

# 5 Wat doe ik aan als ik ga solliciteren?

## 1 Inleiding

Veel mensen vragen zich af: ‘Wat moet ik aantrekken als ik ga solliciteren, moet ik opvallen of juist niet?’

Veel mensen vinden het echter lastig om hierin de juiste weg te vinden. Juist als je gaat solliciteren, bepaalt kleding het beeld dat de werkgever van je heeft.

In dit thema krijg je aanwijzingen voor kleding in relatie tot solliciteren.

### De inhoud van dit thema:

- 2 Het belang van goede kleding bij een sollicitatie
- 3 Wat hangt er in je kledingkast?
- 4 Kleurgebruik
- 5 Kleding en kledingstijl

1

## 2 Het belang van goede kleding bij een sollicitatie

Onze non-verbale communicatie bepaalt voor een groot deel onze totale presentatie. Kleding is hier een duidelijk voorbeeld van. Dat gaat niet alleen op voor alledaagse situaties. Zeker bij sollicitatiegesprekken wil je goed overkomen.

Draag tijdens jouw sollicitatie daarom kleding waarin je je prettig voelt. Als je ongemakkelijke kleding aan hebt, kom je heel waarschijnlijk onzeker over. Natuurlijk zijn er wel bepaalde aspecten waarmee je rekening moet houden. De kledingetiquette binnen het bedrijf is afhankelijk van de branche, de bedrijfscultuur en de functie waarnaar je solliciteert.

Voor je op gesprek gaat, kun je je hierop voorbereiden door zelf bij het bedrijf te informeren wat de kledingcode is, maar je kunt ook een vriend(in) laten bellen of via jaarverslagen en eventueel een website een indruk van het bedrijf en de bedrijfscultuur krijgen. Een ding is zeker, je krijgt maar één kans voor de eerste indruk. Hieronder volgen enkele zaken waar je rekening mee kunt houden.

### Top 5 van meest gemaakte fouten

- Té kleine of té ruime kleding.
- Bevlekte, gekreukte, versleten of ouderwetse kleding.
- Underdressed of overdressed zijn, d.w.z. niet afgestemd op de bedrijfscultuur of de gelegenheid.
- Slordig kapsel.
- Onverzorgde nagels, lichaamsgeur of zwaar parfum.

### Veel gemaakte fouten door vrouwen

- Slecht passende onderkleding, zoals een bh waar de borsten uitpuilen of een onderbroek die tektent. Goede onderkleding is de basis, dus die moet goed zijn.
- Lelijke beenbekleding of blote benen. Kies voor neutrale kousen in de kleur van uw rok of schoenen.
- Diep decolleté, een te korte broek of rok. Hoe meer huid je laat zien, hoe minder serieus je wordt genomen.
- Te veel sieraden.
- Te veel of slordig aangebrachte make-up.
- Lichaamsbehaaring op benen of bovenlip.

### Veel gemaakte fouten door heren

- Korte sokken of sokken die nergens bij kleuren, zoals witte sokken bij een kostuum. Kies je sokken in de kleur van je schoenen of de kleur van je broek.
- Ongepoetste, versleten of goedkope schoenen. Schoenen maken of breken je outfit.
- Gedateerde kostuums. Ouderwetse colberts herken je aan de breedte van de revers, de grootte van de overslag en de stof. Ouderwetse pantalons herken je aan de pijpwiidte, de plooidiepte en de stof.
- Gekreukte kleding, een broek zonder vouw of glimmende kleding (veroorzaakt door het vele oppersen).
- Goedkope accessoires zoals een nepleren riem, een afgekloven pen of een plastic tas. Investeer liever in goede accessoires, je doet er immers jaren mee.
- Duidelijk zichtbaar haar tussen wenkbrauwen of haar in neus of oor.

### 3 Wat hangt er in je kledingkast?

Enkele keuzes die je hebt om een goede garderobe samen te stellen:

- kies één of twee basiskleuren. Kleuren die zich hier heel goed voor lenen zijn: zwart, grijs, donkerblauw, groen, bruin en camel;
- kies vooral voor effen stoffen, als je eenmaal wat goede basisstukken hebt, kun je des-sins toevoegen;
- kies voor stoffen die je het hele jaar door kunt dragen, zoals een fijn geweven wol. Lin-nen of hele dikke stof is minder geschikt;
- kies voor goede kwaliteit, want mooie stof en een goede snit zijn bepalend;
- kies voor mooie, duurzame accessoires, zoals schoenen, ceintuurs, tas, koffertje, hor-loge, sjaal, stropdas, manchetknopen e.d.
- in kleuren die je het mooist staan kom je niet alleen beter over, de kleuren zelf combi-neren onderling ook goed.

Op die manier bouw je al snel een functionele garderobe op.

## 4 Kleurgebruik

Het dragen van de juiste kleuren bepaalt of je er goed uitziet of niet. In de goede kleuren oog je frisser en stralender en vallen puistjes en andere oneffenheden minder op. Kortom, je ziet er op je best uit. Gebaseerd op de seizoenen is er onderscheid tussen warme en koele tinten en lichte of donkere kleuren. Iedereen heeft talloze mogelijkheden, maar door kleuren van verschillende seizoenen te combineren, krijgt je een rommelig effect.

Met kleuren kun je heel gemakkelijk je positieve punten benadrukken en de minder fraaie verdoezelen. De basisregel is: donkere kleuren camoufleren, lichte kleuren accentueren. Gebruik dus donkere kleuren op plaatsen waar je slanker wilt lijken en lichte kleuren waar je het accent op wilt leggen. Als je brede heupen of zware bovenbenen hebt, kun je donkere broeken of rokken kiezen gecombineerd met lichte of felle kleuren in je bloes, trui of colbert. Of je zou alles in één kleur kunnen kiezen gecombineerd met een opvallende sjaal of broche.

Als je je beste kleuren kent, wordt het samenstellen van een garderobe eenvoudiger. Want niet alleen combineren alle kleuren goed bij elkaar, je weet ook welke kleuren je het beste kunt kiezen voor schoenen, accessoires, sieraden, make-up en haarkleur.

## 5 Kleding- en stijl

Je kleding en kledingstijl zijn ook van belang. Je laat een verzorgde indruk achter door een goede keuze te maken uit verschillende rok-, broek- en colbertvormen, dessins, stofsoorten, lengtes en modestijlen, maar ook door accessoires te gebruiken. Met een kleding- en stijladvies kun je de puntjes op de i zetten.

Je krijgt beter inzicht in de vorm van je gezicht en figuur, zodat het kleden van jezelf een stuk eenvoudiger wordt. Als je klein bent, kun je een harmonieus geheel bereiken door alles in één kleur te dragen. Ook staan fijnere details zoals dessins en accessoires mooier als deze niet zo groot zijn.

Als je lang bent, heb je meer mogelijkheden: laagjesmode of verschillende kleuren kunnen heel mooi staan. Als je een korte hals hebt, staan ronde halslijnen of openstaande kraagjes dikwijls heel mooi maar laten hoge colkragen je er zwaarder uitzien. Heb je bijvoorbeeld een kort bovenlijf met lange benen dan staan bloesjes en truien over je rok of pantalon dikwijls mooier dan erin.

Er zijn nog veel meer tips te geven, maar het is belangrijk dat je in de gaten houdt dat

het basistips zijn en geen bindende adviezen. Een paar basisregels geven je een steuntje in de rug, zodat je hiermee zelf uit de voeten kunt. Iedereen heeft echter zijn eigen stijl en smaak, het is niet de bedoeling dat je er ineens zo anders uit komt te zien dat je jezelf niet meer bent. Kortom, je moet je prettig voelen in de kleding die je draagt. Het komt je uitstraling en zelfvertrouwen ten goede, zeker bij een sollicitatiegesprek.

## Tot slot



het is vooral belangrijk dat de werkgever onthouden

heeft waarom jij in de functie past, en niet .....

vooral onthouden heeft wat je aan had!

2