

职场格调

穿对了，就能赢

张航
— 著



专业造型
办公室化身

专家教学
职场软实力瞬间升级



金城出版社
GOLD WALL PRESS

职场格调

穿对了，就能

张航
— 著



图书在版编目(CIP)数据

职场格调：穿对了，就能赢 / 张航著.

— 北京：金城出版社，2019.3

ISBN 978-7-5155-1772-8

I. ①职… II. ①张… III. ①女性—服饰美学

IV. ①TS976.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第262179号

职场格调：穿对了，就能赢

作 者 张航

责任编辑 李轶武

开 本 710毫米×1000毫米 1/16

印 张 11.5

字 数 149千字

版 次 2019年3月第1版

印 次 2019年3月第1次印刷

印 刷 天津盛辉印刷有限公司

书 号 ISBN 978-7-5155-1772-8

定 价 55.00元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区利泽东二路3号

邮编 100102

发 行 部 (010)84254364

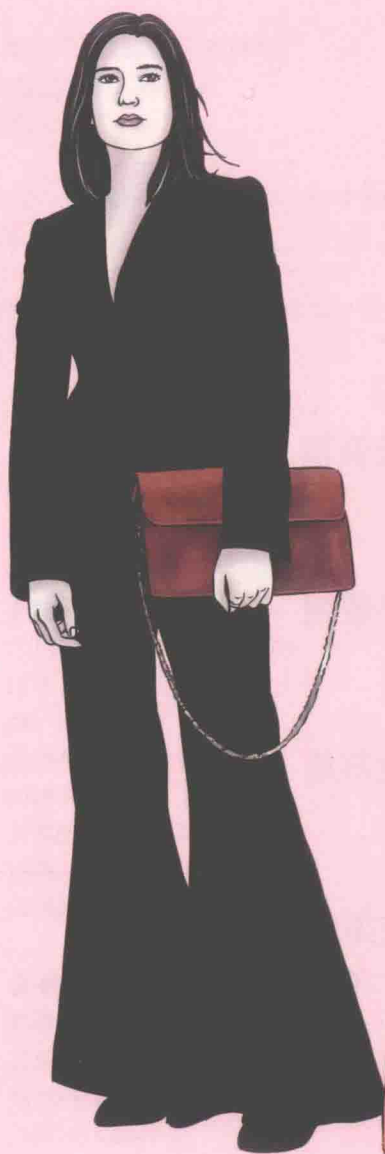
编 辑 部 (010)64391966

总 编 室 (010)64228516

网 址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 北京市安理律师事务所 18911105819





第 1 章	通勤着装篇	/1
第 2 章	社交穿着篇	/39
第 3 章	通勤妆容篇	/77
第 4 章	职场发型篇	/113
第 5 章	气质提升篇	/147

第 1 章

通勤着装篇

通勤紧跟时髦，职场变秀场

- 一、不穿黑白配的缤纷 8 小时
- 二、穿好万年衣橱基本款
- 三、上班族紧跟时髦的衣品保单
- 四、套装不应该和时装脱节
- 五、给西装穿搭玩一次趣味重组
- 六、透明新人借助廓形单品提升职场存在感
- 七、像达人一样诠释衬衫
- 八、闯荡职场少不了走路带风的时髦裤装

一、不穿黑白配的缤纷 8 小时

职场女性不应该只是聪明能干，穿衣打扮也应该自成一派。

比起黑白配的保守派，能够驾驭缤纷色系的时髦 OL（“Office Lady”的缩写）更有态度。

独立和美丽我们都要拿下！

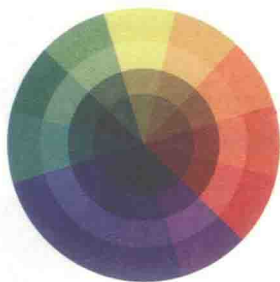
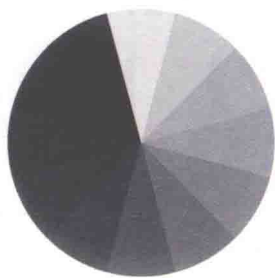
无彩色系和有彩色系

在职场上想要告别黑白配，成熟驾驭色彩混搭，首先就需要学习色彩的搭配美学。色彩分为两类，即无彩色系和有彩色系。

我们常见的白色、黑色和灰色属于无彩色系，其低饱和的性质造就了它们百搭的特质，搭配任何一件有彩色系的单品，都不会沦为职场穿衣的菜鸟。

有彩色系则指红、橙、黄、绿、青、蓝、紫等颜色，根据其不同明度和纯度，在色相本身基础上，加入适当的白色、黑色、灰色，将呈现出不同的色阶。

有彩色系就是因为可能性太多，特别容易搭配失误，费力不讨好，所以职场新人需要好好琢磨。



色彩搭配的穿衣经

色彩搭配是一门大学问，想要你的职场穿搭“出彩”，并不是用色越多越好，让几种色彩趋于和谐，不使人眼花缭乱，才是色彩搭配的要点。

当然，在职场中如果你是新员工，用力过猛就是大忌，整体造型控制在三种色彩以内为最佳。



1 对比色搭配

对比色搭配因色相相差大、对比度高，所以对视觉冲击力强，一不小心就会被同事说“爱出风头”。全身搭配尽量控制在一组对比色之内，配饰选择低调风格或无彩色系的为最佳。

对比色系的搭配能让女性的气场大开，某种程度上直观呈现了其性格，让老板一眼看去，就能感觉到这是一个“敢作敢当”的员工。



2 相近色搭配

玩色彩不能玩“过火”，穿得花枝招展容易被说“奇葩”，如果你对色彩的支配能力有限，还是参照色卡，选择邻近的色系进行搭配比较好。

两种相近色系的变化较小，搭配在一起还是会有和谐的视感，在明度和纯度的变化上，会为整个造型增加层次感，相近色搭配比较容易营造柔和、轻快之感，同事们看到你也会觉得很舒服。



3 无彩色 + 有彩色搭配

职场女性们太清楚身处职场最不能出错，在穿搭上更讲究这个道理！买了这么多黑白灰单品，不能白白浪费，不如注入色彩搭配，让职业造型变得活泼。黑白灰单品搭配任何色系都毫无违和感。配饰上有色彩相互呼应，更是点睛之笔，此种搭配从穿衣上就能呈现出一种理性且专业的能力，老板一看就很喜欢。

二、穿好万年衣橱基本款

对职场女性们来说，基础款才是一张安全王牌！上下班没有时间凹造型，用一件基本款能应对各种社交场合。

但是，请抛弃“基本款=路人范”这个观念。

别总是在办公室里做一个默默无闻的“路人甲”，基本款穿对了，照样让你成为职场里最亮的星！

如果给职场女性一个选择，T恤一定排第一。毕竟在公司里，再怎么不会穿搭，只要穿T恤，就不会被冠以“老土”的称号，永不过时的基本款T恤，有的是方法让它时髦起来！



1 如今都流行“开个衩”

要知道办公室里最不缺的就是T恤+牛仔裤这样的万能搭配。时髦的秘密都在下身，搭配一条开衩裙，在公司来回走动，再也不用害怕撞到“同款搭配”！

2 解放天性的阔腿裤

大多数上班族一天到晚坐在原位，最忌讳的就是穿束缚拘谨的紧身裤。T恤搭配阔腿裤是近几年的大势所趋，赶了时髦，解放天性，重点是还能藏肉显瘦，好处可不少呢！

3 搭配长马甲让你气场爆灯

简单的T恤自有它的妙处，比如搭个马甲什么的，气场自动开启。一件马甲不仅能开启你的气场，还会增加你的“安全感”，别在办公室畏手畏脚的，请自信一点，再自信一点！

4 还需要一件走路带风的西装外套

上班族人手必备的西装外套，别再内搭衬衫，不如换上一件T恤。这种穿搭就像干柴遇烈火，随性的时髦感瞬间被点燃，且整体气场十足，这样的搭配也适用于正规场合。



白衬衫

作为职场必备衣物之一的白衬衫，也是通勤装扮里的最强单品，每个人衣橱里都常备有几件。抛去常规的穿法，白衬衫的可塑性极强，穿好白衬衫，你就是职场里的弄潮儿！



1 下摆全部塞进去

不难发现，把衬衫塞进下装里比不塞看上去更有精气神，每天容光焕发的出现在老板的视线里，似乎在投射一个信号：老板，我今天真的超有干劲！

2 塞一边也不错

穿衬衫不塞衣角的画风，总觉得看上去不够精致，稍有懒散。工作不能懒散，穿搭同样要灌输这样的理念。塞一边衣角也是不错之选，比衣角全塞更时髦，分分钟让大腿长了几公分。



3 还可以打个结

许多上班族为了舒适多会选择 oversize 款，但是感觉又太“man”，怎么办？这时打一个结就能立刻获得“小清新”“女人味”的属性！

4 多松开两颗纽扣

作为一个年轻上班族，思想也不该这么刻板，稍微开放一点点也没什么不可以。解开几颗扣子打造 V 领洒脱率性的即视感，在视觉上拉长你的颈部线条，还能修饰脸型。



1
2
3 | 4



办公室时常开着空调，即使是夏天，也会让人觉得稍有凉意。这个时候，准备一件长开衫真的很有必要。开衫的好处在于，它可以忽略身材等客观因素，谁穿都美！而且它就像一块“风格白板”，爱怎么穿就怎么穿。



1 最不踩雷款——牛仔裤

一个严谨的职业女性，当然是要将出错率降到最低，这是OL必备技能。开衫+牛仔裤就最符合此心意。一件开衫能提升牛仔裤的整体造型感，让人感觉既舒适又不失个性。

2 气质首选款——吊带裙

偶尔想要穿一次吊带裙，无奈的是职场里穿得太“裸露”容易招惹麻烦。但是买了吊带裙不能不穿吧？其实，在外面套一件长开衫就可以啦。搭配一双细高跟，温柔气质尽显无疑。



3 高街时髦款——短搭

迷你身材不想穿高跟，还想要“长高”怎么办？长开衫+短内搭是最常用的身高“障眼法”！短内搭和长开衫营造出的长度对比有一个奇妙的作用——显腿长。下了班走在街头依旧“高街时尚”！

4 毫不费力款——同色系

采用同色系的搭配穿开衫是最不用动脑的方法，每天上班被闹钟叫醒，睡眠惺忪不知道开衫怎么搭配，选同色就对了。既不出错，又能让你每天多睡个十分钟，懒癌星人最适用！



三、上班族紧跟时髦的衣品保单

职场如战场，战斗力不仅仅体现在工作能力，穿衣也是一种隐形的较量，会穿衣能让你从外在赢得青睐，是妥妥的送分题！

不想在这一题上丢分，也是有规可循的，挑来挑去不如选择经典元素，它才是时髦上班族一份永不失效的保单！

职场里的“保守派”大于“少数派”，经典元素才是上班族最安全的王牌！条纹和格子在时尚圈内风潮不退，每年都会强势入侵衣橱。无论每年的流行风向标怎么变，流行元素如何更新换代，格纹永远都是流行的主角。



穿搭黑榜

多件格纹单品的叠搭不是不被提倡，但是风险太大。这样的穿搭容易造成审美疲劳和视觉缭乱，穿得乱七八糟不容易得到上司的赏识，让人印象大打折扣。

记住！在职场中，无论是色彩还是元素，尽量少一些。

穿搭红榜 points



没有一件蓝白条纹衬衫，怎么好意思说自己是衬衫控？如果担心自己穿搭功力不精，害怕在办公室落下“穿着病号服”的口舌，在选择款式上就要注重细节上的设计，比如加入刺绣、蝴蝶结、绑带等元素，更时髦的细节让你摆脱“病号服”的头衔。

格纹“One-piece”款最方便安全，睡眠时间对“朝九晚六”的上班族来说，都是分秒必争的，每天起床不想绞尽脑汁地想如何穿搭，一件格纹连衣裙、套装或连体裤就能搞定，讨好不费力，懒癌星人的最佳时髦武器。

条纹单品首选竖条纹，在视觉上，横条纹会让人略显膨胀，而竖条纹的走向更能呈现纤瘦高挑的效果。

黑白格纹最经典，但也最容易撞衫，彩色格纹更值得投资。它能营造一种活力感，点亮公司整个“黑白灰”的沉闷气氛。

波点元素

波点的流行程度完全不亚于格纹元素，它也是每年复古爱好者的首选。波点的大小和排列组合都能呈现不同的效果，清新、浪漫、有趣这些风格标签都能被波点赋予。



穿搭黑榜

在一定程度上，波点元素很难被接受。波点不宜混搭，否则容易产生廉价感，也容易被密集恐惧症的同事“屏蔽”。设计复杂的波点款式也让整体穿搭过于厚重烦琐。

穿搭红榜 points



波点的大小选择颇有讲究，因为圆形容易产生视觉膨胀感，所以选小波点更具有百搭效果。大波点也能用，但是不能过于密集，局部使用最恰当。

波点给人一种法式复古的感觉，单品选择伞裙、鱼尾裙这样简洁设计的裙装最完美，能彰显女性的优雅浪漫之感。

炫彩波点极具时髦感，会为整个人增加趣味性，能一改办公室呆板无趣的氛围，但是不能与其他单品进行撞色，否则真的就要被拉入同事的“黑名单”了。