

懒女孩

时尚女孩的着装指南
都市懒妞的魔幻手册



Sloth Girl Fashion Cloth Storm

时尚魔幻衣橱

陈秋玲等 编著

懒女孩“穿”行职场
懒女孩的时尚秀
懒女孩变身糖果精灵
懒女孩的公主情怀
懒女孩的家居秘笈
懒女孩休闲也美丽
懒女孩“靓”出风度



懒女孩

时尚女孩的着装指南
都市懒妞的魔幻手册



Sloth Girl Fashion Cloth Storm

时尚魔幻衣橱

陈秋玲等 编著

懒女孩“穿”行职场
懒女孩的时尚秀
懒女孩变身糖果精灵
懒女孩的公主情怀
懒女孩的家居秘笈
懒女孩休闲也美丽
懒女孩“靓”出风度



现代出版社

图书在版编目(CIP)数据

懒女孩时尚魔幻衣橱 / 陈秋玲等编. —北京: 现代出版社, 2005

ISBN 7-80188-600-3

I. 懒... II. 陈... III. 女性—服饰美学
IV. TS976.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 103950 号

策 划: 何 悦

责任编辑: 杜 宇 杜雅宁

稿件提供: 盛大华夏文化有限公司

编著人员: 陈秋玲 王 菲 张德玉

装帧设计: 时尚艾迪书装

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码: 100011

电 话: (010) 64267325 64240483 (兼传真)

电子邮箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 北京彩云龙印刷有限公司

开 本: 700 × 960 1/16

印 张: 11.5

版 次: 2005 年 11 月第 1 版 2005 年 11 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-80188-600-3

定 价: 25.00 元

版权所有, 翻版必究; 未经许可, 不得转载。

目 录

第一章 懒女孩“穿”行职场	1
第一节 我型我秀	2
懒女孩魔幻衣橱之一：配合自己的工作类型	
懒女孩魔幻衣橱之二：OL 变装三部曲	
懒女孩魔幻衣橱之三：别让着装为你扣分	
第二节 穿出自己的“style”	8
懒女孩魔幻衣橱之四：扬长避短穿衣法	
懒女孩魔幻衣橱之五：打造职场多彩生活	
懒女孩魔幻衣橱之六：裤装巧搭配完美臀部曲线	
第三节 看我七十二变	14
懒女孩魔幻衣橱之七：美丽连环“套”	
懒女孩魔幻衣橱之八：瑟瑟罗裙金线缕	
懒女孩魔幻衣橱之九：四“裤”全书	
第四节 风情女人教你穿	19
懒女孩魔幻衣橱之十：画龙点睛	
懒女孩魔幻衣橱之十一：春夏穿袜全新攻略	
懒女孩魔幻衣橱之十二：腿粗？照样穿漂亮裙子	

第二章 懒女孩的时尚秀 23

第一节 我的个性我做主 24

懒女孩魔幻衣橱之十三：着装3境界

懒女孩魔幻衣橱之十四：3种个性风格，你属于哪种

懒女孩魔幻衣橱之十五：个性OL的4大色彩法则

第二节 将时尚进行到底 28

懒女孩魔幻衣橱之十六：Expensive+Cheap(昂贵+便宜)

懒女孩魔幻衣橱之十七：混搭4阶段扮靓女人

懒女孩魔幻衣橱之十八：DIY让你做到独“衣”无二

第三节 个性不拒性感 32

懒女孩魔幻衣橱之十九：时尚性感露肤装

懒女孩魔幻衣橱之二十：牛仔，永远的流行风

懒女孩魔幻衣橱之二十一：主题条纹，预约性感

第四节 小小配饰，突显真我 39

懒女孩魔幻衣橱之二十二：这些酷酷饰品你有没有

懒女孩魔幻衣橱之二十三：轻松玩转太阳镜

懒女孩魔幻衣橱之二十四：饰品多少算适中

第三章 懒女孩变身糖果精灵 45

第一节 糖果精灵魔法盒 46

懒女孩魔幻衣橱之二十五：懒女孩衣橱里的秘密

懒女孩魔幻衣橱之二十六：糖果女孩的扮靓法宝

懒女孩魔幻衣橱之二十七：夏日秀的3个美丽提示

第二节 糖果精灵 甜蜜声色 50

懒女孩魔幻衣橱之二十八：穿出黄金比例，打造魔鬼身材

懒女孩魔幻衣橱之二十九：糖果色彩，秀色可餐

懒女孩魔幻衣橱之三十：细足纤纤，淑女当道

第三节 糖果精灵万人迷 56

懒女孩魔幻衣橱之三十一：恋爱着装攻略

懒女孩魔幻衣橱之三十二：让娇小的你更出众

懒女孩魔幻衣橱之三十三：包里乾坤

第四节 糖果精灵无懈可击 60

懒女孩魔幻衣橱之三十四：巾有千千结

懒女孩魔幻衣橱之三十五：“腕”种风情

懒女孩魔幻衣橱之三十六：魅力腰带伴我行

第四章 懒女孩的公主情怀 65

第一节 灰姑娘的童话 66

懒女孩魔幻衣橱之三十七：派对服装5招搞定

懒女孩魔幻衣橱之三十八：别忘了你的那双水晶鞋

懒女孩魔幻衣橱之三十九：创造自己的焦点时刻

第二节 灰姑娘的变身魔法 72

懒女孩魔幻衣橱之四十：变身5式

懒女孩魔幻衣橱之四十一：百变天后不撞衫

懒女孩魔幻衣橱之四十二：变身法宝面面观

第三节 最美的新娘 77

懒女孩魔幻衣橱之四十三：上帝见证的美丽

懒女孩魔幻衣橱之四十四：传统衬托的芳华

懒女孩魔幻衣橱之四十五：礼服也要好伴侣

第四节 让明星支支招 82

懒女孩魔幻衣橱之四十六：旗袍，穿出你的花样年华

懒女孩魔幻衣橱之四十七：太平公主之诱人方案

懒女孩魔幻衣橱之四十八：公主装扮9大关键词

第五章 懒女孩家居秘笈 87

第一节 懒女孩的私秘“情人” 88

懒女孩魔幻衣橱之四十九：离不开的贴身“情人”

懒女孩魔幻衣橱之五十：内衣选购点点通

懒女孩魔幻衣橱之五十一：穿出无边春色

懒女孩魔幻衣橱之五十二：不同肩型内衣肩带的选择

第二节 内外搭配的撩人春色 96

懒女孩魔幻衣橱之五十三：内外搭配穿出完美身材

懒女孩魔幻衣橱之五十四：善待你的“情人”

懒女孩魔幻衣橱之五十五：内裤选购之道

第三节 睡衣，让你像猫一样慵懒迷人 100

懒女孩魔幻衣橱之五十六：彰显你的妩媚体态

懒女孩魔幻衣橱之五十七：睡衣知识小百科

懒女孩魔幻衣橱之五十八：漂亮MM的睡衣选择

第四节 家居服，很轻松很自我 103

懒女孩魔幻衣橱之五十九：穿出轻松惬意来

懒女孩魔幻衣橱之六十：家居服选择有绝招

懒女孩魔幻衣橱之六十一：可爱搭配的禁忌与建议

第六章 懒女孩休闲也美丽 109

第一节 这是一个休闲的季节 110

懒女孩魔幻衣橱之六十二：牛仔裤的几种搭配法

懒女孩魔幻衣橱之六十三：休闲鞋款搭配多多

懒女孩魔幻衣橱之六十四：休闲鞋选择独门绝招

第二节 做个盛夏的比基尼美女 114

懒女孩魔幻衣橱之六十五：不论身材的比基尼

懒女孩魔幻衣橱之六十六：色彩斑斓的美人鱼

懒女孩魔幻衣橱之六十七：比基尼选购小守则

第三节 健身衣也要穿出美丽 117

懒女孩魔幻衣橱之六十八：运动内衣3问

懒女孩魔幻衣橱之六十九：运动内衣的挑选与保养

懒女孩魔幻衣橱之七十：选件合体健身衣

第四节 出游装备，比反恐组织更专业 120

懒女孩魔幻衣橱之七十一：春秋出游备衣方案

懒女孩魔幻衣橱之七十二：基本运动项目必备装备

懒女孩魔幻衣橱之七十三：小配件有大用处

第七章 懒女孩“靓”出风度 125

第一节 懒女孩穿出风度美 126

懒女孩魔幻衣橱之七十四：掌握女性风度类型

懒女孩魔幻衣橱之七十五：出色女性的优雅风度

懒女孩魔幻衣橱之七十六：时尚女孩的个性礼仪

第二节 性感与风度，一个都不能少 130

懒女孩魔幻衣橱之七十七：白领女性风度更重要

懒女孩魔幻衣橱之七十八：教你既端庄又性感

懒女孩魔幻衣橱之七十九：office 着装礼仪

第三节 “露”出优雅 134

懒女孩魔幻衣橱之八十：穿出露身装的典雅

懒女孩魔幻衣橱之八十一：穿内衣的7大禁忌

懒女孩魔幻衣橱之八十二：夏装扮靓巧留心

第四节 外在美，预约你的彩色心情 138

懒女孩魔幻衣橱之八十三：首饰佩戴有礼仪

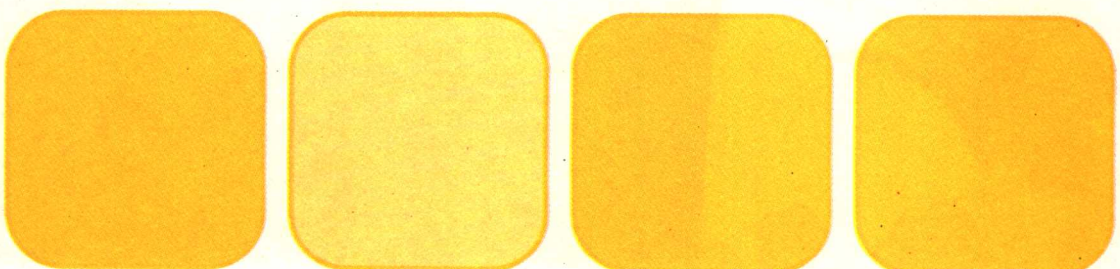
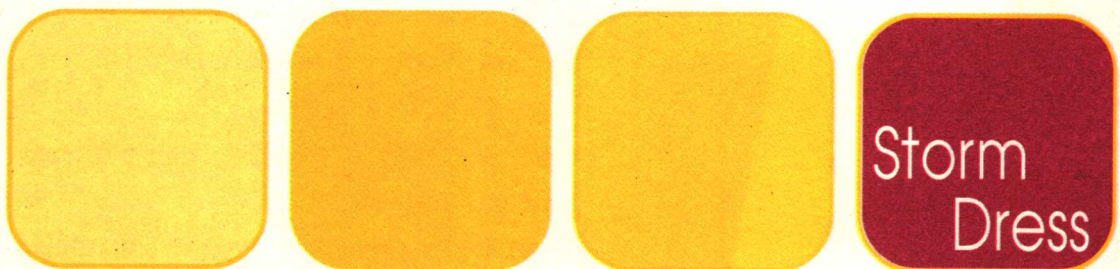
懒女孩魔幻衣橱之八十四：MM 穿衣大忌

第五节 简单购衣经 140

懒女孩魔幻衣橱之八十五：娇小美人购衣8大守则

懒女孩魔幻衣橱之八十六：服色随着肤色走

懒女孩魔幻衣橱之八十七：精明女孩花钱十日谈





懒女孩魔幻衣橱

熙攘的人群中，我是最亮眼的，因为我是懒女孩！□
我的化妆时间是其他人的十分之一，却能比她们漂亮十倍。□
我的衣裳简单也不华贵，却总能走在时尚的前沿。□
我随心所欲地吃东西，身材却一直是Number One!□

纯美的衣裳，细致的饰物……

我欣赏别人，更喜欢被人欣赏。

装扮的过程虽烦琐，赢得欣赏的目光却乐趣无穷。□

被人“偷窥”又何妨，只要今日我够炫。□

美丽的容颜、入时的服饰、精心的装扮，能给人以炫目的美感。□

而气质风采，则逐日增辉。□

即使容颜褪尽，它仍会风韵犹存，这才是一个MM的真正魅力。

懒女孩

SLOTH GIRL “穿”行职场

第一章

职场中努力打拼的女孩们，美丽可是我们的大课题。你是否每天早上大部分时间都花费在不停地搭配衣服上呢？你是否常为自己穿错了衣服感到烦恼呢？本章将告诉你，懒女孩们同样可以轻轻松松把职场变成自己的秀场！

第 一 节

我 型 我 秀



打造自己的专业形象，当然要根据自己工作类型的需要。聪明的懒女孩们应该懂得在不同的职业舞台上，选择适宜自己出场的靓装。

懒女孩魔幻衣橱之一： 配合自己的工作类型

打造专业形象，意味着我们既要保持特有的魅力，又要体现职业的要求，这确实是很不容易的。不过不用担心，参照自己的工作类型，来看看专家给我们的意见吧！

✓ **纯净干练型** 适合个性强、精明能干的女性，通常从事科研、金融、贸易和房地产等行业工作。

宜：装扮原则是既时髦又实用，并适度地表达流行信息。服装质地优良，能突出线条。端庄的裤装及秀美的裙装都可以尝试。衣服样式宜素雅，花色衣

服则应挑选规则的图案或花纹如格子、条纹、人字形纹等。

不宜：打扮得太世故、太老气，或衣服色彩太鲜艳造型过于夸张。太薄或太轻的衣料，会有不踏实、不庄重之感。

友情提示：

记得选用皮带和胸花等装饰物，增添柔美的感觉，避免给人太强的压迫感。最好搭配当季流行的高跟鞋，选择手拎或挎臂式包袋，颜色可以很鲜艳。

2 经典女人型 适合成熟、含蓄、洒脱,具有刚柔相济气质的女性,通常从事保险、证券、律师、公司主管、公共事业和政府机关公务员等工作。

宜: 简洁和纯粹是永恒的时尚主题,质地优良的西装裙系列是衣橱中的必备。颜色以白、黑、褐、海蓝、灰色等基本色为主。若嫌色彩过于单调,不妨扎条领巾,或在套装内穿件亮眼质轻的上衣。

不宜: 打扮得过于柔美、鲜亮和随意。避免过于柔软的面料,如棉、丝等。避免浓烈的色彩和夸张的图案。

友情提示:

考虑到职业女性一天近8小时面对公众,必须始终保持衣服形态整洁的缘故。因而,应当尽量选用那些经过处理、不易起皱的丝、棉、麻以及水洗丝等面料。

友情提示:

配点有流行感的饰物,既要端庄又要表明自己“潮流人士”的身份。可搭配正规的皮鞋,选用柔软造型的包袋,可大可小,以手提式为主。

3 庄重大方型 适合稳重大方、充满亲和力和感染力的女性,通常从事教育、文化、咨询、信息和医疗卫生等工作。

宜: 衬衫款式以简单为宜,可以选择白色、淡粉色、格子、线条等变化款的衬衫与套装配衬。着装整体色彩上,可以考虑灰色、深蓝、黑色、米色等较沉稳的色系。此外,也可选择白色。粗跟皮鞋可以缓解你的疲劳,方形的宽大包袋将收容所有可能用得到的物品。用别针、丝巾等饰物打破沉闷。

不宜: 吉普赛女郎般的打扮。所有繁复的拖沓的设计都能免则免。

友情提示:

考虑到职业女性一天近8小时面对公众,必须始终保持衣服形态整洁的缘故。因而,应当尽量选用那些经过处理、不易起皱的丝、棉、麻以及水洗丝等面料。

4 轻舞飞扬型 适合怀有激情和浪漫情趣的女性,通常从事行政秘书、客户服务等工作。

宜: 既要装扮得体,又要便于活动。既不能穿得比上司或客户漂亮,也应当具有个人的风格,因此最好选择能散发女性气息的裙装。夏季可选用轻柔的真

丝、雪纺、或者全棉织品做成的裙衫。

不宜：过于沉闷严肃的套装。在桌上扫来扫去的宽大袖子，过分贴身的衣料，过分暴露的设计。

友情提示：

追求感性的美感，而非暴露的性感。不必过分严肃，也不能过分随意。挎臂式和斜背式包袋都是不错的选择。鞋子可以根据着装选择华丽或甜美造型。胸针、丝巾的百变搭配可以给人带来新鲜感。

5 舒适随意型 适合自主性很强、富有创意和灵感的女性，通常从事广告设计、媒体和网络等工作。

宜：能够表达独立感的个性设计，体现潮流风尚。可以选用棉、麻、丝等柔软飘逸的衣料。

不宜：把宽松的衣装穿得过于拖拉。把时尚的设计穿成不修边幅的随意。

懒女孩魔幻衣橱之二： OL 变装三部曲

穿出专业形象，就要讲究聪明地穿，毕竟我们的薪水不可能全部用来置装。那么，如何利用有限的服饰在最短时间内穿出职业与得体呢？来看看我们的变装三部曲吧！

1 变装曲之1：新人新装，可以适当轻松活泼。

对于刚成为上班族的社会新鲜人来说，清纯的少女服饰与随性的学生装扮都已不太适宜。选择成熟与端庄的服饰，是让人开始欣赏信任你能力的开端。如何选择“对”的服装？请记住以下三个原则：

(1) 场合决定穿着 例如今天要出席正式会议，你可能需要穿上衣橱里最正式的套装；拜访老客户，衬衫加西裤的装扮可能是最合宜的选择。

(2) 穿着由大到小 例如，当需要穿套装时，可以先决定要穿的套装，再选择可以与之搭配的外套、鞋子、丝巾等配件；如果不穿套装，可以先决定下半身的穿着，然后再选择上半身的穿

着，最后选择配件。下半身决定今天的“活动性”，上半身决定今天你想带给别人的“感觉”，配件显示一个人的品位。

(3) 注重配件的搭配 配件要和整体造型协调。成功地搭配配件，可以让服饰整体看来更有质感，也是最能突出一个人造型能力的关键。鞋子、丝巾、手表、腰带、包袋、首饰，这些都是可以“化腐朽为神奇”的点睛之笔，千万注意哦！

2 变装曲之2：中级主管，专业与品位的提升。

职位升级了，穿着当然也要跟着一起升级！可是怎样才能让“现在的你”看起来更专业、符合自己“资深人士”的身份呢？

(1) 选择名牌 这是简单省力的方法。被称为“职业女性的典范”的著名的主持人、才女、现阳光文化影视公司董事局主席杨澜，她的着装秘诀之一就是信任自己，信任名牌。从名牌服饰上去学习并习惯它的触感、质感与剪裁是建立品位最快速的方法之一。

(2) 选择适合自己的名牌 千万不要认为只要穿上名牌，身份就会跟着高

贵起来。名牌之所以好看或者之所以高贵，是因为“你穿起来好看、穿起来高贵”，而不是“这件名牌衣服好看或高贵”。因此，适合自己的，才是最好的。

3 变装曲之3：高级主管，权威与美丽并重。

身为高级主管，你的穿着态度将直接或间接地影响了整个企业文化以及企业形象。下属们会自觉或不自觉地被你的风格所感染。怎样才能既穿出权威感，又突出自己身为女人的美丽呢？

(1) 穿中性色彩的全套套装 上下身同色的“全套套装”能轻易地让你看



起来干练而自信，而黑色、灰色、深蓝色、咖啡色系等中性色服饰，更能让你焕发出不可言喻的权威感。这是女性主管最不容易出错的打扮。

(2) 着外套 不穿套装的话，建议你在衬衫、洋装或其他款式上衣外面再套上一件西装外套或针织外套，这样权威的架势自然就流露了出来。

(3) 佩戴高品质的首饰 选择适合自己身材、脸型和肤色的足够大的首饰，并且数量大到足够轻易地将别人的视觉焦点牵引到你的脸上，使你更亮丽、更具威信力。

懒女孩魔幻衣橱之三： 别让着装为你扣分

如果现在还不具备让服饰为自己加分的能力，那么，请记住以下几个至少可以不给大家对你的印象减分的原则：

1 花哨、刻板是大忌 如果身穿套装，那么过分花哨、夸张的款式绝对要避免。对于比较保守的式样，应尽量用配饰进行点缀，不要给人留下拒人千里的冷漠印象。要知道，过于死板、不

通融的形象在商务工作中是不可取的。

2 讲究服装的材质 一定不要忽视服装采用的布料、裁制手工、外形轮廓等条件的精良与否。过于坚硬而平板的面料总让人联想到固执的坏脾气，刻板的款式又让人觉得深藏不露、过于冷漠。宽松柔软、结构线流畅柔和的外套可以给人有亲和力、易于接近、头脑开通的印象。

3 避免过分性感或暴露的服装 这种着装很容易给人“轻浮”的印象，更会让人认为你是一个“花瓶”，埋没了你的才能或智慧，失去升职的可能。应注重穿着礼仪，在适当的时间、地点及场合合作合宜的装扮。

4 多花点心思在服装的变化上 这样做不仅能够穿出新意，而且能够有效减轻常买新衣带来的负担，避免“经济危机”的发生。周日的晚上，腾出时间为下一周的着装略作安排，以做万全之计。别被套装捆住手脚，凡是能够表现职业女性应有风范的服装都值得试一试。