

家庭生活
小百科丛书

穿着打扮 400问

上海市服装研究所 编



当今国际女装流行趋势如何 怎样从穿着看个性 肥胖体型应如何穿着
为什么穿着打扮要合情 如何化快速妆 男人的穿着在何处容易犯错误
色彩与肤色、体型如何相配 如何根据自己的年龄合理打扮

中国纺织出版社

家庭生活小百科丛书

穿着打扮400问

上海市服装研究所 编

中国纺织出版社

内 容 提 要

本书是“家庭生活小百科丛书”中的一册。本书以实用性、科学性、知识性、通俗性为宗旨,采用问答形式,介绍了人们在现代生活、工作和学习中,如何合理地穿着打扮,使之既适合时尚潮流,又符合自己的年龄、身份与体型、肤色;在各种场合中既不失礼节,又独具自己的特色。全书分为穿着篇与打扮篇,通俗易懂、针对性强。对提高人们的生活质量,提高文化素养与审美品位,在紧张的工作中增强自信与情趣,具有积极的指导意义。

本书适合各阶层广大消费者阅读。

图书在版编目(CIP)数据

穿着打扮 400 问/上海市服装研究所编. —北京:中国纺织出版社,1998

(家庭生活小百科丛书)

ISBN 7-5064-1384-1/TS · 1172

I. 穿… II. 上… III. 服饰-通俗读物 IV. B834.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 11893 号

中国纺织出版社出版发行

北京东直门南大街 4 号

邮政编码:100027 电话:010—64168226

中国纺织出版社印刷厂印刷 各地新华书店经销

1998 年 6 月第一版 1998 年 6 月第一次印刷

开本:850×1168 1/32 印张:8.25

字数:219 千字 印数:1—8000

定价:13.00 元

前 言



今春,中国纺织出版社第一编辑室的几位编辑和我共议一个编书的话题,这个话题就是今天和读者见面的“家庭生活小百科丛书”(共12册)。本书历时6个月完成,在跨入信息时代的世纪之交,也算是高速度了吧!我们有个共同的愿望:通过丛书献给读者一把开启美好生活之门的金钥匙。能否如愿,还得由读者鉴评、合璧。

有一句拉丁民谚:“人在世一天,就要过好一天。”有人觉得岁月飞逝,有人感到日夜难熬,差异是无法等同的。学会生活,使生活变得更美好,自然是一门学问。

有一首广为流传的用萨克斯管演奏的乐曲《回家》,它使您无论在什么场合,听了都让人陶醉:它用神似的音乐语言,描述着家庭是多么美好,激起人们对家庭的眷恋。家庭是生活的重要场所,毋庸诠释,家庭本应该是温馨的同义语。同样,在漫长的岁月中,家庭中也会出现许多疑惑、不解、纠葛、变迁、成员的疾病及不幸等等,这就需要经常不断地予以调节,化解不适,重归温馨。

作家写生活的作品,旨在影响人的精神,策动人的心灵,激起共鸣,励人奋进。“家庭生活小百科丛书”意欲对人的各种行为进行规范与协调,教人如何生活得更美好。丛书包括《新婚孕育400问》、《儿童健康400问》、《家教

艺术 400 问》、《健身精要 400 问》、《心理卫生 400 问》、《家庭急救 400 问》、《穿着打扮 400 问》、《家常烹调 400 问》、《家居设计 400 问》、《家电维修 400 问》、《家庭理财 400 问》、《裁剪缝纫 200 问》，力求全方位、多侧面、深层次地从人的出生、成长、涉世、处事、婚恋、孕育、教子、理财、防病、保健、餐饮、服饰、居住设施以及心理卫生、意外急救等家庭生活的诸多方面，让读者在昼夜、寒暑、四季乃至年复一年的日月中，时时处处得到它的帮助和指导。丛书提问准确，解答具体，通俗易懂，施之见效，读解运用，无师自通，读者会发现它的价值。它与众不同之处在于让读者在获取知识的同时，能够叩开美好生活的大门，让您始终拥有一个温馨的家。

编此“家庭生活小百科丛书”，约请了有关的专家、教授，他们忙中抽暇，克服年老多病的困难，加之适逢酷暑，少见的“厄尔尼诺”现象也给北方大地带来持续两个月的高温，有时高达 39℃。但他们以信念、毅力撰写各书，愿为读者、社会作出奉献。编辑部内全体编辑人员，通力合作，认真审校，从而确保丛书如期面世。谨志于此，愿读者从书中能感悟一种快慰。

汪宝树

1997 年岁末

目 录



穿 着 篇

1. 什么是现代妇女共同的审美心理? (2)
2. 如何理解服装的社会美? (2)
3. 什么是服装的得体性? (2)
4. 怎样理解流行趋势? (3)
5. 当今国际女装流行趋势如何? (3)
6. 当今国际男装流行趋势如何? (4)
7. 我国服装发展趋势如何? (5)
8. 服装流行的特征是什么? (6)
9. 服装是怎样分类的? (6)
10. 怎样从穿着中看个性? (7)
11. 现在社会上产生了哪几种服装简约风? (8)
12. 为什么说现代服饰正在向“怀旧”发展? (8)
13. 服装的高、中、低档次如何区别? (9)
14. 人的体型是怎样划分的? (10)
15. 如何换算不同门幅织物的用料? (11)
16. 如何计算用料? (12)
17. 如何量体? (15)
18. 量体裁衣应注意什么? (17)
19. 一般服装的放松度是怎样计算的? (18)
20. 服装与健康有何关系? (20)
21. 什么是服装造型? (20)

22. 什么是时装造型美?	(21)
23. 怎样在服装上应用黄金分割?	(21)
24. 何为服装的韵律反应?	(22)
25. 怎样在服装上应用形式平衡?	(22)
26. 如何在服装上应用视觉中心?	(23)
27. 如何在服装中应用垂直分割与水平分割法及 垂直水平分割法?	(24)
28. 如何在服装中应用斜线分割、自由分割法?	(24)
29. 何为服装仿生造型?	(25)
30. 象征性标志在服装上如何应用?	(25)
31. 什么是系列服装?	(26)
32. 如何认识服装的整体造型和局部造型?	(26)
33. 什么是平面制图裁剪法? 什么是立体的裁剪法?	(27)
34. 什么是服装原型?	(27)
35. 肥胖体型的女性如何穿着为佳?	(28)
36. 瘦长体型者如何穿着为佳?	(28)
37. 矮胖体型的人如何穿着为佳?	(29)
38. 宽肩体型应如何穿着?	(29)
39. 窄肩体型应如何穿着?	(30)
40. 斜肩体型的服装肩斜角度应如何调整?	(30)
41. 胸围大的体型应如何穿着?	(30)
42. 腿部又短又粗的体型应如何穿着?	(30)
43. 粗腰围的体型应如何穿着?	(31)
44. 什么是裙款配套的多样化?	(31)
45. 怎样表现裙款的多样化?	(32)
46. 为什么说裙款有多种功能?	(33)
47. 我国的裙子是怎样变化过来的?	(33)
48. 中山装是怎样产生的?	(34)
49. 什么是前卫服装? 它有什么特点?	(35)

50. 服装的下装是如何分类的?	(35)
51. 裤类的多样化表现在哪里?	(36)
52. 为什么说裤类的配套是多样化的?	(36)
53. 女长裤有哪几种变化?	(37)
54. 如何穿着短裤使之适合时代潮流?	(37)
55. 领型有多少种类? 各有什么特点?	(38)
56. 哪些衣领适合圆脸型?	(41)
57. 哪些衣领适合长脸型? 哪些衣领适合方脸型?	(42)
58. 哪些衣领适合尖脸型、三角脸型及椭圆脸型?	(42)
59. 袖子有什么变化形式?	(43)
60. 袖窿按结构形状分类有哪几种?	(43)
61. 袖山高与袖窿深有何关联?	(44)
62. 缝纫基本针法有哪几种?	(44)
63. 布样是怎样制作的?	(45)
64. 蜂腰体型在裁剪裙子时应如何补正?	(46)
65. 平臀体型在裁剪裙子时应如何补正?	(46)
66. 腹部凸出体型在裁剪裙子时应如何补正?	(46)
67. 下肢粗壮的体型在裁剪裙子时应如何补正?	(47)
68. 口袋主要有哪几种?	(47)
69. 口袋如何与服装配套?	(48)
70. 什么叫流行色?	(48)
71. 流行色是怎样产生的?	(49)
72. 1998 年春夏的流行色是什么?	(50)
73. 1998 年秋冬季流行色是什么?	(50)
74. 流行色是怎样变化的?	(51)
75. 时装与流行色有什么关系?	(52)
76. 为什么说色彩能表达感情?	(53)
77. 在我们的生活中应如何应用流行色?	(53)
78. 红与绿的搭配是否“俗气”?	(54)

79. 什么是冷色调? 什么是暖色调?	(55)
80. 如何应用暖色?	(55)
81. 明暗对比法在穿着中如何运用?	(56)
82. 补色对比在穿着中如何运用?	(57)
83. 同时对比在穿着中如何运用?	(57)
84. 色度对比在服装中如何运用?	(57)
85. 什么叫色彩调和?	(58)
86. 在服装穿着中应如何运用不同的面积对比?	(58)
87. 第一亮色——绿色应怎样搭配?	(59)
88. 如何认识紫色?	(59)
89. 为什么医务工作者的职业服多数选用浅色的?	(60)
90. 色彩与肤色如何相配?	(60)
91. 色彩与体型如何相配?	(61)
92. 什么是含灰色?	(61)
93. 怎样理解色彩的进退?	(62)
94. 什么叫色差?	(62)
95. 个性与服装色彩有何关系?	(63)
96. 童装如何进行色彩搭配?	(63)
97. 婴儿装为何多数选用明亮的色彩?	(64)
98. 如何撷取粉彩色系?	(64)
99. 淑女服装应如何搭配?	(64)
100. 中老年人喜欢选用哪几种色彩搭配?	(65)
101. 我国传统习惯喜爱什么色彩?	(66)
102. 为什么黑与白是永恒流行的色彩?	(66)
103. 男士穿着应如何进行色彩搭配?	(67)
104. 春季应选用怎样的色彩搭配?	(67)
105. 秋冬季应选用怎样的色彩搭配?	(68)
106. 酷暑夏季应如何进行色彩搭配?	(68)
107. 为什么婚礼服多数选用白色的?	(69)

108. 为什么内衣、内裤大多选用浅色的?	(69)
109. 什么是主体色?	(70)
110. 军队制服适宜用什么色彩?	(70)
111. 色彩与服装质地有什么关系?	(71)
112. 服装色彩与职业服有何关系?	(71)
113. 非洲国家对色彩有什么不同的要求?	(72)
114. 日本人对色彩有什么爱好?	(72)
115. 泰国使用色彩有哪些特点?	(72)
116. 印度尼西亚国家有哪些色彩爱好?	(73)
117. 法国对色彩有什么丰富想象力?	(73)
118. 美国和欧洲国家对色彩有什么爱好?	(74)
119. 如何选择花型面料?	(74)
120. 格子面料在服装上应如何应用?	(74)
121. 条纹面料在服装上应如何应用?	(75)
122. 豹纹,如何在服装上应用?	(76)
123. 国外的面料纹样与我国有何不同?	(76)
124. 如何理解面料的混合使用?	(77)
125. 什么是蓝印花布?	(77)
126. 什么是扎染花布?	(78)
127. 什么是蜡染花布?	(78)
128. 怎样识别毛线?	(79)
129. 1998~1999 年秋冬季流行什么面料?	(79)
130. 绒面织物有哪几种? 各有什么用途?	(80)
131. 现有哪些绒面的新面料? 特点如何?	(81)
132. 何谓弹力织物?	(81)
133. “小一号”的服装与弹力织物的关系如何?	(82)
134. 金丝花呢有什么特点?	(83)
135. 无纺织物有何特点? 如何应用?	(83)
136. 罗布麻面料的质地有何特点? 如何应用?	(84)

137. 天鹅绒有何特点? 如何应用?	(84)
138. 什么是面料的缩水率?	(84)
139. 常见的羊毛织物有什么特点?	(85)
140. 锦纶是怎样的一种纤维?	(85)
141. 合成纤维织物产生的静电对人体有害吗? 如何排除静电?	(86)
142. 牛仔布有哪几种?	(87)
143. 90 年代国际纺织面料的流行趋势如何?	(87)
144. 面料的肌理主要有哪几类?	(88)
145. 现代丝绸面料有什么变化?	(89)
146. 常见的丝织面料有哪几种? 各有什么用途?	(89)
147. 怎样根据体型、年龄、职业和经济条件选择 连衣裙的面料?	(91)
148. 如何识别面料的成分?	(91)
149. 现在市场上面料的门幅有几种?	(93)
150. 如何识别面料的正反面?	(93)
151. 如何选购服装里料?	(94)
152. 服装辅料与成衣效果有什么关系?	(94)
153. 里衬有哪几种? 它们各有什么用途?	(95)
154. 怎样选择粘合衬?	(95)
155. 肩衬有哪几种? 它们各有什么用途?	(96)
156. 为什么服装要用肩衬? 如何装肩衬?	(97)
157. 如何认识服装的商标?	(98)
158. 什么叫服装号型?	(98)
159. 服装号型在日常生活中应如何应用?	(99)
160. 熨烫有哪几种方法?	(100)
161. 分缝熨烫有哪几种方法?	(101)
162. 家庭熨烫要注意哪些事项?	(101)
163. 洗涤、熨烫标记有哪几种? 它们各说明了	

什么?	(102)
164. 去污有哪些方法?	(103)
165. 去渍的原理是什么?	(104)
166. 常用的洗涤剂有哪几种? 如何使用?	(105)
167. 服装的洗涤方法有哪几种?	(106)
168. 男西装应如何洗涤?	(106)
169. 皮装如何清洗?	(107)
170. 全毛衣服应如何洗涤?	(107)
171. 丝绸服装如何洗涤?	(108)
172. 滑雪衫如何洗涤?	(108)
173. 麻织物如何洗涤?	(109)
174. 领带如何洗涤?	(109)
175. 羊毛织品如何洗涤?	(109)
176. 化纤织物如何洗涤?	(110)
177. 羊绒服装应如何保养?	(110)
178. 裘皮服装应如何保养和贮藏?	(111)
179. 皮革服装如何保养和贮藏?	(111)
180. 羽绒服装及其制品如何保养和贮藏?	(112)
181. 羊毛针织类服装如何保养和贮藏?	(112)
182. 化纤服装如何保养和贮藏?	(113)
183. 丝绸服装应如何保养和贮藏?	(113)
184. 棉麻类服装应如何保养和贮藏?	(114)

打 扮 篇

185. 为什么穿衣打扮需合情理?	(116)
186. 如何根据自己的身材合理打扮?	(116)
187. 如何根据自己的年龄合理打扮?	(117)
188. 如何根据自己的肤色合理打扮?	(118)
189. 如何根据自己的脸型合理打扮?	(119)

190. 一般性场合应如何打扮?	(120)
191. 庄重场合应如何打扮?	(120)
192. 礼节性场合应如何打扮?	(121)
193. 家人聚会时应如何穿着?	(121)
194. 外出访友时应怎样穿着?	(122)
195. 什么样的服装可称一般性礼服?	(122)
196. 如何穿着晚礼服?	(123)
197. 白领阶层应如何穿着服装?	(124)
198. 宾馆服务员应怎样穿着服装?	(124)
199. 如何选择劳动保护服?	(125)
200. 电视台节目主持人应怎样穿着?	(126)
201. 教师应如何穿着打扮?	(126)
202. 如何选用学生制服?	(127)
203. 如何选择少年服?	(128)
204. 如何选择青年服?	(128)
205. 如何按年龄选择儿童服装?	(129)
206. 如何选择婴儿装?	(130)
207. 怎样按儿童的个性、心理与体型选购童装?	(131)
208. 如何按不同的季节选择童装?	(131)
209. 怎样美化童装?	(132)
210. 如何选择旅游服?	(133)
211. 怎样选择运动服?	(133)
212. 哪些是采用高新技术的体育运动服?	(134)
213. 如何选择能穿出女人味的套装?	(135)
214. 短裙应如何搭配?	(136)
215. 在穿套装时应如何搭配才不显得单调?	(136)
216. 组合套装应如何变化搭配?	(137)
217. 衬衫与服装应如何变化搭配?	(137)
218. 单件服装应如何搭配?	(138)

219. T 恤应如何搭配才能在上班时穿着?	(138)
220. 休闲服有哪几种?	(139)
221. 如何穿着休闲服?	(139)
222. 如何从服装中体现性感?	(140)
223. 如何搭配情侣装?	(140)
224. 男人的穿着打扮在何处容易犯错误?	(141)
225. 中年妇女如何穿着得体?	(142)
226. 穿着服装时要考虑哪三个要素?	(143)
227. 如何发挥马夹的作用?	(143)
228. 当前针织内衣有何新特点?	(144)
229. 男式服装是怎样变化的?	(145)
230. 如何穿着男西装?	(146)
231. 男西装是如何变迁的?	(146)
232. 运动装与时装有什么关系?	(147)
233. 茄克式服装有何特点? 如何穿着?	(147)
234. 猎装是怎样变化的? 它有什么特点?	(148)
235. 特种服装有什么特点? 在什么情况下穿着?	(149)
236. 中式服装有什么新变化?	(149)
237. 我国古时妇女如何穿着?	(150)
238. 近代裙子是怎样变化的?	(150)
239. 我国的婚礼服是如何变化的?	(151)
240. 如何选择新娘婚纱礼服?	(151)
241. 怎样挑选连衣裙?	(152)
242. 现代流行裙子有哪些款式?	(153)
243. 为什么说裙子与舞蹈有着深厚的感情?	(155)
244. 为什么说裙子能增添节日的欢乐气氛?	(156)
245. 旗袍是怎样一种服装?	(156)
246. 怎样认识风衣? 怎样挑选风衣?	(157)
247. 怎样选购成衣?	(158)

248. 孕妇服有什么特点? 如何选择?	(158)
249. 内衣有哪几种?	(159)
250. 如何选购内衣?	(160)
251. 如何选择内裤?	(161)
252. 文胸有哪几类? 它们各有什么特点?	(161)
253. 购买文胸时应如何测量? 如何选择?	(162)
254. 少女如何选择文胸?	(162)
255. 如何将旧衣新穿?	(163)
256. 如何选择睡衣和家居服?	(164)
257. 如何选择泳装?	(165)
258. 牛仔裤是怎样来的?	(165)
259. 牛仔服有哪些新发展?	(166)
260. 牛仔裤的后袋是怎样变化的?	(167)
261. 如何选购牛仔装?	(167)
262. 如何按体型选择牛仔裤?	(168)
263. 如何选购羽绒服?	(169)
264. 如何选购裘皮服装?	(170)
265. 如何选购革皮服装?	(171)
266. 如何选购西装?	(171)
267. 如何选购旅游服?	(172)
268. 如何选购羊毛衫及针织类服装?	(173)
269. 如何选购裤子?	(174)
270. 如何按体型选购裙子?	(174)
271. 怎样根据季节的不同选择裙子?	(175)
272. 为什么说内衣外穿是当代流行的服装?	(175)
273. 露脐装和低腰裤有什么魅力?	(176)
274. 短袖衫选用针织料有何特点?	(176)
275. 身材高或矮的体型如何进行局部造型调整?	(177)
276. 颈部过长或过短, 肩部过宽或过窄的体型	

如何进行局部造型调整?	(177)
277. 胸部丰满或平坦的体型如何进行局部造型调整?	(178)
278. 腰部太粗或太短,脚大的体型如何进行局部造型调整?	(178)
279. 臀部丰满及不同腿型的体型如何进行局部造型调整?	(179)
280. 小腹凸出的体型应如何进行合理的造型调整?	(179)
281. X 型服装适宜何种体型?	(180)
282. A 型服装适宜何种体型?	(180)
283. H 型服装适宜何种体型?	(181)
284. Y 型服装适宜何种体型?	(181)
285. O 型服装适宜何种体型?	(181)
286. 蕾丝有哪些品种?	(182)
287. 钮扣是如何发明的?	(182)
288. 钮扣有哪些品种?	(183)
289. 钮扣在服装中如何使用?	(184)
290. 怎样用葡萄钮和盘花钮来装饰服装?	(184)
291. 如何打葡萄钮?	(186)
292. 拉链有哪几种? 各有什么用途?	(186)
293. 如何利用拉链的线条,创造出独特的风格?	(187)
294. 深港妇女是如何穿着的? 如何变迁?	(187)
295. 彝族女服怎样装饰?	(188)
296. 苗家姑娘是怎样穿着的?	(189)
297. 佤族女子是怎样穿着的?	(189)
298. 黎族妇女是怎样穿着的?	(190)
299. 傣族妇女是怎样穿着的?	(190)
300. 哪些地方的男子有穿裙的习惯?	(191)
301. 日本人的和服是怎样穿着的?	(191)

302. 怎样恰当穿着腰带式的服饰?	(192)
303. 从古至今,我国的冠、巾、帽是怎样变化的?	(192)
304. 帽子有哪些种类? 它是如何变化的?	(193)
305. 怎样用帽子搭配服装和脸型?	(194)
306. 如何选购帽子?	(194)
307. 服饰配件有哪几类?	(195)
308. 根据季节的不同,如何应用饰品?	(196)
309. 如何应用围巾?	(197)
310. 怎样扎结真丝围巾?	(198)
311. 羊毛围巾的扎结方法有哪几种?	(198)
312. 体型缺点如何在服饰上得以弥补?	(199)
313. 如何装饰女性的背部?	(200)
314. 胖子如何穿西装?	(200)
315. 西装驳头上的“美人眼”是怎样来的?	(201)
316. 如何选择和使用袜子?	(201)
317. 如何选择皮鞋?	(202)
318. 根据季节如何搭配时装鞋?	(203)
319. 鞋与服装如何搭配?	(203)
320. 穿高跟鞋有什么害处? 应如何调整?	(204)
321. 高跟鞋的鞋跟有多高?	(205)
322. 手饰有哪几种?	(205)
323. 当今首饰潮流是什么?	(206)
324. 如何选购黄金饰品?	(206)
325. 如何选择头饰?	(207)
326. 怎样选用胸饰?	(208)
327. 项链如何与服装配套?	(208)
328. 如何按脸型和服装来配耳环?	(209)
329. 如何结合五官佩戴首饰?	(210)
330. 如何配合体型、脸型应用首饰?	(210)