

陆乐 编著



服装穿着

与 搭配技巧

FUZHUANG CHUANZHUO YU DAPEI JIQIAO

上海科学技术出版社

服装穿着 与搭配技巧

陆乐 编著



上海科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

服装穿着与搭配技巧/陆乐编著. —上海: 上海科学技术出版社, 2010.1

ISBN 978-7-5478-0002-7

I. 服... II. 陆... III. 女性-服饰美学 IV. TS976.4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第176187号

绘 图: 杨梦欣 韦 拉
周 然 吴 莹
责任编辑: 包惠芳 沈金嫒
美 编: 赵 军
电脑制作: 谢腊妹 黄丹靖

上海世纪出版股份有限公司 出版、发行
上海科学技术出版社
(上海钦州南路71号 邮政编码 200235)
新华书店上海发行所经销
苏州望电印刷有限公司印刷

开本 889×1194 1/24 印张 5 $\frac{2}{3}$

字数: 140 千

2010年1月第1版 2010年1月第1次印刷

印数: 1-5 250

ISBN 978-7-5478-0002-7/TS·2

定价: 29.80 元



如发生质量问题, 读者可向工厂联系调换

内容提要



追求美是每一位女性的权利，同样也是她们一生的必修课。如何在穿衣搭配中凸显优点、掩饰缺陷？如何让你的衣橱化平淡为神奇？如何巧妙得体地装扮自己，轻松打造潮流达人？本书作者通过专业的视角和独到的眼光，向你详细讲述服饰搭配的细则，轻松解答上述问题，让你穿出美丽，配出时尚，张扬个性。如果你还在为穿什么、怎么搭配而烦恼，那就赶快翻开本书吧！相信你会收获多多。



Chapter 1

因人而异 扬长避短

一、掩饰头面部缺点的着装技巧 · 3

1. 头面部宽大 · 3
2. 脖子粗短 · 4

二、掩饰肩臂部缺点的着装技巧 · 5

1. 肩部过宽 · 5



2. 肩部过窄或削肩 · 5
3. 粗臂 · 6
4. 细臂 · 7
5. 短臂 · 8
6. 长臂 · 9

三、掩饰躯干部缺点的着装技巧 · 9

1. 胸部过小 · 9
2. 胸部过大 · 10
3. 上半身过长 · 12
4. 粗腰 · 13
5. 有小腹 · 14



Chapter 2

时尚单品 理想搭配

四、掩饰下肢缺点的着装技巧 · 16

1. 胯部过宽 · 16
2. 胯部过窄 · 18
3. 垂臀 · 19
4. 腿过粗 · 20
5. 腿过细 · 21
6. 腿型不直 · 22
7. 脚踝粗壮 · 23
8. 腿短 · 24

一、内衣类的理想搭配方式 · 27

1. 抹胸 · 27
2. 肚兜 · 27
3. 吊带衫 · 28
4. 紧身胸衣 · 28
5. 胸罩 · 29



二、上衣类的理想搭配方式 · 30

1. T 恤衫 · 30
2. 薄款针织衫 · 31
3. 编织毛衣 · 31
4. 衬衣 · 32
5. 裙衫 · 32
6. 背心 · 33
7. 夹克 · 33
8. 棉衣 · 34
9. 风衣 · 34
10. 大衣 · 35

三、裤装类的理想搭配方式 · 36

1. 热裤 · 36
2. 短裤 · 36
3. 中裤 · 37
4. 长裤 · 38
5. 宽松裤 · 38
6. 铅笔裤 · 39
7. 喇叭裤 · 39
8. 背带裤 · 40
9. 马裤 · 40

四、裙装类的理想搭配方式 · 41

1. 超短裙 · 41
2. A 字裙 · 41
3. 百褶裙 · 42
4. 蓬蓬裙 · 42
5. 气球裙 · 43

6. 直筒裙 · 43
7. 郁金香裙 · 44
8. 鱼尾裙 · 44
9. 连衣裙 · 45
10. 礼服裙 · 45

五、特别服装类的理想搭配方式 · 46

1. 腰封 · 46
2. 斗篷或披风 · 46
3. 泳衣 · 47
4. 披肩或大方巾 · 47
5. 小众服饰 · 48



Chapter 3

配饰的种类及配搭

一、发饰的种类及配搭方法 · 51

1. 头冠 · 51
2. 发夹 · 51
3. 皮筋 · 51
4. 发带 · 52
5. 发箍 · 52
6. 额链 · 52
7. 假发饰 · 52

- 8. 丝巾 · 53
- 9. 花饰 · 53
- 10. 帽饰 · 53

二、耳鼻饰的种类及配搭方法 · 54

- 1. 耳罩 · 54
- 2. 耳套 · 54
- 3. 耳环 · 54
- 4. 耳钉 · 55
- 5. 耳鼻链 · 55
- 6. 鼻环 · 55
- 7. 鼻钉 · 55

三、颈饰的种类及配搭方法 · 56

- 1. 领巾 · 56
- 2. 丝巾 · 56
- 3. 围脖 · 57
- 4. 披肩 · 57
- 5. 花饰 · 58
- 6. 项链 · 58



四、胸饰的种类及配搭方法 · 59

- 1. 胸针 · 59
- 2. 胸花 · 59

五、腰饰的种类及配搭方法 · 59

- 1. 腰带 · 59
- 2. 腰链 · 60
- 3. 腰封 · 60
- 4. 围兜 · 60
- 5. 丝巾 · 60
- 6. 花饰 · 61
- 7. 脐饰 · 61

六、手饰的种类及配搭方法 · 61

1. 臂镯 · 61
2. 手镯 · 61
3. 手链 · 62
4. 戒指 · 62
5. 指腕链 · 62
6. 手表 · 62
7. 护腕 · 63
8. 手套 · 63
9. 花饰 · 63
10. 丝巾 · 63
11. 袖套 · 63

七、脚饰的种类及配搭方法 · 64

1. 袜饰 · 64
2. 脚链 · 64
3. 趾环 · 64
4. 趾踝链 · 64

八、鞋靴的种类及配搭方法 · 65

1. 运动休闲鞋 · 65
2. 时尚淑女鞋 · 65
3. 通勤鞋 · 66
4. 礼服鞋 · 66

九、包袋的种类及配搭方法 · 67**十、配饰的其他特殊妙用 · 68**

1. 水晶纹身贴 · 68
2. 手帕 · 68
3. 耳环 · 69
4. 戒指 · 69
5. 腰链 · 69
6. 手镯 · 69
7. 皮筋 · 70
8. 发夹 · 70



Chapter 4

流行服色配比方案

一、常用的服饰色调及其配色方案 · 73

1. 黑色 · 73
2. 白色 · 74
3. 灰色 · 76
4. 红色 · 77
5. 藏蓝色 · 78
6. 茶色 · 79
7. 米色 · 80

二、好用的服饰色调及其配色方案 · 81

1. 卡其色 · 81
2. 浅蓝色 · 81
3. 橙色 · 82
4. 粉色 · 82
5. 奶油色 · 83
6. 橄榄色 · 83
7. 酒红色 · 84
8. 玫红色 · 84

三、漂亮的点缀色系的用法 · 85

1. 金色 · 85
2. 银色 · 85
3. 黄绿色 · 85
4. 薰衣草色 · 85
5. 鹅黄色 · 86
6. 绿松石色 · 86
7. 宝石蓝色 · 86
8. 翠绿色 · 86

四、时尚的图案与纹样的用法 · 87

1. 条纹 · 87
2. 点纹 · 87
3. 格纹 · 87
4. 几何纹 · 88
5. 佩兹利纹样 · 88
6. 花卉图案 · 88
7. 兽纹 · 89
8. 印刷纹样 · 89
9. 涂鸦纹样 · 89
10. 卡通图案 · 90
11. 视觉艺术纹样 · 90
12. 手工印染图案 · 90



Chapter 5

四季衣橱配置

一、春季衣橱的基本配置 · 93

1. 踏青旅游 · 94
2. 雨季通勤 · 94
3. 葬礼祭祀 · 95

二、夏季衣橱的基本配置 · 97

1. 海岛度假 · 97
2. 夜店蹦迪 · 98
3. 健身运动 · 99



三、秋季衣橱的基本配置 · 100

1. 商务出差 · 100
2. 婚宴喜庆 · 101
3. 逛街扫货 · 102

四、冬季衣橱的基本配置 · 103

1. 新年化装舞会 · 104
2. 狂欢派对 · 104
3. 家居休闲 · 106

Chapter 6

各类风格装扮

一、按时代及文明分类的风格装扮 · 109

1. 古希腊式 · 109
2. 哥特式 · 110
3. 未来式 · 111
4. 维多利亚式 · 112



二、按地域分类的风格装扮方法 · 113

1. 中国式 · 113
2. 东南亚式 · 114
3. 波西米亚式 · 115
4. 日本式 · 116
5. 墨西哥式 · 117
6. 非洲式 · 118
7. 夏威夷式 · 119

三、按族群分类的风格装扮方法 · 120

1. 男孩式 · 120
2. 爱斯基摩式 · 121
3. 印第安式 · 122
4. 军戎式 · 123
5. 嬉皮式与朋克式 · 124



Chapter 1

因人而异 扬长避短

生命赋予我们每个人的模样都是那么的特别。针对个体不尽相同的体型结构，我们可以通过各种款型的服装零部件凸显优势，弱化不足，穿出自己独特的魅力来。

● 在日常生活中，一般人常常会认为服装模特儿的身材是最完美的，其实不尽然。先不论国内服装模特儿普遍过高过瘦、身材扁平等“非正常”体型因素，即便是内衣或泳装模特儿也会因个体的不同显示出身型差异。服装模特儿只是相对于我们大多数的普通着装者要高挑一些、纤瘦很多、四肢长一些。当然她们也会有自己的身材烦恼，有的是“挺胸”身材，有的是腰节偏长，有的是“垂臀”体型，有的是腿型不够直……而笔者的一些专业芭蕾舞演员朋友则常常跟笔者抱怨买不到合适的衣服、裤子——这些在常人眼中的“上帝的宠儿们”会因为自己的长臂长腿而使衣袖与裤腿看起来“捉襟见肘”。

● 人无完人，哪怕不胖不瘦的外形也有“手臂稍长”或“肩部稍宽”等不和谐的地方。我们在市场上所能购买到的绝大多数服装是按普通人群的身型指数取平均值分成几个大档后“归档”设计制作的，当然不可能“一刀切”地满足于所有人。如何根据自身条件扬长避短，于亿万件服装中寻找适合自己的，是诸多时尚人群乐此不疲的事。要想成功地在款型搭配中游刃有余，当务之急是了解自己的身型要素。

● 每一个人的体型结构都不尽相同，我们可以通过测量、试衣来发现自己的身型特点。因此，笔者给大家的建议就是多逛街多试穿，多比较多配搭。通过对各种款式衣服的试穿和搭配，不断总结成功经验，从而确立适合自己的款型与服饰搭配模式。比如，属于“扁身型”者可选择宽松飘逸的衣着风格；“圆身型”者则可选择收腰合体的衣着风格。当然，如此笼统概括必定无法将众多身型囊括其中，我们有必要把各种体型问题与服装款式拆零，作一一对照分析。

一、掩饰头面部缺点的着装技巧

1. 头面部宽大

现今的时尚潮流崇尚小巧的头型以及像欧美人种那样窄小的脸部轮廓。的确，影视专业、舞蹈专业、模特专业等在选择学生时也以小巧的头面部作为标准之一，因为在镜头中人物对象有被“放大、扩张”的错觉，小巧的头面部也会在着装中给人以身形比例修长的美感。

头大者或脸部宽大者可以通过对上衣领型部位的修饰、选择以达到改善或隐藏缺点的目的。

- 宽阔的“一字领”能使脸型看上去窄一些。
- 宽而深的“V字领”使面部以下的肌肤裸露程度大于面部，有缩小脸型的作用。
- 领部具有夸张感的装饰细节也有分散注意力的作用。
- 宽大厚实的领面设计增加了肩颈部的体量感，转移针对脸部的注意力。
- 方巾与披肩是脸部宽大者的好帮手。



头面部宽大者的着装

2. 脖子粗短

女性颀长的脖颈如天鹅般优美，而脖子粗短的人容易给人没有脖颈或耸着肩膀的视觉效果，仿佛矮了半截或身姿不够挺拔。这样的缺憾也可以通过有选择的领型及饰品进行弥补。



脖子粗短者的着装

- 开挖较深的“U形领”能够使脖子有延伸感，是不错的选择。
- 深“V字领”能拉长脖颈的线条，看上去还很性感呢！
- 打开前门襟的穿着方法有效地增加了前身的纵向线条。
- 长颈链的叠戴或细长丝巾松松的下垂戴法延长了脖颈到前胸的距离。