

新 生 活 书 系

● 穿着打扮的艺术

● 王新华 编著

中国物资出版社

新生活书系

穿着打扮的艺术

王新华 编著

中国物资出版社

目 录

一、扮靓宝典	1
设计师教你如何穿衣	1
体态丰满怎样打扮才显得苗条	2
怎样通过穿衣弥补躯体缺陷	3
魔鬼美臀来自巧妙衣饰	4
哪些人不宜穿夹克衫	5
服装色彩搭配	6
服色与肤色的巧搭配	8
体型不佳者的变身妙法	9
矮个子穿衣秘诀	11
臀围大小与穿衣	12
怎样配合个性选择服装色彩	13
美丽从搭配黑色开始	14
性感神秘黑色经典	16
你会选择职业装吗	18
谈判着装也可以打时尚擦边球	19
不同职业的女性该如何穿着	21
上班族必须拥有的基本单品和套装	22
职场新手购物经	24
穿出办公室品位	26
永不言败的职场“衣 Q”	26

重塑上班族新形象	29
大绝招应对“正装”场合	30
星期五便装办公室新景象	32
秘谈女人内衣色彩搭配	34
内衣让你更妩媚	35
如何正确选择胸罩	38
将你的裙子穿出万种风情	40
裙装:不变的约会	41
秋冬穿裙要风度不要温度	42
春光灿烂大伞裙	43
用裙子和鞋子改变身材	44
秋冬雨季穿衣秘诀	45
旧衣怎样变新衣 DIY	47
最酷装扮的几个基本法门	48
二十件衣服穿出六十套风景	50
旧衣新穿过新年	51
怎样与牛仔裤搭配出休闲的成熟风格	54
山地旅行服装装备原则	55
从衣着看性格	55
如雪肌肤的惹眼服饰搭配	57
细褶皱底领线——妩媚尽现	58
“军装风格”服饰也能出性感	60
露肩露成了时尚	62
如何品味性感时尚	63
牛仔裤的“三八定律”	66

解码青春——运动装扮	69
牛仔的六个“性”格	70
做最具个性的“牛仔”	72
牛仔时尚,时尚牛仔	73
教你如何精打细算	75
挑选适合自己的流行	76
打开衣橱轻松步入时尚族	77
时尚生活中的妖点	78
十二星座穿衣风格揭秘	79
二、时尚男人	82
男士成功面试的着装指南	82
热门职业的男士商务着装	84
给男人上一堂“衬衫”课	88
别穿一身不礼貌的西装出门	89
你的体型适合配什么样的西装	91
灰色西装配什么颜色的衬衣最好	92
西装衬衣款式与领型有几种	93
用西装包装男人	94
潇洒新郎礼服谈	95
男人的不败穿戴	98
如何打造高品位的男人	100
高品位男人背后站着一个高品位女人	103
巧选服饰弥补矮男人	106
男人体型与牛仔裤搭配	108
男人怎样装扮才会获得女性欣赏	109

三大类男人完美服饰	110
男士时尚穿衣之道	116
春季男人完美手册	118
秋天“装”出五种新好男人	120
成功男士如何演绎自己的时尚	122
男装休闲到底	124
办公室男士着装招数	125
男人内衣的性感魅力	126
男人时尚衣着细节	128
摆酷靠男人自己	129
男人玩转牛仔裤秘诀	131
老总:你的行头够时尚吗.....	132
如何打点男人的衣柜	135
时尚男人,从衣橱开始.....	137
内裤的创意穿法	138
三、浪漫女人.....	141
女性夏季着装有五忌	141
宽肩女孩穿衣“秘笈”	142
裙装公主的完美策略	143
凸腹女性的着装艺术	146
职业女性的着装	147
四色淑女简约办公室着装	148
白领女性的装扮禁区	150
如何让你看似“高效职业女性”	151
白领丽人典雅中的时尚	152

做一个完美的办公室淑女	155
白领丽人的新宠——时髦衣装	158
初夏,白领丽人的衬衫时尚	160
职业女性:干什么穿什么	161
“太平公主”穿衣扮靓“秘笈”	163
凸腹、矮小女性巧着春装	165
丰满女孩如何穿浅色	166
女人穿衣禁忌	168
准妈妈内衣概念	170
巧穿牛仔裤,你也是长腿美眉	171
时尚女人八大流行风	172
女装迷你六个时尚元素	174
流行衣风,轻轻松松丽人行	178
城市淑女,浪漫让你如此美丽	179
魔鬼道具武装时尚女人	181
尝试潮流女人酷辣与鲜活	182
红白蓝小魔女七十二变	183
举证女人衣饰十大败笔	185

一、扮靓宝典

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,第二是给别人的感觉好。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一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,予人以臃肿笨重之感。

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下半身;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。

跨大型

臀围超过胸围 12 厘米以上者属特大型。可选用大披肩与下半身保持平衡,借以掩饰过大的臀部。系条细小的腰带能使背部显得宽,这样上半身就显出重量感,与臀部取得相应的平衡,能起到掩饰臀围作用。

弓箭型

即所谓翘臀,形状美好,有重量感,腿部浑圆修长,是最佳身材。这种臀型的人可选择任何一类服装,如想突出健美身材,更可选穿紧身裤,但发型最好不要太松散。

哪些人不宜穿夹克衫

夹克衫是一种广泛被接受的新颖服装。但它也如其他所有的时装一样,不是万能服装,有许多体型不宜穿着。

这里说的夹克衫,通常指的是那种紧袖口、紧下摆的夹克衫。有以下几种人不宜穿着。

过度肥胖者

体型发福的人,最好不要穿夹克衫。由于夹克衫下摆紧身,穿夹克衫既不美观又会带来诸多不便。

过度瘦弱者

过度瘦弱者以不穿夹克衫为好。因为夹克衫通常是胸围宽松、下摆紧缩的式样,瘦人穿后会给人“空落落”的失重感觉,显得很失调。

身长腿短者

具有这种体型的人。也应该避免穿夹克衫。夹克衫,下摆收口且短会使你下身相形见绌,比例失调。

窄肩者

肩膀过窄者最不宜穿着宽松式夹克衫,以避免头轻脚重,破坏了整体形象。

腹部隆凸者

具有这种体型的人,穿上夹克衫会有“十月怀胎”之嫌,影响自己的姿容。

臀大者

胯骨和臀围很大的人,穿上夹克衫也很别扭,一是下摆紧绷着难受;二是无论穿什么款式的裤子,都很难与夹克衫相配。

服装色彩搭配

这似乎是女人们永远也解不尽的一个难题。其实大可不必着急,冷静下来,利用假期耐心地翻检一下衣橱,也许其中某些东西会令你惊喜。那么好吧,就再花点心思将它们重新组合,相信你在感受其中妙趣的同时准会穿出时尚的感觉。

①黄褐色三粒扣皮衣。

②粉色两件套毛衫。

③咖啡色麂皮双排扣外套。

④灰色羊毛连衣裙。

⑤黑色西裤。

②+⑤:两件套毛衫温柔典雅永不过时,与黑色长裤的组合多了几分都市气派。

③+④:咖啡色麂皮双排扣外套内衬灰色羊毛连衣裙恰是古典与时尚的完美结合。

①+⑤:上着黄褐色三粒扣皮衣下配黑色长裤正符合时下流行的中性风格。

蕾丝小饰品系列

蕾丝小饰品,款式多样,如圆花环、花元宝和花篮等,把它挂在圣诞树上能呈现出一种维多利亚王朝的贵族风格。

同类色相配

指深浅、明暗不同的两种同一类颜色相配,比如:青配天蓝,墨绿配浅绿,咖啡配米色,深红配浅红等,同类色配合的服装显得柔和文雅。

近似色相配

指两个比较接近的颜色相配,如:红色与橙红或紫红相配,黄色与草绿色或橙黄色相配等。近似色的配合效果也比较柔和。

强烈色配合

指两个相隔较远的颜色相配,如:黄色与紫色,红色与青绿色,这种配色反差比较强烈。

补色配合

指两个相对的颜色配合,如:红与绿、青与橙、黑与白等,补色相配能形成鲜明的对比,有时会收到较好的效果。根据以上的配色规律,我们可以按自己的肤色、气质、个性、职业的特点来选择自己的服装配色,用最协调的色彩来装扮自己。

服色与肤色的巧搭配

有这样的情形,当你穿着一件新买的衣服,满心欢喜地期待着朋友或同事的称赞时,他们的反应竟然是:“你怎么了?脸色这样难看,是生病了吗?”这句话真叫人扫兴。事后,你又可曾想过个中原因是衣服的颜色与肤色不配所造成的?每个人的肤色都有一个基调,有的颜色与某些基调十分和谐,有的却变得黯淡无光,要找出适合你的颜色,便要先找出你肤色的基调。基本上肤色基调可大概分为四种:

白皙皮肤

白皙皮肤的特质在于面颊经太阳一晒便容易发红,拥有这类型皮肤的女性是幸运儿,因为大部分颜色都能令白皙的皮肤更亮丽动人,色不当中尤以黄色系与蓝色系最能突出洁白的皮肤,令整体显得明艳照人,色调如淡橙红、柠檬黄、苹果绿、紫红、天蓝等明亮色彩最适合不过。

深褐色皮肤

皮肤色调较深的人适合一些茶褐色系,令你看来更有个性,墨绿、枣红、咖啡色、金黄色都会使你看来自然高雅;相反,蓝色系则与你格格不入,最好别穿蓝色系的上衣。

淡黄或偏黄皮肤

皮肤偏黄的人宜穿蓝调服装,例如酒红、淡紫、紫蓝等色彩,能令面容更显白皙,但强烈的黄色系如褐色、橘红等则可免则免,以免令面色显得更加黯然无光。

健康小麦色

拥有这种肌肤色调的女性给人健康活泼的感觉,黑白这种强烈对比的搭配与她们出奇地和谐,深蓝、炭灰等沉稳的色调,以及桃红、深红、翠绿这些鲜艳色彩最能突出开朗个性。

体型不佳者的变身妙法

对现代女性而言,长裤是最能表现她们干练帅气的服饰。但对那些体型不佳,特别是臀部曲线并不完美的女性来说,如何选择适合自己的长裤,让臀部曲线更完美呢?下面的介绍,或许对您选择长裤会有所帮助。

大腿较粗问题:

因为大腿较粗裤子的宽度不够,使大腿根部产生横向褶皱。

解决方案:

很多大腿较粗的人常常担心穿着裤子时会因紧绷而在大腿处产生横纹。其实,只要你依照体型增加大腿两侧的宽横度,横向的皱纹就不再产生,行动也不至于受到影响。

希望你舍弃弹性质材的裤子,因为弹性裤会紧紧贴在腿上,将粗粗的大腿完全显露出来。只要选择尺寸大一点的裤子。合适大腿围度就不会有这个烦恼了。

除此之外,在选购长裤时还应关注以下几个要点:

(1)留意大腿、腰部、臀部的尺寸是否合身?裤子的质料是不是透明?穿着时会不会显出内裤的痕迹?

(2)看看口袋是立式还是盖式?再检查一下膝盖处的裤宽是否适宜,会不会使膝盖的活动不自如?

(3)最好穿着平时常穿的鞋试穿,看看裤子的长度是否适合。

(4)最后再照照镜子,检查此款裤子是否适合自己的体型。

臀部过小问题:

穿上长裤后总感觉臀部过于宽松,也不平展,产生许多褶皱,看上去连腿部都有缩短的感觉。

解决方案:

(1)近年来非常流行的贴袋裤、宽腿裤并不是有此问题者的最佳选择。此类体型的人大多腰部较细,若穿着臀部过于宽松的裤

型,不仅会使腰部产生许多褶皱,还会使腿部看起来更短,令人感觉没精神。

(2)选择臀部比较合适的直筒裤,就不会产生松垮的褶皱。适合的裤型不仅能隐藏不完美的腿型,也能让腿看起来较为细长。

臀部过大问题:

因为臀部过大,裤子稍微瘦小就会造成紧绷的现象,看上去像是要把臀部的肉挤出来似的,非常不雅观。

解决方案:

(1)太胖或过于松弛的臀部,若再穿着带有弹性的长裤,就会使臀下围处产生皱纹,成为别人视觉的焦点。如果你并不打算“瘦身”,那就建议你放弃穿这类裤子。惟一的办法就是穿着适合臀部大小的长裤,这样不仅美观,自己也会感觉舒适。

(2)解决臀部紧绷最好是加大裤子尺寸,选择一条稍微宽松或不具弹性材质的合身裤子,让线条自然显露出来。这样的穿着会很舒适,也能呈现完美的臀形。

(3)选择了合身的长裤会将臀部紧紧地包裹,但此时如果穿了不合适的内裤,就有可能露出明显的内裤痕迹,因此搭配适合的内裤也很重要,你不妨穿着丁字内裤或平口裤,就不会留下痕迹了。

腹部突出问题:

裤子的前面常产生牵吊的斜纹,是因为突出的腹部将长裤撑起,使裤子的前面较为紧绷所致。

解决方案:

(1)此类人最不宜穿着直筒裤。

(2)可将长裤两边的腰高适当降低,再将裤裆加深,这不仅增加了臀部的宽松,裤子也因此会完全符合体型,裤裆不再产生牵吊斜纹。