中老年妇女服饰艺术

熊玛琍　著

北京邮电大学出版社
·北京·

需要全本请访问 www.ertongbook.com

内 容 提 要

本书以中老年妇女为服饰艺术研究的主体，突破了以往服饰艺术表现得都是年轻人的模式。全书共分八章，从分析中老年妇女的服饰心理障碍人手，揭示了当代中老年妇女的服饰心理特征，阐明了服装烘托中老年妇女的人体变化，概括了中老年妇女爱美与修养关系及中老年妇女审美意识与流行的关系，剖析了中老年妇女服饰市场的现状，重点探讨了中老年妇女的服饰艺术（如何装扮得更漂亮），以作者的服饰实践诠释了服饰艺术的社会价值和实用价值。研究的目的在于延长中国妇女的青春期限。这是作者献给已为人母、人妻的女性同胞延长青春的秘方，也是为子女、丈夫送给母亲、妻子的真爱准备的一份厚礼。

图书在版编目（CIP）数据

中老年妇女服饰艺术／熊玛琍著．—北京：北京邮电大学出版社，2004

ISBN 7-5635-0985-2

Ⅰ．中… Ⅱ．熊… Ⅲ．①中年—女服②老年—女服 Ⅳ．TS941．717

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2004）第 133052 号

书　　名：中老年妇女服饰艺术

　　著：熊玛琍

策划编辑：章　剑

责任编辑：张莉莉

摄　　影：施　婵

出 版 者：北京邮电大学出版社（北京市海淀区西土城路 10 号）

　　邮编：100876　电话：（010）62282185　传真：（010）62283578

电子信箱：publish@bupt．edu．cn

经　　销：各地新华书店

印　　刷：

开　　本：787 mm×1 092 mm　1／16

印　　张：8．75

字　　数：135．9 千字

印　　数：1—3 000 册

版　　次：2004 年 12 月第 1 版　2004 年 12 月第 1 次印刷

ISBN 7-5635-0985-2／G·156　　定价：22．00 元

·如有印装质量问题，请与北京邮电大学出版社发行部联系·

目　　录

前面的话

第一章　中老年妇女服饰装扮中的心理障碍

爱美不是年轻人的专利 …… 4
爱美也是贤妻良母的人格体现 …… 6
爱美有利于中老年妇女的身心健康 …… 8
爱美是人文素质高的反映 …… 9

第二章　当代中老年妇女服饰的心理特征

我国当代国民的服饰心理特点 …… 11
突出服饰个性 …… 11
讲究服饰场合 …… 12
讲究服饰艺术 …… 13
当代中老年妇女的服饰心理特征 …… 13
外在表现年轻感,以服饰弥补日趋衰老的遗憾 …… 14
跟上时代的“新颖感”,给人以朝气和活力 …… 15
长者风度的“庄重感”,生活环境赋予她们的服饰要求 …… 16

第三章　服装烘托中老年妇女人体的变化

服装与人体的关系 …… 18
服装美化人体的要素 …… 19
色彩在服装烘托人体中的作用 …… 20
质料在服装烘托人体中的魔力 …… 24
造型在服装烘托人体中的妙用 …… 26
服饰美化中老年妇女人体特点 …… 27

第四章　中老年妇女爱美与修养关系

《女史箴图》的现代借鉴 …… 33
修饰人体 …… 34

美化人体 …… 34
协调形体 …… 35
遮挡人体 …… 35
调整形体的现代手段 …… 36
肌肤年轻法则 …… 37
美从“口入” …… 38
美需要“养” …… 38
美需要“妆” …… 39
中老年妇女的化妆特点 …… 39
化妆的意义 …… 40
中老年妇女化妆的特点 …… 41
第五章 中老年妇女审美意识与流行关系
流行与中老年妇女的审美意识 …… 43
心灵沟通的桥梁 …… 43
解密时尚价值 …… 45
流行与服饰选择 …… 46
驾驭流行艺术 …… 48
了解流行的途径 …… 49
有影响力的专业展会所发布的流行趋势信息 …… 50
服饰专业出版物刊出的实物样本 …… 50
知名纤维和专业机构的预测报告 …… 51
市场反馈和流行的惯性 …… 51
音乐、电影等艺术及媒体对流行的引导 …… 51
网络 …… 52
第六章 中老年妇女服饰市场的思考
中老年妇女服饰市场的误区 …… 53
色彩选择上的误区 …… 53
造型上的误区 …… 54
质料选择的误区 …… 54
解放思想观念走出误区 …… 55
中老年妇女服装市场的潜力 …… 55
市场落后的现状 …… 55

中老年妇女服装消费市场的特点 …… 56
中老年妇女服装市场消费需求的潜力 …… 57
发展中老年妇女服饰市场的建议 …… 59
对市场细分,找准目标市场 …… 59
关爱中老年妇女,以诚心打开市场 …… 60
营销策略 …… 60
第七章　中老年妇女的服饰艺术
服饰美的意义 …… 63
中老年妇女需求自我包装 …… 63
把握服饰美的奥秘 …… 64
女性美与服饰艺术 …… 66
当代服饰特征 …… 67
异彩纷呈的服饰 …… 67
服装的各种风格 …… 69
讲究穿着方式 …… 72
服饰离不开认识自我 …… 74
自我形象定位测试 …… 76
服饰技巧探秘 …… 80
学会“四看” …… 80
服饰选择要领 …… 81
佩戴头饰艺术 …… 83
袜子的服饰位置 …… 84
大胆挑选自己的流行色 …… 85
红色不该远离中老年妇女 …… 86
披肩的妙用 …… 87
服饰品的个性美 …… 89
第八章　服饰艺术个案分析
编后语 …… 103
参考文献 …… 104

需要全本请访问 www.ertongbook.com

前面的话



通常人们总是把美丽时尚与青春年少联系在一起，妇女一过三十向四十迈进时，就像一江春水东去，即使有美的称赞也是“徐娘半老，风韵犹存”。间接地反映了中国妇女的青春期限。

在改革开放初期，我国报刊上转摘了外国人对中国妇女生活质量的评价：“中国妇女的青春期限特别短暂！”遗憾地指出中国妇女结婚生子后，对外貌的修饰装扮不够重视，服装款式陈旧、色调呆板，客观上加速了衰老的进程！目睹外国人对中国妇女的评价，对我的震撼很大，至今都记忆犹新，“中国妇女的青春期，在我们这一代身上就要延长！”这是我当年发自内心的呐喊。

中国妇女为什么不重视修饰打扮？这个问题引起了我的深思。外国人的这种感叹，表明了我国人文素质的落后，反映了封建历史文化在中国妇女身上的沉积太深，加之文化大革命的人为灾害，束缚女性装饰打扮的心理障碍太多，这是中老年妇女服饰文明落后的根源所在。如何提高中国妇女的生活质量和人文素质？延长中国妇女的青春期限？一直成为我多年思考和探讨的问题。

其实，人的美丽离不开服饰装扮，“人靠衣妆马靠鞍”。人类的文明发展到今天，服装已是人的第二皮肤，是时代的镜子，是一个国家当代物质文明和精神文明的反映。二十世纪八十年代，我国的衣着水平只停留在“新三年、旧三年、补补褚褚又三年”的落后状态，外国人的那种评价一点都不奇怪。

转眼二十几年过去了，随着改革开放的深入，我国的物质文明以前所未有的速度跃进，人们的精神面貌焕然一新，年轻一代的服饰装扮水平和世界发达国家不差上下，遗憾的是大批中老年妇女的服饰水平仍落后于时代。今年六月三十日，我们的女部长们在北京的服饰装扮“考核”中，一半不及格。表明我国中老年妇女的服饰水平，仍然非常地落后，不能反映我国日益提高的物质文明和精神文明水平。

今年暑期河南电视台时尚栏目，做了个很有意义的节目，邀请了时尚顾问沈女士（旅美华人）做特邀嘉宾，她的一番话对我的启发和鼓励很大，“一个国家人民的服饰装扮，表现的是人的文化素质，走出国门代表的将是一个民族的尊严。”她对装扮艺术

的现身说法很有说服力，证明服饰是人的文明程度的反映，也是一个民族文明水平和尊严的体现。当她看到同胞着衣出现问题时，宁可冒着不理解挨骂的窘境，也要向同胞提出来纠正，这种自觉的爱国精神和服饰文明意识很值得我们敬佩。沈女士正处于中老年阶段，她的服饰装扮放射出诱人的魅力，更让我觉得自己的研究具有重要的社会价值。

本书着重研究了中老年妇女服饰水平落后的原因，挖掘了产生中老年妇女服饰心理障碍的社会根源，揭示了当代中老年妇女服饰的心理要求，从服饰学角度研究中老年妇女体形变化缘由、服饰特点及其方法。同时，也剖析了当前中老年妇女服饰市场的产销脱节的矛盾，为服装生产企业及消费者，提供了选择服装的理论依据和科学指导。借鉴了改革开放以来服饰研究成果，重点探讨了中老年妇女的服饰艺术，并以作者的服饰实践对服饰理论进行了诠释，说明了服饰艺术的社会价值和实用价值。

我从事服装美学及服装理论研究多年，尤其侧重探索中老年妇女的服饰特点，有自己的独立见解。我深知，爱美是人的本质力量的一种表现，妇女打扮得美丽漂亮，可以使人感到振奋愉快，从而产生一种“晕轮效应”，所谓“见其貌而知其人”，从美丽的容颜，联想到与这容颜同样具有魅力的其他一些美好的东西，这是社会进步时代发展的必然反映。中老年朋友虽然远离了自然赋予的美丽，后天的服饰同样可以表现这份本质力量，而且美的内涵更加丰富。

服饰是门综合艺术，中老年妇女的服饰与年轻人相比，有其自身的特点和内涵，提升外表形象必须借助服饰艺术。这本书，希望能够对中老年妇女的思想解放，把握服饰艺术，提高服饰水平贡献微薄力量。让广大的中老年朋友，在提高服饰装扮水平上，不要花费太多的投入，同样表现当代中老年妇女的风采，使我国改革开放以后的变化，在中老年妇女身上充分体现，实现普遍延长中国妇女青春期的愿望，为提高全民族的服饰文明水平作出贡献。

作者　熊玛琍

第一章　中老年妇女服饰装扮中的心理障碍

爱美是人的天性。早在物质材料极不发达的原始社会，人类就表现了对美的强烈追求，直接在身体上进行各种艺术加工。人类为了满足爱美的天性，不断地改造客观物质世界，探讨美化人体的手段和方法。发展到今天，服装已成为人类美化自身的重要手段，服装材料、服装加工工艺及装饰配件，为服饰装扮美化人体着实作出了巨大的贡献。

我国在世界上早就享有衣冠王国的美誉，但服装受礼制的影响很深。在日常生活中十分注重礼仪和伦理的作用，从言谈举止到服饰衣着都依制而行。无论是为天子者、还是为人臣、为百姓者，都只能恪守本分，不能随心所欲。尤其对妇女，封建伦理纲常要求得更加苛刻，对已婚上了年纪的妇女，服饰要求就更加严格具体。例如：对色彩的要求，早先民间就有“红到三十绿到老”之说，意思是红颜色只能穿到三十岁，而绿颜色则可伴随生命的终老。清末明初时，对红裙子的讲究尤甚，只有夫妇双全的人才可以穿。妻妾之间，又惟正室才可以穿。如果谁要越雷池一步，就会招来“风骚、轻薄”等流言蜚语，严重束缚了中国妇女的着装个性。

虽然封建历史已远离我们一个多世纪，但传统文化的保守、依赖性，以伦理纲常为准绳的封建礼教、社会心理被长期地延续下来，制约着人们的思想、言行和进取心，使我们许多人至今还未能摆脱因循守旧、自我限制的习性。看看赵树理在《小二黑结婚》中对“三仙姑”服饰的一段描写：“已经四十五岁，却偏爱当个老来俏。小鞋上仍要绣花，裤腿上仍要镶边，顶门上的头秃脱光了，用黑手帕盖起来。只可惜官粉涂不平脸上的皱纹，看起来好象驴粪蛋上下了霜……”字里行间充满了对上了年纪的女性爱美打扮的嘲讽，反映了中国传统文化对上了年纪女性爱美的偏见。这种观念到现在仍影响着一部分人的思想，就在六七年前，我受工会委托想组建女教工模特队，参加全省高校教工仪表美大赛，动员某个身材好的女教工参加时，得到的竟是让我愕然地回答：“我不参加，我的形象还算好，我还要为人师表……”言下之意爱修饰打扮展示服饰美，就是轻浮、不自重、有损于教师形象。这种话出自一个没有文化的妇女口中，或者半个世纪前赵树理的笔下还情有可原、能够理解。而在改革开放的今天，出自一个受过高等教育的女教师之口，可见传统落后的观念对人们的影响是多么的深刻。

转眼进入了二十一世纪,改革开放也二十几年过去了,我国人民的生活水平有了明显的提高。随着国际文化、技术交流的日益频繁,人们的生活方式、精神追求有了很大的改变。作为时代镜子的服装,也由盲目的模仿外国人的装扮为时髦的落后水平,发展到今天连外国人都称赞中国漂亮姑娘与巴黎的时髦女郎,在服饰水平上没什么区别。服装行业也由加工型转变为走创本民族品牌的健康发展道路。无论是服装设计水平、还是加工手段、人们的着装方式以及对服饰的审美标准,都和国际接轨。在这种社会环境、时代精神、科学技术和经济基础不断变化的大背景下,中老年妇女思想深处被禁锢的传统观念,受到了很大的冲击,中老年服装得到了不少改观。从单调、呆板的"灰蓝世界"中解放出来,衣服款式也有所增加,但服装的花色、款式及着装方式还有些拘谨和保守。中老年妇女的服装,普遍还跟不上时代的步伐,和在改革中成长起来的年轻人相比,还不敢创新,没有足够的勇气表现自己的个性和品位,在思想观念上还需要进一步解放,根除服饰上的心理障碍显得特别重要。

爱美不是年轻人的专利

自从有了人类就有了妇女的爱美追求。考古学家在北京山顶洞人遗址中,发现用小螺壳制成的项链,在其它遗址中还发现了许多用兽类的骨头做成的骨珠、骨环、骨簪等原始时期妇女用的装饰品,有力的证明了这一推论。后来,随着社会制度的变迁,妇女打扮打上了历史的、阶级的烙印。

在封建社会中,男女分工不同,一般为男耕女织,男主外女主内,妻子依赖丈夫为生,为了维持、巩固丈夫对自己的爱情,不得不千方百计修饰自己,以向男人邀宠献媚,"女为悦己者容"的心理,就是这样形成的。

明显的这个"悦己者"定位为异性,狭义指已婚女子爱美是为了丈夫。就像诗经里描述的那样:"自伯之东,首如飞蓬,岂无膏沐,谁是为容"。意思是说,自丈夫出远门后,妻子头发不梳理,面不修饰,不是没有水和化妆品,而是没有了丈夫的欣赏,妇女的外表美就没有意义了。广义指女性爱美是为了获得男性的青睐,"窈窕淑女,君子好逑",正是这一含义的反映。以理推之 姑娘们爱美是为了赢得更多的"好逑者",就像商人为了自己的商品能卖个好价一样,包装得漂亮一点,理所当然。所以未出阁的姑娘爱美天经地义、无可厚非,久而久之形成了妇女爱美的内在动力。而一但结了婚、上了年纪或丧偶了,就像被卖出的商品一样,外表已不重要了,再注重外表美化便与"淫"、封建道德挂上了钩,惹来的不仅是闲言碎语,直接会导致伤风败俗的恶名,典型地反映了中国古代对妇女爱美的偏见。上了年纪的妇女爱美的权利似乎被剥夺了,美只成了年轻姑娘们的专利。

可见,"女为悦己者容",过去打上了浓厚的封建色彩,说明了女性爱美的狭隘性

和封建性，女性爱美失去了自身的个性和追求。“文革”期间，极左思潮给妇女爱美又加上了“莫须有”的罪名，妇女爱美的本性曾一度泯没。尤其对中老年妇女的影响更深，筑成了服饰美化的心理障碍，对美的追求成了部分女性的特权，至今仍给社会审美观留下了许多“后遗症”，使中国妇女的整体着装水平提高缓慢，严重地阻碍了我国服饰文明的进程。

庆幸的是当代的妇女赶上了改革开放的好时代，国家日益繁荣、民族走向昌盛，为我们恢复爱美的本性创造了很好的环境。今天，有一大批中老年妇女勇敢地抛弃传统束缚，扬起了爱美的风帆。著名的舞蹈家陈爱莲，最近在一次电视节目里上穿一件胭脂红的T恤衫，下着一条颜蓝的牛仔裤，浑身充满了活力和朝气，谁也不会把她与已近古稀之年的老人联想在一起。

其实，在改革开放的今天，穿红着绿的“夕阳”岂止是陈爱莲？只要留意，我们就会发现，如今都市街头随处可见穿大花衣裳的中老年朋友，她们常年着花不着素。问她们缘何？“扭住青春不放”颇具代表性。当年她们该穿的时候没穿上，如今儿女成人，经济条件有了明显的好转，再不穿就没有时间了，把失去的青春穿回来。在这种补偿心理下，中老年朋友多半把眼光投向最能表现青春和活力的服饰上。

而中年人工作繁忙，家庭负担较重，常会不自觉地露出憔悴和倦怠的神色。穿得鲜亮一点不但在外貌上显得容光焕发，精神上也会提升，营造出好的心情。如果注意修饰及着装的艺术搭配，更可以把中年人的身份、审美水平等做着无言的诠释，穿出服装的个性，表现着装者的气质和修养，展示年轻人没有的成熟美。

另外，色彩可以调节人的心理。中老年朋友穿着色彩缤纷、款式大方的时装去上班、会友、娱乐，能增强自信心，寻回“年轻真好”的感觉。其实，老并不可怕，怕的是未老先衰，未老先弱。衣服虽然只是个外包装，它却反映了着装者的心和气。一位敢于在皱纹里写满沧桑之时，身穿大花大朵的时装招摇过市者，你能说她的心理年龄不是“初升的太阳”？

在欧美发达国家，“老穿花”，这一道风景早已为人们欣然接受。许多归国人员说，在纽约、巴黎、东京等国际大都市里，时常可见霜雪盖头的“老祖母”，身穿鲜艳夺目的花衣裳穿过街巷。对此，人们熟视无睹，见惯不惊。最近播放的电视剧《水晶之恋》里面，有一位从国外回来的中国老太太，她的服饰特点典型地反映了外国老太太的衣装特征。相反，如果哪一天“老祖母”的衣着黯淡，儿孙们反倒会莫名惊诧：“……哇，今天为何阴云密布，空气沉闷？”(图1、2、3)。

“老穿花”现象，说明爱美的天性在老年人身上表现的更加突出，又从一个侧面说明人们的生活水平的提高。有温饱才有“素”，有小康才有“花”。“乱花迷人眼”的中老年服饰，给我们的生活抹上浓墨重彩的一笔，使都市人的眼睛更加明亮。过去那种只有年轻人才能穿红着绿、浓妆艳抹的旧观念已被淘汰，在服饰文明发达的国家，年

轻的女孩子一般是不化妆的,因为她们拥有青春的健美和朝气,只要穿上合适的服装,就能表现其特有的美。而浓妆艳抹、珠光宝气,反而遮掩了年轻人特有的天生丽质和上了年纪妇女没有的青春自然美。在国外,上了年纪的妇女普遍化妆,年纪越大妆越浓,衣服的颜色越鲜艳。

我们的近邻日本,中年以上的妇女,职业女性的比例很少,太太们绝对舍得在自我包装上花钱、花时间,即便是清晨在庭院里打扫卫生,或是在自己的小铺里摆货,也都是描眉打鬓,头发一丝不苟,身上几件长长的背带围裙也根据每天不同的色调穿着搭配。甚至六七十岁以上的老太太出门也要化妆,显得精神矍铄。近几年我国和韩国的文化交往频繁,从电视上反映韩国上了年纪的妇女也特别讲究着装艺术,体现了经济发达国家人文素质的特点。

这些表明,上了年纪的人,着意装饰打扮自己以取得他人的好印象,并非不光彩或不正常的举动。因为,对于美的向往和追求是人的本性,没有年龄和性别界限的。更何况爱美,能激发人们对生活的热爱,使老年人走出孤独、走出委靡、走出衰老。常言道:青春是美的、成熟也是美的。服饰不仅能美化年轻人,也能美化老年人、美化整个时代,使社会生活增添万紫千红的色彩。中老年妇女爱美,对于夫妻之间、家庭成员之间,无疑是一种积极向上的凝聚力,也是社会精神风貌的一种积极的反映,追求服饰美的中老年妇女,是现代社会一道永远的风景,爱美不是年轻人的专利。

爱美也是贤妻良母的人格体现

贤妻良母,是中国善良女性一辈子吃苦耐劳、相夫教子、牺牲自我得到的最高赞赏。在"女人无才便是德"的封建古训下,几千年来,做贤妻良母是中国妇女终生追求的精神目标。尤其是上了年纪的中老年妇女,受这种传统"美德"的影响更深。有一部分社会和经济地位远不如丈夫的中老年妇女,更是以贤妻良母为荣。她们从经济不宽裕的艰难岁月走来,对自己的生活没有任何的要求,外貌不注重修饰,抱着自己只是个家庭主妇不要抛头露面的想法,衣着随便,更不会化妆打扮,甚至认为爱美是一件不光彩的事,而对丈夫和孩子的外表却看得很重。她们认为:丈夫在外面出人头地,自己省吃俭用怎么也不能亏待丈夫,想方设法把丈夫打扮得衣冠楚楚,使丈夫在外人眼里仪表堂堂,风度翩翩,孩子也漂漂亮亮,把自己的生活追求寄托在丈夫和孩子身上,完全失去了自我。她们认为这样就可以维护家庭的幸福和安宁,尽了做妻子、母亲的责任,符合贤妻良母的标准,这实在是个不小的误区。

其实,女人也有自身的价值,有权实现自身的价值,应该有自己的生活目标。要做到这一步,只能依靠自己、认识自己、找到自己、开发自己,还要守住自己清明纯净的心,用自己辛勤的汗水和智慧播种人生的希望,重新塑造自己光彩夺目、属于女人

需要全本请访问 www.ertongbook.com

特有的美好形象：一是善良和真诚，二是外表美，二者缺一不可。

作为外表美的服装，在一定程度上可以相应地表现出人的内在美，表现穿着者对衣料、款式的选择、色彩的搭配，不同程度地反映着装者的追求、素养、审美能力等。因为从衣着上，能够窥见一个人的生活习惯、爱好乃至心灵。因而中老年妇女，要学会装扮自己，给自己一份信心，拥有自己的心灵空间，拥有自己的独立人格，摆脱世俗意义上的成功观念，敢于选择自己喜欢的生活方式，敢于承受各种不同的生活现实，在任何环境下也不要放弃自己的目标和真实的灵魂。这样在丈夫和孩子面前才有自己的人格魅力，才是家庭幸福和睦的保证。

相反，中老年妇女不把自己当成一个具有独立人格魅力的家庭成员，总是以吃苦耐劳、牺牲个人追求、不修边幅的形象，出现在丈夫和孩子面前。结果往往是：品性好的丈夫对妻子有一份敬重，这份敬重是对妻子劳动的回报。但对两性之间的那份情爱，随着岁月的流失，外表的感觉器官麻木起来，情感容易寻找另外的寄托。品性不好的丈夫在外面容易寻找新欢，一旦发现丈夫有了外遇，这种妇女心理承受能力极差，很容易处于天塌地陷、痛不欲生的境地。另外，待孩子长大后容易滋生索取心理，有一种付出后要求回报的本能反映，导致家庭矛盾频频发生，可能为自己和家人酿造生活的苦酒，最终引起丈夫、孩子的冷漠、粗暴、甚至被遗弃的可悲下场。

原因很简单：丈夫在社会上与各种人发生联系，出门衣冠楚楚，容易赢得别人的赞美和羡慕，也会助长丈夫的虚荣心和不满感。回到家中看到的是一个不加修饰未老先衰的“黄脸婆”，感觉和其他女性自然形成反差对比，心理的遗憾油然而生，不利于夫妻感情的加深。同样，孩子们也有自己的虚荣心，比如，开家长会，看见自己的妈妈毫无光彩地坐在人群里，心理也不舒服。记得我的女儿有一次以开玩笑的方式说出自己的想法，希望妈妈以较好的外表出现在她的朋友面前，自己有一种自豪感。“儿不嫌母丑”在新的时代已是过去时了，所以说，在家庭生活中光有内在美是不够的。

更何况，美的事物既有内在的美、又有表象的美。“贤妻良母”是妇女应该追求的内在美，但不是美的最高境界。因为，在一定的条件下，这两种美不统一于一身。有的只有内在美没有外表美，这种美固然可贵，但是美的不完全、不理想。光有外表美而没有内在美，这种美是残缺的、短暂的、没有生命力的。在一定条件下，这两种美也能够有机地统一为一体，构成高层次的美。人们对美的追求应该是更高层次的，即外在美与内在美的有机结合。当代，社会的进步，时代为女性的美创造了条件，提供了追求高层次美的环境，也为构成家庭幸福提供了美满保证。

美国前总统林肯曾说过：“每个四十岁开外的女人，都应该对自己的脸负责”。这脸包括自尊、自爱、自重，也指仪表。中老年妇女不应该对美的追求只看成是一件无关大碍的小事，不妨重新审视贤妻良母的内涵，应该看到中老年妇女爱美，对家庭和睦、社会文明都具有积极的社会价值，不仅能美化自己、美化家庭、也能美化社会。正

像前苏联教育学家霍姆斯基说的:“女性美是妇女的一种精神力量,它不仅是教育孩子的力量也是教育丈夫的力量”。

爱美有利于中老年妇女的身心健康

在自然界,无论是人类、还是一些比较高等的动物和植物,都有一种属于本能反应的范畴,对明显美的事物的良好感觉 即对鲜艳色彩、优美旋律、芳香气味的一种良好感觉,并对其有一种本能的下意识的、不自觉的接受状态 而对于那些噪音、暗浊污秽的颜色,以及腐臭、糜烂的语言、气味则采取排斥的状态。这些被许多科学家都已实验证实了。这种看来神奇的现象,正是造物主赋予大自然的一种本质,让其形态的美与生命力成正比。所以,我们常常看到大自然中许多先天生成的美好形象,如令人赏心悦目的美丽鲜花,最容易唤起人和其他动物的好感,这种好感与生命本身密切相关,因此就成为生命的本能。生物况且如此,人类对美的反映就更加强烈。

最近,医学研究发现,愉悦、欢快的心境,可使肌体分泌有益的激素,能够促进人体分泌更多的酶、乙酸胆碱、去甲腺素等生化物质,使体内血液流量、神经细胞的兴奋状态以及内脏器官的代谢活动,调节到最佳状态,并能增强肌体免疫系统的功能,增强防病、抗病、抗衰老的能力。所以才有“笑一笑,十年少”之谚语。国外学者曾对 60~80 岁衣着讲究的老人调查发现,其中 90% 以上都注重打扮,爱好参与那些所谓“老不正经”活动、追求风度美,这些人比他们实际年龄要年轻得多,有的看上去比他们的实际年龄小 20 岁以上,为年轻型老人。心理学家还认为,老人适当的讲究点修饰打扮,会给他们的生活带来活力和乐趣。爱美的中老年妇女愿意参加社会活动,改善自我个性和适应年轻一代,其中服装扮演着重要的修饰作用。

尤其是中年妇女,刚走过人生最宝贵的青年时代,比起年轻人,体态上虽然多了分雍容,脸上出现细碎的皱纹,是承上启下青黄之间的年岁。但还未到“儿童误喜朱颜在,一笑哪知是酒红”的衰老,只要掌握化妆技巧,穿上合体的服装,就能延长青春期,放慢衰老的脚步,有利于夫妻和睦、家庭幸福。

另外,大凡爱美的中老年妇女,特别在乎自己的身材状况,而发胖是上了年纪妇女的一种自然趋势。虽然人们也曾设想如果以胖为美形成一种社会时尚,就像我国唐代一样,是不是就可以不需要控制身体的肥胖呢?现代医学已经告诉人们,发胖不仅影响人的外表美观,更重要的是肥胖还会导致各种疾病的产生,影响人的身体健康。因此,爱美能让中老年妇女对自己的身材特别关注,自觉调整饮食结构,注重锻炼身体,加强健身活动,以控制自身的胖瘦。不仅能保持健美的身材、更有利于身体健康。

根据日本警视厅交通部披露,近年来死于交通事故的老年人比例不断增加,有关

部门已引起了高度重视。交通部组织了专门的人对这个问题进行分析研究，最后得出这样的结论：老年人穿得服装颜色不够显眼，是导致交通事故发生的重要原因，几乎所有受害者都是穿着黑色系列或色彩不明显服装的人。由于这些颜色与周围的色调没有拉开距离，故而司机很难辨认从而造成车祸。

特此，日本政府向老年人发出号召："请老年朋友们穿戴得更漂亮，更引人注目！"为了配合这一行动，警视厅交通部在 1995 年开展的"全国交通安全运动"中，举办了面向老年人的华丽服装表演，并免费向老人提供带有反射板的帽子。当服装模特儿身披点缀着金丝银线的彩虹般色彩、闪闪放光的斗篷和披肩上场时，观众席中的老年人不约而同地发出了"哇，真漂亮"的惊叹声。

东京服装专科学校，专门为老年人设计了一种防止交通事故的服装，除了华丽夺目的服装外，还推出了白色、天蓝色、浅绿色、配有反射板的帽子。这些服装由于颜色鲜明，具有反光效果，开车的人在远处就可以看到，从而避免车祸。警视厅交通部负责人解释说："身穿色彩明亮的衣服，心情也会变得开朗，希望老年人不必为此感到难为情。"

美国最近公布的一项研究显示，整容不单令女性实现美化容貌的心愿，还可望延长寿命十年。以前的研究曾经指出整容对心理带来正面影响，但却从未提及整容具有延长寿命的功能。而这个崭新的论点，值得医学界进行更深入探讨。研究人员以 250 名曾在 1970 年至 1975 年接受整容手术的女性作为研究对象，她们进行手术时的平均年龄是 60.4 岁。25 年后，上述 76 名曾接受整容手术的女性已经逝世，平均死亡年龄是 81.7 岁。在仍然生存的整容者中，148 人（占总数的 59%）的年龄已有 84 岁。若与全球女性平均寿命 74 岁相比，曾整容的女性可望延年益寿，较一般平均寿命长了 10 年。美国整容学会主席朱厄尔表示："我对整容可能有助延长生命的研究结果不感意外，在我治理的病人当中，我察觉很多曾整容的女性都会非常小心打理自己的身体，例如她们经常运动和注意日常饮食。在手术后，她们普遍对未来充满信心，保持心情轻松。"

整容固然美化一个人的容貌，但其实一次成功手术对整容者心理带来的鼓舞影响绝不能忽视。从心理学的角度来看，一个人的心境越舒畅和满足，享得长寿的机会自然越高。服装对人体的装饰比起整容简单易行，但对人的心情的影响效果却是一样的。

爱美是人文素质高的反映

中老年妇女爱美、重视服饰打扮，不仅只是提升个人的外表形象，体现的更是一种人文精神。作为一个人，任何时候都要活得有价值、有尊严。人的每个阶段的内涵、特点都值得尊重，这是人类文明进步在当代中老年妇女身上的反映。

孩儿时的天真烂漫给人生带来企盼确实宝贵值得珍惜,青年时的豆寇年华、朝气蓬勃令人羡慕 ;中年的成熟和练达,家庭、事业的双重压力直接体味人生的甜酸苦辣也是一种骄傲 ;老年是风雨过后的彩虹迎接人生舞台谢幕的观众,应该最幸福,这是理想人生不同阶段的人文特点。人的外形像花开花落会自然发生变化,但人的尊严像成熟的果实应该越熟越甜,随着内涵的加深越该得到社会的尊重。要想得到社会、他人的尊重,首先要得到自己的尊重。过去的"女为悦己者容"进入中老年后,我认为应改为"女为自尊而容"可能更贴切。注重修饰已经趋向衰老的外表,就是对自己尊重也希望得到他人尊重的表现。如果自己都不欣赏自己,谁还会稀罕你呢?过去那种年纪大了再打扮也不好看的消极态度,是非常错误的。

韩国的人文素质通过他们的文艺作品反映出来,我比较赞赏。他们的年轻媳妇服饰素雅端庄,主动承担婆母的家务负担,尊老爱幼是一种社会时尚。老年人在着装上,颜色鲜艳明快、款式新颖、质地高档、讲究装饰,得到晚辈的尊重和爱戴,尽情享受晚年的幸福,形成正常合理的家庭人伦关系。虽然也有矛盾,但是在较高层次人文精神下的矛盾很容易解决、不会激化,是社会稳定、精神文明的基础,发扬光大了亚洲东方人伦文化。

因此,我认为中老年妇女对美的认识,不能停留在服饰装扮只是个人的爱好,好看与否仅仅是表面现象的低层面的认识上,而应该提高到人格与尊严、人文素质的高度来认识。当你走出国门时,你的外表形象、服饰是否得体、行为文明与否,代表的将是一个国家、一个民族的尊严。在家庭和社会,代表的是你个人的尊严和文明程度,难道我们作为长者和前辈不应该很好的装扮自己吗?

所以,无论审美对象是什么,无论审美过程中的情感体验和反应的表现是如何复杂,审美情感的本质是积极、健康、向上的,审美过程中的愉悦总使人更加热爱生活、奋发向上。国外的先进经验,也为我们证实了中老年妇女爱美、讲究服饰艺术,有利于中老年妇女身心愉快、健康长寿,体现了朝阳与落霞同辉的自然法则,倡导了"朝霞无限好、晚霞更灿烂"的健康审美心理,也是人文素质提高的一种反映。

据世界卫生组织统计,老年人在世界人口中的比例越来越大,而妇女的平均寿命比男性长。无疑,中老年妇女的生活质量、精神风貌是国家及民族文明的反映,是社会安定、科学进步、家庭幸福的基础。中老年妇女朋友在缤纷的色彩、新颖的款式面前,再不用前顾后怕,它不只属于青年人,中老年妇女同样可以享受它们。二十一世纪中国妇女将以崭新的姿态展示在世界面前,表明中国社会经济在稳步发展,必然淘汰旧有的制度和观念。作为时代镜子的服饰,它是衡量一个国家文明程度的尺子,因而全社会都应该为中老年妇女服饰美化,创造一个良好的环境。服装行业应该抓住这块商机,甩掉旧有的中老年妇女服饰的模式,生产出让中老年妇女美丽、年轻、充满活力的服饰来,让古老的衣冠王国重振雄风。

第二章　当代中老年妇女服饰的心理特征

当代中老年妇女的服饰心理特征，是当代中国人的文化心态与服饰意识总体影响的结果。

我国当代国民的服饰心理特点

服饰意识是当代社会物质文明和精神文明的综合反映，它决定着人们的服饰心理变化。随着改革开放的深入，对外文化交流不断加强，中国内陆受国外观念不断地冲击和影响，中国人的文化心态、生活方式、社会风尚以及服饰观念，都有明显的变化。其中，最为显著的是对服饰意识和服饰高品位追求的变更，速度之快、水平之高，令世界瞩目。服饰心理发生明显变化总体概括体现在三个方面：

突出服饰个性

中国传统文化在忠孝、仁爱、忍让和克制、礼仪的熏陶下，谦虚容忍和自我克制，是老一辈们倡导的传统美德，表现在服饰心理上是不敢创新、保守、自我束缚，从众心理，更不敢张扬个性。

西方文化与我们祖宗“天人合一”的世界观相反，提倡“天人各异”，以我为中心的处世哲学，追求自我、突出个性是他们的文化特点。反映在服饰观念上，即追求能体现自己个性特征的服装色彩、质感和款式，“和别人不一样”就是他们的服饰理念。

随着国门的打开与国外经济文化频繁交流，当代中国人的意识心态受到西方文化的影响，发生了巨大的变化，敢于表现自我，并且具备一定的探险精神成为时尚，不再以谦虚、保守、自我束缚为修养的标准，追求个性解放的同时，也正在悄悄地摆脱先辈们过分掩饰和羞于表露的忌妒心态。在服饰观念上发生了根本变化，“街上流行红裙子”已经成为历史的笑话，现代人以追求比他人更俏丽、更别致，更具有时代特征和个性特征的服装，成为服饰的审美标准。不与他人雷同，使服装市场异彩缤纷、争奇斗艳，呈现出一派繁荣景象。

个性服饰，这是当代人区别于其他时代人的一个突出的特征，体现在女性身上尤

为明显。当代崇尚男女并重的社会风尚,为女性展示自己的才能和精神风貌,创造了和男子进行公平竞争的平台,造就了不分男女、人尽其才、女子能建大业的社会氛围,使各个人都能展现自身的社会价值,彻底从心情压抑的传统服饰观念中解放出来,这也是当代中国兴盛的重要因素之一。在改革开放中成长起来的新一代女性,敢说敢为,体现在服饰方面,就是自由自在地展现自身的人体美。勇于追求展示人体各部位起伏线条和性感魅力的服饰,再没有许多顾忌,让女性在比较开放的服装款式面前,自由挑选。

男性在服饰上,也克服了大男子主义思想,更能自由地展现自我喜好与追求。有相当一部分男性,他们幽默自在,总喜欢在穿戴中多少夹带一点女性味,就像当今女性在穿着打扮上,青睐男性味一样。这是社会繁荣,政治开明,国运昌盛的一种必然反映。当年的大唐盛世,男装女着风靡全国,而今出现男女风格混同、女装男着、男装女着现象非常自然。这是男性在追求服装个性美中的大胆表现,与传统的从众求同服饰心理形成鲜明的对比。当今的中国时装设计师们,必须处理好男女装的同中求异、异中求同的关系,使之具备微妙的性别差异和个性特征,更好地衬托出男性和女性美,表现好男女性的角色和自主意识。

讲究服饰场合

过去我们的服装在满足遮体、御寒、经脏上面做文章,正像春秋战国时墨家所言“衣必常暖,然后求丽”。现在人们对服饰的要求早已超过了服饰的实用阶段,更加讲究穿出品位、穿出身份、穿出情趣、穿出艺术来,这是当代中国人服饰观念改变的第二个明显之处。

强调服饰的场合性,这与当代人的生活内容的丰富、生活方式的多样性分不开,也是社会风尚变更的反映。当人们处于工作状态下已经开始意识到,为了企业形象,体现自身的稳重与精干,以及使工作环境显得凝重与庄严,克服拉家常、聊天、视觉骚扰以及性骚扰等现象,自觉地穿上职业装,便于提高工作效率,选购或定做符合自己年龄、体形、气质、职业需要的职业装,成了很多职业人员的自觉要求。

在双休日里,假日生活内容安排的丰富多彩、形式多样,人们在保证基本的家庭生活的同时,常常设法使生活变得有趣,如丰富多彩的体育健身活动、社交娱乐活动、旅游观光活动,已经成了人们的时尚生活。

很大一部分人,一反中国人传统观念中赞赏软弱之美,忽视运动,对体质的人伦道德标准不予重视的偏向。喜好运动,崇尚体育和人体健美,并愿意花费时间、花费金钱和精力,去塑造自己的体格,努力使体质达到合乎人伦道德的理想标准。与这种时尚相适应的是便于活动、充满活力的人体运动装,如健美装、网球服、各类球装、各类泳装等的流行。

需要全本请访问 www.ertongbook.com