



Z世代衣橱里的100种人生副本

AI数智化洞察Z世代服饰需求趋势

MindSight 心智观策

2026.06

闪回千禧年代穿搭

Y2K的4大关键风格 TREND



miu系风格穿搭合集



2026SS 优雅老钱-风格演变

静奢老钱 / 松驰都市 / 轻奢优雅



配色新灵感
夏日色彩多巴胺

SICKY



BARNFIT
巴恩风

“巴恩风” (Barnfit) 是最近从工装经典中重新流行起来的一种穿搭风格，它既复古又充满现代气息，非常适合打造秋冬轻松有型的日常造型。

芭蕾风美学 BALLET AESTHETIC



June 2026 流行关键色
薄荷曼波

美拉德风

这种以大地色系为主色调的「美拉德时尚」，随着反乌托邦精神逐渐传入大众视野，带来了颓废的末日美拉德造型，自带神秘独特的反叛精神；

• 风格特征：卡其/深棕/浅棕/焦糖等加上亮色点缀搭配



Geek Chic
时髦书呆子风



Z世代的需求是什么？TA们到底为什么买单？ 哪些是短期流行，哪些是值得投入的长期趋势？



Gorpcore



到底什么是
Off-Duty风



Office Siren
办公室海妖风



Clean Fit 风



极繁主义
华丽复古的“Glamoratti”美学

2022年-2026年，
心智观策深度观察了**1620位 18-30岁年轻人**的真实衣橱



总计覆盖 **200+** 个城市

收集 **5000+** 条服饰相关原始记录

累计 **2000+** 张生活场景图片

这些年轻人横跨**不同生活状态**——
覆盖不同性别、生命阶段、收入区间，
分布于多样化的**职业**类型中，
处于不同的**婚恋与家庭**状态，
活跃在各具特色的**兴趣圈层**中，
共同构成多元而真实的年轻人生活图景。



这些长期、持续、真实的记录，
为我们提供了一个观察Z世代服饰需求变化的重要窗口

100种人生副本的一代

人生不只有一条主线

生活场景无限爆炸和细分

2020年中国平均初婚年龄为**28.67岁**
2025年，上海全市初婚平均年龄为29.7岁

“两栖”“斜杠”正在成为生活常态
1/4以上的青年拥有2份及以上工作

截至2024年底，全国灵活就业人员规模已达**2.4亿人**
30岁以下人员占比接近**60%**

2025年，B站30岁以下用户占比高达约**78%**
已形成 200万+文化标签、**7000+**核心文化圈层
平均每位用户有**7个**兴趣爱好

2025年，小红书平台已孕育出超过**3000个**细分兴趣圈层
小众兴趣出圈：谷子、攀岩、手串、观鸟、匹克球、.....

心智观策数据库（2022-2026年）发现
18-30岁人均**16.9种**穿搭风格/周，比30岁以上多出**35%**

数据来源：国家统计局；人社部门参保数据统计；人民数据研究院《青年就业与职业规划报告（2021）》；Bilibili；《小红书 2025 年度兴趣报告》；国家体育总局体育经济司发布《中国户外运动产业发展报告（2024—2025）》

100种人生副本的一代

MindSight

Z世代的服饰场景围绕3个层次展开



本命我：身体自由

服饰首先服务于体感、情绪
让自己保持舒适、有能量的状态

100种人生副本的一代



MindSight

Z世代的服饰场景围绕3个层次展开



角色我：身份自由

通过服饰表达身份、兴趣和归属
短暂进入想象中的人设剧本

本命我：身体自由

服饰首先服务于体感、情绪
让自己保持舒适、有能量的状态

100种人生副本的一代



MindSight

Z世代的服饰场景围绕3个层次展开

在不同场景间破界流动



无界我：规则自由

打破性别边界、场景边界、风格边界

角色我：身份自由

通过服饰表达身份、兴趣和归属
短暂进入想象中的人设剧本

本命我：身体自由

服饰首先服务于体感、情绪
让自己保持舒适、有能量的状态

识别5大Z世代服饰需求趋势

MindSight



服饰要少“耗电”，或者让我重新“来电”

感官降噪

亲肤材质



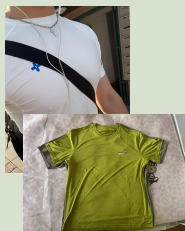
高质感天然面料
羊绒/桑蚕丝/棉麻等

2022年中国羊绒衫需求量同比 +8.3%
2023真丝服装销售额同比 +10.24%



新一代舒适纤维
醋酸/铜氨丝/莱赛尔等

纤维素人造纤维市场预计
2026-2034 CAGR 3.54%



体感调节科技面料
凉感纤维/发热纤维/吸汗排湿

全球凉感面料市场预计
2025-2030 CAGR 8.3%

无感设计



贴身无压设计
无痕/软支撑/无尺码内衣

2025年女士内衣行业相关卖点销售
额同比 +超300%



低摩擦结构
无标签设计/低摩擦缝线/一片式剪裁

2023年78.4%消费者偏好无钢圈内衣



久穿友好版型
空气层结构/弹力腰头/宽松廓形

2022年男士内裤类型偏好中较为宽松的
平角裤最热门，占比63.2%

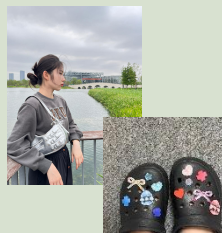
多巴胺快充

能量色彩



户外多巴胺色
彩色冲锋衣/亮色防晒衣/撞色抓绒

2023年多巴胺风格穿搭销售额同比 +近30%



小面积点亮
彩色鞋花/拉链/亮色包袋/撞色帽子

2024年约 75% 的Crocs消费者会购买彩色鞋花搭配

轻量玩趣



童趣元素
卡通感印花/Kidcore配饰

2024年“呆萌”“可爱柔软”等童趣关键词产品销售额同比+ 1000%+



度假符号
贝壳/椰树/草编/钩针/流苏

2024年度假服饰鞋包增长率120.5%



不只表达“我是谁”，也体验“想成为的谁”

MindSight

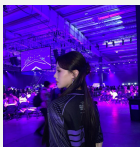
BELONGING

圈子暗号

现实身份 | 被认出、有归属



追星痛包



电竞玩家



汉服同袍



马拉松OOTD



HYROXer 战包



破2跑鞋

同好认证

追星 / 音乐同担

乐队T、巡演周边、应援色等

二次元同好

IP联名、角色痛包、战队队服等

运动 / 赛事同伴

球衣、跑团装备、骑行队服等

圈内资历

我来过

演唱会限定、城市限定、巡演限定等

我参与过

完赛服、赛事编号、活动纪念款等

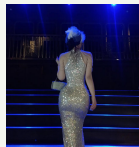
我够懂

隐藏款、会员限定、小众联名等

BECOMING

入戏开关

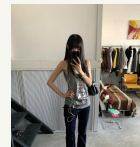
理想身份 | 进入剧本、可沉浸



盖茨比名流



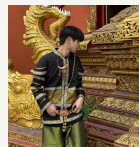
黑帮恶女



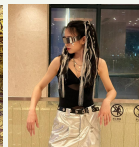
千禧辣妹



复古港星



傣族旅拍



赛博玩家

掌控感人生

Tension: 资源渴望

对应剧本：老钱千金、盖茨比名流、大女主、黑帮恶女等

对应设计语言：
挺括廓形
利落肩线
高级面料肌理

高光感人生

Tension: 关注渴望

对应剧本：K-POP女团、复古港星、千禧辣妹等

对应设计语言：
戏剧化轮廓
高光泽材质
鲜明色彩对比
夸张配饰

异世界人生

Tension: 短逃离渴望

对应剧本：唐代贵女、民国才女、赛博玩家、苗寨/傣族少女等

对应设计语言：
标志性文化元素
地域特色元素
非遗/民族工艺细节



打破Dress Code, 创造Dress Code

MindSight

BREAKING

混序穿搭

把矛盾材质、风格放在一起



破碎/解构西装 Athflow通勤装 失序芭蕾风 Athflow通勤装 登山包出差 冲锋衣进办公室

正式叛逆化

正式感不能丢，个性感不能少

oversized西装、不对称西装
解构衬衫
做旧皮鞋

中国服装协会将“不对称设计”和“解构”明确列为2025春夏国际 T 台的代表性设计方向

通过细节叛逆，而不是彻底反叛

西装破碎领口设计
西装配球鞋、棒球帽、撞色领带

户外都市化

户外成为一种穿搭风格
穿的是一种向外探索的生活想象

山系美学
Gorpcore、City outdoor、Hiking Chic

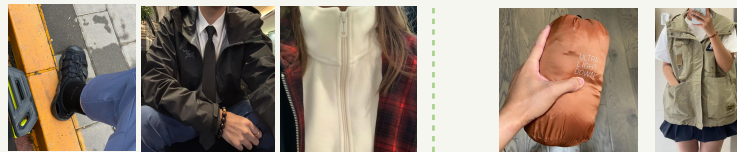
小红书将“山系穿搭”列为2024年户外潮流趋势代表风格之一

城市户外混搭
冲锋衣配西裤、越野鞋搭风衣、登山包配衬衫、徒步凉鞋配长裙

EXPANDING

日常硬核

把专业功能变成日常标配



梅雨季溯溪鞋通勤 冲锋衣南北差旅 冬日滑雪内搭打底 便携衣物极简出差 功能马甲通勤

专业能力日常化

专业性能，不再只属于专业场景
城市也是一种自然环境

环境防护
防水、防风、防尘、防晒、防泼溅

2024年中国内地高性能户外服饰市场规模达 1027亿元

持久耐用
抑菌、防臭、抗污、一擦即净、耐磨防刮

模块化穿搭

衣服是“穿着系统”，根据天气、城市、行程、室内外温差灵活增减

温差自由
三合一冲锋衣、可拆卸内胆、可叠穿中层

轻量收纳
可收纳外套、压缩羽绒、便携风衣、口袋收纳夹克

功能扩展
模块化口袋、外挂小包、可拆卸背带、可调节抽绳

MINDSIGHT借助三重力量，实现能够真正落地的精益消费者洞察

MindSight



真实
的力量



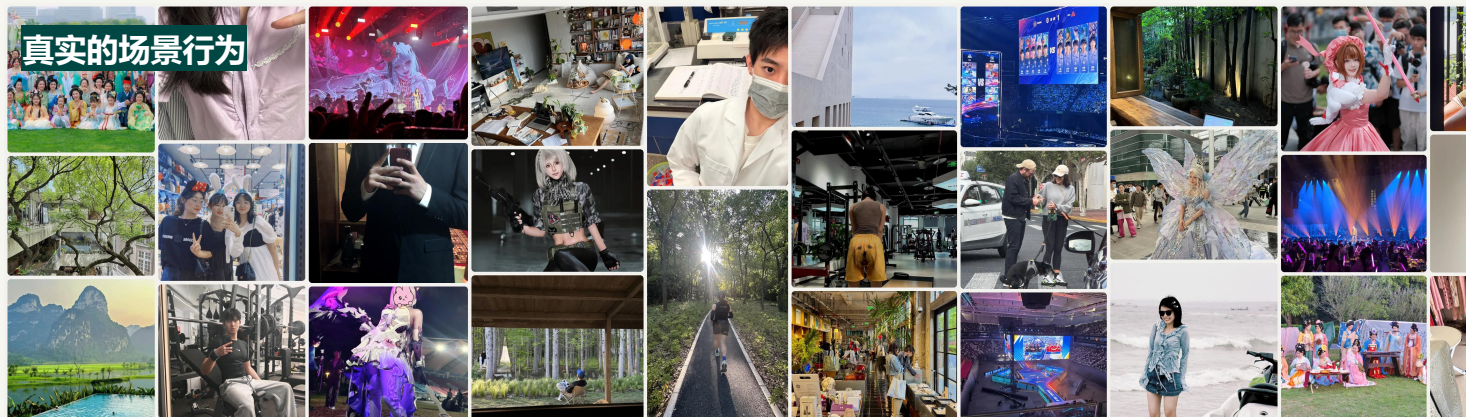
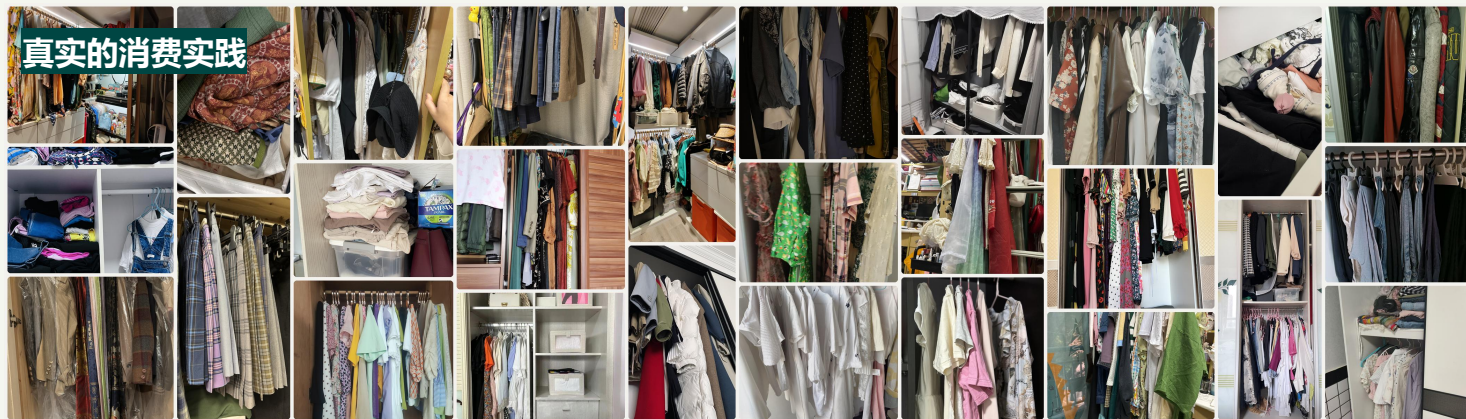
时间
的力量



技术
的力量

真实的力量：实现多种层面的全方位真实，杜绝伪需求

真实 的力量



真实的力量：实现多种层面的全方位真实，杜绝伪需求

真实 的力量

真实的人生厚度



从深度的母女联结

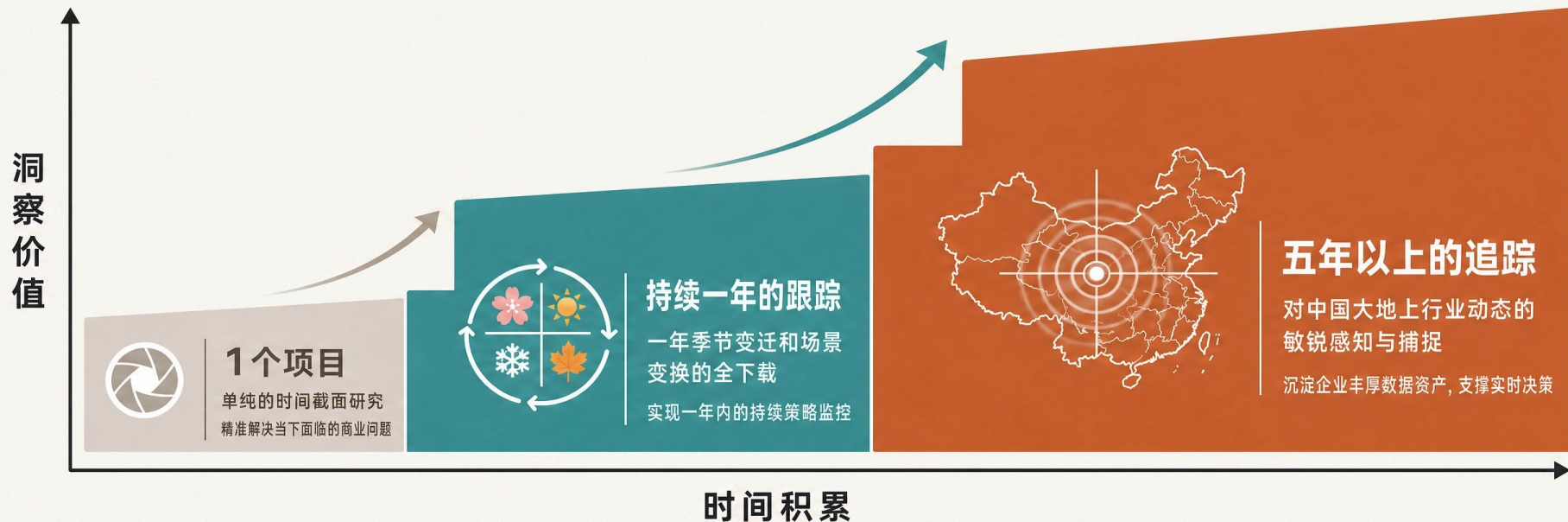
“和妈妈是最好的朋友，一起品茶喝酒聊天，互相给对方挑衣服鞋子包包，也互相给对方买首饰”

“我妈妈包圆了我的衣服购入，从小就给我穿的很洋气哈哈，小学我就在穿露背装，裙裤，背心裙，引领时尚潮流”

到独立的自我表达觉醒

“工作租房终于开始独居的时候，恰好跟家里因为催婚吵架，妈妈不放心我一个人生活，总觉得需要有稳定工作或者家庭才行，我就突然想要独立养猫，通过把自己从被照顾者变成独立照顾者，证明我自己有能力把生活变得很好”

时间的力量：让深度消费者洞察产生时间复利



时间的力量

技术的力量：AI加持的数智化全链路消费者洞察系统

MindSight

技术的力量



高质价比

节省70%以上时间与预算完成高质量项目

借助手机等移动设备让受访者变为研究终端，节省大量管理成本

快速

即问即答，获取洞察报告

无论何种研究问题，分钟级获取高质量的消费者洞察报告。

专业

复刻定性专家研究过程，保证洞察深度与落地性

行业资深专家能力复刻，通过多智能体专家技术确保洞察不自high。



MindSight

引领最新消费者洞察技术，
以“数字日记”为核心方法，
实现真正的“精益消费者洞察”

数智化消费者聆听方案



针对目标用户定制PANEL
长期持续追踪
高频、轻量、快速反馈

全案洞察研究服务



深度理解人·场景·需求
系统、战略导向
覆盖前·中·后等多研究场景

出海洞察服务



多语言支持
美国/日本/韩国/印度
均有项目落地经验



数据收集工具 数记

- 微信聊天形式
- 多模式支持
- APP/H5/小程序多版本



通用产品

研究管理与分析工具 D.E.E.P. InsightY

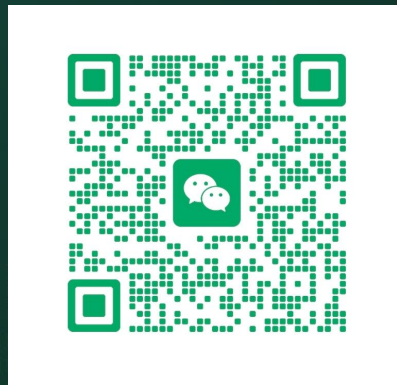
- 多人数字日记实时管理
- 访谈文件导入
- 在线实时洞察输出



期待共创！

邮箱: hello@mind-sight.studio

手机: 13162000320



MindSight