

中国人形象规律教程

——女性个人色彩搭配分册

北京西蔓色彩文化发展有限公司
西蔓色研中心 著

教程系列

3



中国轻工业出版社

中国人形象规律教程

——女性个人色彩搭配分册

北京西蔓色彩文化发展有限公司
西蔓色研中心 著

RAE 2/13

教程系列

3



中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国人形象规律教程—女性个人色彩搭配分册 / 北京西蔓色彩文化发展有限公司西蔓色研中心著. —北京: 中国轻工业出版社, 2004. 1

(西蔓色彩时代. 教程系列 3)

ISBN 7-5019-4151-3

I. 中... II. 北... III. 女服—色彩—服饰美学—教材
IV. TS976.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第098640号

版权声明

本书的著作权人为北京西蔓色彩文化发展有限公司, 由中国轻工业出版社独家出版, 未经上述两
家单位书面许可, 不得以任何形式对本书部分或全部进行复制、转版、刊登及其他盈利活动。

责任编辑: 王恒中 费昕

策划编辑: 龙志丹 责任终审: 劳国强 责任校对: 燕杰

出版发行: 中国轻工业出版社(北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 深圳新时光印刷包装有限公司(深圳市深南中路电子科技大厦C座20楼, 邮编: 518030)

经销: 各地新华书店

版次: 2004年1月第1版

2004年1月第1次印刷

开本: 889×1194 1/16

印张: 8.25

字数: 200千字

书号: ISBN 7-5019-4151-3/TS·2438

定价: 68.00元

读者服务部电话(咨询): 010-88390691 88390105 传真: 88390106

(邮购): 010-65241695 85111729 传真: 85111730

发行电话: 010-65128898

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社读者服务部(邮购)联系调换

本书中涉及的所有色彩会因印刷工艺及版本的不同而有所差异, 特此声明。

30711S3X101HBW

封面设计：西蔓色研中心—— 罗 君

版式设计：西蔓色研中心—— 罗 君

版式编排：西蔓色研中心—— 刘 佳
罗 君

插 图：西蔓色研中心—— 刘 佳
江纯青
罗 君
徐 刚

www.ximancolor.com

前言

现在，越来越多的人意识到自身才是美丽的主体，服饰、色彩应服务于主体而非独立存在，这一扮靓观念的转变是时代进步与审美观提升的重大表现。那么如何找到真正属于自己的扮靓规律，轻松打理出既美丽出众又充满自信的形象呢？

上个世纪八十年代，美国人卡洛尔·杰克逊女士创立了“色彩四季理论”体系，首次将人体色进行了科学的分析分类。据此，人们可以通过肤色色调的诊断找到自己最适合的服饰化妆用色。1984年，“色彩四季理论”被佐藤泰子女士引入日本，经过多年的研究实践，正式形成了适合日本人服饰特点的实用色彩体系。1998年，侨居日本的CMB色彩顾问于西蔓女士将“色彩四季理论”等实用色彩体系和技术带到了中国，创建了中国色彩咨询业，并进行广泛传播，产生了巨大的社会影响。

经过多年的深入研究和操作实践，西蔓色彩基于大量个案数据的收集、整理、分析、归类和提炼，在原有的色彩理论体系的基础上，根据中国国情和中国人群的人体特征，创立了更为完善更为科学的理论体系——“个人形象规律分析系统[PIA]”，从根本上解决了个案形象规律的分析难题，使个人扮靓体系和整体形象设计技术有了更为科学、成熟、清晰的理论依据和统一标准。

西蔓色彩创建的“个人形象规律分析系统 [PIA (Personal Image Analysis)]”是由“个人色彩规律分析系统 [PCA (Personal Color Analysis)]”和“个人服饰风格规律分析系统 [PSA (Personal Style Analysis)]”所组成的。该系统分别就男性和女性的个人整体形象进行咨询指导。

本书将重点阐述“个人形象规律分析系统 [PIA]”中的第一个子系统“女性个人色彩规律分析系统[PCA for woman]”。它将根据一个人与生俱来的人体色特征进行科学地诊断分析，帮助每个人找到自身的服饰化妆最佳用色范围及色彩的搭配规律。

[PCA for woman]系统是中国国内第一个被完整确立的“女性个人色彩规律分析系统”，具有理论扎实、科学性和实用性极强、操作方便等突出特点。

作为色彩和个人形象咨询行业的领头人，西蔓女士一直认为，积累个案数据，升华实践，总结规律，提炼和构建科学理论体系并以此来引导行业发展是一件具有重大意义的事情。正是基于这种考虑，西蔓色彩推出了这五本扮靓理论系列教程。

在我国，形象咨询业是一个全新的有着无限市场空间的“美丽产业”。我们有理由相信，由于“个人形象规律分析系统”的创建和运用，中国的色彩咨询业将跃上一个更高的发展阶段，原有的形象设计也会有一个巨大的技术进步。它不仅会使每个人充分挖掘自我形象的潜力，最大限度地发挥个人魅力，更重要的是，色彩咨询业的从业顾问们能够据此更专业并全方位地指导消费者掌握属于自己的扮靓规律，让中国人自信并漂亮起来！

CONTENTS

Part1. 个人形象规律分析系统[PIA]概述	11
--------------------------	----

Part2. 女性个人色彩规律分析系统	15
[PCA for woman]概述	

Part3. PCA 系统的理论依据	19
--------------------	----

□ 色相（冷暖关系）——Y/B 基调理论	20
----------------------	----

 Y/B 基调理论的基础原理

 Y/B 基调理论对服饰色彩的划分

□ 色调（轻重关系）分析——PCCS 色调	24
-----------------------	----

 PCCS 色调的基础理论

 色调对服饰色彩的划分

□ 重新认识人体色	26
-----------	----

□ 肤色的分析	27
---------	----

 肤色冷暖倾向分析

 肤色的色调分析

□ 分析系统标准的确立依据	29
——视觉平衡原理	

 视觉平衡原理——健康与理想肤色的标准

 服饰色彩与人体色的对应关系

Part4. 人体色特征倾向的诊断步骤和方法	31
------------------------	----

□ 诊断的基本要求	32
-----------	----

 对光线的要求 对周围环境的要求

 对被测试者的要求

□ 诊断所用物品和道具	33
-------------	----

 镜子 白布 发卡 口红盒 丝巾 诊断专用色布

色布诊断基础步骤图	35
-----------	----

Part5. 中国人的人体色特征划分及用色规律	37
-------------------------	----

□ 个人色彩咨询专用色彩规律分析图	38
-------------------	----

□ 各季型人的色彩属性分类	39
---------------	----

标准型人的划分及用色规律分析 40

中高明度中高纯度的暖基调型 Y / B

[简称为亮春型]——标准型

中低明度中高纯度的暖基调型 Y / D

[简称为深秋型]——标准型

高明度中低纯度的冷基调型 B / L

[简称为淡夏型]——标准型

中低明度中高纯度的冷基调型 B / D

[简称为深冬型]——标准型

非标准型人的划分及用色规律分析 56

高明度中低纯度的暖基调型 Y / L

[简称为淡春型]——非标准型

中明度中低纯度的暖基调型 Y / S

[简称为柔春型]——非标准型

中低明度中低纯度的暖基调型 Y / DK

[简称为暗秋型]——非标准型

中高明度中高纯度的冷基调型 B / B

[简称为亮夏型]——非标准型

中明度中低纯度的冷基调型 B / S

[简称为柔夏型]——非标准型

中低明度中低纯度的冷基调型 B / DK

[简称为暗冬型]——非标准型

各季型人不适合的服饰色彩 68

各季型人适合的服饰色彩 69

Part6.PCA 系统中的色彩搭配规律 71

服饰色彩搭配规律的基本思想原则 72

服饰色彩的强、中、弱的搭配规律

不同场合的用色规律

服饰色彩不同面积比例的搭配效果

标准型人的服饰色彩搭配规律 76

中高明度中高纯度的暖基调型 Y / B[简称为亮春型]

中低明度中高纯度的暖基调型 Y / D[简称为深秋型]

高明度中低纯度的冷基调型 B / L[简称为淡夏型]

CONTENTS

目录

中低明度中高纯度的冷基调型 B / D[简称为深冬型]

非标准型人的服饰色彩搭配规律 92

高明度中低纯度的暖基调型 Y / L[简称为淡春型]

中明度中低纯度的暖基调型 Y / S[简称为柔春型]

中高明度中高纯度的冷基调型 B / B[简称为亮夏型]

中明度中低纯度的冷基调型 B / S[简称为柔夏型]

中低明度中低纯度的暖基调型 Y / D K[简称为暗秋型]

中低明度中低纯度的冷基调型 B / D K[简称为暗冬型]

Part7. PCA 系统在实际操作中的灵活运用 95

个人色彩属性与影响选色配色的其他因素关系

女性个人色彩规律与年龄之间的关系

女性个人色彩规律与身材之间的关系

女性个人色彩规律与性格之间的关系

女性个人色彩规律与个人服饰风格之间的关系

女性个人色彩规律与其他装饰手段之间的关系

女性个人色彩规律与社会角色之间的关系

女性个人色彩规律与 TPO 之间的关系

女性个人色彩规律与居住区域之间的关系

Part8. 服饰色彩与体型搭配的一般原则 99

梨型身材 倒三角型身材 圆润型身材 窄型身材 扁平型身材

Part9. PCA 系统的咨询服务流程 103

咨询服务流程图 104

咨询服务流程详介 106

咨询服务中的注意事项 110

Part10. 国际个人色彩咨询界代表人物介绍 111

后记 114

参考文献 115

Part 1. 个人形象规律分析

◆ 系统[PIA]概述

从古至今,人们始终没有停止过对美的追求。凭借着这份执着的追求,无论生活在哪个时代里的人们都在运用五光十色的服装、饰品、化妆、发型来装饰自己,一些专门研究和创造能让人外表靓丽的知识、技巧和方法也在层出不穷地出现。

可是,时尚的风潮有时真会令人眼花缭乱。追赶潮流的人们一不小心就会遇到“撞衫”的尴尬,或者每天上演着张冠李戴等怎么也演不好的时尚剧,在追求个性的路途上不知不觉地陷入找不到自己最佳魅力的境地。

随着时代的发展,人们对美的追求越来越倾向于人本化和个性化的体现。也就是说,人们已不再满足于千人一面的扮靓技巧和方法,开始注重自己才是美丽的主体,所有的装饰元素都应紧密结合主体特征后才能取得最协调、最悦目的效果。这种扮靓观念和审美意识的转变引发了人们重新审视自己的形象定位,关注自己的装扮规律。

西蔓色彩本着中国色彩咨询行业创始人于西蔓女士“让中国人漂亮起来”的美好愿景,汇总创业6年来积累的大量中国人的形象个案分析数据,在发扬了迄今为止国际上针对个人形象咨询设计的优秀理论和实操标准的前提下,创立了符合中国人群体形象特征的科学而完善的标准理论体系——“个人形象规律分析系统[PIA (Personal Image Analysis)]”。

“个人形象规律分析系统[PIA (Personal Image Analysis)]”是由“个人色彩规律分析系统[PCA (Personal Color Analysis)]”和“个人服饰风格规律分析系统[PSA (Personal Style Analysis)]”组成的。该系统分别就男性和女性的个人整体形象进行咨询指导。

在“个人形象规律分析系统[PIA]”的核心理论部分,个人色彩方面借鉴了20世纪70年代由美国CMB (Color Me Beautiful) 公司创始人卡洛尔·杰克逊 (Carole Jackson) 女士创立的“色彩四季理论”体系;同时参考了罗伯特·多尔 (Robert Dorr) 先生的多色配色调和论的指导思想;并吸纳了日本个人形象咨询行业多年来对日本人群的形象特征分析经验。个人服饰风格方面,借鉴了CMB英国咨询顾问玛丽·斯普兰妮 (Mary splliane) 女士和CMB日本



适合中国人的个人形象规律分析系统的创建人——于西蔓女士

咨询顾问佐藤泰子（Yasuko Sato）女士在服饰风格定位方面的分类基础架构，并吸纳了视觉艺术美学、服饰风格分类等方面的理论知识和时尚元素。

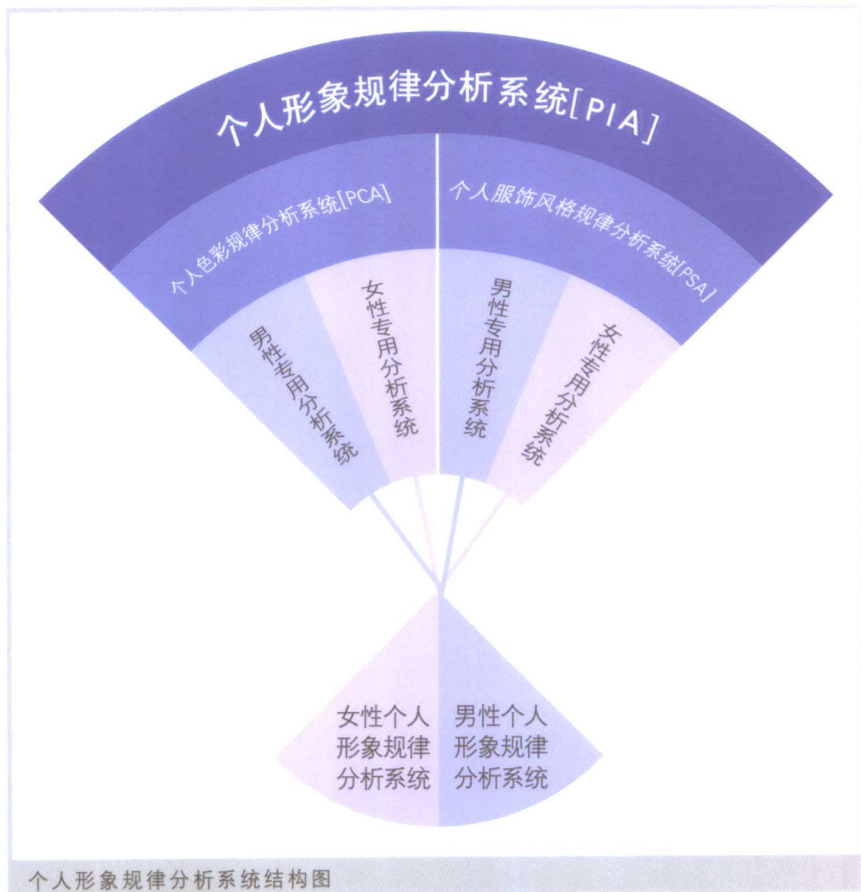
西蔓色彩在创建“个人形象规律分析系统[PIA]”时，在个人色彩咨询标准理论体系的架构方面主要创建了中国人群适用的“个人色彩咨询专用色彩规律分析图”；并把研究的重点放在了如何科学地寻找并阐述色彩基础理论与个人色彩应用理论间的关系上。在个人服饰风格方面，我们针对中国人在脸型、体型、神态气质和性格等方面的地域性差异特征，对服饰风格的类别进行了更准确的定义和更详细的分类；并把研究的重点放在了如何依照科学的步骤准确定位人体“型”特征的核心技术上，发明了“轮廓分析法”、“量感比例分析法”和“形容词分析法”等一整套的实用分析技术，并整理了标准的规律分析和咨询流程。

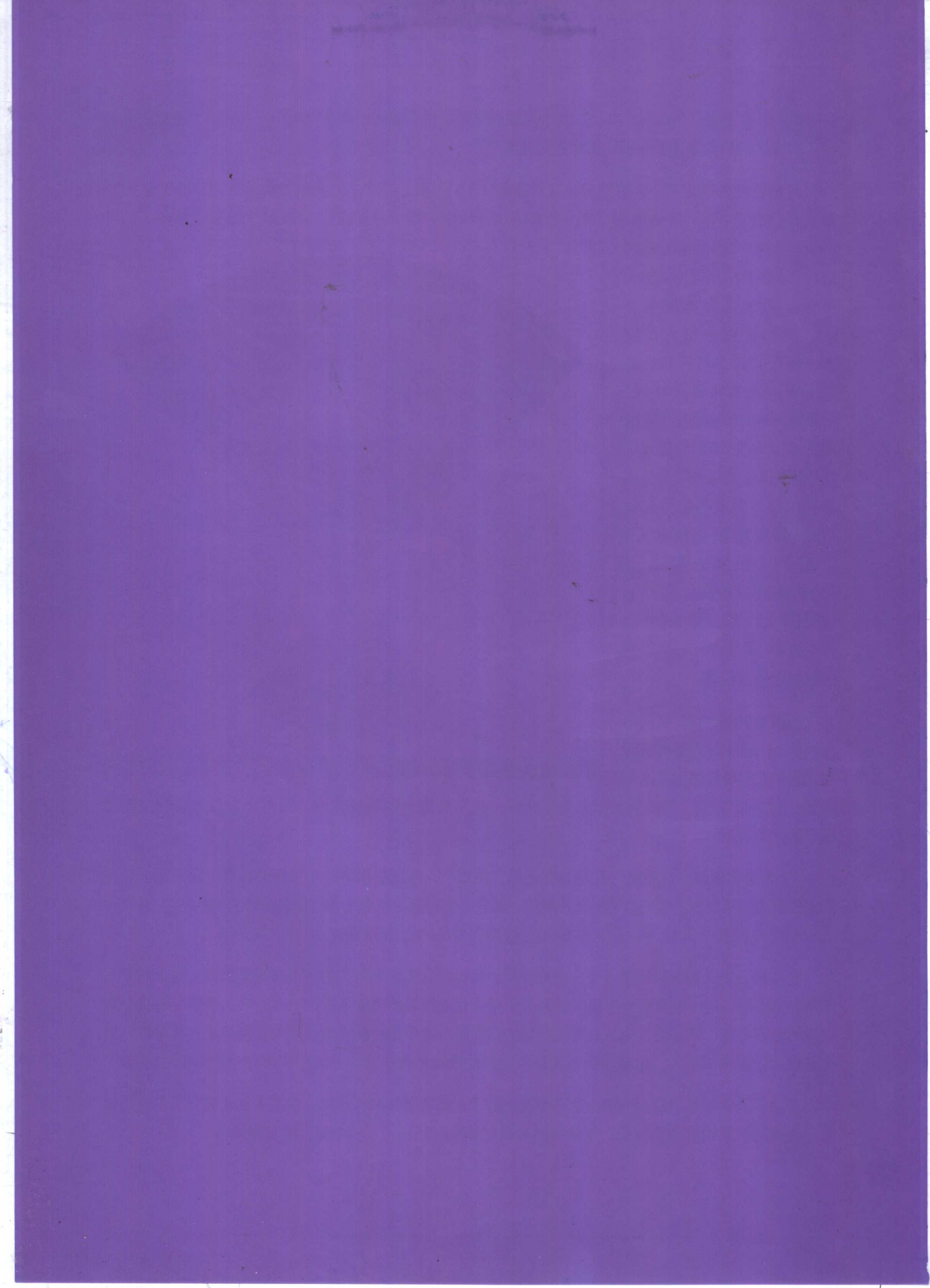
更重要的是，我们根据中国的男士们也十分需要科学而理性的个人形象规律指导这一需求，首次推出了“男性个人形象规律分析系统”的概念和理论体系，为男士个人形象的建设做出了重大的贡献。

“个人形象规律分析系统”的确立和运用，使每个人都能够清晰明了自身的特质，充分挖掘自我形象的潜力，从根本上明确自身的装扮规律。并且，它将教会所有人自信地取舍扮靓物品和细节技巧，最大限度地发挥个人魅力，真正感受知性购物和装扮的自由和愉悦。

在中国，个人形象咨询是一个全新的领域，可以断言中国在不久的将来将成为世界上最大的个人形象咨询市场。这一整套适合中国人的全方位个人扮靓指导的咨询系统的出现，将从根本上解决个案规律的分析难题，既能使行业从业者在实施咨询服务时给予每位顾客的形象规律指导更有针对性，更准确到位，更全面深入，也能使普通大众在遵循此系统自我学习和尝试定位时有一个标准的依据。

总之，本系统是中国国内第一个完整提出的个人形象规律分析系统，中国人从此拥有了完全适合自己使用的形象规律理论标准，使中国的色彩咨询业因此跃上了一个更高的发展阶段。





Part 2.

女性个人色彩规律分析系统

◆ [PCA for woman]概述

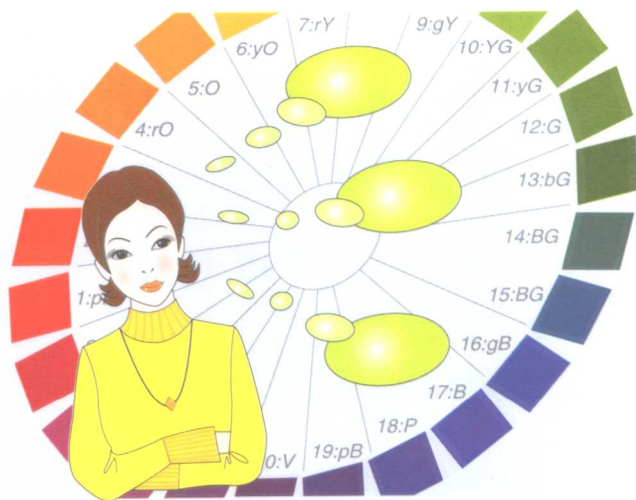
“女性个人色彩规律分析系统[PCA for woman]”是根据每位女性与生俱来的人体色特征进行科学地分析和归类,研究各色彩群对其的适用程度,划分出与其相协调的色彩范围,并根据每个人的细节特征给出服饰化妆色彩的搭配规律。

对于女性来说,寻找适合自己的色彩范围和适用的色彩搭配规律始终是一个难题。因此,西蔓色彩在确立“个人形象规律分析系统[PIA]”时,首先把重点放在了开发女性个人色彩规律分析系统、迅速帮助所有爱美女性解决用色烦恼这一焦点问题上。

20世纪末,个人色彩咨询刚刚在中国起步时,出入色彩工作室的绝大多数是各行各业的女性,这一点也印证了当代中国女性亟待解决自身的扮靓难题,希望能够有这样的指导体系出现,帮助自己立竿见影地提升形象,跟上时代的步伐。

科学性

服饰和化妆中的每个颜色都有明确的三属性,即色相、明度和纯度。而我们每个人的身体色其实也是一些颜色的集合,这个集合中的每个颜色也都有自己的色相、明度和纯度。因此,要明确每个颜色对一个人的适合程度,首先就要仔细地、逐一地分析构成人体色特征的这三个要素,给出自己在色彩空间中的准确定位。之后,只要依照这个定位分别找来吻合于自己的服饰、化妆和染发色就可以了。



原则上讲,如果一个颜色的三要素与人体色的三要素具有明显的共性特征,这个颜色就是适合的;而如果三要素中只有两方面具有共性特征,颜色对你的适应度就会下降;若三要素之间失去共性特征,那么这个颜色就不太适合。适合的色彩间因为具有共性特征,因此在搭配时既有共性又有个性,非常容易达到和谐统一中不失个性变化的效果,很容易给人带来完美的视觉印象。

“女性个人色彩规律分析系统[PCA for woman]”正是从这三个要素着手,科学地寻找人体色与服饰化妆色彩之间的对应关系,从而为女性找到一个可以受用一生的色彩搭配方案。

实用性

依据“女性个人色彩规律分析系统[PCA for woman]”确定一个人的用色范围及色彩搭配规律的实用性在于,它并没有把一个人一生固定在哪几个或哪几十个颜色当中,而是把所有的颜色的色彩特征做了科学的分析,对于任何一个特定的人来说,明确了每个颜色(或每组色彩群)对她的适用程度,为女性们做出了最佳色彩群、次佳色彩群和不适合的色彩群等实用性极强的分类提示。