



农村劳动力转移职业技能培训教材

# 美发师

● 中央农业广播电视学校 组编



中国农业大学出版社

农村劳动力转移职业技能培训教材

# 美发师

中央农业广播电视学校 组编

中国农业大学出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

美发师/中央农业广播电视学校组编. —北京:中国农业大学出版社,2006.4

(农村劳动力转移职业技能培训教材)

ISBN 7-81117-003-5

I. 美… II. 中… III. 理发-技术培训-教材 IV. TS974.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 019906 号

书 名 美发师

作 者 中央农业广播电视学校 组编

策划编辑 汪春林

责任编辑 杨建民

封面设计 郑 川

责任校对 陈 莹 王晓凤

出版发行 中国农业大学出版社

社 址 北京市海淀区圆明园西路 2 号 邮政编码 100094

电 话 发行部 010-62731190,2620 读者服务部 010-62732336

编辑部 010-62732617,2618 出版部 010-62733440

网 址 <http://www.cau.edu.cn/caup> E-mail [caup@public.bta.net.cn](mailto:caup@public.bta.net.cn)

经 销 新华书店

印 刷 济南新华印刷厂

版 次 2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 次印刷

规 格 850×1 168 32 开本 7.125 印张 174 千字

印 数 1~9 000

定 价 10.70 元

凡本版教材出现印刷、装订错误,请向中央农业广播电视学校教材处调换

联系地址:北京市朝阳区来广营甲 1 号;电话:010-84904997;邮编 100012

网址:[www.ngx.net.cn](http://www.ngx.net.cn)

# 编写说明

根据党中央、国务院关于加强农村劳动力转移培训的要求,按照农业部等有关部门的部署和安排,为提高农村劳动力职业技能和适应各地开展职业技能培训的需要,中央农业广播电视学校组织编写了农村劳动力转移职业技能培训教材,供各地农业广播电视学校和其他各类教育培训机构使用。

《美发师》一书按照能力模块组合的要求,参照国家职业标准编写。全书共分为 14 章,内容包括美发师的职业道德和行为规范,人体生理基础知识,发型与脸型、头形、身材及年龄的配合,美发用品用具的认识,美发厅的卫生知识,洗发技术,头、颈、肩及背部的按摩,烫发技术,美发专业术语及修剪技术基本常识,美发修剪技术及造型设计,美发推剪技术造型设计,刮脸技术,染发、焗油和漂发技术,束发造型设计。

本书图文并茂,语言平实,通俗易懂,侧重于职业技能操作内容。为方便学习,结合文字教材,配有 VCD 光盘。

热忱希望广大读者对教材中不妥之处提出宝贵意见,以期进一步完善。

中央农业广播电视学校

2006 年 1 月

# 目 录

<b>第一章 美发师的职业道德和行为规范</b> .....	( 1 )
第一节 美发师的职业道德.....	( 1 )
第二节 美发师的行为规范.....	( 2 )
<b>第二章 人体生理基础知识</b> .....	( 6 )
第一节 头部骨骼的生理知识.....	( 6 )
第二节 头部和颈部肌肉的生理知识.....	( 9 )
第三节 人体皮肤的生理知识.....	( 14 )
第四节 人体毛发的生理知识.....	( 18 )
<b>第三章 发型与脸型、头形、身材及年龄的配合</b> .....	( 26 )
第一节 发型与脸形的配合.....	( 26 )
第二节 发型与头形的配合.....	( 35 )
第三节 发型与身材的配合.....	( 36 )
第四节 发型与年龄的配合.....	( 38 )
<b>第四章 美发用品用具</b> .....	( 40 )
第一节 常用美发用品的分类与应用.....	( 40 )
第二节 美发工具、设备的性能与应用 .....	( 44 )
<b>第五章 美发厅的卫生知识</b> .....	( 55 )
第一节 美发厅的室内外卫生知识.....	( 55 )
第二节 美发用品、用具的卫生消毒知识 .....	( 56 )
<b>第六章 洗发技术</b> .....	( 59 )
第一节 洗发的目的.....	( 59 )
第二节 洗发的程序和操作方法.....	( 59 )

<b>第七章 头部、颈部、肩部、背部按摩</b> .....	(64)
第一节 按摩的作用和目的 .....	(64)
第二节 头部、颈部、肩部、背部的穴位 .....	(64)
第三节 头部、颈部、肩部、背部和上肢部的按摩程序 和方法 .....	(72)
<b>第八章 烫发技术</b> .....	(78)
第一节 分发区和卷发杠 .....	(78)
第二节 烫发的操作程序和方法及质量标准 .....	(86)
第三节 工具烫的造型设计 .....	(89)
第四节 烫发技术分析 .....	(93)
<b>第九章 美发专业术语及修剪技术基本常识</b> .....	(96)
第一节 美发专业术语 .....	(96)
第二节 发型的形式与分类 .....	(101)
第三节 修剪技术的基本知识 .....	(102)
<b>第十章 美发修剪技术及造型设计</b> .....	(122)
第一节 固体类发型的造型设计和操作方法 .....	(122)
第二节 沿边层次发型的造型设计和操作方法 .....	(131)
第三节 均等层次发型的造型设计和操作方法 .....	(141)
第四节 递增层次发型的造型设计和操作方法 .....	(146)
第五节 递减层次发型的造型设计和操作方法 .....	(153)
第六节 发帘的造型设计和操作方法 .....	(159)
<b>第十一章 美发推剪技术的造型设计</b> .....	(166)
第一节 普通短发的推剪造型 .....	(166)
第二节 超短发型的推剪方法与造型技术要领 .....	(170)
第三节 推剪技术要领及质量标准 .....	(180)
<b>第十二章 刮脸技术</b> .....	(182)
第一节 刮脸的操作方法 .....	(182)
第二节 修面的操作方法及质量标准 .....	(183)

---

<b>第十三章</b>	<b>染发、焗油和漂发技术</b> .....	(185)
第一节	色彩的基本知识 .....	(185)
第二节	染发技术 .....	(188)
第三节	焗油技术 .....	(191)
第四节	漂发技术 .....	(192)
<b>第十四章</b>	<b>束发造型设计</b> .....	(198)
第一节	基础盘发 .....	(198)
第二节	综合性盘发造型 .....	(210)

# 第一章 美发师的职业道德和行为规范

## 第一节 美发师的职业道德

### 一、职业道德

职业道德是指从事一定职业劳动的人们,在特定的工作或劳动过程中,以内心的信念和特殊的社会手段来维系的以善与恶进行评价的心理意识、行为原则和行为规范的总和。它是人们在从事职业过程中形成的一种内在的、非强制性的约束机制。

职业道德是一般社会用以体现诚实与虚伪、正义与非正义的道德观念在职业活动中的具体体现,是对本行业人员在职业活动中行为的规定,同时又是行业对社会所负的道德责任与义务。

### 二、美发师的职业道德

美发师的职业道德是指专业美发师在从事美发工作过程中,所应遵循的与美发职业活动相适应的行为规范。它使美发师具备分清是与非、真与假、美与丑、善与恶等方面的辨析能力,并用职业道德的标准来时时衡量自己,树立全心全意为人民服务的高尚品德。

### 三、职业美发师的良好品德

①自觉遵守国家的法律、法规和美发厅的规章制度。



②爱岗敬业,对美发事业充满信心和责任感,在工作中能良好地配合同事,团结一致,积极向上,培养良好的劳动习惯,服从上级领导的工作安排。

③对待顾客的态度要亲切热情、诚实守信,尊重他人的感觉和权利,认真地对待每个工作环节,努力创造良好的、和谐的服务氛围。

④礼貌待人,对于他人的帮助要表示谢意,对他人的缺点要给予宽容和忍让;在工作中,当与顾客发生矛盾和误解时,不要与客人争吵,首先应向顾客表示歉意,虚心接受他人的建议和要求,并及时改正。

⑤注重个人的仪表和形象,保持良好的卫生习惯和高标准的卫生要求,这样不仅可使顾客对你产生信任感,也是对顾客认真负责的表现。

⑥刻苦钻研业务知识,及时了解和掌握美发行业的新信息和发展动态,为顾客提供高水平 and 高质量的美发技术服务。

## 第二节 美发师的行为规范

### 一、美发师的基本素质

#### (一)美发师的仪表

美发师的仪表是指美发师在工作中的举止和形象。美发师的仪表是举止大方,整洁的着装,文雅的谈吐,高超的技艺,丰富的内涵和高雅的艺术审美能力。

美发师良好的仪表不仅能给顾客留下美好的印象,增加顾客的信任感,同时也是体现企业形象的外在表现形式之一。

## （二）美发师操作时正确的姿势

由于美发工作的性质和特点,美发师经常处于站立的姿势来进行美发操作,时间久了,极易产生疲劳和许多职业病现象,如静脉曲张、颈椎病、腰椎病以及关节炎等疾病。因此,美发师良好的体态,正确的站立姿势,可以预防和减少疾病的发生。

美发师在操作时正确的站姿:表情自然,颈部和腰部挺直,收腹、提臀;胸部挺起;双肩放松,两臂自然抬起,双脚站成“V”字或“丁”字形;身体的重心放在两足中间的位置上。这样能给人以轻松、自然和优美的感觉。

## （三）美发师的个人卫生要求

由于美发师在操作时是与顾客直接接触,因此,美发师要有良好的卫生习惯和高标准的卫生要求,不仅可以减少传染病的发生和传播,同时也是为顾客健康负责的重要表现之一。

①经常洗发,保持清洁。发式要美观大方,要适合自己的个性特点,体现出美发师的专业气质和美感,成为人们美的典范。

②保持口腔清洁。工作前不吃葱、蒜、韭菜等带有刺激味的食品,不吸烟,不喝酒,在工作中不嚼口香糖或其他食品。

③坚持工作前后要洗手。

④坚持刮脸时戴口罩。工作服要整洁,穿着要合体、大方。

⑤经常沐浴;保持身体清洁;可使用清馨、淡雅型的香水。

⑥美发师要注意个人的保健。经常进行体育锻炼,放松心情。

⑦合理的睡眠和饮食结构,定期做身体检查。保持身体健康是对顾客健康负责的重要表现之一。

## 二、美发师上岗前的准备工作

①班前做好接待顾客的全部准备工作,搞好工作区域卫生,用

具、设备摆放整齐。

②设备、工具、用品要齐备,并确保安全、有效。

③穿好工作服,戴好名称标牌,梳理发型,女士化淡妆,以良好的精神面貌和端庄的仪表迎接顾客。

④按照正常的营业时间,准时上岗;在营业时间内未结束前不应拒绝服务;工作时间不可擅离职守。

### 三、美发服务的行为规范

美发服务行为规范是指美发师为顾客进行美发服务的先后顺序及服务规范。

#### (一)迎接顾客

①迎接顾客时,主动与顾客打招呼,站在客人前方的一侧,并保持适当的距离,自然站立。使用文明、礼貌的服务敬语,吐字清晰,语音柔和,态度诚恳,主动介绍服务项目,服务热情周到。

②需等待的顾客,要向顾客说明原因以及等待的大致时间,请顾客入座,并呈上饮用水、报刊及杂志等物品。总之,一定要妥善安排好顾客,不得冷落。

③主动为客人存好衣物,防止错拿、损坏、丢失。

④请顾客入座时,要辅之以手势,手势要准确、自然大方。

#### (二)美发操作

①美发操作之前,一定要了解顾客对发型的式样、特点和要求,给予恰当的建议,耐心解答顾客提出的问题。直至与顾客充分沟通之后,达成一致,再动手操作。

②美发师在操作时,必须按照美发操作规程和质量标准来进行,动作要准确、轻柔、稳重,做到认真细致,不可偷工减料或敷衍了事。

③在与顾客交谈时,不可涉及个人的隐私或与工作无关的内容。

④在美发操作过程中要尽量避免中断服务,若因故耽搁或必须中断服务,应向客人致歉,并取得客人的同意后,方可离开。

⑤当顾客对服务产生不满、发生矛盾或冲突时,应首先向顾客表示歉意,并及时请示上级领导进行调解,坚决不与顾客争吵或私下解决。

### (三)美发操作完毕,送客

①美发服务结束后,应请顾客确认所做的服务项目及报价。引导顾客到付款台结账后,双手将账单递到顾客手中并表示致谢。

②热情送客,提醒顾客带好随身物品,并主动向顾客道别。

### 思考题

1. 美发师的职业道德是什么?
2. 美发师工作时的站姿是什么?
3. 美发师上岗前的准备工作是什么?
4. 美发操作前的注意事项是什么?
5. 美发师的个人卫生要求是什么?

## 第二章 人体生理基础知识

### 第一节 头部骨骼的生理知识

头部的骨骼称为颅骨,由脑颅和面颅两部分构成(图 2-1)。

#### 一、脑颅

脑颅位于头的后上方,围成容纳脑的颅腔,保护脑组织。脑颅由 8 块骨头构成,包括额骨 1 块、顶骨 2 块、枕骨 1 块、蝶骨 1 块、筛骨 1 块、颞骨 2 块。

##### (一)额骨

额骨位于颅骨的前上部,构成额头部,其形状可决定额部的大小和高低。

##### (二)顶骨

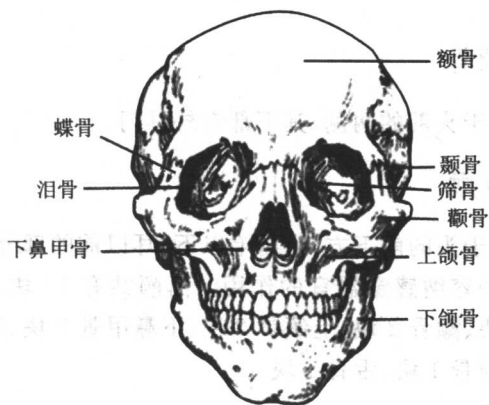
顶骨位于头顶部的中间,介于枕骨与额骨之间。顶骨为四边形,呈瓢状的骨板,形成头部的两侧以及头顶部。

##### (三)枕骨

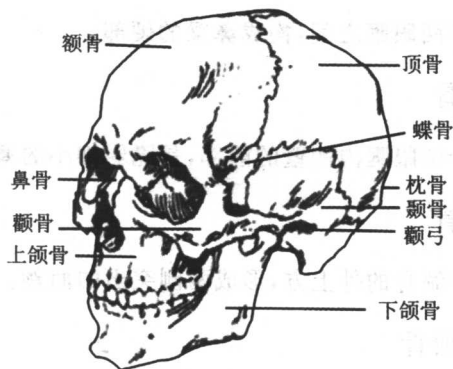
枕骨位于头部的后下方,呈勺状,构成颅底部。

##### (四)蝶骨

蝶骨位于颅底的中部,枕骨的前方。蝶骨形状类似蝴蝶形,联



(a)



(b)

图 2-1 头部的骨骼

结所有脑颅骨。

### (五) 筛骨

筛骨位于蝶骨的前方、额骨的下方和左右两眼眶之间,为海绵

状轻骨。

## (六) 颞骨

颞骨位于头部的两侧,其下部有外耳门。

## 二、面颅

面颅位于头的前下方,为眉毛以下、耳以前的部分。面颅起维持面形、保护容纳感觉器官的作用。面颅共有 15 块,包括鼻骨 2 块、泪骨 2 块、颧骨 2 块、上颌骨 2 块、下鼻甲骨 2 块、腭骨 2 块、犁骨 1 块、下颌骨 1 块、舌骨 1 块。

### (一) 鼻骨

鼻骨位于两眼眶之间,构成鼻梁的硬部。

### (二) 泪骨

泪骨位于两眼眶内侧壁的前部,是脆弱细小的薄骨片。

### (三) 颧骨

颧骨位于颌骨的外上方,形成两侧突出的面颊。

### (四) 上颌骨

上颌骨位于面部中央,构成眼眶下壁、鼻腔的下部,下缘游离为牙槽缘。

### (五) 下鼻甲骨

下鼻甲骨为一对卷曲的薄骨片,呈水平状,附于鼻腔的外侧壁处。

### (六) 腭骨

腭骨位于颌骨的后方。

### (七) 犁骨

犁骨为斜方形的薄骨板,构成鼻中隔骨部的后下部。

### (八) 下颌骨

下颌骨位于面部的前下方,位于上颌骨之下,形成整个下颌骨。下颌骨分为下颌体和下颌支两部分。下颌体和下颌支之间形成下颌角。其转折角度的大小可决定于脸形的长短。

### (九) 舌骨

舌骨是脑颅骨中惟一的一块游离骨,其凭借肌肉和韧带悬于颈前正中部,与下颌底部处于一个平面,其形状呈“U”形。

## 第二节 头部和颈部肌肉的生理知识

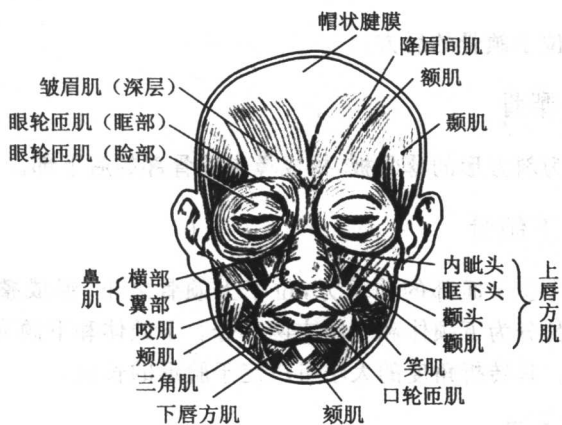
### 一、头部的肌肉

人体的肌肉是由许多肌纤维集合而成的,受神经的支配,有一定的收缩性和舒张性,通过牵动骨骼而使面产生各种动作。肌肉因其各个部位的不同特点分为随意肌和不随意肌两类。

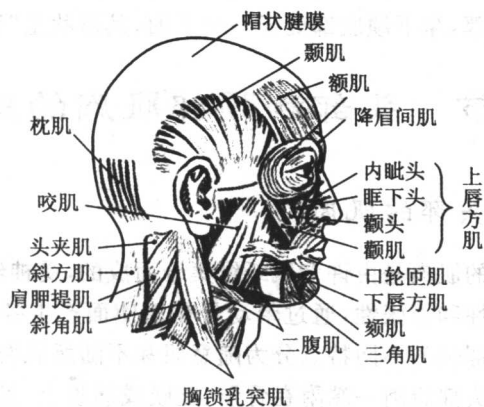
人体头部肌肉一端附在骨骼、腱膜或筋膜上,另一端与皮肤相连,可牵动骨骼、皮肤做运动,使面部出现各种表情和配合咀嚼运动,因此,头部的肌肉属于随意肌。通过面部的不同肌肉组合运动,形成丰富的面部表情。人类的面部表情有 1 200 多种,经常出现的面部表情约有 20 多种,如喜悦、愤怒、悲伤、恐惧、思虑等。



人体头部肌肉可分为表情肌和咀嚼肌,见图 2-2。



(a) 正面



(b) 侧面

图 2-2 头部的肌肉