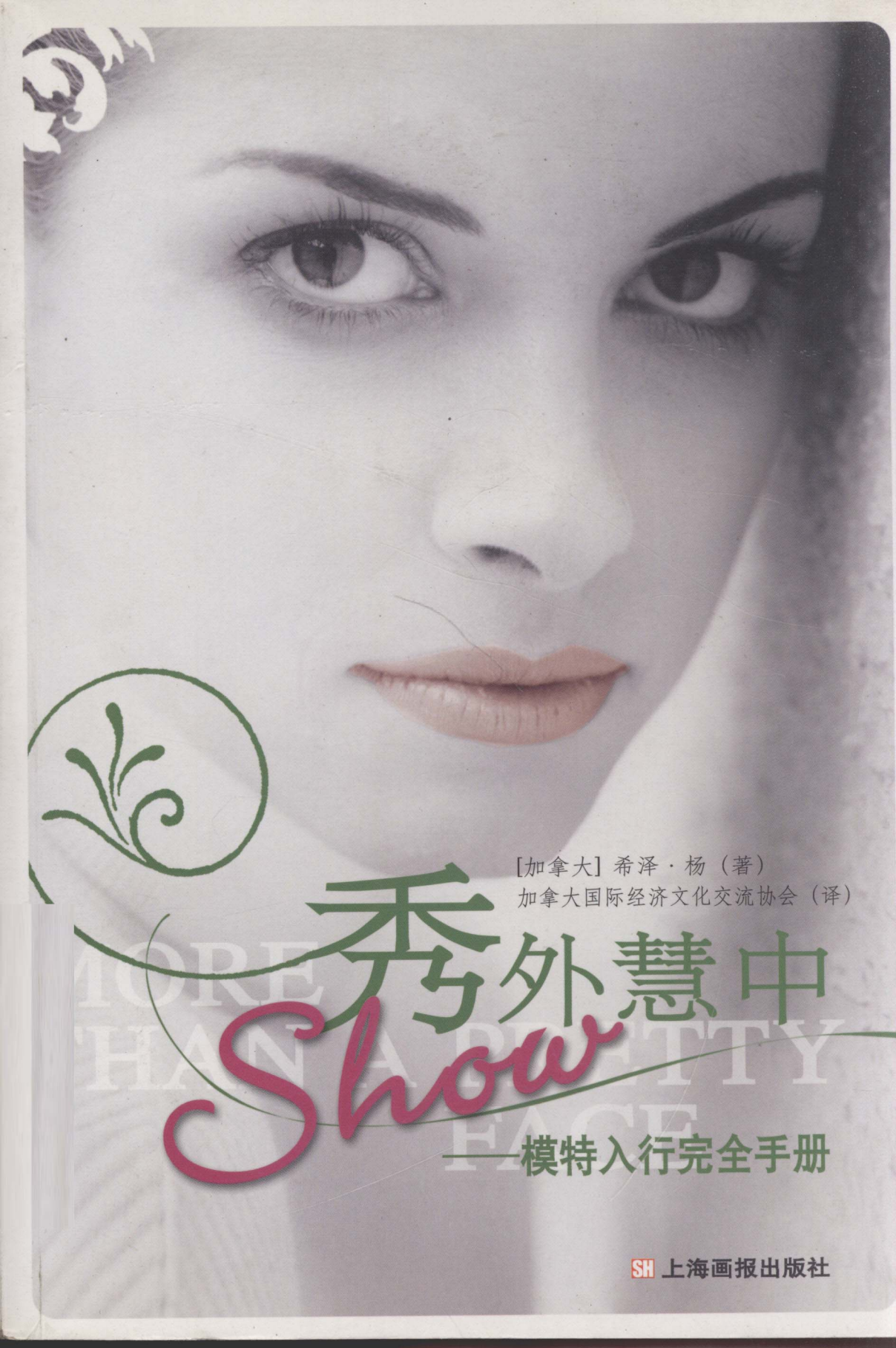




[加拿大] 希泽·杨 (著)
加拿大国际经济文化交流协会 (译)

秀外慧中
Show
——模特入行完全手册

SH 上海画报出版社



秀外慧中
Show

——职场人士形象手册——

中国纺织出版社



[加拿大] 希泽·杨 (著)

加拿大国际经济文化交流协会 (译)

秀外慧中

Show

——模特入行完全手册

SH 上海画报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

秀外慧中:模特入行完全手册 / (加) 希泽·杨著; 加拿大国际
经济文化交流协会译,——上海:上海画报出版社,2006
ISBN 7-80685-674-9

I. 秀… II. ①希泽·杨…②加… III. 模特儿—手册
IV. TS942.5-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 133780 号

本书中文简体版已由原作者希泽·杨 [加拿大] 授权予上海东驰企业管理有限公司代理版
权, 现由上海画报出版社独家出版

Copyright © 2003 by Heather E. Young

Copyright © on all photographs reside with the photographers, models and, where applicable, the com-
pany that commissioned the photo.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmit-
ted in any form or by any means, electronic, mechanical, recording or otherwise, without the prior written
permission of the copyright owner.

Feather Books

14878 - 59th Avenue, Surrey, BC, V3S 3W8

National Library of Canada Cataloguing in Publication Data

Young, Heather E., 1975-

More than a pretty face: the essential handbook for Canadian models /

Heather E. Young

Includes bibliographical references and index.

ISBN 0-9731607-0-5

责任编辑: 陶 晨

技术编辑: 李 荀

秀外慧中——模特入行完全手册

[加拿大] 希泽·杨 著

加拿大国际经济文化交流协会 译

上海画报出版社出版

(上海市长乐路 672 弄 33 号 E 座)

全国新华书店发行

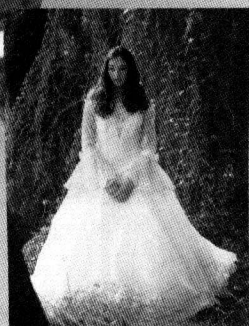
上海锦佳装璜印刷发展公司印刷

开本 787 × 1092 1/16 印张 8 印数 0001—5000

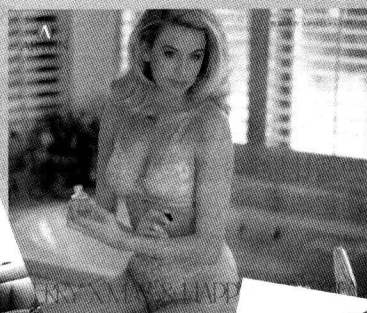
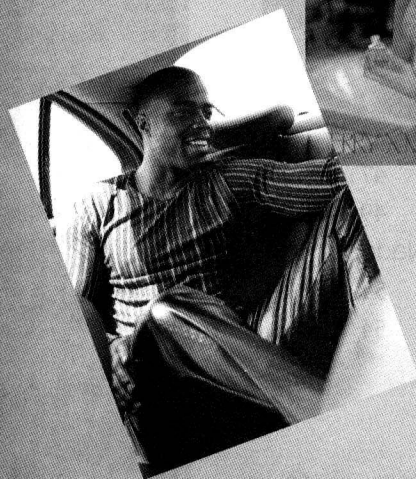
2006 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 7-80685-674-9/J · 675

定 价: 38.00 元



此书谨献给——
所有对未来充满无尽想像的年轻女士





MORE THAN A PRETTY FACE

more than a pretty face

The Essential Handbook for Canadian

E Young

Heath



前言

献给初学者

当模特能给你一种与众不同的经历,而且,有多少工作能有机会让你纵览世界?对于有抱负的模特来说,很幸运的是他们能拥有无限的机会走向世界的舞台,也许你一直梦想着在巴黎过夏天?也许你是一位熟练的芭蕾舞者,你是否希望能用你的才华在广告中展现你优美的舞姿?你是否曾经梦想自己在一场时装秀中迈步T型台?如果你希望从事任何模特行业,你必须尽可能地准备面对这个充满竞争的行业。在本书中,我会与你分享作为一个国际名模我这14年来学到的许多经验,你们能从中学到作为一个出色的模特需要的技能。我谈到了很多行业规则(我真希望在我起步时有人告诉我这些),使你们对整个模特行业有一个新的整体认识。

我的看法很简单:我认为模特业是一种商业,需要我们用务实专业的态度来对待。生活中有很多事情你不得不亲身面对,因此通过阅读有关真实生活经历的实用性丰富的书籍,能帮助你尽可能多地掌握技能以应对。本书通过向你展示一个模特内在的生活,使你有第一手资料来为你的职业作准备,并最大可能地拓展你的职业。在我的职业生涯中,我从别人身上学到了很多有用的东西,尽管我在事业起步时有很多的问题无从解答,希望这样的事不会发生在你们的起步阶段。自从我进入模特行业以来,年轻的模特和他们的父母不断地向我询问这个行业的问题,甚至我的家人也对我如何成为一个模特向我提问。正基于此,我想写这本书来分享我的经验,为有志于进入模特行业的人指引方向。

加入模特行业的人群中，很多人把它当成一种兴趣，他们有学业等其他职业生活的追求，因此只是在业余时间做模特；有的人打算在一段时间内全身心投入模特业，这一段时间可以是一个夏季，半年，一年，几年或者多年，那么你的打算是什么呢？

我刚起步时，我知道有许多超级名模，但是我不知道还有许多人没有成为超级名模但都在靠这一职业谋生，我没有意识到有很多模特从事这一行业仅是为了生活，但是他们都生活得很快乐。在加拿大，这样的人过去有，今后也会有。你也许会说：“我从来没有听说过这些模特的名字。”因为他们不是有名的模特，尽管作为模特，他们有一张人人熟悉的脸和成功的事业。事实上，他们中许多人的照片出现在了这本书的各个章节中。

不同的外形，市场和时期要考虑不同的职业及职业长度。如果你渴望实现梦想，你需要最大限度的开发潜能，坚定事业的方向，只有那些锲而不舍、不达目的不罢休的人才能成为成功的模特。这本书有助于你实现你的模特之梦，对于很多关注这一行业的父母，在下一部分有一封信给他们，这能帮助他们理解模特是一个理想的职业选择。

在所有关于模特的陈旧思想中，我认为最错误的想法是认为模特不需要真正的工作，却能得到很多的报酬。事实上，如果你成为一名成功的名模，你必须保持得体的外表，了解市场行情，签约业务广泛的公司，还要努力工作，有时甚至不计报酬。举个例子，接受面试常常很浪费时间，却没有报酬（在欧洲甚至一天要达到8个小时）。然而，一旦你建立了一个专业关系网，证明了你的专业能力，经济上的回报和到处旅游的经历实在让人觉得这份工作不错。像其他行业一样，做模特业需要先期的时间和金钱的投入，但这不像你对前任男友的付出，没有结果，这样的投资是值得的。

也许你将发现，在这本书的前言部分没有过多的要求，只要求“尽可能地做到专业”，这不仅意味着记得说“请”或“谢谢”，而是要意识到你的工作要求你时刻展示你最专业的一面，在接下来的几章中我会指导你们如何成为一名专业模特。相信我，只要你按照要求去做，一定会

有收获。对于其他行业，我的建议同样适用，会让你在任何行业中都是最出色的。

模特小贴士：

该部分提供各种实用的珍贵的建议。

名模传记：

向你介绍7位为加拿大模特业的成功作出贡献的模特。通过这个板块，你将意识到模特并非仅是漂亮的脸蛋。

当模特是一个理想而又高回报的行业，但是有人问，其间很多陷阱如何理解？阅读下文，我写给各位父母的信，将消除你对模特工作的疑虑。在前言中我也简述了如何使自己成为名模。

各位亲爱的爸爸妈妈：

欢迎翻看本书！本书的宗旨是通过叙述让你的孩子对这个瞬息万变的模特界有所了解。这些年来，我接到许多爸爸妈妈的来信，询问让他们的孩子进入模特业好不好以及其中的各种风险危机。花了将近一年半的时间，我收集了相当丰富的资料，能为这些志向远大的模特们提供专门的指导，使他们更深入了解这个行业，更好地工作。我期待这本书能解答你的许多疑问并鼓励你的孩子进入这个带给我巨大成功的行业。

如果你买这本书是因为你儿子或女儿向你表达了他对这个行业的兴趣，但是你对这个行业充满了疑虑，那么就让我来消除这种疑虑，告诉你这个行业的一些现状。

Q1：对于这个行业来说我的孩子是不是太小？

模特正在越来越低龄化。对于年轻的模特来说，会有很多机会，任何一个有名的模特公司都不会让一个还不到17岁的年轻模特在没有监护人的陪同下出国的。你的孩子的成熟水平决定了他是否已经具备了当模特的条件，这对他能否成功至关重要。与公司的接触，要求他具备良好的社交能力，保持珍贵的自尊。

你孩子所在的公司应该接受你恰当的介入，如果公司不能接受那你们就不该与这家公司合作。如果你觉得孩子还太小，还不成熟，那么你可以让孩子先了解一些模特方面的知识来满足他的好奇心。比如让他读读这本书，让她去一个知名的学校上模特课程，这些都是很好的方法，然后在恰当时机再来重新考虑他对这个行业的兴趣。

Q2：这个行业中有奸诈之徒吗？有吸毒、酗酒现象吗？

各个行业都有奸诈、动机不良的人。你的女儿应该有与各种人打交道的能力，无论是好人还是坏人。青少年到处受到毒品、酒精等易滥用物质的诱惑，即使在学校也不能幸免。每个青年人都需要一个良好的环境来引导他成为一个有责任感的人，在接受一些特别的工作时，就要在家中练习。同时，鼓励你的孩子在遇到问题时，向父母或他信任的成年人请教。此外，尽量让你的孩子在著名的公司工作。

你会听到有关模特的负面报道，事实上模特界不像媒体报道的那么糟糕，你的孩子必须学会思考。记住，你的孩子远不止一张俏丽的面孔。

模特业里也有很多值得信任的人，我与很多这样的人共事，他们都是杰出的客户、代理人、摄影师，正是他们丰富了我的工作，我希望我能把自己这几年经历中快乐的事以及使我受益的经验告诉你。





序言

爱美之心人皆有之。如何使自身拥有被大家普遍欣赏的美好气质？享誉国际的加拿大名模希泽在本书中介绍了自己的亲身体会和成功经验。外形美和心灵美必须统一起来，而且后者更为重要。细读本书上会让我们获得不少启发。

本人从事外交工作三十八年，足迹遍及世界各大州，深知东、西方文化交流的重要性。本书中文版的问世，得益于加拿大国际经济文化交流协会及其会长李兵先生的大力支持，希望今后能有更多海内外朋友进一步推动这方面工作。

本书中文版的问世，使中国和加拿大文化交流的园地里又增添了艳丽花朵，愿它的清香永远留在我们的心中。



中国驻温哥华前总领事

宋有明

二〇〇六年九月于上海

目 录

第一章 开胃品·基础知识



模特类型	1	
模特学校	7	
模特招聘会	8	
如何找经纪公司		10
采访经纪人	14	
母公司	15	
模特传记——Alex Coventry		17

第二章 香料、调味剂·你的事业 & 你的工作用品



约见客户 & 试镜	23
工作记录和模特卡	24
服饰	25
模特包	27
经纪人的道具	30
模特传记——Conrad	34

第三章 环境·自己



内在美与外在美	41	
皮肤护理让你容光焕发		41
眼镜和眉毛修型	43	
牙齿保健	44	
美丽的指甲	46	
发型和头发护理	47	
注意日常身体护理	49	
模特传记——Chantale Nadeau		51
脱毛的惨痛经历	54	
培养自尊的品格	54	
化妆	56	
化妆基础知识	56	
舞台妆	58	
模特传记——Sophie		60

ПАТЕРАКН

VOGUE ^{BRA}

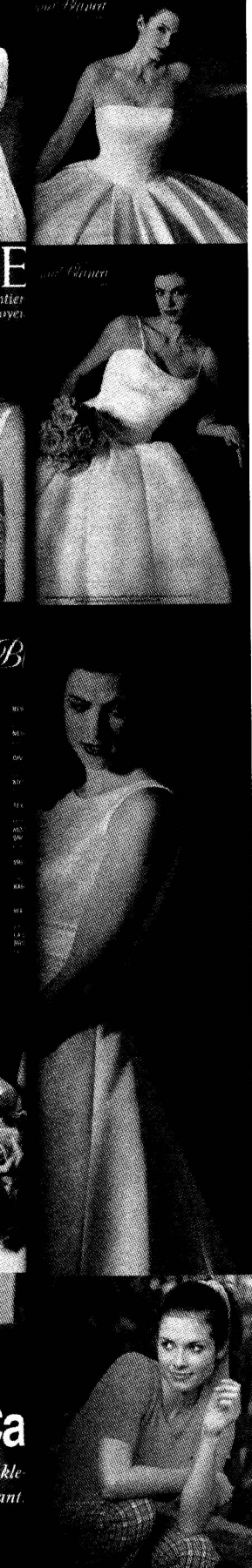
Paloma B

[illegible]

Easy Ca

Easy Care
Lasting comfort. Wrinkle-

Wool blend pant.



第四章 主要课程·你的职业



拍宣传照	65
团队工作	66
摄影	67
报酬问题	68
外景地的工作	69
面对镜头，微笑！	69
合适的服装	70
使用道具	71
时尚秀	73
工作凭证	74
准予发表	74
到处旅游	76
模特传记——Cristy McNiven	79
表演	81
加拿大电影电视广播者联合会（ACTRA）	82
试镜	84
试镜时的穿着	84
脱颖而出	85
加拿大模特市场	86
模特传记——Kalyane Tea	89



第五章

账单·你的会计账册



所得税	95
商品及服务税（GST）	96
灵活的财务账本	97
模特传记——Janine Longley	101
新千年的经济计划	103

附录 1:

专业词汇

附录 2:

其他模特参考书



致谢

第 1 章

开胃品 • 基础知识

模特类型

根据模特市场的情况和个人努力,任何年龄的人都能跨入模特界,但大多数模特都是在17、18岁时进入模特界。在模特界,青年人会遇到无数机会,在没有其他工作和义务的约束下去各地旅行。

模特的类型有很多种,也许你能找到适合你的类型。这些所谓的类型只是给你一个概况,你没有必要给自己下绝对的定型。记住,模特要有和谐的身体比例,俏丽的脸蛋和健康的皮肤。以下是几种最常见的类型:

平面模特。



平面模特有漂亮的脸蛋,细腻的皮肤,洁白健康的牙齿,迷人的微笑,匀称的脸。美丽很难定义,不同的美丽有不同的特色,有异域风情,有典雅,你能在各种杂志封面和护肤品、化妆品广告上发现这种类型的模特,这类模特一般身

高在170cm以上。可以做目录模特。

