

改变心情的 发型书



摩天文传 著

超详尽步骤图示范

每个发型多达数十个步骤图，零基础都能学得会！

超高清做发型视频

只要手机扫描书中二维码，马上看发型教学视频！

超时尚日韩系发型

时尚编辑甄选日韩热门发型，永远站在流行前端！

A beautiful hairstyle A Pleasant Mood



化学工业出版社

改变心情的发型书

摩天文传◎著



化学工业出版社

·北京·

本书收录了 50 多款改变心情的超美发型，简单多变，时尚流行。包括卷发、编发的技巧，发饰搭配的选择，美发护发的产品介绍；从简单的刘海、发尾的弧度打造，到搭配脸型的发型要点，甚至不同职业环境的造型特点。让您轻松根据心情变换发型，或者通过改变发型来改变心情。

本书无论是生活中还是工作中，旨在为读者打造能够改变心情，将快乐“从头开始”的完美发型书！

图书在版编目（CIP）数据

改变心情的发型书 / 摩天文传著. —北京：化学工业出版社，2015.5

ISBN 978-7-122-23410-0

I . ①改… II . ①摩… III . ①理发 - 造型设计 IV .

① TS974.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2015）第 058199 号

责任编辑：马冰初 丰华 责任设计：摩天文传

责任校对：程晓彤

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011）

印 装：北京盛通印刷股份有限公司

710mm×1000mm 1/16 印张 10 字数 300 千字 2015 年 10 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询：010-64518888（传真 010-64519686） 售后服务：010-64518899

网 址：<http://www.cip.com.cn>

凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：38.00 元

版权所有 违者必究

CONTENTS

目录

CHAPTER 1

必备工具和技巧令你事半功倍

- 10 发型打理 & 造型必备的梳子及基本用法
- 12 正确运用造型工具才能打造完美发型
- 14 根据卷发需求选择不同的卷发温度及停留时间
- 15 卷发棒基本操作方法
- 16 卷发棒使用重点解析
- 17 最保护发丝健康的卷发棒操作法则
- 18 神奇的美发小工具
- 20 频繁烫染 / 造型后的护发宝物



CHAPTER 2

完美的刘海是发型成功的秘诀

- 24 洗发后刘海的吹干方式
- 26 直线形刘海 × 减龄刘海让额头透透气 
- 28 弧线形刘海 × 蓬松自然不怕发量少
- 30 卷曲刘海 × 像公主一样散发可爱味道
- 32 凌乱刘海 × 最可爱的蓬松泰迪卷
- 34 斜分式刘海 × 贴心定制属于自己的最佳弧线
- 36 中分刘海 × 让刘海保持造型的打理方法 
- 38 半包式刘海 × 带有复古气息的质感刘海
- 40 拧转刘海 × 甜美的花朵状刘海更别致 
- 42 内卷刘海 × 优雅别致的弧度更吸引人
- 44 发辫刘海 × 令人意想不到的清新感 



CHAPTER 3

不用大动干戈发尾美了就美了

- 48 洗发后发尾的吹干方式
- 50 巧用烘罩做出自然美的发尾
- 52 直线形发尾 × 在家打造沙龙级效果
- 54 内卷发尾 × 多一点点就能变可爱
- 56 螺旋发尾 × 丰盈的效果充实发量
- 58 外翻发尾 × 挑战欧美风的洒脱效果 
- 60 外翘发尾 × 复古味道就是这么来的
- 62 蓬松发尾 × A 型发型迅速瘦脸



CHAPTER 4

学会基本款发型以不变应百变

- 66 自然大卷 ✕ 卷发棒就能打造的唯美感
- 68 基本梨花头 ✕ 自然演绎轻柔美风格
- 70 基本小卷 ✕ 打造随性自然的森女风格
- 72 背面单髻 ✕ 优雅满分又不老气
- 74 侧面单辫 ✕ 让编辫子不再头疼的超自然编法
- 76 低位双马尾 ✕ 让发型尽显俏皮的方法
- 78 高绑马尾 ✕ 势不可挡的青春活力
- 80 基本半盘发 ✕ 简单几个动作就能高端大气
- 82 基本公主头 ✕ 快速打造惹人怜爱的可爱风
- 84 基本丸子头 ✕ 零失败的丸子头秘密技巧
- 86 基本收短发 ✕ 长发变短什么时候想可爱都可以
- 88 基本猫耳发型 ✕ 掌握俏皮吸睛法则



CHAPTER 5

发型改变脸型给你新的自己

- 092 六种基本脸型优缺点分析
- 094 圆脸 ✕ A 字形发型优化脸型比例 
- 096 椭圆脸 ✕ 内扣略凌乱发型弱化呆板感
- 098 倒三角脸 ✕ 亲和内卷化解犀利感
- 100 长形脸 ✕ 重心居中的发型有效平衡视觉感
- 102 菱形脸 ✕ 中段强调蓬松度丰满脸颊加甜美
- 104 方形脸 ✕ 多处柔美卷度弱化棱角感



CHAPTER 6

适合各种职业的定性发型

- 108 侧分半盘发 × 适合内务内勤人员的发型 
- 110 端庄发髻 × 适合中层以及权威人士的发型
- 112 活泼垂髻扎发 × 适合销售、外场人员的发型 
- 114 优雅无痕低马尾 × 适合授课人员及培训讲师的发型
- 116 后翻盘发 × 适合创意策划型职员发型
- 118 内藏式发包 × 适合职业女性的商务发型
- 120 亲和侧扎发 × 适合新晋职员及客户专员的发型
- 122 后高隆起半盘发 × 适合接待及公关职位的发型



CHAPTER 7

熟练运用主题发型任何邀约都不怕

- 126 编织元素 × 让人目不转睛的洛可可式复古编发
- 130 花苞元素 × 让灿烂的花朵在发间肆意盛开
- 134 蝴蝶结元素 × 用自己的头发做可爱的蝴蝶结
- 138 复古元素 × 盘发和编发的结合一点点就对味 
- 142 朋克元素 × 难掩魅力的蓬松刘海 
- 146 编发元素 × 多种编辫手法结合打造复古美感
- 150 嘻哈元素 × 释放电力和热力的改良式雷鬼头
- 154 漩涡元素 × 瞬间打造独一无二的女王气质
- 158 印第安元素 × 塑造流浪气质的民族风发型



改变心情的发型书

摩天文传◎著



化学工业出版社

·北京·

本书收录了 50 多款改变心情的超美发型，简单多变，时尚流行。包括卷发、编发的技巧，发饰搭配的选择，美发护发的产品介绍；从简单的刘海、发尾的弧度打造，到搭配脸型的发型要点，甚至不同职业环境的造型特点。让您轻松根据心情变换发型，或者通过改变发型来改变心情。

本书无论是生活中还是工作中，旨在为读者打造能够改变心情，将快乐“从头开始”的完美发型书！

图书在版编目（CIP）数据

改变心情的发型书 / 摩天文传著. —北京：化学工业出版社，2015.5

ISBN 978-7-122-23410-0

I . ①改… II . ①摩… III . ①理发—造型设计 IV .
① TS974.21

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2015）第 058199 号

责任编辑：马冰初 丰华 责任设计：摩天文传
责任校对：程晓彤

出版发行：化学工业出版社（北京市东城区青年湖南街 13 号 邮政编码 100011）
印 装：北京盛通印刷股份有限公司
710mm×1000mm 1/16 印张 10 字数 300 千字 2015 年 10 月北京第 1 版第 1 次印刷

购书咨询：010-64518888（传真 010-64519686） 售后服务：010-64518899
网 址：<http://www.cip.com.cn>
凡购买本书，如有缺损质量问题，本社销售中心负责调换。

定 价：38.00 元

版权所有 违者必究

前言

一款适合自己的完美发型能够为整体造型大大加分，因此女生一定不能对头发应付了事。本书从最基础的护发开始，和您一同打造完美发型！

像爱护肌肤一样呵护秀发

当你每天仔细地清洁面部，使用各种护肤产品的时候，有没有注意到干枯的发尾早已缺失了水分，每天使用的梳子、卷发棒会不会对头发造成伤害？这些护发细节不仅影响头发的健康，也会影响发型的打造。像爱护自己的肌肤一样去呵护头发，健康的梳洗方法，搭配安全的美发产品和工具，拥有真正光泽健康的秀发。

美丽秀发需要细心打造

如果每天早上你还是披散着凌乱的头发去挤地铁，那么请停下来好好看看镜子里的自己，你把美丽弄丢了！当你羡慕杂志上那些造型姣好的模特时，其实更应该检查一下自己的日常打理。首先，将一成不变的发型换掉吧，就算只是刘海也能够造型百变！动一动发尾也同样能够打造更加独特的造型。

爱上发型进阶美发达人

从基本款发型开始，自然大卷的唯美、梨花头的清新、高绑马尾的俏皮可爱，让自己每天都拥有更明朗的造型。杂志上常常出现的发型其实也可以自己打造，较为复杂的复古元素、朋克元素……也都可以轻松完成，只需要和本书一同学习，就能轻松变身美发达人，玩转百变魔发！

本书由最好的女性图书制作团队——摩天文传，倾心为您打造！全面、精致的美丽“魔发书”，从秀发护理到造型搭配，摩天文传和您一同探寻美丽之道。



CONTENTS

目录

CHAPTER 1

必备工具和技巧令你事半功倍

- 10 发型打理 & 造型必备的梳子及基本用法
- 12 正确运用造型工具才能打造完美发型
- 14 根据卷发需求选择不同的卷发温度及停留时间
- 15 卷发棒基本操作方法
- 16 卷发棒使用重点解析
- 17 最保护发丝健康的卷发棒操作法则
- 18 神奇的美发小工具
- 20 频繁烫染 / 造型后的护发宝物



CHAPTER 2

完美的刘海是发型成功的秘诀

- 24 洗发后刘海的吹干方式
- 26 直线形刘海 × 减龄刘海让额头透透气 
- 28 弧线形刘海 × 蓬松自然不怕发量少
- 30 卷曲刘海 × 像公主一样散发可爱味道
- 32 凌乱刘海 × 最可爱的蓬松泰迪卷
- 34 斜分式刘海 × 贴心定制属于自己的最佳弧线
- 36 中分刘海 × 让刘海保持造型的打理方法 
- 38 半包式刘海 × 带有复古气息的质感刘海
- 40 拧转刘海 × 甜美的花朵状刘海更别致 
- 42 内卷刘海 × 优雅别致的弧度更吸引人
- 44 发辫刘海 × 令人意想不到的清新感 



CHAPTER 3

不用大动干戈发尾美了就美了

- 48 洗发后发尾的吹干方式
- 50 巧用烘罩做出自然美的发尾
- 52 直线形发尾 × 在家打造沙龙级效果
- 54 内卷发尾 × 多一点点就能变可爱
- 56 螺旋发尾 × 丰盈的效果充实发量
- 58 外翻发尾 × 挑战欧美风的洒脱效果 
- 60 外翘发尾 × 复古味道就是这么来的
- 62 蓬松发尾 × A 型发型迅速瘦脸



CHAPTER 4

学会基本款发型以不变应百变

- 66 自然大卷 × 卷发棒就能打造的唯美感
- 68 基本梨花头 × 自然演绎轻柔美风格
- 70 基本小卷 × 打造随性自然的森女风格
- 72 背面单髻 × 优雅满分又不老气
- 74 侧面单辫 × 让编辫子不再头疼的超自然编法
- 76 低位双马尾 × 让发型尽显俏皮的方法
- 78 高绑马尾 × 势不可挡的青春活力
- 80 基本半盘发 × 简单几个动作就能高端大气
- 82 基本公主头 × 快速打造惹人怜爱的可爱风
- 84 基本丸子头 × 零失败的丸子头秘密技巧
- 86 基本收短发 × 长发变短什么时候想可爱都可以
- 88 基本猫耳发型 × 掌握俏皮吸睛法则



CHAPTER 5

发型改变脸型给你新的自己

- 092 六种基本脸型优缺点分析
- 094 圆脸 × A 字形发型优化脸型比例 
- 096 椭圆脸 × 内扣略凌乱发型弱化呆板感
- 098 倒三角脸 × 亲和内卷化解犀利感
- 100 长形脸 × 重心居中的发型有效平衡视觉感
- 102 菱形脸 × 中段强调蓬松度丰满脸颊加甜美
- 104 方形脸 × 多处柔美卷度弱化棱角感



CHAPTER 6

适合各种职业的定性发型

- 108 侧分半盘发 × 适合内务内勤人员的发型 
- 110 端庄发髻 × 适合中层以及权威人士的发型
- 112 活泼垂髻扎发 × 适合销售、外场人员的发型 
- 114 优雅无痕低马尾 × 适合授课人员及培训讲师的发型
- 116 后翻盘发 × 适合创意策划型职员发型
- 118 内藏式发包 × 适合职业女性的商务发型
- 120 亲和侧扎发 × 适合新晋职员及客户专员的发型
- 122 后高隆起半盘发 × 适合接待及公关职位的发型

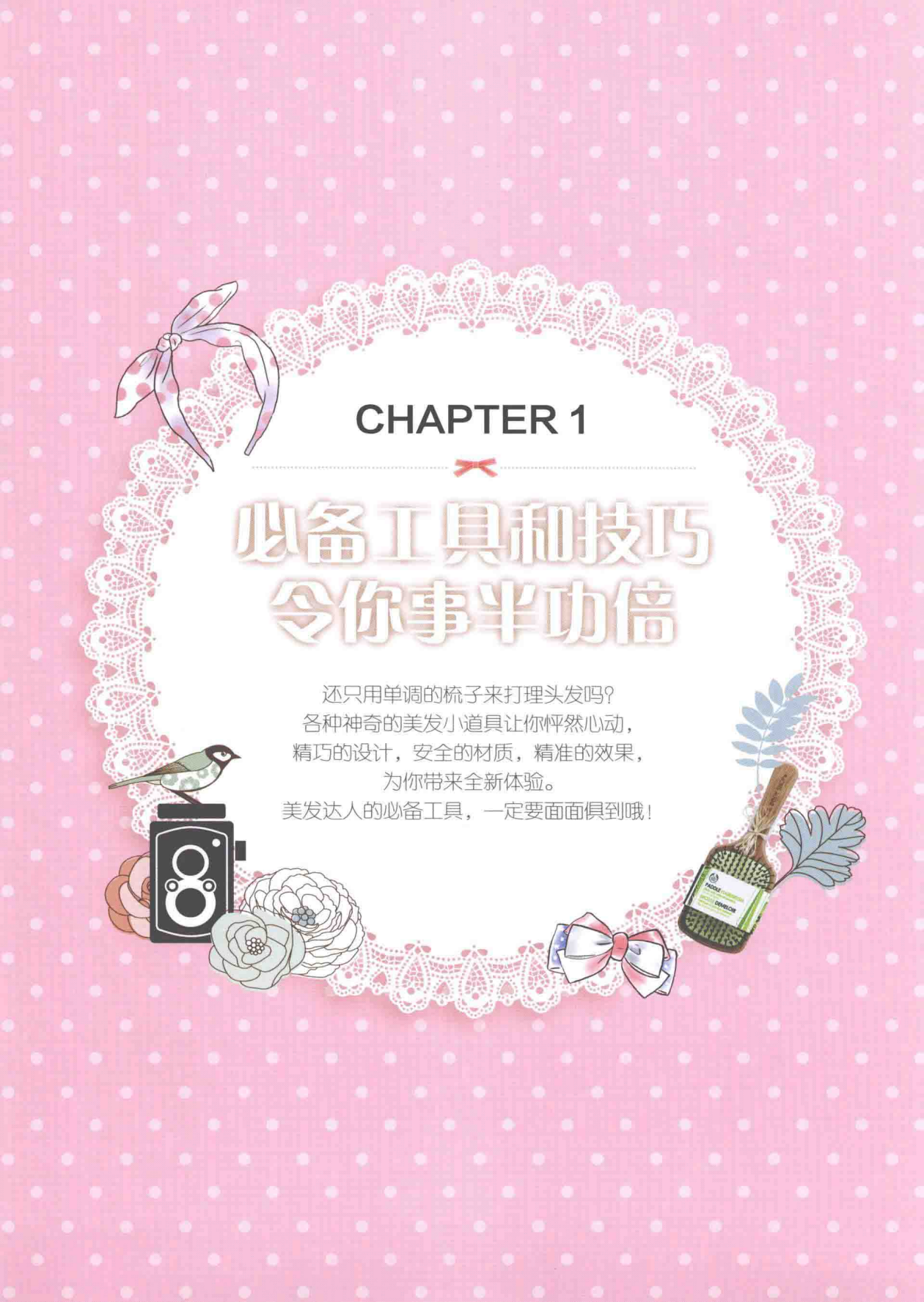


CHAPTER 7

熟练运用主题发型任何邀约都不怕

- 126 编织元素 × 让人目不转睛的洛可可式复古编发
- 130 花苞元素 × 让灿烂的花朵在发间肆意盛开
- 134 蝴蝶结元素 × 用自己的头发做可爱的蝴蝶结
- 138 复古元素 × 盘发和编发的结合一点点就对味 
- 142 朋克元素 × 难掩魅力的蓬松刘海 
- 146 编发元素 × 多种编辫手法结合打造复古美感
- 150 嘻哈元素 × 释放电力和热力的改良式雷鬼头
- 154 漩涡元素 × 瞬间打造独一无二的女王气质
- 158 印第安元素 × 塑造流浪气质的民族风发型





CHAPTER 1

必备工具和技巧 令你事半功倍

还只用单调的梳子来打理头发吗？
各种神奇的美发小道具让你怦然心动，
精巧的设计，安全的材质，精准的效果，
为你带来全新体验。
美发达人的必备工具，一定要面面俱到哦！



发型打理 & 造型必备的梳子及基本用法

造型梳

用途：造型的辅助用梳

适合：对造型有要求、发质难以打理的人

造型梳的梳齿粗细、排列顺序都经过特别设计，不规则造型、耐用耐热是造型梳的特点。一般而言，最少需要两把梳子，一把是日常用的普通梳子，另一把则是做造型所需的造型梳。

▼ 直发梳



沙宣猪鬃毛锁柄式直发梳

▼ 卷发梳



Lucky 螺旋卷发梳

▼ 刮蓬梳



Lucky 自然造型刮蓬梳

按摩梳

用途：缓解头皮紧张、刺激毛囊再生、疏松发根、丰盈发量

适合：毛囊萎缩、发根垂塌及患神经性脱发的人

按摩梳并不适合梳顺头发，对乱发的抚顺能力很差，但是伸展的梳齿和弹性气垫可以刺激头皮血液循环。另外，不少木制梳齿采用了原生木，梳齿本身就能吸油，有助保持油性发质的健康。按照按摩舒适性来说，木制小针或圆头针的按摩梳是最好的，银针、硅胶针、鬃毛针略差。

▼ 气垫梳



The Body Shop 美体小铺头皮按摩梳

▼ 气垫梳



IKEMOTO 池本气垫负离子造型梳