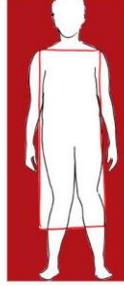


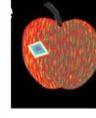
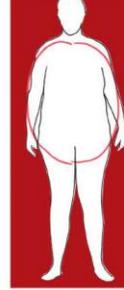
شكل الكأس

- أكتاف عريضة.
- صدر كبير.
- لا يوجد خصر.
- أرداف صغيرة.
- ساقان طويلتان.



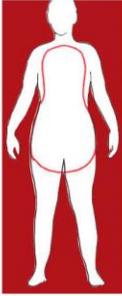
شكل القرميدة

- أكتاف عريضة.
- لا يوجد خصر.
- بطن متوسط.
- أرداف مسطحة.
- أفخاذ غليظة.
- كاحلان غليظتان.



شكل التفاحة

- صدر متوسط
- بطن مترهلة أكثر بروزاً عن الصدر.
- أرداف مسطحة للغاية.



شكل قانيئة

- صدر متوسطة؟
- خصر رشيق.
- بطن متوسط.
- أرداف ضخمة.
- كاحلان غليظتان.



شكل الكمثرى

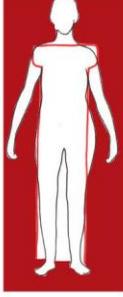
- صدر صغير.
- خصر طويل
- بطن مشدود.
- أرداف كبيرة.
- ساقان مكنترتان.



شكل الجرس

- أكتاف صغيرة.
- صدر صغير.
- خصر صغير وقصير.
- أرداف ضخمة.

تقسيم Trininy & Susannah لأنماط الجسم إلى اثني عشرة نمط



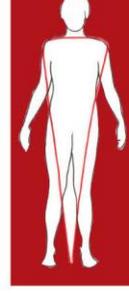
شكل العمود

- عرض الأكتاف مساوى لعرض الأرداف.
- خصر طفيف.
- ساقان طويلتان.



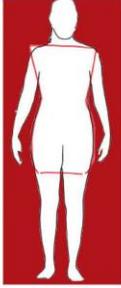
شكل المصاصة

- صدر كبير.
- خصر طفيف.
- أرداف رشيقة.
- ساقان طويلتان.



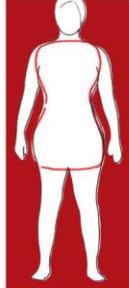
شكل القمع

- أكتاف عريضة.
- صدر صغير.
- لا يوجد وسط.
- أرداف رشيقة.
- ساقان رشيقتان طويلتان.



شكل زهرية

- صدر كبير.
- خصر طويل مستدير بدرجة طفيفة.
- الأرداف متوازنة مع الصدر.
- أفخاذ وأرجل رشيقة.



شكل الساعة الرملية

- صدر كبير.
- صدر صغير وقصير.
- أرداف ضخمة.
- ساقان مكنترتان.



شكل آلة التشيلو

- صدر كبير.
- خصر صغير.
- أرداف ضخمة ومرتفعة.
- أفخاذ ضخمة.
- ساقان رشيقتان (بعد الركبة)

تقسيم Trininy & Susannah لأنماط الجسم إلى اثني عشرة نمط

## ١ - نمط الجسم على شكل قانيئة Skittle

<p>- الجسم على شكل قانيئة، فهو هيئة جسد تقليدية نوعاً ما، النصف العلوي طويل ونحيل والنصف السفلي عريض.</p> <p>- تكثر التكتلات في منطقة البطن وتحت الخصر وفوق محيط الأرداف، فمشكلة هذا النمط الأفخاذ المكتنزة.</p> <p>- الخصر نحيل - الذراعان رشيقة<sup>(١)</sup> - الرقبة طويلة - الجذع طويل - الساقان قصيرتان نسبياً شكل (٤٧)</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>إبتكار تصميمات تساعد على إظهار جمال المنطقة العليا من الجسم وتقليل النظر إلى منطقة الأرداف المعيبة.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b></p>
<p>- الخطوط العرضية في الجزء العلوي (وذلك للإيحاء بتعريض هذا الجزء)</p> <p>- الخطوط الرأسية في الجزء السفلي (وذلك لتوحي بتقليل مساحة هذا الجزء)، شكل (٤٨)</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>
<p>- يجب الإبتعاد تمامًا عن خطوط التصميم التالية لأنها تزيد من عيوب الجسم وتبرز مساحة الأرداف وقصر الساقين.</p> <p>- ملابس ذات خطوط طويلة في الجزء العلوي، - بنطلون قصير، - جونلة ذات خطوط تصميم أفقية، كما يجب الإبتعاد عن الأقمشة المرنة في صنع الجونلة والبنطلون فذلك يظهر بروز الفخذين.</p> <p>- جاكيت يغطي نصف الأرداف شكل (٤٩).</p>	<p><b>خطوط التصميم الغير مناسبة للنمط</b></p>
<p>- تفضل الألوان اللامعة والزاهية والبراقة في الجزء العلوي لجذب النظر أكثر إلى الجزء الحسن للجسم وليبدو أكبر حجمًا ومتناسبًا مع الجزء السفلي المكتنز مثل الأحمر والأرجواني.</p> <p>- أما الجزء السفلي فتفضل الألوان الداكنة مثل الرمادي</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>

(1) Trinny & Susannah: Op. Cit., p. 22.

الداكن أو الفحمي وأيضًا البني الغامق والأزرق القاتم.	
<p>- الأقمشة المرنة في الجزء العلوي وليس السفلي.</p> <p>- الأقمشة اللامعة للجزء العلوي.</p> <p>- القماش القوي للجونلة والبنطلون، ولكن عند تصميم الجونلة ذات الكسرات الكثيرة أو الكشكشة يفضل الأقمشة التي تعطي الحيوية للجونلة، وكذلك عند تصميم الجزء السفلي للفستان<sup>(١)</sup>.</p>	<b>الأقمشة المناسبة</b>
<p>إستخدام الإكسسوار في منطقة الصدر والرقبة، والأقراط الخلابية لجذب النظر إلى الجزء المفضل من الجسم، مثل قلادة يتدلى منها قلب صغير، أو أقراط متدلّية على الرقبة الطويلة الجميلة.</p>	<b>المكملات</b>

## ٢- نمط الجسم على شكل كأس The Goblet

<p>- الجسم على شكل كأس، فهو يتميز بنصف علوي مكنتز وعريض.</p> <p>- ساقان رشيقتان ومتناسقتان إلى حد ما مع النصف العلوي.</p> <p>- مشكلة النمط في النصف العلوي في الصدر الكبير والبطن المترهلة والمساحة الكبيرة للظهر المكنتز التي تعادل ما يقابلها من مقدمة الجسم المكنتزة - الخصر غير نحيل<sup>(٢)</sup> شكل (٥١)</p>	<b>مواصفات النمط</b>
<p>إبتكار تصميمات لتساعد على إظهار جمال الجزء الأسفل من الجسم وتقلل من المظهر المرئي للجزء العلوي للجسم، وإيجاد نوع من التناسق والتجانس بينهما.</p>	<b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b>
<p>- التركيز على خطوط التصميم التي تعمل على إظهار جمال وطول الساقين.</p> <p>- فتحة الرقبة الواسعة العميقة على شكل V لتعمل على تقليل</p>	<b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b>

(1) Trinny & Susannah: Op. Cit., p. 28.

(2) [www.trinnayandsusannah.com/m/sc/body\\_shape\\_survey](http://www.trinnayandsusannah.com/m/sc/body_shape_survey).

<p>اتساع منطقة الصدر.</p> <p>- يمكن تقليل حجم الصدر عن طريق زخرفة الملابس بشريط من نوع قماش مختلف حول فتحة الرقبة المتسعة وعلى شكل V، كما يتم إضافة شريط آخر يلتف حول المنطقة تحت الصدر مباشرةً، ثم يتسع الملابس للخارج عند نهاية طرفه وذلك لتفادي ظهور منطقة البطن المترهلة، شكل (٥٢)</p> <p>- التصميمات الطباعية والزخارف في الجزء العلوي تكون متوسطة وبديعة لتعطيه رشاقة<sup>(١)</sup>.</p>	
<p>- الملابس التي ليست بها أية تفاصيل والتي تشبه الصندوق الورقي تؤدي إلى تضخم النصف العلوي المكتنز بشكل كبير فيبدو غير متناسق أكثر مع الجزء السفلي، شكل (٥٣).</p> <p>- فتحة الرقبة العريضة المسطحة على الكتفين تزيد من مساحة الكتفين وكذلك توحى بأتساع منطقة الصدر أكثر.</p> <p>- الجاكت مزدوج الصدر (ينطوي جانب منه على الآخر) مع صفيين من الأزرار يوحى بتضخم منطقة الصدر أكثر.</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>- تستخدم الألوان الفاتحة للجزء السفلي، والداكنة للجزء العلوي</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>- أقمشة الجينز للبنطلون، - خامة القماش ونقوشه لها دور كبير في تصغير النصف العلوي للجسم حيث يفضل النقوش الصغيرة والمتوسطة والأقمشة الخفيفة نوعاً.</p> <p>- قماش الجونلة يجب أن يكون قوي وثقيل حتى لا يظهر الفخدين بصورة أصغر من النصف العلوي بدرجة كبيرة، وكذلك ليوارى البطن المترهلة.</p> <p>- عدم استخدام الأقمشة الشفافة وإختيار الأقمشة الأثقل من تلك الشفافة التي بها لمعة وضوء<sup>(٢)</sup>.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>- الأحزمة الجلدية الرفيعة.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

(1) [www.dailymail.co.uk/femail/article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womens-body-types-you.html](http://www.dailymail.co.uk/femail/article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womens-body-types-you.html).

(2) Trinny & Susannah: Op. Cit., p. 30.



شكل (٤٧) الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل قانيئة



شكل (٤٩): الأزياء غير  
المفضلة لنمط الجسم  
على شكل قانيئة



شكل (٤٨): الأزياء المفضلة لنمط  
الجسم على شكل قانيئة



- الجونلة ذات القصات الرأسية تعمل على تناسق المنطقة المحيطة بالأرداف والمنتسعة للخارج عند الجزء العلوي من الساقين.



- يفضل الجاكت ذو الكولة العريضة المسطحة على الصدر، فتحة الرقبة الواسعة للغاية لتكبير مساحة الكتفين للتوازن مع النصف السفلي، - يفضل الجاكت القصير لأنه يوجي بطول الساقين، ويبرز جمال الخصر النحيل.



تفضل البلوزة القصيرة نوعاً، ذات الأكمام المنتفخة أو المكشكشة لتكبير مساحة الكتفين لتتوازن مع الأفخاذ المكتنزة. - وجود فيونكة أو ربطات أخرى على صدر البلوزة يجذب النظر أكثر إلى المنطقة العليا من الجسم.



- يفضل ارتداء بنطلون واسع الأرجل، بسيط التصميم يتدلى من أعلى منطقة في الأرداف إلى القدمين، ليس واسعاً فضفاض بدرجة تقسد الشكل العام.



- جيوب البنطلون يصمما بزواوية حتى لا يضحما حجم الأرداف - لإطالة الساقين يجب أن تنسدل أرجل البنطلون مباشرة مع الحذاء<sup>(1)</sup>.

- يفضل أن ينسدل الفستان ملتصقاً بالمناطق المراد إبراز جمالها في النصف العلوي.

- وضع حزام رفيع للفستان ليبرز جمال الخصر النحيل.

- عمل خطوط تصميم منحنية بجونلة الفستان لإبعاد النظر عن امتلاء الفخذين.



- نهاية خط ذيل المعطف يجب أن تمتد حتى الركبة لتغطية امتلاء الفخذين ولا يجب أبداً أن ينتهي خط الذيل عند منطقة الأرداف.

- يفضل الأكوال العريضة المسطحة على الكتفين لجذب النظر إلى منطقة الصدر الجذابة.

### شكل (٥٠): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل القانيئة

(1) Trinny & Susannah: Op. Cit., p. 28.



شكل (٥١): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل كأس



شكل (٥٣): الأزياء غير المناسبة لنمط الجسم على شكل كأس



شكل (٥٢): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل كأس



عدم استخدام خطوط التصميم الصندوقية للجونلة، ويفضل الجونلة ذات القصات المائلة أو التي بها طيات مشدودة لأعلى عند منطقة الأفخاذ لتعطي مزيد من الأنوثة.



الجاكيت المحكم يعمل على إظهار الخصر بشكل رشيق وأيضًا يعمل على رفع الصدر وتماسك الجسم معطيًا جسدًا رشيقًا.



البلوزة التي لها فتحة على شكل Y فهي تعمل على إنفصال النهدين المتضخمين. البلوزات الضيقة نسبيًا والملتفة حول الجذع والتي يلتف فيها شريط من القماش تحت منطقة الصدر ذات النقوش المتوسطة فهي تقلل من مساحة وحجم الصدر.



لا يناسب هذا النمط ارتداء بنطلون فضفاض لتغطية منطقة البطن المترهلة، ولكن يفضل ارتداء بنطلون جينز ضيق ليظهر رشاقة الساقين وطولهما مع ملابس طويلة نسبيًا يغطي البطن المترهلة.



أهم ما يميز الفستان أن تستغل كل تفاصيله لتقليل حجم الصدر وتقليل منطقة البطن وجذب الإنتباه إلى الجزء السفلي الرشيق.



يفضل المعطف الضيق على محيط الخصر، وبه مكان للحزام حول الخصر وذلك لإبراز الخصر بشكل رشيق، وبه جيوب كبيرة موضوعة على منطقة الأرداف لتعطي أنيقة، وخطوط تصميم الكروحات تندمج مع شكل الجسم فتقلل من إتساع مساحة النصف العلوي.

شكل (٥٤): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل كأس

### ٣- نمط الجسم على شكل ساعة رملية The Hourglass

<p>- يتميز نمط الجسم على شكل الساعة الرملية بشكل أنثوي فائق.          - بزوغ الصدر مبكراً للفتاة.          - صدر كبير متوازن مع الأضلاع الممتلئة والمكتنزة.          - خصر قصير ورقيق.          - ومن عيوب هذا النمط قصر الخصر وطول إنفراج الرجلين مما يوحي بقامة أقصر من المرأة التي يكون جسدها على شكل زهرية (وهو الشكل الأكثر قرباً لهيئة الجسد على شكل الساعة الرملية) شكل (٥٥)</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>- ملابس طويلة للجزء العلوي، يصل إلى أدنى منطقة في الحوض وذلك ليخدع الناظرين بعدم معرفة نهاية الأرجل وبداية الأرداف<sup>(١)</sup>.          - التأكيد على أنوثة الجسم لهذا النمط بتصميم أزياء تبرز جمال الصدر والأرداف والتأكيد على الخصر الرقيق فلا يبدو الجسم ضخماً ومكتنزاً<sup>(٢)</sup>.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b></p>
<p>- ارتداء الملابس المحبكة التي تنطبق مع منحنيات الجسم والتي تطيل الجذع القصير.          - التنورة المحبكة الطويلة المنسدلة على الجسم بشكل مستقيم.          - الجواكت المحبكة البسيطة والفساتين بدون أشرطة أو أحزمة عريضة حتى لا تزيد من ضخامة الجسم شكل (٥٦).          - البلوزة لها فتحة رقبة على شكل V لأنها تقلل من حجم وإتساع الصدر<sup>(٣)</sup>.</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>
<p>- ارتداء الفستان الواسع الفضفاض الذي له صدر بلوزة يزيد من امتلاء الصدر وقصر الخصر وضالته.</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>

(1) Trinny & Susannah: Op. Cit., p. 62.

(2) www.nzgirl.co.nz/articles/8129.

(3) www.beautygowns.blogspot.com/2008/08hourglass-type.html.

<p>- ارتداء ملابس مزركشة، مكشكشة أو بها كرايش أو ربطات أو فيونكات، فذلك يحول الجسم الأنثوي إلى جسم ثمين ومنقوش.</p> <p>- الأكمام الواسعة والمنتفخة تعمل على إتساع منطقة الصدر وتضخم حجم الذراعين.</p> <p>- الحزام العريض الذي يطوق الخصر القصير يعمل على إخفائه تماماً<sup>(١)</sup>. شكل (٥٧).</p>	
<p>أنوثة الجسم تتيح له كثير من الألوان سواء الفاتحة أو الغامقة ويفضل الغامقة مثل الأحمر والأصفر والأسود والأبيض والبنفسجي والبرتقالي، ولكن يجب التوازن في إستعمال ألوان الجزء العلوي مع الجزء السفلي حتى لا يضيع الإتزان بينهما ويبدو أحدهما أكثر ضخامة من الآخر ويفضل الزي الموحد اللون وتجنب الألوان الفاتحة على الصدر أو الافخاذ حتى لا تبدو أكبر مما هي عليه<sup>(٢)</sup>.</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>- الشيفون من الأقمشة غير المفضلة للنمط</p> <p>- أقمشة الجيرسيه والأقمشة المنسدلة والأقمشة ذات الزخارف المتوسطة مفيدة للنمط، أما الأقمشة ذات الزخارف الكبيرة أو القماش الزائد كزينة تضيف حجماً وزناً إضافيين على الجسم.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>- الأحذية والصنادل ذات مقدمة مستديرة الشكل أو مقدمة بها فتحة صغيرة أو أحذية على مقدمتها ربطة أو حلية مناسبة للنمط.</p> <p>- أما الأحذية ذات الكعب العالي للغاية مدببة المقدمة والصنادل ذات السيورد المسطحة تعمل على زيادة حجم الأقدام<sup>(٣)</sup>.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

(1) Trinny & Susannah: Op. Cit., p. 60, 64.

(2) [www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html](http://www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html).

(3) Trinny & Susannah: Op. Cit., p. 62.



شكل (٥٥): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل الساعة الرملية



شكل (٥٧): الأزياء غير المناسبة لنمط الجسم على شكل الساعة الرملية



شكل (٥٦): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل الساعة الرملية





الجونلة الضيقة المنسدلة بإستقامة تعمل على إبراز المحنى الممتد حول منطقة الأفخاذ وبالتالي إضفاء مزيد من الأنوثة لهذا النمط.



- الجاكت المحبك، وياقة صدر الجاكت يؤكد على منحنيات وإستدارة الجسم. - إستخدام جواكت بها زوج من الأزرار ثم تثبيتها وبينها مسافة تعمل على إطالة الخصر القصير فيبدو الجسم أكثر رشاقة.



تفضل البلوزات المحيكة التي لها فتحة رقبة على شكل حرف V وعميقة.



البنطلون يكون من خامة مرنة، فضفاض عند منطقة الحوض وليس متسعاً بقدر كبير، و لا يفضل البنطلونات الجينز لأنها لا تخفى منحنيات الجسم.



يجب أن يكون رافعاً للصدر، ومطولاً للخصر ومحبك على الجسم.



-القطع العميق لفتحة الرقبة على شكل حرف V الذي يصل حتى الخصر ينقص نصف حجم الصدر. -قلاية الجيب الموضوعة أسفل الخصر توحى بضيق منطقة الأفخاذ نسبياً.

شكل (٥٨): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل الساعة الرملية

#### ٤ - نمط الجسم على شكل القرطاس The Cornet

<p>- الجسم مثلث مقلوب يعطي شكل غير جذاب.          - للشكل الجسدي هيئة قوية وممشوقة للغاية.          - الأكتاف عريضة، إمتلاء الذراعين، الصدر صغير، لا يوجد خصر، الأفخاذ رشيقة والساقان رشيقتان طويلتان<sup>(١)</sup>.          - الجسد يتصف بلامح أنثوية مع سمات رجولية بسيطة ويفضل مصممي الأزياء العارضات من هذا النمط لإظهار أجمل ما في الأزياء دون أن يكون لشكل الجسم تدخل جوهري في تجميل الثوب (فالجسم الأنثوي يعمل على تجميل الثوب بغض النظر عن التصميم نفسه) وتعد ناعومي كامبل من أشهر العارضات والتي جسدها يمثل شكل قمع<sup>(٢)</sup>، شكل (٥٩).</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>- التأكيد على إظهار منطقة الأرداف أكثر جمالاً.          - إظهار المنطقة العليا من الجسم أكثر رشاقة وتقليل مظهرها<sup>(٣)</sup>.          - أزياء تحتوي خطوط عريضة أو طويلة أو موروبة وملتفة حول الجسم لتبرز الجسم في شكل أنثوي متألق<sup>(٤)</sup>.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم لنمط</b></p>
<p>- يجب ارتداء صدر به رافعة أو مشد للخصر للإيحاء باستدارته.          - خطوط كم الريجلان التي تساعد على جذب النظر إلى أسفل.          - خطوط تصميم الجونلة يجب أن تتميز بالإتساع في أسفلها وذات كسرات عريضة أو ذات كنار.          - إختيار الخطوط البسيطة في البلوزة.          - إستخدام تصميمات الفساتين ذات الوسط الساقط<sup>(٥)</sup>، شكل (٦٠).</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>

(1) //imagesgoogle.com.eg/imgres?imgurl=http://bp7.blogger.com/-yhplwim5C3Q.

(2) Trinny & Susannah: Op. Cit., p.77.

(٣) صلاح عويس: الموضة وتصميم الملابس، الجزء الثالث، مرجع سابق، ص ٤٠.

(4) www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body\_shape\_survey.

(٥) صلاح عويس: الموضة وتصميم الملابس، الجزء الثالث، مرجع سابق، ص ٥٢.

<p>- تجنب استخدام أي تفاصيل عند الأكتاف مثل الاوبليت. - عدم استخدام الأقمشة العريضة الأفقية في الجزء العلوي لأنها تعطي مظهر أكثر حجماً. - عدم استخدام الجاكت القصير أو الصديدي القصير لأن ذلك يلفت النظر أكثر إلى الجزء العلوي الممتلئ. - تجنب استخدام الأقمشة السمكية أو المتضخمة أو الحشو والبطانات على الجزء العلوي من الملابس شكل (٦١).</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>الألوان المحايدة، أما إذا استخدمت الألوان الفاتحة فتكون في الجزء السفلي فقط.</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>أقمشة الجيرسية والحريير في الجزء السفلي مع إكثار طياتها</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>يفضل الحذاء ذو كعب رقيق ليظهر جمال الساقين.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

#### ٥- نمط الجسم على شكل كمنجة The Cello

<p>- أكتاف عريضة وصدر كبير وأرداف ممتلئة عالية (منحنية بدرجة كبيرة) وأفخاذ مكتنزة وساقان رشيقان بعد الركبة. - لا تعتبر المرأة صاحبة هذا الجسد صغيرة حجماً بل بالعكس فإنها متوسطة الطول وذات بنية جسدي قوي ومتناسق. - يشبه الجسم على شكل آلة التشيلو الجسم على شكل كمثرى ولكن الجسم على شكل آلة التشيلو أكثر تناسقاً وتناسقاً وذلك من خلال الأكتاف العريضة والصدر الممتلئ بجانب الخصر القصير الذي يميز هذا الجسم<sup>(١)</sup>، شكل (٦٣).</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>- تقليل مساحة الصدر والكتفين باستخدام ياقات عريضة وفتحة على شكل V وذلك لإظهار الصدر بشكل أفضل وأدق. - المحافظة على توازن الجزء العلوي (الأكتاف) مع الجزء السفلي (الأفخاذ).</p>	<p><b>خطوط التصميم المطلوب مراعاتها عند التصميم للنمط</b></p>

(1) www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body\_shape\_survey.

<p>- ارتداء بنطلون محكم على الجسم متسع الأرجل بدون جيوب جانبية.</p> <p>- لا بد أن تكون الأزياء طويلة لأن قصرها يفسد ويضخم الشكل العام للجسم.</p> <p>- تعد ساقى صاحبة هذا النمط طويلة نسبياً لذلك يمكن تزويد ثنية أسفل البنطلون لموازنة عرض منطقة المؤخرة، شكل (٦٤).</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>
<p>- ارتداء بنطلون جينز فوقه ملابس رقيق وضيق.</p> <p>- إرتدا بنطلون جينز أبيض وضيق يظهر صاحبة الجسم للنمط بأفخاذ مكنتزة وأرداف مرتفعة على الرغم من تناسب سمانة الرجل والكاحل مع الجزء العلوي للساق.</p> <p>- الإبتعاد عن الملابس القصيرة لأن ذلك يجعل الشكل العام كالبرميل<sup>(١)</sup>، شكل (٦٥).</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>- يجب الإبتعاد عن الألوان الفاتحة والزاوية لتغطية الجزء السفلي للجسم لأنها تزيد الإحساس بضخامة حجم الفخذين.</p> <p>- الألوان الغامقة للبنطلون والجونلة لإظهار الساقين بشكل رشيق.</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>- الإبتعاد عن الأقمشة اللامعة مثل الجلد والستان خصوصاً للجزء السفلي من الجسم لأن ذلك يزيد الإحساس بضخامة الأفخاذ.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>- الأحذية الجلدية أو ذات الساق الطويلة والتي بها كعب غليظ تعطي الإحساس بالتوازن مع الجزء السفلي.</p> <p>- زوج من الأقراط المستديرة الخلابة<sup>(٢)</sup>.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

(1) [www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html](http://www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html).

(2) Trinny & Susannah: Op. Cit., p.96, 100.



شكل (٥٩): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل قمع



شكل (٦١): الأزياء غير المناسبة لنمط الجسم على شكل قمع



شكل (٦٠): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل قمع

## أنماط الجسم



- الجونلة المتسعة من بداية منطقة الخصر تساعد على توازن الأرداف مع الأكتاف وإخفاء بروز البطن إذا وجد.

البلوزة ذات الياقة الواسعة وذلك لإنقاص عرض الكتفين والتي تلتف حول خط الخصر بشكل ضيق لإظهار الخصر والجذع أكثر رشاقة.



- البنطلون الجينز الضيق يظهر إنسيابية ورشاقة الساقين.  
- البنطلون المستقيم المنسدل على الكاحلين.

- الفستان له فتحة على شكل حرف V وعميقة للغاية يساعد على تقليل إتساع الكتفين.  
- الأشرطة العريضة والخطوط المائلة تعمل على إخفاء الشكل الأنثوي وفي نفس الوقت تضخيم منطقة الأفخاذ للتوازن مع الأكتاف العريضة.

- يفضل إستخدام المعطف ذو الياقة العريضة حيث تعمل على تنصيف مساحة الكتفين.  
- كما تؤدي الخطوط المقلمة الأفقية الضيقة إلى إلقاء الضوء على الخصر.  
- الجيوب الكبيرة تضيف وزناً وحجماً إلى منطقة الأفخاذ.

شكل (٦٢): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل قمع



شكل (٦٣): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل آلة التشليو



شكل (٦٥): الأزياء غير المناسبة لنمط الجسم على شكل الكمنجة



شكل (٦٤): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل الكمنجة



- نظراً لضخامة الأرداف لا بد من تجنب ارتداء بنطلون به جيوب جانبية.  
- ارتداء بنطلون واسع الأرجل لدرجة كافية للسماح بحرية التحرك للفخذين.  
- إضافة ثنية إلى نهاية خط ذيل البنطلون، يعمل على الإتران مع الأرداف العريضة.

- يفضل ارتداء جاكيت يطيل الجسد بشكل عام معطياً شكلاً مجسداً وضيقاً للخصر.  
- يفضل أن تكون ياقة الجاكيت طويلة للغاية تصل للوسط ومنتهية بزر واحد، تماماً مثل جاكيت البدلة الرسمية.

- خط الرقبة المفتوح المستدير أحد أهم المزايا لهذا النمط، ويجب أن تكون البلوزة طويلة لتغطي منطقة البطن المترهلة.



- يعمل الفستان ذو الصدر الضيقة العريضة على رفع الصدر، كما يقوم الكمر العريض أسفل الصدر، بإطالة الخصر فيبدو الجسم أكثر رشاقة.

- الشكل A مناسب للنمط حيث يغطي الأرداف ويقلل مساحة الفخذين إلى النصف.  
- كما تعطي الأكمام المتسعة للخارج مظهراً أنيقاً للخصر.  
- الياقة الواسعة تقلل مساحة الأكتاف.

- خطوط التصميم الرأسية تعمل على تماسك الجسم تماماً وبخاصة منطقة الأرداف.

شكل (٦٦): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل آلة التشليو

## ٦- نمط الجسم على شكل تفاحة The Apple

<p>- الجسم مستدير ناعم لين الخطوط. - الخصر عريض - الصدر متوسط - الأفضاخ ممثلة - البطن مترهلة وأكثر بروزاً - الساقان مقبولتان بالنسبة للجسم<sup>(١)</sup>، شكل (٦٧).</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>تصميمات لجذب النظر للصدر الرشيق والوجه وتصغير الخصر والأرداف، وتأكيد جمال منطقة الصدر وجعل الجسم أكثر إستطالة ورشاقة وتصغير الحجم الظاهري للجسم.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b></p>
<p>- ملابس الجزء العلوى مفتوحة الصدر. - ملابس الجزء العلوى تبرز الخصر تحتوى على شريط على الخصر أسفل الصدر ويمكن لفة على الخصر<sup>(٢)</sup>. - جواكت ضيقة ومجسمة للقوام عند منطقة الصدر. شكل (٦٨)</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>
<p>- الملابس الواسعة والتي بها طيات وثنيات وخصوصاً عند الخصر تزيد من إنتفاخ الجسم، شكل (٦٩). - البنطلون مرتفع الخصر.</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>- إستخدام الألوان المائية فهي تتناغم مع ليونة خطوط الجسم. - مراعاة الإتران فى ألوان الجزء العلوى مع السفلى لإعطاء مزيد من الرشاقة للجسم.</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>- يجب الإبتعاد عن القماش النيلون الواقى للمطر أو الجواكت المصنوعة من الصوف لأن ذلك يزيد من انتفاخ حجم الجسم. - الأقمشة القطنية مناسبة للنمط.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>يعطى الحذاء الوندى (كعب يمتد من مؤخرة إلى مقدمة الساق) الصغير وذو الكعب العالى ثباتاً عند المشى والوقوف كما أنه يُبرز رشاقة وجاذبية الكاحلين وسمانتى الساقين.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

(1) [www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body\\_shape\\_survey](http://www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body_shape_survey).

(2) [www.nzgirl.co.nz/articles/8129](http://www.nzgirl.co.nz/articles/8129).



شكل (٦٧): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل التفاحة



شكل (٦٩): الأزياء غير المناسبة لنمط الجسم على شكل التفاحة



شكل (٦٨): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل التفاحة



شكل بسيط، ومسطح من الجهة الأمامية يمكن أن يحتوى على طيات طويلة مستطيلة أو صندوقية، يبدأ صنع الطيات وتركيبها عند نقطة أسفل البطن حتى لا تضيف المزيد من الحجم والوزن.



- الجاكت محكم وله فتحة رقبة على شكل V وموضوع ربطة (فيونكة) حول الخصر حيث تعمل النهايات المتدلّية من الحزام على إخفاء تنوء منطقة البطن وترهلاتها.



تصمم بشكل متسع بدرجة طفيفة لإخفاء بزوغ البطن، لكنها لا تتسع للخارج بشكل فرراف، ولإبراز منطقة الصدر يمكن إضافة شريط أسفلها مباشرة.



أفضل شكل للبنتلون لهذا النمط هو البنتلون البسيط المسطح من الجهة الأمامية مع شريط عميق على الخصر (كمر عميق) وأرجل البنتلون يجب أن تكون متسعة وغير ملتصقة بمنطقة الأرداف أو البطن عند أى نقطة.



يفضل القميص الضيق أسفل منطقة الصدر ويتم ذلك باستخدام الأزرار على الجانبين أو باستخدام حزام أسفل الصدر ينزلق في اتجاه الجانبين فيعطى مظهر ودعمر رائع للجسم.



- يمكن ارتداء المعطف المستقيم المفتوح، وتحتة يمكن ارتداء نسيج قماش مختلف لتقسيم الجسم إلى ثلاثة مناطق طويلة رشيقة. - إذا كانت القامة قصيرة، يجب توخي الحذر أن تكون نهايات المعطف فوق الركبة، أما إذا كانت القامة طويلة، يمكن أن يصل طوله تحت الركبة مباشرة.

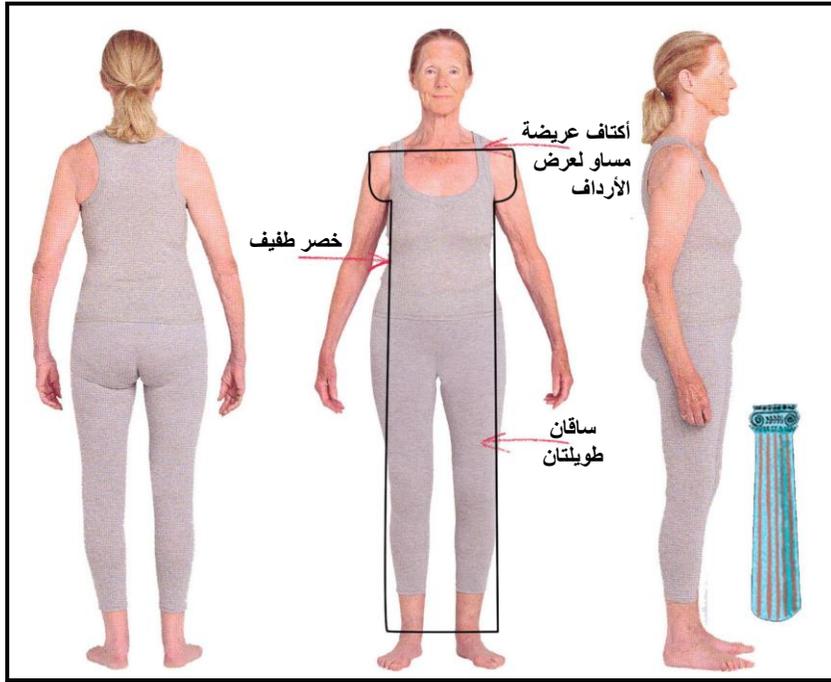
شكل (٧٠): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل التفاحة

## ٧- نمط الجسم على شكل العمود The Column

<p>- الأكتاف عريضة متوازنة مع عرض الأرداف. - خصر طفيف - ساقان طويلتان، شكل (٧١).</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>الشكل العام للنمط مستقيم لذلك يراعى تصميم أزياء ذات خطوط منحنية ومائلة لإضفاء مزيد من الشكل الأنثوى للنمط وإضافة مزيد من الطيات والكسرات المستقيمة والموربة لمزيد من الأناقة والأنوثة<sup>(١)</sup>.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b></p>
<p>- الملابس المتسعة الرفرفة لتزيد أنوثة الجسم وتبتعد عن الشكل المستقيم. - المعاطف الطويلة حتى منتصف الفخذين لإبراز جمال الساقين، شكل (٧٢).</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>
<p>- الملابس المستقيمة للجزء العلوى والسفلى. - الجواكت المستقيمة غير محده المنحنيات والتفاصيل ويصل طولها لمنتصف الفخذين. - فساتين بسيطة متدلالية الخصر أو مرتفعة الخصر. - ملابس علوية قصيرة<sup>(٢)</sup>، شكل (٧٣).</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>الوان الأزرق الباهت والأرجواني شبيه بالبادنجان غير مفضل للنمط ولكن تفضل الألوان القوية لتجسم الهيئة الكلية مثل الزيتى والأحمر والذهبى.</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>- الشيفون الرقيق مناسب لعمل الطيات والدرابية ليبرز أنوثة النمط وإضفاء نعومة وإنسيابية للنمط. - والأقمشة المزركشة مناسبة للنمط خصوصاً فى البلوزة والفتان والجونلة.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>- ارتداء قلادة غليظة أو طويلة تعمل على جذب الانتباه إلى مركز الجسم وإضفاء مزيد من الجمال<sup>(١)</sup>.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

(1) [www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html](http://www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html).

(2) [www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body\\_shape\\_survey](http://www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body_shape_survey).



شكل (٧١): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل العمود



شكل (٧٣): الأزياء غير



شكل (٧٢): الأزياء المفضلة لنمط

المناسبة لنمط الجسم  
على شكل عمود



الجونلة على شكل A المتسعة بشكل رفراف رقيق على تخصيص الجسم بشكل رائع.

الجسم على شكل عمود



الجاكت محدد التفاصيل بأكمام متسعة للخارج، وصف واحد من الأزرار، حيث يشير كل جزء منه إلى منطقة الجذع والصدر.



البلوزة مستديرة الرقبة تعطي مظهر أنيق وجذاب للجسم ويمكن إرتداؤها قصيرة أو طويلة الكمين.



يمكن لصاحبة هذا النمط ارتداء بنطلون له أى تصميم، ويفضل بنطلون متسع بدرجة طفيفة من الأسفل ليعطي القليل من الإتزان مع الجزء العلوى.



الفستان المزركش من الشيفون يظهر صاحبة النمط فى شكل أنثوى رقيق.



المعطف الطويل حتى منتصف الفخذين لإبراز جمال الساقين، ومزود بحزام وجيوب موضوعة على جانبي المعطف تساعد على التقليل من الإستدارة والإنحناء.

شكل (٧٤): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل العمود

## ٨- نمط الجسم على شكل جرس The Bell

<p>- الجسد صغير الحجم، الجزء السفلى كبير ومستدير - الأكتاف صغيرة والصدر صغير - الخصر صغير وقصير - أفضاذا ضخمة، أرداف عالية<sup>(١)</sup>، شكل (٧٥).</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>إبتكار تصميمات تساعد على الإمتلاء والتعريض فى المنطقة العليا أعلى خط الخصر بهدف التصغير ظاهرياً للأرداف.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b></p>
<p>- إستخدام الخطوط المستقيمة فى تصميم الجاكت مع وسائد الأكتاف ويجب أن يكون الجاكت فوق أو تحت أعلى منطقة فى الأرداف. - إستخدام التصميمات ذات التأثيرات الزخرفية فى الجزء العلوى مثل الثنيات والكشكشة والجيوب اللطش. - إستخدام الثوب المنقوش والثوب ذو الوسط الساقط. شكل (٧٦).</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>
<p>- ارتداء ملابس لها أكمام منتفخة. - بنطلون مستدق نهاية الذيل. - ملابس لها فتحة رقبة على شكل V واسعة. - فستان له خطوط تصميم موروبة. - أى ملابس منتفخ يضيف المزيد من الحجم على الجزء السفلى من الجسم<sup>(٢)</sup>، شكل (٧٧).</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>إستخدام الألوان الفاتحة فى الجزء العلوى والداكنة للجزء السفلى.</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>- لا ينصح بالأقمشة الشيفون لهذا النمط والأقمشة الرقيقة.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>

(1) [www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body\\_shape\\_survey](http://www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body_shape_survey).

(2) [www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html](http://www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html).

<p>- نسيج القماش الثقيل فى الجونلة يعمل على ضم وشد الأرداف.</p>	
<p>- استخدام المكملات التى تساعد على جذب النظر إلى الجزء العلوى من الجسم. - ولا ينصح باستخدام السلاسل الرفيعة ويفضل القلادات الخالصة المبهرة. - الحذاء مخروطى الكعب يتزن مع النصف السفلى للجسم، ويجب أن تكون مقدمته بسيطة وجميلة، تقادى أى أشرطة أو سيور على الكاحلين<sup>(١)</sup>.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

#### ٩- نمط الجسم على شكل زهرية The Vase

<p>- الجسم على شكل زهرية هو عبارة عن الجسم على هيئة الساعة الرملية لكنه مشدود قليلاً عنه وأكثر مرونة، وأجزاؤه أكثر تناسقاً وصغراً والنصف السفلى أكثر رشاقة. - الصدر كبير، خصر طويل مستدير بدرجة طفيفة. - الأرداف متوازنة مع الصدر. - الأرجل والأفخاذ رشيقة<sup>(٢)</sup>، شكل (٧٩).</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>تصميم أزياء خاصة، محكمة على قدر الجسم، والمحافظة على توازن النسبة بين أجزاء الجسم، سواء كان حجم الجسم كبيراً أو صغيراً، الأفكار الرئيسية توجد فى ملابس الجزء العلوى لجذب النظر إلى الذراع والصدر الرشيق.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b></p>
<p>- ملابس الجزء العلوى يجب أن تكون مبهرة وبراقة ولها خط رقبة مربع متدلى، حيث يقوم بتقسيم الجسم. - الأكمام القصيرة الضيقة تبرز جمال مقدمة الذراعين، شكل (٨٠).</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>

(1) Trinny & Susannah: Op. Cit., p.158, 160.

(2) www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body\_shape\_survey.

<p>- الفستان الواسع الفضفاض المتدلى من أعلى منطقة فى الصدر فإنه يضيف مزيد من الحجم عند منطقة الصدر والأرداف والبطن الأفخاذ.</p> <p>- الابتعاد عن ارتداء ملابس بها كشكشة حول العنق أو خط الرقبة، أو فساتين أو تنورات لها كشكشات متدرجة فى صفوف.</p> <p>- ملابس الجزء العلوى مستديرة الرقبة.</p> <p>- ملابس لها ياقات الأميرات<sup>(١)</sup>، شكل (٨١).</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>الألوان الزاهية مناسبة بدون إفراط.</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>الأقمشة التى لها وميض (لمعة) بسيطة أو نقوش زخرفية بسيطة تجذب الانتباه.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>- الابتعاد عن الأحذية الوتدية لأنها تضيع جمال الكاحلين الرشيقين وإستخدام أحذية منحنية الكعب.</p> <p>- الأقرط الحادة غير مناسبة ويفضل المستديرة لتتناسب مع الشكل العام للجسم (منحنيات)<sup>(٢)</sup>.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

(1) [www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html](http://www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html).

(2) Trinny & Susannah: Op. Cit., p.166, 168.



شكل (٧٥): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل جرس



شكل (٧٧): الأزياء غير المناسبة لنمط الجسم على شكل جرس الملابس المنتفخة تضيق المزيد من الحجم إلى الجزء السفلي



شكل (٧٦): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل جرس الفستان ذو الوسط الساقط فوق (أو تحت) أعلى منطقة في الأرداف



يجب أن تكون بسيطة ومن قماش سميك ليضم الأرداف وإذا احتوت على طية أو أكثر تكون في النصف السفلي من الجونلة حتى لا تضيف مزيد من الحجم إلى الأفخاذ.



الحفاظ على قص خطوط الرقبة بالقرب من الرقبة ذاتها يزيد عرض الأكتاف، الكشكشة تعطي حجماً إضافياً مطلوباً للنصف العلوي من الجسم، أيضاً البلوزة التي لها خط رقبة على شكل قلنسوة تعطي إحياء كبيراً بتساع الكتفين.



البلوزة الواسعة الرقبة التي لها فتحة رقبة تنتهي بترتر مزين لها يساعد على لفت النظر إلى الجزء العلوي للجسم، بينما تعمل خطوط التصميم المركزية على تحديد الخصر الأنيق المرتفع.



يجب أن يكون البنطلون متدلياً بتساع وله سوستة من الجانب حتى لا يسمح بأى بروز في منطقة البطن.



يعمل خط الرقبة الضيق والأكمام الطويلة على توسيع مساحة الكتفين، والحزام العريض على خصر الفستان يعمل على جذب النظر إلى الخصر الرشيق.



إستخدام وسائد الأكتاف لتعريض مساحة الأكتاف، والأزرار العالية الموضوعة على الصدر لإبراز النصف العلوي للجسم.

شكل (٧٨): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل جرس



شكل (٧٩): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل فازة



شكل (٨١): الأزياء غير المناسبة لنمط الجسم على شكل فازة

شكل (٨٠): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل فازة

## أنماط الجسم



الجونلة الضيقة المستقيمة تساعد على ضم وشد الجسم برفع الأرداف، و يجب أن يصل طولها عند أضييق جزء من الركبتين، تحت الركبة.



- الجاكت المحبك يجذب الأنظار إلى الخصر الرشيق.  
- الياقة المفتوحة المتسعة، تقلل مساحة الصدر الكبيرة إلى النصف.



- البلوزة المحكمة على الجسم وبخط رقبة متسع تجذب النظر إلى جمال منطقة الصدر.



- ارتداء بنطلون جينز مستقيم بسيط.



الفستان المحكم على الجسم لتأكيد وإظهار جمال الجسم ويجب التركيز على الجزء العلوى للفستان لإظهار جمال الذراع والصدر الرشيق.



- الأكمام المنفوخة تبعد النظر عن الصدر الكبير.  
- خط الرقبة متسع التجويف يقوم بموازنة حجم الصدر مع باقى أجزاء الجسم.

شكل (٨٢): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل فازه

١٠ - نمط الجسم على شكل قرميدة (كتلة مستطيلة مضغوطة) The Brick

<p>- البنية الأساسية قوية، شكل الجسم هندسي صارم. - الأكتاف عريضة، لا يوجد خصر. - البطن متوسطة. - الساقان والأرداف مسطحة تماماً بدون أي استدارة أو التقاف أنتوي<sup>(١)</sup>. - كاحلان غليظان مستديران. - الصدر رشيق<sup>(٢)</sup>، شكل (٨٣).</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>- إضفاء مزيد من الأنوثة على الجسم الهندسي الصارم وإضافة مزيد من المنحنيات على خطوط التصميم بإستخدام الملابس أو الطباعة والقصات المنحنية لإضفاء الأنوثة لهذا النمط<sup>(٣)</sup>.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b></p>
<p>- خط الرقبة المفتوح والمستدير يجذب النظر إلى الصدر. - الطيات الطولية غير المتماثلة تعمل على الإيحاء بالتفاف الجزء السفلي من الجسم وعدم توضيح شكله الحقيقي كما تعمل على رفع شكل الأرداف. - وجود طيات وخطوط منحنية أسفل منطقة الصدر توحى بانسيابية وحركة. - الطباعة أو الزخرفة البسيطة أو المتشابكة وألوانها المختلفة مفيدة للنمط<sup>(٤)</sup>، شكل (٨٤).</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>
<p>- التنورة القصيرة، تجسد أوسع منطقة للفخذين. - ملابس الجزء العلوي المستقيمة، تزيد من استقامة الجسم. - الملابس المربعة، مثل قمصان قصيرة الأكمام أو الجواكت</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>

(1) //images.google.com.eg/imgres?imgurl=http://bp1.blogger.com/-hyplwim5c3q.

(2) www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body\_shape\_survey.

(3) www.nzgirl.co.nz/articles/10106.

(4) www.nzgirl.co.nz/articles/8129..

صندوقية الشكل. - ملابس بها طيات طولية. - بنطلونات مصنوعة من نسيج خشن، شكل (٨٥).	
الألوان المتوسطة بالإضافة للأبيض والأسود والبنّي مناسبة للنمط.	الألوان وتأثيراتها
تفادي اختيار الأقمشة الكتانية والأنسجة الخشنة والسميكة لأنها تزيد من صندوقية شكل الجسم ولكن تستخدم الأقمشة المرنة.	الأقمشة المناسبة
- يجب عدم ارتداء أحذية عالية الرقبة أو أحذية وتدية غليظة. - يفضل ارتداء أحذية مستديرة الشكل مستديرة الكعب <sup>(١)</sup> .	المكملات

### ١١ - نمط الجسم على شكل مصاصة (عصاة ممتلئ أعلها قليلاً)

- صدر كبير - خصر طفيف وقصير - أفخاذ وبطن رشيق - ساقان طويلتان رشيقتان <sup>(٢)</sup> ، شكل (٨٧).	مواصفات النمط
- ليس لدى هذا النمط أكتاف عريضة لتقليل الصدر المكتنز ، مما يؤدي ذلك إلى انحناء وتحذب الظهر، لذلك يجب الاعتناء بوضع الوقوف. - الخصر القصير لهذا الجسم يضيف انطباعاً بإكتناز الجزء العلوي للجسم نسبياً لذلك مطلوب التركيز على جمال الساقين دون إغفال النصف العلوي للجسم وإستخدام الطيات والدرابيزة أسفل الصدر.	الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط
- تليق ملابس السهرات والملابس المسائية لهذا النمط، وتكمن المشكلة في الملابس الصباحية العادية - الملابس مزدوجة الأزرار، ويبدء وضعها أسفل الصدر حتى	خطوط التصميم المفضلة للنمط

(1) Trinny & Susannah: Op. Cit., p.190, 192, 194.

(2) www.trinnyandsusannah.com/m/sc/body\_shape\_survey.

<p>لا تضخمه تُلفت الإنتباه إلى الخصر، شكل (٨٨).</p>	
<p>- ارتداء ملابس علوية قصيرة الأكمام للغاية أو ضيقة جدًا يظهر الذراعين بشكل غير جذاب. - ارتداء بنطلون عالي الخصر يُظهر الساقان بشكل غير متناسق مع باقي الجسم لفرط طولها - الفساتين المنقوشة المكونة من جزء علوي متصل بجونلة. - ارتداء ملابس لها رقبة طويلة للغاية يعطي الإحساس بإطالة شكل الجسم إلى أقصى درجة غير مطلوبة. - الجواكت الضيقة القصيرة<sup>(١)</sup>، شكل (٨٩).</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>- الألوان الزاهية والبراقة في الفساتين تزيد من أنوثة هذا النمط. - عند ارتداء قطعتين، يجب مراعاة توازن ألوان الجزء العلوي مع ألوان الجزء السفلي حتى لا تزيد الإحساس بحجم الجزء العلوي</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>الصوف والحريير والقطن مناسبة لعمل الجونلات والفساتين لتتناسب خطوط التصميم المنحنية وعمل الطيات والإنحناءات.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>- لا يجب ارتداء قلادات مبهرجة ومكلفة حتى لا تزيد من حجم الصدر. - تفضل أحذية ذات كعب رقيق ليعكس رشاقة ونحالة الساقين، ويجب أن يكون الكعب مستقيم ليعطي إحساس بأنه يدعم النصف العلوي من الجسم<sup>(٢)</sup>.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

(1) [www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html](http://www.dialymail.co.uk/femail.article-488236/trinny&susannah-reveal-12-womensbody-types-you.html).

(2) Trinny & Susannah: Op. Cit., p.202, 204.



شكل (٨٣): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل قرميدة



شكل (٨٥): الأزياء غير المناسبة لنمط الجسم على شكل قرميدة



شكل (٨٤): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل قرميدة

## أنماط الجسم



- الجونلة التي تحتوي على طيات أو كسرات غير متماثلة تساعد على إضافة منحنيات لشكل الجسم.

يفضل الجاكت به حزام محدد لوضع ربطة أو فيونكة أو وشاح للإيحاء بوجود خصر رشيق.

- استخدام بلوزة بها تترتر أو تطريز على فتحة الرقبة لجذب النظر إلى منطقة الصدر الرشيق

- استخدام بلوزة تحتوي على طيات وحيكاكات أسفل منطقة الصدر لجذب النظر إليها وإضافة شكل أنثوي للجسم.

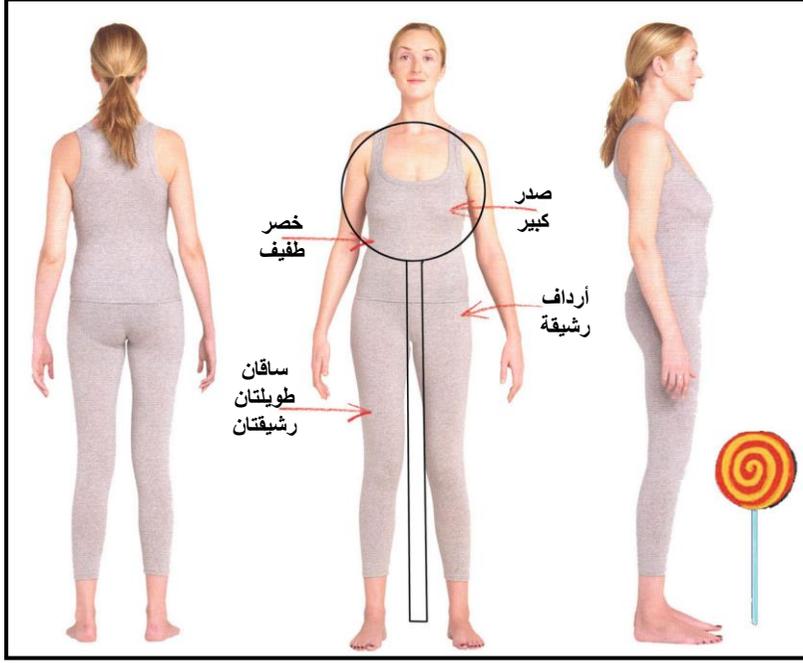


- يفضل البنطلون الذي يضيف بعض الإمتلاء للجزء العلوي.

- الخصر المرتفع مناسب للنمط حيث يجذب النظر إلى المكان الرشيق في الجسم (الصدر).

المعطف على شكل الأزياء الملكية يخصر الجسم ولا يظهر منطقتي البطن والأرداف بجانب إضافة منحنيات للجسم.

شكل (٨٦): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل قرميدة



شكل (٨٧): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل لولى بوب



شكل (٨٩): البنطلون ذو الخصر المرتفع غير مناسب للنمط حيث يظهر الساقان طويلتان أكثر من اللزوم



شكل (٨٨): فتحة الرقبة العريضة المتسعة مناسبة للنمط لأنها تقلل مساحة الصدر



الجونلة متسعة للخارج، ترفرف عند نهاية خط الذيل، تعمل على توازن النصف العلوي والإيحاء بضخامة الأفخاذ.



- الجاكت مزدوج الأزرار، حيث يبدء وضع الأزرار أسفل الصدر، يعمل على إطالة الصدر، بالإضافة إلى الزخارف المطبوعة على قماش الجاكت تكسر طول القفص الصدري.



- البلوزة مفتوحة الرقبة المربعة وعميقة لإظهار جمال الصدر، كما تساعد الكسرات الموربة أسفل الصدر على جذب الانتباه إلى الخصر.



بنطلون بسيط المقدمة، يتسع من خط الركبة حتى نهاية خط الذيل وذلك لإيجاد نوع من التوازن بين الجزء العلوي الكبير مع الجزء السفلي الرشيقي.



العقد والتجمعات والطيات في الفستان أسفل الصدر، تجذب الانتباه إلى منطقة الخصر، والحريير الراقى مناسب لصنع هذا الفستان حيث يساعد في إظهار الطيات والإنحناءات بشكل رائع.



يفضل المعطف المتسع للخارج بعد خط الصدر والوسط، كما يجب وضع الأزرار أسفل الصدر حتى لا تضخمه (لا توضع على الصدر) وتجذب النظر للخصر والجذع.

شكل (٩٠): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل لولى بوب

١٢ - نمط الجسم على الكمثرى The Pear

<p>- يتميز بالأكتاف الرفيعة والأرداف العريضة معطيًا الشكل الكمثرى للجسم<sup>(١)</sup>.</p> <p>- الجزء العلوي للجسم مثالي خالي من العيوب يتميز بصدر متوسط الحجم، الذراعان مثاليتان، الظهر قوي رشيق.</p> <p>- الخصر مستدير والبطن مشدود.</p> <p>- الجزء السفلي للجسم تكثر فيه التكتلات، فالأفخاذ ممتلئة والساقان متكتلة ومكتنزة<sup>(٢)</sup>، شكل (٩١).</p>	<p><b>مواصفات النمط</b></p>
<p>- ابتكار تصميمات تساعد على إظهار جمال الجزء العلوي من الجسم مثل خط الرقبة المفتوح والسطحي يوسع مساحة الكتفين لإتزانها مع الأفخاذ.</p> <p>- تعمل الزخارف والخطوط العريضة الضيقة للغاية في نسيج القماش خداع بصري مما يوحي بجسد أكثر أنوثة.</p> <p>- أبعاد النظر إلى الأرداف العريضة الممتلئة والساقان المكتنزة<sup>(٣)</sup>.</p>	<p><b>الهدف المطلوب مراعاته عند التصميم للنمط</b></p>
<p>- استخدام الأقمشة ذات الأرقام العريضة في الجزء العلوي من الجسم ليبدو أكثر عرضاً</p> <p>- التصميمات ذات الملابس السطحية المختلفة وخاصة تأثير التويد.</p> <p>- الكاروهات البسيطة والمركبة<sup>(٤)</sup>.</p> <p>- استخدام الخطوط العريضة والسفرة والأكول العريضة في الجزء العلوي، واستخدام سائد الأكتاف لتبدو أكثر</p>	<p><b>خطوط التصميم المفضلة للنمط</b></p>

(١) صلاح عويس: "الموضة وتصميم الملابس"، الجزء الثاني، مرجع سابق، ص ٨٩.

(2) Trinny & Susannah: Op. Cit., p.220.

(3) www.nzgirl.co.nz/articles/8129.

(٤) صلاح عويس: "الموضة وتصميم الملابس"، الجزء الثاني، مرجع سابق، ص ٢١٥.

<p>عرضاً<sup>(١)</sup> شكل (٩٢)</p>	
<p>- الملابس القصيرة فوق الركبة فهي تظهر تكتلات الساقين والخذين. - يفضل حذاء بسبور فهو يزيد من الإحساس بقصر الساقين. عدم لبس أزياء تحتوي على خطوط عريضة أو موروبة شكل (٩٣).</p>	<p><b>خطوط التصميم غير المفضلة للنمط</b></p>
<p>اللون الغامق في البنطلون والجونلة مثل الأسود والبنّي والألوان الزاهية واللامعة في البلوزة والجاكت مثل الفضي والبرتقالي.</p>	<p><b>الألوان وتأثيراتها</b></p>
<p>أقمشة الحرير الطبيعي والجيرسيه والكاروهات والأقمشة المطبوعة ذات التصميمات المزركشة، والأقمشة الرقيقة للجزء العلوي تضيف أنوثة على الجسم.</p>	<p><b>الأقمشة المناسبة</b></p>
<p>يفضل استخدام صندل رقيق بدون سيور أو حذاء مستقيم أو مسطح الكعب وذلك لتقليل غلاظه سمانتي الساقين والكاحلين إلى أدنى حد<sup>(٢)</sup>.</p>	<p><b>المكملات</b></p>

(١) صلاح عويس: "الموضة وتصميم الملابس"، الجزء الثالث، مرجع سابق، ص .  
(2) Trinny & Susannah: Op. Cit., p.222.



شكل (٩١): الخصائص المميزة لنمط الجسم على شكل الكمثرى



شكل (٩٣): الملابس القصيرة المنتهية عند منطقة الأرداف غير مناسبة لأنها تلفت النظر إليها



شكل (٩٢): الأزياء المفضلة لنمط الجسم على شكل كمثرى

## أنماط الجسم



الجنولة أفضل وسيلة لمواراة الساقين، الجنولة يجب أن تكون طويلة على شكل (A) وألوانها داكنة.



أهم ما يحتاجه هذا النمط هو جاكيت خلاب ليجذب النظر إلى الجزء العلوي واللون الفضي المتلألئ يساعد على ذلك.



يفضل البلوزات وتي شيرت المفتوح المقدمة وذلك لتوسع الأكتاف وجذب الانتباه للجزء العلوي من الجسم.



- يجب أن يكون البنطلون بسيط المقدمة خالي من الجيوب الجانبية أو الأمامية حتى لا يزيد مساحة الأفخاذ.  
- أن يكون البنطلون واسع بدرجة كافية من أسفل ليغطي الأرجل المكتنزة.



الفستان المصمم بدون أشرطة يساعد على توسيع الأكتاف ويمكن ارتداؤه بمفرده أو مع بلوزة أو قميص.  
الجزء السفلي للفستان يكون واسع، رفراف ليوحي بمزيد من الأنوثة.



يفضل ارتداء المعطف مفتوحًا، حيث يعمل الخط الطولي للمعطف على تقسيم الفخذين رأسيًا، مع وضع حزام حول المعطف فينتقل التركيز إلى محيط الخصر.

شكل (٩٤): الأزياء المناسبة لنمط الجسم على شكل كمثرى