



SHE' S、KOOL

特别鸣谢：

本书得以顺利出版，在此
特别感谢以下单位给予友情支持
与帮助。

饰品提供：

深圳市茜子服饰连锁经营有限公司

SHE' S、KOOL为茜子公司两大所属品牌

SHE' S/茜子简介

SHE' S将欧洲时尚与东方风韵完美地
结合，其产品包括发饰、首饰、太阳眼镜、
围巾、胸针等女性配饰，全部由欧洲知名
设计师设计，充满美感与质感，采用精致
的面料及细腻的手工，对每一季的产品都
能全面的把握，展示出女性的高贵与纯情，
成熟与天真，将一切都诠释得那么美。

KOOL/酷简介

KOOL时尚饰物的风向标，为崇尚自由，
选择个性化生活的您而设计，酷的造型，酷
的风格，每一季丰富而具有独创性的产品
为您闪亮登场，让您感受到流行的最前沿，
成为最具品味的时尚中人，牢牢地吸引住人
们的目光。

地址：深圳市福田区天安数码城天祥
大厦CD座一层C2

电话：0755-83562310 82979728

<http://www.shes.com>

E-mail: shes8820@hotmail.com

摄影：

魏玉明时尚摄影

电话：13316909280

[Http://www.wym99.com](http://www.wym99.com)

部分模特提供：

中国夏娃模特网（国际）有限公司



（美妆在线）
02

魔发基础

M O F A J I C H U

深圳市金版文化发展有限公司 / 主编

南海出版公司

领略时代风采，感受化妆神奇！

香港宛灵名妆形象设计有限公司

Wanling

1998年随化妆大师毛戈平走入艺术天地，曾为任达华、苏有朋、余文乐、于娜、姜培琳、徐静蕾、李湘、沙宝亮、爱戴等明星、名模设计造型。在各大赛事中担任形象策划总监，在金体国际美容美发大赛等重要活动中担任评委及特约嘉宾，并屡获殊荣。



总策划：田宛灵（珈绮）

公司为你提供：

影视、平面广告人物造型设计

个人形象设计咨询

造型师培训及讲座

大型赛事策划及模特、演员代理

等各项服务

Tel: 86-755-83199168 13068712831

<http://www.beautqq.cn>

E-mail: tiantian11888@163.com

PREFACE 序

M O F A J I C H U

女人总是很在乎外型，古今中外，从无女人能脱此俗。如果衣服是女人的脸面，那么头发便是女人的心情。衣服的好坏有时只是虚荣的体现，头发的面貌却是女人生活本真的反应。有人说，如果想读懂一个女人的心情，首先要读懂她的头发。

一个女人的生活过得越甜美，她的头发也就越发显得丰润柔顺，打理得也越精心。反之，看那些街头匆匆赶路的女人，散乱的发丝，毛糙干枯甚至开叉，让人不由皱起眉头来联想她私下的生活状态。

女人变换发型，就如同要她换一张面孔，需要三思而后行。究其原因，原来变换一个发式，总是象征着告别一段过去，抑或是离开一个不舍的男人，但又有着迎接崭新序幕的兴奋与不安……

总感觉女人对头发的钟爱不亚于对孩子的钟爱，甚至有过之而无不及，那份精致、细心、周到，让人惊叹不已，其爱美之心也昭然若揭。

女人为谁美丽，最是纠缠不清，花再多的精力，只要得到称赞就是值得。在属于自己的季节里，就让头发为女人的美丽加分吧，要让秀发灿烂，要让爱人心动。



Part 1

美发从认知 头发开始

养发护发有道

1. 发质不同，保养有别/11
2. 正确的洗头方法/12
3. 头发也需要深层护理/14
4. 四季秀发护理原则/16

问题头发的护理

1. 染发烫发的护理/23
2. 开叉头发的护理/25



Part 2

魔发基础课程

美发基本工具

1. 美发工具介绍/29
2. 梳子的作用/31
3. 发夹的使用方法/32

魔发基本功

1. 编发/35
2. 绑发/38
3. 发髻/40

头饰发型巧搭配

1. 帽子/43
2. 丝巾/43
3. 头饰/43

CONTENTS

Part 3 自己动手做发型

清爽校园风

1. 可爱的发箍造型/47
2. 可爱的蝴蝶发饰/48
3. 浪漫的少女情怀/49
4. 邻家女孩的甜美发型/50
5. 清纯的直发造型/51
6. 白色贝蕾帽与纯洁美少女/52
7. 漂亮又可爱的发型/53
8. 超可爱的精灵女孩/54
9. 俏丽活泼的马尾辫/55
10. 清爽可爱的麻花辫造型/56



11. 色彩靓丽的粉色头巾/57
12. 纯情的学生发型/58
13. 清爽活泼的马尾辫/59

知性OL风

1. 知性的中长卷发/61
2. 清爽利索的马尾/62
3. 端庄大方的发型/63
4. 美丽的长卷发/64
5. 端庄典雅的发型/65
6. 优雅高贵的浪漫小卷发/66
7. 时尚优雅卷卷风/67
8. 优雅淑女麻花辫/68
9. 闪烁灵气的甜美卷发/69
10. 典雅乖巧的发髻/70
11. 长发淑女变公主/71
12. 随意自由风/72
13. 高贵典雅的商务发型/73



浪漫约会风

1. 端庄迷人的美丽发髻/75
2. 妩媚的蓬松造型/76
3. 漂亮的蓝色蝴蝶发饰/77
4. 端庄浪漫的美丽发型/78
5. 可爱又淑女的公主头/79
6. 端庄而不失甜美的卷发/80
7. 别样风情的蓝色头巾/81
8. 清爽时尚的简单发髻/82
9. 迷人清丽公主卷/83
10. 俏丽淑女风/84
11. 优雅高贵的长卷发/85



随意街头风

1. 用头巾包出来的时尚发型/87
2. 英伦风情的粉色兔毛帽/88
3. 漂亮的紫色礼帽/89
4. 混搭出来的俏丽造型/90
5. 俏丽清纯的发型/91
6. 俏丽活泼的单边包包头/92
7. 清秀甜美的简单发型/93
8. 帅气的嘻皮帽/94
9. 可爱又俏皮的发型/95

闪亮Party风

1. 甜美的公主发型/97
2. 直发扭出来的动感发型/98
3. 华丽的舞会造型/99
4. 甜美乖巧的公主造型/100
5. 梦幻小公主/101
6. 轻快明朗的橘色造型/102
7. 妩媚的紫色花朵造型/103
8. 女人味十足的红色头巾造型/104
9. 利落别致的晚会造型/105
10. 时尚又优雅的发型/106
11. 用彩色珠链打造别样发髻/107
12. 梦幻公主般的柔美气质/108
13. 高贵大方的宴会发型/109
14. 优雅的宴会发型/110
15. 耀眼的明星风/111
16. 恬静清纯的发型/112

Part 1

美发从认知头发开始

MeiFa Cong Ren Zhi Tou Fa Kai Shi



女人生来就与一头青丝纠缠不清
对此，我们只有好好地呵护它
一旦它出现了状况
我们就要采取合适的补救措施

养发护发有道

头发就如同我们的身体一样，是需要去养护的，一头健康的头发，才是真正的美丽所在。



1 发质不同，保养有别

一把光亮润泽的头发，配以一个合适的发型，显示出来的是你独特的性格和良好的健康状况。但每个人的发质是不一样的，发质的差异正是发型选择的关键所在。下面简单地介绍一下常见的发质类型及其适用发型与保养技巧。

中性头发

发质状态：有活力，易于美发，在还未干透的情况下也容易梳理，并富有弹性、光泽、柔软，头发表面的鳞片光滑、无缺损。

保养：有日常的护理就够了，不必特别护理。

干性头发

发质状态：常见色泽为深色或红色，头发的角蛋白质纤维非常有力，不易定型，极易恢复原来的头发走向。由于头皮油脂分泌少，头发缺少光泽，容易被风吹乱。

保养：使用具有焗油作用的护发用品，因其中含有少量的专有物质，能使头焕然一新，便于梳理。

油性头发

发质状态：有油腻和湿润感，易粘结，常常粘在头皮上，梳成蓬松的发型不易保持，易恢复原状，其主要原因是头皮中的油脂分泌过多，并快速散发到头发上。

保养：需要专用护发用品，专用护发用品有吸附作用，能减缓油脂的散发。



蓬松细发

发质状态：缺少力度，头发稀薄，其原因是头发数量太少，不够粗，纤维弹性不足，因而软弱无力。优点是容易梳成发型，不足之处是发型难以维持。

保养：对于纤细的头发，一般不做强性保养，只需用一些免洗的护发素，把能够保湿的护发素均匀地抹在易脆断的长发上就可以了。不过有一点是要注意的，热吹风最伤头发，长期使用热吹风会使头发失去光泽。

劣性头发

发质状态：表面毛糙，鳞片开裂，形成微孔。长头发由于头发生长时间较长，在靠近发梢1/3部分，出现头发疲劳而开叉的现象。

保养：如果头发被太阳曝晒的时间过长或曾经因化学处理出现破损，只能在每次洗发后用专用发剂，使头发重新恢复光泽和弹性，至少头发表面应该如此。

天生卷发

发质状态：头发天生具有波浪似的卷曲或各种小型卷曲，并具有力度，几乎从来不会变。这种情况常常出现在干性头发和蓬乱的头发上。

保养：基本上与干性、硬性和劣性头发的护理相同，旨在能使头发柔软、有弹性、有光泽。



2 正确的洗头方法

洗头人人都会，但是洗头的方法到底对不对，就恐怕没多少人知道了。洗头可是有很大的学问的哦！正确的洗头方法，能让你的秀发吸收更多的水分和营养。

洗头前先梳头

头发凌乱是自己造成的，戴帽子、刮大风，或者一觉醒来都会使头发变得凌乱。如果洗头前头发已经是乱的，那洗完之后就会更乱了。所以，洗头前必须要先使头发通顺。

打湿头发的方法

从顶部开始用大量的水弄湿头发，让水顺着头发流下，最好用喷头冲淋，或用装有大量水的水壶；若用脸盆的话，最好让朋友帮忙，不要将头发整个放入脸盆中浸湿。

洗发技巧

头发很少会出现特脏的情况，轻揉使之产生泡沫，不要用力搓头发，小心冲洗，用手指捋，保持发丝直顺。

坚持使用护发素

用护发素是保持头发健康的重要环节。湿头发摩擦大、易乱、易扯伤，要让湿发通顺的最好方式是用护发素，即使你的洗发液是二合一式的。使用护发素时要涂满头发，最好是发根发梢用不同的护发素。经常换不同品牌的护发素比只用某个牌子的护发素强。

正确冲洗护发素

冲洗护发素时，保持头发垂直，这样头发就不会再凌乱，一定要把护发素冲洗干净。

正确擦头发的方法

发根脆弱的头发要特别小心擦拭，不要因用力过大而人为伤害头发。先用毛巾盖住头顶，从头皮和发根擦起，轻轻按压擦拭水分。发根以外的头发，特别是发梢，采用轻轻拍打的方式擦拭。最后将整个头部包起，让毛巾慢慢吸干头发水分。

正确地吹头发

洗头后，把头发擦至半干，再用吹风机将头发吹至八分干即要停止，以防止头发因水分流失而出现干枯感。吹风时应从上而下，同时用手指将头发抖干。



3 头发也需要深层护理

除了日程生活中的洗头，我们的头发还需要深层的护理。

深层滋润方程式

滋润精华素：能够深入头发内层，滋润干枯受损的发质，使秀发免受阳光、天气、冷烫、电热风的继续侵害，在补给秀发所需营养成分的同时，在发丝表面形成一层滋润保护膜。

免蒸焗油膏：在美发厅，一般会使用热蒸焗油膏营养滋润头发，美发师将头发分区分层抹上焗油膏，再加上专业的揉压按摩以及蒸汽加热，效果的确非常好。在平时，我们也可以选择那些免蒸焗油膏，这可以让头发的鳞状表层吸收养分，焗油膏中的营养成分能深入到头发内层，给头发以强力保湿和营养，使发丝充满活力而有弹性。

滋润发膜：发膜就是头发的“面膜”，能够滋润、加强及帮助重组头发的纤维组织，进一步修护和改善发质。对干枯以及因电烫、漂染等受损的发质和长直发，最好能定期使用发膜进行护理。

免洗护发剂：不用水洗的护发剂，最适合临时有事又没有时间洗发护发的时候使用。但使用免洗护发品需要先用水把头发喷湿，微湿即可，然后再喷上护发剂。因为在润湿情况下，头发的毛鳞片呈张开状态，而此时头发的吸收力会比较强，还可以延长头发留住水分的时间。

保养头发的按摩

简单轻柔地按摩头皮，可以有效地促进血液循环，调整油脂分泌不足的情况，并保证每次洗发护发时营养能更充分地吸收。



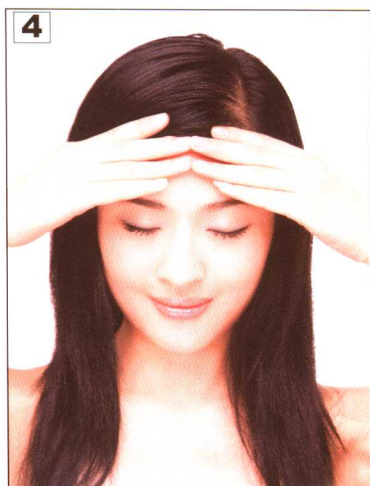
①合并四指，指尖轻轻地按在太阳穴上，先以顺时针方向打圈6次，再以逆时针方向打圈6次。



②双手并放额头上，用排列整齐的手指指腹，从眉心中线开始轻轻往两侧按压，一直到达太阳穴为止。重复这个动作6次。



③用大拇指以外的四指指腹，从后脑枕骨开始，向上螺旋状按摩头皮，逐渐往上走，一直到按摩完整个头皮为止。



④双手十指微曲，由前额发际将头发梳往脑后，一边梳理头发一边摩擦头皮。重复这个动作至少10次。



⑤指梳头发。在办公室里，以十指指端从前发际起，经头顶向后发际推进。反复操作20~40次。



⑥提拉头发。双手抓满头发，轻轻用力向上提拉，全部头发都要被提拉1次，维持2~3分钟。



⑦干洗头发。用两手手指摩擦整个头部的头发，如洗头状，维持2~3分钟。



⑧拍打头皮。轻轻拍打整个头部的头皮1~2分钟。将以上按摩法每日早晚各做1次。

4 四季秀发护理原则

由于四个季节的天气情况、饮食习惯以及营养吸收等的不一样，我们的头发也有不同的需要，也会出现不同的问题，这就要求我们按头发的需要来护理我们的头发。

春季秀发护理大全

冬季将尽，万物从凋零重新走向生机，我们的头发也同样从缓慢生长期开始进入快速生长期，头发的保养护理在这个时候就显得尤为重要。

春天干燥的风中夹杂着很多灰尘和细菌，吹到头发里会对发质造成污染，也会刺激头皮，所以洗发是必要的。但是，春天头发在生长的过程中，如果太过频繁洗头，用力揉搓也会加重掉发的程度。干净的标准可不是把头发上的洗发水泡沫冲掉就行了，而是要把头皮上的洗发水也冲洗