

我爱我家 系列丛书

服饰风采

FINAERY FASHION

主编
徐光伟 陆克

引领个性
激情奔放
时尚
休闲简洁

中国旅游出版社



我爱我

服饰风采

主编

徐光伟 陆克

中国旅游出版社

责任编辑：耿 敏
封面设计：李 伟
美术设计：周 红
责任印制：冯冬青

图书在版编目(CIP)数据

服饰风采 / 徐光伟, 陆克主编. — 北京: 中国旅游出版社, 2005.3
(我爱我家系列丛书)
ISBN 7-5032-2525-4

I.服... II.①徐...②陆... III.服饰美学—基本知识
IV.TS976.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第130974号

书 名：服饰风采

出版发行：中国旅游出版社
北京建国门内大街甲九号 邮编100005
<http://www.cctp.net.cn>
E-mail: cttp@ccta.gov.cn
印 刷：北京市朝阳区小红门印刷厂
版 次：2005年3月第1版
2005年3月第1次印刷
开 本：880毫米 × 1230毫米 1/32
印 张：8
字 数：200千
印 数：1-6000册
定 价：18.00元

版权所有 翻印必究

本书编委会

主编：徐光伟 陆 克
编者：陈 廉 顾 蓓 郭希玉 李 红
李爱珍 李洪伟 李秀华 刘梓红
刘思峰 刘备元 潘永亮 王俐文
吴 言 徐继承 姚 青 姚少泓
章乘红 周晶丝

内容提要

今天，已进入一个前所未有展示个性的时代，人们的审美观念已经发生了很大改变，越来越意识到个人的着装品位也是一个城市文明与进步的象征。

都市的男女也从单纯追求流行式样演绎到注重心灵感受，靠自己创意所塑造的风格来追求认同，给明媚的都市风情增添了美丽韵律。

本书内容主要包括扮靓宝典，时尚男人，浪漫女人和饰物迷情四大篇。系统地讲述着装的基本知识，教你如何掌握个人仪表理论，自己设计个人形象，科学的衣物配置方法，优化你的衣橱；以轻松活泼的文笔带你走进都市男女时尚穿衣的装扮课堂；通过风情饰物教你如何巧妙搭配服饰，让你变得更加光彩照人；带你领略时尚最新风潮，帮你分析最新流行动态，掌握服饰讯信息及流行发展趋势。这是一本都市时尚男女必备之生活用书。

目 录

第一篇扮靓宝典

设计师教你如何穿衣	002
体态丰满怎样打扮才显得苗条	004
怎样通过穿衣弥补躯体缺陷	005
哪些人不宜穿夹克衫	007
服装色彩搭配	008
服色与肤色的巧搭配	009
体型不佳者的变身妙法	010
矮个子穿衣秘诀	012
臀围大小与穿衣	013
怎样配合个性选择服装色彩	014
美丽从搭配黑色开始	015
性感神秘黑色经典	017
你会选择职业装吗	019
谈判着装也可以打时尚擦边球	020
不同职业的女性该如何穿着	022
上班族必须拥有的基本单品和套装	023
职场新手购物经	025
穿出办公室品位	026
永不言败的职场“衣Q”	027
重塑上班族新形象	029

大绝招应对“正装”场合	030
星期五便装办公室新景象	032
秘谈女人内衣色彩搭配	033
内衣让你更妩媚	034
如何正确选择胸罩	037
将你的裙子穿出万种风情	039
裙装：不变的约会	040
秋冬穿裙要风度不要温度	041
春光灿烂大伞裙	042
用裙子和鞋子改变身材	043
秋冬雨季穿衣秘诀	044
旧衣怎样变新衣DIY	045
最酷装扮的几个基本法门	047
二十件衣服穿出六十套风景	048
旧衣新穿过新年	049
怎样与牛仔裤搭配出休闲的成熟风格	052
山地旅行服装装备原则	052
从衣着看性格	053
如雪肌肤的惹眼服饰搭配	055
细褶皱底领线——妩媚尽现	056
“军装风格”服饰也能出性感	058
露肩露成了时尚	059
如何品味性感时尚	061
牛仔裤的“三八定律”	063
解码青春——运动装扮	065
牛仔的六个“性”格	066
做最具个性的“牛仔”	068
牛仔时尚，时尚牛仔	069
教你如何精打细算	071
挑选适合自己的流行	072
打开衣橱轻松步入时尚族	073

时尚生活中的妖点	074
十二星座穿衣风格揭秘	075

第二篇 时尚男人

男人成功面试的着装指南	078
热门职业的男士商务着装	081
给男人上一堂“衬衫”课	084
别穿一身不礼貌的西装出门	085
你的体型适合配什么样的西装	087
灰色西装配什么颜色的衬衣最好	088
西装衬衣款式与领型有几种	089
用西装包装男人	089
潇洒新郎礼服谈	090
做个“有款”有型的男人	092
男人的不败穿戴	093
如何打造高品位的男人	095
高品位男人背后站着一个高品位女人	098
巧选服饰弥补矮男人	100
男人体型与牛仔裤搭配	102
男人怎样装扮才会获得女性欣赏	104
三大类男人完美服饰	104
男人十大时尚陷阱	106
男士时尚穿衣之道	110
春季男人完美手册	111
时尚男装灿烂一夏	112
秋天“装”出五种新好男人	113
成功男士如何演绎自己的时尚	115
男装休闲闲到底	117
办公室男士着装招数	118
男人内衣的性感魅力	119
男人时尚衣着细节	120

摆酷靠男人自己	121
男人玩转牛仔褲秘訣	122
老总：你的行头够时尚吗	123
如何打点男人的衣柜	127
时尚男人，从衣橱开始	128
内裤的创意穿法	129

第三篇 浪漫女人

女性夏季着装有五忌	133
宽肩女孩穿衣“秘笈”	134
裙装公主的完美策略	135
凸腹女性的着装艺术	137
职业女性的着装	138
四色淑女简约办公室着装	139
白领女性的装扮禁区	141
如何让你看似“高效职业女性”	143
白领丽人典雅中的时尚	144
做一个完美的办公室淑女	146
白领丽人的新宠——时髦衣装	148
初夏，白领丽人的衬衫时尚	150
职业女性：干什么穿什么	151
“太平公主”穿衣扮靓“秘笈”	153
凸腹、矮小女性巧着春装	155
丰满女孩如何穿浅色	156
中年妇女该如何穿衣	157
女人穿衣禁忌	158
准妈妈内衣概念	159
巧穿牛仔褲，你也是长腿美眉	160
时尚女人八大流行风	162
女装迷你六个时尚元素	163
把握美丽打造时尚“下半身”	165

流行衣风，轻轻松松丽人行	167
城市淑女，浪漫让你如此美丽	168
魔鬼道具武装时尚女人	169
尝试潮流女人酷辣与鲜活	171
白蓝小魔女七十二变	172
举证女人衣饰十大败笔	173
穿衣技巧：五分钟内变超薄美女	175
女性巧用衣饰掩缺陷	178
新娘穿戴有讲究	179
婚礼上新娘的三个精彩时刻	180
将“女人味”进行到底	181
做个新小西服女人	182
七大装扮的流行新主张	184
时尚风吹出新淑女	187

第四篇 饰物迷情

阳光小子夏日精选配饰	191
男人重要的小配饰	192
男士的配件规则	194
现代男士的随身饰品	195
男士用香要讲“格调”	196
男人，连你的鞋也不放过	197
怎样帮男友选领带	198
挑选领带有技巧	199
挎包巧搭配	201
“包”不住女人的风情	202
手袋：越玲珑越新潮	203
时尚女鞋的五大“妖点”	204
精干短靴	206
职业女性穿鞋的艺术	207
长筒靴最时髦搭配法	209

鞋子款式与着装的搭配技巧	211
女性领带, 引领魅力新一族	212
系一条春天的领带	213
魅力无穷的新潮围巾	214
百变丝巾	215
披肩使用小窍门	217
巧用披肩打造你别样风情	218
披风在身巧搭配	219
丝巾的魔法大变身	220
给自己选顶时尚冬帽	222
腰带——为您扮“腰”出把力	223
腰带怎么配合身材	224
美钻与夏衣的N种搭配	226
佩戴饰物的讲究	226
有色眼镜四大攻略	227
腕表潮流十点亮色	229
戴手镯的女人	231
画龙点睛说耳饰	232
脸型与首饰对对碰	233
西装饰物大曝光	235
时尚金饰的优雅搭配守则	236
怎么用点缀法装饰服装	237
足饰——阳光下的情调	238
保养服饰品用的小工具	239
精选最适合你的泳装	240
完美“饰”界燃烧时尚眼球	242

第一篇

扮靚宝典





设计师教你如何穿衣

如何提高服装搭配的判断力

服装搭配的关键，是看其适不适合你自己的气质、特点。提高这方面判断力的最佳方法就是多去看，多去试，多了解一些服装的风格、特色，慢慢从中选定适合自己的款式。穿衣最重要的是自己感觉好，第二是给别人感觉好。为了两者兼顾，你可以找一些比较在行的朋友给提意见——旁观者清嘛。

东方女性的服装搭配

东方的很多女孩子不太注重服饰的搭配，在着装上只要求颜色协调、剪裁合身，质地适合自己的社会形象及个人风格，却往往忽略皮包、鞋子、丝巾、腰带等能提色的配饰。服饰在细节方面的作用不可小觑。搭配好了，服装哪怕很简单、朴素，你的个人气质都能凸显出来。

风情服饰服装搭配上的变化及误区

最近几年，中国女性在着装上越发注重品质了。注重品质不是指它的价格而是指其质量和品位，再有就是穿着的实用性和舒适性。有些女孩子买了礼服却不知道该怎么搭配什么样的服饰。至于服装搭配上的误区，最重要的一点是漂亮的东西不要太多，以免产生画蛇添足的效果，失去重点。面料、花色已经很靓丽，款式已经很复杂讲究，就没必要再去过多地搭配服饰了。

服装的发展趋势

未来的服装会更加简洁，个性更加突出。这两点并不矛盾，个性突出是指颜色对比夸张强烈，工艺上更加多样化，可能会选用更多不同传统、不同国家、不同民族特色的元素。比如中式服装，以后可能只有一两点中式元素就够了，穿出来是时装化的东西，但能看出来是中式风格的，不再限定于年节时才穿，上班或者逛街购物时都可以穿。现在市场最缺中式的职业装。



❧ 出席不同场合的服装分类

如果是客户联谊会性质的活动，男士应着西装，女孩子一般穿裙装，不论季节。一部分是客户，一部分是朋友，通常指一般的 party，只要不出现休闲装，一般不会出太大的笑话。主题性质的活动，请柬上一般都注明了着装要求，照着穿就是了。



体态丰满怎样打扮才显得苗条

体态丰满的人，只要懂得穿着搭配，也可以使自己看来苗条。

❧ 穿衣要诀

旁边或侧线开衩的半截裙是你明智的选择。垂直线再加上令腿部半隐半现的裙衩，能使你的双腿看来更加修长。把较明亮的颜色放在上身，这样使人不易注意你体态较差的下半身。方形剪裁的高腰裤，可使臀部看来细小一些。船形领有使肩部看来较宽的作用，能与较肥大的下半身成协调平衡的视觉效果。

与服装同色系的腰带是十分重要的，软皮料子制成的皮带也是可选的配件。

夹克的大小要合身，特别是袖圈部分，长度最好在臀部以下，加上长而窄的衣领，能遮盖很多体形上的缺点。

❧ 应该尽量避免的穿法

应避免穿着过于贴身的毛织服装。对比颜色的配件，如腰带、袜、鞋子等，往往破坏了同一个色系的感觉。把夹克束紧于腰间，给人以臃肿笨重之感。

❧ 须谨记的事

应该选择那些不带静电不黏着肌肤的套裙。贴身的衣服容易显现线条，令人觉得你胖。

❖ 避免穿打褶的裙

足踝部分有带、高鞋面或者鞋头非常圆的鞋子都不是适当的选择。应该挑选那些线条简单、细跟或者有尖细鞋面的鞋子。丝袜的颜色要与鞋子相配合，才会使得腿部线条有延续感。过分复杂的V字领，大小不当的项链等，都会增加阔度，减弱V形领口直线的效果。将手袋夹在手臂间，可以把别人的注意力集中在你的上半身；夹在手臂下，则比较强调臀部或下半身。同时要注意手皮包肩带的长度不要刚好落在臀部的最大处。



怎样通过穿衣弥补躯体缺陷

着装，一方面要充分展示自己的美，另一方面要设法掩饰自己的不足。身材有缺陷的人尤其要注意这一点。

❖ 颈部

脖子长的人宜选用三翻领衫，或对襟鸳鸯领，男士宜系大花领带，勿扎蝴蝶结。脖子短的人可着春秋装、翻领、夹克，但不宜穿中式便装。

❖ 肩部

颈细肩宽的人外衣应选深色的，衬衫则应选浅色的，这样可以相互弥补，缩短差距。肩窄的人要充分利用肩的作用，肩宽的人，穿斜插肩衣服，效果要好得多。

❖ 腰部

腰细的人裤腰可以适当加宽，或将裤腰中上部裁成尖形，裤子与裙子的款式以紧腰为宜，以突出腰部曲线美。腰粗的人，裤腰要适当窄一点，但不宜选取腰围过紧的衣服，开衫、套衫等有助于掩饰腰粗；裙子宜选择松腰设计，上衣要放在裙子外面。长腰的人，要避免穿长裆的裤子，裤子底边最好盖过一部分鞋面。上、下身服装统一色调，也能产生腿长的感觉；不宜系窄腰带。短腰的人，裤子应该选用开裆短的款式，不应穿腰部加带或提褶衣服，不宜穿高腰式服装和系宽腰带。



臀 部

臀部太大的人穿西裤时尽量长一些,裤口窄小一些;穿裙子时,袜子颜色要淡,裙子颜色要深,这样可以调整形体上的差异。臀部特别丰满,并伴有臀部下垂的女性,穿质料平挺的百褶裙比穿旗袍裙更能掩盖臀部缺陷。臀部小的人,宜穿有腰的衣服。

腿 部

腿短而粗的人裤子颜色宜深,裤腰宜高,裤腿不宜过紧;宜穿窄而长的裙子,连衣裙的裙腰应设计得高一些,裙身长一些;上衣要略微短些;不宜穿过高过细的高跟鞋。腿长而细的人,不要穿紧身裤,裤脚应稍宽一些。



魔鬼美臀来自巧妙衣饰

臀部是突出女性曲线美的焦点之一,如何显示健美的臀部和如何隐藏有缺陷的臀部,是女性着装时不得不考虑的问题。不同臀型的人应扬长避短,充分展示自身柔美匀称的体态。

瘦长型

臀围在80厘米以下,这种臀型下方没有丰满的肌肉,对流行款式较适应。但这种臀型缺乏丰满感,适宜选用臀部感觉分量颇重的百褶裙等臀部较膨起的款式,以扩张臀型。同时强调肩部,使之与细腰对照,产生苗条而又不失丰满的衣着效果。

肥胖型

臀围90厘米以上,腰围在73厘米以下,头至脚几乎一般粗。这类臀型的人适合穿宽松些的连衣裙,而且不要系腰带,少佩戴饰物。

下垂型

臀部肌肉下垂者适合以宽腰带来强调裙子的腰部,以掩饰下垂臀部的形状。

