

型男穿衣手册

手册

朴志斌 编著

*The Dressing
Manual of Stylish Man*



来自
韩国造型师的
7项忠告



深圳出版发行集团
海天出版社



型男潮女
小心理系列

型男穿衣手册

朴志斌 编著

*The Dressing
Manual of Stylish Man*



深圳出版发行集团
海天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

型男穿衣手册 / 朴志斌编著. — 深圳: 海天出版社, 2012. 11

(型男潮女小心理系列)

ISBN 978-7-5507-0542-5

I. ①型… II. ①朴… III. ①男性—服饰美学—通俗读物 IV. ①TS976.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第230684号

型男穿衣手册

Xingnan ChuanYi Shouce

出品人 尹昌龙
责任编辑 许全军
责任校对 林凌珠
责任技编 梁立新
封面设计 知行格致

出版发行 海天出版社
地 址 深圳市彩田南路海天综合大厦7-8层 (518033)
网 址 <http://www.htph.com.cn>
订购电话 0755-83460293 (批发) 83460397 (邮购)
设计制作 深圳市知行格致文化传播有限公司
印 刷 深圳市新联美术印刷有限公司
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 11
字 数 160千字
版 次 2012年11月第1版
印 次 2012年11月第1次
印 数 1-5000册
定 价 38.00元

海天版图书版权所有, 侵权必究。
海天版图书凡有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

前言

各位男士们，你们知道吗，在交际过程中，如果你输掉了外在的形象，那么就等于输掉了 55% 的内在品质；如果不细心修饰外表，一个人的内在永远只能呈现 7%！

没错，穿着得体算得上是一门学问，但显然，多半男人都是“文盲”，既然是“文盲”，那自然只能在学习与实践摸索前进。现实生活中固然有不少自认为“会穿衣”的高手，人们也纷纷成为了他们的“铁杆 fans（粉丝）”，希望能够从中偷师，把握并学习最新的时尚潮流，以便让自己发光发热，成为最耀眼的那一个。

可惜的是，若你对自己的男性角色有所要求，希望做一个从头到脚的绅士，那么你的这种学法绝不是稳妥的。

“人靠衣装，马靠鞍”，衣服说到底，不过是为了衬托你本人的气质及个人优势，比如西服，衣襟与领带构成的三角形跑道，就是为了让对方能够将视线聚焦到自己的脸上，能够使对方留下深刻的第一印象；再比如男士燕尾服，燕尾服修身的版型会使男士们看起来高大挺拔，掐腰设计具有很好的线条感，让男士们更有男子气概，但是燕尾服有一很重要的禁忌，切记不可在颈前佩戴红色的领结，以免让人误以为是高档餐厅里的 waiter（侍应生）。

The Dressing
Manual of Stylish Man
型男穿衣手册



The Dressing Manual of Stylish Man

现在请你站在镜子前面，从上到下认真地打量一下你自己：你的外表在向别人诉说着什么？你认为别人会把你归为绅士、型男还是阳光型男呢？你的外在一直在泄露你的内心！别再想让别人指点你了，没有人会告诉你这些说出来可能会让你难堪的事——除非你自己！因为就像你的口臭和牙缝里的韭菜叶一样，没有人会顶着被你恨的危险大大咧咧地告诉你。所以，当你穿着不得体时，别人也不会轻易拍拍你的肩说：“哥们，你穿的这身真是难看！”

大千世界里，每个人都是闪光的金子，但是，无论你的内心有多闪耀，若你是装在一张厚厚的羊皮之下，那么你终究会被别人忽略。你可以想象，大街上的美女们，你一眼望去，吸引你眼球的是她们的外在，还是内心？当你看到一本书，第一时间是不是被它的封面吸引了？所以在这个人才济济、竞争激烈的社会里，你最应该做的就是——“衣装 72 变”。

教你在细节中体会穿衣的乐趣，教你在搭配中焕然一新，教你成为人群中的佼佼者，教你……对，这正是本书孜孜不倦追求的东西。

另外，张志军、张兆杰、李培培、吴强、王振伟、闫博、李忠良、赵静、李绍玲、李光亮、孙占领、杜延起、张萍、刘芳对本书编写亦有很大帮助，在此表示感谢！

作者于 首尔机场

2012.8.25

目录

Catalog

Chapter 1

新型男时代，你准备好了吗

1. 不同场合下的型男风范 / 002
2. 不同体形下的型男风范 / 005
3. 你的型男范儿是什么颜色 / 010
4. 新型男的 5 种场合搭配法 / 015
5. 型男穿衣的 12 条黄金定律 / 019

Chapter 2

职业型男，让你 hold 住职场

1. 型男必知的西服种类 / 024
2. 职业型男，从正装开始 / 027
3. 衬衫搭配，做个时尚先生 / 032
4. 你的领带，你的风格 / 035
5. 你的魅力，始于足下 / 043
6. 完美的正装搭配，尽显职场型男之风 / 046

Chapter 3

休闲型男，人群中最闪耀的那一个

1. 职业休闲装，展现不一样的你 / 052
2. 运动休闲装，户外运动必备品 / 057
3. 旅游着装，走出来的魅力 / 063
4. 朋友聚会，着装小清新 / 065
5. 浪漫休闲，约会时的最佳武器 / 068
6. 职场男士休闲服装的注意事项 / 071

Chapter 4

运动型男，让魅力挥洒全场

1. 户外登山，着装有范又安全 / 076
2. 舒适、休闲，享受高尔夫带来的时尚 / 081
3. 轻便网球装，做真正的运动赢家 / 086
4. 挚爱篮球装，展现激情与活力 / 091
5. 保持健身，形象更完美 / 093
6. 运动装的色彩大比拼 / 098

Chapter 6

型男配饰，魅力由细节打造

1. 型男的尊贵象征——腕表 / 124
2. 型男必备单品——着装配饰 / 127
3. 魔法手指加分法——戒指的搭配 / 130
4. 头顶上的魅力展现——帽子的搭配 / 133
5. 优雅男人最实用的时尚饰品——围巾 / 137
6. 可以让脸型改变的饰品——眼镜 / 141
7. 型男服装的忠实伙伴——包 / 144

Chapter 5

社交型男，打造高品质社交

1. 型男约会的春夏秋冬 / 106
2. 终极礼服，型男晚宴必选 / 109
3. 走亲访友，休闲西服经久不衰 / 113
4. 百搭休闲裤，你的时尚装备 / 117

Chapter 7

型男品位，轻松赢得女人缘

1. 跟时尚人士学色彩搭配 / 150
2. 欧美型男穿衣大揭秘 / 155
3. 做个会搭配的型男 / 158
4. 成为型男之前要杜绝的 38 条恶习 / 161



Chapter 1

新型男时代

你准备好了吗

人是“三分相貌，七分打扮”。一个人有没有魅力，除了其内在的气质等因素外，还有外在的穿衣打扮艺术。不要忽视平常的穿衣打扮，那是内在气质和修养的一种体现。

1. 不同场合下的型男风范

英国的一项最新调查显示，每名女性工作日早晨平均花费 16 分钟纠结于穿什么衣服，一生花费在挑选衣物上的时间近一年；而每位男性一生打扮自己的时间仅为 45.5 天。由此可见，男士在选择穿衣搭配上有着很大程度的缺陷，懒得弄、不会弄、想多睡会儿、又没人看我……总之，借口一箩筐。

其实，每日的穿衣打扮是最不容我们小觑的。选择合适、正确的衣服会让别人眼前一亮，更能够增强自信心，让自己好运连连（不管是工作还是约会）；反之，穿错衣服就会成为别人的笑柄，让自己显得非常尴尬。职场、旅游、聚会……该如何随着环境的变化，来调整自己的着装，以便给别人留下美好的第一印象呢？下面我们就来看看这个案例。

张鹏，男，27 岁（某公司办公室主任）。

一天下午，张鹏接到公司晚上聚餐的通知，因为这是其来到公司的第一次聚餐，他心里不免有些紧张，将自己的外表着实捋饬了一番。他挑选了一款灰色的西服，为了避免俗套和严肃，将西服内搭了一件图案简单的圆领 T 恤，下身穿了一条较随身的牛仔裤，鞋子搭配了一双咖啡色皮革，穿着既大方又不失礼仪。

夏季，公司组织去度假村游玩，张鹏又换了一件图案简单的帽衫，下身穿了一条宽松的牛仔裤加一双白色帆布鞋，就像是春天里最时尚简约的风景！

后来他做了办公室主任，和几位领导混熟了，他们打趣地对张鹏说：“你知道当初我们为什么挑你来上班么？因为面试那天，数你穿得最顺眼，把别人的风头都抢了。”后来，几个同事也开玩笑地说：“还记得咱们去度假的那天吗？你穿得那么帅气，可真是把我们吓了一跳呢！”

有时，我们会出席一些不同的场合，比如公司的酒会，与客户聚餐，又或是朋友之间的聚会、party、旅游之类的。在不同的场合，你就应该注意自己的衣着是否得体，不要“异常吸引”别人的目光，把自己搞出笑话！

根据场合来搭配着装这一点究竟有多重要呢？打个比方：在工作场合穿休闲装和穿职业装的效果绝对是不一样的。

以我朋友黄强为例，他本身是一个长得娇小而又羞涩的男生，上班的服装也是T恤衫牛仔裤，完全一副大学生的装扮。在公司里，大家常常开玩笑逗他，拿他当做小孩子，由此可见，他在公司说话没什么分量。自从他认识到场合着装这个概念之后，开始变得知道改变装扮了，在休闲装里加入职业的元素，在原本年轻、无厘头的状态中加入一丝稳重，形成一种严肃而又有气场的专业形象。慢慢的，他在公司说话变得有分量了，大家也不再只把他当孩子了，这种感觉让他找到自信，做事也认真起来了。

认识了场合着装有多重要，那我们在什么场合该怎么着装呢？下面给大家列举基本的场合着装。

公务场合

公务场合着装要庄重保守、端庄大方、严守传统。想要达到这些要求，必不可少的就是深色套装或制服了（如图1）；切忌穿着过于个性、拖拉、繁琐。不应身穿夹克衫、牛仔装、背心、短裤、拖鞋等，也应避免褶皱、紧身、暴露、透视等一系列问题。

社交场合

社交场合主要指宴会、舞会、晚会、聚会等应酬交际场合，服装应突出时尚个性，可穿时装、礼服或民族服装，最好不要穿制服或便装（如图2）。

休闲场合

休闲场合穿着应舒适自然，切忌过于正规、扭扭捏捏。说起休闲类服装必不可少的就是蓝色的休闲西服了，它基本上可以和任何衣物搭配：条纹或单色衬衣，可以不打领带，下身搭一条牛仔裤，平底鞋或猎装鞋，或者配上黑色衬衣或者黑色套头毛衣，便能在酒吧里呆一晚上。作为型男，这便是你需要拥有的最基本的便装之一，记得买件质量好的（如图3）。



图1

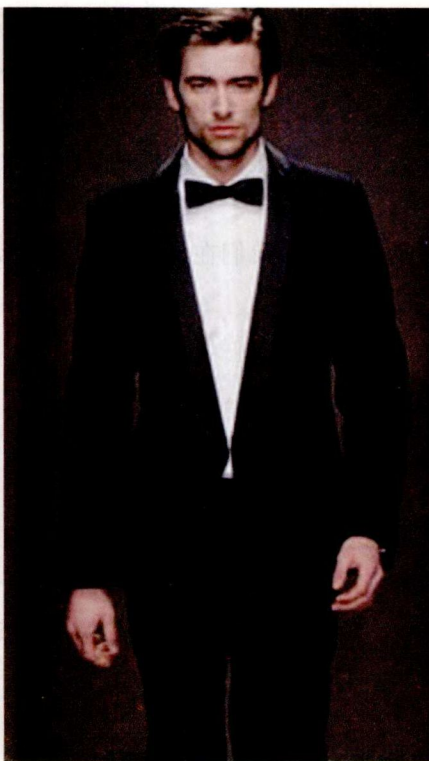


图2



图3

有句话叫“见什么人说什么话”，同样，我们也要学会“在什么场合穿什么衣服”。要知道，衣着对一个人有着重大的影响，大多数人对陌生人的认识，就是从穿着的吸引开始的。若一个人缺乏对衣服的见解与品味，那必然在人群中处于下风。

2. 不同体形下的型男风范

大部分男士在选购衣服时，并不太会挑选哪些是最适合自己的，在琳琅满目的商品中，往往要花费两三个小时的时间，才能选购到，更甚者会白白浪费时间，无功而返。那么究竟要如何挑选呢？现在我就来告诉你们，男士该如何挑选合适的衣服。

许多男生在买衣服时，最讨厌的便是一直不断地更换尺码，频繁地更换，最终会失去兴致。但是，如果你足够了解自己身材的话，那就会轻松多了。比如，比较瘦小的人，尽量选择一些比较窄版合身的衣服，选择的时候也尽量选择比标准尺码稍小一些的，就可以尽量避免因尺码不合而退换的问题。

肥胖体形

男性朋友对于肥胖问题显然不及女性重视，诱人的美餐、呆坐在办公室、懒惰缺乏运动，这些都是使人体发胖的原因。工作中，肥胖的人也给人一种不利落、行事缓慢的感觉，这使大部分体形偏胖且没有恒心的人焦头烂额。众所周知，减肥不是一件易事。但是要能迅速改变，立即生效的方法就是“善用穿衣术”，其实每种

体形都有其适当的穿衣法，我们就先谈谈恼人的“肥胖体形”吧！

垂直性的线条

垂直性的线条容易引导人们将目光转向高度，而非宽度。而格子衬衫会无意间将人的肩膀放宽，体形显得臃肿，所以胖人尽量避免格子类衣服。（如图4、5可对比。瘦人切忌穿着竖条纹上衣）



图 4



图 5

衣服色彩

身材偏胖的人应选择收缩感强的颜色。藏青色、深蓝色、黑色都是最佳选择，不能选用浅灰色、浅褐色等膨胀感强的色彩。（如图6黑白两种颜色有明显的差别）



图6 宽领衬衫+冷色领带

宽领衬衫 + 冷色领带

人体发胖后最明显的部位就是脸部，慢慢的脖子也会随之变粗，因此“宽领”就成为了肥胖脸形选择衬衫的要求之一。比一般标准领型稍宽的款式，能够让肥大的头颈部显得不那么明显，再搭配冷色系（如灰、绿、紫等）领带，带来收缩感，另外，图案较大的花色样式，能够在视觉上给人身材苗条的感觉（如图7）。

如果你瘦不了，没关系，让衣服帮你减肥！以上几种方式任你选，做一个既时尚又好身材的优秀男人吧！



图7

消瘦体形

过于消瘦的身材总是给人一种营养不良、病恹恹的感觉，甚至容易被误认为精于算计。那么如何使体形消瘦的男士，达到“快速健身”的目的呢？“型男手册”教你做。

大图案

大图案、有设计感的服装适合瘦人，可以增加视觉上的存在感，不会让人看起来发飘。

瘦人要避免简单图案的上衣，那样会显得胸肩狭窄，应尽量穿着大图案有力度感的上衣。（如图8，虽穿着深色衣服但是图案没有力度，给人一种瘦弱的感觉。图9给人一种阳光厚重且有担当的感觉）

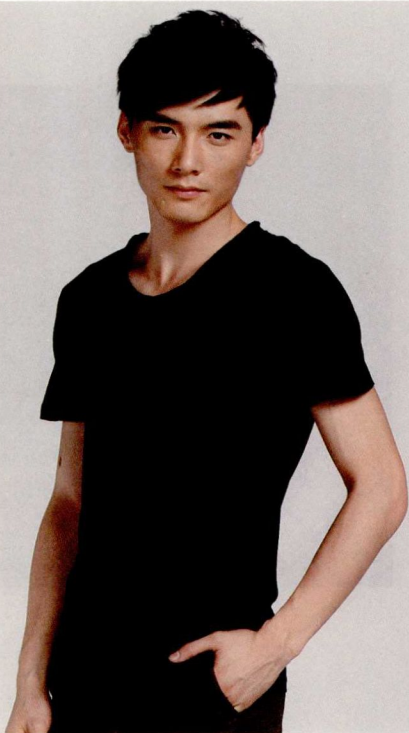


图 8

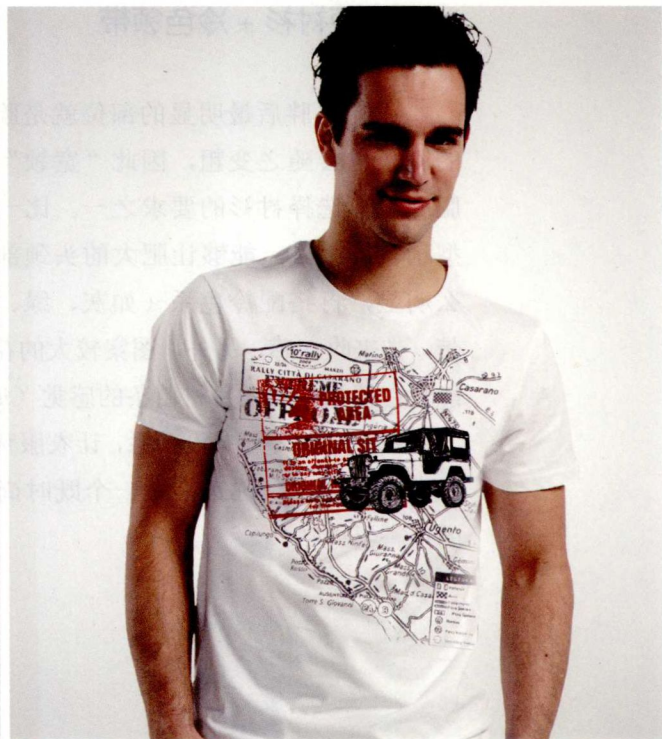


图 9

西装外套

西装外套应选用面料稍为厚一些的服装，侧重柔和的格子布、中厚垫肩、有盖的口袋和裤脚有反折设计的西装裤。（如图10与图11的对比，图10中的男士穿有一件带垫肩的西装外套，而图11中的男士没有垫肩，显然，图11给人的感觉是瘦弱的，而图10则是比较厚重高大的）

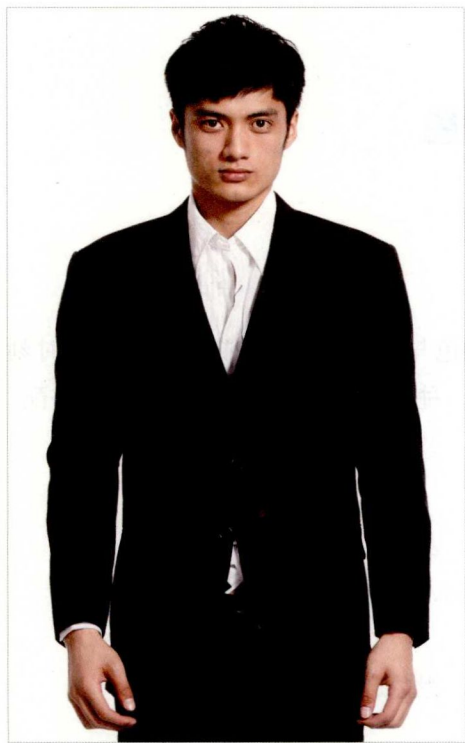


图 10



图 11



图 12

图 13

浅色裤子

高高瘦瘦的男生要尽量避免穿紧身黑色裤子，因为那样会显得弱不禁风，这跟女生穿“黑丝”是一样的道理。所以跟紧身裤和牛仔裤告别吧！

并不是所有人生下来就注定“高富帅”的。不过，衣服这件东西，是可以从一定程度上改变你的体形、气质与外貌的。

3. 你的型男范儿是什么颜色

对于想要穿出型男范的男士而言，哪种颜色与哪种颜色完美搭配，是他们时刻关注的问题。其实，颜色的匹配是没有标准的，一种颜色可以同时和多种颜色相搭配。常见的色彩搭配有以下几种，供读者参考：

- 1 红色配白色、黑色、蓝灰色、米色、灰色。
- 2 粉红色配紫红、灰色、墨绿色、白色、米色、褐色、海军蓝。
- 3 橘红色配白色、黑色、蓝色。
- 4 黄色配紫色、蓝色、白色、咖啡色、黑色。