

# Мария Мартынова

# *ИДЕАЛЬНЫЕ ОЧКИ*

секреты подбора идеальных очков, которые не знают даже профессионалы салонов оптики



Мария Мартынова

**Идеальные очки. Секреты  
подбора идеальных очков,  
которые не знают даже  
профессионалы салонов оптики**

«Издательские решения»

**Мартынова М.**

Идеальные очки. Секреты подбора идеальных очков, которые не знают даже профессионалы салонов оптики / М. Мартынова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-932065-0

«Модный очкарик» — первая книга, написанная стилистом, имеющим опыт работы в оптике 20 лет. О моде и стиле написано много книг, о здоровье глаз тоже, а вот как стильно вписать очки в свой гардероб — об этом еще никто не писал. Эта книга для тех, кто носит очки и хотел бы знать больше о том, как правильно их выбирать, эта книга для тех, кто работает в индустрии продажи или производства очков, чтобы понять, как носить очки ваш клиент. Эта книга раскроет секреты подбора идеального очкового гардероба.

ISBN 978-5-44-932065-0

© Мартынова М.  
© Издательские решения

## Содержание

В поиске персонального стиля	7
Что вы знаете об очках?	9
ЧАСТЬ 1. ФОРМА	10
Форма лица	10
Определение формы лица	12
Овальная форма лица	13
Круглая и квадратная форма лица	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

# Идеальные очки Секреты подбора идеальных очков, которые не знают даже профессионалы салонов оптики

## Мария Мартынова

*фотограф* Сергей Мартынов

*Фотограф* Марина Бурова

*Фотограф* Альбина Ратманова

*Фотограф* Мария Волкова

*Фотограф* Юлия Графова

*модель* Михаил Белов

*модель* Степан Оборин

*модель* Наталья Майорова

*модель* Елена Пшенникова

*модель* Илья Никитин

*модель* Александр Исаев

*модель* Наталья Соболева

*модель* Александр Сыров

*модель* Наталья Захарова

*модель* Илья Алоян

*модель* Нина Смирнова

*модель* Илья Иванов

*модель* Кирилл Филимонов

*модель* Нина Воронова

*модель* Александр Вакуров

*модель* Анна Смирнов

*модель* Дарья Лысова

*модель* Алена Левашова

*модель* Анастасия Зенкова

*модель* Татьяна Березнюк

*модель* Ольга Гурова

*модель* Наталья Анисимова

*модель* Полина Лобанова

*модель* Светлана Лобурь

*модель* Евгения Кочеткова

*модель* Елена Кириленко

*модель* Мария Безрукова

*модель* Татьяна Ларина

*модель* Екатерина Икрянова

*модель* Наталья Адамчук

*модель* Ольга Кривцова

*модель* Светлана Воробьева

*модель* Екатерина Шалимова

*модель* Алексей Лебедев  
*модель* Сергей Кириленко  
*модель* Тамара Румянцева  
*стилист* Мария Мартынова  
*стилист* Рычова Любовь  
*визажист* Светлана Лобурь  
*литературный редактор* Людмила Федоровна Гаранина

© Мария Мартынова, 2019  
© Марина Бурова, фотографии, 2019  
© Альбина Ратманова, фотографии, 2019  
© Мария Волкова, фотографии, 2019  
© Юлия Графова, фотографии, 2019

ISBN 978-5-4493-2065-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

В настоящее время скорректировать плохое зрение не проблема. Для этого существуют мягкие контактные линзы, ночные линзы и лазерные операции. Если человек при таком разнообразии средств коррекции зрения продолжает носить очки, то это его осознанный выбор. И от меня лично такому человеку низкий земной поклон. Как никто другой (являюсь очкариком со школы и работаю в оптике уже 20 лет) я понимаю, что грамотно и стильно носить и подбирать очки – это колоссальная работа.

Очки – это, пожалуй, единственный аксессуар, который располагается на лице в зоне глаз. А собеседник, как правило, смотрит именно в глаза, а не на обувь, как это принято считать. Очки, являясь одним из аксессуаров, создающих образ, могут быть как стильной точкой в его завершении, так и противной кляксой, которая портит все впечатление и, вместо того чтобы преобразить лицо, уродует его, старит и выводит на передний план все недостатки, оставляя прекрасную личность где-то позади.

Эта книга для тех, кто носил, носит и будет продолжать носить очки, как бы ни развивалась область коррекции зрения.

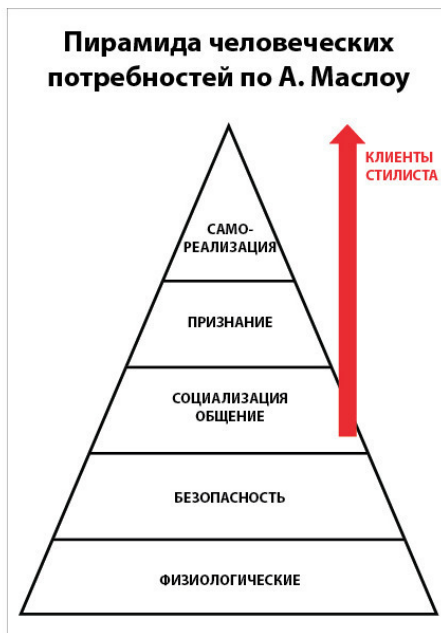
Эта книга для тех, кому не безразлично, как он выглядит в очках. Она поможет сориентироваться в многообразии оправ, линз и солнцезащитных очков на оптическом рынке. Вы поймете и наглядно увидите, как определить форму лица и к какой форме лица какие оправы подходят идеально. Зная свои линии, вы без труда, экономя время и силы, выберете самый лучший вариант. Вы научитесь тонко работать с цветом, смело носить самые необычные колористические сочетания, гармонично вписывая их в свой очковый гардероб. Эта книга поможет вам определить свой персональный стиль и понять какие бренды выпускают продукцию именно для вас.

Эта книга для специалистов салонов оптики, которые стремятся к развитию и расширению своих профессиональных горизонтов. Она может быть отличным стартовым учебным пособием для новичков, потому что написана доступным языком и содержит много иллюстраций, где каждое утверждение наглядно продемонстрировано. Она позволит под другим углом взглянуть на подбор очков клиенту тем, кто имеет большой опыт работы в оптике.

Эта книга поможет профессионалам в области моды, стилистам и шоперам в работе с клиентами и помощи им в подборе идеальной оправы.

Приятного вам чтения и удачи в работе над собой и поиске персонального стиля.

## В поиске персонального стиля



Далеко не всем живущим на земле людям и тем, кто носит очки, безразличны вопросы собственной привлекательности. Есть такие категории, которые еще не почувствовали острую потребность в работе над собой, а есть те, которые уже достигли желаемого результата. Людям свойственно задаваться вопросами о том, как я выгляжу, какое впечатление произвожу на окружающих, что обо мне думают? Это вопросы имиджа, а имидж – искусство производить впечатление и управлять им.

Пока у человека не решены самые простые жизненные потребности, которые располагаются на первой ступени пирамиды человеческих потребностей (в народе известной как пирамида Маслоу) – **физиологические** потребности, такие, как сон, голод, жажда, половое влечение и т. д. – он никогда не задумается о том, достаточно ли он хорош, а не тошнит ли окружающих от его запаха, а приятно ли с ним общаться. На данном этапе его больше всего волнует, что он сегодня будет есть и пить и как и где ему справить нужду, не замерзнет ли он ночью. Каждый день для него – это борьба за выживание. Человек, находящийся на этой ступени в жизни, ищет работу, которая могла бы его прокормить, носит одежду, которая смогла бы скрыть его наготу и защитить от холода, и очки, которые просто позволят ему видеть.

Вторая ступень олицетворяет потребности в **безопасности**, т.е. чувство уверенности в завтрашнем дне, гарантии, надежность. Здесь уже при устройстве на работу, помимо размера зарплаты, на которую можно купить еду, соискателя интересуют социальные гарантии, надежность компании и официальное трудоустройство. Одежда, которую покупает человек, находящийся на данной социальной ступени, должна быть прочной, качественной, защищать от холода или оберегать от зноя, служить долго и быть износостойкой. Очки для данного клиента необходимы не только для того, чтобы видеть, но и для того, чтобы не сломались, линзы не поцарапались и не выпали из оправы.

Третья ступень демонстрирует потребность в **общении**: круг друзей, семья, любовь, увлечения. Где появляется социум, там и появляется желание нравиться, производить впечатление, быть частью коллектива и демонстрировать это своим внешним видом: «Я это не надену, потому что так уже давно не ходят; или потому что меня засмеют; или потому что эта вещь уже не модная; или потому что у моей соседки такая же». На работе для такого человека уже важен

коллектив: насколько он дружен, существуют ли корпоративные мероприятия. Одежда должна быть модной, современной, а очки в красивой оправе, линзы, чтобы не бликовали. Наверное, только находясь на этой стадии своих потребностей, человек смотрит в зеркало. Ведь только «здесь» ему небезразлично, как он выглядит.

Четвертая ступень показывает потребность человека в **признании**. Потребность в комплиментах, в осознании собственной привлекательности (ведь столько усилий к этому приложено), профессиональных достижений, личных качеств и стараний. Лучший сотрудник месяца, похвальный лист, премия и рукопожатие босса – вот что важно на работе. «Ты самая добрая и заботливая мама!» – вот что важно дома. «Ты самая лучшая жена!» – вот что важно услышать от мужа. «Ты наша икона стиля!» – лучший комплимент от подруг. Соискатель, находящийся на этой ступени, обязательно спросит у потенциального работодателя про карьерный рост, премии и другие блага лучшим сотрудникам. Одежда должна быть не просто модной, а реально модной! Здесь важны бренды, тренды, лимитированные и эксклюзивные выпуски и, конечно, оценка окружающих вашего безупречного внешнего вида. Очки? Ну, конечно же, из суперсовременных материалов, нетонушие, неломающиеся, невесомые и обязательно из дорогих материалов и известных брендов. И не одни, а к каждому образу.

Последняя ступень – **самоактуализация**. Здесь человек уже достигает всего и, бросив свой многомиллиардный бизнес, поселяется на своей даче, чтобы ходить каждое утро на рыбалку, потому что это мечта всей его жизни, и наконец-то он может себе позволить осуществить ее. Для него главное, чтобы работа приносила удовлетворение и удовольствие, ему все равно, сколько за нее будут платить, есть ли там социальные гарантии, дружный коллектив и карьерный рост, потому что безусловно все это есть, но человеку это уже не важно. Он просто любит, например, детей, или флору и фауну или что-то еще. Ему уже все равно, что о нем скажут в обществе, поэтому он не бережет ни свою репутацию, ни репутацию своих близких. Одежда? – Да ему уже не нужно никому ничего доказывать, скорее всего это будет одежда любимого чудаковатого дизайнера или просто джинсы и джемпер времен своей молодости. Винтаж, ретро или стиль городского сумасшедшего – обычно выбирают для себя люди, уже всего в жизни добившиеся и всем все доказавшие. Очки – именно для них трудятся в поте лица такие дизайнеры как Alan Mikly, Cogan, J.F.Rey и т. д.

Каждый человек – это безусловная личность с собственным мнением, персональным стилем, целями и способами их достижения. Грамотно выстроенный имидж – это больше чем половина успеха. Очки – как стильная точка в завершении образа – это уверенность в себе. Главное знать секреты их подбора, с которыми я поделюсь на страницах этой книги.

## Что вы знаете об очках?



---

### ФОРМА ЦВЕТ СТИЛЬ

---

Посмотрите на оправу на фотографии и перечислите все ее составляющие. Наверняка, первое, что вы назовете – это

- окуляр
- дужка (заушник)
- рамка оправы
- носовые упоры
- флексовые крепления
- винты и гайки

(сотрудники салона оптики – сделают именно так)

Действительно, вы абсолютно правы – все это и есть составляющие оправы, но какое они имеют отношение к «модному аксессуару»? Как эти составляющие оправы могут повлиять на стильное завершение образа и вписаться в total look?

Ни один стилист, если он, конечно, не работал в оптике, понятия не имеет о профессиональной терминологии, однако, зачастую подбирает оправу своему клиенту в разы удачнее сотрудника в оптике. На что же он опирается? По каким критериям работает? Что для него является ключевым в оправе?

Ответы на эти вопросы очень просты, оптики-консультанты бывают слишком одержимы техническими характеристиками очков и зачастую забывают об эстетической составляющей своей работы.

**ЦВЕТ**  
**ФОРМА**  
**СТИЛЬ**

Вот что важно, чтобы оправа подошла человеку так, как будто дизайнер специально создавал ее именно для него. И именно эти три составляющие будут интересовать нас на протяжении всей этой книги.

## ЧАСТЬ 1. ФОРМА

### Форма лица

Как много материала о том, какая форма оправы подходит под ту или иную форму лица. Но нигде нет информации о том, как же определить форму лица и какой основной принцип подбора оправы.

Рассматривая лицо, мы будем интересоваться его линиями и пропорциями. Внимательно проанализировав каждую линию и пропорциональное их соотношение, мы сможем без труда определить геометрическую форму лица. Именно геометрическую, поскольку на этом этапе нам необходимо выбросить из головы свой идеальный природный вкус и призвать на помощь все свое аналитическое мышление.

Итак, линии.

Линии лица, которые интересуют нас, бывают внешние, они проходят по линии роста волос, скул, щек, нижней челюсти и подбородка. Именно эти линии образуют контур лица и соответствуют одной из геометрических фигур. Также линии бывают и внутренние – это линия бровей, глаз, носа, скул и губ. Есть еще линии, которые могут сбить с правильного определения формы лица – это искусственные линии, такие, как линия челки, стрижки, оправы для очков, налобная повязка и т. д. Поэтому для точного определения формы лица лучше снять очки, убрать с лица волосы. Зачастую макияж тоже образует определенные линии, которые могут помешать правильному определению формы лица, поэтому лучше умыться.

Для начала необходимо рассмотреть внешние линии: высота и ширина лица и соотношение этих двух величин. Три горизонтальные линии: от одного виска к другому через линию брови, от одной верхней точки скулы к другой через середину носа и от начала нижней челюсти к другой через линию губ, а также округлость или угольность самого контура лица.

Итак, какие же бывают лица по форме и каким геометрическим фигурам они соответствуют?

Мягкие формы лица: овал, круг, груша, сердце, вытянутый овал.

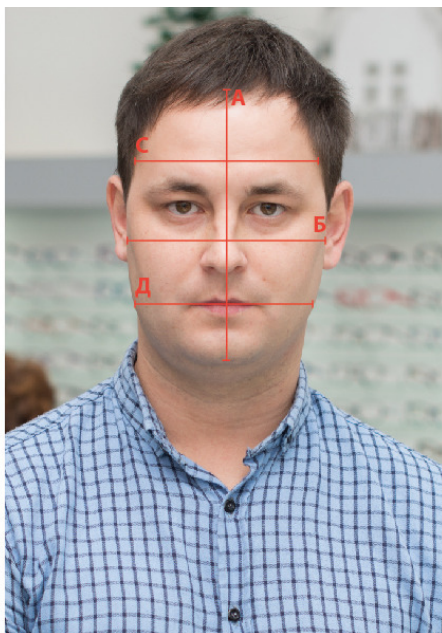
Угольные формы лица: прямоугольник, квадрат, трапеция, треугольник, ромб.

Проанализировав внешние линии, переходим к анализу внутренних линий: брови, разрез глаз, нос, скулы, губы. Как правило природа гармонична, и если внешние линии мягкие или угольные, то и внутренние будут мягкие или угольные соответственно. Но бывают и исключения – это смешанные формы лица, также бывают и формы лица с особенностями, где та или иная часть слишком выдающаяся или, наоборот, непропорционально маленькая.

Встретить человека с идеальным геометрическим лицом, все равно, что отыскать иголку в стоге сена. Как показывает моя личная практика работы с клиентом, именно смешанные формы лиц и преобладают. Очень часто бывает так, что верхняя часть лица – овал – это свидетельствует округлость по линии роста волос, мягкие брови и округлый разрез глаз, а вот средняя и нижняя часть лица больше напоминают треугольник: прямой нос, четко очерченные скулы, тонкая линия губ и подбородочная часть лица гораздо уже височной.

Задача очков на лице – скорректировать внешние и внутренние линии лица и подчеркнуть достоинства с помощью оправы правильной формы и конструкции.

Каждая оправа также наделена своими линиями: линия окуляра и линия заушника, которые и помогают корректировать ту или иную форму лица и доводить ее до совершенства.



## Определение формы лица

Для определения формы лица, как было сказано ранее, нам необходимо:

- убрать с лица все искусственные линии (очки, макияж, стрижка)
- проанализировать внешние и внутренние линии лица и их соотношение.

Первое, что необходимо определить в пропорциях лица – это соотношение высоты и ширины лица, то есть соотношение линии а к линии б. Мы наблюдаем, что соотношение линии А к линии Б примерно равно соотношению 68% к 32%. Эти показатели дают нам право предполагать, что перед нами геометрическая фигура, где одна величина явно преобладает над другой, т.е. это может быть овал или прямоугольник, треугольник или сердце. Если эти величины стремятся друг к другу, т. е. приблизительно равны, то перед нами круг или квадрат, а если величина А больше величины Б, чем обозначенная выше пропорция, то перед нами вытянутый овал или прямоугольник.

Затем мы анализируем соотношение трех горизонтальных линий: Б, С, Д. Если они все равны, то перед нами круг, квадрат или прямоугольник. Если линия С больше линии Д, то перед нами Сердце или Треугольник, Если линия Д больше линии С, то перед нами Груша или Трапеция, и наконец, если длиннее всех оказалась линия Б, то это свидетельствует о том, что перед нами ромб или овал.

Следующее, что мы анализируем – это внешний контур, если он мягкий и плавный и мы не видим внешних углов на линии нижней челюсти и во внешних углах роста волос на лбу, то данную форму лица стоит отнести к мягким. Подтверждением тому будут и внутренние линии: как правило, это изогнутые дугой брови, округлые глаза, полный нос, пухлые губы, закругленный подбородок, круглые щеки. Если внешний контур с явными углами в области нижней челюсти и по линии роста волос, а брови прямые, глаза миндалевидные, вместо щек – выступающие скулы, тонкий, с горбинкой, прямой или заостренный нос, тонкие, узкие губы, квадратный заостренный подбородок, то перед нами лицо, которое относится к угольным геометрическим формам.

Определить форму лица достаточно сложно. Самым объективным является анализ собственной фотографии в паспорте, если, конечно, с тех пор вы не очень изменились.

## Овальная форма лица

Гармоничной считается овальная форма лица, в котором высота преобладает над шириной в примерном соотношении 62% к 38%, а височная область и область подбородка уже, чем область скул. Внешние и внутренние линии мягкие, округлые. Коррекционные техники, которые применяют стилисты при выборе оправы, призваны зрительно приблизить любую форму лица к идеальному овалу. С помощью коррекционных техник можно изменить ширину или высоту лица, это достигается за счет правильно выбранной стрижки или укладки (прически), макияжа, горловины одежды, украшений и, конечно же, очков.

Принято считать, что именно овальная форма лица является идеальной и не нуждается в коррекции, якобы ей подходят все формы оправы. Я бы так не сказала.

Овальную форму лица, наравне с округлой и ромбовидной, можно отнести к формам лица, у которых средняя линия Б, то есть линия, проходящая по области скул, больше, чем С и Д. А это значит, что у овальной формы лица есть щеки, которые и нуждаются в коррекции. При неверно подобранной оправе, щеки могут выглядеть визуально шире, что вряд ли является вашей целью. Овальная форма лица при имеющемся лишнем весе очень быстро превращается в округлую, где ширина стремительно приближается к высоте, и тогда мы изначально овальную форму корректируем как круглую.

Задача очков на лице – жить в гармонии с линиями лица и производить впечатление свежего, ухоженного, молодого, современного человека.

Для овальной формы лица подходит оправа с мягкими линиями окуляра и слегка приподнятыми верхними уголками, либо с декоративным элементом или другим акцентом на внешний верхний угол окуляра.

Почему именно такая форма? – Потому что она зрительно сужает и делает щеки овального лица уже. Все диагональные линии призваны вытягивать силуэт, в том числе и форму лица.

Если у «овала» высота лица явно преобладает над шириной, то можно использовать полноободковую конструкцию с широким окуляром, если же овал стремительно приближается к кругу, тогда рекомендовано отказаться от полноободковой оправы с широким окуляром в пользу более легкой конструкции снизу. Это может быть оправа с креплением на леске и акцентом на верхнюю часть: например, верхняя часть из ацетата целлюлозы яркого активного цвета, а нижняя – металлическая.

Заушник может быть как тонким, так и широким, обильно декорированным или деликатным. Верхняя линия окуляра оправы четко повторяет изгиб линии брови. Оправа может быть как ободковая, так и полубодковая или безободковая. Для безободковой оправы четкое повторение линии брови не обязательно, но желательно, чтобы линия стремилась повторить природный изгиб брови.

Если у овальной формы лица щеки не явно выраженные, то можно примерить и форму «Авиатор» и «Wayfarer».

Кстати, форма оправы «Авиатор» подходит всем лицам без исключения. Идеальная посадка зависит от геометрии окуляра. С 2017 года трендом в женском очковом гардеробе стала эта оправа. И теперь она предназначена для установки линз с коррекцией зрения.

Овальная форма лица самая распространенная в средней полосе России.

Овальной формой лица обладают такие иконы стиля и знаменитые личности, как Андрей Малахов, Дмитрий Нагиев, Екатерина Андреева, Катрин Денев, Кейт Иунслет.



Овальная форма лица



Овальная форма лица

## **Круглая и квадратная форма лица**

Для круглой и квадратной формы лица характерно примерное равенство высоты и ширины лица. Поэтому коррекционная техника этих форм лица с помощью оправы заключается в том, чтобы визуально вытянуть лицо. У круглого лица имеются щеки, у квадратного – явно очерченная линия подбородка без видимых заострений, которые были бы характерны для треугольной формы. Разница округлого и квадратного лица в том, что чаще всего внутренние линии округлого лица мягкие, а у квадратного прямые.

Для правильной коррекции необходимо отказаться от горизонтальных линий, которые будут визуально делать лицо еще более коротким, и максимально работать с вертикальными и диагональными линиями.

Как это работает на практике? Для таких лиц идеально подходят безободковые оправы с мягкими линиями окуляра (прямоугольная форма окуляра со скругленными углами) или полуободковая конструкция оправы. Отлично будут смотреться оправы в стиле «Кошачий глаз» для леди и в спортивном стиле с динамичным диагональным изгибом для джентельмена.

С оправой «Кошачий глаз» стоит быть предельно аккуратной, такие оправы имеют много разновидностей: с широким окуляром и узким, с акцентом на переносицу или верхний внешний угол, расширяющие лицо или сужающие, с заметной нижней частью или с облегченной.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.