第一图书网, tushu007.com

<<跟法国女人学穿衣>>

图书基本信息

前言

前言　致发型师的一封信　受环境影响，我风格多样，并且喜欢变化。
与众不同的我无法接受被别人当成一件商品，即刻给我贴上标签。
谁这样对待我，那么将再也见不到我。
我需要的是一场真正的对话。
如果从未见过我行走的样子，我的穿着，也从未试图去发现我潜意识中想要什么，不想要什么，那么，你又怎么能了解我呢？
“外表”反映着我的个性特征。
我再也不想要一位发型师来替我设计形象，把他的标准强加给我。
我需要一位熟知我的脸部轮廓，并试图了解我的个性的专业人士。
我不愿再听到这样的话：“你瞧，这会非常适合你的。
”我希望你能问我：“你想展示何种形象？
”我希望你能帮助我展开想象。
你应该用另一种方式来靠近我。
暂时忘记我的头发，把注意力集中在我的脸上，以及我这个人的身上。
你应该懂得破解我下意识动作中的含义，它们表明了我的喜好。
当你了解了这一切，也只有当你了解了这一切，你才能通过发型真正给我带来不一样的东西。
也许只有这样，你才不会失去非常愿意成为你忠诚顾客的人。
克洛德?朱亚尔　序　“如果从未见过我的穿着，你又怎么能了解我呢？
”一位女士对她的发型师如是说。
和她一样，某一天你也许有过类似的不愉快经历，你被当成了另外一个人，得去接受并不适合你的建议。
上述女士的这句话表明，那个对你进行观察和判断的人并不是总能提出正确的问题，他是带有主观性的。
在一季季的服装潮流中，时尚可能提升也可能损害你的形象。
今天的时髦，明天也许就过气了。
各种艺术造型机构遍地开花，并且总是试图统一你的风格。
大批杂志也发挥各种想象力，希望只要魔杖一点就能让你变得更美。
但是，你真的确信自己愿意听从它们的推荐吗？
千万不要尝试不适合你的风格。
问自己一些有意义的问题，你就能找到属于自己的最佳风格。
摒弃那些成见吧，外表与年龄无关，与身高无关，与体重无关，它只是一种气度，只关乎是否合理与和谐。
本书的两位教练和他们的10堂课将为你打造属于自己的风格。
为什么要写这本书？
阅读《跟法国女人学穿衣》一书将是你打造个性化形象的绝佳机会。
能决定哪种形象适合你的，正是你自己，而不是其他任何人。
将你的内在形象（喜好）与外在形象（外表）统一起来，就能塑造独一无二、凸显个性的自我形象。
“我风格多样，并且喜欢变化。
”一位女士这样告诉她的发型师。
的确，你的形象随着生活与阅历的改变而改变。
这本书将帮助你在生活中的每一个阶段选择正确的形象。
在这里，你不会看到教条的建议，而将发现一种属于你自己的方法，一种在某个特定时期你会用来凸显个性的方法。
这本书是给谁看的？
所有希望赋予自己形象某种意义的女性都应该看这本书，包括：　*梦想找到真正适合自己的

风格的时尚女性　　*希望给别人留下良好第一印象的女性　　*热衷于色彩搭配的女性　　*希望自己的衣橱能井然有序的女性　　*寻求新发型的女性　　本书同样适用于美容界专业人士，以帮助他们更好地了解顾客需求。
　　两位资深人士对你进行训练　　在此，布里吉特?戈蒂埃和克洛德?朱亚尔两位资深人士将与你分享丰富的经验。
我们是形象与美容咨询界的专家，二十余年来应各大美容集团之邀，足迹遍布世界各地，致力于时尚与美发界专业人士的培训。
　　我们十分了解一些顾客走出发型屋或时装店时的懊恼心情，诸如“我的头发太短了”、“这不是我想要的颜色”、“这件衣服的风格不适合我”等等。
我们同样了解，对于一名发型师或任何一位时装设计师来说，要回答“你的建议是什么”、“哪种风格适合我”这些出现频率最高的问题有多么困难。
“美”的概念并不具有普遍性，它随人群、文化、国家的不同而变化。
我们将向你传授一些观察方法，这样你将学会如何破译所有美丽法则，如何评判各种风格搭配，直至最终找到属于自己的风格，并使之得到提升。
我们定期为美容界专业人士开设如下课程：布里吉特?戈蒂埃的“个人色彩测试”与“色彩诊断法”，克洛德?朱亚尔的“直觉动作分析法”与“整体造型法”。
　　在第一部分中，布里吉特?戈蒂埃将向你讲解如何通过色彩更好地认识自己。
你喜爱和使用的色彩反映了你的个性特点。
“个人色彩测试”将帮助你找出喜爱的颜色与你的形象之间有何关联。
色彩能替代所有的言语。
试着更好地了解吸引你的色彩，并学会破译它们传递的信息。
色彩的搭配造就了不同风格，你青睐何种搭配呢，是渐变的同类色，强烈的对比色，还是单色搭配？
色彩搭配与季节对应。
没有什么是信手拈来的。
看看你最接近哪一色系。
选择色彩时不能只考虑个人喜好，因为它还将对你的面容产生影响，可以提亮肤色，抑或令其暗沉。
你可以通过“色彩诊断法”来评估不同色彩带来的效果，然后从中选择适合你的。
　　在第二部分中，克洛德?朱亚尔将讲解形状对个人形象的影响。
你可以写下自己钟爱的形状，因为你选择的首饰形状或下一辆车的外部线条都彰显着主人的个性特点。
试着去了解7种基本形状所蕴涵的意义，对于它们的效果，你是有点喜爱、非常青睐、极为钟情，还是完全不喜欢呢？
你属于圆形系、方形系、菱形系还是三角形系？
对着镜子观察你的外部轮廓属于哪种形状，因为形状也决定着你的风格。
你会选择哪些形状的服饰呢？
是通过与你形体相反的形状来平衡线条，还是用同样的形状来突出你的轮廓特征呢？
另外，直尺比照法能帮助你勾勒出脸部线条。
你将发现自己的脸部有哪些天生不对称的地方，而它们正是脸部的平衡点和特征所在。
而且，发型还与你的动作相关。
当你把手指伸进头发中进行梳理，你的动作就传递着一些信息。
看看你的动作，是属于外扩对称型、不对称型，还是情感型？
对照6种类型的“直觉动作”，你将找到适合自己的发型。
　　在第三部分及本书最后，布里吉特?戈蒂埃将帮助你打造个性化形象。
她描绘了不同类型的女性是如何进行色彩与形状搭配的。
从中你可以选择出与你所属色系相符同时又投你所好的搭配类型。
你欣赏前卫型的怪诞风格，还是更倾向于简单而不失考究的优雅，抑或波西米亚式的自由不羁？
书中所列的8种女性类型将帮助你树立真正属于自己的形象。

本书最后有一张表格，你可以在上面填写出与形象塑造有关的各方面的分析结果，从而确定新的自我风格，得出最终结论。

这本书将在以下几个方面　　为你提供帮助：　　更加客观地观察自我　　塑造体现个性特点的外在形象　　选择充分体现自身优势的风格

第一图书网, tushu007.com

<<跟法国女人学穿衣>>

内容概要

去逛商场，总是所有的衣服都爱不释手？
打开衣橱，总是觉得没有一样能穿得出门？
连发型师五花八门的建议也让你茫然无措？
法国女人却说，别人意见都不重要，你得自己拿主意……《跟法国女人学穿衣》就是为你量身打造的一本形象指导全书，两位时尚界的权威人士通过对肤色、身材、发型、服装的精准分析，使你能够更加理性地看待自我，并依据个人品位、个性特征及时尚潮流来改善或彻底颠覆自己的形象，树立一种彰显自我、优雅得体的风格，那么，任何人都将无法抵挡你的魅力！

作者简介

布里吉特•戈蒂埃（Brigitte Gautier）
　创立“ 色彩诊断法 ”，成为全世界最有影响力的色彩专家。
目前她专为法国及国际大型美容集团提供色彩培训，强调将符合个人特质的色彩和谐搭配。
已出版的作品有《与色彩相处的艺术》、《别样色彩》和《形状与色彩》（与克洛德&#

<<跟法国女人学穿衣>>

书籍目录

前言序第一部分 通过色彩更好地认识自己第一课 您喜爱的色彩第二课 色彩的效果第三课 色彩诊断法第四课 您的专属色板第二部分 通过形状更好地认识自己第五课 您喜爱的形状第六课 七种基本形状的语言第七课 镜子观察法第八课 您的脸部轮廓第九课 适合您的发型第十课 整体造型法第三部分 个性化形象如何选择适合你的风格 100风格关键词 101传统型 永恒的优雅 102前卫型 介于优雅与怪诞之间 104诗意型 新浪漫主义 106百变型 特立独行的魅力 108自然型 一股清新风 110万人迷型 一位明星诞生了 112波西米亚型 田园气息和异国情调 114万众瞩目型 耀眼的光芒 116塑造新形象 118结论

章节摘录

确定自己所属的色系 深金系还是深蓝系 这两种深色系具有鲜明的个性。
一种喜爱 柔美效果，倾向多个颜色并列，强调体积感，常 采用同类色。
这是深金系。
另一种则偏好硬朗质 地、直线条以及色彩的混合或对比一。
这是深蓝 系。
想一想，你的衣服主要是哪些颜色？
你更喜 欢何种质地的面料？
你穿得最多的是哪种风格的 服装？
参考第102～105页及第114～117页对相应女性风 格的分析，然后凭直觉确定你到底属于哪一系。
浅蓝系还是深蓝系？
这两系的明度不同。
一种宜采用柔和的色 彩、精细柔软的面料，而另一种更倾向于纯正色 彩，硬朗及前卫的面料。
想一想，你的衣服是何 种风格？
你最喜欢的颜色或面料是什么？
参考第102～105页及第110～113页对相应女性风 格的分析，然后确定你属于哪一系。
浅金系还是深金系？
淡金系的色彩轻柔，正好与透明轻薄的面 料相呼应。
深金系的色彩则是浓重的，因而适 合厚实的面料。
打开你的衣橱，数数看有多少 件面料轻薄的衣服，又有多少件面料厚重的衣 服。
由此，你便知道自己适合浅色调还是深色 调。
参考第106～109页及第114—117页对相应女性风 ’格的分析，然后确定你属于哪一系。
浅蓝系还是浅金系？
这是两种轻柔而细腻的色彩类型。
浅金系比 较华丽，偏好鲜艳的色彩及冷暖色调的对比。
浅 蓝系中则常出现同类色，色彩融合在一起，形成 较为含蓄内敛的风格。
观察一下你的衣橱，看看 哪些衣服令你自我感觉良好。
它们与哪一系的风 格更为接近？
参考第106～109页及第110～113页对相应女性风 格的分析，然后确定你属于哪一系。
除了这四大色系外，最好能再去了解一下各 种颜色的效果。
在环境装饰或个人装扮上，固然 要注意控制好颜色带来的影响，但也不必因此而 束手束脚。
知道自己属于哪个色系，并不意味着 受它限制。
色彩的运用是动态变化的，主要表现 为一种主观体验。
而其结果就是，要么被动地接 受色彩带来的影响，要么学会游刃有余地充分利 用它们。
突破常规，大胆尝试 现在适合你的颜色已经陈列在色板上，但你 仍可尝试一些曾令自己望而却步的颜色，大胆地 突破常规进行搭配，巧妙地将不同色系融合在一 起。
让我们来看看应该怎么做。
如果你属于深蓝系，但却喜欢 深金系色彩 可将深褐色、赤褐色与纯蓝甚至柠檬黄组 合，或者试试橙色和玫瑰红、灰绿和紫色的搭 配。
另外要注意与服装质地协调，宜采用硬朗、 垂感佳的深金系色彩的面料。
如果你属于深蓝系，但却喜欢 浅金系色彩 深蓝系的色彩明艳纯正，因此你可以在黑 色或海军蓝底色上添加明黄或茴香绿。
蓝色调的 同类色都非常接近，要充分利用它们。
在彩妆方 面，橙色元素会令你的肌肤黯然失色，更适合你 的是与绝大多数浅金系色彩都可和谐搭配的玫瑰 色。
服装方面，宜使用绚丽柔软的绉呢、涤纶和 丝绸面料。

如果你属于深蓝系，但却喜欢 浅蓝系色彩 你喜欢清新活泼的淡色调和果红色。
它们的 蓝色基调对你来说没有任何问题，但是，你最好 选择更具个性的对比色组合，而不是一系列简单 的同类色。
例如，可以尝试在大面积的黑色或深 海军蓝上点缀一些浅玫瑰红。
还有，纯白色比奶 白色更适合你。
服装方面，你可以选择全棉、亚 麻、华达呢及所有垂顺的面料。
如果你属于浅金系，但却喜欢 深蓝系色彩 请在适合你的颜色中选择最鲜艳的。
如果你 喜欢黑色，那么请将它与浅橙色或茴香绿搭配使 用。
彩妆方面，深蓝系色彩的彩妆可能会令你显 得脸色晦暗。
请使用浅色调，如自然褐色或橙红 色。
服装方面，有飘逸感的面料比生硬厚重的更 适合你。
如果你属于浅金系，但却喜欢 浅蓝系色彩 这两种都是浅色系。
把两者融合起来将会 非常有趣，例如粉红色配黄绿色，浅灰色配橙红 色，浅绿色配浅粉色等。
彩妆方面，宜采用中间 色，例如自然褐色，浅褐粉色或灰色。
它们与这 两个色系的各种色彩都能组合在一起。
服装方 面，两个色系均可采用细薄的面料。
如果你属于浅金系，但却喜欢 深金系色彩 这两个色系的共同基调就是金色。
将深色与 鲜亮的颜色搭配可减轻你面部的沉闷感。
如果穿 着褐色、绿色或砖红色衣服，请记住服装面料应 该细薄。
彩妆要遵循“ 轻透 ”的原则，制造柔和 朦胧的效果。
如果你属于浅蓝系，但却喜欢 深蓝系色彩 你可以使用各种蓝色。
大胆尝试色彩明快、 具有线条感的衣服。
使用黑色时，请配以浅红或 祖母绿。
在中性色服装上可加入蓝色或粉红色， 从而将两个色系的精髓融合在一起。
服装方面， 请优先选择垂感好的细薄面料，不要选择摩擦时 会发出沙沙声的面料。
如果你属于浅蓝系，但却喜欢 浅金系色彩 你可以将两个色系的色彩搭配使用。
例如， 利用互补色的鲜明对比效果，将浅绿色和粉红色 组合。
还可用橙色或淡灰褐色来配蓝色。
玫瑰色 或自然褐色的妆容更适合你。
服装方面，宜采用 轻透的面料，塑造变化多端的千面女郎形象。
如果你属于浅蓝系，但却喜欢 深金系色彩 浅蓝系和深金系色彩都较为柔和、内敛、浅 淡。
你在使用褐色时可用浅黄色、乳白色或绿松石 色加以点缀。
你适合宽松的服饰和柔软的面料，如 牛仔服、丝绒裤子和舒适的羊毛套衫。
如果你属于深金系，但却喜欢 深蓝系色彩 这两个色系的色彩都较深。
使用黑色时可用 金黄或鲜橙色作为点睛之笔。
你适合剪裁有型的 服装，前卫时尚的面料是你的上佳选择。
金色系 的色彩令你看起来活力四射。
如果你属于深金系，但却喜欢 浅金系色彩 你不太喜欢深金系的深色调？
没关系，只需 转而使用浅棕色或中间色即可。
所有金色系的色 彩都可列入你的清单。
服装方面，请选择厚实、 亚光的面料。
浅金色系的色彩更加突显个性，彩 妆也请从浅金系里挑选颜色，但要避免过于闪亮 的唇彩。
如果你属于深金系，但却喜欢 浅蓝系色彩 尽可能走休闲路线，如灰蓝、灰绿或浅褐 色牛仔服等。
要避免鲜玫瑰色和过于暗淡的浅色 调。
服装方面，采用法兰绒、粗花呢等华贵面 料，并与丝绸或绉呢搭配。
彩妆以低调含蓄的颜 色为主，如自然褐色或浅粉褐色等。
总之，颜色应当与风格组成无限统一的整 体。

四大色系各自代表着一种个性和风格。
无 论是浑厚的深金系、明丽的浅金系、轻柔的浅蓝 系，还是高对比度的深蓝系，每一种类型在服装方面对面料、剪裁、线条都有特定的要求。
详细 内容请参考本书第三部分《塑造个性化形象》。
P46-49

媒体关注与评论

这本书真是棒极了，它将彻底改变你的穿衣风格！
没有什么比了解自己更重要，只有在充分了解自己之后，才能找出适合自己的穿衣风格。
——法国时装杂志编辑 芭芭拉　　我算明白为什么我每次剪头发都会以失败告终了，原因就是我一直选择相信理发师，却始终不肯相信自己。
——读者 南希?布莱克　　我太喜欢这本书了，装帧精致，迷人的图片，充分展现了女人的优雅，真后悔当初没有坚持自己的梦想去做一位时装设计师。
——时尚网站编辑　Emily

编辑推荐

了解自己，迈出魅力女人第一步！
对每一种颜色、每一件衣服，都运用自如！
★ 来自法国的装扮实录，不去法国，也能拥有法国女人的无限魅力！
★ 穿出最美的自己，法国明星设计师为你揭示衣饰搭配的绝技！
★ 所有女人必须知道的美丽10堂课，与国际接轨，做自己的形象设计师！
★ 每天与色彩为伍，你知道最适合自己的色彩是什么吗？
每周7天穿搭造型，你知道怎样的穿搭能将自己的魅力值放大吗？
现在就来向法国最顶尖的色彩专家、造型专家学习颜色的秘密、穿搭的技巧。
测试你的色彩喜好，扫描你的衣橱；一份专属于你的时尚穿搭提案随即生成，成为好友、同事、街头陌生人的穿搭榜样，你绝对做得到！
★这是一本最具指导意义的时尚手册。
了解自己，将自身优势与时尚潮流有效结合，才更有可能让你的魅力最大化释放，让你每天的装扮都赚到“赞美与羡慕”的眼神！

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com