



от имидж-тренера
Татьяны Белоусовой

Москва
Издательство АСТ

УДК 17
ББК 87.774
Б43

Серия «Стиль»
Оформление *Юлии Межовой*
В книге использованы фотографии *Ирины Кузиной*
Рисунки *Елизаветы Дмитриевой и Анны Попенковой*

Представляем новую книгу Татьяны Белоусовой – имидж-тренера, психолога, эксперта по этикету и протоколу, специалиста в области моды и стиля. Она – автор таких бестселлеров как «Этикет: Полный свод правил светского и делового общения» и «Мужской костюм: Полное руководство по подбору и эксплуатации». Татьяна Белоусова продолжает разговор о правилах поведения и этикете, о моде и вкусе, об имидже и стереотипах, но уже на ином уровне. «Нам предстоит легкий и ироничный разговор о базовом выборе женщинами и мужчинами жизненного пути», – обещает она читателю. Помимо этого, в книге рассказывается об особенностях дресс-кода, а также раскрываются секреты идеальной посадки мужского костюма, простого и легкого его подбора.

© Татьяна Белоусова, 2015
© ООО «Издательство АСТ», 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

Об авторе	4
Предисловие	5
Об особенностях российского этикета	9
Часть I. Про_дам, или Что выбирают женщины,	
когда они жертвы моды	15
Глава 1. Ангел носит Gucci	15
Практикум № 1. Для «идеологических» блондинок	56
Практикум № 2. Для натуральных блондинок	58
Глава 2 Дьявол без Prada	61
Практикум № 3. Для будущих дьяволиц	99
Глава 3 Роковые красавицы выбирают Chanel	102
Практикум № 4. Для свободолюбивых людей	174
Часть II. Про кутюр без купюр, или «Non brand»!	178
Глава 1. О великих портных, которые определили путь женщин	180
Gucci (183). Prada (186). Chanel (189). Givenchy (199)	
Глава 2. О моде и дресс-коде – правила приличного костюма	203
Правила приличий, или Понятие о дресс-коде	210
Правила приличий для женщин — на все случаи жизни	212
Рабочие будни (212). Формальные события (217). Между 17:00 – 20:00 (218). Формальные события (220). Правила «вечернего» Black Tie (220)	
Правила приличий для мужчин — на разные случаи жизни	222
Рабочие будни (222). Формальные события (224). Между 17:00 – 20:00 (225). Формальные события (227). Правила «чистого» Black Tie (228)	
Время проведения события	230
Глава 3. Об отметках dress-code	233
Отметки dress-code (234). White Tie (235). Black Tie (239). Black Tie Invited (245). Black Tie Optional (246). Informal (247). Отметки dress-code по времени для мужчин и женщин (250)	
Практикум № 5. Структура гардероба	254
Часть III. Про мужчин	257
Правильная посадка мужского костюма	257
Схемы галстучных узлов	261
О мужской обуви	264

ОБ АВТОРЕ

<http://www.arsvi.ru/>



Татьяна Белоусова

Татьяна Белоусова – имидж-тренер, автор книг, психолог, эксперт по этикету и протоколу, специалист в области моды и стиля.

Автор множества семинаров и тренингов различных направлений, в том числе для ЦНТИ «Прогресс» и для Международной школы этикета «International School of Etiquette (ISE)», куда приглашаются признанные международные эксперты.

Еще в 1998 году Татьяна Белоусова стала первым преподавателем первых курсов «Имиджмейкер» в Санкт-Петербурге (Институт культурных программ).

Татьяна – профессиональный тренер по развитию навыков уверенного поведения, как в жизни, так и в особых случаях (съемки – выступления – сложные переговоры).

Ее авторский семинар по уникальной методике «ХОРОШИЙ ВКУС У ВАС В КАРМАНЕ» остается неизменно привлекательным для множества слушателей.

Бестселлерами стали книги автора: «Ангел носит GUCCI», «ХОРОШИЙ ВКУС У ВАС В КАРМАНЕ», «ЭТИКЕТ: полный свод правил светского и делового общения» и новинка «ВСЁ про ЭТИКЕТ».

ПРЕДИСЛОВИЕ

Продолжаем разговор на тему, тревожащую душу автора и единомышленников, – о сложной судьбе этикета в современной России. Почему десяток лет назад к нему относились пренебрежительно? Хотя «правила большевиков» уже отменили, а «новых» не ввели... И почему сейчас этикет стал модным? Причем именно в среде «модников»? Тогда как правила хорошего тона всегда советуют держаться от «острой моды» на почтительной дистанции!

Первую книгу серии «Всё про этикет. Полный свод правил светского и делового общения» (2015 г.) высоко оценили читатели, первый тираж был продан за месяц...

И – прежде всего – потому, что она не «о манЭрах», не о фантиках и глупых мелочах, а об оптимальной «МОДЕЛИ ПОВЕДЕНИЯ», в которой ДОСТОИНСТВО и ВЕЖЛИВОСТЬ имеют ТОЧНЫЙ БАЛАНС, которая позволяет быть эффективным в общении, да и просто – быть уверенным человеком.

«Вчера сделала себе очередной подарок – отличную книгу! И это книга „Всё про этикет“. Большая редкость – среди множества красивых, но пустых книг – найти действительно стоящую. Спасибо вам!»

(Яна Романова, Екатеринбург)

«Выражаю признательность и глубокое уважение Татьяне за публикацию такой „шпаргалки“ на каждый день по этикету. Вспоминая студенческие годы, мне с трудом приходилось отыскивать материал в этой области человеческого „благоразумия“. Много устаревшей, неактуальной, малоисследованной информации встречалось в книгах по этикету. Книга Татьяны Белоусовой в этом смысле стала настоящим дефицитным на книжном рынке подарком».

(Виолетта Бедюк, Санкт-Петербург)

И новая книга продолжает миссию внедрения уверенных знаний о правилах этикета – как необходимого инструмента современного человека. Не вызывает удивления важность точного освоения ПДД водителями? Почему же, входя в общество и в процесс обще-

ния, многие люди легкомысленно надеются на свои привычки и представления – они могут оказаться ошибочными...

NB! Прежде всего, ошибочными являются представления многих-многих сограждан об этикете!

Меня часто спрашивают: «Зачем нам этикет? Мы не бываем на приемах».

И эти же люди* закидывают вопросами:

- ✓ Как выйти из неловкой ситуации с достоинством?
- ✓ Как уменьшить количество конфликтов на работе?
- ✓ Как вести себя с людьми, не выполняющими обязательств?
- ✓ Как уйти от сексуальных домогательств начальника?
- ✓ Как реагировать на требования руководителя, который, будучи старше и по возрасту, настаивает на обращении по имени и «ты»?
- ✓ Что делать с чувствами вообще... и в частности – при контактах с зарубежными партнерами?
- ✓ Что – ну конкретно! – надеть на мероприятие с отметкой *Cocktail* или *Black Tie*?
- ✓ И, из недавнего, почему Мишель Обама надела для визита в Букингемский дворец на встречу с королевой Елизаветой скромный трикотажный кардиганчик? Наших очень волнует это! Мы оказались строже протоколистов английского двора и осудили бедную Мишель со всей строгостью людей, далеких от придворного этикета...

И вопросы эти бесконечны. И все они из области ЭТИКЕТА! Так что, друзья, читайте книги и приходите на встречи...

* И эти же люди часто просят позаниматься с их детьми столовым этикетом! Граждане, внимание: а вы не боитесь, что дети УВИДЯТ, как неверно делаете вы?! Во-первых, бесполезно учиться тому, что не введено в дом и быт, во-вторых – лучше, чем родительский пример и научение, нет ничего! И наконец, в-третьих – «двойные стандарты» поведения это всегда плохо... и ребенок скорее приобретет невроз, чем красивые манеры. Научитесь сами и ежедневно делайте ЭТО, дети все копируют быстро!

Под темой «ЭТИКЕТ» вы найдете СИСТЕМНЫЕ ЗНАНИЯ для каждого дня своей жизни! Те, которые сейчас вы собираете по крупицам на разнообразных семинарах и тренингах, – личностного роста, стартапов, конфликтологии, лидерства и пр.

На этих страницах поговорим об одежде, о моде и о дресс-коде, основы которого успешнее всего прививают в семье и с раннего возраста! Именно о дресс-коде бытуют удивительно искаженные представления, даже в среде образованных людей. Часто можно услышать в связи с этим понятием идею «строгости»: белый верх, черный низ...

Легко могу предложить множество вариантов данного сочетания, которые будут яркими сексуальными провокациями и настоящим испытанием для поборников пристойности.

О моде и ее жертвах – воспитанницах Cosmopolitan, любителейниц брэндов и selfie – также важно поговорить. Равно как и о тех, кто отрицает значение новых веяний и тенденций, – ведь мода и образ жизни не только отражают, но и формируют действительность. Именно БАЛАНС – КРИТИКИ и ПРИНЯТИЯ – делает нас современными, о чем сказал Оноре де Бальзак еще 150 лет назад: «Следовать моде смешно, не следовать – глупо...»

И в целом, одежда – такая привычная, ежедневно необходимая, банальная или нарядная – это всегда «рассказ о себе». Как он нам удастся? Оглядитесь вокруг... кто-то безнадежно уныл, другие претенциозны и пафосны, третьи неумно наряжены, некоторые жестко отформатированы...

И как радуется глаз то, что его «не цепляет»! Спокойная эlegantность – как выражение радости бытия, шепчущая роскошь или непринужденный демократизм, интеллектуальная самодостаточность.

Если направить особый взгляд-визит на окружающий нас миф одежды, то текстильные оболочки станут прозрачными, и под ними станут видны постоянные особенности и признаки личности.

Макс Люшер, психолог

NB! Хороший вкус всегда опирается на хороший тон! И глупо может выглядеть самый элегантный костюм, примененный не ко времени и не к месту. Дресс-код – правила уместности ЛЮБОЙ нашей одежды! И каждый наш костюм (включая домашнюю одежду!) – это наша личная «Я-концепция», демонстрируемая окружающим...

Итак, нам предстоит легкий и ироничный разговор о базовом выборе женщинами и мужчинами жизненного пути. Да, казалось бы, костюм и оформление внешности в целом, как и вопросы хорошего тона – весьма легковесные и незначительные на фоне глобальных и ежедневных проблем, – отражают, и весьма точно (!), жизненное кредо и фундаментальные целеустремления каждого из нас.

Автор настаивает – все персонажи книги НЕ ВЫМЫШЛЕНЫ, а на самом деле жили или благополучно существуют до сих пор. Все события и лица, успехи и провалы героев, прочие сплетни ИМЕЛИ МЕСТО в жизни.

Автор предупреждает – эта книга опасна для вашего здоровья и времени: может подняться температура вашего любопытства до опасной отметки, что подтолкнет любопытных к активному освоению мирового кинематографа, литературы и живописи, к самостоятельным жизненным наблюдениям и размышлениям – что займет ваше драгоценное свободное время, которое принято отдавать приятному бездумному безделью.

Также возможно наступление опасного побочного эффекта – катарсиса и рефлексии: у читателя вдруг может проснуться интерес к собственной персоне и судьбе!

Автор с нежностью благодарит:

- ✓ Ангела-хранителя – незаменимого и драгоценного!
- ✓ Мужа Игоря и сына Романа, всегда помогающих в осуществлении авторских мечт.
- ✓ И конечно же – родителей, без которых автора бы просто не было на этом свете...

ОБ ОСОБЕННОСТЯХ РОССИЙСКОГО ЭТИКЕТА*

Если в странах Европы правила и нормы поведения развивались ЕСТЕСТВЕННЫМ ПУТЕМ – из глубины веков, то на земле наших предков – исключительно революционными наскоками.

В частности, когда Петр I в начале XVIII века решил искоренить существующие на Руси правила «замшелого» боярского домостроя и ввести новые стандарты поведения, принятые в Европе, это был вполне ощутимый революционный (и чудовищный для большинства) переворот в миропорядке. Но ведь совершенно очевидно, что в одночасье невозможно изжить многовековые традиции, поэтому понятия домостроя в виде осколков, нюансов и представлений «правильно – неправильно» оставались в обществе и при Петре Великом, а некоторые дошли и до наших дней.

Последующие 200 лет традиции и нормы поведения имели возможность развиваться эволюционно – выкристаллизовывались постепенно и логично, сближаясь все больше с общими европейскими стандартами. Чему причиной и общий курс развития России как европейской страны, и бесчисленные браки царствующих особ с принцами и принцессами стран Европы, которые приносили в культуру и традиции поведения российской аристократии то, чему были обучены сами.

Однако в начале XX века случился новый революционный переворот – большевистский. И вновь – попытка отменить старые правила и ввести новые, выдуманные практически на ходу! Так наше общество потеряло основные морально-этические ориентиры. Представления «что – хорошо, что – плохо» в период революции и Гражданской войны смешались и подчас были диаметрально противоположны для разных социальных слоев...

И вот почти уже 100 лет в России сосуществуют господа, граждане и товарищи – сообщества, в которых правила приличий весьма различаются. Современный российский этикет отличается сложный микс: в базе – остатки европейских традиций, однако для большин-

*Небольшая цитата из первой книги – это есть педагогический прием, а не склероз автора...

ства сограждан привычными стали и наслоения советского периода – иногда нелепые и глупые. А то, что принято большинством, обычно и считают НОРМОЙ.

По сути этикет – это квинтэссенция психологии общения, собранная поколениями как наиболее ЭФФЕКТИВНАЯ СИСТЕМА взаимодействия между людьми. Особо отмечу, что данная система изменяется во времени и в силу новых обстоятельств – технического прогресса, эмансипации, глобализации, демократизации и пр.

Если же обратиться к «официальной» формулировке понятия «этикет» – правила и нормы поведения, принятые в каком-либо обществе, – то можно сказать однозначно: в России он имеет в фундаменте европейские традиции:

* Мы носим европейский костюм, а не сарафаны-кафтаны с кокошниками-картузами.

* Мы приветствуем друг друга рукопожатием, а не тремся носами при встрече, как эскимосы.

* Мы начинаем любой контакт с обмена взглядами – по-другому общение не выйдет приятным, тогда как в арабских странах считается неприличным смотреть пристально и прямо в глаза собеседнику.

* У нас воспитанный мужчина встает, когда в комнату входит женщина, и помогает ей, например, снять верхнюю одежду или устроиться в удобном кресле, а на Востоке все это покажется странным.

* В России «нормальным» считается неспешный разговор со средним уровнем эмоций, который, однако, может показаться излишне экспрессивным бедуинам пустыни и абсолютно невыразительным – жителям стран Южной Америки.

* Мы обычно принимаем пищу сидя на стуле и за высоким столом, пользуемся приборами, принятыми в европейской цивилизации, и лишь в качестве экзотики можем выпить пиалу с чаем, сидя на ковре, или взять в руки палочки в китайском ресторане.

Но вот что интересно: из-за последнего революционного слома традиций – отмены многих большевистских правил – общество ощутило пустоту, которая постепенно заполняется... Чем же? Зачастую – **представлениями бедных людей о богатой жизни!**

И сегодня российский этикет – это в определенном смысле «мутант-перевертыш» вне логики и психологического наполнения, потребуются усилия и время, чтобы поставить его с головы на ноги.

Именно по этой причине нам – вроде бы, кажется, жителям страны с европейским укладом – для уверенного поведения и проявления воспитанности совершенно необходимо **ОБУЧАТЬСЯ** нормам и правилам общеевропейского этикета. Или, как минимум, «сверить часы» – свои представления и навыки с действующими европейскими традициями...

NB! В каждом пункте правил этикета существует **ЛОГИЧЕСКАЯ ПРЕДПОСЫЛКА**, которая привела к его возникновению, равно и **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКТОР**, который наполняет этот пункт смыслом. Поняв суть и логику, «сложные» и «трудновыполнимые» правила этикета станут простыми и понятными, а следование им сделает вашу жизнь легче и приятнее...

Для разминки приведу несколько примеров, они помогут «сверить часы» и, возможно, убедят многих наших соотечественников открыть для себя эту сторону жизни – условный язык воспитанных людей.

Однажды ответственный работник министерства иностранных дел одной могущественной страны *официально высказал мысль*, что Россия – страна не такая высокоразвитая, потому что наши мужчины носят пиджаки с очень длинными рукавами...

Но политики даже высокого уровня сейчас удивляют разнообразными странными высказываниями! Однако как-то в беседе с умнейшим, интереснейшим человеком – профессором крупнейшего Политехнического университета Италии (Турин) – с печалью и горечью еще раз осознала глубину проблемы.

Этот достойный человек – широких взглядов и кругозора – смущаясь, признался: «Я долгое время избегал давать гранты студентам и аспирантам из России... Невольно, по их странной манере одеваться, предполагал их неумными!» Особенно его недоумение вызыва-



Правильная длина рукавов пиджака и сорочки выверена конструктивно и диктуется четкими пропорциональными измерениями.

При верной длине рукавов длиннее выглядят ноги!

Да, не удивляйтесь...

Французские двойные манжеты под запонки превращают любой приличный костюм в формальный

ли черные костюмы днем, длинные рукава и пиджаки, застегнутые наглухо – на все пуговицы, какие есть...

И только заочное знакомство, совместная дистанционная работа убедили профессора, что наши парни умнее, чем можно предположить по их костюмам! Хотя совсем недавно уважаемый ученый не смог убедить свое руководство в целесообразности некоего общего коммерческого проекта туринского политеха с легендарной «Бауманкой». И опять по той же причине: глупый и неуместный вид наших мужчин, плохие, нелепо сидящие костюмы в совокупности с неприлично дорогими часами вызвали недоверие итальянских бюрократов.

Печально, но до сих пор с трудом убеждаешь граждан, что следует УЗНАТЬ ПРАВИЛА их собственной одежды! Они почему-то самоуверенны в этих вопросах и в результате часто выглядят самодовольно и глупо...

Пример костюмов российских мужчин, весна 2015 года. Костюмы велики по размеру, пиджаки - длинные, как и их рукава. На том уровне - по линии кисти, где заканчиваются рукава, должны были закончиться полы пиджака! И, конечно, отсутствие «белой чести» - видимого края манжеты сорочки - делает облик мужчины неаккуратным и создает впечатление «костюма на вырост» или «чужого плеча»



Однажды сотрудник петербургской компании – очень уважаемый человек с несколькими научными званиями и иностранными языками в активе – был в ответственной командировке в Соединенных Штатах Америки. (К слову, эта страна не отличается особо почтительным отношением к этикету, однако, начиная с определенного статуса, американские господа крайне трепетно относятся к манерам и к костюмам.)

И получил наш герой личное приглашение от губернатора штата на светский прием по какому-то интересному поводу, в приглашение стояло две отметки:

RSVP и **Black Tie**.

А надо напомнить, что еще совсем недавно не было интернета, и «спросить у Яндекс» было невозможно! Господина обуяла паника (на «RSVP» он даже не обратил внимания), ведь его гардероб в принципе не был готов к приемам такого уровня, а словосочетание «черный галстук» (англ. *black tie*) окончательно поставило его в тупик. Если бы он мог – он бы просто не пошел на мероприятие! Но «честь мундира»... По поводу стремительного броска в магазин за пресловутым черным галстуком он испытывал (и совершенно справедливо!) некоторые сомнения...

Если бы человек знал, что напугавшие его слова всего лишь означают степень официальности приема, где галстук может быть лю-

бого цвета – кроме черного! (Но хорошего качества.) Или галстука может не быть вовсе (если господин в жилете), или нужен смокинг с черной бабочкой... то мероприятие бы доставило ему радость и удовольствие новых знакомств и возможностей! Но этого не случилось...

Когда человек прибыл к резиденции, стесняясь самого себя, его туда не пустили! Его фамилии не было в списке...

Ведь загадочные буквы «RSVP», *répondez s'il vous plaît*, многовековая традиция и в Старом, и в Новом Свете – просьба ответить о возможности посетить мероприятие, – господин оставил без внимания...

Однажды в один из российских НИИ по рабочим делам приехала делегация из Франции. Было жаркое лето (что иногда случается в Питере), но наши сотрудники мужественно выходили на службу в костюмах при галстуках – по распоряжению начальства (оно так себе представляет «уместный» данной ситуации дресс-код...).

Французская сторона смущала всех своей несерьезной экипировкой – трикотажные рубашки «поло» (почти футболки!) со светлыми легкими брюками и мокасинами. Напряжение нарастало в течение недели сотрудничества и достигло своего апогея к моменту отъезда французской делегации.

В знак завершения успешного предприятия иноземцы пригласили российскую сторону отметить это событие в ресторане в восемь вечера – что и есть сигнал для грамотных людей! Наши ребята, решив уже наконец-то расслабиться, облачились в джинсы, футболки, кроссовки и, довольные собой и случаем, явились в ресторацию в указанное время. Французы встретили их в смокингах, белоснежных сорочках и бабочках. Выручило хорошее чувство юмора обеих сторон.

СИСТЕМНЫЕ ПРАВИЛА будут в части III, посвященной мужчинам, но сначала мы о дамах – вежливо пропустим их вперед...

ЧАСТЬ I

ПРО_ДАМ, ИЛИ ЧТО ВЫБИРАЮТ ЖЕНЩИНЫ, КОГДА ОНИ «ЖЕРТВЫ МОДЫ»

Наряд — предисловие к женщине, а иногда и вся книга...

Николя де Шамфор

В этой части мы сделаем попытку представить разные жизненные позиции на примерах знаменитых женщин, причем с привязкой к, казалось бы, пустячку – их цвету волос. Да-да, как ни странно, между выбором женщинами жизненного пути и цветом их шевелюры существует потрясающая воображение взаимосвязь!

Надеемся, что читательницы смогут не только определиться, нужна ли им краска для волос и новый гардероб, но и выбрать путь, который сделает их счастливее, а может, и мудрее. Да и мужчины обнаружат на страницах этой книги массу интересных подсказок. Чего на самом деле хотят женщины? Почему так запутаны отношения полов? И как, в конце концов, справиться с выбором – спутников и спутниц, смыслов и действий, причесок и костюмов?

Глава 1

АНГЕЛ НОСИТ GUCCI*

Что носит ангел и носит ли вообще что-нибудь – вопрос, конечно, абсолютно непрактический. И как все бесполезное – вызывает любопытство...

Кто видел ангела? Хотя кто-то наверняка его видел, потому что реплику известного юмориста о «фигуре ангела в натуральную величину», прозвучавшую в одной из передач, зрители восприняли с недоумением: «А в чем тут юмор?»

*В 2008 году вышла книга Татьяны Белоусовой «Ангел носит GUCCI» (АСТ, Астрель-СПб) и быстро стала популярной – сейчас на различных сайтах встречаются отрывки из книги без ссылки на автора! Современные технологии и отсутствие совести легко позволяют пиратство и подобные варианты использования чужой интеллектуальной собственности...