

案例 2.1：男士仪容仪表要注意

男人爱美不像女人那般投入，但若不注意自己的形象，就会成为时代的落伍者。一个头发杂乱、衣着不整、眼神散漫的男人，会得到同性的友情吗？会讨得女性的喜欢吗？结论当然是会影响他的交际。

那么，男人的形象要注意哪些方面呢？一般来说，要保持男人绅士般的形象也不是很难，注意以下几个方面的问题即可。特别是新郎们和各位爸爸们，在婚礼前夕要注意自己的仪容仪表哦！

身上有异味

要经常清理男人的汗腺比较发达，出汗后身上会产生一些酸败味，这样会使人“敬而远之”。所以，大汗刚过的男人如有可能应换上干净的衣服再往人群中凑，或注意与他人保持一定距离，还可在腋下胸前等易出汗的部位涂一点儿止汗香剂。吸烟的男人最好在与人交谈时停止吸烟，注意不要过近地与人面对面谈话，吸烟后最好能嚼点儿口香糖等能去除烟味的食物。不少男人是汗脚，所以，应注意保持鞋的清洁，皮鞋最好有两双以上，换着穿。有口臭的人，应养成一日刷三次牙的习惯，如一段时间之后仍有口腔异味，应去看医生。

胡须、头发常清理

男人的头发和胡子很容易影响自身的美观，油腻脏乱的头发对精神面貌有很大的负面影响。男士应该每天都将自己的下巴刮得光洁平滑，这样看上去更显年轻。

别让脸上总是过于油腻

多数男人的脸比较容易油腻，且易生出粉刺，因此要特别注重面部的清洁。不妨选用男性洗面奶及吸油面纸等，每日早晚各清洁一次，这样既清洁又护肤。

精神面貌不容忽视

男人的形象与其精神面貌有很大的关系，如果外表各方面都处于最佳状态，但目中无光，神态不振，这个人的形象也就谈不上好。所以，男人在精神面貌上要保持对生活的乐观和追求，少些抑郁忧愁，多些爽朗欢笑。

案例 2.2：不同脸型搭配不同的发型

发型是人体美的重要组成部分，是自然美与修饰美的结合。发型不仅反映着人们的物质，文化生活水平，而且也体现了时代的精神风貌。发型的选择应与脸型、年龄、职业、性格、气质、爱好相符。

发型选择的原则，根据脸型选择发式：

1、长型脸

长脸，就是脸型比较瘦长，额头、颧骨、下颌的宽度几乎相同，但是脸宽小于脸长的三分之二。一般长脸的人容易显老，其原因是眼睛到嘴角的距离长，额头露出较多，因此，为了展示这种脸型的魅力，关键要使它具有华丽而明朗的表现力。华丽的表现要从视觉上缩短脸的长度，同时还可以表现出沉稳的气质。额前垂下刘海是很关键的弥补措施。

长脸形的人天生拥有难以言说的高贵气质，是古代贵妇所钟爱的脸型。但脸形太长的话，则变成马脸。而且因为脸型长的人下巴较尖，两颊单薄，因而更显柔弱，毫无生气。因而长脸形的人在选择发式时要适当加宽额头宽度，突出高贵气质，而掩盖病态的美感。脸形长的人最好采用二八分头或一九分头。在发式选择上避免采用垂直长发或短发，这让你显得老成而且呆板，无形中进一步拉长了脸部长度。选用蓬松式发式最为恰当。尤其鬓边的厚度蓬松可以很好地掩盖脸颊的瘦长。

2、方脸

方脸，也就是额头、颧骨、下颌的宽度基本相同，就是四四方方的。由于棱角突出而不具备女性柔美，应采用波形来弥补有棱角的感觉，突出脸部的竖线条，促使脸型变圆或椭圆型。如果选择长发型，最好是将全发烫成柔软的大波浪，在脸周围形成松松的感觉。方型脸：宜选用不对称的刘海破掉宽直的前额边缘线，同时又可增加纵长感。方型脸的发型搭配这种脸型的人最忌讳留短发尤其是超短型的运动头。宽大因此采用五五分头，减少宽度的视觉冲击。在鬓边留下自然上卷的发梢，两边对称。发式以长发为佳。如果个子矮小不宜留长发的，选择齐肩短发最好。方形脸的人一般前额宽广，下巴颧骨突出，人显得木纳。。发尾要前梳，覆盖住两面颊，可以掩盖下巴骨骼的突出。如果往后梳，千万不要打薄，厚厚的发层能使两边脸颊显得纤弱。方型脸可采用选发型的主要目的是尽量把下颞角盖住，不要使下颞角这样明显。一般头发不要剪太短，也不要剪太平直或中分的发型，这样会使脸显得更方。头发要有高度，使脸变得稍长，并在两侧留刘海，缓和脸的方正。头发侧分，会增加蓬松感，头发一边多，一边少，营造鸭蛋脸的感觉。

3、圆脸

圆脸和方脸一样，都是额头、颧骨、下颌的宽度基本相同，最大的区别就是圆型脸比较圆润丰满，不像方型脸那么方方正正。

圆脸型：特征为圆弧型发际，圆下巴，脸较宽。圆脸型：适合垂直向下的发型或盘发。圆脸型的人最好选择头顶较高的发型，留一侧刘海，宜佩戴长坠型耳环圆脸型男士的发型最好是两边很短，顶部和发冠稍长一点，侧分头。吹风时将头顶发吹得蓬松一点，显得脸长一些。女短发则可以是不对称或是对称式，侧刘海，或者留一些头发在前侧吹成半遮半掩脸腮，头顶头发吹得高一些。圆脸的宽度和长度似乎一样，因此额前发际都比较低，耳部两侧较宽，脸部肌肉比较丰满，总给人一种胖乎乎、很孩子气的感觉。其实只须在头发上稍作处理，圆脸即可以显长。刘海从发稍稍削薄，体现出尖锐感为好。留长发的话，宜用中分缝，使头发偏向两侧流下，使圆脸具有成熟的印象。人显得头重脚轻，适合的发型是两边削薄，挽到后脑勺，适当增加头顶发层的厚度。这样就能让脸显得长一些，增加稳重感，又不失甜美。

4、正三角脸（“由”字脸）

正三角形脸刚好与逆三角形脸相反。在发式选择上综合方形脸和长脸的缺陷掩饰方法，做法与逆三角形脸相反。放在头顶及两鬓的加宽，下巴的掩盖上。由于三角型脸有窄额头和宽下巴，对于这种脸型，在发型设计上应体现额部见宽，把太阳穴附近的头发弄得宽和高一点，以平衡下颚的宽度，尽量把刘海剪高一点，使额头看起来高一些。并且避免下巴附近头发太多，这款发式上半部有动感，下半部稳稳垂下，能在一定程度上纠正脸型的不均衡感。