

你真的会穿衣吗？教你年轻7岁的穿衣搭配法则
双色+三色+五色 配饰+主题+场合 全方位打造高“衣商”圣经

别说
你懂

穿衣搭配

苏拉 编著



中国水利水电出版社
www.waterpub.com.cn



100件经典款式的1000种搭配方案和搭配禁忌
不同季节、不同职业、不同场合完美出镜的50种成功穿衣秘诀！
不是每个女人都拥有完美身材，但每个女人都能拥有完美衣着！

别说你懂穿衣搭配

苏拉 编著



图书在版编目 (C I P) 数据

别说你懂穿衣搭配 / 苏拉编著. — 北京 : 中国水利
水电出版社, 2011. 12
ISBN 978-7-5084-9208-7

I. ①别… II. ①苏… III. ①服饰美学—普及读物
IV. ①TS941. 11

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第247387号

书 名：别说你懂穿衣搭配

作 者：苏拉 编著

出版发行：中国水利水电出版社（北京市海淀区玉渊潭南路1号D座 100038）

网址：www.waterpub.com.cn

E-mail:sales@waterpub.com.cn

电话：（010）68367658（发行部）

企 划：北京亿卷征图文化传媒有限公司

电话：（010）82960410、82960409

E-mail:sales_bookexplorer@163.com

经 售：全国各地新华书店和相关出版物销售网点

印 刷：北京瑞禾彩色印刷有限公司

规 格：185mmx210mm 24开本 8印张 80千字

版 次：2012年3月第1版 2012年3月第1次印刷

定 价：32.80元

凡购买我社的图书，如有缺页、倒页、脱页的，本社发行部负责调换

版权所有·侵权必究

前言

许多女人都曾遇到“衣柜里总是少一件合适衣服”的状况，到底是我们真的还缺少那么一件“正中下怀”的衣服，还是为了追随潮流认为自己的衣服都过时了呢？或许你衣柜里的衣服数量并不少，也不缺乏各种款式和质料的服装，只是不知道该如何根据场合选择合适的服饰进行搭配。在本书里你就可以找到这个看似难解问题的解决方法。

想要更好地表现自我，需要先了解自己的优势和劣势，懂得搭配上的扬长避短。让我们从了解自己的外貌与形体开始，全面地正视自己的体型特点，根据自己的实际状况进行选择。然后我们需要对衣柜进行认真的整理，看看衣柜里都有哪些类型的衣服，并列清单。可依据色彩对衣服进行分类，参考书中的色彩知识进行初步搭配，如同色系、邻近色系以及大胆的撞色系都是基本的配色，根据自己的肤色和性格找出最适合自己的颜色搭配。接下来，书中将会详尽地列举出各种类型服装的搭配技巧，如衬衫、T恤、西服、针织衫、风衣、夹克、牛仔裤、裙子，以及鞋子和各种配饰等，这些都是帮助我们学习搭配的基础哦！对每种类型的服饰都会举出最经典的必备单品，对照列出的清单看看你拥有哪些或者缺少哪些，对你的衣柜进行补充和清理。

本书还提供了众多穿衣场合推荐，教你宜时宜地地搭配出自我风格。不管是身在职场、运动休闲、约会相亲，或是购物旅游……都能找到最得体的服装搭配。此外，还列出各种具体场合的搭配方案，如婚礼、朋友聚会、公司年会、商务酒会、新闻发布会、电视访谈、接待外宾等，让你能够从容优雅地参加和出席。

现在，就让我们一起从头开始了解自己，学习服饰搭配吧！



编者

本书 使用说明

■ 本书的第3章是以单品分类，分为上装单品和下装单品，并一一进行单独分析和应用。在对单品款式的讲解中，配有模特图像以及色彩搭配和场合推荐解说。介绍单品的基本信息后，列举出服饰的其他搭配应用和表现效果。

模特
单品进行搭配后的上身效果，更加全面直观地了解单品的运用。

配饰
配饰推荐，并解说配饰起到的作用和意义。

单品实物图
更加直观全面地了解单品展示效果。

阔腿裤让你远离臃肿



牛仔布阔腿裤告别束缚，带来舒适的感觉，打造出随性自然的风格。

棉麻布料的阔腿裤是职场女性的首选，显得简约大方。

浅色阔腿裤的清爽与简洁能够搭配浅色衬衫，突显优雅牛仔风。

完美配饰



鞋头带有装饰的高跟鞋能够修饰腿型掩盖腿部的缺点，搭配书装点做出优雅感。

可搭配色



搭配特点：花边袖口+领口+袖口

适合场合：职场、休闲

风格印象：舒适职场风

搭配禁忌：皮质的饰

大方



简约



拼色格子衬衫加上阔腿牛仔裤和白色鞋表现出清爽大方的气质。

桃紫色无袖衬衫和凉鞋搭配灰色阔腿裤，使整体显得轻巧简。

破洞牛仔裤有酷皮风



条纹破洞牛仔裤不仅时尚，还能在视觉上有显瘦的效果。

块状破洞牛仔裤加强做旧的特点，表现出野性和随性的魅力。

有贴布的破洞牛仔裤充满了童趣和街头感，适合打造嘻哈风。

完美配饰



铆钉牛皮腰带能够突出腿部的比例线，桃色帆布鞋提升整体色彩感。

可搭配色



搭配特点：黑色+亮片背心+金色腰带

适合场合：休闲、出行

风格印象：帅气街头风

搭配禁忌：丝质服饰

酷皮



运动



灰色吊带衫和腰带对整体穿搭起到点睛作用，七分马甲搭配宽松束脚牛仔裤，展现出嘻皮风，有时尚感的运动风。

模特其他例子
单品进行搭配后的其他效果和其他风格展示。

表格
搭配推荐色以及穿衣场合推荐，便于查找配色方案。

第3章中每一个小节后的“经典”讲解该小节的百搭万能必备单品，作为特别页。

搭配出不同风格，并作出解析评价。

经典

百搭黑西服

许多人拥有第一件西服都是在踏入职场之时。在服装色彩的西服中，黑色西服最最常见，也是最易搭配的服装。黑色是最稳妥的颜色，也是最时尚的颜色。款式越简单越实用的场合也就越多。只要把握好与黑西服的服装搭配，很容易成为每个人衣橱中的宝贝。

可行情度：★★★★
时尚指数：★★★★
魅力指数：★★★★

高领西服能减色下半身一定要在领口上做些文章，不可以让性感上露下隐的错觉。深色的西服能减中和由黑到白的突兀。成为中间色。高跟鞋也是显白亮的利器。这样的搭配能让人看上去干练清爽。始终保持专业感的职场必备女性的装束。

可行情度：★★★★
时尚指数：★★★★
魅力指数：★★★★

红色裙子的长款连衣裙缺乏修饰身材的作用，也没有修饰的负面效果。加上黑色高领款式的长款裙修饰和颜色的视觉收缩感，明显地划分出上下身体的比例。饱满黑色长发的平直造型带有职业女性风格，整体感是向优雅的女性气质。

可行情度：★★★★
时尚指数：★★★★
魅力指数：★★★★

深蓝色下袖的连色正装西服款式正装西服款式，修身线条流畅，贴身剪裁，黑色西服与裤子颜色呼应，提升整体气质。深蓝色中袖裤子与肩膀的空白对比。

可行情度：★★★★
时尚指数：★★★★
魅力指数：★★★★

职业

解说该单品的历史由来以及时尚流行的意义。

模特示意，更加直观展示穿着效果。

第4章和第5章主要以穿衣风格和场合来分类，每一个风格或场合为一页。

两款模特示意风格和穿着效果。

色调位置图以及色彩推荐，全面解析色彩的表现方式。

场合或风格解说。

Part 4 波西米亚风让你成为海滩焦点

约在海滩享受阳光与蔚蓝的大海，波西米亚风格的打扮让她发现低调性感的一面，慵懒舒适的线条或宽领与穿在身上十分协调。

配饰：花洋娃娃胸罩、黑色太阳镜、皮绳手链带、黑色彩色手包

穿搭贴士：黑白配清爽，深色的色彩能减色高米柔的海滩风格。

搭配贴士：黑白配清爽，深色的色彩能减色高米柔的海滩风格。

摩洛哥风情带他走入异域国度

约在酒吧的异国风情主题夜场的话，就让他看到不一样的自己吧！选择艳丽的摩洛哥风情复古装，展现出你大胆、华丽的魅力。

配饰：镂空花边衫、古晋南风镜、蕾丝和碎花凉鞋

穿搭贴士：摩洛哥的异域风情以暖色调为主，深色的色彩能减色高米柔的海滩风格。

穿搭贴士：摩洛哥的异域风情以暖色调为主，深色的色彩能减色高米柔的海滩风格。

单品实物图展示。

错误的配色运用示例图。

目录

前言

本书使用说明

Part 1

从了解你自己开始

扬长避短

- 1.1 测一测你的体型 2
- 1.2 标准型完美着装 3
- 1.3 梨型下身不再肥大 5
- 1.4 草莓型上身不再宽大 7
- 1.5 纸片型不再骨瘦如柴 8
- 1.6 丰满型如何穿得苗条 9
- 1.7 如何让你的身材比例变得完美 10
- 1.8 脸型决定你穿什么 12
- 1.9 发型与穿衣搭配 15
- 1.10 魔法“减龄”术 18

Part 2

穿出你的彩虹

- 2.1 理解色彩 20
- 2.2 季节的冷暖色调 24
- 2.3 寻找你的颜色 25
- 2.4 黄皮肤的我们要怎么穿 26
- 2.5 让你尽现“黑珍珠”的光彩 27
- 2.6 真的是“一白遮百丑”吗 28

- 2.7 特别的色彩给特别的你 29
 - 经典的黑白灰 29
 - 激情中国红 32
 - 自然清新的绿色 34
 - 穿出优雅的蓝色 36
 - 充满活力的黄色 38
 - 神秘浪漫的紫色 40
 - 让你“金”属感十足 42
 - 走近温暖的橙色 44
 - 天真浪漫的粉色 46
- 2.8 荧光一点点 48

Part 3

你的“衣橱”

准备好了吗

- 3.1 百搭衬衫——最简单也是最经典 50
 - 纯色衬衫亮丽通勤风 51
 - 格子衬衫打造英伦气质 52
 - 荷叶边衬衫知性淑女 53
 - 长衬衫与腰带的搭配 54
 - 男士衬衫时尚中性风 55
 - 透视雪纺低调的性感 56
 - 经典：魔力白衬衫 57
- 3.2 T恤——随意但不随便 58
 - 长款T恤和牛仔的完美融合 59
 - 斜肩T恤穿出个性 60
 - 印花T恤文艺范十足 61
 - 连帽T恤与棒球帽的另类组合 62
 - 镂空T恤彰显成熟魅力 63
 - 海魂衫复古也可以经典 64
 - 经典：白T恤情结 65
- 3.3 西服——不止诠释商务 66

齐腰小西服突显腰部线条	67	经典: 日装长裤百搭法	99
长款西服修饰身体曲线	68	3.7 裙子——女人的专利	100
西服与牛仔的完美混搭	69	百褶裙的少女情怀	101
卷袖西服袖子是亮点	70	一步裙干练职场风	102
经典: 百搭黑西服	71	高腰裙复古英伦范	103
3.4 针织衫——衬托柔美的曲线	72	蛋糕裙打造芭蕾梦	104
甜美小开衫穿出可爱风	73	迷你裙的迷你风光	105
长款针织衫修身时尚	74	太阳裙的异域风情	106
蝴蝶袖与短裙的热辣魅力	75	塔裙的绮丽民族风	107
粗棒针衫舒适街头风	76	皮裙流露性感魅力	108
经典: 撞色镶边的小细节大效果	77	小黑裙的优雅知性	109
3.5 风衣、夹克——展示线条与风度	78	背心裙脱俗清新风	110
及膝风衣展露优雅气质	79	经典: 百变背心裙	111
短打风衣的率性与随意	80	3.8 鞋子——找寻属于你的“水晶鞋”	112
军装风衣尽显英姿飒爽	81	绑带凉鞋的妖娆气息	113
长款风衣与裙子的越界	82	高跟鞋的高度与细度	114
机车夹克高雅朋克风	83	低跟鞋沉稳舒适必备	115
牛仔夹克潇洒男生气	84	船鞋尽显甜美可爱风	116
经典: 卷袖风衣的秘密	85	长筒靴打造性感美腿	117
3.6 裤装——展现双腿的魅力	86	帆布鞋尽显运动时尚	118
依据体型选择牛仔版型	87	经典: 波鞋大搜索	119
垮裤穿出街头休闲风	88	3.9 配饰——多一分靓丽	120
窄管裤尽显完美腿型	89	彩色丝袜	121
阔腿裤让你远离臃肿	90	帽子	122
破洞牛仔裤的嬉皮风	91	围巾	123
喇叭牛仔裤时髦复古	92	腰带	124
石洗牛仔裤的中性风	93	手袋	125
卷边牛仔裤随性自然	94	太阳镜	126
七分牛仔裤展露小腿线条	95	手套	127
阔腿工装裤休闲洒脱	96	耳坠	128
卡其工装裤打造型女	97		
迷你短裤穿出不同风格	98		



Part 4

教你宜时宜地 搭配自我风格

4.1 让你“步步为赢”的职场装扮	130
职业女性的极简主义	131
高管着装体现权威性	132
教师着装体现知性美	133
律师着装体现专业性	134
公务员着装体现稳重与亲切	135
谈判人员着装体现干练中性	136
销售人员着装体现亲和力	137
医生着装体现信赖感	138
设计师着装穿出个性	139
4.2 给对方留下深刻印象的约会穿着	140
甜美萝莉风让他对你目不转睛	141
波西米亚风让你成为海滩焦点	142
摩洛哥风情带他走入异域国度	143
浪漫连身裙让他对你再次倾心	144
4.3 与姐妹淘一起去购物	145
波普圆点的罗马假日复古情怀	146
斗篷与流苏长靴的吉普赛风格	147
明亮的色彩让你成为街拍亮点	148
长身连衣裙打造出邻家田园风	149
长款带帽衫与双肩包韩范十足	150
牛仔和人字拖穿出欧美明星范	151
4.4 一起去运动	152
瑜伽服让你放松心情	153
超短网球裙活力四射	154
训练服秀出健美身材	155
街舞装舞动你的青春	156
4.5 愉快假日放飞心情	157
休闲装束一起去郊游	158

舒适宽松装悠然漫步	159
摇滚音乐节疯狂一下	160
锦衣夜行去酒吧	161
4.6 你就是赢得众人赞赏的焦点	162
舞会上展示你的华丽身影	163
面试中提升你的成功率	164
约会时让他眼前一亮	165
拜见公婆时要显得清新自然	166
生日派对时你是今天的主角	167
同学聚会时变身气质女郎	168

Part 5

优雅装扮出席重要场合

5.1 参加幸福婚礼的装扮	170
5.2 参加丈夫朋友聚会的装扮	171
5.3 出席公司年会的装扮	172
5.4 出席正式宴会的装扮	173
5.5 出席商务酒会的装扮	174
5.6 参加新闻发布会的装扮	175
5.7 参加电视访谈的装扮	176
5.8 参加音乐会的装扮	177
5.9 参加高层会议的装扮	178
5.10 参加葬礼的装扮	179
5.11 出席时装发布会的装扮	180
5.12 与领导一同出席聚餐的装扮	181
5.13 接待外宾的装扮	182
5.14 做一个美丽的伴娘	183






Part 1

从了解你自己开始扬长避短

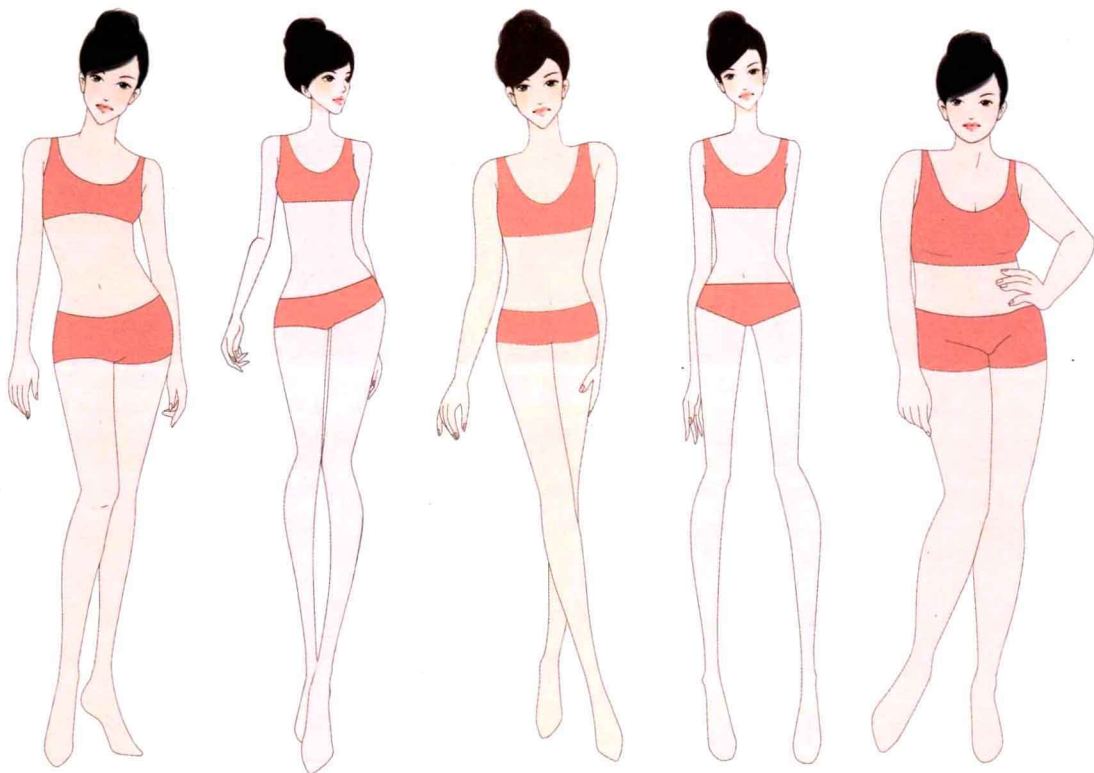
我们可能需要花很长时间才能真正了解自己的内心，但是，我们却可以只花20秒便看到自己的外表。你需要一个机会好好地直面自己，透过镜子里你的那个虚幻而真实存在着的形象，看看自己的外貌以及身形。或许我们会为自己的美丽而暗自高兴，也会为自己的缺点而暗自纠结。我们有时为了遮掩缺点却会弄巧成拙而显得俗不可耐，其实，你还没做到真正地了解自己。下面就让我们开始给自己做一次彻底的自我审视。



1.1 测一测你的体型

在开始搭配之旅之前，让我们来全面地正视自己的体型特点。只有当你对自己的体型特点正确了解，你才能理性地判断出适合你与不适合你的服饰单品，从一开始就做出好的购买计划，以避免压箱底的状况出现。

首先根据目测来判断你的大致身形，这里将会提供一些具有显著特点的体型，以便于你找到符合你自身的体型。



- S型（又称标准型）：**特点是身体的正面和侧面都呈现出S形曲线，身体没有多余的脂肪，也不是瘦弱形的。
- A型（又称梨型）：**最大的特点就是肩部比臀部要窄小，也就是说上半身和手臂较匀称，下半身比较丰满。
- Y型（又称草莓型）：**肩膀较为宽阔是此类身形特点，有可能伴随着上围的丰满，臀部线条不明显。
- I型（又称纸片型）：**特点是身材清瘦，三围都较小，特别是胸和臀的轮廓比较平实，身体的曲线不明显。
- H型（又称丰满型）：**整体较为丰满，腰部线条不太明显，胸围和臀围都比较丰满，呈圆滑的微曲线。

1.2 标准型完美着装

看看各个时尚杂志的最性感的女人排行榜，她们个个都拥有完美的S型身材，前凸后翘，胸围和臀围都较为丰满坚挺，腰部的线条呈现收拢修长的状态，让人羡慕不已。不得不说的是拥有此类型的身材会更容易买到合适的服饰，当然在搭配方面也会比较轻松一些。

不过，并不是拥有了S型完美身形就可以掉以轻心了，这群幸运儿中还有许多人把握不好穿衣搭配，浪费了自己的好身材。

腰部以上的处理

一般说来S型身材在挑衣服上不需要太纠结，不过，要如何更好地展现自己的完美身形就需要好好努力了。由于上围比较丰满，穿着较为紧身的外衣能够凸显出胸与腰的上半S曲线，特别是在领口处有花边装饰的服饰。

在颜色方面可以根据场合自由选择。也可以从自己的肌肤颜色来考虑，比如偏向白皙就选择鲜艳点的颜色来让自己更加亮丽，小麦肤色就用明度高的颜色来提升皮肤的光泽度。

如果想选择连衣裙那就可以考虑复古双排扣的裹身长裙，或者是中国韵味十足的旗袍，都能显示出你的身体曲线。



黑色的紧身外套有收拢的效果，使得曲线更为明显，加上灰色纱裙的放大作用将S曲线强化。

复古双排扣长裙的贴身剪裁让曲线完美呈现，黑色腰封将腰线修饰得更修长，很有英伦复古风。



腰部以下的处理

腰部以下的主要突出点就是臀部与腿的半个S形，展现玲珑的臀部曲线与修长的腿部就是下半身搭配的主旨。

选择修身的铅笔裤与A字裙最能够体现臀部与腿部的整体曲线。由圆润的臀部曲线转向柔和的腿部曲线，让你尽显S形的魅力。在颜色上也不必担心亮丽的颜色会让你的身形被拓宽，黑白经典色的对比能够使你的身材更加完美。



鞋子可以根据你的身高来做选择。如果你是娇小S身型，可以选择中跟鞋来让你显得高挑些，千万别以为越高的跟鞋越适合你，那会使你显得很不自在。如果你是高挑S身型，试着穿平底鞋来中和一下自己的身高，会让你显得更平易近人。



紧身的铅笔裤或者贴身打底袜都能尽显你的下半身曲线。避免选择竖条花纹的裤子与裙装，它会让你看起来太苗条而失去饱满感。



银色和蓝色的搭配使你的上半身呈现收敛状态，红色的裤子放大你的下半身曲线，使你显得更加热辣性感。

搭配关键：修身款，加强身体曲线

搭配增值：铅笔裤、修身长裙、旗袍

1.3 梨型下身不再肥大

梨型身材又称A型身材，窄小的肩部和小巧的胸围，圆滑的腹部和丰满的臀部，腿部的曲线也较圆润，整体感觉就像上窄下宽的梨子的外形。

这类女性极度容易长胖，而其脂肪总量也较易集中在下半身的臀部和腿部。如果你暂时还没有减肥成功，那么，你只需要通过合适的打扮便可以将宽大的下半身修饰得很好。



上身穿着有肩章的收腰西服，使得腰线视觉上收拢，搭配上小褶子长裙，修饰了臀部和腿部的丰满。

腰部以上的处理

观察者的视线常常停留在腰以上的部位，所以能将视线往上移的服装最合适，可以选择设计较为精致的上衣来吸引视线。选择有肩章设计的外套或者衬衫能够修饰窄小的肩线。用泡袖或者垫肩的结构来加强，使上身和下身达到视觉上的均衡。

上衣最好选择浅色，并选择鲜艳的图案或者颜色，腰部以上则可以用横条面料。腰带可以选择细带款式，既有收拢效果又不会将注意力转移到腰部。

梨型的人除了分体装扮，还能够通过连衣裙来修饰体型。波西米亚风格的吊带长裙或者宽松塔裙搭配细腰带卡胯的系法，能够削弱腰和臀部的丰满的特点。



首饰则可以把目光引向脸、手、颈部，这样可以转移下身的缺陷。

腰部以下的处理

腰部以下的部分要弱化处理，减少外界对下身的注意力。

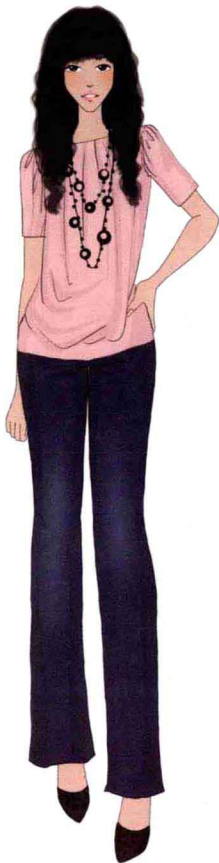
最讨巧的方法就是：选择鱼尾裙式样。它能够贴着臀部轻柔垂下、膝部以下满满展开，完美修饰臀部和腿部线条。裙摆的选择，则需要看腿型，最好的长度是到小腿以下，露出渐渐变细直到踝部的那段部位。色彩上尽量选择低调的、中性的颜色，不至于将焦点重新拉回到下身上。



选用深色的鞋搭配同色系的袜子，可以使色调整体统一，弱化小腿肚的粗壮。



注意，小腿粗壮的体型不能选择太过精巧无装饰的细跟船鞋，这会使视觉上对比强烈，突显劣势。



合身的长裤也是适合梨型身材的服饰。裤腰较低可以让臀部的曲线不那么明显，下身也不会过于沉重。两道笔直的裤缝也会起到修饰腿部线条的积极作用。一定要避免选择臀部有精致装饰裤袋的式样，否则会将注意力转移到臀部。也要避免用柔软的棉质面料做的裤料，这会紧贴着腿部突出身体缺点。



可以选择敞开的西装式茄克衫、开衫式背心等，这样的话能够让单薄的上身与沉重的下身取得一种平衡。

搭配关键：突显上半身，弱化下半身

搭配禁忌：宽腰带、紧身裤、细褶裙

1.4 草莓型上身不再宽大

美味的草莓许多女生都爱吃，但要是自己的身形得到了草莓的称号可就显得不那么甜美了。草莓型身材又称作Y型身材，以“虎背熊腰”著称，上半身的脂肪或肌肉集中，手臂轮廓也比较粗，常有麒麟臂的状况。骨架大，接近男人的身材，形成上壮下细的倒三角形结构。



上半身处理

草莓型女孩天生就有大将之风，可以很自然地把衣服撑起来，穿出时尚女子深具自信的状态。草莓型身材的女生肩膀比较宽，看上去显得较为壮实，所以最重要的就是不要突出上半身，因此像垫肩、荷叶领、一字领等一切突显上身的衣服都不适合。滚边、肩章、蕾丝或者泡泡袖更是不要碰。不过，选择一些大V字领，可以勾勒出草莓女孩的隐约性感。



下半身处理

草莓女孩在穿工装裙和裤装时，纤细的双腿能让你成为街上一道靓丽的风景线。格子、印花或者花纹系列的衣服草莓女生都可以去尝试。穿着蓬松的裙子和宽大的裤子可以让草莓女孩的上半身看起来纤细不少，也不用担心下半身臀部会显大，削弱了上半身和下半身的对比，整个人的比例也会显得修长起来。同时，可以利用上深下浅的配色技巧来达到平衡。



搭配关键：用亮色和装饰感强烈的下装，弱化上半身线条

搭配禁忌：突显上半身

1.5 纸片型不再骨瘦如柴

有人说，人瘦了穿什么都好看。特别是显露出自己美丽的锁骨，是许多女生都想追求的目标之一。其实，人瘦不一定好看，特别是那些骨瘦如柴的纸片型女生，没有凹凸有致的身材，只有让胆战心惊的皮包骨。正确的穿衣打扮，可以让骨感女生们看上去不那么的“光秃秃”，告别枯枝般的形象。

骨感美女最大的优势就是她们性感的锁骨，所以，骨感女生们应该发挥自己的优势，大方的露出自己美丽的锁骨。在选择衣服上，胸围较为丰满的女生更可以选择大领型的服装或者是露肩服装，也可以选择大U领的服装，展现性感魅力。



骨感女生可选择一些宽松款式的服装，像是A字型或是H型的连衣裙，既可以让那些有些丰满的女生遮住小肚子，也可以让瘦小的女生看上去丰满不少。

骨感美女普遍都人瘦肩小，有很多都是斜肩或是落肩，所以，衣服也很难撑起来，此时，可以选择一些肩部有夸张设计的上衣来掩饰自己肩膀上的缺陷。骨感女生可以用泡泡袖、披肩袖、蕾丝边的小飞袖来遮掩。



骨感美女大多脂肪组织少，胸部线条也不是十分的明显，缺少女人味。所以，选择胸部设计较为繁复的衣服可以在视觉上让骨感女生的胸部显得丰满一些，例如叠层的荷叶边、有褶子的收胸设计。此外，骨感女生还可以大胆地尝试一下抹胸装，抹胸是胸部塑形的高手，选择一些碎花或者是蕾丝边的抹胸，可以让胸部增大一个尺码。



小贴士：在选择裤子上，应选硬质的小直筒牛仔裤。太紧身的裤子会将臀部和腿部紧紧包裹，显得人更加的瘦小。也应避免穿柠檬色或者驼色的服装，穿这些颜色的服装会给人感觉像是生病了。