第一图书网, tushu007.com

<<识对体形穿对衣>>

图书基本信息

书名：<<识对体形穿对衣>>

13位ISBN编号：9787540752026

10位ISBN编号：7540752025

出版时间：2011-8-1

出版时间：漓江出版社

作者：王静

页数：203

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

前言

前言　《识对体形穿对衣》在大家的期盼中姗姗来迟。
　在我的专业形象顾问教学中，把色彩、体形、风格的分析称为形象DNA分析，而扬长避短、显瘦增高这些热门话题让大家更加关注体形。
生活中完美的身材只有少数人拥有，而每一个人都拥有属于自己的特别的体形，有优点，也有属于自己的特点。
实际上，识对体形穿对衣是很多企业团体希望我在形象管理讲座中热讲的内容，也是最令人关注的话题。
每每讲座结束后，很多热情的学员都向我问一些详细的问题，诸如自己臀宽肩窄应该穿什么款式，小腿和大臂太粗该怎么穿，太瘦的人却想遮掩一下细臂细腿怎么办……问题还真是不少。
　因而，我用心地对所有体形的优缺点进行了梳理，并亲自手绘了近500幅的服装款式插图，完成了这样一本全面详尽的体形书，让大家可以针对身体的每一个部位，无论是脖子、肩，还是胸、腰、臀、腹和腿，都能够得到明确而清晰的穿衣建议。
　在阅读本书之初，特别提醒各位读者朋友两个问题。
第一，如果您的体形缺点较为综合，例如您不仅腰粗，又有大腹和窄臀的体形问题亟待解决，当您在阅读这三处穿衣建议时，如果出现了某两个建议相互矛盾的情况，您可以放弃这两条建议，再去参照其他款式建议。
因为每一种体形的穿着建议都给出了5到10条，所以选择空间很大。
如果您的体形属于粗腰、大腹，那么基本上就算胖体形了，则可以在阅读完第四章时，返回第二章“穿对衣让你增高显瘦”，此章的穿衣建议更好用。
　第二个问题是，如果您今年的体形较去年的体形不大一样了，那么建议您及时地查阅本书，根据自己改变以后的体形选择服装的款式，而不要以为看过一次就可以一劳永逸了。
因为人的体形是会随着时间的推移而有所变化的。
　这本“体形”书相比于上一本“色彩”书更为细腻而精致，比较注重细节。
因为体形是多元而复杂的，因而也就更值得详细而具体地加以解读。
　本书秉承“实用，实用，再实用”的主旨思想，语言通俗易懂，手绘插图简洁生动，极具时尚感。
真心希望本书能够帮助更多的朋友量体择衣，根据自己体形的特点选择适合自己的服装款式，扬长避短，从而秀出最动人的自己。

<<识对体形穿对衣>>

内容概要

本书从体形出发，针对大家最为关注的、穿着技巧中的重中之重——变高变瘦，利用视错等体形与形象管理的专业知识，以轻松时尚的笔触，通俗易懂的形式，讲解不同体形搭配服装的原则和技巧，配合大量实例、故事及小贴士，帮助逛街购物时参照，让你在日常穿衣中不需要减肥，就能神奇瘦身又长高！

本书不仅是所有爱美女士的穿衣指南，更是专业形象顾问的必备宝典。

我要竭尽一己之力，帮助中国的女性识对体形穿对衣，为展现出完美形象的中国女性喝彩！

——王静
静老师形象提升系列1《选对色彩穿对衣》
静老师形象提升系列2《识对体形穿对衣》

作者简介

王静，著名形象顾问专家，形象平衡理论创始人，环球小姐中国区大赛评委，北京典雅静界形象管理学院首席专家，北大、清华、人大形象管理授课专家。

静老师以权威和专业在形象顾问行业享有盛誉，2005年她成功研发自然光测色工具，为中国形象管理行业提供了超级实用的色彩测评途径。
静老师多年从事专业形象顾问的一线教学工作，培养了全国千余名专业形象顾问。

她多年专注研究亚洲人的色彩和形体特征、结合大量实践案例，形成了适合中国人肤发体形的服饰体系，刷新了现代中国女性形象美学观念。

第一图书网, tushu007.com

<<识对体形穿对衣>>

书籍目录

前言
第一章　穿出你的完美体形
1　完美体形是一个传说
2　奇妙的“体形穿衣术”
3　相信眼睛是个错
4　利用视错穿衣，越错越美丽
5　了解服装结构和身体部位的解析图
第二章　穿对衣让你变瘦变高
1　变高变瘦，穿衣技巧的重中之重
2　横条显瘦，物极必反
3　竖条显瘦，没那么简单
4　不对称的款式，让身材瞬间高挑显瘦
5　斜线越斜越长，显瘦效果越佳
6　全身一色打底，亮点越高个子越高
7　上下装色彩须连贯或呼应
8　上衣越短越显高
9　穿着精纺面料
10　花衣显胖，大图案显矮
11　优先深色，必备高跟
12　穿着让你更有自信的衣服
第三章　扬长避短的穿衣诀窍
1　用穿衣还你美丽
2　体形五分，遗憾犹存
3　最决定优雅度的曲线——长颈VS短脖
A　令短颈变纤长的穿着建议
B　长颈美女的穿着建议
4　最影响气质的线条——肩部
A　使溜肩变直、窄肩变宽的穿着建议
B　使宽肩变窄、端肩变平的穿着建议
5　最性感的线条——平胸VS大胸
A　令平胸变丰满的穿着建议
B　掩饰太过丰满大胸的穿着建议
6　纤纤玉臂有秘密——蝴蝶臂VS竹竿臂
A　掩饰粗臂的穿着建议
B　让细臂变圆润的穿着建议
7　热裤晒出琵琶腿——粗腿VS 细腿
A　掩饰粗腿或琵琶腿的穿着建议
B　令纤细的竹竿腿变丰润的穿着建议
第四章　360度问题体形穿衣全攻略
1　最暴露年龄的曲线——粗腰VS细腰
巧妙遮盖，粗腰变细的穿着建议
2　比例的关键——长腰VS短腰
提高腰线的穿着建议
3　测一测“豪华臀”——宽臀VS窄臀
A　令宽臀变窄的穿着建议

B　窄小臀部变丰满的穿着建议
4　高臀秀长腿——高臀VS低臀
A　展示高臀魅力的穿着建议
B　提升低臀的穿着建议
5　胖妞妞的魅力翘臀——平臀VS翘臀
女性魅力翘臀的穿着建议
6　肚腩隐形大法——大腹VS小腹
掩饰小肚腩的穿着建议
后记　将美丽进行到底

章节摘录

版权页：插图：2009年我曾受邀参加“全国高校毕业面试形象大讲堂”，结识了很多的年轻学生，并为她们传授塑造体形的穿衣方法。
令我惊奇的是，在最关心的身体部位排名中，排在第一位的不是“怎样减掉面部的婴儿肥”，而是“胯骨太宽怎么办”！
胯骨即是臀围，九成的女大学生都认为自己的胯大臀宽，宽臀体形能达到这么高比例吗？
如果20岁就如此的话，十年后，当这些大学生已为人母时该怎样面对“臀围”这个话题呢？
经过分析我发现，事实上，大多数同学都没有进行科学有效的测量和比对，只是一厢情愿地在镜子前自我认定为宽臀。
在给出正确测量臀围的方法和臀围比例，并带领大家进行测量后，这些大学生发现，真正属于大臀宽胯体形的不超过20%。
在多年的形象设计课程和各地的讲座中，我发现不仅是大学生，几乎没有几个人对于臀部的体形标准有正确的认知，也就没有几个人对自己的臀围满意。
在工作强度高、压力大、节奏快的今天，加盟胖体形阵营的女性越来越多，体胖自然会臀大，于是女性便把所有的怨气集中表现为对臀部的不满。
我们首先了解一下臀部体形的分类：宽臀（大臀）、窄臀（小臀）、低臀、高臀、标准臀、平臀、翘臀。
针对我们东方人体形的群体特征，平臀和低臀的体形较多，欧洲人多半都是翘臀和高臀体形，我们国人中有翘臀体形的很少，年过40还能保持翘臀的更是少之又少！
所以翘臀是体形的优点，高臀体形也是很有优势的，高臀会有令腿部线条显长的视觉效果，因此腿的长短不必参考实际腿长而是要看臀围线的高低。
标；佳臀是指不宽不窄的臀型，宽臀与窄臀是相对的，均为体形劣势；低臀体形与高臀体形是相对的，低臀为劣势，高臀为优势。
平臀与翘臀是相对的，平臀是劣势，翘臀为优势。
下面我会针对你有可能面临的问题逐一分析，并给出解决方案。

后记

将美丽进行到底　有次去香港参加朋友的家庭聚会，这位朋友家世显赫，祖先是清王朝时的正黄旗贵族，后来移居上海做洋行生意，解放前又到了香港，我于是穿戴整齐专心赴宴。
　主人家的装修颇见品位，处处能体会到家庭的温馨。
不多时，主人80多岁的外婆来了。
那时外面下起了小雨，外婆和多数老太太一样瘦瘦小小，但精神矍铄。
身上披着漂亮的风衣，搭配长靴，拎着精致的手袋，化着得体的淡妆。
正当我暗暗赞叹老人的精致装扮时，她从手袋里拿出一双软皮中跟皮鞋，不慌不忙地脱下风衣，换下靴子，之后才微笑着向我走来打招呼。
　“您可真美!”我忍不住赞叹。
　“你也可以。
”她淡淡地笑着。

媒体关注与评论

我认为静老师是中国最具专业实力的形象顾问专家之一。
——靳羽西

编辑推荐

《识对体形穿对衣》编辑推荐：静老师形象提升系列！
国际时尚权威靳羽西、央视著名主播徐俐——联袂推荐。
清华大学，北京大学，中国人民大学大，中国传媒大学，上海外国语大学，中科院，中央电视台，西门子，中国移动，中国人寿，中国银行美的集团等知名学府、传媒机构及数百家知名企业的专属形象培训专家。
中国最具专业实力的形象顾问专家之一！

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