

美丽在线

做自己的 发型师

胡爽 主编

小欧、尚雯婕、信乐团、陈楚生 化妆师胡爽倾力打造

106个时尚发型，1000幅高清图

二维码即扫即看，随时随地拗造型

零基础，零失手，百变发型轻松学

约会、上班、派对、旅游，不同场合不同秀



随书赠送全套二维码发型制作高清视频
超值赠送 She's 品牌百万优惠券



扫一扫，跟着视频做
精致两股发髻

重庆出版集团 重庆出版社

美丽在线

做自己的 发型师

主编：胡爽

图书在版编目 (CIP) 数据

做自己的发型师 / 胡爽主编. —重庆: 重庆出版社, 2016.4

ISBN 978-7-229-06774-8

I. ①做… II. ①胡… III. ①发型—设计—基本知识 IV. ①TS974.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 029336 号

做自己的发型师

ZUO ZIJI DE FAXINGSHI


胡爽 主编

统筹策划: 深圳市爱莲文化有限公司

责任编辑: 吴向阳 陈冲

责任校对: 何建云

策划编辑: 万军莲

 重庆出版集团
重庆出版社 出版

重庆市南岸区南滨路 162 号 1 幢 邮政编码: 400061 <http://www.cqph.com>

深圳舜美彩印有限公司印刷

重庆出版集团图书发行有限公司发行

邮购电话: 023-61520646

全国新华书店经销

开本: 787mm×1000mm 1/16 印张: 10.5 字数: 150 千字

2016 年 4 月第 1 版 2016 年 4 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-229-06774-8

定价: 34.80 元

如有印装质量问题, 请向本集团图书发行有限公司调换: 023-61520678

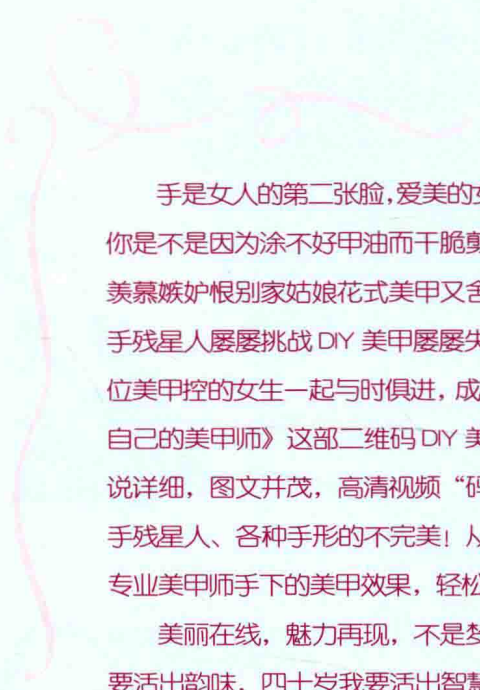
版权所有 侵权必究

德雷克斯曾说：“漂亮的女人等于备齐了一半嫁妆。”美是女人一生的权利。美貌之于女人犹如才智之于男子，是至关重要的。任何女人都希望自己具有闭月羞花之貌，沉鱼落雁之姿。可我们的相貌天生，得之于父母，不是每一个人都天生丽质、貌美如花。况且女人是抵不过岁月侵蚀的，年过二十五不再谈青春，年过三十五不再谈年轻，年过四十，无论曾经如何花容月貌，都不再谈姿色。因此后天的修为得靠自己，如何让自己一直美下去呢？

“美丽在线系列”丛书，由顶级造型、美甲大咖亲自指导，真人实景全程跟拍，教你轻松提高颜值，HOLD住各种场合。作为脱颖而出的美容类图书，除了所选的发型造型时尚、美甲潮流个性，此系列丛书最大的特色就在于我们真正做到了与时俱进，每一款发型、美甲都配上了二维码，扫一扫，高清低流量视频“码”上看。图文并茂，动态即视，简单易学，全球首发，让任何手残党都可以在家轻松搞定。

针对女生们的“剪不断、理还乱”的鸡窝头，我们特意奉上了《做自己的发型师》这一百变发型书，让你做自己的发型师，轻松成为百变女王。想要OL范儿、女王范儿、萝莉范儿、CHIC范儿，要去约会、旅游、上班，统统都不是问题。书中每款造型除了必备二维码之外，图文解说详细，配有清晰的步骤图，还有贴心的美发小贴士。女生可根据不同的脸形、饰品、头发的长度、场合……挑选属于你的发型。只需短短三分钟，长发秒变短发、薄发秒变厚发、发尾巧变刘海，让你成为百变女王！





手是女人的第二张脸,爱美的女生不美甲,你就OUT、OUT、OUT啦。你是不是因为涂不好甲油而干脆剪短指甲放任它“裸奔”？你是不是羡慕嫉妒恨别家姑娘花式美甲又舍不得一趟趟去店里花钱？你是不是手残星人屡屡挑战DIY美甲屡屡失败？为响应时下潮流的召唤,与各位美甲控的女生一起与时俱进,成为潮流的宠儿,我们率先出版了《做自己的美甲师》这部二维码DIY美甲书,精选时下最潮美甲,步骤解说详细,图文并茂,高清视频“码”上看,来拯救各种荷包干瘪党、手残星人、各种手形的不完美!从零开始教会女生们在家也能DIY出专业美甲师手下的美甲效果,轻松成为美甲潮人。

美丽在线,魅力再现,不是梦!二十岁我要活出青春,三十岁我要活出韵味,四十岁我要活出智慧,五十岁我要活出坦然,六十岁我要活出轻松,七十岁我要成为无价之宝!女人,就该这样美下去。





没有丑女人，只有懒女人！

爱美是女性的天性，美丽要从头开始！

发型不对，女神瞬间变雷神！

提起头发，我们的女生们总是有种“剪不断，理还乱”的感觉。今天有约会，化了美美的妆，穿上漂亮的衣服，照照镜子，看看这头发，真是要疯掉啊。今天要去旅游啦，着急出门，不适合披肩发啊……我想要OL范儿、女王范儿、萝莉范儿、时髦范儿……去美发沙龙，让魔发师为你精心打造？天天去？费钱啊，还要花时间！

女生们，别慌！本书将手把手教会你在家自己就能轻松搞定的各式发型。不管你是直发还是卷发、长发还是中发、盘发还是编发，只要不是短短的小毛寸，盘盘卷卷扎一扎后总能变得大方得体又俏丽，HOLD住一切场合！

本书不仅介绍了脸形与发型的搭配技巧、常用的美发工具、头发的日常保养，还精选多款简单时尚的发型，再根据发型打造的技巧、束发的类型、发饰的搭配、场景的变换进行分门别类的编排，每个发型都有制作小TIPS，只需短短几分钟，你就不用再为千丝万缕的头发而烦恼，也不用为出席各种场合而烦恼。从现在开始，完美发型，轻松搞定；百变女王，非你莫属。

此外，本书为每一款发型都配上专属二维码，扫一扫，发型高清低流量视频“码”上看。图文并茂，动态即视，简单易学。作为全球第一本二维码发型造型书，哪怕是从未亲手打理过头发的人，也可以毫不费力轻松上手，瞬间做出超时尚的发型，实现整个人的全新蜕变，爱美的你值得拥有哦。

快打开此书，扫一扫，为你的美丽升级吧！COME ON，女生们，你们还在等什么！

PART 1 不可不知的基本知识

- 好发型让你秒变 V 形小脸..... 10
- 美发工具大解惑..... 12
- 呵护头皮按摩法 10 步..... 14

PART 2 卷发、编发、盘发 百变造型同时拥有

电卷棒的造型魔法

- 侧边迷人大卷发..... 18
- 复古公主头..... 19
- 甜美内扣公主卷..... 21
- 迷人长卷发..... 22
- 中分迷人卷..... 23
- 女人味卷发..... 25
- 森女气质卷发..... 27

FASHION 编发达人

- 韩式侧编蜈蚣辫..... 28
- 时尚双编蝎子辫..... 29
- 甜美侧边麻花辫..... 31
- 异域风情蝎子辫..... 33
- 三股编发..... 34
- 淑女蜈蚣辫..... 35
- 风情鱼骨辫..... 37
- 清爽双辫发髻..... 39
- 人气麻花辫苞头..... 41

盘发也可以如此简单

- 气质盘发..... 42
- 简约盘发..... 43
- 优雅多股盘发..... 45
- 个性小波浪盘发..... 47
- 发夹巧盘发..... 48

| | |
|--------------|----|
| 高雅晚宴盘发 | 49 |
| 简单优雅盘发 | 51 |
| 法式优雅盘发 | 53 |
| 日系两侧盘发 | 55 |
| 女王范低盘发 | 57 |

PART 3

做适合你的长发造型

半束发

| | |
|----------------|----|
| 淑女风半披发 | 60 |
| 唯美半束发公主头 | 61 |
| 时髦公主头 | 63 |
| 俏皮半扎侧马尾 | 64 |
| 轻熟女半扎发 | 65 |
| 浪漫半扎麻花辫 | 66 |
| 蝴蝶结公主头 | 67 |

束发

| | |
|---------------|----|
| 活力俏马尾 | 68 |
| 俏丽麻花辫马尾 | 69 |
| 可爱马尾兔子结 | 71 |
| 优雅侧扎马尾 | 73 |
| 唯美马尾辫 | 74 |
| 利落马尾盘发 | 75 |
| 蓬松随性低马尾 | 77 |
| 优雅知性侧拧发 | 78 |
| 温婉编发低马尾 | 79 |
| 甜美少女双束发 | 81 |

披肩发

| | |
|----------------|----|
| 温婉内扣梨花头 | 82 |
| 清纯长直发 | 83 |
| 嬉皮编发 | 85 |
| 自然蓬松披发 | 86 |
| 超简单直发器卷发 | 87 |



PART 4

发饰、刘海的七十二变

发随饰变

| | |
|----------------|-----|
| 轻松活泼运动风 | 90 |
| 巧用丝巾绑发 | 91 |
| 俏皮可爱卷筒发 | 93 |
| 精致两股发髻 | 95 |
| 欧式复古刘海 | 96 |
| 可爱头巾结 | 97 |
| 侧边卷筒帽子造型 | 99 |
| 华美丝巾编发 | 101 |

巧用发箍变身

| | |
|-----------------|-----|
| 甜美可人长卷发 | 102 |
| 气质公主盘发 | 103 |
| 懒人 BOBO 头 | 105 |
| 动感麻花辫盘发 | 106 |
| 优雅婉约低马尾 | 107 |
| 活力动感丸子头 | 108 |
| 清爽麻花辫盘发 | 109 |
| 超水灵中分梨花卷 | 110 |
| 假刘海迷人长卷发 | 111 |

刘海改造

| | |
|------------------|-----|
| 气质斜刘海马尾辫 | 112 |
| 宫廷复古丸子头 | 113 |
| 妩媚派对盘发 | 115 |
| 发尾巧变刘海 | 116 |
| 唯美小赫本 | 117 |
| 丸子刘海造型 | 119 |
| 娇俏 BOBO 短发 | 120 |
| 斜刘海侧苞头 | 121 |

PART 5

场景对号不出糗

职场

| | |
|--------------|-----|
| 甜美气质苞头 | 124 |
|--------------|-----|



| | |
|--------------------|-----|
| 性感盘发 | 125 |
| 职场韩式包发 | 127 |
| OL 盘发 | 128 |
| 成熟知性低髻 | 129 |
| 优雅 OL 韩式盘发 | 131 |
| 干练时尚发型 | 132 |
| 职业女性半披头 | 133 |
| OFFICE 女郎半包发 | 135 |
| OL 魅力盘发 | 136 |
| 精致白领公主头 | 137 |

派对

| | |
|---------------|-----|
| 简约可人公主头 | 138 |
| 淑女风缩发 | 139 |
| 中式侧拧发 | 140 |
| 妩媚动人低发髻 | 141 |
| 女神范儿半束发 | 142 |
| 名媛气息卷发 | 143 |

约会

| | |
|-------------------|-----|
| 夏日清新灯笼辫 | 144 |
| 甜蜜约会侧马尾 | 145 |
| 小波浪 QQ 短发 | 147 |
| 百搭 LOOK 低发髻 | 149 |
| 柔美低髻 | 151 |
| 清新甜美侧辫发 | 152 |
| 超 SWEET 马尾辫 | 153 |
| 波西米亚 BOBO 头 | 155 |
| 花式丸子头 | 157 |

旅游

| | |
|---------------|-----|
| 简单清爽内掏发 | 158 |
| 卡哇伊半丸子头 | 159 |
| 俏丽编发式刘海 | 161 |
| 日系顶区丸子头 | 163 |
| 浪漫海岛风拧发 | 165 |
| 靓丽甜心侧马尾 | 166 |



德雷克斯曾说：“漂亮的女人等于备齐了一半嫁妆。”美是女人一生的权利。美貌之于女人犹如才智之于男子，是至关重要的。任何女人都希望自己具有闭月羞花之貌，沉鱼落雁之姿。可我们的相貌天生成，得之于父母，不是每一个人都天生丽质、貌美如花。况且女人是抵不过岁月侵蚀的，年过二十五不再谈青春，年过三十五不再谈年轻，年过四十，无论曾经如何花容月貌，都不再谈姿色。因此后天的修为得靠自己，如何让自己一直美下去呢？

“美丽在线系列”丛书，由顶级造型、美甲大咖亲自指导，真人实景全程跟拍，教你轻松提高颜值，HOLD住各种场合。作为脱颖而出的美容类图书，除了所选的发型造型时尚、美甲潮流个性，此系列丛书最大的特色就在于我们真正做到了与时俱进，每一款发型、美甲都配上了二维码，扫一扫，高清低流量视频“码”上看。图文并茂，动态即视，简单易学，全球首发，让任何手残党都可以在家轻松搞定。

针对女生们的“剪不断、理还乱”的鸡窝头，我们特意奉上了《做自己的发型师》这一百变发型书，让你做自己的发型师，轻松成为百变女王。想要OL范儿、女王范儿、萝莉范儿、CHIC范儿，要去约会、旅游、上班，统统都不是问题。书中每款造型除了必备二维码之外，图文解说详细，配有清晰的步骤图，还有贴心的美发小贴士。女生可根据不同的脸形、饰品、头发的长度、场合……挑选属于你的发型。只需短短三分钟，长发秒变短发、薄发秒变厚发、发尾巧变刘海，让你成为百变女王！



手是女人的第二张脸,爱美的女生不美甲,你就OUT、OUT、OUT啦。你是不是因为涂不好甲油而干脆剪短指甲放任它“裸奔”?你是不是羡慕嫉妒恨别家姑娘花式美甲又舍不得一趟趟去店里花钱?你是不是手残星人屡屡挑战DIY美甲屡屡失败?为响应时下潮流的召唤,与各位美甲控的女生一起与时俱进,成为潮流的宠儿,我们率先出版了《做自己的美甲师》这部二维码DIY美甲书,精选时下最潮美甲,步骤解说详细,图文并茂,高清视频“码”上看,来拯救各种荷包干瘪党、手残星人、各种手形的不完美!从零开始教会女生们在家也能DIY出专业美甲师手下的美甲效果,轻松成为美甲潮人。

美丽在线,魅力再现,不是梦!二十岁我要活出青春,三十岁我要活出韵味,四十岁我要活出智慧,五十岁我要活出坦然,六十岁我要活出轻松,七十岁我要成为无价之宝!女人,就该这样美下去。



没有丑女人，只有懒女人！

爱美是女性的天性，美丽要从头开始！

发型不对，女神瞬间变雷神！

提起头发，我们的女生们总是有种“剪不断，理还乱”的感觉。今天有约会，化了美美的妆，穿上漂亮的衣服，照照镜子，看看这头发，真是要疯掉啊。今天要去旅游啦，着急出门，不适合披肩发啊……我想要OL范儿、女王范儿、萝莉范儿、时髦范儿……去美发沙龙，让魔发师为你精心打造？天天去？费钱啊，还要花时间！

女生们，别慌！本书将手把手教会你在家自己就能轻松搞定的各式发型。不管你是直发还是卷发、长发还是中发、盘发还是编发，只要不是短短的小毛寸，盘盘卷卷扎一扎后总能变得大方得体又俏丽，HOLD住一切场合！

本书不仅介绍了脸形与发型的搭配技巧、常用的美发工具、头发的日常保养，还精选多款简单时尚的发型，再根据发型打造的技巧、束发的类型、发饰的搭配、场景的变换进行分门别类的编排，每个发型都有制作小TIPS，只需短短几分钟，你就不用再为千丝万缕的头发而烦恼，也不用为出席各种场合而烦恼。从现在开始，完美发型，轻松搞定；百变女王，非你莫属。

此外，本书为每一款发型都配上专属二维码，扫一扫，发型高清低流量视频“码”上看。图文并茂，动态即视，简单易学。作为全球第一本二维码发型造型书，哪怕是从未亲手打理过头发的人，也可以毫不费力轻松上手，瞬间做出超时尚的发型，实现整个人的全新蜕变，爱美的你值得拥有哦。

快打开此书，扫一扫，为你的美丽升级吧！COME ON，女生们，你们还在等什么！

PART 1 不可不知的基本知识

- 好发型让你秒变V形小脸..... 10
- 美发工具大解惑..... 12
- 呵护头皮按摩法 10步..... 14

PART 2 卷发、编发、盘发 百变造型同时拥有

电卷棒的造型魔法

- 侧边迷人大卷发..... 18
- 复古公主头..... 19
- 甜美内扣公主卷..... 21
- 迷人长卷发..... 22
- 中分迷人卷..... 23
- 女人味卷发..... 25
- 森女气质卷发..... 27

FASHION 编发达人

- 韩式侧编蜈蚣辫..... 28
- 时尚双编蝎子辫..... 29
- 甜美侧边麻花辫..... 31
- 异域风情蝎子辫..... 33
- 三股编发..... 34
- 淑女蜈蚣辫..... 35
- 风情鱼骨辫..... 37
- 清爽双辫发髻..... 39
- 人气麻花辫包头..... 41

盘发也可以如此简单

- 气质盘发..... 42
- 简约盘发..... 43
- 优雅多股盘发..... 45
- 个性小波浪盘发..... 47
- 发夹巧盘发..... 48



| | |
|--------------|----|
| 高雅晚宴盘发 | 49 |
| 简单优雅盘发 | 51 |
| 法式优雅盘发 | 53 |
| 日系两侧盘发 | 55 |
| 女王范低盘发 | 57 |

PART 3

做适合你的长发造型

半束发

| | |
|----------------|----|
| 淑女风半披发 | 60 |
| 唯美半束发公主头 | 61 |
| 时髦公主头 | 63 |
| 俏皮半扎侧马尾 | 64 |
| 轻熟女半扎发 | 65 |
| 浪漫半扎麻花辫 | 66 |
| 蝴蝶结公主头 | 67 |

束发

| | |
|---------------|----|
| 活力俏马尾 | 68 |
| 俏丽麻花辫马尾 | 69 |
| 可爱马尾兔子结 | 71 |
| 优雅侧扎马尾 | 73 |
| 唯美马尾辫 | 74 |
| 利落马尾盘发 | 75 |
| 蓬松随性低马尾 | 77 |
| 优雅知性侧拧发 | 78 |
| 温婉编发低马尾 | 79 |
| 甜美少女双束发 | 81 |

披肩发

| | |
|----------------|----|
| 温婉内扣梨花头 | 82 |
| 清纯长直发 | 83 |
| 嬉皮编发 | 85 |
| 自然蓬松披发 | 86 |
| 超简单直发器卷发 | 87 |



PART 4

发饰、刘海的七十二变

发随饰变

| | |
|----------------|-----|
| 轻松活泼运动风 | 90 |
| 巧用丝巾绑发 | 91 |
| 俏皮可爱卷筒发 | 93 |
| 精致两股发髻 | 95 |
| 欧式复古刘海 | 96 |
| 可爱头巾结 | 97 |
| 侧边卷筒帽子造型 | 99 |
| 华美丝巾编发 | 101 |

巧用发箍变身

| | |
|-----------------|-----|
| 甜美可人长卷发 | 102 |
| 气质公主盘发 | 103 |
| 懒人 BOBO 头 | 105 |
| 动感麻花辫盘发 | 106 |
| 优雅婉约低马尾 | 107 |
| 活力动感丸子头 | 108 |
| 清爽麻花辫盘发 | 109 |
| 超水灵中分梨花卷 | 110 |
| 假刘海迷人长卷发 | 111 |

刘海改造

| | |
|------------------|-----|
| 气质斜刘海马尾辫 | 112 |
| 宫廷复古丸子头 | 113 |
| 妩媚派对盘发 | 115 |
| 发尾巧变刘海 | 116 |
| 唯美小赫本 | 117 |
| 丸子刘海造型 | 119 |
| 娇俏 BOBO 短发 | 120 |
| 斜刘海侧苞头 | 121 |

PART 5

场景对号不出糗

职场

| | |
|--------------|-----|
| 甜美气质苞头 | 124 |
|--------------|-----|



| | |
|--------------------|-----|
| 性感盘发 | 125 |
| 职场韩式包发 | 127 |
| OL 盘发 | 128 |
| 成熟知性低髻 | 129 |
| 优雅 OL 韩式盘发 | 131 |
| 干练时尚发型 | 132 |
| 职业女性半披头 | 133 |
| OFFICE 女郎半包发 | 135 |
| OL 魅力盘发 | 136 |
| 精致白领公主头 | 137 |

派对

| | |
|---------------|-----|
| 简约可人公主头 | 138 |
| 淑女风缩发 | 139 |
| 中式侧拧发 | 140 |
| 妩媚动人低发髻 | 141 |
| 女神范儿半束发 | 142 |
| 名媛气息卷发 | 143 |

约会

| | |
|-------------------|-----|
| 夏日清新灯笼辫 | 144 |
| 甜蜜约会侧马尾 | 145 |
| 小波浪 QQ 短发 | 147 |
| 百搭 LOOK 低发髻 | 149 |
| 柔美低髻 | 151 |
| 清新甜美侧辫发 | 152 |
| 超 SWEET 马尾辫 | 153 |
| 波西米亚 BOBO 头 | 155 |
| 花式丸子头 | 157 |

旅游

| | |
|---------------|-----|
| 简单清爽内掏发 | 158 |
| 卡哇伊半丸子头 | 159 |
| 俏丽编发式刘海 | 161 |
| 日系顶区丸子头 | 163 |
| 浪漫海岛风拧发 | 165 |
| 靓丽甜心侧马尾 | 166 |

