

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 图书基本信息

书名：《女人要懂的衣橱心理学》

13位ISBN编号：9787501976201

10位ISBN编号：7501976201

出版时间：2010-9

出版社：中国轻工业出版社

作者：塔格特

页数：230

译者：陈浪

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 前言

你是否像《时尚女魔头》（The Devil Wears Prada）里的安迪，曾被生活中的时尚潮流冲击得晕头转向，并迷失了自我，你是否也有过与《一个购物狂的自白》（Confession of Shopaholic。）中瑞贝卡类似的经历，难以抗拒商店里精美橱窗的诱惑，疯狂地抢购各式潮流服饰，为的只是满足内心无法填补的空虚？又或者，你只是一位普通的上班族，渴望知道如何才能运用有限的预算，打造一个能适应各种场合的衣橱？是的，服饰和购物在现代女性的生活里，占据了不容忽视的地位。服饰如同一张不言自明的名片，如同你亲切的第二层肌肤。世界会看到怎样的你，而你又想展现怎样的自己，服饰就是连接你和周围世界的纽带。选择这本书，就意味着你想要更多地了解穿衣打扮，了解时尚潮流，更重要的，是了解内心的自己。《女人要懂的衣橱心理学》这本书不仅会带你探索你的生活和内心世界，同时它也是一本关于穿衣购物的指导手册。在第一章中，你会发现总找不到合适衣服穿的原因，并学会如何根据日常生活的需要来购买服饰。而在第二章和第四章里，有趣的小测验能揭示你内心对自我、对衣着以及对潮流的看法和态度，你会了解衣着问题的根源，也会发现自己的“时尚人格面具”。只有了解自我的人，才能穿出忠于自我风格的魅力。第五章会一步步教你如何整理现在混乱的衣柜。

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 内容概要

本书的每个章节都鼓励你去了解自己在选择着装时的动机、本性、选择以及行为模式。通过了解关于衣橱的心理学和如何由内而外的打扮自己，你不仅会更深入地了解自己，同时也让你更懂得周围的女人们，例如你的朋友、同事和家人。

本书的某些部分可能会引起你内心深处的共鸣，从而让你惊喜而深刻地发现自我。你可能会发生认知上的变化，获得更多的自信，并品尝到冒险和挑战的滋味——你即将改变现在的自我，成为内心深处真正渴望的自我。

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 作者简介

作者：（美国）塔格特等 译者：陈浪

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 书籍目录

### 目录

第一章 你的生活圈：家庭、工作、娱乐和感情世界

第二章 一起来定义自己

第三章 衣橱心理学

第四章 发现你的时尚人格面具：内在的自我表达

第五章 衣橱学101“拔乱反正”的蓝图

第六章 比例哲学：水平线穿衣法

第七章 自下而上打造衣橱

第八章 商务休闲装的兴起

第九章 一起购物吧！

第十章 点睛之笔与最终润色

第十一章 旅行：旅行箱就是衣柜

50个人气小窍门

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 章节摘录

插图：让我们回顾一下凯的事例。正如我们在本章开始时看到的，她是有两个小孩的职业母亲。她是我们真实生活里的来访者。当凯完成了“你的生活圈”时，她被结果惊呆了。尽管她开始认为自己有不少工作服装（她的工作占35%），但当她排除掉那些从来不穿的衣服后，只剩下几件最基本的衣服。凯意识到，她始终只偏好黑色、棕色和中性风格，而从没穿过那些为了增添点变化而买的亮色和印花的衣服——它们就是不合时宜。同时她也发现，虽然她也经常穿一些休闲的亲子牛仔裤和T恤，但从没真正喜欢过这些衣服。然而在购物的时候，她又从不在买那些能让她满意的休闲服饰上花费心思，尽管她每天都在穿这类衣服。凯也发现，她有些不切实际，舍不得扔掉那些她胖了5公斤之前的衣服，这些衣服很早就不合身了。这种不切实际的情况也出现在她的运动类服装上：买了很多漂亮的滑雪衫，但她却从不去滑雪！不止如此，她为什么就从来不花点儿时间买一些漂亮的牛仔裤、时尚的上衣和毛衫以满足她很多日常活动的需求呢？最后，凯对自己的购物习惯算是大开眼界了——买了很多华丽、昂贵的衣服，但它们即便在偶尔和丈夫或朋友出席的晚宴上也派不上用场。为什么凯一再重复地犯同样的错误呢？不论我们是否意识到，大多数人都在购买衣服时一再地犯着同样的错误。一旦明白为什么衣橱和自己的“生活圈”并不同步时，你就可以开始解决这样的问题了。

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 编辑推荐

《女人要懂的衣橱心理学》由中国轻工业出版社出版。

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 精彩短评

- 1、还没仔细看，但是大体看了一下，还不错
- 2、一口气看完的，最深的体会在前面，女人首先要学会淘汰，不穿的就得扔，否则就永远有一橱子的衣服却没衣服穿。
- 3、大概看了一下就看不下去的书，与心理学没什么关系。与你自己的生活实际比较联系吧，看了等于没看的书。
- 4、意外的不错
- 5、我觉得有用，特别是形象设计师对顾客的心理有一些了解，有帮助！
- 6、女人啊，衣服永远不够多，衣橱永远不够大！
- 7、虎头蛇尾有点
- 8、书中的“你的生活圈”给我太大太大的帮助了，以前从来没有从这个角度去考虑购买衣服，但这些却是我们最需要的，帮助很大，唯一一点不足的就是，要是中国人写得就更好了，翻译过来的多少还是有些差别的。  
备注下，书中几乎没有图片，基本上都是文字的，有点深度，如果想简单学的朋友们还是慎买，因为你可能会感觉有点乏味，这里好多东西都是需要你去思考与实践中学到的，一旦学成，就会获益匪浅的！
- 9、挺不错的，说的很实用，可以研究
- 10、豆列收的，真心不错。
- 11、对购物狂却又觉得搭配不好的女人真的比较适用。分析了根源所在。值得一读。
- 12、有系统的知识和较科学的测试，也有具体的指导，正在学习过程中。however,书的字印的太小了，（是过分节约成本还是盗版？）比在网上看东西都费劲多了。刚买了就降价了，真是 a litte blue！
- 13、是看过的关于应该如何购买衣服的5,6本书里最好的。  
从根儿上弄明白了，我为啥热衷于不停的买衣服，而出门时总感觉没有合适的衣服穿。  
原来，我希望自己展现给他人的是“时尚又有艺术趣味的”，而买回来的衣服全都是“自然闲适型”的。  
此外，没有根据时间的分配买衣服。比如工作时穿的衣服明明应该占我服装最大份额，因为我穿这类衣服的时间场合最多，但我喜欢买的都是休闲时候穿的衣服。  
第3个问题是，我买的衣服上下搭不上，所以有很多衣服，还是感觉没衣服穿。  
这本书主要讲如何打理衣橱，使你的服装契合你的生活。关于某种身体类型应该怎么打扮讲的不多。适合跟我一样，衣服很多仍然感觉没合适衣服穿的人看。
- 14、不错 从下身开始搭配.....
- 15、作者简直是妇女之友
- 16、不太实用，实用的东西不多。
- 17、操作性仍然不够强
- 18、要画个饼图！要理智地购买衣服。
- 19、废话太多--。有空看完这本不如去看《人生整理魔法》
- 20、随便翻翻，有所收获的是，要注意：时间、地点、场合。
- 21、挺不错的一本书，有一些理念比较不错，能对衣服方面的有一个比较基础的想法~
- 22、分析和讲的都很有道理，挺实用的。值得一看。
- 23、有些内容不太适合国情，看完收获不大！
- 24、书不错，有指导性
- 25、我开始想要淘汰一条牛仔裤了.....
- 26、好书我喜欢和朋友分享。这次多买了两本送闺蜜。
- 27、选对衣服省大钱
- 28、不错，闲时可读
- 29、主要是心理分析，叫人勇敢地去打扮自己，但是对于实用的打扮方面技巧，没有太大帮助。
- 30、我的衣橱还算整齐，衣服也不少，但总是找不到要穿的衣服，看了这本书，明白为什么了。计算哪天整理自己的衣橱呢。



## 《女人要懂的衣橱心理学》

- 31、如果配有图片会更好，非常专业全面的书
- 32、看得多了也就那么回事。
- 33、画饼图，计算不同活动所占据的时间，思考这些场合要穿什么衣服，然后决定挑选服装。
- 34、衣橱里满是情绪。nice book~
- 35、一般，外国人的东西，有些不太适合咱们！
- 36、可以让你审视自己的衣柜，知道什么才是需要的避免买不必要的东西。挺实用的，就是里面的纸质不太好，不是彩色的。
- 37、没有想象中的厚，有点薄，觉得有点小贵，希望看完之后会有收获
- 38、这本书不错，有打扮还有心理。是我想要的。里面的内容页可以的。。
- 39、书评的总结，很受益。
- 40、不错。画生活圈，自下而上整理衣橱，关注身体的比例，把自己当做商场采购员等等这几招很有用。
- 41、还不错,受益两点: 着装风格类型; 自下向上选服装.
- 42、没什么感觉，说一点没有吧，还有点！不是太好
- 43、其实应该有两处放衣服的地方.现实和梦境.
- 44、总的来说写的还不错，图文并茂的~
- 相对国内一些形象书籍更通俗一些~
- 45、非常实用
- 46、没有形象管理意识基础的女性可以好好读读。衣橱是穿着出色与成功的核心，不会管理衣橱就等于先天心脏病，穿着永远不会健康。
- 47、对于已经有四个大衣柜和两个展示架仍然往家买衣服的我来说，这本书很必要！必须买。买吧买吧。
- 48、翻完pdf~活动时间分布，人格面具类型，下装优先~
- 49、太过理论化，很难读下去，开头的几个观念还有点借鉴意义。把自己的时间按照场合标记出来，列出自己实际穿某类型衣服的时间。
- 50、很喜欢这本书，蛮有用哒！
- 51、按生活比例安排衣服；自下而上搭配。
- 52、女人衣柜里总是会少那么一件衣服么。看了以后，我发现自己以前即浪费了钱，有买了一堆很不实用的衣服。占了空间、
- 53、内容比较旧，而且不是很符合中国人
- 54、学会生存，学会工作，学会社交...
- 55、没觉得有太高实用价值
- 56、嗯，实用且料多。本来是随手下的结果翻了下发现非常有用。某该清衣橱了。【一个月分量的连衣裙什么的.....
- 57、刚拿到手，感觉不错，先看看再说
- 58、这本书还算比较实用 而且我丢衣服时也更心安理得了。那些衣服再漂亮 买得再贵 留给我再多美好记忆 可是已经不适合我了 还有什么用呢。延伸范围 对人也是这样。
- 59、休闲读物，有实用小窍门。
- 60、有趣，但深度不够，算不上心理学书籍。可以作为休闲读物购买。
- 61、这本书与一般的穿衣搭配类书不同，观点独特，特别有实用价值，帮助女人理性地买衣服穿衣服，很好。
- 62、内容确实很丰富，前半部分看着还行，后面到购物的部分就看不进去了，直接快进着翻完。难道不只是商场，现在连“购物”两个字都能让我条件反射地缺氧犯困了么（那每个月的信用卡都划在哪里了喂！
- 63、不错的书，如果你想有效的利用已有的衣服，高效整理衣橱，理性有计划有目标的购物，推荐看。
- 没有什么图画，主要是文字，但是文字本身轻松而又建设性。我现在时常翻看，提醒自己，女人应该时尚，但是要了解自己所需，有的放矢，时尚也要高性价比。
- 64、为什么这种书会没有插图！

65、建议都挺好的，要开始执行啦

- 1、衣橱对于女人来说何其重要，这本书介绍的非常清楚，收集了你的生活经历、态度、恐惧、野心，以及对未来的希望，关乎自信、自尊、自我.....起身打开自己的衣橱，胡丢乱塞一气，实在汗颜。按照书里的点开始改造自己的衣橱：1.要与“生活圈”同步，按比例配置衣物。这个点之前从没想到，仔细画了一下，自己主要的活动就是工作和周末带娃；列了一下工作主要需要的衣服类型在购物单上，买衣服心里有数了。2.精简衣服，丢掉“有一天会穿”类型、好几年没出镜类型，剩下的仔细检查了下，该干洗的干洗，该修补的修补，保证随时都可出场；3.统一衣架，裤夹；把工作场所穿着的衣物单件整齐挂起来，剩下的按类叠好，果然清爽多了；按照书里的提示“在衣橱里购物”，想一想是否还可以有新的搭配；善待这些精选出来的衣物，每次穿完回来挂好，以免起褶或者弄脏，爱惜也是一种节约；4.把配饰统一放在一个盒子里，丝巾腰带挂在架子上，开柜子就可看到；5.按照书里的比例哲学对照自己，了解自己的比例适合的衣服，记在购物单上；配饰很重要，每次逛街多留意下，也许会与自己喜欢的不期而遇；书里提到一个点是自下而上的打造衣橱。因为下装一般比较难买到合适的，所以购置衣服要先从下装开始，这一点对于我是新颖的，之前从来没有发现这个奥秘。还介绍了很多购物以及旅行时如何装箱的tips，也很有启发。望着清爽的衣橱，感觉心情也轻松了好多，里面挂着的每一件衣服都是随时可以出门的，再也不用早上起来慌慌忙忙的试穿，又发现想穿的衣服掉了扣子或者有一大块污渍，从而早上也会更从容一些。下次出门逛街心里有数了，不用再被打折吸引而买了不合适的衣服。女人一生都要美，美是了解自己的风格，并贯彻这种风格的态度。很喜欢这本书，对于开始起步经营自己身心的我来说，很有启发。衣橱知我心。进步，从经营一个清爽的衣橱开始。
- 2、觉得这本书大体两点就可以总结完了1.总结自己的生活圈面对各种场所的时长而分配调整好你的穿衣比例。比方说按百分比来算，你拥有一份全职的工作，但是否衣橱中38%的衣服是为你工作准备的呢？2.学习自下而上的穿衣往往我们决定好了要穿的上衣了，却总是找不到合适的下装来搭配。好吧，至少我是这样的。
- 3、是看过的关于应该如何购买衣服的5,6本书里最好的。从根儿上弄明白了，我为啥热衷于不停的买衣服，而出门时总感觉没有合适的衣服穿。原来我没有根据时间的分配买衣服。比如工作时穿的衣服明明应该占我服装最大份额，因为我穿这类衣服的时间场合最多，但我喜欢买的都是休闲时候穿的衣服。第2个问题是，我买的衣服上下搭不上，所以有很多衣服，还是感觉没衣服穿。这本书主要讲如何打理衣橱，使你的服装契合你的生活。关于某种身体类型应该怎么打扮讲的不多。适合跟我一样，衣服很多仍然感觉没合适衣服穿的人看。

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 章节试读

### 1、《女人要懂的衣橱心理学》的笔记-第134页

从下到上穿衣，先找鞋子吧。

为什么细跟高跟鞋是商务形象的致命杀手??

### 2、《女人要懂的衣橱心理学》的笔记-第112页

原来那件面料和风格非常合适的西装外套穿起来总是很奇怪的原因在这里，我应该买小一号的...

# 《女人要懂的衣橱心理学》

## 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：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)