

Оглавление

МОЙ ПУТЬ В СТИЛИСТИКЕ. В качестве предисловия.....	7
ВВЕДЕНИЕ	11
ЧАСТЬ I.....	15
Глава 1. ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ СТИЛЬ. ИДЕОЛОГИИ И РЕАЛЬНОСТЬ	15
Зачем нужен индивидуальный стиль	17
Индивидуальный стиль сегодня — необходимость или излишество?	22
Глава 2. МОДА и СТИЛЬ. НУЖНО ЛИ ВЫБИРАТЬ?.....	25
Несколько слов о моде	25
Модных много, стильных — единицы.....	26
Глава 3. МИФЫ О СТИЛЕ	30
1. Стиль — это дорого	30
2. Создание стиля не требует много времени	32
3. Чтобы создать стиль, нужна профессиональная помощь	33
4. Стиль может меняться в зависимости от настроения	35
5. Чтобы быть стильной, нужна стройная фигура	36
6. Классический стиль — беспроигрышный вариант для всех	37
7. Стильно — это модно, броско и необычно.....	37
8. Стильно — это красиво и всем нравится.....	38
9. Стиль и возраст.....	39
10. Обратиться за помощью к стилисту означает признаться в отсутствии вкуса.....	40
11. Стиль — это излишество. В жизни есть более важные вещи	41
Глава 4. БЫТЬ ИЛИ... КАЗАТЬСЯ?.....	43
Глава 5. СТРУКТУРА ВИЗУАЛЬНОГО ОБРАЗА	48
Элементы внешнего образа	48
Идея индивидуального стиля.....	50

Персональная формула стиля.....	53
ИТОГИ I ЧАСТИ.....	57
ЧАСТЬ II.....	59
Глава 6. ПРОСТРАНСТВО ЦВЕТА.....	59
Что такое цвет в одежде.....	59
Характеристики цвета.....	59
Цветовой анализ внешности. Определяем свою индивидуальную палитру.....	63
Глаза – зеркало души.....	69
Психология цвета.....	72
Гармоничные цветовые сочетания.....	75
Глава 7. ФОРМА и СИЛУЭТ.....	79
Что такое форма.....	79
Выбор формы.....	82
Типы фигур.....	88
Секретная длина изделий.....	92
Визуальная коррекция.....	93
Глава 8. ФАКТУРЫ.....	102
Значение фактур в образе.....	102
Виды фактур.....	102
Выбор фактуры.....	104
Фактуры в аксессуарах, причёске, макияже.....	110
Глава 9. РИСУНКИ и РИТМЫ.....	113
Выбор подходящих рисунков.....	113
Значение рисунка.....	117
Сочетаемость принтов.....	119
ИТОГИ II ЧАСТИ.....	123
ЧАСТЬ III.....	125
Глава 10. МОЙ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ГАРДЕРОБ.....	125
Идеальный гардероб.....	125
Ревизия гардероба.....	126
Анализ вещей.....	128

Тайна третьей кучки	131
Итог ревизии гардероба	132
Построение гардероба	133
Финансы	138
Список покупок и диаграмма занятости.....	140
Правила создания комплектов	144
Место аксессуаров в гардеробе	146
Качество аксессуаров.....	148
Украшения	149
Глава 11. ШОПИНГ – РАЗВЛЕЧЕНИЕ ИЛИ РАБОТА.....	151
С чем и в чем идти на шопинг.....	151
Как выбирать нужные вещи.....	153
Вещь мечты или как не покупать лишнее	155
Шопинг как развлечение	157
Индивидуальный пошив	159
ИТОГИ III ЧАСТИ.....	161
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	166
Контакты.....	169