

衣着顾问

· 服装知识介绍 · 图文并茂通俗易懂
· 让您显示出自己的风采和魅力



湖南美术出版社

目 录

· 着装与仪表	1
· 着装美的形态和特征	15
· 服装美的构成及主要款型简介	25
· 衣着的民族化和时代感	51
· 男女童及中老年服装的特点和要求	55
· 帽子与服饰的配套	61
· 服装发展变化梗概	65
· 服装小常识	72
· 后记	

着装与仪表



美是人类共同追求的永恒目标。人们不仅探索那些激励自己前进的美好事物，而且致力于美化自己的仪表和着装。表现自我、体现潮流、美化社会、美化环境，产生赏心悦目的审美效果。

服装是仪表、风度的标志。适度得体的服装，有助于人们的仪表和风度。“三分人才，七分打扮；佛要金装，人要衣装。”伟大诗人屈原的诗中有“吾既有此内美兮，又重之以修能。”他很重视自己的服饰和仪表，注重内在美，也注重外形美。人们的仪表、风度，取决于内在美和外在美，“诚于中而形于外”，“充于内而形于外”，秀外而慧中。

（一）和谐

衣着的颜色和谐才美。善不善于选择和搭配服装色彩，是个审美修养问题。我们常见到有人身上穿着过多的颜色，互相打架，争着突出自己，缺乏整体感和调和感。如果能选择一、两个统一的颜色作为主调，再配以其它辅色衬托点缀，效果会非常引人注目。我们还常见到有的人不仅穿的颜色多，而且花纹、条格多种多样，使人眼花缭乱。如果在穿了花裙子以后配以素色上衣，效果会好得多。有的人肤色、身材、相貌都很美，但穿得太花俏，让花俏把美貌“夺”去了，使服装产生了喧宾夺主的效果。一个人的服装美不美，并不完全在于衣料的华贵，更重要的是色彩的协调。

衣着也应和人的形体和谐统一。它和人的形体相比，审美的重心应该在人体而不在服饰。服饰的审美功效在于通过对人体的衬托，揭示人体美的魅力。服饰的选择必须根据每个人的具体情况而定。和人的形体相和谐的服饰，还在于它能够巧妙地掩盖人体某些部分的不足。服饰的式样和色彩也要与人的性格气质相和谐。一个性格活泼开朗的姑娘穿一件色彩暗淡、款式过时的衣服，就会破坏这种性格而失去美感。在具体的穿着打扮上，各种服饰之间的和谐统一，也是十分必要的。内衣、帽子、围巾、裙子、裤子、袜子、鞋子等等都应谐调，相得益彰，相映成趣，形成整体美。

人们常说：“鞋袜半身衣”。如果鞋袜与裤子搭配适当，将会给人一种和谐协调的美感。鞋袜与裤子的搭配主要包括款式、质地、颜色三个方面。首先，鞋与裤的款式搭配要相呼应。直筒裤配圆头皮鞋，喇叭裤配高跟鞋，显得身高腿长，活泼潇洒。鞋与裤所使用的面料质地也要相吻合，轻薄软的质地与轻薄软的相吻合，厚重硬的质地与厚重硬的相吻合，而不能使轻薄软的质地与厚重硬的质地相互搭配发生矛盾，不相谐调。颜色搭配尤为重要，通常是鞋、袜、裤三者同色搭配。或者鞋与裤用同色，袜子用不同色，这种搭配大方随和，能显示人的个性。或者鞋袜同色，裤子另色，但对比不宜太强。同色相配，冷

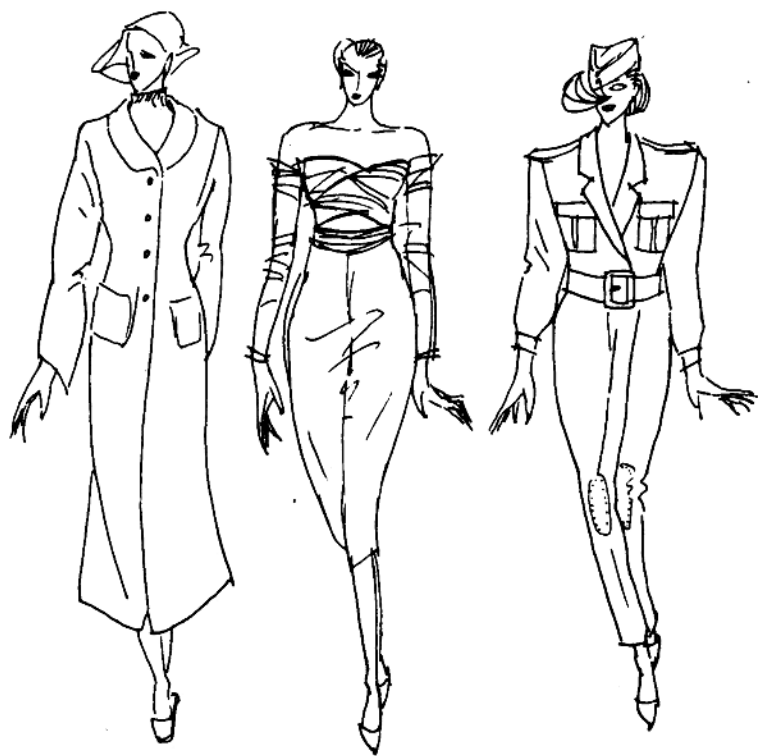
色和冷色、暖色和暖色相配，协调高雅，适用于成年人和老年人；色彩相兼，冷色和暖色搭配，显得跳跃活泼，儿童选用可以突出天真活泼的特性；金、银、黑、白、灰等色与冷色暖色搭配均可。

鞋子、手提包和手套如果是基础色，由于它们的运动，容易吸引别人的目光；如果它们是明亮的对比色，将会转移对个人面积色彩的吸引力。因此，这些附属品最好选用同种颜色，既不突出它们本身，又不转移整体效果。一般的是这样，鞋色应该和裙底边一样深，或者更加深一些，手提包和手套如果颜色和服饰效果相配，可作为一个整体来考虑，这样再配上鞋、提包和手套，就更为协调和谐。如果手提包、手套与鞋子不一样时，应该选择与服装其它部位相配的颜色，手提包和手套不必采用对比色。如果帽子采用对比色，能够突出个人面积，使色彩与脸庞取得最佳效果，但还应该考虑到整体的其它部分。如果围巾也紧跟时装而变换和谐，便能取得很好的装饰效果。

袜子和鞋子不要选用对比色，因为这样会使人们的注意力从脸部转移到脚部，如果鞋子和袜子是同一颜色，再加上腿的长度，就会产生修长完整的线条，但光是袜子用对比色会打破整体感，使身材显得矮小。在服装颜色上重复眼睛和头发的颜色，能够起到强调的作用，但要注意别穿比头发颜色强度高的衣服，这样会使头发显得干黄。

再次，人们的穿着还要符合周围环境的气氛。如果不看时令时间、地点场合，只按照自己的兴趣爱好打扮，就不可能与环境相和谐。在家时，应选择宽大舒适的便装；亲友聚会，穿着新颖别致、色彩明快的衣裳；参加社交活动，要选择庄重典雅的服装；外出旅游，应穿方便舒适的旅游服装；从事生产劳动时，应穿工作服或制服（图1），如果穿上节日盛装、礼服、就不协调了。由于时间、季节不同，地区、场合、环境不同，穿着的品种、款式、花色亦应不同，必须和谐。

穿着打扮要正确地了解自己，同样的衣服穿在不同人的身上会产生不同的效果，其原因就是各人的仪表气质不同，身材不同，所以并不是很容易就能选择到最适合自己的服装的。



(图1)

服饰有多种多样，每一种都有各自的颜色、线条、形状、质地，如果搭配不好，就会出现两种情况：一是众多的服饰本身，它们与人体各部分之间杂乱无章；二是众多的服饰本身，它们与人体各部之间的整齐划一。这两种情况都是不大美的，杂乱无章会使人心烦意乱，精神不快；整齐划一则又显得过于呆板，单调乏味。如何才美呢？便是线和形的和谐，体积大小的和谐，质地的和谐，色彩的和谐，观念的和谐。

衣服形状的和谐，就是衣服形状与人体配合得和谐，不仅是衣服穿着合身，更重要的是将不美的形体装饰成美的形体。衣服的线条能改变人体外貌，重复、变化、对立的三种线条，对人体外貌改变有一定的作用。圆脸人不要穿大圆领上衣，这种领的线条与脸的线条重复，与人的视线重复，起了强调圆脸的作用。也不要穿与之相对立的横长方领，相对立的东西会相互衬托，相得益彰。长脸人不宜穿长条直领或长方形横领衣。太方或太圆的脸应有一条较长的变化线来修饰，最好是椭圆形，既不重复，又不对立，会对脸型起着软化作用。

（二）适体

服装适体与否，可以产生不同的观赏效果。

人们的体型虽然各不相同，但有一个共同的人体比例。东方人种与西方人种的人体各部分比例虽略有差异，但基本上还是一致的。究竟什么样的体型最美？法国哲学家笛卡儿认为：美，是一种恰到好处的协调和适中。人们都希望自己的体型健美，服装除了实用功能之外，美化体型也是它的基本功能之一。一件衣服穿在某人身上非常美，但如穿在另一个人身上则不显得美，甚至相反。所以挑选衣裳除了应注意颜色、尺寸外，还要考虑它的款式样式。不同身材的人穿的衣裳都有不同需要注意的地方，就妇女体型而言：

高瘦的人，不宜穿着过于束腰贴身的衣服，而应选择颜色鲜明、质地厚实的衣服，穿宽大的上衣和裙子，穿大领型、横条纹、四方格纹和大花的衣裳，使人们的注意力横向扩散，减少高瘦感。所有淡色和白色的明亮色彩，都使体形看上去显得宽大，高明度的颜色也有这

样的效果。希望自己的身材丰满的高瘦妇女，可选择这种颜色的衣裳。为显示体形的优美，可选用高领、窄袖、纵向线条垂直性强的贴身服装。为表现年轻，可扩张裙子的下摆，配合贴身的上衣，造成稳定感，表现魅力与风采。

矮胖的人，不适合穿横条纹、大方格或大花朵的衣裳。应选择竖条纹，小花衣裳。穿连衣裙比穿套装好看些，最好是流线型的（图2）。着装时要注意两点：第一，不要穿贴身的服装；第二，不要穿高领的服装。上下身要避免使用强烈的对比色，如果在色彩上，上下身能取得协调，身材就会显得高些。矮胖的人不要束显眼的腰带，会把肥胖的身体扩得更大；不要穿阔领的衣服，会把两肩拉宽；不要穿短小的裙子，使臀部的线条扩展；不穿白色衣服和反光的衣服，显得更肥大，宜穿冷色和亮度低的服装。

高大肥胖的人，不宜穿大格大花的衣裳，增大体积感，应选择素净冷色调的服装，上装有破胸线，起到分割体积的作用（图3）。要采用有花纹和无花纹进行分割，在整体上能削弱粗大的感觉。如采用有花纹的上衣和无花纹的裙子或长裤，较为适合。用素色面料时，不要用纯色，或者接近饱和度的强色，以免强烈刺眼。不要使用暗色，以免破坏舒展的形象。应采用中等花纹，反而会产生醒目的效果。特大的花纹



（图2）



(图 3)

与身体的比例过大，更加显眼，会觉得身体比实际还要大。

瘦弱矮小的人，应穿着较为艳丽明快的衣裳，上衣与裙、裤不要有明显的色彩分界线，上衣短些，下身长些，便不显得瘦矮（图 4）。在服装颜色配置时，柔和发亮才能产生明快感，显得比实际体形大。在考虑式样时，为使身体现高，必须引导目光作垂直运动，对图案、带子、扣子，衣袋的大小，应略为小一点，与身材平衡。

颈短的人，宜穿矮领、无领衣服，避免穿高领衣服，不围浅色或艳色围巾（图 5）。颈长的人，宜穿高领、立领和一字领上衣（图 6）。

肩部宽平的人，不穿垫肩衣服，穿套肩袖或袖口下松的服式。切忌在双肩和领上用宽阔线条，肩部窄而斜的人穿衣则相反，在双肩上、领上则要有宽阔的线条，有垫肩，以弥补不足（图 7）。

身材小胸部大的人，在胸前可缝上竖条纹的装饰线，裙和裤则要松弛张开些，使上下身的比例协调。

胸部小臀部大的人，不穿紧身上衣，上衣裾长一些，两边开叉，遮掩大的臀部。平胸宜穿丰满柔软的衣服领，胸饰花纹，用折布料的方法折褶胸部，使之有隆起和丰满感，切忌束腰。大臀须在衣服前面上下安排兴趣中心，使上下有较大吸引力，减弱对臀部的吸



(图4)



(图5)



(图6)



(图7)

引力。臀部周围切忌横线条，大的裤袋，紧身裙，过于肥大的裙和裙底窄的裙，并忌穿紧贴腰身的上衣。

臀部短的人，穿裤比穿裙好；臀部长的人则穿裙比穿裤好。腰细的人，如在腰部装饰会显得更美；腰粗的人，选择套衫开衫或宽松外衣，有助于藏腰露体。

腹大的人，宜穿轻型上衣，胸部折褶线条花纹，忌将上衣束进裤子里或裙子里。

腰长的人，宜穿较宽的上衣，忌穿紧身衣服。裙子要用长线条，使下身加长，与长腰相称。

腰短的人，宜穿长线条上衣，上衣略长。



(图 8)

身材不好的人,不要穿黑衣服,非常合体的裤子,也会产生同样不理想的效果,因为黑色轮廓会使身体与背景形成强烈的对比,将形体完全显露出来。

衬衫有各种各样的质地款型,选择适当,能弥补身材的不足,起到修饰美化的作用。脖子短的人,关键在于选择适当的领型和面料,飘软轻柔的面料,V型、U型领或无领,使颈部露出多些,显得长些;如在低垂领上和胸前绣一些花,便会更美。身材高胸小的人,适合于穿领口与腰部都有缩褶宽松的蝙蝠衫,遮掩体型的不足,并能显示女性的秀丽飘逸。身材矮胸部低平的人,可选择腰部束带质地挺括宽松的衣服,选择胸前多褶皱多花边拼接花纹的衬衫,以增加胸前的体积,显得丰满些。身材矮小的人,衬衫不宜过于宽松,领肩胸腰等部位要舒适得体,袖子长短适中,款式简洁,颜色上下相同,再穿上同色系的鞋袜,人会显得高些。肩宽的人,宜穿削领衣服;肩窄的人,应选择有抬肩的领型,以增加肩部的分量(图8)。

长裤与人体的腰、臀、腿等部位有密切的关系,穿着得体,对人体的下肢有很好的修饰作用。腿短的人,做裤子应从加长腿的长度着想,挑选黑、白、深蓝、深灰、墨绿等颜色的面料,显得安静单纯有修长感。裤子略为紧身,腰部打褶,膝盖以上部位稍细并加修饰,上衣下裤颜色协调,效果更好。腿粗的人,穿裙会显露缺点,不如穿长裤,臀部以下为宽松直线形,比一般长裤稍短,轻松飘逸。臀低的人,重心偏低,上下身比例不协调,穿着宽松的裙子可以掩盖不足。穿裤子宜素静,裤腰臀围打褶收紧,又不显出腰身。体瘦的人,裤子臀围放松两侧有装饰线条,颜色不宜过深,增加收缩感。

套装有套装裤和套装裙多种款式。套装的上半身是设计重点,要挺括、舒适、得体(图9)。下半身大的人,做套裙时应从稍为增大上衣体积着想,下裙不要紧身而显露臀部(图10)。肩宽的人,忌着有垫肩服式。溜肩的人,宜穿抬肩上衣,面料挺括些。脸大的人,套装上衣的领肩都要宽些,加宽肩部线条,加大拉长领口线条,穿叠褶筒裙,使体型与面部协调(图11)。脖子短的人,应选择开胸式,胸前不扣钮扣,衬衫也是低领型的。

半截裙短裙变化多，应根据不同体型特点选择。大腹的人，不宜穿着四周都有缩褶的束腰短裙，增大臀围，使腹部显得更大；也不宜穿过于紧身的裙，使大腹暴露；应选用丝绸



(图 9)



(图 10)



(图 11)



(图 12)

裙，飘动多姿，混淆人们的视线（图 12）。臀部扁平的人，不适合穿着窄狭贴身的半截裙，西装裙和水筒裙，给人以重心偏低的感觉，应选择多褶边、多花边、多级裙，蓬松轻盈，使下半身丰满。下半身大的人，着裙颜色宜素净，避免扩张感。体瘦的人，可选穿薄软多花边多褶皱的多级裙，上衣宽松多褶。腰长的人，穿裙好看些，半截裙对人体的下半身有一定的遮掩作用，尤其是宽松的款型使人感觉不到腰至臀部的实际长度。

连衣裙多式多样，如能根据各自的体型特点选择合身适体的，就会俏丽多姿，光彩照人。脸大的人，先要考虑领型，狭长而低下的 V 字领最为适合。领大而长，可使脸盘与身体的其它部位相协调（图 13）。胸围大的人，避免大控领的式样，可在连衣裙胸前做些破胸线装饰。体瘦的人，连衣裙质地稍厚实挺括些，色彩稍明艳些，腰部不要收得过紧。腰长的人，适宜穿直身连衣裙，高腰连衣裙和低腰连衣裙，领开下些，腰部的褶子用腰带束出来，高一些，使全身的比例协调。脖子短的人，应着重连衣裙上半身的款型处理，采用低下的 V 形领，多褶的花边，胸前长而低的领形装饰，不仅拉长颈部的线条，而且能增加美感。胸围小的人，不宜穿低领紧身连衣裙，应选择领口、胸部与腰部都有缩褶飘逸宽松的款式，增大胸前的体积。

（三）时代潮流

仪表与着装体现时代潮流。人是社会活动的主体，人的仪表与着装打扮是社会文明进步的重要标志，是社会环境重要组成部分，与社会相和谐，与时代同步。生产力发展了，科学、技术和经济文化水平提高了，时代不同了，作为推动社会进步的主人公自然而然地会从其仪表与着装打扮上表现出来，体现文明、健康、科学的生



（图 13）

产方式，与时代相吻合，有强烈的时代气息。

服装审美意识的时代性，自然只能在一定的物质生产方式和社会存在的基础上产生。物质生产方式和社会存在是有历史性的，服装审美意识同样也有历史性。服装审美意识的历史性，取决于一定历史时期的社会经济发展状况和物质文化水平，取决于不同历史时期的服装审美标准。生活在一定时代的人，他们的思想和观念都是属于一定时代的。审美观和审美趣味具有明显的时代性，时代发展了，人们的审美观念也必然随着时代而发展。现代社会由于科学技术的突飞猛进，生产的高速度，生活节奏的加快，现代人的审美观念也明显地表现出时代的特点，更喜欢快节奏，四平八稳、慢条斯理不大符合现代人心理。对服装要求结构简练，线条流畅，宽松舒适实用（图 14）。这类服装正迎合人们今天的着装心理。我们的服装应该在民族文化优秀传统文化的基础上，按照文明健康科学的要求发展。



（图 14）

着装美的形态和特征

