



中等职业教育国家规划教材
全国中等职业教育教材审定委员会审定

Beauty 美容与造型

(美容美发与形象设计专业)

主编 姜勇清



高等教育出版社

高等教育出版社

中等职业教育美容美发与形象设计专业
国家规划教材■及配套教学用书●目录

- | | |
|---|------------|
| ■ | 化妆品化学 |
| ■ | 美发与造型 |
| ■ | 美容与造型 |
| ■ | 服饰与造型 |
| ■ | 美容美发软件应用 |
| ■ | 影视及戏剧化妆 |
| ■ | 美容美发企业管理基础 |
| ● | 皮肤护理 |
| ● | 美容化妆 |
| ● | 美发基础 |
| ● | 发型设计 |
| ● | 按 摩 |

ISBN 7-04-010962-X



9 787040 109627 >

定价：23.60 元

中等职业教育国家规划教材
全国中等职业教育教材审定委员会审定

美容与造型

(美容美发与形象设计专业)

主 编 姜勇清
责任主审 段惠茹
审 稿 段惠茹 李爱民

高等教育出版社

内 容 提 要

本书是中等职业学校美容美发与形象设计专业教材,本书依据2001年教育部颁布的“中等职业学校美容美发与形象设计专业课程设置”及“美容与造型教学基本要求”编写。全书共分12章,内容包括:绪论、美容生理常识、常用美容用品与仪器、面部清洁与面部按摩、皮肤护理、修饰美容技术、皮肤的日常保养、化妆基础知识、局部化妆修饰技巧与化妆的基本程序、矫正化妆、不同类型的化妆造型、人物造型设计。每章前提出学习目标,章后设有本章小结及习题。其设计目的旨在让学生对每章的重点内容一目了然,通过技能训练,能理解和消化所讲授的内容。

本书除可作为中等职业学校美容美发与形象设计专业的专业课教材外,还可作为美容师培训教材,也可供美容爱好者、美容师、化妆品经营者参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

美容与造型/姜勇清主编. —北京:高等教育出版社,
2002

ISBN 7-04-010962-X

I.美... II.姜... III.美容—专业学校—教材
IV.TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 037264 号

美容与造型
姜勇清 主编

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市东城区沙滩后街 55 号
邮政编码 100009
传 真 010-64014048

购书热线 010-64054588
免费咨询 800-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>

经 销 新华书店北京发行所
印 刷 中国青年出版社印刷厂

开 本 787×1092 1/16
印 张 18
字 数 430 000
插 页 6

版 次 2002 年 7 月第 1 版
印 次 2002 年 7 月第 1 次印刷
定 价 23.60 元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

中等职业教育国家规划教材出版说明

为了贯彻《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》精神，落实《面向21世纪教育振兴行动计划》中提出的职业教育课程改革和教材建设规划，根据教育部关于《中等职业教育国家规划教材申报、立项及管理意见》(教职成[2001]1号)的精神，我们组织力量对实现中等职业教育培养目标和保证基本教学规格起保障作用的德育课程、文化基础课程、专业技术基础课程和80个重点建设专业主干课程的教材进行了规划和编写，从2001年秋季开学起，国家规划教材将陆续提供给各类中等职业学校选用。

国家规划教材是根据教育部最新颁布的德育课程、文化基础课程、专业技术基础课程和80个重点建设专业主干课程的教学大纲(课程教学基本要求)编写，并经全国中等职业教育教材审定委员会审定。新教材全面贯彻素质教育思想，从社会发展对高素质劳动者和中初级专门人才需要的实际出发，注重对学生的创新精神和实践能力的培养。新教材在理论体系、组织结构和阐述方法等方面均作了一些新的尝试。新教材实行一纲多本，努力为教材选用提供比较和选择，满足不同学制、不同专业和不同办学条件的教学需要。

希望各地、各部门积极推广和选用国家规划教材，并在使用过程中，注意总结经验，及时提出修改意见和建议，使之不断完善和提高。

教育部职业教育与成人教育司

二〇〇一年十月

前 言

随着我国人民物质与文化生活质量的日益提高,社会物质文明和精神文明的不断发展,人们的审美品味也随之不断地提高和升华,人们对整体美的追求也越来越迫切。为适应建立社会主义市场经济体制的要求,满足中等职业学校教育改革与发展对新教材的需要,按照教育部提出的《面向 21 世纪职业教育课程改革和教材建设》的要求,全果中等职业学校(中专、职高、技校等)在培养目标上进行了大幅度改革,从岗位专业教育向综合能力的职业教育方向转变,以培养高素质劳动者和初中级实用型专业人才为目标,为此,我们编写了《美容与造型》一书。

《美容与造型》一书是依据教育部最新颁发的中等职业学校美容美发与形象设计专业“美容与造型教学基本要求”编写的。本书强化了知识的应用性、针对性和技能的可操作性,专业基础起点较高,涉及了人体整体造型,注重引进新知识、新技术、新工艺、新方法,突出了对学生动手能力的培养,体现了以素质为基础,以能力为本位,注重创新意识和创新能力的培养。使学生毕业后能立即适应工作岗位的要求;适应学生参加高职考试、技术等级考试的要求;适应与先进国家操作技术接轨的要求,体现了我国新时期教材的特点。

《美容与造型》一书由北京实用美术职业学校姜勇清任主编(第一、六、七、十、十一、十二章),参加编写的人员有北京实用美术职业学校邱莉军(第三、四、五章)、北京黄庄职业高中高震云(第二、八、九章)。在编写过程中,北京实用美术职业学校杨洁、邱莉军和北京黄庄职业高中李牧为本书绘制了原始插图。此外还得到了高等教育出版社陈向老师的大力帮助,北京市职业技能培训指导中心的段惠茹老师和北京劲松职业高中的李爱民老师审阅了全书,并提出了许多宝贵意见,在此一并表示衷心的感谢。

本书的编写由于作者水平有限,书中不足之处恳请读者提出宝贵意见,以便进一步完善。

课时分配表(供参考)

章 次	内 容	课 时
1	绪论	3
2	美容生理常识	4
3	常用美容用品与仪器	7
4	面部清洁与面部按摩	10
5	皮肤护理	32
6	修饰美容技术	22
7	皮肤的日常保养	2
8	化妆基础知识	4

目 录

1 绪论	1	本章小结	163
中外美容发展简史	1	习题	163
皮肤护理与化妆的关系及作用	6	7 皮肤的日常保养	167
美容师的职业道德、修养与形象	7	良好的生活方式	167
本章小结	11	足够的营养和水分	172
习题	11	皮肤的日常保养	177
2 美容生理常识	13	本章小结	181
皮肤的解剖	13	习题	181
皮肤的基本类型与鉴别方法	19	8 化妆基础知识	183
骨骼与肌肉	20	面部各部位名称及五官比例	183
经络与穴位	27	常用修饰类化妆品及应用	185
本章小结	35	常用化妆用具的应用	189
习题	35	化妆色彩的基础知识	194
3 常用美容用品与仪器	39	本章小结	201
美容用品的分类与应用	39	习题	201
常用美容仪器的构造原理、功能、使用及日常保养	51	9 局部化妆修饰技巧与化妆的基本程序	203
本章小结	64	局部化妆修饰方法与技巧	203
习题	64	化妆的基本程序	217
4 面部清洁与面部按摩	67	本章小结	220
清洁皮肤的作用与方法	67	习题	220
面部按摩的作用与手法	75	10 矫正化妆	223
面部按摩的技巧和要求	77	脸型的种类及矫正技巧	223
本章小结	88	五官的矫正技巧	229
习题	88	本章小结	242
5 皮肤护理	91	习题	242
面部皮肤护理的一般程序	91	11 不同类型的化妆造型	245
不同类型面部皮肤的护理	95	光的认识	245
问题性皮肤的护理	103	生活艺术化妆	247
手臂和颈肩部皮肤护理	112	表演艺术化妆	258
本章小结	120	本章小结	262
习题	120	习题	262
6 修饰美容技术	123	12 人物造型设计	265
减肥	123	人物造型设计的基本知识	265
健胸	143	人物造型设计的步骤与方法	270
脱毛	146	本章小结	275
电眼睫毛	150	习题	275
穿耳孔	151	彩图目录	277
美甲	152	彩图	
文饰美容	159		



学习目标 通过对美容简史的学习，了解古今中外美容的发展历程，熟悉有关美容师的职业道德、修养与形象方面的知识。

美容是使容貌美丽，爱美是人的天性。随着人类社会的进步的进程，美容从形式到内容也在不断的发展变化，美容的发展历史，在一定程度上反映了各个时期、各个民族的政治、经济、文化的兴衰。

中外美容发展简史

一、中国美容发展简史

中国是一个有着五千年悠久历史和灿烂文化的文明古国。翻开史籍，不乏记载着历代古人对美的追求。“窈窕淑女”、“粉白黛绿”等形体美、容貌美的记载，“浓妆艳抹”、“淡妆素裹”的化妆以及历代美颜护肤的敷面秘方，都从不同角度反映了不同时代人们的审美情趣。中国五千年历史文化造就了丰富多彩的“美的风貌”。从美容发展史来看，由爱美之心的萌发到懂得利用佩饰来装点身体，用颜色来美化身体，直至美容化妆，贯穿于中国历史的发展始终。

从上古三代时期，“禹选粉”、“纣烧铅锡作粉”、“周文王敷粉以饰面”等都真实地记录了护肤美容与帝王的切身联系，表现出人类追求美的迫切愿望。

春秋战国时期，“粉敷面”、“黛画眉”盛极一时，华夏美容史正式揭开了序幕。

两汉时期，美发、美容技术在质与量两方面都有了提高。在文字上出现了“妆饰”、“扮妆”等词汇，美容开始普及，化妆的用品也随之进一步发展。《毛诗疏·注》中说：“兰，香草也。汉宫中种之可著粉。”这不难看出当时不仅已能制作化妆用的粉，而且已经有了专门从事制作化妆品的人。此时的妇女化妆不仅十分普遍，而且还有创新。有名的故事是张敞画眉。传说张敞画眉的技法不俗，他经常给他的夫人画眉，长安人称他画的眉妩媚动人。大将军梁冀的妻子孙寿擅长打扮，她的仪容新奇妩媚，独创了偏侧的坠子髻，在面部化妆上改鸳鸯眉为“愁眉（八字眉）”。

盛唐时期，文化繁荣，国际交流广泛，生活化妆有长足的发展。眉型有时兴阔而浓，有时兴尖而细长。值得一提的是，唐玄宗曾命令画工设计数十种眉型，以示提倡，并赋予每一种眉型以美丽的名称，如“鸳鸯眉”、“小山眉”、“五岳眉”、“三峰眉”、“垂珠眉”、“月棱眉”（又称“却月眉”）、“倒晕眉”、“分梢眉”、“涵烟眉”、“拂云眉”（又名“横烟眉”）等。还有在眉目之间饰以金银、羽翠制成的五彩花子，名“花钿”；有的妇女在面颊两旁用丹青、朱红等颜色点

出各种形状如月形或钱形,名“妆靛”;有的妇女用一种鸦黄的染料,蘸水画在额上,称为“鸦黄”。面部化妆有“白妆(以粉为主)”,“红妆(以胭脂为主)”之分。唐朝时在长安还流行一种时世妆,即在白妆的基础上,不用红色,嘴唇改用乌膏,画愁眉,给人一种忧伤的印象,故又称“啼妆”。还有“飞霞妆”,即在面部薄薄施朱,以粉罩之。后来,又出现了一种“北苑妆”,即在淡妆基础上,将大小、形状各异的花油花籽贴在额上。随着美容化妆内容的不断丰富,人们已经不再单纯地注重美容化妆术了,开始向养颜和调整皮肤生理机能方面发展。一些医家常以入药的植物和动物的某些组织为原料,按比例配成药,长期使用,收到了良好的预防和治疗效果。唐代大医学家孙思邈编撰的《千金复方》明确提出了治疗面疮、雀斑、润泽肌肤的验方 80 余个。可见,当时利用中药美容护肤已经相当普遍。相传,武则天曾炼益母草泽面,皮肤细嫩滋润,到了 80 多岁,仍保持美丽的容貌。她的女儿太平公主曾用桃花粉与乌鸡血调和敷面,其面色红润,皮肤光滑。在民间,人们还把美容药品制成面脂,在喜庆佳节相互馈赠。与面脂同样受到青睐的首推面膜。唐代著名歌妓庞三娘常用薄纱贴面,再将云母等中草药、细粉和蜜拌匀涂于面上,称为“嫩面”。唐代宫廷中使用的面膜以名贵中药提炼,其中有珍珠、白玉、人参等,将其研制成粉,并配以上等藕粉一起调和。这类面膜不但可以使皮肤白嫩光泽而富有弹性,还可以将毛孔深处的污垢及死细胞清除。

到了宋代,人们同样注重皮肤的养护,并沿袭和发展了唐代以来的美容秘方,美容术不断提高,制出了专门的珍珠膏。宋代陈直《养老奉亲书》中对老人的健美作了详细的论述。此外,宋代从发髻款式到头饰和面部花钿的粘贴,比唐代也不逊色。但是后来几个皇帝比较保守,多次修改服饰制度,一些华丽的装饰被禁锢了,民风也不如唐代那样开放。人们的审美观也由豪放转为隐逸,文弱颓丽的面容逐渐流行。宋朝面饰虽被摒弃,但对美容按摩却非常重视。

元代,一些北方游牧民族的妇女盛行“黄妆”,即在冬季用一种黄粉涂面,直到春暖花开才洗去。这种粉是将一种药用植物的茎碾成粉末,涂了这种粉可以抵御寒风沙砾的侵袭,开春后才洗去,皮肤会显得细白柔嫩。

明代,用珍珠粉擦脸,使皮肤滋润。名医李时珍将医学与养生紧密结合,编撰出巨著《本草纲目》。书中记载了 700 多个既是药物又是食物、既营养肌肤又美化容颜的验方。在所有这些美容养颜方法中,有外用的、也有内服的,药用原理主要是根据皮肤反映出来的现象,或从内部调整,或从外部加以润泽或保护,既科学,又少有副作用。

清代宫廷的美容方法集历代之大成,进而再筛选和补充,同时比较注重饮食营养,形成了一套系列化的养颜健体的独特方法。慈禧太后在美容上大下功夫,脸抹鸡蛋清,身洒西桂汁,口服珍珠粉,沐浴用人乳。

新中国成立后,医学、生物学、化学、物理学、营养学和遗传学的发展,使人们能从科学的角度掌握皮肤的生理及病理的内外因果关系。改革开放以后,美容业更是欣欣向荣,科学技术的日新月异,美容仪器的发展,使人们能够做好手工很难完成的细致工作。人们对养颜护肤、健美护肤的强烈要求,促进了日用化妆品工业的迅速发展,品种齐全,功能全面的护肤用品、化妆用品、护发用品应运而生。这些都为更好地进行皮肤护理创造了良好的条件。

二、外国美容发展简史

(一) 古代美容发展史

据史料记载,最早有意识地使用化妆品的是古埃及人。化妆术在古埃及已非常普及,无论是在日常生活中,还是在举行宗教仪式时,甚至人死后都要进行化妆。考古学家从古埃及的墓葬中发现了染了指甲的木乃伊和各种与现代无太大差异的美容器具,如明晃晃的铜镜、做工精美的化妆盒、精致的梳子……从中可看出古埃及人对美容的偏爱。古埃及人酷爱芳香制品,他们不断从印度、阿拉伯等地收集天然香料,用其制造香水和化妆品。古埃及人极重视肌肤的健康与美丽,在沐浴后要涂抹大量的香油、香水或油膏来滋润皮肤;为了抵御炎热干燥的气候,用动物油脂涂抹在皮肤上来防止皮肤的干燥;为了保护眼睛及加强眼部的美感,用含有孔雀石成分的绿、蓝等色颜料描画眼睛;为了使体态形象美观,佩戴精巧的假发和头饰等等。古埃及的美容技艺已有相当高的水准。

古希腊人从古埃及人的沐浴方法中得到启发,建造了精美的浴室,发明了修整发型、保养皮肤的方法。人们大量地使用香水及化妆品,用白铝研粉敷面,眼部涂锑粉,面颊及嘴唇抹朱砂,把香花研成香粉等等,由此,人们可以领略到古希腊人对美的热爱。

古罗马人继承了许多希腊人的习俗,也喜欢使用香料和化妆品。妇女们在沐浴时将从植物中提取并配制而成的香水滴入洗澡水中,并用浸透香液的海绵来擦洗身体,沐浴后在身体上涂抹油脂或其他化妆品来保持皮肤的润滑。古罗马人注重从天然物质中摄取营养并以此制作了许多美化肌肤的化妆品来保护皮肤、头发、指甲的健康。当时,原始的理发馆和美容师已经产生,贵族们拥有专门从事美容工作的奴隶,而且一般市民也均在理发店理发。男子开始修面,白净无须的脸在当时蔚然成风。在古罗马文化的典籍中,可以看到许多关于化妆品配方的文字,也可以查阅到有许多赞美保养肌肤、讴歌洁身之美德的诗篇。

东方人对健康与美的注重也有着相当悠久的历史。公元601年,高丽僧人把口红传到了日本。但日本女子普遍使用口红是在18世纪初,那时的日本女子为了加重口红的颜色,在涂口红前还先在唇上涂黑色。此外日本歌舞伎的化妆到目前为止还是一种错综复杂且具有高雅风格的艺术。在中东地区,妇女们早就有把眼睛涂抹成蓝黑色的习俗,时至今日,在某些伊斯兰国家,人们仍然可透过一些妇女薄薄的面纱,隐约可见眼睛浓妆艳抹。东方人以其华丽的服饰、精美的手工艺品、清洁的习俗和良好的健康习惯而闻名于世。

非洲人善于从自然环境中发现许多药用植物和美容原料。他们充满艺术气息的发型,精致复杂、别具一格;他们用自然界的多种颜色来修饰面部及身体,使皮肤健康而有弹性。

中古时期(476—1450)宗教在欧洲人的生活中扮演着极为重要的角色。妇女戴着塔状的头饰、梳着复杂精细的发型,并且很重视皮肤和头发的保养。流行在面颊和唇部涂抹色彩丰富的化妆品而眼部却不做任何化妆。此时欧洲出现了美容教学,不过当时的美容学与医学同属一个范畴,包括在同一门课程里,不分开教授。至16世纪,美容和医学正式分为两门课程。

文艺复兴时期,美容被大大弘扬了。法国的宫廷御医编写了有关借助蒸汽浴保养身体的书籍,意大利医生也深入探讨了采用各种香料溶液来保持皮肤柔嫩细腻的方法。当时的人们重视

外表及容貌，为表现崇尚智慧，还盛行剃眉并把发际线尽量提高以展示宽阔的前额。在颜面的修饰上注重自然，颊与唇的颜色淡雅柔和，眼部不做修饰。当时的妇女对发型极为重视，喜欢梳理较为复杂、造型独特的发式并且佩戴各种漂亮的头饰，创造了高雅和谐的风格。

16 世纪哥伦布发现新大陆，美洲的各种香料源源不断地运往欧洲，于是西方社会很快掀起一股擦香水的热潮。此时，敷面膏也十分流行，蛋壳粉、明矾、硼砂、杏仁、罂粟、水果、蔬菜、乳类等统统被用作制作面膏的原料。人们对发型非常重视，对发型的设计以及假发的使用相当盛行。在化妆上注重强调面颊与唇的修饰，而眼部化妆尚未流行。

17 世纪末期，巴黎的妇女流行点黑痣的化妆术，黑痣的形状分为星状、月牙状和圆形，一般多点缀于额、鼻、两颊和唇边，偶尔也有点缀于腹部和两腿内侧的。痣的颜色有黑和红两种，这在当时是极有特色的面部修饰方法。

18 世纪初期，男性美容风盛行，他们在脸部涂脂抹粉，为了美容宁可剃掉美丽的金色卷发而戴上假发套。18 世纪中晚期，妇女对容貌的美丽重视程度更是到了极点：她们用草莓及牛乳来沐浴；用葡萄汁、柠檬汁擦洗并按摩皮肤，以达到增白肤色、保养肌肤的效果。在化妆上用香粉扑面，嘴唇与面颊涂抹鲜明的化妆品，颜色从粉红色到橘黄色都有；眉毛经过刻意的修整；眼睛描画清淡，但喜欢用高光的颜色点缀，此时期被后人称为奢侈时期。

19 世纪是历史上被认为最朴素的时代，这个时代的服饰、发型及化妆也深受保守作风的影响。除了上剧院外，妇女极少做脸部化妆，她们宁愿用手捏面颊及嘴唇来形成自然的红色，也不愿用唇膏、胭脂等化妆品，对发型的梳理也极为简单。但不论男女都关心身体的清洁及个人的保养，流行用一些天然植物调配成的面膜进行敷面美容。

（二）现代美容发展史

1. 20 世纪初—20 年代

经济的大萧条和第一次世界大战的结束，使欧洲社会渴望温情的家庭生活，女性们的化妆较为自然，唇色较为突出，女性们追求身体的线条美。战后工艺的发展使社会经济出现了新的繁荣，妇女受无声片中电影明星的服饰、化妆及发型的影响较大，开始剪短发，并烫成波浪形，广泛使用眼影、口红及胭脂等彩妆品。大量的护肤品、护发品及各类化妆品充斥市场。

2. 20 世纪 30 年代

30 年代的人们深受新闻媒介的影响，人们大量获取最新的流行信息。电烫发的发明使妇女的发型有了更多的变化，当时的女性为金黄色的波浪形卷发、细弯的眉毛以及鲜艳的唇色所着迷。此时的造型趋于华贵、艳丽，人们争相效仿。而男子则以光滑的头发及整洁的胡子为时尚。

3. 20 世纪 40 年代

第二次世界大战使得男人们大多应征入伍，军人刚毅的形象成为流行，女性脱下裙装而穿上裤装以适应战争时期工作的需要。发型趋于简洁，自然浅淡的妆容逐渐取代了 30 年代的艳丽形象。染睫毛成为当时的时尚，战争反而使化妆品销售增长。

4. 20 世纪 50—60 年代

战后的经济复苏使人们对美容化妆产生更大兴趣，成熟优雅的女性形象又成为崇尚对象，化妆逐渐趋于浓艳但妆面细腻，突出眼、唇的修饰，黑黑的眼线和假睫毛将眼睛刻画得明亮有

神,红艳的丰唇娇美动人,服装的款式简单但强调女性的曲线,细眉又受到欢迎。此时美容院、美发店在各地纷纷设立并且生意红火。化妆品成为大多数妇女梳妆台上的必备品,各式化妆品充斥着市场,发型设计师非常走俏。

5. 20 世纪 70 年代

社会经济及科技的进步,使美容业得到令人兴奋的改变,许多新的化妆品及保养品纷纷上市,皮肤的保养更趋向多元化。人们注重自身的特点,不再刻意模仿明星的装扮,对时尚的推崇开始分流,逐渐向个性发展。然而生活的富足与无忧使得追求享受、寻求刺激的年轻一代感到精神上的空虚,由此出现了“朋克”一族。

6. 20 世纪 80 年代

80 年代是科技高速发展的年代,科学技术的不断进步也使美容业有了长足的进步。美容界纷纷推出新型的美容品和美容法,人们重视个人生活品味并注重修饰,求新求异成为此时期的特色,流行转变的速度很快。到 80 年代后期,因受复古风潮的影响,人们开始逐渐又转向追求自然。

7. 20 世纪 90 年代

90 年代的人们倡导“返朴归真、回归自然”,因此带动了服饰休闲化的潮流。人们对追求流行变化的兴趣转淡,而更重视可延续的流行、个人风格的建立。化妆与发型进一步向多元化发展并注重整体风格与个性的统一。为了延缓皮肤老化,各种生化科技产品推向市场,美容已同现代医学、化学、解剖学乃至整个生物学紧密结合在一起,美容技术正在向高科技领域发展。

回顾古今中外的美容历史,可使人们理解美容的历史渊源,从而让人们正确地看待美容这一行业。把美容作为一个有历史积淀的事业,其不断发展,这一人类文明的组成部分将焕发出更诱人的风采。

三、美容业的发展趋势

21 世纪的美容业将朝着多元化的方向发展,人们不再盲目追赶潮流,而是重视个性的体现;以人为本的服务思想,将成为美容业的主导;对“回归自然”的追求将使天然化妆品日益走俏,高科技的渗入会使美容业的技艺发展更为迅猛。

美容市场将会更加繁荣。一批批具有独特功效的美容护肤化妆品和更具科学性的美容仪器陆续推向市场,并且随着科学技术的进步和行业的发展,这些仪器也将不断更新换代。美容仪器的不断更新和美容手段科技含量的不断提高,对美容业的发展壮大起着积极的推动作用。

随着物质生活水平的提高,一些专业化的美容设备开始进入家庭,美容的作用日益为人们所认知,专业美容与大众美容紧密结合,高度的技术化而又简便易行的美容方法,将成为大众期待的美容发展目标。

美容与皮肤保养将与古老的中医药养颜方法相结合,并用现代科技发掘传统医药中的养颜精髓为现代人服务。

21 世纪的美容技术将与现代医学、高科技手段、高科技产品相结合,依托于高品质的服务,达到更具有科学性和实效性的皮肤护理效果。

皮肤护理与化妆的关系及作用

一、皮肤护理与化妆在造型中的关系

美容是一个大的概念，凡是能够美化人的面容和形象的一切手段都可以被列入美容的范畴，如皮肤护理、化妆、减肥、形体训练、食疗等，它们都起着提升容颜、美化形体的作用。简单地说，美容主要有皮肤护理和化妆两项内容。

皮肤护理可以帮助人们延缓衰老，使皮肤保持光滑细嫩。化妆则可以使面部五官变得更加生动、美丽。皮肤是保证化妆取得优良效果的基础，而化妆则是展现人们容颜美、肌肤美的外在表现形式。皮肤的好坏直接影响化妆的效果，这如同画家在一张斑驳的纸上作画，其效果可想而知。所以说化妆只有在亮丽的肌肤的衬托下，才能尽情施展它的丰采。二者只有有机的结合起来，才能充分发挥容颜的美丽，皮肤护理与化妆相互渗透、相互依托，二者有着密不可分的关系。

二、皮肤护理与化妆的作用

随着社会的不断进步和人们物质生活水平的提高，为人们追求理想的美创造了良好的条件。当今时代，所追求的美，应该是科学的美、健康的美。只有这样，才能使美得以持久。皮肤护理与化妆是人们追求美的一种积极的手段。这主要表现在以下三个方面：

（一）美化容貌

皮肤护理与化妆的直接目的是为了美化自己的容貌。通过化妆，可调整面部皮肤色泽，改善皮肤质感，使五官显得更生动传神。通过护肤，则可使皮肤光泽、亮丽有弹性。由此可见皮肤护理与化妆的重要作用。

（二）增强自信

化妆是对外交往和社会活动的需要，美的本身就包含着自信的因素。化妆在为人们增加美感的同时，也为人们带来了自信。化妆的这一作用显得越来越重要，而护肤可使这种作用变得更为显著。

（三）弥补缺憾

完美无瑕的容貌不是每个人都可以拥有的，通过后天的修饰来弥补先天的不足，使自己更加漂亮，却是不难做到的。皮肤护理与化妆便是实现这一愿望的手法之一。通过皮肤护理得以减轻问题皮肤的症状，使皮肤重新焕发美丽的光彩。化妆可通过运用色彩的明暗和色调的对比关系造成人的视错觉，从而达到弥补缺憾的目的。

此外，皮肤护理还起着延缓衰老、保健肌肤等作用，它可以使人延续青春的光彩，使人健

康、美丽。

美容师的职业道德、修养与形象

道德是一种社会意识形态，是人们共同生活及行为的准则和规范。没有一定的道德准则和规范，人类社会就无法发展。职业道德是道德在职业活动中的具体表现。美容师必须遵循职业道德规范，树立良好的职业形象，全心全意为人民服务，才能受到广大顾客的欢迎，才能真正推动美容事业的发展。

一、美容师的职业道德

人除了要遵守作为一个社会人的基本道德规范外，在不同的职业岗位上，还应遵守这个职业所特定的职业道德规范。美容师在美容服务工作中，应严格地、自觉地恪守美容行业的职业道德规范，履行美容师对行业、对社会所负的责任和义务。

（一）美容师的职业道德

美容师在从事美容职业活动中，所遵循的与美容职业相适应的行为规范和准则，就是美容师的职业道德。

美容师从事的美容事业是为人民大众服务的高尚职业。因此必须具备高度的责任感：服务要热情周到，精益求精；要重视美容质量，不能有丝毫的漫不经心和敷衍塞责；要善解人意，理解顾客的苦衷并把自己当作顾客的良好益友，为顾客提供商品品质的美容服务。

（二）美容师应具备的素质

- （1）遵守国家的法律、法规和美容院的规章制度。
- （2）爱岗敬业，要尽最大的努力认真工作。
- （3）乐于学习，健全心智，提高素质。
- （4）言而有信，负责尽职。
- （5）温文有礼，对他人的帮助要表示谢意；对他人的不足要包容。要有同情心，尊重他人的情感及权利，能良好地配合同事、雇主以及上级领导的工作。
- （6）对所有的顾客都要友善、礼貌，要热情、诚恳、公平，不可厚此薄彼。
- （7）职业谈吐得体、高雅，当他人说话时，要注意倾听。
- （8）注重仪表，随时保持个人卫生。

二、美容师的修养

修养是指一个人在理论、知识、思想等方面所达到的一定的水平。美容师的修养主要表现为：

（一）道德修养

美容师的道德修养，主要指美容师在道德品质、道德情感、道德意志、道德习惯等方面进行的自觉的自我改造、自我陶冶、自我锻炼和自我培养。

美容师在服务工作中，要自觉地培养自己的职业道德，树立良好的服务意识；在态度上要主动热情，在工作上要耐心细致。把“顾客至上”、“信誉第一”的服务宗旨付诸行动。同时要经常用《美容师职业道德规范》对照检查自己，自觉地将高尚的道德转化为美容师的行为准则。

（二）理论修养

美容师的根本任务是为人们塑造尽可能完美的形象，美容师的职责是为顾客服务。这就决定了美容师工作的复杂性，也决定了对其要求的多面性。具体内容包括：

（1）要牢固地掌握美容专业理论知识。

（2）了解、掌握与本职业工作相关的理论知识，如卫生学、营养学、化妆品化学、销售与服务心理学、美学、电学等。

（3）注意国际美容发展的动态和趋势，能准确无误地开展咨询服务工作，实事求是地回答顾客提出的各种问题。

此外，美容师还应注意不断地更新知识，不断地提高审美情趣和审美鉴赏力，正确地使用和保养各种美容仪器，科学有效地做好美容服务工作。

（三）技艺修养

“学无止境，艺无止境”。处在世界经济、文化和科学技术迅速发展中的美容业，新潮流、新风尚不断出现；新技术、新产品不断诞生，这就给美容师提出了更高的要求——钻研业务、勇于创新。自然的化妆造型，是美容师形象审美、色彩审美、韵律审美等综合技艺的体现，也是经美容师精心构思、精心绘制的作品。细腻而富有光泽的皮肤缘于美容师科学、有效的护肤和按摩。因此，美容师要在技艺上精益求精，不断进取，练就扎实的绘画功底、科学的按摩手法、熟练的操作技巧。要善于学习有关知识，借鉴古今中外的护肤成果，取其精华，去其糟粕，扩大视野，提高服务水平。

（四）思想修养

美容师应该具备高度的责任感和使命感。美容是对人体表面的修饰，重点部位是面部美容，这就要求美容师尤其要重视美容质量，把自己的工作与顾客的利益结合起来，用自己的诚心、爱心和技术实力去创造美的形象。在服务工作中不偷懒耍滑、不偷工减料，乐于接受大家的监督，耐心周到地为顾客服务，让顾客乘兴而来，满意而去。

此外，美容师还应重视自己的举止言谈、工作作风等与思想修养有关的问题。总之，美容师要有意识地加强个人修养，培养良好的道德品质，对自己的品行有着较高的要求，使自己的思想品格达到一个较高的境界。

三、美容师的形象

美容师的形象十分重要。美容师的形象如何，直接关系着赢得顾客或失去顾客，也直接影响着美容厅的整体形象和经济利益。因此，美容师的形象必须规范化。

（一）发型整洁美观

美容师的发型应以干净利落为基本要求。选择发型，不仅要考虑本人的个性与脸形，更要体现职业特点，做到整洁美观。任何过长、过于凌乱的发型，都会妨碍视线，影响工作，同时也会失掉顾客的信任感。

（二）化妆清新自然

美容师自身的化妆可称为“活广告”。怪诞的、不合时宜的装扮不适合美容师的身份。美容师的化妆原则应该是：自然、清新、细腻、柔和，富于健康的肤色。

（三）着装得体大方

美容师的着装要体现其职业特点。紧身的衣、裤及超短裙不适宜。美容师的穿着要得体大方，以方便工作为准则。服装要干净，不可有污渍和异味。着装颜色以清新淡雅为宜。美容师在工作时不允许佩戴饰物，如手镯、手链、戒指等。

（四）双手注意保养

在做皮肤护理或化妆时，美容师的双手与顾客的皮肤相接触。所以，从职业卫生的角度讲，美容师要十分注意手的养护。应该做到：经常用按摩霜、护手霜保养双手，指甲要剪短，并保持清洁卫生的标准，不可涂艳丽色彩的指甲油。一双温柔洁净的手，是美容师做好服务工作的必要条件。

（五）语言亲切随和

谈话的技巧是美容师赢得顾客的重要因素之一。美容师要善于了解顾客的心理，迎合顾客的兴趣。学会运用悦耳的声音，亲切的语调，选择愉快的话题与顾客交谈，并在交谈中与顾客建立友谊。

（六）姿态规范正确

姿态，即人们所说的站、坐、蹲及走的姿势，待人接物的礼貌及言谈举止。姿态来自于日常的学习和修养。美容师在服务中要努力做到举止优雅、文明礼貌，给人以美的感受。

1. 站姿

美容师工作时要避免肢体僵硬、驼背、肩部下垂等不良姿势。需要长时间站立时，两脚不要离得太远，尽量用脚掌来承受体重，而不要用脚跟来承受体重。两脚并列站着，身体不易保持平衡，且容易疲劳。保持身体良好的平衡，有助于预防疲劳。

- (1) 左右脚分开 45° ，右脚向前。
- (2) 两腿重心可随时调节、变换身体的重心。

2. 坐姿

保持良好的坐姿对美容师的工作有很大帮助，可以减轻疲劳。

- (1) 工作椅面与膝部保持平行，大腿和小腿弯曲成 90° 。
- (2) 用脚支撑大腿的重量。
- (3) 身体的重量应用大腿骨承受，不要由脊椎尾端承受。
- (4) 上身保持挺直。
- (5) 美容座椅高度要适当，这样操作时大手臂和小手臂才能形成 90° 。
- (6) 不要低头弯腰。

3. 蹲姿

美容师在工作时往往会有蹲下来拿取物品、检查仪器等动作。蹲下这个姿势并不是让全身松懈下来，因为随意在他人面前蹲下来是很不雅观的。美容师要注意保持良好的蹲姿。

- (1) 全蹲或者半蹲时手要尽量贴近腰身。
- (2) 用右手拿取物体时，要走到物体前，左脚踏出半步后再蹲下来。
- (3) 蹲下时要膝盖弯曲并拢。
- (4) 上身不可以太过于倾斜，穿低胸服装蹲下时，一手要护胸。
- (5) 臀部不可以翘得太高，蹲下时臀部不可以坐压在小腿上。
- (6) 蹲下时，腿部和身体都要用力，不可以将全身力量都压在小腿上。
- (7) 蹲下时头要低着，目光注视地面物体，不要抬头，也不要抬高视线。

4. 走姿

正确优美的走姿让人感觉挺拔而有精神，充满工作热情。

- (1) 走路时，身体挺直，保持站立时的姿势，不可左右摆动，摇头晃肩或歪脖、斜肩。
- (2) 双手前后自然摆动，幅度不可太大，忌左右摆动。后摆时勿甩手腕。
- (3) 提臀(臀部肌肉适当紧张)，用大腿带小腿迈步，双脚基本走在一条直线上，步伐平稳。忌上下颠动、左右摇摆及甩脚，也不要故意扭动臀部。
- (4) 美容师的走姿应稳健、轻盈。

无论是站姿、坐姿还是走姿，其基础是站姿。因此要掌握姿态美的要领，首先要练好站立的正确姿势，这样，再练坐姿和走姿就容易多了。

(七) 美容师的个人卫生标准

美容师给顾客的第一印象十分重要。美容师的仪表对顾客是持久性的广告。良好的个人卫生习惯是做好美容工作的基本保证。

1. 双手

加强手部皮肤护理，保持皮肤细嫩，手部清洁；指甲不可留得又长又尖，不涂浓艳色的指甲油；工作前要用酒精消毒。

2. 服饰

服饰整洁，合体大方；不佩戴手链、手镯、戒指等饰物；切忌穿奇装异服。