

# 做优雅精致女人

## ——服饰搭配篇

### 课程背景：

- 1 同事朋友的搭配很是亮眼，但是穿在自己身上为啥就土不拉几的？
- 2 你能无焦虑的应对面试、参加婚礼、出游、……等等各种场合么？
- 3 为啥明明漂亮气质的女人，有时候穿的光鲜亮丽，有时候却俗气、老气？
- 4 在看到一件衣服时你能判断适合自己么？还是就觉得好看下手？
- 5 橱窗里哇撒的服装，买回家你是不是总是很失望？

以上问题，你都能够回答吗？

因为你不了解自己，穿错服饰了。那到底什么服饰适合自己呢？

学习搭配，学习美学，就是为了让让自己看起来更年轻自信，美丽，有气质。能够清楚的了解自己，改变自己，做优雅的自己。

搭配主要指在款式，颜色上相协调，整体上达到得体，大方的效果。并且使人和服饰，场合，来达到人，服饰，社会三者相互协调，相互和谐

### 课程收益：

- 1 了解人物色彩，判断人物色彩密码
- 2 了解人物风格，解密人物风格
- 3 身形调试，扬长避短
- 4 配饰的选择，配饰的搭配，配饰的作用

**课程对象：**企业全体员工（重点女性）

**课程时间：**1天,6小时/天

**课程方式：**专题演讲，课堂练习，分组练习为主.感性讲授为辅，配以演示.演练正反对比

### 课程大纲：

#### 第一章：导入篇

- 一、美学思维梳理：检验自己的审美层次
- 二、认识自己：在别人眼里的自己你知多少
- 三、不完美到完美的距离有多远

#### 第二章：色计人生篇

- 一、懂色的女人最时尚
- 二、定位你的专属色调
- 三、配色达人离你很近
- 四、人与色的关系：喜欢和适合的矛盾有多深
- 五、变色的女人和妩媚

第三章：场合情景篇：

一、场合着装 TOPR 原则

二、职场场合：专业职场、严肃职场、一般职场、创意职场

三、休闲场合：都市休闲、户外休闲、运动休闲、居家休闲

四、社交场合：大社交、小社交

#### 第四章：活出风格篇

一、气质就在穿对风格

1、测试：找到适合自己的风格（探寻别人穿着好看，自己穿不好看的秘密）

2、了解风格本质：认识风格属性，辨别使用物品（包含服饰、日常用品等）风格

3、风格管理视窗：

A. 大小与服饰轮廓的关系

B. 曲直与服饰线条的关系

C. 动静与服饰色彩的关系

4、服饰风格视窗定位：

A. 服饰的型、色、质定位风格管理视窗

B. 服饰的形、色、质转换方法和技巧

C. 单品搭配不同风格定位方法和技巧