

# 于西蔓



[于西蔓 下载链接1](#)

著者:于西蔓

出版者:北方妇女儿童出版社

出版时间:2013-3

装帧:

isbn:9787538571905

《于西蔓: 测出你的最美形象》内容简介: 中国色彩咨询业、形象咨询业的创始人、著名形象指导专家于西蔓, 发明的属于中国人的“个人形象规律分析系统”、款式风格实用诊断技术等众多技术理论, 在实际生活中的运用。《于西蔓: 测出你的最美形象》源于“中国人形象规律分析系统”, 教会你36个扮靓绝招, 于西蔓女士亲自指导, 根据自己的肤色、发质、体型、脸型、性格特征等, 选择最适合你的服饰和妆扮, 在不同的场

合，都能体现出你的优雅和知性。

作者介绍：

于西蔓，著名形象专家、色彩专家。“美育中国”倡导者。

现任北京西蔓色彩文化发展有限公司董事长、中国流行色协会副会长、全国市长培训学院客座教授、北京市东城区政协委员。

1998年海外归国后创业，培育出权威形象服务品牌“西蔓色彩”。多年来抱着“美育中国”的理念，为明星主持、政商各界人士提供私人形象服务；在著名学府、企业及政府主办的市民文化大讲堂演讲，强化人们对视觉资产的科学与文化价值认知；开办“西蔓时尚教育”，输出近2万名形象顾问、家居美化顾问、色彩搭配师、陈列师等，成为视觉美化领域重要的人才输出基地；率领环境色彩设计专家团队，为北京、大同、长沙、无锡、伊春、徐州、烟台、福州、泉州等众多城市进行城市色彩规划，为政府美化城市景观提供了诸多科学管理工具，其理念与业绩广受大众与媒体的欢迎与赞誉。

目录: 西蔓寄语

Part1 西蔓形象新观点

1 你的形象会说话

2 形象是诊断出来的，不是设计出来的

3 什么是自然形象，什么构成了自然形象

4 人人都是“素材型”美女

5 尝试突破，改变风格

Part2 测出你的自然形象

1 为什么一定要知道自然形象

2 知道点色彩基础知识

3 知道点风格基础知识

4 自然形象诊断三要素

Part3 测出最适合你的色彩

1 测出适合你的服装色彩的冷暖基调

2 测出适合你的服装色彩的深浅基调

3 测出适合你的服装色彩的艳柔基调

Part4 测出适合你的服饰风格定位

1 测出你的服饰风格

2 知道点不同风格定位的服饰搭配规律

3 知道点不同风格定位与图案的关系

4 知道点不同风格定位与材质的关系

Part5 让你适时宜地，完美出镜

1 魅力十足的约会装扮

2 大方得体的职场装扮

3 活力四射的运动装扮

4 优雅醒目的派对装扮

5 轻松舒适的假日装扮

Part6 尝试突破吧，发现另一个你

1 前卫型的你这样突破

2 浪漫型的你这样突破

3 典雅型的你这样突破

4 戏剧型的你这样突破

2 于西蔓：测出你的最美形象

5 清新自然型的你这样突破

6 异域自然型的你这样突破

## Part7 扬长避短形象塑造法

- 1 让大脸显小的发型、穿衣、化妆法
- 2 显瘦穿衣法
- 3 显高穿衣、造型法
- 4 让颈部显得修长的穿衣、造型法
- 5 神奇的“减龄”穿衣法
- 6 “妆”出无龄感

TIPS：专业化妆师都在用的小道具

## Part8 衣橱整理大作战

- 1 完美衣橱应该是什么样
- 2 三个小技巧，打造你的完美衣橱
- 3 科学方法教你收纳各类服饰

## 后记

于西蔓：女人是后天成为女人的

· · · · · (收起)

[于西蔓 下载链接1](#)

## 标签

形象

时尚

搭配

女性

人生修养

1形象管理

艺术

生活

## 评论

色彩美学也是知识范畴中的一种，认识西蔓还是由其色彩开始，感谢她的多彩点亮了我的生活

太浅了，写得。没有看出有多少专业的成分在里边。尽管作者是专业人士，但在这个书里没有得到很好的体现。

通篇含含糊糊，没有什么可行性

对形象顾问了解了一个初步框架，发现自己的盲点是：对色彩定义色的视觉显现感弱。所以这本书也指引着自己接下来往色彩这块挖掘。

专业性强 读过之后也是一知半解 不实用唉

相较于教材的女性个人风格，这本书在分析风格和色彩选用的案例上确实要没那么过时，但是关于专业知识这块还是讲解的不够全面，建议如果想系统学习个人风格，可以买西蔓出的《关注风格》，这本书仅适用于大众空闲时候的兴趣读物。

[于西蔓 下载链接1](#)

书评

[于西蔓 下载链接1](#)