

**Istotne wrażenie powstaje podczas pierwszych kilkadziesiąt sekund spotkania. Tylko tyle czasu potrzebuje każdy z nas (zarówno businessowo, jak i prywatnie!), by ocenić rozmówcę spotkanego pierwszy raz w życiu. Taka jest natura człowieka. To pierwsze pozytywne wrażenie może okazać się przepustką do kolejnych spotkań, w efekcie zakończonych sukcesem, czyli propozycją pracy.**

Zaprezentujmy się więc **godnie** i okażmy **szacunek** drugiej stronie. Postarajmy się zachować odpowiednie formy w postaci **adekwatnego stroju** jako dopełnienie merytorycznej całości.

Ubiór zdecydowanie powinien być **stosowny do stanowiska**, o które się ubiegamy. Jednak drobne odstępstwa nie są tak dyskwalifikujące jak nieuczestane i przetłuszczone włosy, niewypastowane buty, przepocona garderoba czy nieświeży zapach. Unikajmy dżinsów, znoszonych koszul, odsłaniających talię bluzek z głębokimi dekolami, które nadmiernie pobudzają wyobraźnię. Pamiętajmy, że materiał, który się nie gniece, to niekoniecznie taki, który nie wymaga prasowania. Dla mężczyzny właściwym i zawsze bezpiecznym strojem jest stonowany **garnitur** plus **koszula i krawat** w dobranych barwach.

Zdecydowanie bardziej obszerna będzie podpowiedź dla kobiet. Pamiętajmy zawsze o jednej zasadzie – **elegancko, ale niewyzywajaco**. Unikajmy przesadnej ekstrawagancji, która jest ryzykowna i może nas zgubić. Bezpieczniej jest przesadzić w kierunku ubioru **konserwatywnego** czy **standardowego** niż odwrotnie. Biała bluzka plus stonowany kostium (żakiet i spódnica) jest najbezpieczniejszym rozwiązaniem. **Spódnica** lekko przed lub za kolana, gdyż zbyt obcisła, za krótka lub za długa może kojarzyć się z brakiem profesjonalizmu. Po co ryzykować, że zostaniemy potraktowane niepoważnie? **Buty** na niewysokim obcasie, w dobranym kolorze, czyste, wręcz lśniące są naszą wizytówką.

Dopełnieniem całości zarówno dla kobiet, jak i mężczyzn są **dodatki**. Zbyt intensywny zapach perfum może oszołomić lub zniechęcić przyszłego szefa (może jest alergikiem?). Kobietom zaleca się delikatny **makijaż** plus klasyczną, elegancką **bizuterię**, która zdobi, a nie rzuca się w oczy. Zadbajmy o **aktówki** czy świeże **teczki** na dokumenty – one zdecydowanie podnoszą naszą wiarygodność jako przyszłego pracownika! Zapewne wszyscy zgodzą się ze mną, iż kartka papieru zamiast notesu i ołówek zamiast długopisu wręcz kłóć się z eleganckim garniturem czy kostiumem.

Chwila namysłu przed szafą niewiele kosztuje, a może kupić dużo. Jeśli którakolwiek z części garderoby, dodatków czy akcesoriów wzbudza nasze wahanie – nie zastanawiajmy się dłużej i zorganizujmy **wycieczkę do sklepów**. Taka inwestycja na pewno przyniesie korzyści! Pamiętajmy, że zadowolenie z własnego wyglądu to **spokój ducha** i **lepsze przedstawienie własnej motywacji** do pracy, zaprezentowanie kompetencji, uzdolnień. A w konsekwencji sprzedanie własnej osoby na szóstkę i otrzymanie wymarzonej pracy!

Anna Reczek, konsultant ds. rekrutacji Grafton General

Materiał pochodzi z DZIENNIKA, Dodatek Praca.