



上海市南京美发公司
孙桂江 编著

家庭美发

自己动手做发型

利用发型再创娇艳



上海科学技术出版社



59.14
56

家庭美发

自己动手做发型

814890



30000/04



女子学院 0090945

上海市南京美发公司 孙桂江 编著

上海科学技术出版社

(沪)新登字108号

家庭美发

——自己动手做发型

上海科学技术出版社出版、发行

(上海瑞金二路450号)

新华书店上海发行所经销 上海市印刷三厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张10

1991年1月第1版 1992年12月第3次印刷

印数 30,001—45,000

ISBN 7-5323-2309-9/TS·181

定价: 15.00元

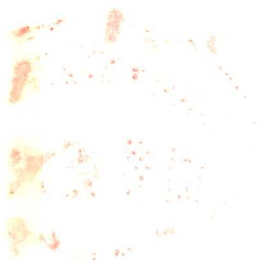
(沪)新登字108号



814314

内容提要

本书以众多的彩色、黑白照片为依托，详细而有条理地介绍了时下流行且实用的近百款发型的具体制作的分解步骤、动作要领和操作技巧等自行制作过程。其中图解文字及款式特点介绍通俗易懂，广大女性不妨把握住自己的特点，自己动手并循其要求梳理，则必能塑造出独具新意并衬托个人气质的新发型和新形象。书末还附有三百余款适合于自行制作的新款实用的发型照片图，并配有款式特点说明及制作要领等。



责任编辑：顾林凡
封面设计：卜允台
版面设计：袁书柱



作者简介

孙桂江 上海市美容美发协会会员、上海市南京美发公司美容美发技术顾问、上海市美容艺术学校特聘教师，从事美发工作五十余年，擅长各种艺术、生活发型的设计，是一位全能型的发型设计师，曾在全国各类报刊杂志上发表了众多有关美容、美发方面的文章和自己设计的发型照片。

震飛 让您的黑頭髮飄起來



髮髮髮 震飛創造天下第一髮

“震飛”和加拿大、美國、香港為洗髮護髮產品科研最新成果最新推出、洗髮、護髮、養髮、去屑定型“三星”產品。

- ★ 第一顆星 震飛二合一洗髮香波（和香港合作）集洗髮、護髮為一體。
- ★ 第二顆星 中國震飛一號三合一香波（和加拿大合作）集洗髮、護髮、去屑止癢為一體。
- ★ 第三顆星 奧麗斯四合一洗髮靈（和美國合作）內含人體蛋白，集洗髮、護髮、養髮、去屑定型為一體。

上海震飛日用化工廠

廠址：上川路5226號

電話：8983771

郵編：201200





后记	款式篇	操作篇	文字篇	目 录
.....	
.....	93	15	1	
156	155	92	14	



文字篇

一、美发的基本知识·····	2
二、头发的日常护理·····	3
三、美发的工具·····	5
四、发型与脸型·····	6
五、家庭美发的基本技术·····	9



一、美发的基本知识

女性在美化自己时，头发是占着极为重要的位置的。人都希望自己的头发秀丽多姿、柔美动人，为此，作为女性在美化自己的头发之前，先了解一些美发的基本知识是十分必要的。

美发的基本前提

大多数女性在美发时，都乐意把工夫花在怎样选择适合自己的发式造型上。无疑，一个合适的发式造型自然会添加诸多风采。然而，美化头发，首先应该要重视头发的清洁卫生，一个长满污垢的发型，是绝对让人摒弃的。因此，美发的基本前提就是要有美丽的头发，这至少包括：①发丝清洁、整齐，无污垢和头屑；②发丝光润，每丝均见光泽且具有较好的弹性；③发丝不粗不硬，不开花、不打结，具有点柔软性；④发丝稀密适中，尤其是发根要稀密均匀；⑤不受外界如阳光灼晒、烫发、染发等诸多因素的影响而发生变化。

熟悉自己的发质

要具备美发的基本前提是极为容易的，只要在平时多加爱护和保养就行了。但当你决定要梳理哪种发型之前，还应该要正确弄清楚自己究竟属于哪一种发质。

柔软的头发 此种头发较易梳理，因此，要想梳理任何发型都很方便。但因发丝较为服贴，所以，选梳俏丽的发型是最为合适的。

硬直的头发 这种发丝，要想做出各式各样的发型是极为困难的。因此，在做发型前，应先用油性的烫发剂将头发略微化烫一下，使头发蓬松略带波浪形，但仍不宜做复杂的发型。

自然的卷发 具有自然卷曲头发的人是较少的，但这些人美发时，可以利用这一自然的卷发，就能梳出各种漂亮的发型，但发丝要长一点。而一旦将头发剪短，则卷曲度就不明显了，变成了一头直发。

平服的头发 拥有这种头发的人，最好能将头发剪短，额前和两侧的发丝依据自己的喜好梳理，但后部发丝一定要显示出线条美。梳理时，可除发根之外，将发丝化烫一下。

细少的头发 最好能用小卷筒先将发丝卷曲，以使其蓬松有力，做出娇媚的发型。但这种发丝以留长发梳成发髻是最为理想的。

二、头发的日常护理

要想有一头漂亮的头发，做好头发的日常护理工作是非常重要的。

擦发

每天擦发是护理头发的重要步骤，无论是早上起床、外出回家，还是晚上临睡前，用齿梳缓和地擦头发三分钟，约数十次，则能保持秀发柔美润泽。但不能时而擦时而不擦，应养成坚持不懈的好习惯才行。

通过擦发，能把附着在发丝及头皮上的污垢、灰尘清除；能把纠缠着的发丝理顺；能给头皮造成刺激，促进血液循环，有利于头发的生长；能使头皮的油脂充分分泌，保持头发鲜泽柔润。

擦发必须要遵从下列正确方法：将前发由发根处向后梳；再梳两侧的发丝，要紧贴着头皮向下梳理；重复梳两侧的发丝，要由下向上朝发尾方向梳；再用梳两侧发丝同样方法梳理颈后部的发丝；最后顺着头发的生长方向擦全体发丝。擦发时，要注意不能过于用力，以免损伤头发。

洗发

你几天洗一次头发呢？大多数人经常洗发，但却不知道正确的方法。首先是洗发剂的用量要适度，应按说明上的用量使用，不宜过多。其次，水的温度也要适中，冷水洗不掉污垢，太烫会伤头皮。

洗发的正确顺序是：每次洗发前最好先进行擦发，再用大梳子把头发分开；第一次的洗发，先用30℃左右的温水将全部头发湿润，用适量的洗发剂洗发，以产生泡沫，此时，只需要简单地洗一下；将泡沫全部冲洗掉，在

自己动手做发型

这一过程中可以将附着在头发上的污垢基本冲洗掉：进行第二次洗发，洗发剂的用量只需要前一次的一半就足够了，这一次，应充分把头发搓擦，使泡沫充分产生，对于耳后等部位也要洗涤干净，不能摩擦头发；准备充分的水把头发彻底冲洗干净，发丝上不能残留有洗涤剂，不然还会伤害头发；弄干头发时，先用普通的毛巾吸收水分，再用毛巾像按摩头皮那样拭干水分，不能用搓揉的方法把水分挤掉；弄干头发后，不要忘记抹上些许护发剂，以使其在发的表面形成一层薄膜，使发丝有光泽。

按摩头皮

经常按摩头皮，可促进头部的血液循环，有助于头发的生长，调节头发的分泌作用，同时，对脂肪性和干燥性皮肤有治疗作用，特别是在脱发最多的秋季，更可促进新发的生长。

按摩时不要用指甲，而要用指头稍用力按摩，先从头顶至额前部，像画圆圈那样按摩头皮，后部的头皮也同样如此；然后，再按摩两侧头皮，稍用力像要将头皮推起那样按摩，在鬓脚处要用力按摩，这样才会感到心情舒畅；最后，用两手将头包着按下，再瞬间松开，如此重复几次。当按摩头发的好习惯养成后若偶而不做就会觉得不舒服了。

干性头发的护理

油性头发有油性头发的烦恼，干性头发又何尝不是呢？干性头发通常看来比较粗糙，暗淡而缺光泽油润。

干性头发在洗发后可涂些发乳或头油，不宜用喷发剂，因为头发在使用喷发剂后会变得更为干燥，倒不如用固定发型的泡沫如摩丝等。洗头时的水温也很重要，不宜过冷过热，温水四季皆宜。

干性头发的人，在洗发时可试弄一些新花样，以增加点乐趣，如加以橄榄油、蛋白或蜜糖等在头发上，轻轻按摩。然后用水洗干净，头发便会既柔软又有光泽。只是洗发的要求就更高了，否则不仅没有取得预期效果，还会适得其反。

总之，头发是干性还是油性不要紧，好好地加以护理，想梳理一些理想的发型时也就容易得多了，更何况清洁整齐是美容最重要的一个方面。

三、美发的工具

俗话说：“工欲善其事，必先利其器”。要梳出各种新颖发型，美发工具是不可缺少的，它主要包括清洁梳理头发用的齿梳（发梳和发刷）以及制做发式造型用的卷筒、发夹、电吹风、熨发钳等。

齿梳

齿梳的种类繁多，一般可分为稀齿和密齿两种，也有半截齿梳等，其用途也各不相同。

钢丝齿梳 是梳通头发时用的齿梳，宜在取下卷筒后，或在洗头之前用。梳理时，应由发根梳至发尾，以避免头发缠成死结。在吹波浪形时，也可用这种齿梳，如图1(a)所示。

圆齿梳 有大、中、小之分，是修整发型时用的卷发齿梳，适合卷成各种大小波浪的发型，使头发富有弹性，如图1(b)所示。

平面齿梳 有大小多种类型，通常用大的，在整理或修剪头发时常用这种齿梳，如图1(c)所示。

尖尾梳 通常在分束卷发、梳齐小发束或分头路线时用，如图1(d)所示。

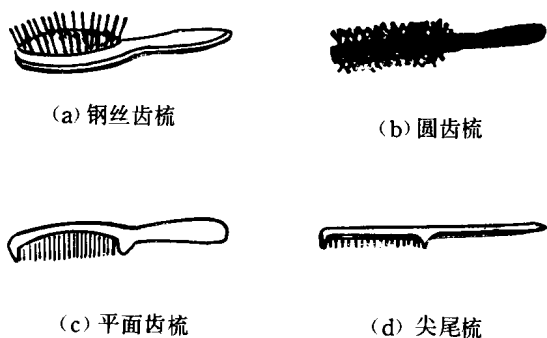


图1 齿梳的种类

电吹风

电吹风应按自己的发质及所需的发型而作出适当的选择。一般地来说，电吹风常是手提式的，因而不宜过重，另外，还要求电吹风能恒温且可调节温度的高低，自

自
己
动
手
做
发
型

069418

自己动手做发型

然，电吹风的噪音也应要越小越好。若你的头发又密又长又直，那应选用那种高温的、气流充足的电吹风，吹发时把头垂下，让里层的头发充分显露出来，这样可确保整体头发都干透，使其有层次感和丰满度；若你的头发长而柔软，那应选用一种气流较柔和的电吹风；若你有一头短发或中等长度的平服头发，那应选用那种扁嘴的电吹风，它过一次能吹拂到较多的位置；若你要特别处理某些部位的发丝（如刘海）时，可利用附置的拆卸式胶嘴把气流集中在那些部位。

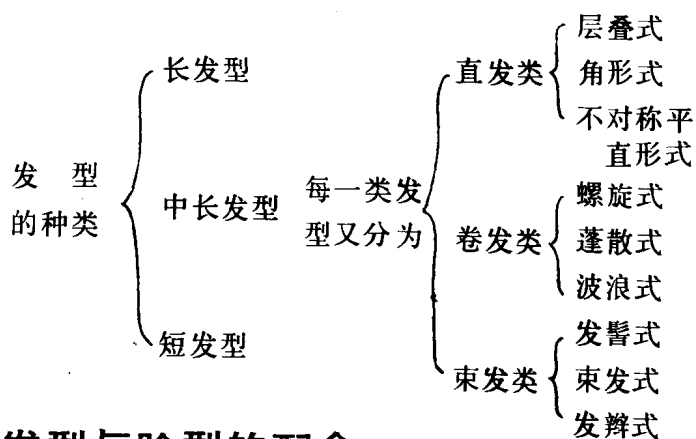
其它工具

在制做发型时，齿梳和电吹风是最基本的工具，另外还要有许多其它的小工具。如卷筒（有塑料卷筒、铝质卷筒、海绵卷筒、钢质卷筒、软形杠、电热卷筒等）、发夹（有普通夹、鸭嘴夹、螺纹夹等）、各类化烫用美发剂以及各种辅助用具等。

四、发型与脸型

发型的种类

发型的种类非常多，一般可分为长发、中长发、短发三大类，在三大类中又可分为直发、卷发、束发等几类，具体可见如下说明：



发型与脸型的配合

对于众多女性来说，只要有一头适当长度的头发，每天换梳一种发型都是可以的。但选择发型与穿戴服装一样，选择服装要考虑到身材，而选择发型则要注意其与脸型是否相配。若配合恰当，则能充分表现出人的个性

自己动手做发型

和气质，使人更具魅力和迷人的风采。因而，当你为自己选择发型时，首先应该要弄清楚自己的脸型种类和发质，当然，还要考虑到自己的性格、身材比例以及衣着装扮等因素。

人类的脸型千差万别，多种多样，但按脸的形状分类，不外乎有这样几种：椭圆形、圆形、方形、三角形、倒三角形、长方形、菱形。其中椭圆脸型是东方女性的标准脸型，可选梳任何款式的发型，而其余的脸型则可依靠适宜的发型来显示优点，掩盖缺陷和不足之处，尽量使整体脸型接近于标准的椭圆脸型。

椭圆脸型适合任何发型 椭圆脸型俗称“瓜子脸”或“鹅蛋脸”，其最大的优点就是适合任何发型，但还是需要花点心思去选择完全适合自己的新款独特的发型，才能真正表现这一脸型的特点，否则会给人平淡无奇的感觉。在椭圆脸型适合的各类发型中，以中分头路的主，其次是左右平衡的款式，这些能给人端庄、成熟之感。

圆脸型的发型要简洁方便 圆脸型的特点是颊部高隆且呈圆形，能给人以轻快、活泼、可爱的印象，因而，这种脸型的人的发型应使上方或下方具有点丰满度，以使脸型变长而近似地呈椭圆形。头发较短的女性，一般可将所有头发剪成6~7厘米的长度，额前头发少量向上翘起，略微削薄而梳向两侧，但要留少许刘海，并微露前额，两侧头发削薄且尽量向上向后梳理。中长发的女性，一般可将头发修剪成约15厘米的长度，发界线取7：3分界，两侧头发流势向后且不宜过分丰满，发尾向内卷曲，以微露两颊和两耳，而额前的头发应分别吹向左右两侧，但适当遮盖前额，这样就可巧妙地衬托圆脸型了。

方脸型宜配具有独特个性的发型 这种脸型给人的感觉是脸庞大，故不宜选用各种蓬松、丰满的发型，只有配上具有独特个性的发型，才会给人留下深刻的印象。一般地来说，方脸型的人的发型应尽量明朗而潇洒，如把头顶部的发丝剪短，以减少两侧的丰满度，下颌两侧的头发要削薄，而发型轮廓线则要利用外侧的头发，通过电吹风使之形成丰满感，额前的头发应稍微分开，以使前额若隐若现，整体头发的轮廓大体上呈菱

自己动手做发型

形是最为合适的。对于中长发的女性，发型的选择与短发的情形一样，可以在方脸的外侧，做出菱形的轮廓，并尽量利用剪发和吹发技术，使上下的方角不那么明显。另外，波浪式的中长卷发，由于波浪起伏，卷曲自然，给人以曲线的美感，掩盖了方正的缺点，也是这种脸型的人所应选择的较佳发型。

三角脸型要选配前发横流的发型 三角脸型的特点是额角窄而下脸颊、脸颌较宽，即呈上尖下宽形，因而，选择发型的原则应当是顶部宽而两侧收紧，且线条要柔和，以改变三角形的感觉，具体的方法有把前额用头发将其覆盖住而呈水平状或是用头发将下脸颊和下脸颌遮住，但必须要根据自己的性格特征灵活运用。如果你是一位天真活泼、纯情可爱的女性，头发又较短，则可将颈后部的头发剪短剪薄，将头顶部及两侧的头发向后吹梳，顶部的头发流势取横流形，额前的刘海可做得薄一些，微微垂下一层而遮盖尖尖的前额角，从而，使整体发型呈倒三角形轮廓。如果你的头发属中长发或长发，则选配直线下垂式的发型较合适，制作时，可将额前头发往前向下梳理，至眉毛处一字形剪齐，其余头发往后向下直线形梳理，至肩下部剪平齐形，发尾略向内弯卷，并适当遮盖较宽的下颌就行了。如果你是一位温柔的成熟女性，则干脆不要用头发遮盖前额，而将头顶部的头发中间分界，头发外侧吹梳成蓬松的卷曲形，使其有足够的丰满度，从而将他人的视线转移到脸的上半部，使脸颊或脸颌看起来小多了。当然，利用这种发型时，头发的分界线也可6：4分界，但必须要将前发的发尾吹梳得更为卷曲、更为蓬松。

倒三角脸型宜配卷曲波浪发型 倒三角脸型呈上宽下尖形，选择发型的原则是一方面利用好本身具有的美丽的下颌线，将下颌部两侧的头发做成蓬松卷曲形，使其在适当位置具有丰满度，以表现明媚感和温柔感，另一方面可选配将前额和脸面全部暴露出的发型，以给人耳目一新之感。如果你的头发较短，则可将前额两侧的头发修剪得薄一点，所有头发进行化烫一下，或者吹梳成卷曲波浪形，再用圆齿梳和电吹风将头顶部的头发向上吹梳并使其竖起，前刘海拉薄下垂，给人以清新的感觉；如果你是位中长发的女性，则可以选那些突

自己动手做发型

出顶部和两侧的造型，先将头发作6：4分界。将顶部的头发吹成卷曲形，头发外侧尽量向下向外蓬松翘起至发尾向内弯曲，前刘海薄薄下垂，微盖前额。倘若你是位脸型较小的成熟女性，则应尽量不要使头发将脸面遮盖住，而是将额前和两侧的头发紧贴头皮整齐地向后梳理并至后脑部结扎，再将束发向外蓬松而披于肩后，发尾略向内卷曲，以充分表现优雅的女性气质。

长脸型发型的两侧发势要丰满 长脸型呈细长形，选择发型的原则应是以增加脸面的宽阔感或使两侧蓬松而圆润为主。对于头发较短的女性，则可以把前发的两侧留得长一点，用电吹风将其吹梳成横流形，使两侧的头发具有足够的丰满度，额前可留童花式刘海并至眉毛处，以使整体发型轮廓近似呈圆形。对于头发较长的女性，则可以用较大的卷筒，将头发卷曲成大波浪形，特别是脸颊两侧的头发一定要蓬松，卷曲有力，但额前的头发要修剪得薄一点，刘海微盖前额。总之，对于长脸型的人，头顶前部的头发不宜梳得过分蓬松，可以边分发界线，两侧的头发起势一定要蓬松、柔和、丰满。

菱形脸型的发型要有高贵华丽感 这种脸型的两颊较大而前额及下颌较窄，脸型本身能给人一种高贵、时髦的华丽感，所以，应选择顶部宽两侧服贴，轮廓趋向椭圆形，充分表现这种脸型特点的造型。在制做发型时，可以将前额两侧的头发向后梳，以增加额角的宽阔感，鬓脚部分可做得蓬松一些，以遮盖突出的颧骨，当然也可以用前刘海把额角掩盖起来，而两侧头发自然下垂并向内卷曲，以增加宽度和圆度，但不要盖住两颊及下颌，以免使脸型显得更尖。

五、家庭美发的基本技术

迷人的秀发，若修剪梳理得当，发型又很相衬，那会是件极为爽朗、惬意的事。正确了解并掌握家庭美发中的一些基本技术，那你完全可以每天用自己的双手为自己梳出轻盈出众的造型来，还可以为你的生活增添无穷的情趣。

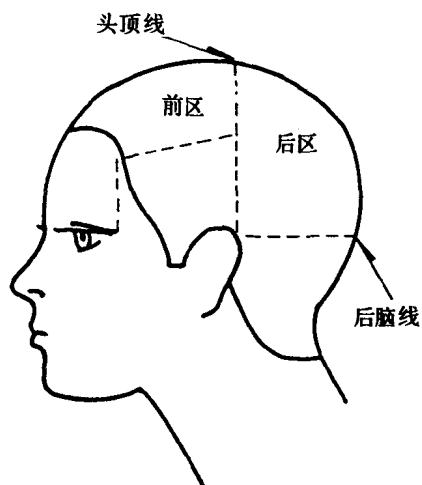
自己动手做发型

洗发后如何把水分擦去

经过正确的顺序洗发后，紧接着的事就是如何把头发中的水分擦去，此事将直接影响到之后的发型制作。通常的方法是：洗发后，先用干毛巾包住头发，吸收水分，只需要用普通的毛巾而不宜用大浴巾，再用干毛巾象按摩头皮那样拭干水分，头发短的，只需一两条就够了，头发很长的，可多备几条；注意不能用搓揉的方法把水分挤掉，这样你的头发虽然干得较快，但却把头发弄得乱糟糟的，不易整理，特别是长发，应该用干毛巾将一束一束头发拭干。经过这样的方法擦干的头发还有一定的湿度，这是为了满足某些发型的制做需要，但有的发型则需要将头发彻底擦干透，这样就要借助于电吹风了。用电风吹干时，电吹风不能正对着头发吹，而应用手把头发撩起来，让热风吹进发根，并不断翻撩头发，使热风及时流散，由于热风能蒸发水分和油分，易损伤头发，故在使用时，头发先要擦点护发剂，电吹风与头发间应保持适当的距离（约10厘米）。

正确划分头发区域

许多女性在制做发型时很容易把过多的头发一起用电风吹梳，这样由于热风不能吹到所有头发，因而，许多头发的发尾不够服贴，且卷曲成的波浪形很容易消失，制做成的发型很不完美，这也许是因为没有看到正确划分头发区域的重要性所造成的。因此，在修剪吹梳头发之前，先要把头发分区，常可分成四区，即前区、后区、



(a)