

## 图书在版编目(CIP)数据

唯我风格/赵艺峰著. —沈阳: 辽宁科学技术出版社,  
2006.2

(我型我秀系列)

ISBN 7-5381-4571-0

I.唯... II.赵... III.服饰美学-通俗读物

IV.TS976.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 110303 号

---

出 版 者: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮编: 110003)

印 刷 者:

经 销 者: 各地新华书店

幅面尺寸: 185 mm × 210 mm

印 张: 5

字 数: 50 千字

印 数: 1~

出版时间: 2006 年 2 月第 1 版

印刷时间: 2006 年 2 月第 1 次印刷

责任编辑: 李丽梅

封面设计: 冰宇设计工作室

版式设计: 于 浪

责任校对: 徐 跃 王晓秋 夏 冰

---

定 价: 元

编辑联系方式: 024-23284354 lnstp@mail.lnpgc.com.cn

邮购电话: 024-23284502 23284357

作者联系方式: 028-86676426

# CONTENTS



## 第一部分

### 风格与你

- 1 风格与美丽 / 002
- 2 风格与年龄 / 002
- 3 风格与时尚 / 003
- 4 风格与自信 / 004

## 第二部分

### 找到自己的风格

- 找准自己的“型” / 006
  - 什么是“型” / 006
  - 测试自己的“型”特征 / 008
  - 脸型分析 / 012
  - 发型分析 / 013
  - 领型分析 / 017
  - 服饰“型”特征解读 / 018

## 第三部分

### 穿出自己的风格

- 1 戏剧型 / 035
  - 戏剧型的服饰 / 037
  - 戏剧型的发型 / 041
- 2 优雅型 / 042
  - 优雅型的服饰 / 044
  - 优雅型的发型 / 048
- 3 古典型 / 049
  - 古典型的服饰 / 051
  - 古典型的发型 / 055
- 4 浪漫型 / 056
  - 浪漫型的服饰 / 058
  - 浪漫型的发型 / 062
- 5 自然型 / 063
  - 自然型的服饰 / 065
  - 自然型的发型 / 069

## 6 前卫型 / 070

- 前卫型的服饰 / 072
- 前卫型的发型 / 076

## 7 前卫少年型 / 077

- 前卫少年型的服饰 / 079
- 前卫少年型的发型 / 083

## 8 前卫少女型 / 084

- 前卫少女型的服饰 / 086
- 前卫少女型的发型 / 090

## 第四部分

### 巧用风格，重塑美丽

#### 1 解读风格 / 092

- 风格与个人特点 / 092
- 风格与场合着装 / 092
- 风格与身材 / 092
- 风格与年龄和地位 / 093



## C O N T E N T S

风格与社会角色 / 093

风格与色彩 / 093

2 扬长避短，彰显风格 / 094

### 第五部分

### 购买服饰小诀窍

1 为什么要选择这件衣服 / 104

2 适合什么场合穿戴 / 104

3 为什么要选择这件衣服 / 105

4 怎样才能买到真正适合  
自己的服饰 / 105

经济而实用 / 105

列出需要的购物清单 / 105

一款多搭 / 106

5 挑选衣服时需要留意什么 / 106

合身 / 106

色彩与花样 / 107

款式 / 107

领口 / 107

肩位 / 107

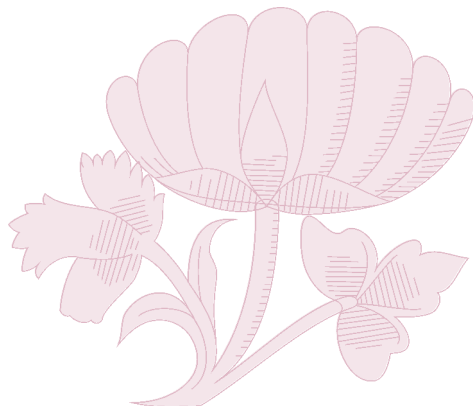
太窄 / 太宽 / 108

长 / 短 / 108

6 穿什么去买衣服最方便 / 108

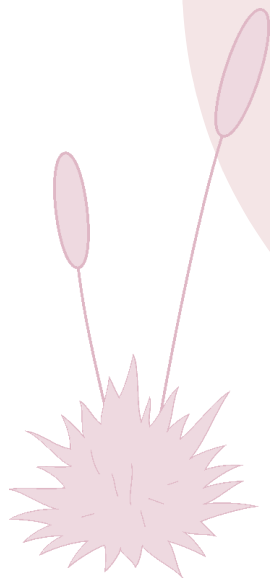
7 怎样才能穿出品位 / 109

8 如何用低价购得好服饰 / 109



## 风格小絮

风格是表达思想的最佳形式，万事万物，都有其风格。在人的穿衣打扮中，风格最能体现一个人的思想、内涵、品质、能力和智慧。但往往很多人忽略风格，甚至不知道还有风格一说。他们对服饰的选择非常茫然，一切听凭自己的感觉，有的人甚至把各种风格混穿在自己身上，七零八落，“惨不忍睹”。其实每个人都是美丽的，都有自己独特的气质与风格。所以，要想让自己变得光彩照人、仪态万方，就要对自己上上下下、里里外外作一个深入的了解与分析，学习一些打扮的技巧，明白一些科学的观点，放弃自己固有的不正确的想法，让自己本身的风格与服饰的风格相统一、相协调，而且在细节上也要遵守自己的风格原则，这样，任何时候的你都会是美丽而自信的。





第一部分

风格与你

WEI W O F E N G G E W E I W O F E N G G E W E I W O F E N G G E

## 1 风格与美丽

有人认为，女人的美是天生的，长得漂亮，穿什么都好看；长得不好，穿什么都难看。其实，人的美丽和漂亮是不相同的。因为漂亮也许是天生的，是赏心悦目的，而美丽则是令人心动的、难忘的、刻骨铭心的。所以，俗话说：“三分长相，七分打扮。”会打扮，才能让你变得美丽动人。

每个女人都是美丽的，因为美丽具有各种不同类型。比如，有的美丽温婉、高贵、自然、和谐；有的美丽优雅、浪漫、甜美、娇羞；有的美丽亲切、大方、潇洒、帅气；有的则前卫、时尚、夸张、另类、标新立异，有艺术气息。就像名模吕燕，按照我们中国人的审美标准，眼睛小小的她是不美的，甚至是难看的。但是，站在大家面前的她，却散发出一种打破常规的另类和时尚的美。

那么，你又属于何种美丽类型呢？换句话说，你是属于何种风格呢？弄清这一点很重要，因为你的美丽需要你的风格来体现哦！

## 2 风格与年龄

二十岁的女人像一朵含苞待放的鲜花，青春的朝气与活力，生命的鲜活与灵动，都让我们惊叹生命的美好！

三十岁的女人像一曲动人的萨克斯，跌宕起伏，缠绵悠长，那摇曳的身姿、流转的眼波，似在述说那些令人心动的故事。

四十岁的女人像一杯沉醉的红酒，芬芳内敛，妖娆多情，那动人的微笑、温暖的眼神，轻轻拨动你心底那一丝丝的温情。

五十岁的女人像一首清雅的宋词，她的韵味、她的丰富，要你细细地去品味，去回忆……

六十岁的女人啊！像一幅缥缈的水墨画，那浓淡之处，都蕴涵着深深的诗意。

七十岁……

是的，每个年龄段的女人都有各自的美好，那份令人心动的美丽依然来自于你自身的风格，但它会随着你的年龄而有所改变。你想要怎样的美丽，都可由风格来塑造。年轻的时候，我们可以结合当季流行时尚进行多姿多彩的装扮。随着年龄的增长，我们会慢慢地减少幼稚、可爱或另类的因素，而在时尚中寻找适合自己的优雅、沉稳的风格。记住，无论在哪种场合，都要做真实的自己。不要担心自己的长相，只要穿对风格，每个年龄段、每种场合，我们都会是最美丽的。

### 3 风格与时尚

服饰具有生命，也具有语言，它的每一道褶皱，每一幅图案，每一处小小的点缀，无不传达一种无声的语言。从某种意义上讲，服装真正的作用，不仅仅是御寒隔热、修饰仪表，而且能增加自信，把你生命的内涵、品质、智慧、能力真实地、无声地传递给别人。所以，服饰需要与它风格相一致的人去诠释，去彰显，才会真正地具有灵魂。

流行时尚，稍纵即逝。只有风格，才会魅力永存。

流行之美是大众化的、年轻的，是服装设计师带给大家的礼物。风格之美则是独特的、成熟的，是女人自己给自己的最好、最明智的礼物。许多人盲目追求流行，以为时尚之美就是把流行穿在身上，而不管自己的风格是否与其适合。

其实，真正的时尚之美是：在当季最新的流行元素中，要选择最适合自己的风格的服饰来衬托出自己的美丽。

## 4 风格与自信

自信的女人是最美丽的。

许多女人觉得生命中最重要的是事业、爱情和婚姻。它们的确很重要，但这些都是“外求”的。在人生的旅途中，我们有可能会遭受事业失败、爱情丢失或是婚姻解体……事实上这些事情有时是我们的能力所无法完全控制得了的。

其实，从某种意义上讲，对于女人，真正重要的是“内求”，是自我心灵的成长。来自内心的那份自信，会支持我们重建事业，重新开始新的爱情，重组婚姻。而这份自信来自于两方面：一方面是心灵，一方面是外在的形象。而你由内到外的自信，都取决于你的自我风格和服饰风格是否能珠联璧合。你的风格可以向别人传递你是一个怎样的人，最适合自己的独特风格可以让别人真正地尊重你，喜欢你，信赖你。





第二部分

# 找到自己的风格

WEI W O F E N G G E W E I W O F E N G G E W E I W O F E N G G E

很多人忙于工作，从没有静静地、仔细地、全方位地了解自己：自己的脸型、五官、身材、神态、姿势、性格，以至年龄、职业、喜好、背景等都有什么特点，而这些都是你扮靓的重要依据。只有彻底地了解自己，让所有的装饰元素与你的神韵相统一，你才会真正地美丽。

你是独特的，要想美丽，先从了解自己开始吧！

## 找准自己的“型”



### 什么是“型”

万事万物都有“型”，而不同的“型”则会带给我们不同的感觉。

人也是大自然的一员，也有“型”。每个人的“型”又各不相同，连双胞胎也有细微的差别。但有时候，我们又会发现长得并不相像的人又有一些相似的地方，有时候是眉眼之间，有时候是身体轮廓。其实，我们对所有物体的“型”所产生的印象均来自于三个方面：轮廓、量感和比例，而人的“型”则由两个部分组成：脸“型”和体“型”。

#### ① 脸型轮廓

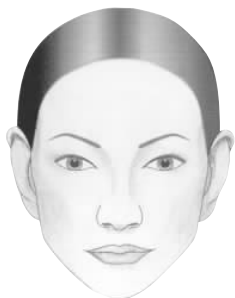
找面镜子，好好端详自己的脸型。你可以用手触摸自己的脸，了解脸上的肌肉、骨骼及五官的形状。

人的脸型轮廓一般有三种：直线型、曲线型及中间型。

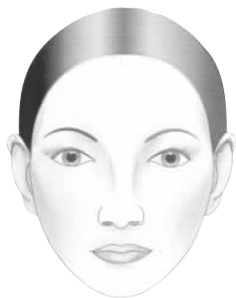
◆ 直线型的脸：是指脸的骨骼和五官的形状大体呈现直线感，给人一种硬朗、直接、中性和有力量的感觉。

◆ 曲线型的脸：是指脸部骨骼的轮廓比较圆润，有曲线感。同时，五官也给人温柔、浪漫的感觉。

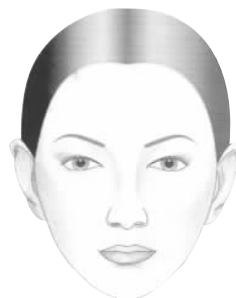
◆ 中间型的脸：难以判断呈直线感还是曲线感的脸型则属于中间型。



直线型



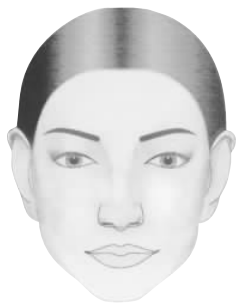
曲线型



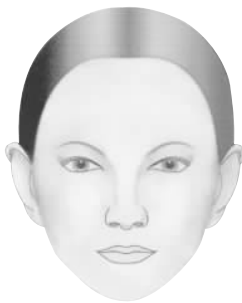
中间型

## ② 脸型量感

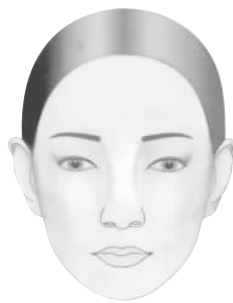
脸型量感的大小是指脸庞骨感的程度以及五官大小占整个脸部面积的比例。



量感大



量感小



量感适中

- ◆ 量感大的脸型：是指脸庞大或骨感强，五官夸张而立体，给人一种成熟、夸张的感觉。
- ◆ 量感小的脸型：是指脸庞较小，五官紧凑而小巧，给人一种年轻、娇小的感觉。
- ◆ 量感适中的脸型：介于两者之间，不大也不小，给人一种中庸、优雅的感觉。



## 测试自己的“型”特征

测试之前，请先做好准备工作：

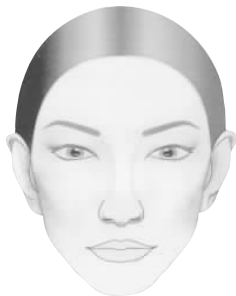
- 把额头前和两鬓的头发向后梳理，完整地露出自己的脸庞来。
- 用两面镜子把你的正面、侧面都照一下，可以看到不同角度的自己。

这时，也可以让你的亲戚朋友和你一同观察哦！

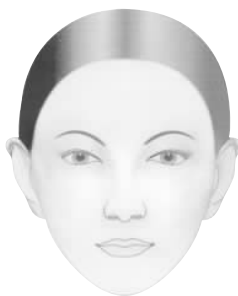
下面，就开始测试喽！

### ① 轮廓

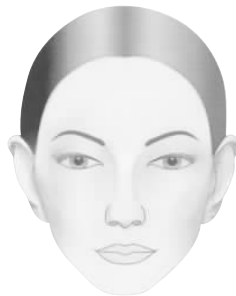
#### A. 脸的轮廓



a. 骨感



b. 圆润



c. 普通

#### B. 颧骨

a. 突出

b. 不突出

c. 不确定

#### C. 腮骨

a. 明显突出

b. 不明显突出

c. 不确定

#### D. 下巴

a. 棱角分明

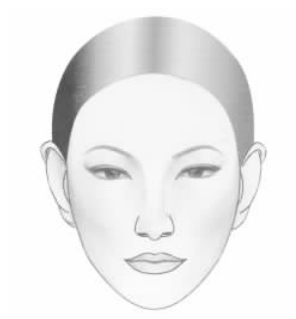
b. 圆润

c. 瘦、尖

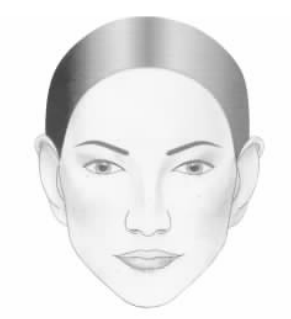
E. 眼神



a. 平直、犀利



b. 柔和、妩媚



c. 明亮、平和

F. 眉毛



a. 平直或有力度



b. 柔和、弧形眉



c. 一般

G. 眼睛



a. 眼角平直



b. 眼角上翘或下垂



c. 一般

H. 鼻子



a. 高、直、挺



b. 圆润、低



c. 一般

I. 嘴



a. 有力度，有棱角



b. 圆润



c. 一般

② 量感

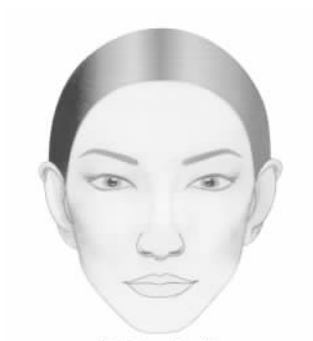
A. 脸庞

a. 大

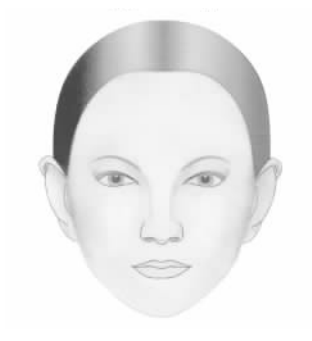
b. 小

c. 中间

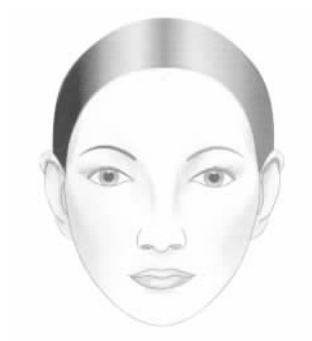
B. 五官



a. 夸张、立体



b. 细致、小巧



c. 中间

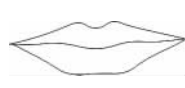
C. 嘴



a. 大、厚



b. 圆、小



c. 一般

## D. 眼睛



a. 大



b. 小



c. 一般

## E. 鼻子



a. 高



b. 低



c. 一般

在“轮廓”的测试中，如果选 a 多，则为直线型；选 b 多，则为曲线型；选 c 多，则为中间型。

在“量感”测试中，如果选 a 多，则量感大；选 b 多，则量感小；选 c 多，则量感适中。

体型和脸型的特征一般是相一致的，如果你的脸型是直线型的，一般体型也是直线型的；如果你的脸型量感大，一般你的体型量感也大。但也有不一致的情况出现。我们一般量手腕最细的地方，周长在 16cm 以上为量感大，量感小的人在 14cm 以下，而 14~16cm 的则是量感适中的人。

我们在为风格定位时，因为面部在整个视觉中吸引了主要注意力，因而在判断上占的比重较大，约为 70%。所以说，体型服从脸型，只要找准自己的脸“型”特征，你就会找准自己的穿衣风格。



## 脸型分析

既然脸部氛围占款式风格的 70%，我们务必要对自己的脸型作一个仔细分析。

一般来讲，脸型分为七种，其中每个脸型都有与生俱来的个性特征。



### ① 鹅蛋形脸

形状特征：额头、颧骨及下巴都较圆润柔和，整张脸呈蛋圆形。

个性特征：美人的标志，温婉、优雅，柔情浪漫，性格温和，非常容易塑造，一般曲线型人居多。



### ② 圆脸

形状特征：额头、颧骨及下巴都在同一个圆上。

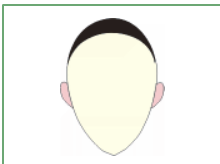
个性特征：可爱，阳光，稚气，没有心机，天真烂漫，一般曲线型人居多。



### ③ 梨形脸

形状特征：额头窄，腮骨较大，像梨子的形状。

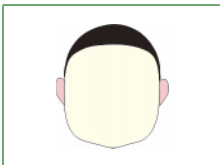
个性特征：端庄，知性，成熟，使人信赖，一般曲线型人居多。



### ④ 瓜子脸

形状特征：额头较宽，下巴瘦、尖，一般中间型人居多。

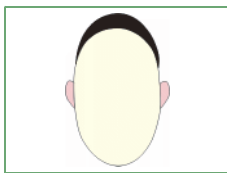
个性特征：精明，干练，心思缜密，优雅，可爱。



### ⑤ 正方形脸

形状特征：额头较宽，下巴也较宽并丰满，呈四方形。

个性特征：端庄，稳重，有责任感，有魄力，一般直线型人居多。



### ⑥ 长方形脸

形状特征：额头、颧骨较窄，脸的长度大于宽度。

个性特征：严肃，有责任感，有力量，一般直线型人居多。



### ⑦ 菱形脸

形状特征：额头较窄，下巴较尖，颧骨较高，有的眼睛会凹下去，一般直线型人居多。

个性特征：另类，前卫，艺术，夸张，欧化，富有个性。



## 发型分析

在女性的穿衣打扮中，最大的困惑莫过于对自己发型的处理。很多人会对此束手无策。但发型又占据了我们的脸部 40% 的比例，它非常抢眼。所以，发型在一个人的风格体现中具有重要的作用。那么，如何来设计自己的发型呢？请你一定要知道以下与发型相关的参考要素。

### ① 发型与脸型

一般发型与脸型呈反向弥补，发型是用来修饰脸型的。所有的修饰均要向鹅蛋形脸靠拢，因为鹅蛋形脸是中国审美情趣中最受欢迎和最被欣赏的脸型。下面是不同脸型所适合的发型。

A. 鹅蛋形脸：曲线型的卷发，任何式样都比较好看，只要不梳齐眉的刘海儿就可以了。

