Alltag, ein Ratgeber, der inspiriert, Mut macht und Anleitung in den kleinen und großen Stilfragen des Lebens gibt.



ISBN E-Book 978 – 3 – 948 337 – 04 – 9 € 13, 99

ISBN Print on Demand 978 – 3 – 948 337 – 05 – 6 € 19, 00

Inhalt

Vorwort 11

Quer durch den Kleiderschrank

- 1 Made to measure – der Mann auf Maß
- 2 Maßkleidung, Stangenware, Outfitportale – der beste Beschaffungskanal für jede Lebenslage
- 3 Relaunch im Kleiderschrank – die strategische Outfitorganisation
- 4 Kleideraufbewahrung
- 5 Unterwäsche – das richtige Darunter für das perfekte Darüber
- 6 Kleiden wie ein Profi – was sich über die Feinheiten der Herrengarderobe zu wissen lohnt
- 7 Safer Dress – die Ausstrahlung, die durch Vorbereitung entsteht
- 8 Zeitgeist und Krawatte – passen sie zusammen?

Lieblingsteile in einer Männergarderobe

- 9 Frack/Smoking/Cut/Gehrock/Anzug
- 10 Kleine Hemdenkunde
- 11 Die Herrenweste
- 12 Das Einstecktuch
- 13 Die Jeans im Job
- 14 Manschettenknöpfe und Uhren
- 15 Herrenschuhe
- 16 Hut und Schal
- 17 Regenschirm

Das (textile) Image eines Mannes 87

- 18 Qualität von Anzügen – der smarte Weg durch die Statuswelt
- 19 Qualitätsfragen – diese vier leiten Sie durch die Warenwelt
- 20 Kleiderpflege – Imagepflege! Was sie über den Menschen verrät
- 21 Genug mit dem Krawatten-Bashing!
- 22 Kurzarmhemden – warum eigentlich sind sie so verpönt?
- 23 Tattoos im Trend – Jobkiller oder eine neue *Sexiness*?
- 24 Charmant-markant altern – und mit den Jahren immer besser werden



Gut gekleidet in diplomatischer Mission

- 25 Im Überblick – Dresscodes im Geschäftsleben
- 26 Im Detail – Businessdresscodes und ihre *Light*-Version bei Sommerhitze
- 27 Im Detail – gesellschaftliche Dresscodes
- 28 Schicker als der Chef

Sympathisch im Ego-Marketing unterwegs

- 29 Stilvoll im Portrait – welches Bild gebe ich von mir im Netz ab?
- 30 Wertschätzung statt Wichtigkeit – so lassen sich Sympathien gewinnen
- 31 Körperhaltung, Wirkung, Status – wie Sie die richtigen Partner anziehen

Unterwegs auf Reisen

- 32 Security-Striptease im Auftrag der Sicherheit
- 33 Kleidertransport – Antifaltenpflege für den Kofferinhalt
- 34 Imageturbo Firmenwagen

Unterwegs in der Damenwelt

- 35 Gentleman – the big uneasy
- 36 Parfums und Düfte – wie Sie die richtige Note treffen
- 9 37 Sonnenbrille – cool oder peinlich?
- 38 Ansprache und Date – die Sichtweise der Frauen
- 39 Annäherung statt Anmache – die Zauberformel für mehr Anziehungskraft
- 40 Darf ich meinen Mitarbeiterinnen Komplimente machen?
- 41 Rittergeste – der gelungene Blumenkauf
- 42 Körperkult und Businessbärte – was noch attraktiv macht

Stil-Spots – Situationen, über die man oft nicht nachdenkt

- 43 Small Talk
- 44 Händedruck
- 45 Beileid im Beruf
- 46 Tischdame/Tischherr
- 47 Champagner, Häppchen, Händereichen
- 48 In den Mantel helfen
- 49 Die gute alte Pünktlichkeit

Die Autorin



Leseprobe / Vorwort

Männer geraten immer mehr unter Zugzwang.

Aber nicht jedem ist die Kraft der visuellen Wahrnehmung bewusst: „Das rein Äußerliche hat keinen besonders guten Ruf. Man müsse auf die inneren Werte der Menschen schauen, heißt es immer. Und doch ...“ beginnt entsprechend ein Artikel der *Frankfurter Allgemeinen Sonntagszeitung* von Philip Plickert. Die Veröffentlichung vom 21. Mai 2017 liefert genügend Erkenntnis, dass Aussehen „unterwegs zur Macht“ und auch sonst im Leben durchaus eine Rolle spielt – überall da, wo die Bereitschaft des Betrachters, sich auf tiefere Informationen hinter der Fassade einzulassen, gering ist. Und in unserer schnelllebigen Zeit wird sie das zwangsläufig: Informationen werden heute in höchstem Tempo durch Bilder vermittelt.

Das bedeutet: Ihre Kleidung muss Ihre Sprache sprechen und über Sie sagen, wozu Sie oft keine Gelegenheit haben, sozusagen stellvertretend für Sie. Deshalb ist sie so wichtig. „*Style is a way to say who you are without having to speak*“ (engl. Stil ist ein Weg, ohne Worte mitzuteilen, wer Du bist) heißt es auch. Und erst im Zenit der Macht spielt das Aussehen eine untergeordnete Rolle, so Plickerts Resümee.

Und damit nicht genug: Unsere Lebensmitte hat sich verlagert, und die zusätzlichen Jahre wollen mit Lebensqualität gefüllt werden. Wie wir uns kleiden und geben, spielt also nicht nur für die Einschätzung unseres Lebensalters eine Rolle, sondern auch für die Wahl neuer Partner, beruflich wie privat.

Dieses Buch widmet sich daher nicht nur der (Herren-) Kleidung als wichtigste Nebensache im zwischenmenschlichen Kontakt, sondern auch der Frage, wie sich Frauen als geschäftliche Partner – oder Partnerin für einen privaten Neuanfang – gewinnen lassen.

Der richtige Auftritt gegenüber Frauen ist für alle Männer relevant. Im Geschäftsleben übernehmen immer mehr Frauen leitende Funktionen, und weibliche Vorgesetzte sind eine Größe, die zur Wirtschaft der Zukunft gehört. Wie Sie als Mann wirken, beeinflusst also Ihren Berufseinstieg und -aufstieg und begleitet Sie ein Leben lang.

Welche Frau steht heute privat an Ihrer Seite? Auch das ist eine Antwort auf Ihre Ausstrahlung und Ihre persönliche Eleganz des Geistes. Es ist die Art, anderen Menschen zu begegnen, die aus einem gut angezogenen Menschen eine Persönlichkeit macht – mit einer Ausstrahlung, der sich niemand entziehen kann. Mit Modeerscheinungen wie „Jeans und Sneakers“ ist das aber nicht getan, denn sobald etwas *Mode* wird, ist die Avantgarde zum *Mainstream* geworden.

Aktuell bewegt die Frage, ob und inwieweit Stilberatung auch über das Internet funktioniert: Geht Vertrauen „digital“? Und lassen sich textile und persönliche Farben über den Bildschirm wirklich sauber erkennen? Was ist mit dem individuellen Befinden dahinter, welches der Kern der Stilberatung oder des Stilcoachings ist? Lässt sich das auch digital erledigen?

Wo die Angebotswelt verwirrend wird, muss sich der Konsument selbst schlau machen. Er muss – Sie müssen herausfinden, was der richtige Weg für Ihren persönlichen *Style* ist.

Der Stilcoach für Männer bündelt die besten Inhalte aus drei Jahrzehnten der Erfahrung durch meine Seminare, zahlreiche private Kleiderschranksinventuren und Imageberatungen für und in Unternehmen. Dabei wird eines immer wieder klar: Kleidung geht buchstäblich an die Wäsche.

Und so wird das Gespräch über Textilien und die perfekte Hülle für einen Mann nicht selten zum vertraulichen Dialog.

Auch sehr junge Männer am Beginn ihrer Karriere suchen Anleitung, die sie fit für die Berufswelt macht. Und so ist es jetzt an der Zeit, ein Buch für Sie herauszugeben, für Männer im Wandel – Menschen unterwegs im Leben.

Katharina Starlay

ist studierte Modedesignerin,
Imageberaterin der ersten Stunde und
Mitglied im Deutschen Knigge-Rat.

Mit ihrer Kolumne „Starlay Express“ bei Manager Magazin Online begeistert sie ihre Leser. Sie hält Vorträge, gibt Seminare und coacht Chefs und Mitarbeiter rund um Kleiderstil und Businessknigge. Denn Aussehen, Auftreten und Benehmen sind ein Baustein jedes Vertriebskonzepts – von Menschen und von Unternehmen.



Sie befasst sich seit gut 30 Jahren mit Kleidung und Stil: Die Anwendung von Moden im Alltag, das Pro und Contra der Selbstdarstellung und unsere manchmal damit verbundenen Selbstzweifel sind integrativer Teil ihrer täglichen Arbeit.

Ihr viertes Buch „Der Stilcoach für Männer“ vermittelt kompakt und mit Herzblut geschrieben, was viele Männer im Alltag bewegt.