



# 好感 形象

# 时尚美人 配色全攻略



## 律师声明

北京市邦信阳律师事务所谢青律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由著作权人授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有人和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为，必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

## 短信防伪说明

本图书采用出版物短信防伪系统，读者购书后将封底标签上的涂层刮开，把密码（16位数字）发送短信至106695881280，即刻就能辨别所购图书真伪。移动、联通、小灵通发送短信以当地资费为准，接收短信免费。短信反盗版举报：编辑短信“JB,图书名称,出版社,购买地点”发送至10669588128。客服电话：010-58582300。

## 侵权举报电话

|                                                             |                                                                        |
|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| 全国“扫黄打非”工作小组办公室                                             | 中国青年出版社                                                                |
| 010-65233456 65212870                                       | 010-59521012                                                           |
| <a href="http://www.shdf.gov.cn">http://www.shdf.gov.cn</a> | E-mail: <a href="mailto:cyp_law@cypmedia.com">cyp_law@cypmedia.com</a> |
|                                                             | MSN: <a href="mailto:cyp_law@hotmail.com">cyp_law@hotmail.com</a>      |

## 图书在版编目(CIP)数据

时尚美人 / ArtTone 视觉研究中心编著. —北京：中国青年出版社，2011.3  
ISBN 978-7-5006-9821-0  
I. ①时… II. ①A… III. ①女性—服饰美学 IV. ①TS976.4  
中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第029182号

## 时尚美人—好感形象配色全攻略

ArtTone 视觉研究中心 编著

出版发行： 中国青年出版社  
地 址：北京市东四十二条21号  
邮政编码：100708  
电 话：(010) 59521188 / 59521189  
传 真：(010) 59521111  
企 划：北京中青雄狮数码传媒科技有限公司

责任编辑：郭 光 蔡苏凡 王丽峰  
封面设计：王 蓉

印 刷：北京华联印刷有限公司  
开 本：787×1092 1/16  
印 张：11  
版 次：2011年5月北京第1版  
印 次：2011年5月第1次印刷  
书 号：ISBN 978-7-5006-9821-0  
定 价：42.00元

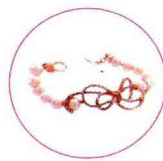
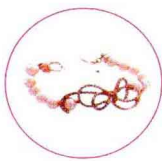
本书如有印装质量问题，请与本社联系 电话：(010) 59521188 / 59521189  
读者来信：[reader@cypmedia.com](mailto:reader@cypmedia.com)  
如有其他问题请访问我们的网站：[www.21books.com](http://www.21books.com)

“北大方正公司电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。  
封面用字包括：方正兰亭黑系列

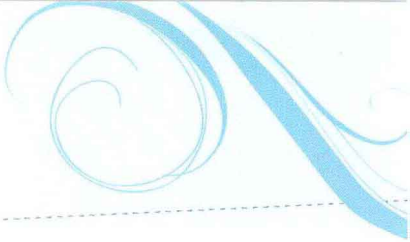
好感  
形象

# 时尚美人 配色全攻略

ArtTone 视觉研究中心 编著







## 前言 PREFACE

绚丽的色彩构成缤纷的世界，使宇宙万物充满生机，使我们的环境丰富多彩。与此同时，色彩也具有神奇而独特的影响力，在潜移默化中影响着我们的情绪，悄悄改变着我们的生活。色彩作为人们对美的第一衡量准则无处不在，在我们的居住环境、日常用品、服饰中，都充满了对色彩审美的追求。随着社会的不断发展和进步，不同时代对色彩有着不同的美感要求，它映射出人们思想和观念的不断变化。现代社会中人们越来越重视仪态美，在不同场合中，服饰搭配是我们带给其他人的第一印象。这时，款式和配色得体的服饰、精致恰当的彩妆能为我们加分不少，好感度倍增，同时这也能让我们很好地融入不同的环境，自信满满、魅力四射。

本书从色彩的角度出发，以色彩的性格特征和色彩意象为基础，进行深入研究和探讨，解密变身时尚美人的时尚密码，为广大爱美的时尚女性提供参考和借鉴。书中以不同场合的服饰色彩要求为主线，分为上班篇、休闲篇、社交篇、百搭篇和私人篇。每一篇中又视具体情况细分为不同情境，满足各种常见场合的需求。在彩妆配色秘诀和打造完美身材之服饰配色秘诀部分，又针对不同类型的时尚美眉，实例讲解如何打造第一眼好印象。在最后一部分中为不同星座和血型的美眉提供了服饰配色和彩妆的参考，增加大家的阅读乐趣。

本书包含了大量充满魅力的配色方案，结合生活，运用这些配色方法，就能提升自身的好感度和魅力指数。确保时尚美眉在生活中时刻展现与众不同的美丽与个性，从容面对变幻莫测的世界。

ArtTone视觉研究中心

2010年12月

# 目录 CONTENTS

## Part 1

### 无“色”不生活……P6-17

1.1 30%的感性+70%的理性=100%色彩美感!

1.2 冷暖色彩变换的秘密

1.3 深色与浅色的搭配要点

1.4 单纯与复杂的色彩混搭法则

1.5 理性用“色”打造百变美人

## Part 3

### 百变配色应对百味生活 ……P32-121

#### 上班篇——随机应变之配色秘诀

- ① 新入职最易受欢迎的清新暖色
- ② 令合作伙伴信赖的低调浅冷色
- ③ 市场调研时干练爽快的深冷色
- ④ 总结会提升自信的浅暖色
- ⑤ 竞标大会上果断的冷蓝青
- ⑥ 会见重要客户时端庄的暖卡其色
- ⑦ 面试新人时亲切有型的暖紫色
- ⑧ 要求加薪时提高成功率的浅橙色
- ⑨ 年底聚餐时低调华丽的红与黑

## Part 2

### 变身时尚美人必须了解的 色彩密码……P18-31

2.1 色彩令你眼花缭乱?

2.2 “色”美人的自我诊断

2.3 什么“色”能让你夺人眼球?

2.4 暗淡≠无趣, 鲜艳≠俗媚

2.5 灯光? 自然光? 找好色彩  
你时刻完美!

2.6 用色彩升级美丽

#### 休闲篇——百变亲和之配色秘诀

- ① 老同学聚会时保持年轻的轻柔红
- ② 和三五好友外出郊游的健康绿
- ③ 和闺蜜相约闲暇午后的优雅金
- ④ 一个人去疯狂扫货的自由蓝
- ⑤ 二人世界浪漫的蜜糖粉
- ⑥ 户外运动时融入自然的中性灰
- ⑦ 出国旅行时轻松装备的异域色
- ⑧ 狂欢夜舞会的妩媚热辣色
- ⑨ KTV之夜闪耀的玫瑰色
- ⑩ 海边之旅的梦幻纯色

## 社交篇——提升个人气场之配色秘诀

- ① 迷人约会的性感丝缎色
- ② Party公主优雅纯真色
- ③ 同事聚餐亲和的温柔米
- ④ 拜见长辈时乖巧可人的甜樱红
- ⑤ 令主考官印象深刻的亮冷色
- ⑥ 联谊时提升受关注度的童话金
- ⑦ 第一次参加拍卖会沉着的雅致灰
- ⑧ 相亲时自然得体的法式暖调
- ⑨ 逛艺术沙龙时的经典黑白

## 百搭篇——不可不知的配色小秘诀

- ① 初春清新又不失温度
- ② 暖春感受生命的气息
- ③ 初夏充满动感和活力
- ④ 炎夏要令人神清气爽
- ⑤ 初秋优雅的街头漫步
- ⑥ 深秋点亮周围的暗淡
- ⑦ 初冬纯净充满灵感
- ⑧ 严冬温暖而不沉闷

## 私人篇——个人专属之配色秘诀

- ① 帮你悄悄减肥的冷青色
- ② 令你安然入眠的浅蓝色
- ③ 拒绝讨厌对象的深冷灰
- ④ 遇见中意男生的心动紫
- ⑤ 回避坏心情的温暖橘
- ⑥ 好朋友和解误会的苹果绿
- ⑦ 让身体舒服的体贴白
- ⑧ 不想被人打扰的夜色黑

# Part 4

## 第一眼好印象之彩妆 配色秘诀……P122-135

- 4.1 可爱圆眼变妩媚女人
- 4.2 迷离杏眼也会闪闪有神
- 4.3 丹凤眼轻松变大眼美人
- 4.4 圆脸变立体小脸
- 4.5 方脸曲线柔和术
- 4.6 尖脸变粉嫩亲和

# Part 5

## 打造完美身材之服饰 配色秘诀……P136-157

- 5.1 高挑美眉率性又甜美
- 5.2 娇小美眉也显修长身材
- 5.3 圆润美眉的又甜又辣
- 5.4 丰满美眉一样显瘦又性感
- 5.5 骨感美眉也能凹凸有致
- 5.6 身长腿美眉之长腿秘诀
- 5.7 东方梨形美眉的平衡大法
- 5.8 包包的点睛之笔
- 5.9 鞋子的平衡魔法
- 5.10 丝巾的内外互补

# Part 6

## 十二星座和不同血型幸福 配色秘诀……P158-175



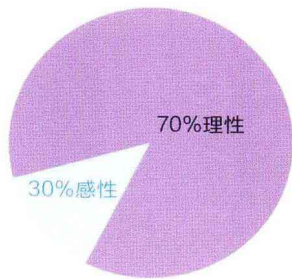
# Part 1



# 无“色”不生活

当每个人每天睁开眼睛的一瞬间，映入眼帘的就是一个色彩斑斓的花花世界，也可以说，任何一种事物，都是由色彩构成的。而每个人在吸纳世界中各种色彩的同时，也注定要成为其他人眼中斑斓色彩的一部分。于是，“色”便注定了将成为整个世界乃至每个人生活中关乎“美感”的最为重要的元素之一，对于走在时尚前沿的女性来说更是衡量“美”的重要标准之一。想要活“色”生香的生活，想要成为生香活“色”，就一定要学会玩“色”。

选择色彩不是谈恋爱，爱与不爱并不是最重要的决定因素。完美的100分形象配色，是由30%的感性因素和70%的理性因素共同决定的。换句话说，如果想和最能体现个人美感的色彩谈一场华丽的恋爱，那么30%来源于你的内心——感性反应，爱还是不爱；而70%来源于你的大脑——理性分析，该不该爱，以及怎样去爱。遵循这样的3:7色彩选择法，色彩才会爱上你，才能展现你最美的一面。



### 70%的理性分析

一场与色彩的恋爱，要如何开始才会有美好的结局呢？70%的理性分析是色彩搭配成功的主导因素。当理性分析占据主导地位时，其实你已经美了，只是如果没有30%的感性选择，你只会是花丛中美得普通的一朵，没有独特的香气可以吸引驻足者，但如果加上30%的感性选择，那么恭喜你，无论走到哪里，你都会成为注目的焦点。

所谓“理性分析”，其实就是根据一些客观因素，比如个人的气质、肤色、身材，外界的季节、所处场合等因素因地制宜地做一些色彩的选择。任何一种客观因素的考虑都是理性分析的一部分，都会影响色彩搭配的成败。所以学会理性分析，什么色彩适合自己，什么色彩适合什么季节，什么色彩适合什么场合，是在感性选择前需要做的功课。



从客观实际出发，理性分析是“美”的基础。真正客观地分析自身条件，了解自身与外界的关系，综合所有客观因素理性分析，才能够正确地选择出与自己相搭的色彩。想做到秀“色”可餐，首先要做的就是要了解这盘菜的原材料是什么，具有何种特性，给谁吃，这样才能真正做出一道美味且让人留恋的“色彩大餐”。

### 30%的感性选择

每个人对外界事物都有自身喜好的判断，喜欢或不喜欢是构成个人独特的思维方式、性格乃至不同价值观的决定性因素。对于色彩的选择也是一样的，感性选择是触动内心、完全个人意识的最直观的表现。例如，白色纯净温婉，容易使内心淡然的人产生共鸣；红色炽烈热情，性格奔放的人很容易有红色情结；蓝色冰冷沉静，低调的人会对它情有独钟。所以，选择色彩往往会有一定的个人内心的情导导向因素，这就是我们所说的30%的感性选择。

对于色彩，30%的感性选择必然会将个人的喜好转化为外在独特的色彩表现形式，这也是个人色彩搭配区别于其他人的个性因素。每个人对时尚与美的判断标准不同，但成功的配色一定要在遵从内心喜好的同时与理性分析结合起来。要让感性选择更好地为色彩美感加分，就一定要将理性分析做在感性选择的前面——首先要懂得怎样配色，其次才是如何搭配出个性的色彩，为色彩贴上属于自己的个性化的标签。



### 100%的色彩美感

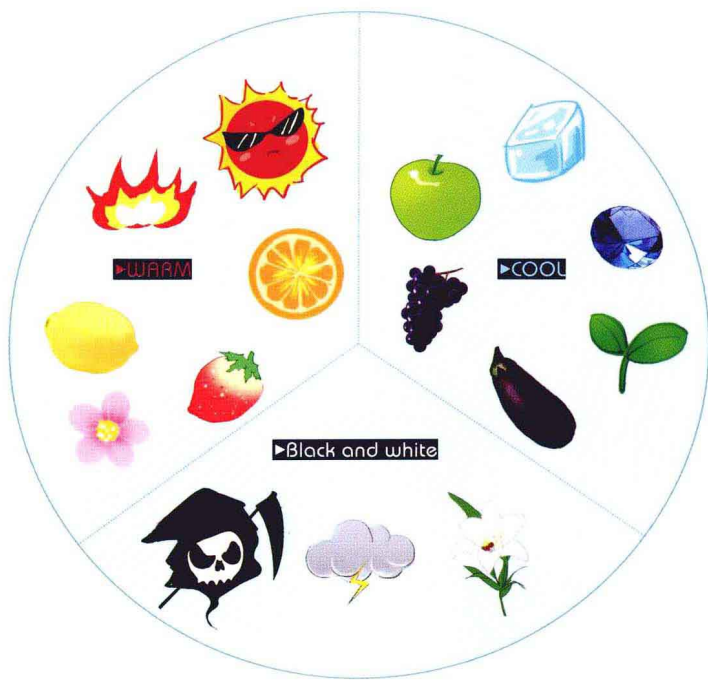
时尚的色彩搭配取决于30%的感性选择加上70%的理性分析。理性分析是色彩美感的基础，而感性选择是色彩美感个性化的加分因素，在“美”的基础上，听听你内心的声音，才会“美”得独一无二。满分的色彩恋爱会让你在缤纷的色彩中脱颖而出，成为时尚街区里闪闪发光的“美”人。



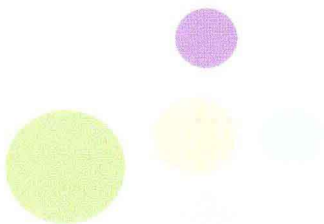
## 冷暖色的区分以及它们之间的微妙关系

冷暖色系的区分非常容易，它们之所以区分为冷、暖两类，其实最主观的判别方式就是色彩给予人的感受。顾名思义，说到冷，人们会联想到冰雪、海洋等让人有冰冷感受的事物，所以与冷色系相对应的就是蓝色、绿色、紫色等这些通过视觉传达给人“冷”的感受的颜色；与此相反，说到暖，人们会联想到阳光普照、火炉等让人觉得温暖的事物，所以红色、橙色、黄色等，自然被列为暖色系了。当然，除了冷暖色系以外，还有百搭的黑白灰，它们被称为中性色，适用于任何想要随心搭配的色系。

冷暖色的对比界限是相对的，明度的变化对冷暖色系色彩有着十分微妙和有趣的影响。暖色系随着明度的提升，会慢慢趋向于冷，冷色系也会随着明度的提升而慢慢趋向于暖，这就是为什么浅粉色比起红色会更让人觉得清爽，而浅蓝色比起蓝色会更让人觉得温馨的原因了。冷暖色系这种微妙的变换关系，让生活中的色彩更加丰富，更加多样。而你，再也不用因为暖色太炽烈、冷色太清凛而不知如何作出色彩的选择了。



偏暖色

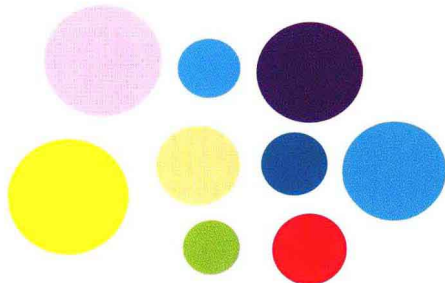


## 冷暖适度才会美

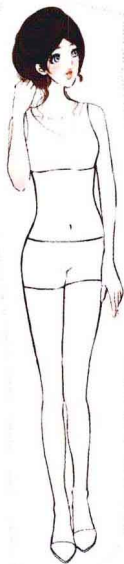
对于色彩的掌控，每个人的心里都要有一把尺，掌握冷暖色彩不同的特性来调控自己予人的感觉。但这一调控一定要适度，否则就会弄巧成拙。举个例子，一个原本性格热情奔放的人，如果刻意用冰冷的深蓝色来掩盖不稳重，但如果他没能抑制住自己本来的性格，在人群里动作夸张、语言豪放，那将是一种多么令人尴尬的场面。

另外，除了根据个人性格不同来对冷暖色调进行选择之外，还要根据个人的身材、季节气候的转换，乃至不同的场合来对自身色彩的搭配进行调整。

偏暖冷色



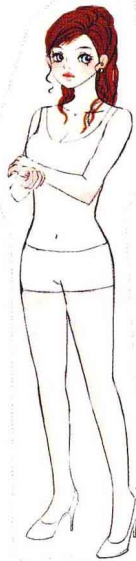
瘦小的人



穿暖色给人膨胀感



丰满的人



穿冷色给人收缩感



- 如果你觉得自己身材过于骨感或瘦小，那么可以选择暖色调，那会让你变得红润健康。

- 如果你是丰满型人，并且不想靠减肥变苗条，那么冷色系色彩会是不错的选择。

冬季温暖装



夏季清爽装



会见亲朋用暖色



正式场合用冷色



- 冬天选择暖色调的服饰搭配会给人温暖感；而冷色调就像随身携带的小空调，能赶走夏日的炎热，让整个人变得清爽。

- 不同的场合需要搭配不同的色调，与亲朋好友会面用暖色调可以拉近距离感；出席正式场合时，用冷色调服饰搭配则会让人看起来更加庄重得体。

## 深色的学问

深色给人的第一感觉是深沉、神秘。深蓝、深绿、深灰、深红以及黑色都会给人不同程度的深沉、神秘甚至是压抑感。深色在视觉上具有收缩、后退的效果，所以越深的颜色就会让人觉得越低调、深沉、稳重、静谧。深色还会在不同程度上使人的精神变得镇定。

这就可以解释为什么在出席例如演讲、典礼、商务会面等一些正式场合时，人们大多会选择一些颜色较深的服饰。当每个人都以严谨的态度来对待重大事件的时候，你总不能突发奇想地把自己打扮得像个明晃晃的橙子一样，成为万众瞩目的对象。

所以深色在人们日常生活当中有着十分广泛的应用，其所具有的超强收缩魔法，可以让人的身材收缩，瞬间由胖变瘦；也可以让人的性格和气质得到收敛，在视觉印象中让人由豪爽变得内敛。



## 浅色的学问

浅色给人明亮、鲜艳、愉悦、清爽的感觉，浅蓝、浅粉、柔黄、藕荷，这些浅色系色彩想象一下都让人觉得如沐春风般的清新。越浅的颜色，它的明度越高，越能给人以纯净、清新的感觉。与深色相反，浅色会不同程度地使人感到兴奋、放松。

所以人们出游、度假或参加某些放松心情的娱乐活动的时候，都倾向于选择浅色的服饰进行搭配。在这些情景中，如果选择颜色偏重的深色系，那就太败兴了。

浅色运用在女性的身上，会产生令人心旷神怡的效果。我们看过的古代传奇故事中，像小龙女这样的仙女角色，如果要用一种颜色形容她给人的感受，那无疑会是白色、水粉等纯净得让人有美好幻觉的色彩。浅色可以让人变得神清气爽，不仅能对自己产生一定的心理暗示，也会给周遭的人留下干净、美好的印象。但是浅色在发挥净化作用的同时，还会产生膨胀和前进的视觉效果，所以身材丰满的人不适宜选择纯色系浅色服饰，因为它们会让身体变本加厉地膨胀起来。



## 深色浅色的差别

深色即色彩中含黑量大的色彩,与此相反,浅色即色彩中含白量大的色彩。同时,色彩本身也有深浅,例如,黄色为浅色,因为黄色对光的反射率大,明度较高,视觉刺激较为强烈。相反,紫色为深色,因为紫色对光的反射率小,明度较低,视觉刺激较弱。



主色调搭配辅色细节

一般情况下,如果服饰中只出现一种色调,会给人单调乏味感。如果是单一的深色,会显得整个人很沉重压抑,而如果是单一的浅色调会让人觉得太过晃眼招摇。所以,主辅色搭配在时尚美感中也是十分重要的一种混搭方法。选择深色作为主色调时,可用浅色调作为打底色,有时也可以在整体为深色的搭配中从细节着手,选择一种浅色的配饰来调节深色的压抑感。以浅色较为明快的色彩作为主色调时,建议从帽子、鞋子、背包等配饰着手来调节深浅搭配,因为浅色的视觉冲击力比较强,如果搭配不当或选择太过深沉的打底色,反而会产生滑稽的效果。

## 深浅搭配的学问

深浅色彩的搭配也是有理可依的,对深色和浅色做适当的搭配以及合理的中和,会给人一种自然随性的真实感。如何让深浅的搭配展现出一种和谐的美感呢?通常有以下三种比较实用的深浅色混搭方法。



同色系层次搭配

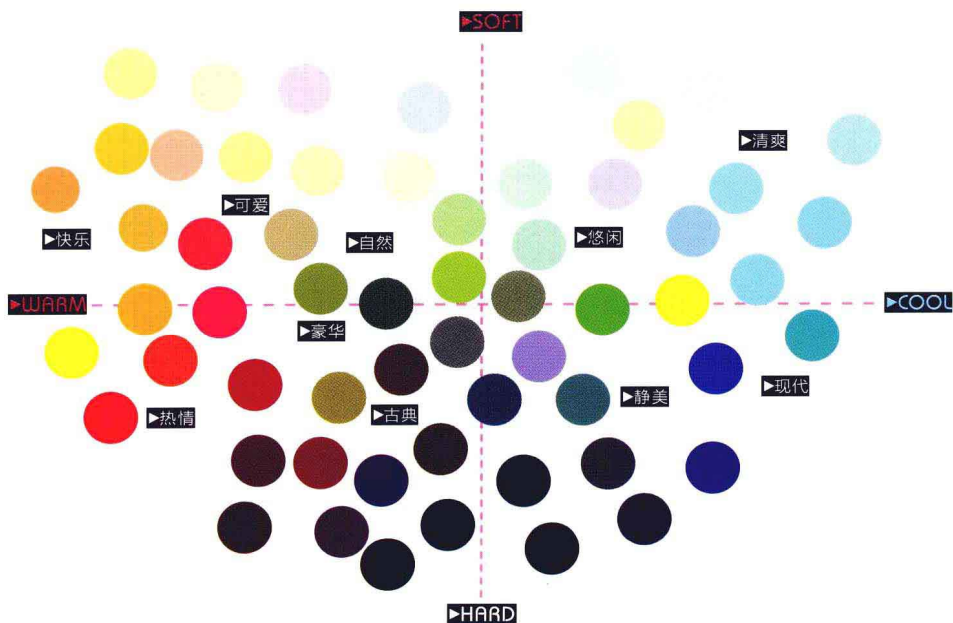
选用同色系但深浅不同的颜色进行搭配,是最为保险的色彩搭配方法。深浅不一的同色系可以很自然地形成渐变或规则的层次,例如深蓝→青蓝→天蓝→浅蓝→白,这种由深到浅的规则渐变,会给人一种自然而舒适的感觉。

## 强对比搭配法

深浅色系强对比搭配法也是一种常用的搭配手段，如果搭配协调的话会产生很强的具有美感的视觉冲击力，给人留下深刻的印象。比如，随复古风潮席卷而来的时尚波点，正是因为采用了不规则的深浅对比才冲撞出了令人惊喜的美感；深蓝底色和白色圆点的搭配、酒红底色和白色圆点的搭配、深灰底色和粉色圆点的搭配等，都具有别样的美。当然，深浅强对比的搭配必须遵循一定的章法才能产生较强的视觉冲击，否则会出现像5:5黑白分明的马戏团小丑一样怪异的效果。深浅对比色搭配一般以3:2或5:3为宜，按照这种接近黄金分割的比例来搭配，就算是大俗的红绿配也能呈现出大雅的美感。

### 利用色彩的“性格”为自己加分

了解了色彩的冷暖和深浅等不同“性格”后，巧妙地利用它们的特点进行选择搭配，能使生活变得多彩的同时提升自身在社会生活中的好感度，甚至可以将人自身的性格完美化。所以，无论你是冷若冰霜的冷美人，还是热情过度的聒噪女，只要学会运用冷暖深浅色的搭配，那么性格上的一些小缺陷自然会被不同程度地减弱或隐藏，人气自然会不断提升。



生活中有很多的时尚配色方法, 根据色彩的单一性和多样性, 可以将形象配色分为单纯与复杂两种大的流行配色趋势。这里的单纯是指相对的单纯而不是单一, 复杂是指相对的复杂而不是杂乱无章, 复杂是由合理的单纯集合而成的, 是让时尚色彩多元化的大胆实践。

## 单纯

单纯配色的构成相对简单, 日常生活中, 出现从头到脚都为单一的一种色彩的可能性几乎为零。一般情况下, 三种以下的同色系配色, 而且配色不以琐碎、无规则拼接的方式出现, 就属于单纯配色。喜好单纯配色的女性, 多给人简洁、干练、纯净、大方的美好印象, 具有较好的个人气质。



## 单纯转换为复杂

白色背心搭配黑色吊带裙, 黑与白的组合, 使邻家女孩的气质彰显无遗, 橙红色紧身打底裤则为看似单调的颜色中增添了亮点, 整体装扮简单又时尚。



## 小面积亮点活跃单调色彩

流行的裸色系, 低调却不暗淡, 不仅衬托出白皙的皮肤, 而且会使人看起来更自然、容易亲近。同样不必搭配过多的配饰, 协调好包包的颜色就可以了。再以腰带上小面积的宝蓝色活跃整体搭配, 清新靓丽。