

购衣 NO.3 参谋

掌中宝

穿出自我

赵欲晓 吴继辉/编著

- 自我体型判断
- 得体的服装与美感
- 服装比例与形象
- 脸型与服饰
- 小小饰物的点睛之笔
- 款式搭配的黄金规则



41.1



怎样根据体型选装

穿 出 你 精 美 的 人 生

中国纺织出版社

购衣参谋掌中宝



穿出自我

——怎样根据体型选装

赵欲晓 吴继辉 编著



中国纺织出版社



图书在版编目(CIP)数据

穿出自我:怎样根据体型选装/赵欲晓,吴继辉编著.-北京:中国纺织出版社,2000.1

(购衣参谋掌中宝)

ISBN 7-5064-1713-8/TS·1360

I.穿... II.①赵... ②吴... III.服装美学-通俗读物 IV.TS941.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 50123 号

策划编辑:刘 磊 责任编辑:郑 澄 责任校对:陈 红
责任设计:任墨荪 责任印制:刘 强

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街 6 号

邮政编码:100027 电话:010-64168226

中国纺织出版社印刷厂印刷 各地新华书店经销

2000 年 1 月第一版第一次印刷

开本:787×1092 1/32 印张:4.875 插页:4

字数:98 千字 印数:1-5000 定价:12.00 元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

彩图3 肚大溜肩者如何穿衣



彩图1 体胖者穿衣的
款式、色彩

TS941.1/27



彩图2 头小身大者如何穿衣



彩图4 腰节长者如何穿衣



彩图5 臀大者如何穿衣

QAMZ 407

彩图6

落臂者如何穿衣



彩图7 饰品的作用



STEP 1

改变形象，从“头”开始

这样的发型显得头很大，脸也很圆，不好

半长不短的上衣加大了上身的长度

及膝裙将腿部一分为二，既显腿短，又不利索

圆头低跟鞋较笨重，没有修长身材的效果



把头发扎起来，缩小了脸盘，人也精神了



穿超短裙是拉长腿型的上佳选择，裙褶的纵向效果起码让你长高了3cm



STEP 2

超短裙的“威力”

STEP 4

长高的关键一步

fashion!



STEP 3

改头换面

衬衫的领型、长度让上身显得更简洁、紧凑



高跟加厚底，以及深浅不同的配色帮你塑造出一双美腿

彩图8 身高6.8个头长的女孩如何变为8个头长的美人

下装 体型 的烦恼	 喇叭裤	 直筒裤
 小腿粗壮	 ✓ 膝下放宽的裤管对付粗 粗的小腿肚最有效	 ✓ 不宽不窄的裤管绝 不会显露小腿的缺陷
 大腿粗壮	 × 膝盖以上紧绷的线条使大腿 显得愈发粗壮	 ✓ 从大腿部自然下垂的 线条显示修长的身材
 臀部大	 ✓ 轻便外套恰到好处地 掩饰了臀部	 ✓ 短上装加宽的下摆效果 不错

 紧身长裤	 一步裙	 A型短裙
 ×粗壮的小腿线条暴露无遗	 ✓鲜明的轮廓、深浅的配色使人忽略了小腿的缺陷	 ✓鲜艳的上装和挎包可以引开人们的视线，长靴是起遮掩作用的
 ✓收腰长外套造就X型轮廓线	 ✓直身型的套装饰饰了大腿的线条	 ✓渐宽的裙摆是大腿的遮羞物
 ✓修长上装是臀部曲线的自然延伸	 ×侧面轮廓真是很“难过”	 ✓令人不安的臀部可用A型裙修正

彩图9 帮你解烦恼——下半身体型与着装



彩图10 黛安娜

出版者的话

服装,是人类永恒的话题之一。

衣着服饰所形成的独特的文化现象,以及日渐壮大的服装产业促成了服装专业这一全新学科的发展,与之相应的,以服装为主题的图书也日渐增多。只是,人们似乎太过于专注理论的研究,而忽略了图书作为文化传播手段的目的。图书市场上大量的服装类图书不是理论专著便是款式集萃,多为业内人写给业内人看,而非数以亿计的服装穿着者们。

每个人都离不开服装。随着人们对自身生活质量的关注,人们渴望了解更多有关穿衣的知识。为此,中国纺织出版社精心策划,并约请北京服装学院服装系的老师——服装领域的专家们推出“购衣参谋掌中宝”丛书,包括《穿出质地——怎样挑选服装材料》、《穿出自我——怎样根据体型选装》、《穿出精致——怎样挑选服装做

工》、《穿出品位——服装品牌消费指南》、《穿出色彩——服装色彩搭配指南》等五册。这套丛书围绕人们在选衣、购衣、穿衣过程中一些常见问题作了深入浅出的介绍，希望能使广大消费者了解和掌握与选购和穿着服装相关的知识，并能卓有成效地应用于实践。

将专业知识作通俗之讲解并非易事，不足之处还请广大读者批评、指正。

中国纺织出版社

1999年9月6日

写在前面

“爱美之心，人皆有之”，几乎所有的人都知道这句亘古不变的名言。美好的事物当然人人都向往，而每个人都希望自己在别人的眼中是一个美好的形象，尤其在今天的社会，尤其是女性。

对美的认识每个人都不一样，各有尺度。有人看中内在的精神和气质，有人在意外表和仪态，更有人会说：“如果把二者结合起来不是更好吗？”确实如此，内在美要通过外在美表现出来，外在美受内在美的制约和规范，二者是辩证统一的。

现在，越来越多的人认识到了修饰的重要性，而其中服饰是最直接和最重要的修饰手段。服装是人的第二肌肤，却给人第一印象。有人说衣服会“说话”——不论你穿什么，你永远都是赤裸裸的，因为衣服会向别人“诉说”

你，你的经济级别、教育水平、社会地位、人情事故、为人、希望、恐惧、学识、心理状况以及生活情趣，均能透过你的衣着而表露无遗。而从某种意义上说，衣服也是最会“说谎”的，它可以让你在转眼间改头换面，关键是怎么穿。

其实，要获得一个好的形象也并不很容易。虽说早已不是满街飘动着黄裙子的时代了，但趋同的心理仍然普遍存在。可一件衣服你穿上好看，我穿上就未必是那么回事，为什么呢？因为衣服的美丑更大程度体现在人穿着后的效果，而这主要取决于人自身的因素，身材、气质、修养、谈吐……都会影响服饰的美感。所以说：穿衣要因人而异，切不可盲目追随时尚。服饰的流行与美感并非只是每季转瞬即逝的时髦装扮，林清玄说流行便蛮有道理：“流行贵在自立，有所选择、有所决断……”

服装的美首先表现为适体美，而身体形态各有不同，世界上绝无十全十美之人，每个人的外貌或形体或多或少总有些缺憾。如果不能正视自身的不足，只是一味追求时髦，一股脑儿把那些时髦饰品堆于一身，其结果就是东施

效颦了。所以，巧妙、适宜的衣着打扮才是美化人和弥补生理缺陷的明智之举，而穿衣打扮这门学问和艺术，还是需要好好学习的。

由此感，便想将从事服装工作经历中的一些体会写下来，归纳成册，希望能给普通人的日常生活提供一点经验，帮助您掩瑕扬瑜。但因水平有限，书中恐有不妥之处，仅作抛砖引玉之举，可借此充分发挥您的创造力，把我们的生活装点得更加美好。

作者

1999年9月

目 录

知己篇——自我体型判断

- 一、体型是什么.....(2)
- 二、体态观察.....(8)
- 三、综合判断.....(15)

知彼篇——服装特点分析

- 一、服装的形态分类.....(20)
- 二、服装的功能分类.....(34)
- 三、服装的风格.....(48)

战术篇——服装搭配指南

- 一、得体的服装与美感.....(53)
- 二、服装比例与形骸.....(56)
- 三、脸型与服饰.....(60)
- 四、体型与着装.....(65)

巧装篇——理论指导实践

- 一、图案色彩的节奏韵律.....(97)
- 二、小小饰物的点睛之笔.....(104)
- 三、款式搭配的黄金规则.....(113)
- 四、风格依旧的成熟之美.....(114)