



做自己的形象设计师  
湖南卫视特邀化妆造型机构倾力打造

# CLOTHING MATCHES

## 服饰搭配

5个服装搭配秘密

6种经典搭配方法

王巍 / 主编

杨柳 / 编著



中国纺织出版社

## 内容提要

本书以真人为例,从皮肤、发色、眼神、气质等细节对人的肤色、身材、量感、动静等进行分类,让你对号入座找到适合自己的服装颜色。揭开服装搭配的6个秘密,介绍了6种搭配方法。着重分析了饰品的款式、材质并将其归为6类,让你的搭配更完整。

不同场合适宜的着装既是对自己的尊重,也是对他人的尊重,且看职场上、生活中、社交时要怎样着装才能更成功。拥有了这本书,你就会对服装搭配有了独到的见解。

## 图书在版编目(CIP)数据

服饰搭配 / 王巍主编. — 北京: 中国纺织出版社, 2011. 6  
(做自己的形象设计师)  
ISBN 978-7-5064-7152-7

I. ①服… II. ①王… III. ①服饰美学 IV. ①TS976.4

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第243609号

---

|            |           |          |
|------------|-----------|----------|
| 策划编辑: 向隽   | 责任编辑: 魏萌  | 责任印制: 刘强 |
| 编委: 张苗 陈丽娟 |           |          |
| 摄影: 孙宾     | 装帧设计: 盛小静 |          |

---

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京东直门南大街6号 邮政编码: 100027

邮购电话: 010-64168110 传真: 010-64168231

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: [faxing@c-textilep.com](mailto:faxing@c-textilep.com)

湖南凌华印务有限责任公司印刷 各地新华书店经销

2011年6月第1版第1次印刷

开本: 889×1194 1/24 印张: 4

字数: 70千字 定价: 25.00元(附光盘1张)

---

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社图书营销中心调换

做自己的形象设计师

# CLOTHING MATCHES

## 服饰搭配

王巍 主编  
杨柳 编著



 中国纺织出版社



# PREFACE 前言

有些女人，清纯甜美，清丽容颜抒写人生之歌。

有些女人，自信火热，闲庭信步游走世间繁华。

有些女人，不奢望青史留名，安然静好只等他人垂怜。

有些女人，无所谓旌旗十万，洗尽铅华尽享美好人生。

所到之处，无需浓妆，便带出惊鸿美态，浅笑轻盈，尽显沉着优雅。回眸微笑，言谈举止，无不透出万般女人味。

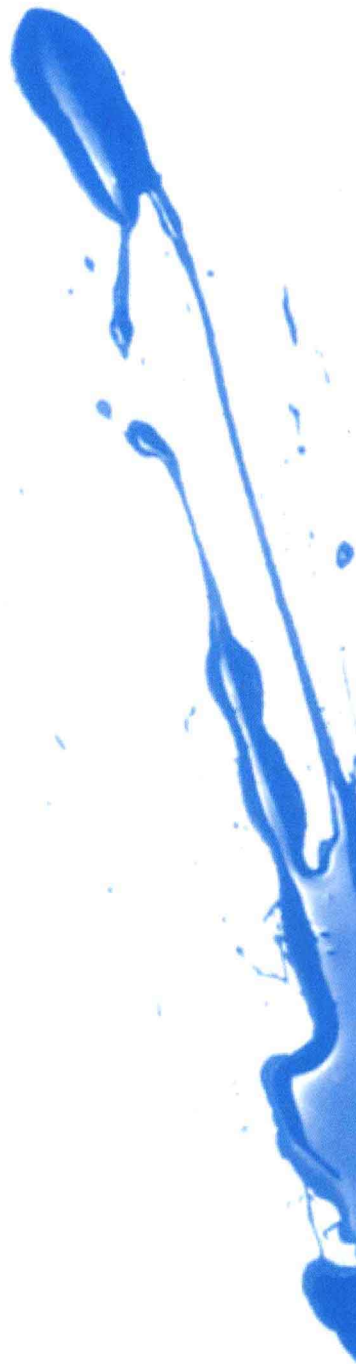
每个人在心中都有另外一个自己，这种女子，这番魅力，是不是你心中的完美期待？

现代社会，形象力与体力和智力并列为三大基本能力，已经得到越来越多人的关注。个人形象力的重要性源自第一印象。作为一个社会人，总要与他人往来接触。一个人衣着整洁、典雅，具有良好的个人形象，也是向他人暗示：“请相信我，我是有修养、有能力的”，从而为自己赢得更多的好感和机遇。从这点来说，个人形象何尝不是有价的？形象是金，形象有价。它关系着个人事业与生活的方方面面，良好的形象使一个人充满自信、魅力无穷。

心理学家指出，人在交往中，他人给你的评价主要取决于关键的几分钟，甚至是前30秒。在此期间，你不可能有机会展示你的学历证书、职称证明和简历。美国著名的人际关系专家阿尔伯特·罗宾对人们的直接交往进行研究后指出：一个人留给他人的第一印象受几个方面因素的影响，其中说话内容本身占7%，说话方式（语速、语调、音量等）占38%，非语言信息（面部表情、身姿、行为、服饰等）占55%。

可见，人的外在信息在给他人的印象中占有举足轻重的分量，没有一个得体、优雅、文明的外在形象，很难树立起一个良好的个人形象。

2009年出版的《时尚淑女课堂》，受到了各界读者和专业人士的一致好评，应广大读者朋友们的邀请，出一套更详细、更系统，



且通俗易懂的书籍，是我回馈广大热心读者朋友们的最大动力。这套书让我聆听到了更多的声音：“今天有个重要的约会，能否教我几招让我在他人面前大放异彩？”“我是应届毕业生，可否有简单的技巧让我在面试时受到青睐？”“我是个业务员……”确实已经有不少人开始注意到，学会装扮自己，的确能够为自己的生活及工作上带来很多方便。

当你接触到新朋友，想要更进一步交流却苦无话题时；当你在异性面前，却无法吸引他人的注意时；在聚会中，总被人遗忘时，提升自己的形象影响力（简称形象力）一定可以帮助你解决这些问题。

如果你没有一个系统的时间来学习各种彩妆、发型及服饰搭配的专业知识，也没有太多耐心去练习艰深的复杂手法，但又不甘于做个平凡的“路人”，希望能随时成为目光的焦点，在众人之中脱颖而出，并且在工作及生活中维持更和谐及亲密的人际关系，不要怀疑，这套书正是为你而写。

纵观这套书，最大特色是三个方面的突破。

第一，更具规模、规律更细。行业人士都知道，形象管理中也有很多规律可循。在这套书中，我尽可能地规律深入浅出，让读者朋友们不必通过专业系统的学习，也能深谙其中的手法和细节。掌握了书中所阐述的相关规律，就能在共性中寻找个性，对于提升自我形象有着决定性作用。

第二，更具实用性。较之《时尚淑女课堂》，这套书带给读者朋友们最直观的感受，就是完全可以照着这本生动的教材动手完成一些生活中的发型、化妆以及日常的装扮。

第三，大乐取于简，形象管理也是如此。这套书从服装、发型到化妆都非常生活化，简单到任何人随时随地都可以动手修饰自己。爱美之心，人皆有之，如果读者朋友们能看了这套书之后，愿意动手来修饰自己，而形象也有所提升的话，就是我最大的期待了。

“做自己的形象设计师”这套书并非专业研究的书籍，而是一套生活实用书。分为发型、化妆及服饰搭配三个方面，主要是为那些希望在最短的时间里完成自我扮靓，并且提升个人魅力的朋友们准备的。我的目的，并不是希望所有阅读这本书的读者都变成一位专业的职业造型师或是形象设计师，只是希望借助我个人多年的经验，教大家如何运用装扮让自己的生活更美妙。

因此本书不会让你花大价钱买许多昂贵的化妆工具和名牌服装，也不会让你花几个月时间练习手法，而是在日常生活中，依照不同场合，不拘形式，灵活运用，改变自己！

湖南杨柳化妆形象设计艺术学校校长

杨柳

2011.3



# contents 目 录

## Part1 选对色彩穿对衣

- 7 | 色彩的属性
- 8 | 色彩的冷暖
- 9 | 人体颜色的属性
- 9 | 不同明度的人
- 9 | 腴笑春桃的高明度美人
- 10 | 芳容丽质的中明度美人
- 11 | 乌发云鬓的低明度美人
- 12 | 不同纯度的人
- 12 | 肌肤宛若冰雪的高纯度美人
- 12 | 彤霞胜花面的低纯度美人
- 13 | 服装的三要素
- 14 | 服装的轮廓
- 15 | 服装的量感
- 15 | 服装的动与静

## Part2 我的身材我搭配

- 17 | 身材与服饰搭配
- 17 | 身材的轮廓
- 17 | 干练潇洒的直线型人
- 18 | 柔美圆润的曲线型人
- 19 | 可曲可直的直曲相宜型人
- 20 | 身材的量感
- 20 | 大气成熟的大量感美人
- 21 | 娇小玲珑的小量感美人
- 21 | 亭亭玉立的中量感美人
- 22 | 身材的动与静
- 22 | 艳若桃李的动态美人
- 23 | 娴雅如玉的静态美人
- 24 | 服装搭配的秘密
- 24 | 秘密一：服装的长短
- 25 | 秘密二：服装的收放
- 26 | 秘密三：服装的线条
- 26 | 秘密四：服装的图案
- 27 | 秘密五：服装的相适性
- 27 | 秘密六：服装的面料
- 28 | 巧搭妙配法则
- 29 | 巧搭妙配之系列法
- 30 | 巧搭妙配之临近色法
- 31 | 巧搭妙配之图案法
- 32 | 巧搭妙配之点缀法



# 目录

- 33 | 巧搭妙配之无彩色法
- 33 | 巧搭妙配之边框法

## Part3 饰品搭配解码

- 35 | 饰品的材质选择
- 35 | 高纯度人适合的饰品
- 36 | 低纯度人适合的饰品
- 37 | 中纯度人适合的饰品
- 38 | 饰品款式的选择
- 39 | 丰满女性适合的饰品
- 40 | 纤瘦女性适合的饰品
- 41 | 饰品的作用
- 42 | 饰品的修饰作用
- 42 | 饰品的调整作用
- 44 | 饰品与服装的色彩搭配
- 45 | 饰品与服装的风格搭配
- 46 | 饰品的分类
- 46 | 高贵典雅风格
- 47 | 自然主义风格
- 48 | 浪漫主义风格
- 49 | 夸张个性风格
- 50 | 甜美可爱风格
- 51 | 罗曼蒂克风格
- 52 | 佩戴饰品小贴士

## Part4 分场合着装

- 54 | 着装的基本原则
- 54 | T(Time)时间原则

- 55 | P(Place)地点原则
- 56 | O(Occasions)场合原则
- 57 | 延伸阅读:  
不同的TP0, 不同的着装风格

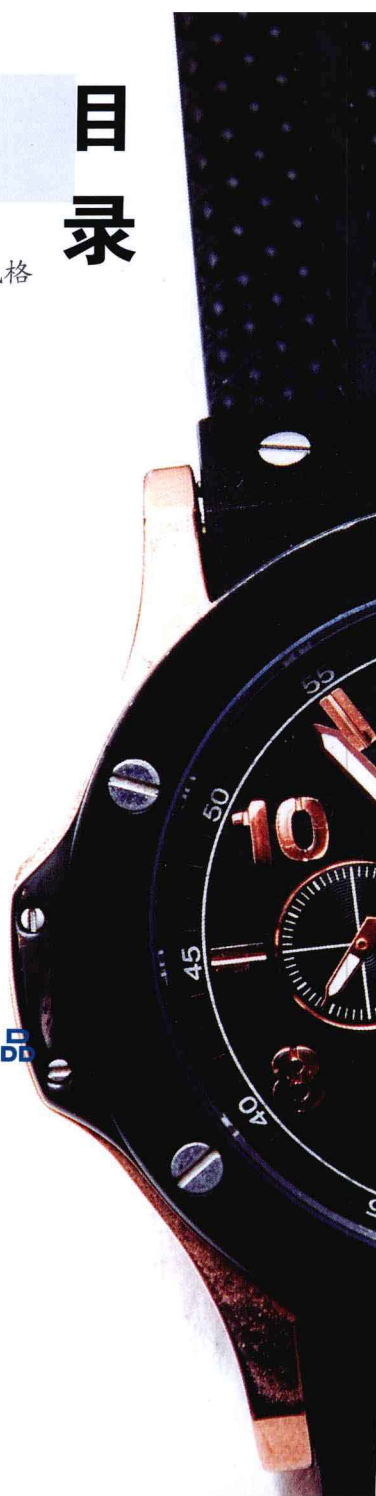
- 61 | 职业篇
- 60 | 严肃职业场合
- 67 | 时尚职业场合
- 69 | 职场风景线——衬衫
- 70 | 办公室一周搭配全攻略
- 71 | 职业女性转型全攻略

- 73 | 休闲篇
- 75 | 都市休闲
- 76 | 运动休闲
- 77 | 家居休闲
- 78 | 户外休闲

- 79 | 社交篇
- 80 | 小巧的日礼服
- 80 | 隆重的晚礼服

## Part5 最值得投资的单品

- 83 | 清逸的连衣裙
- 86 | 雅致的针织衫
- 88 | 百搭的牛仔裤
- 90 | 实用点睛的靓包
- 91 | 永不嫌多的鞋子
- 93 | 珍贵的大衣
- 94 | 形象百变的墨镜
- 95 | 后记: 女人与风格





# Part 1

## 选对色彩 穿对衣

掌握色彩搭配的细节是不容易的，但配色是有规律可循的。了解适合自己的色彩，了解色彩带给服装的变化，让色彩成为你的美丽密码，让你的美由内而外地释放。





# 色彩的属性

“红橙黄绿青蓝紫”什么颜色最适合我呢？要想穿得出彩，首先得找到最适合自己的颜色，什么颜色会让你更出彩呢？

千万种色彩中，有属于每个人的色彩。关注色彩先要关注色彩的三属性，色相、明度和纯度。

**色相：**指色彩呈现的相貌及名称。例如红色、蓝色、橙色、绿色、黄色、紫色。

**明度：**指色彩的明暗度。浅色明度高，深色明度低。

**纯度：**指色彩的纯净程度。鲜艳的色彩纯度偏高，柔和偏浓的色彩纯度偏低。

红色系



蓝色系



橙色系



绿色系



黄色系



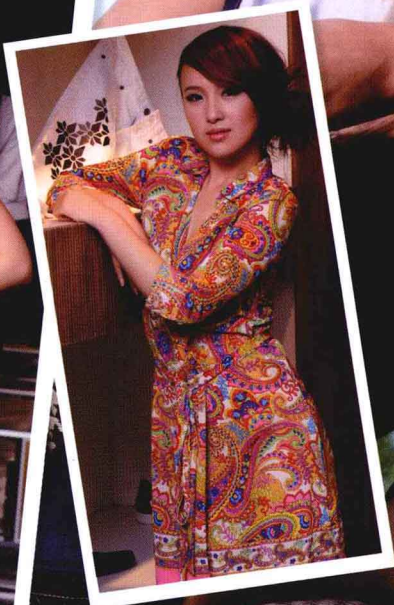
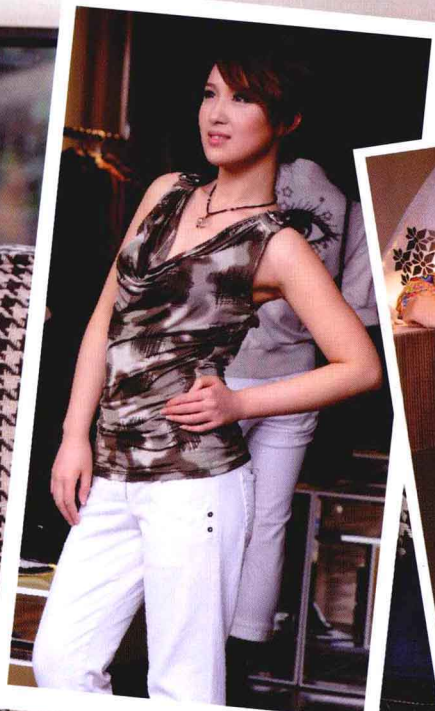
紫色系



# 色彩的冷暖

每种颜色，在不同的环境光线下呈现不同的效果。比如，太阳给人带来温暖，而月亮显得清冷，久而久之，人们看到红色、橙色等色彩时产生温暖感，而看到蓝色、银白色时也相应产生清凉感。根据长期以来的经验积累，色彩有了冷基调与暖基调之说。由于白天受日光的影响，暖色调会更亮丽，夜晚受月光的影响，冷色调更出彩。这也就是为什么在白天的阳光下，一辆红色的法拉利跑车特别引人注目，然而晚上宝蓝色的车则更彰显品质。

虽然同样是黄种人，但肤色也有冷暖之别，服装搭配也要考虑到冷暖色调，若要达到视觉上的舒适与和谐，建议冷色与冷色搭配，暖色与暖色搭配。例如藏蓝色的裙子搭配银白色的手镯和黑色的长靴会比藏蓝色裙子搭配红色鞋子更漂亮。冷色与暖色也可以搭配，但要处理好色彩的纯度、明度及面积比例关系等。





# 人体颜色的属性

## 不同明度的人



### 靥笑春桃的高明度美人

#### 特征

皮肤白皙，肤质细腻，透着自然的光芒；毛发柔软、颜色偏浅。

#### 高明度人适合的服装色

明快的色彩会让你看起来更加青春、亮丽。例如柔和的粉色，淡淡的鹅黄，浅浅的天蓝，都能彰显你的甜美气质。而那些沉重的颜色则会让你显得脸色苍白，皮肤也失去透明感。



浅粉色的薄针织开衫，白色的小背心，浅蓝色的牛仔裤使人看上去白皙、甜美，给人一种干净美感。

人体的皮肤是有颜色的，虽然我们都是黄种人，但还是有颜色上的差别，因此服装也需要选择适合自己肤色的。不同的肤色层次也体现了不同的肤色明度。根据人体的肤色、肤质、眼神、毛发等方面的颜色，按明度我们将人的肤色划分为高明度肤色、中明度肤色和低明度肤色，按纯度，人还可以划分为高纯度肤色和低纯度肤色。



黑色虽然被称为“百搭色”，但相对于浅色稍显沉重，相比之下，高明度人选择浅色更让人眼前一亮。因此，建议多选浅色，少用深色。



## 芳容丽质的中明度美人

### 特征

中明度人的肤色偏黄调，不是特别浅，也不会太黑；肤质细腻，给人舒适的感觉；毛发以棕、棕黑为主。

### 中明度人适合的服装色

中明度的你选择柔和的颜色更能彰显温柔气质，明度低的颜色会让人看上去过于成熟，太艳丽则显得稚嫩。中明度的灰色，柔和低纯度的色调，黑白搭配都是不错的选择。“芳容丽质女，天然去雕饰”正是中明度人，也是大部分人的写照。



黑白为经典搭配色，会让中明度人看上去更温柔。



中明度人如果喜欢鲜艳的颜色，如红色、绿色，用做点缀会好于大面积使用。



近似中纯度的颜色让你看上去活力十足。短款外套，浅粉紫色蝙蝠袖T恤和浅灰色小脚裤让你整个人看上去清爽，利落。



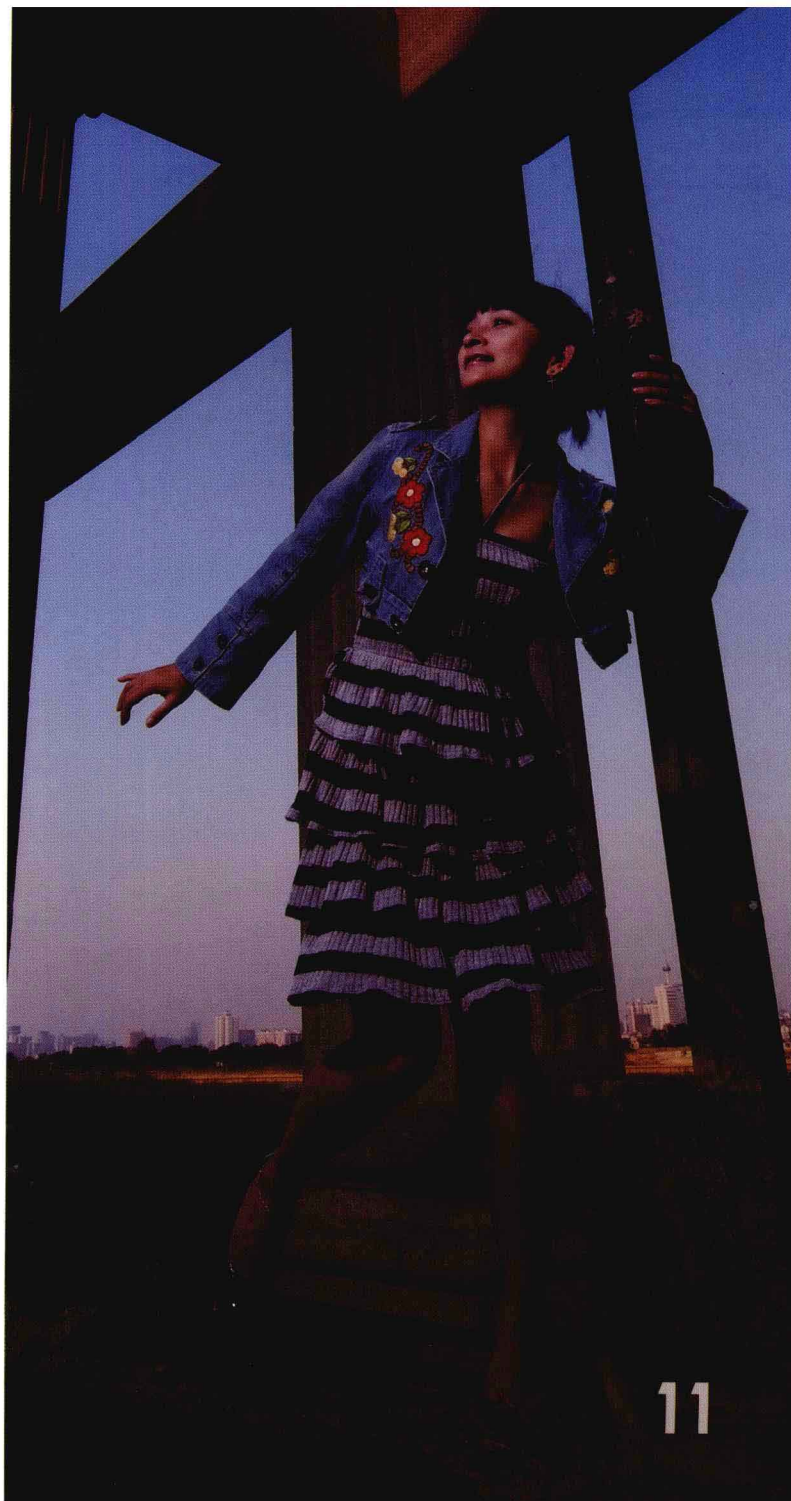
## 乌发云鬓的低明度美人

### 特征

肤色偏暗，如黄中带褐色、黄中带红棕色，光泽较弱；毛发柔软、细密，呈现自然的黑色。

### 低明度人适合的服装色

低明度人的色彩跨度较宽，用色要大气，因此一切以深沉浓郁为主的色彩，才配得上你的力量感。如黑、深灰、酒红、墨绿、深咖啡等，而那些鲜艳亮丽的颜色会让你的皮肤看上去很厚，没有透感。因此建议你的服装中尽量深色多、浅色少，与肤色、发色更和谐。总之，低明度人可以说是“乌发云鬓，华服闪耀”。





## 不同纯度的人

通过前面的学习，我们知道鲜艳的颜色纯度一般都比较高，颜色暗淡的纯度低。人体的颜色也是一样。

### 肌肤宛若冰雪的高纯度美人

#### 特征

肤色均匀、白皙，微泛红。

#### 高纯度人适合的服装色

高纯度人就像一颗熠熠生辉的钻石，在阳光的照耀下，璀璨夺目，因此高纯度颜色的衬托会让你的肤色更亮、更透。而低纯度的颜色与你的肤色形成强烈的对比，不能达到很好的搭配效果，建议尽量少使用。

### 彤霞胜花面的低纯度美人

#### 特征

皮肤偏薄，容易看到皮下的毛细血管，因此常常面色泛红；毛发颜色偏浅。

#### 低纯度人适合的服装色

低纯度人似一块美玉，温润、细腻，脸色若含羞的桃花，令人如沐春风，太深沉的颜色虽然不能遮盖你本身的光华，但想要锦上添花最宜选择柔和的色彩，对比不要太强烈，这样的人用“花面彤霞带晨露，见有人来，却把青梅嗅”来形容毫不过分。



# 服装的三要素

多年前，有一个朋友找我为她做形象设计。我问她想要达到什么效果，她希望自己看起来更有女人味些。我很好奇地打量着她的大波浪卷发与轻软的雪纺碎花裙，说：“你穿得很有女人味啊！”她告诉我：“特意这么穿，本以为会有女人味。可是，柔软的雪纺裙，将我原本就不圆润的肩关节与髌骨显得更骨感，而大波浪的卷发与硬朗的五官非常不协调。”经过款式风格诊断，我告诉她适合穿偏直线稍硬挺的服装时，她满是疑惑：“本来就够‘男人’的了，还穿一些男人的衣服，岂不是一点女人味都没了？”这些男性化的服装是她最害怕的（最怕别人叫她男人婆），但是，如果她知道在硬朗的服装衬托下，她女性柔美的气息反而会被强调，就不会这么想了。

“人要衣装”是没错的，但要“装”得好看，就要先了解服装的特点。如果是不适合自己的款式，再高档、再漂亮的服装都难以凸显你的气质与品位。

那么在购买服装时，一般要先考虑哪些方面呢？款式？颜色？价格？除了色彩之外，我们还要考虑服装的衣形、线条、图案、长短、松紧……这些对我们的着装风格影响很大。





# 服装的轮廓

关注服装款式，主要关注三个方面：轮廓、量感、动静。

服装的轮廓，是指服装传递出的偏直线或偏曲线的印象。



# 服装的量感

服装的量感是指服装的大小、肥瘦、长短。



小量感的服装



给人文静感的服装



小量感的服装



让人感觉动感的服装



小量感的服装

15

## 服装的动与静

服装的动与静是说服装传递出的或动或静的感觉，没有任何装饰或少装饰的衣服给人安静的感觉，装饰多、花纹多的衣服，给人热情、灵动的感觉。



2



5

大量感的服装