

Schlanker durch die richtige Kleidung

Figur zeigen

Können Pfunde – zumindest optisch – mit der richtigen Kleidung purzeln? Ja, sie können. Den meisten Frauen ist diese Tatsache nur nicht bewusst. Empfehlen Sie Ihrer Kundin kein Diät-Buch, sondern geben Sie Hilfestellung in Sachen Kleiderwahl.

Schlank zu sein hat sich als ein Schönheits- und Gesundheitsideal durchgesetzt. Entsprechend beginnen Frauen schon bei Größe 40 und 42 – was immer noch eine „normale“ Kleidergröße ist – Komplexe zu bekommen und sich unwohl zu fühlen. Dieses Verhalten wird noch dadurch verstärkt, dass viele Frauen in Deutschland nach wie vor ein recht gespaltenes Verhältnis zu ihrer Figur und damit natürlich zu ihren „kleinen

Rundungen“ haben. Geht man nach Italien, da sieht man Frauen, die – sexy und gut in Szene gesetzt – ihren etwas üppigen Busen und Bauch stolz zeigen. Südländerinnen kommen nicht so schnell auf die Idee, eine etwas rundliche Figur in unförmige Gewänder zu stecken. In Deutschland machen das viele Frauen bereits bei Größe 40. Weiterhin ist häufig zu beobachten, dass Frauen mit Figurproblemen sich nicht trauen, farbenfrohe Kleidung anzuziehen. Hinter Schwarz und unbunten Tönen wie Dunkelblau, Grau, Naturbeige usw. versuchen sie, sich zu verstecken. Und Schwarz verspricht nach wie vor, schlanker zu machen. So manövrieren sich viele Frauen in eine kleine Sackgasse.

Pfunde & Kleidung

Farb-, Stil- und Typberaterinnen können diesen Kundinnen hilfreich zur Seite stehen. In der Regel beklagen sich die Frauen zu Anfang eines Beratungsgesprächs über ihr Aussehen und die unüberwindbaren Figurprobleme. Diesen Frauen Schritt für Schritt ihre überzogene Vorstellung wie einen Schleier von den Augen zu ziehen, ist das Ziel der Beratung. Aber bevor Sie sich dem Figurthema widmen, sollten Sie den Frauen Mut machen. Bitten Sie sie einfach zu erzählen, welche Kleidung sie toll finden und was sie immer schon einmal gerne anziehen wollten, es sich aber nie getraut haben. Dabei werden sie mit



vorher

nachher

großer Wahrscheinlichkeit nach jedem zweiten Satz anmerken, dass das ja eh nicht geht bei ihrer Figur. Wenn Sie als Beraterin dann formulieren, dass Sie sich aber durchaus vorstellen könnten, dass diese taillierte Bluse oder Jacke beispielsweise doch gut aussehen würde, schauen Sie in ungläubige Augen.

Schlanker in zwei Stunden?

Sobald das Vertrauen zwischen Ihnen und Ihrer Kundin aufgebaut ist, fordern Sie die Kundin auf, ihr übergroßes Oberteil aus- und ein eng anliegendes Shirt und eine Hose anzuziehen. Was jetzt passiert, ist mit großem Fingerspitzengefühl zu inszenieren. Die Kundin wird aufgefordert, sich ganz im Spiegel anzuschauen, sich einfach wahrzunehmen – noch ohne Wertung und Bewertung. Beim ersten Blick wird sie sich noch nicht trauen zu sagen, dass das Spiegelbild sich verändert hat, aber der zweite oder dritte Blick verrät die Gedanken: „Sehe ich wirklich schlanker aus?“ Dann wird die Kundin aufgefordert, ihr großes Oberteil wieder anzuziehen und sich erneut voll im Spiegel anzusehen. Jetzt fängt langsam der Schleier an zu fallen und Sie werden hören: „Stimmt, jetzt sehe ich dicker aus!“ Die Kundin zieht dann wieder das eng anliegende Top an und siehe da, sie findet sich auf einmal tatsächlich „schlanker“. Nach diesem ersten positiven neuen Selbstbild werden die Detailformen



vorher

nachher

Garderoben-Empfehlungen

Stoffe, Schnitte und Proportionen

- Oberstes Gebot: Oberteile wie Blusen, Shirts und Pullis sollen tailliert und figurnah sein, ebenso Blazer und Jacken.
- Auf eine senkrechte Betonung in der Linienführung achten.
- Feste Stoffe sind vorteilhafter als fließende.
- Proportionsdismen harmonien ausgleichen. Besonders wichtig ist dies bei kleinen Frauen, wenn die Beine in Relation zum Körper relativ kurz sind. Oberteile so kurz wie möglich tragen, maximale Länge schrittlang.

Farben und Muster

- Oberteile sollen zwar farbig, aber eher uni sein. Musterungen weitestgehend vermeiden. Wenn Muster, dann mehr in einem Ton-in-Ton-Charakter und kleinen Dessins. Keine Querstreifen, dafür aber Längsstreifen in einem Finelineer-Charakter.
- Wenn die Figur oben stärker ausgeprägt ist, dann oben mehr dunklere und unten hellere Töne tragen und umgekehrt.
- Basics wie Hosen und Jacken in neutraleren Tönen (gerade im Business-Bereich) tragen wie Schwarz, Grau, Dunkelblau, Dunkelbraun. Im Sommer und in der Freizeit können auch farbige und hellere Töne getragen werden. Hell trägt nicht so auf, wie man immer meint; die Schnittführung ist wichtiger.

Hosen und Röcke

- Hosen sollten nicht zu kurz und nicht zu eng getragen werden. So ist z.B. die Karottenform (unten enger) unvorteilhaft. Gerade und weitere Hosenbeine sind vorteilhaft sowie die Boot-Cut-Form (unten etwas ausgestellt).
- Schöne Beine in Röcken zeigen (positiver Verstärker). Optimale Rocklängen: knieumspielt, kniebedeckt sowie knöchellang. Die figurgünstige Rockform ist die A-Form. Diese sieht mit engeren Oberteilen sehr schön aus.

Oberteile und Jacken/Blazer

- Oberteile sollten durch eine abgestimmte Farb- und Formgebung Charme ausstrahlen, da sie dem Gesicht am nächsten sind. Tiefere Ausschnitte sehen reizvoller aus als halsnah-geschlossene. Strickoberteile sollten fester von der Maschenführung sein. Längs gerippt ist vorteilhaft.
- Blusen sind bei kleineren und größeren Figurabweichungen sehr zu empfehlen, allerdings nicht aus extrem weich fließenden Materialien. Festere Baumwoll- oder Viskosegarne sind besser. Kragen offen tragen oder im Reversstil mit V-Ausschnitt. Taillierte Blusen können als Blusenjacke offen mit einem farblich abgestimmten Top getragen werden.
- Jacken oder Blazer sollten einen Reverskragen haben; das streckt mehr. Kein Blousonstil mit hohem abgerundetem Kragen.

und Proportionen genauer analysiert, wie Verhältnis Oberkörper zu Unterkörper, Schultern zu den Hüften, zur Taille usw. Erwähnen Sie positive und negative Aspekte über die Figur der Kundin im Wechsel. Dann können die Frauen auch das, was eventuell objektiv tatsächlich nicht so optimal ist, besser verkraften, wie z.B. breitere Hüften und Oberschenkel oder einen größeren Busen.

Lieber figurbetont

Zeigen Sie der Kundin anhand der mitgebrachten Kleidungsstücke, wie diese zukünftig getragen werden sollten. Und hier greift jetzt das Zauberwort „figurbetont“. Bei einer gerade geschnittenen weiten Bluse der Kundin z.B. wird diese mit Stecknadeln enger tailliert gesteckt und siehe da, die Kundin sieht schlanker aus. Dasselbe machen Sie mit weiten Pullis und Shirts. Das „Aha-Erlebnis“ nimmt von Kleidungsstück zu Kleidungsstück zu. Auch die Länge der Kleidungsstücke spielt eine bedeutende Rolle. Denn wenn die Oberteile größer und voluminöser getragen werden, sind sie

auch meistens länger. Das Motto lautet: Wenn die Figur es zulässt – je kürzer, umso besser. Das Positive hierbei ist, dass kürzere und figurnahere Oberteile insgesamt strecken, sowohl in der Horizontalen als auch in der Vertikalen. Das wirkt sich zusätzlich günstig aus bei nicht optimalen Proportionen, wenn jemand z.B. in Relation zum Körper relativ kurze Beine hat. Abzuraten ist, bestimmte Körperteile mit entsprechenden bildlichen Begriffen oder Kennzeichnungen zu benennen. Wie fürchterlich wäre es, einer Frau zu sagen, dass ihre Figur eine Birnen-, Apfel- oder Sanduhrform hat – auch wenn es der Tatsache entspricht. Das sind Negativverstärker. Dies ist auch zu unterlassen, wenn eine Kundin von sich aus solche Begriffe bei einer Beratung benutzt.

In unserem Info-Kasten finden Sie einige wichtige allgemeine schlank machende Grundsatz-Empfehlungen. Bei einer individuellen Beratung kann der ein oder andere Punkt abweichen – besonders im Hinblick auf die persönlichkeitsbezogene Stilrichtung. ■

Anita Schakinnis | ist Inhaberin von antara – colour of life, einem Zentrum für Ganzheitliche Farbberatung. Hier gibt sie ihr Wissen in Form von Schulungen, Seminaren und Ausbildungen weiter. Außerdem ist sie Dozentin für Farb- und Stilberatung sowie Wohnraumgestaltungen der renommierten privaten Textil-Fachhochschule LDT Nagold. Als Fachfrau im Sachen Farbe arbeitete sie auch an Projekten des Institut RAL (RAL-Farben) mit.

