

发型不变，必定生厌。快来和自己的头发谈场恋爱吧

코맹공주 우주의셀프 헤어북

[韩]申优姝/著 金基梅/译

韩国超人气魔发小公主

百变私房 发型书

独家定制
90分钟超长
韩系编发造型DVD

83款简单×多变 流行×时尚
超美发型全公开

1200张超清步骤图
史上最丰富韩系玩味发型SHOW

零基础零失手贴心定制，逐级进化发型高手

优雅卷发、刘海造型、减龄编发、发饰运用……魔法小公主不藏私，变身大明星好EASY



百变私房 发型书

*Self
Hair
Book*

[韩]申优姝/著
金基梅/译

第一章

著作权合同登记号：桂图登字：20-2012-148

코맹공주 우주의 셀프 헤어북 © 2012 by Shin Woo ju & Login Book

All rights reserved.

Translation rights arranged by Login Book

through Shinwon Agency Co., Korea

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Guangxi Science & Technology Publishing House Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

百变私房发型书/ (韩) 申优姝著; 金基梅译. —南宁: 广西科学技术出版社, 2013.7

ISBN 978-7-80763-991-6

I. ①百… II. ①申… ②金… III. ①女性—发型—制作 IV. TS976.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第081566号

BAI BIAN SIFANG FAXING SHU

百变私房发型书

作 者: [韩] 申优姝

责任编辑: 李 竹 钱 冰

责任校对: 曾高兴 田 芳

责任印制: 陆 弟

译 者: 金基梅

装帧设计: 古洞工作室

版权编辑: 李琼兰

出 版 人: 韦鸿学

社 址: 广西南宁市东葛路66号

电 话: 010-53202557 (北京)

传 真: 010-53202554 (北京)

网 址: <http://www.ygxm.cn>

出版发行: 广西科学技术出版社

邮政编码: 530022

0771-5845660 (南宁)

0771-5878485 (南宁)

在线阅读: <http://www.ygxm.cn>

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京尚唐印刷包装有限公司

地 址: 北京市大兴区西红门镇曙光民营企业园南8条1号 邮政编码: 100162

开 本: 710 mm × 980 mm 1/16

字 数: 200千字

印 张: 10.75

版 次: 2013年7月第1版

印 次: 2013年7月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80763-991-6

定 价: 39.80元 (附DVD)

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

服务电话: 010-53202557 团购电话: 53202557

Prologue 004

PART

01

Basic of Self Styling 好工具令你事半功倍

造型必备工具与使用方法

012

辅助工具

014

精灵公主友珠的美发心得

016



PART

02

Wave, the Grace 省却了去美发店的麻烦， 在家就能轻松完成各种发型

自然大卷 优雅女神华丽降临

020

碎花卷发 如同洋娃娃般甜美可人

023

浪漫气息卷发 由内而外散发活力，浓浓的女人味扑面而来

026

娃娃卷发 为利落的短发增添春天的气息

028

中卷发 为刘海赋予可爱与活力

030

水波纹卷发 不去美发店也能打造出金南珠般的迷人造型

032

小公主友珠的Styling Note 01 头顶发型的整理

035



SPECIAL

01 Bang, the Amazing

刘海大改造，不敢轻易剪短，那就让它百变动人吧

不同造型工具的刘海改造法

038

Type 01 直形夹板器

038

Type 02 吹风机

039

Type 03 卷发棒

040

剪还是不剪？尴尬刘海巧改造，时尚感造型UP

042

效果满分！发缝整形术

043



仿若短发 辛辛苦苦蓄起的刘海，怎能狠心剪掉
假小子卷发 有时，凌乱也是一种美
贵妇卷发 巧妙应用盘发造型的另类刘海

044
046
048

PART 03 Braid, the Learner 编发，俏丽与可爱并存

基本编发三人帮

Basic 01 三股编发

Basic 02 迪斯科编发

Basic 03 双股编发（蜈蚣编发）

反转丸子头 反过来更可爱

双股额编发 头发扁塌塌，自卑感爆棚？

自然额编发 前额饱满 何须自卑

短发的额编发 额发凌乱 气场不在

变形双发辫 双发辫的俏皮尝鲜

052
053
054
056
057
058
060
062
064



SPECIAL

02 Princess Diary for Long Hair

Monday 环扣编发 精致紧实 从头开始

Tuesday 可爱双辫 蜜糖之吻 丝丝入扣

Wednesday 摇滚雷鬼头 够辣够狠才会赢

Thursday 假短发 隐藏长发，平庸被甩十条街

Friday 变化半盘发 昼夜通吃，清爽与雅致并存

Saturday 运动卷发 运动Lady的棒球场约会

Sunday 慵懒风格盘发 宅女会友也得立刻变美

068
070
072
074
076
078
080

PART
04

Celebrity, the Special

期盼已久的明星范发型

- | | |
|---------------------------------|-----|
| 可人儿般的迷你蝴蝶结 追赶Lady Gaga的潮流1 | 084 |
| 女人味的垂式大蝴蝶结 追赶Lady Gaga的潮流2 | 086 |
| 派对女王的蝴蝶结 追赶Lady Gaga的潮流3 | 088 |
| 崔江熙式清纯少女辫 园游会吸睛No.1 | 090 |
| 俞利的复古风发型 复古Power!旧时光的美人 | 092 |
| 小公主友珠的Styling Note 02 U形发夹的使用方法 | 095 |



SPECIAL

03 Princess Diary for Medium Hair

- | | |
|-----------------------------------|-----|
| Monday 端庄发髻专业感倍增 正能量来自周一好心情 | 098 |
| Tuesday 半披肩发的欲说还休 肩发升级3.0版本 | 100 |
| Wednesday 接管接发术的大权 发片DIY也能秀出新意 | 102 |
| Thursday 尾羽式编发马尾 只是因为人群中多看了你一眼 | 104 |
| Friday 清纯涟漪的波浪发 相亲ing, 让好感度激增 | 106 |
| Saturday 外翘发尾也是大气场 粗呢夹克的干练女人味 | 108 |
| Sunday 洛可可式卷发髻 默剧女主角的古典演绎法 | 111 |
| 小公主友珠的Styling Note 03 发髻高度与清纯度成正比 | 114 |



PART
05

T.P.O, the Great

不同时间不同场合的发型大全

- | | |
|-------------------------------|-----|
| 短发≠盘发? 迷思破除 朋友婚礼的小心机 | 118 |
| 2%的不同换来200%的注目——编发团子头 度假风舍我其谁 | 120 |
| 中发包子头减龄术 泳池清爽style | 123 |
| 帅气爽朗短发 海滩难掩热力四射 | 124 |
| 贵气马尾追赶时髦 慵懒轻奢的鸡尾酒会1 | 126 |
| 一字形短发摆脱土里土气 慵懒轻奢的鸡尾酒会2 | 128 |
| 一根橡皮筋就能解决的明星红毯Look 圣诞派对 | 129 |
| 以优雅的波浪演绎浪漫女孩的苹果头 睡衣派对 | 132 |

搭配连衣裙的可爱披发 同学聚会	134
为长发美女打造利落空姐风 面试1	136
气质女主播短发 面试2	138
小公主友珠的Styling Note 04 根据不同着装而变化的发髻	141



SPECIAL

04 Princess Diary for Short Hair

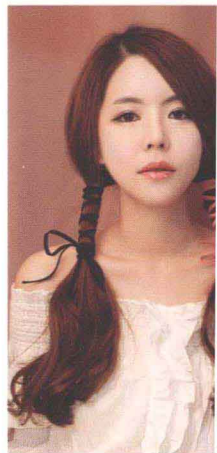
Monday 东莫村少女 用直板卷发器打造姜惠贞式短发	146
Tuesday 侧编麻花辫 不用再担心碎头发, 很适合上班一族	147
Wednesday 快速蓬松UP 忙碌的早晨, 清爽利落	148
Thursday 可爱女孩变身公主 即使穿上公主装, 我也绝不逊色	149
Friday 减龄花苞发 如含苞待放的花蕾一样娇艳的马尾辫	150
Saturday 怀旧时代 10年后也不会过时的复古短发	151



PART 06

Accessories, the Detail 仅有发型设计尚有不足

浪漫波西米亚风 发带与发卡1	154
用发卡遮住假刘海 发带与发卡2	156
活用细发箍 发带与发卡3	158
用丝巾编成的辫子 丝巾	160
印第安少女辫 发绳和绸带1	162
明星范儿马尾 发绳和绸带2	164
悠然间显露干练气质 发簪	166
小公主友珠的Styling Note 05 发饰选择的王道	168
小公主友珠的Bonus 赶走自卑感	170





百变私房 发型书

*Self
Hair
Book*

[韩]申优姝/著
金基梅/译

著作权合同登记号: 桂图登字: 20-2012-148

코맹공주 우주의 셀프 헤어북 © 2012 by Shin Woo ju & Login Book

All rights reserved.

Translation rights arranged by Login Book

through Shinwon Agency Co., Korea

Simplified Chinese Translation Copyright © 2013 by Guangxi Science & Technology Publishing House Ltd.

图书在版编目 (CIP) 数据

百变私房发型书/ (韩) 申优姝著; 金基梅译. —南宁: 广西科学技术出版社, 2013.7

ISBN 978-7-80763-991-6

I. ①百… II. ①申… ②金… III. ①女性—发型—制作 IV. TS976.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第081566号

BAI BIAN SIFANG FAXING SHU

百变私房发型书

作 者: [韩] 申优姝

责任编辑: 李 竹 钱 冰

责任校对: 曾高兴 田 芳

责任印制: 陆 弟

译 者: 金基梅

装帧设计: 古涧工作室

版权编辑: 李琼兰

出 版 人: 韦鸿学

社 址: 广西南宁市东葛路66号

电 话: 010-53202557 (北京)

传 真: 010-53202554 (北京)

网 址: <http://www.ygxm.cn>

出版发行: 广西科学技术出版社

邮政编码: 530022

0771-5845660 (南宁)

0771-5878485 (南宁)

在线阅读: <http://www.ygxm.cn>

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 北京尚唐印刷包装有限公司

地 址: 北京市大兴区西红门镇曙光民营企业园南8条1号 邮政编码: 100162

开 本: 710 mm × 980 mm 1/16

字 数: 200千字

印 张: 10.75

版 次: 2013年7月第1版

印 次: 2013年7月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-80763-991-6

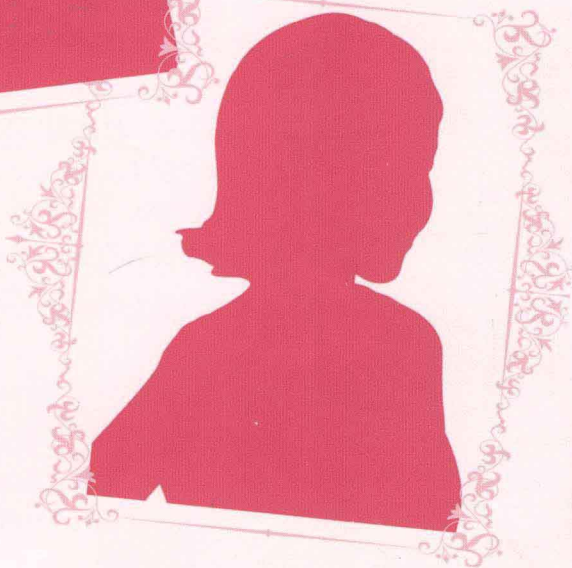
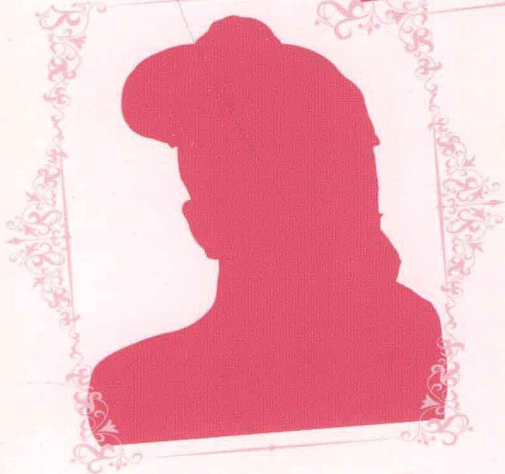
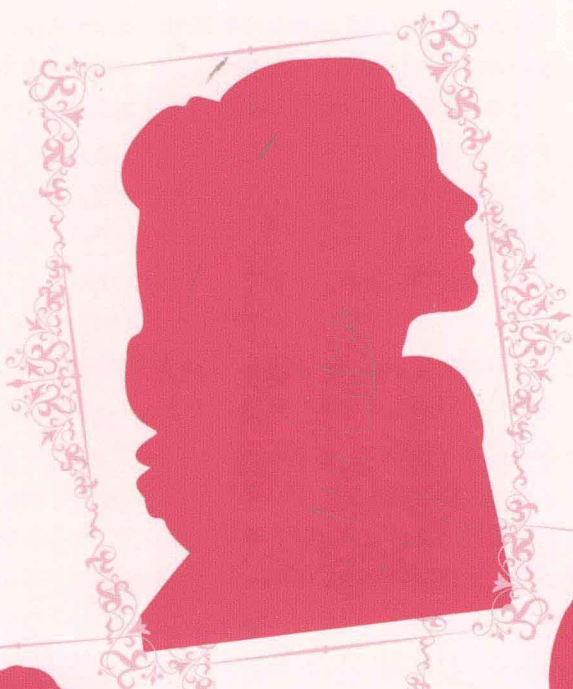
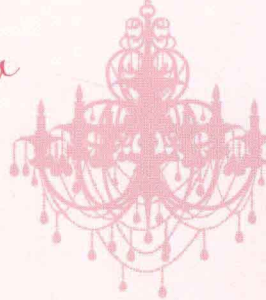
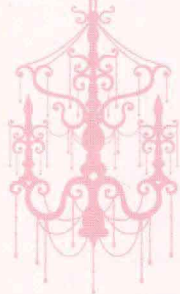
定 价: 39.80元 (附DVD)

版权所有 侵权必究

质量服务承诺: 如发现缺页、错页、倒装等印装质量问题, 可直接向本社调换。

服务电话: 010-53202557 团购电话: 53202557

*A Beauty Hair Studio
For Your Own*



序言

持续了一年的伏案写作终于告一段落了！回想起这段日子的经历，依然让我记忆犹新。白天和各种各样滚烫的造型工具展开一番较量，晚上还要面对着书稿冥思苦想，那些忙忙碌碌的一点一滴，仿佛仍然历历在目。现在，当我拿到手中这本散发着油墨清香的新书时，过去一年的辛勤和汗水似乎都化作了深深的喜悦。这样一种“痛并快乐着”的宝贵经历，我将永远珍藏在心中。

我曾在报章杂志上发表过几篇关于美发造型的文章，因此，一些热心读者常常会问：“你学的是美容美发专业吗？”其实，我并不是专业的美容专家。我对时尚和造型的概念更多来源于家庭的影响。我的妈妈是一位爱美人士，精于打扮，爸爸是一位专业摄影师，我从小就喜欢在他的镜头前当小模特，摆上几个姿势。正是因为这样的耳濡目染，我才比其他同龄人更早地萌发了造型、扮靓的意识。除此之外，我还很喜欢随时随地照镜子，有时也被人误会有“公主病”。我的博客名字也叫“小公主”，但却绝对与“公主病”无关。我想，每个女人都是天生的公主，有着独一无二的个性和喜好，有着千姿百态的美丽与骄傲，只不过欠缺了那一顶小小的皇冠而已。不是吗？

事实上，我之所以对美发造型产生浓厚的兴趣，是源于我的自卑情结。与其他人相比，我的肩膀比较窄，脸看上去有点大，而毫无轮廓感、扁塌无生气的发型更是雪上加霜，给整体造型减分不少。别人最怕的是素颜上街，而我更看重的却是发型问题。于是，抱着打造小脸效果的豪情壮志，我开始尝试着给自己的头发做造型。修整一下这里，收拾收拾那里，时间一长，自然而然地总结出了专属于自己的一套秘诀和窍门。但是，万事开头难。起初的造型过程并不是一帆风顺。由于对美发工具的使用方法了解甚少，不是动辄把好好的头发烫得焦糊了，就是打造出的效果与预想的南辕北辙，遭遇挫败简直成了家常便饭。我之所以有了现在的样子，并不是天赋异禀、技艺超群，而是经历了重重失败，但却百折不挠、越挫越勇、不懈努力的结果。

世上无难事，只怕有心人。但对造型的热情、对美的感受则同



样重要。有了热情，我们才会不遗余力地通过打造发型来努力凸显自身的优点；有了美感，我们才能在千变万化的美丽造型中挑选到最适合自己的一款。在杂志和电视中看到漂亮的发型时，不妨剪贴、记录下来，以备后用。把你所中意的造型摆在梳妆台旁，闲暇时便坐在镜子前试着打造一番。不知不觉中，你不但会拥有能与专业美发师媲美的造型技艺，还能自然而然地在众多图例中快速找到最适合自己脸型的一款发型哦。然而，忙碌不堪的生活又怎能让我们拥有足够的空闲时间去进行记录与尝试呢？因此，我为爱美的你们准备了这本书。在这本书中，我将自己对美发造型的心得和经验倾囊相授。今天工作忙碌的你是否又要索性用一根橡皮筋绑起头发草草了事匆忙出门？对造型饶有兴趣的你，是否因为不知从何入手而不得已将就着年复一年的卷发造型？有着以上困扰的朋友们，请跟随我走进这本书吧。我相信，读完它之后，爱美的你一定能够华丽蜕变成更加美丽、更加时尚的女性。



Thanks To

在此，我向在过去一年中筹备此书时给予我支持和鼓励，与我风雨同舟的各位亲朋、好友、同事表示最诚挚的谢意。

感谢我最亲爱的家人，弟弟英日是我的经纪人，尽管日常工作非常忙碌，但还是在学校得到了年级第一的好成绩，我为有这样了不起的弟弟感到自豪；感谢与我相处十年的最好的朋友胜海，以及成勇哥哥；每当我感觉疲惫时，总在深夜凌晨默默听我发牢骚的智慧、仁真；记者贤真姐姐，F4的智恩姐姐，Angel的恩怡，Lovelybaby的慧莲姐姐，坚实的后盾、主治医生文亨姐姐，为我打造美丽身形的Doubleh的Kissha姐姐，Model Ashley的恩实姐姐，身在伦敦的真雅姐姐，真英姐姐，Olivia敏贞姐姐，未婚姐，丹菲姐姐，妍儿，Gomyang.com的慧贤姐姐，糖果氏的雪儿姐姐，诗妍姐姐，Ella姐姐以及润真。

感谢在本书写作期间曾经给予我意见和指导的7Street吴加，Hiroyuki的吴京焕老师，Soonsoo美容室的副院长建亨，首席室长韩相美，室长洪美爱，为本书拍摄漂亮照片的金俊模室长及4tobar studio的同事们。

感谢在我感觉疲惫时从遥远的美国打来长途电话鼓励我的飞行员东勇，光是存在就令我倍感踏实的汉阳大学希昌哥哥，英希哥哥，东燮哥哥以及东烈哥哥！

感谢B2Y（株）副社长李石贤先生以及公司各位同事，感谢启蒙我走上写作之路的GS家庭购物金恩珠作家。感谢所有曾经给予我帮助的朋友，感谢一直支持我、鼓励我的博客粉丝们。谢谢你们，我爱你们！

Prologue 004

PART

01

Basic of Self Styling 好工具令你事半功倍

造型必备工具与使用方法

012

辅助工具

014

精灵公主友珠的美发心得

016



PART

02

Wave, the Grace 省却了去美发店的麻烦， 在家就能轻松完成各种发型

自然大卷 优雅女神华丽降临

020

碎花卷发 如同洋娃娃般甜美可人

023

浪漫气息卷发 由内而外散发活力，浓浓的女人味扑面而来

026

娃娃卷发 为利落的短发增添春天的气息

028

中卷发 为刘海赋予可爱与活力

030

水波纹卷发 不去美发店也能打造出金南珠般的迷人造型

032

小公主友珠的Styling Note 01 头顶发型的整理

035



SPECIAL

01 Bang, the Amazing

刘海大改造，不敢轻易剪短，那就让它百变动人吧

不同造型工具的刘海改造法

038

Type 01 直形夹板器

038

Type 02 吹风机

039

Type 03 卷发棒

040

剪还是不剪？尴尬刘海巧改造，时尚感造型UP

042

效果满分！发缝整形术

043



仿若短发 辛辛苦苦蓄起的刘海，怎能狠心剪掉

044

假小子卷发 有时，凌乱也是一种美

046

贵妇卷发 巧妙应用盘发造型的另类刘海

048

PART
03

Braid, the Learner 编发，俏丽与可爱并存

基本编发三人帮

052

Basic 01 三股编发

053

Basic 02 迪斯科编发

054

Basic 03 双股编发（蜈蚣编发）

056

反转丸子头 反过来更可爱

057

双股额编发 头发扁塌塌，自卑感爆棚？

058

自然额编发 前额饱满 何须自卑

060

短发的额编发 额发凌乱 气场不在

062

变形双发辫 双发辫的俏皮尝鲜

064



SPECIAL

02 Princess Diary for Long Hair

Monday 环扣编发 精致紧实 从头开始

068

Tuesday 可爱双辫 蜜糖之吻 丝丝入扣

070

Wednesday 摇滚雷鬼头 够辣够狠才会赢

072

Thursday 假短发 隐藏长发，平庸被甩十条街

074

Friday 变化半盘发 昼夜通吃，清爽与雅致并存

076

Saturday 运动卷发 运动Lady的棒球场约会

078

Sunday 慵懒风格盘发 宅女会友也得立刻变美

080

PART
04

Celebrity, the Special

期盼已久的明星范发型

- | | |
|---------------------------------|-----|
| 可人儿般的迷你蝴蝶结 追赶Lady Gaga的潮流1 | 084 |
| 女人味的垂式大蝴蝶结 追赶Lady Gaga的潮流2 | 086 |
| 派对女王的蝴蝶结 追赶Lady Gaga的潮流3 | 088 |
| 崔江熙式清纯少女辫 园游会吸睛No.1 | 090 |
| 俞利的复古风发型 复古Power!旧时光的美人 | 092 |
| 小公主友珠的Styling Note 02 U形发夹的使用方法 | 095 |



SPECIAL

03 Princess Diary for Medium Hair

- | | |
|-----------------------------------|-----|
| Monday 端庄发髻专业感倍增 正能量来自周一好心情 | 098 |
| Tuesday 半披肩发的欲说还休 肩发升级3.0版本 | 100 |
| Wednesday 接管接发术的大权 发片DIY也能秀出新意 | 102 |
| Thursday 尾羽式编发马尾 只是因为人群中多看了你一眼 | 104 |
| Friday 清纯涟漪的波浪发 相亲ing, 让好感度激增 | 106 |
| Saturday 外翘发尾也是大气场 粗呢夹克的干练女人味 | 108 |
| Sunday 洛可可式卷发髻 默剧女主角的古典演绎法 | 111 |
| 小公主友珠的Styling Note 03 发髻高度与清纯度成正比 | 114 |



PART
05

T.P.O, the Great

不同时间不同场合的发型大全

- | | |
|-------------------------------|-----|
| 短发≠盘发? 迷思破除 朋友婚礼的小心机 | 118 |
| 2%的不同换来200%的注目——编发团子头 度假风舍我其谁 | 120 |
| 中发包子头减龄术 泳池清爽style | 123 |
| 帅气爽朗短发 海滩难掩热力四射 | 124 |
| 贵气马尾追赶时髦 慵懒轻奢的鸡尾酒会1 | 126 |
| 一字形短发摆脱土里土气 慵懒轻奢的鸡尾酒会2 | 128 |
| 一根橡皮筋就能解决的明星红毯Look 圣诞派对 | 129 |
| 以优雅的波浪演绎浪漫女孩的苹果头 睡衣派对 | 132 |

搭配连衣裙的可爱披发 同学聚会	134
为长发美女打造利落空姐风 面试1	136
气质女主播短发 面试2	138
小公主友珠的Styling Note 04 根据不同着装而变化的发髻	141



SPECIAL

04 Princess Diary for Short Hair

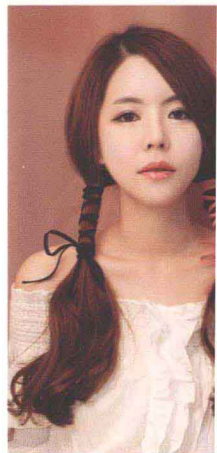
Monday 东莫村少女 用直板卷发器打造姜惠贞式短发	146
Tuesday 侧编麻花辫 不用再担心碎头发, 很适合上班一族	147
Wednesday 快速蓬松UP 忙碌的早晨, 清爽利落	148
Thursday 可爱女孩变身公主 即使穿上公主装, 我也绝不逊色	149
Friday 减龄花苞发 如含苞待放的花蕾一样娇艳的马尾辫	150
Saturday 怀旧时代 10年后也不会过时的复古短发	151



PART 06

Accessories, the Detail 仅有发型设计尚有不足

浪漫波西米亚风 发带与发卡1	154
用发卡遮住假刘海 发带与发卡2	156
活用细发箍 发带与发卡3	158
用丝巾编成的辫子 丝巾	160
印第安少女辫 发绳和绸带1	162
明星范儿马尾 发绳和绸带2	164
悠然间显露干练气质 发簪	166
小公主友珠的Styling Note 05 发饰选择的王道	168
小公主友珠的Bonus 赶走自卑感	170





PART
01

Basic of Self Styling

好工具令你
事半功倍