

职业技能

MEIRONG

中国农民工职业教育培训教材

美容

农民工职业教育培训教材编委会 编

**ZHONGGUO NONGMINGONG ZHIYE
JIAOYU PEIXUN JIAOCAI**



四川出版集团
四川教育出版社



中国农民工职业教育培训教材

美容

农民工职业教育培训教材编委会 编

四川出版集团
四川教育出版社
2007·成都

图书在版编目 (CIP) 数据

美容 / 四川省农业厅编. — 成都: 四川教育出版社,
2007.6

中国农民工职业教育培训教材

ISBN 978-7-5408-4661-9

I. 美… II. 四… III. 美容-技术培训-教材 IV.
TS974.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 072332 号

责任编辑 孙晓燕

版式设计 张 涛

封面设计 何一兵 金 阳

责任校对 严道丽

责任印制 吴晓光

出版发行 四川出版集团 四川教育出版社

(成都市槐树街 2 号 邮政编码 610031)

印 刷 四川滨江印刷厂

版 次 2007 年 6 月第 1 版

印 次 2007 年 6 月第 1 次印刷

成品规格 130mm×195mm

印 张 7.125

字 数 129 千字

印 数 1-2500 册

定 价 8.10 元

如发现印装质量问题, 请与本社调换。电话: (028) 86259359

编辑部电话: (028) 86259381 邮购电话: (028) 86259694

编者的话

BIANZHE DE HUA

随着我国经济发展的加快，大量农民工进入城市。据 2006 年国务院政策研究室发布的《中国农民工调研报告》，我国外出务工农民数量为 1.2 亿人左右，如果加上在本地乡镇企业就业的农村劳动力，农民工总数大约 2 亿人。从趋势上说，农民工的数量仍然在不断增加。在珠江三角洲的一些地区，农民工的人数可达本地户籍人口的 10 倍以上，“劳务经济”已经成为国民经济发展中的新亮点。在今后 20 年里，我国至少还要推动 2 亿~3 亿农村劳动力进入城市和乡镇非农产业。加强对农民工的职业教育，对解决“三农”问题，推进城镇化建设，建设和谐社会，实现党的十六大提出建设全面小康的目标具有重要意义。

2006 年 7 月，教育部领导在国务院新闻办召开的新闻发布会上指出，职业教育在今后一段时间内服务的主要对象就是农民工，要“使无业者有业，使有业者乐业”。

根据国务院有关政策，农民工的职业教育将从三方面展开：1. 实施国家产业发展紧缺人才的培养工程；2. 实施国家农村劳动力转移工程，在转移之前和转移当中、转移之后都采取一系列的措施对农民工进行职业培训；3. 实施关于在职人员的继续教育工程，各个企业、社会各方面都要加大对在职人员的职业教育和继续教育，主要对象是进城农民工的职业教育。

我们这套培训教材，就是针对农民工的就业需求而编写的。它的实用性、操作性强，内容浅显易懂、图文并茂，便于农民朋友学习掌握，使农民工经过学习，掌握职业技能、提高职业素养，帮助农民工顺利就业。

全套教材共 32 册，每个工种一本书，是国内工种比较齐全的培训教材。

由于编写时间较为仓促，教材中难免存在不足和错误，诚恳希望读者批评指正。

农民工职业教育培训教材编委会

农民工职业教育培训教材编委会

主 编：滕彩元

副 主 编：赵世勇

成 员：张 熙 杨祥禄 曾学文
赵平飞 邓爱群 李 明
陈德全 张中华 陈 雄
邱永成 朱 江 韩 松
郑大喜 陈代富 丁 燕
卢晓京

第一章 美容师的职业道德与修养.....1

第一节 美容师的职业道德.....1

第二节 美容师的修养.....5

第三节 美容师的形象.....6

第二章 美容院的消毒与卫生.....12

第一节 美容院的消毒.....12

第二节 美容院的公共卫生.....25

第三章 美容院的常用用具与仪器.....29

第一节 常用美容用具.....29

第二节 常用美容仪器.....32

第四章 美容的人体解剖及生理常识.....49

第一节 头面部的解剖.....49

第二节	经络与腧穴.....	60
第三节	皮肤的基本知识.....	77
第五章	化妆品的基础知识.....	99
第一节	化妆品的分类.....	99
第二节	常用化妆品的成分、作用及使用方法.....	101
第三节	使用化妆品时的注意事项.....	109
第四节	化妆品的选择与保管.....	110
第六章	面部皮肤的清洁.....	113
第一节	清洁皮肤的作用.....	113
第二节	清洁皮肤的步骤、方法.....	114
第七章	面部按摩.....	138
第一节	面部按摩的作用.....	138
第二节	面部按摩的要求和基本手法.....	139
第三节	面部按摩的技巧.....	142
第四节	面部按摩的注意事项.....	150
第八章	面部皮肤的护理.....	152
第一节	面部皮肤护理的一般程序.....	152
第二节	不同类型面部皮肤的护理.....	156
第三节	问题皮肤的护理.....	160

第九章 修饰美容技术.....167

第一节 烫睫毛.....167

第二节 穿耳孔.....171

第三节 美 甲.....175

第十章 化妆的基本知识与技能.....182

第一节 化妆的基本知识.....182

第二节 化妆的技能.....199

第三节 日 妆.....209

《初级美容》教材知识考试大纲（参考）.....214

《美容》教材技能考核大纲（参考）.....216

主要参考文献.....218

第一章

美容师的职业道德与修养

第一节 美容师的职业道德

道德，是调整人与人之间以及个人与社会之间关系的行为规范的总和。没有一定的道德准则和规范，人们就不能和谐相处，社会也就无法发展。职业道德是道德在职业活动中的具体表现。人们除了作为一个社会人必须遵守基本的道德规范外，在不同的职业岗位上，还应遵守这个职业所特定的行为规范和道德要求。职业道德既是本行业人员在职业活动中的行为要求，又是行业对社会所负的道德责任与义务。

美容师的职业道德是指美容师在从事美容职业工作中，所应遵循

的与美容职业相适应的行为规范和准则。美容师所从属的服务业被称为社会的“窗口行业”，职业道德显得更具有示范性，更为直接地反映出社会风尚和文明程度。

美容师职业道德的基本原则是：对顾客热情周到，对技术精益求精，以高度的责任感，为顾客提供高品质的美容服务。具体规范如下：

一、遵纪守法

美容师要自觉遵守国家的法律、法规，不做违法乱纪的事。这是职业道德的最基本要求。除此之外，还应遵守美容院的规章制度。

二、热爱美容事业，树立正确的职业观

人的职业行为是在其思想支配下进行的，良好的职业道德源于对事业的追求和热爱。只有热爱美容事业，才会不断钻研技术，热情、礼貌、耐心地对待顾客，认真履行工作职责，让顾客在接受其服务中得到美的享受。“干一行，爱一行，专一行”应该成为我们的自觉行动。相反，如果美容师不热爱自己的职业，甚至产生厌烦情绪，很难想象能为顾客提供高质量的美容服务。只有树立正确的职业观，将美容职业提高到美容事业来认识，志存高远，才能在不断完善提高自己的同时，推动美容事业的发展。

三、勤学苦练，熟练掌握美容技术

美容师的职责是将美丽带给人民大众。只有通过勤学苦练，打下扎实的基本功，掌握过硬的本领，熟

练的技术，才能实现美容师的崇高职责，为顾客提供高品质的美容服务。否则“美的使者”只能成为一句空话。

四、热情服务，礼貌待人

美容师对待顾客要热情、礼貌、亲切、诚恳、以貌悦人；对待顾客要一视同仁，不可厚此薄彼；要将顾客的需求和利益放在首位，尽量满足顾客的合理要求；要有同情心，要尊重、爱护顾客，多为顾客着想，“忧他人之忧，乐他人之乐”，将帮助顾客早日获得美丽和享受美作为自己义不容辞的责任。

五、仪表整洁，举止端庄，谨言慎行

仪表、言谈、举止是个人内在修养的外在表现，在一定程度上反映着美容师的道德修养状况及水平，这会直接影响顾客的情绪。美容师衣着整洁，语言文明，举止端庄，有助于获得顾客的信赖和尊重，还有助于在社会公众面前树立美容师的良好形象。

美容师在护理工作中需要了解顾客的心理状态和各方面情况。顾客为了自己美丽和健康的需要，有时也会向美容师讲述自己的身体及心理状况，甚至可能将一些个人的“隐私”和盘端出。美容师应该遵守职业道德，不可以随意传播顾客的隐私。所以，美容师谨言慎行，也是职业道德规范的重要内容之一。

六、实事求是，诚实公平

美容是一门服务人的应用科学，要求美容师具备实事求是、诚实公平的美德，对待美容护理的每一个

步骤都应认真负责、一丝不苟，切不可因为自己的私利或虚荣心对顾客采取不负责任的草率态度，甚至欺骗顾客。

七、维护良好的服务环境

服务环境主要是指美容师工作的这个小环境，基本要求是“敬、静、净”。“敬”是指美容师之间要相互尊敬，团结协作，不要大声喧哗，高声呼叫，更不能吵架斗嘴。“静”、“净”是指美容师服务工作的自然环境应安静和干净，如环境应优美、空气应清新洁净、设施应舒适、讲究卫生、消毒严格以及美容师个人卫生等。若服务环境空气不洁，噪音过大，消毒卫生不严格，污物乱丢乱放等，不仅影响服务质量，甚至会造成对顾客健康和安全的威胁。所以，维护良好的服务环境，也是保证服务质量的基本条件之一。因此，也是美容师职业道德规范的内容。

国家职业标准将以上美容师职业道德的原则和规范归纳为：

遵纪守法，敬业爱岗。

礼貌待客，热忱服务。

认真负责，团结协作。

实事求是，诚实公平。

努力学习，刻苦钻研。

一个人的社会化是个渐进的过程。美容师职业道德的养成，除了接受正规教育和训练以外，还要经过自我的努力和自觉地学习。这个过程是长期的，切忌

将美容师的职业道德片面理解为是机械的规定，要从被动接受转化为内在的自觉要求，不断提高自身素质，才能成为真正合格的美容师。

第二节 美容师的修养

修养是指一个人在理论、知识、思想等方面的一定水平。美容师的修养主要表现为以下两个方面。

一、美容师的道德修养

美容师的道德修养主要是指美容师在思想意识和道德品质方面所进行的自我锻炼和自我培养。它不仅包括美容师对应遵循的职业道德原则及规范的学习和提高，也包括美容师在长期的服务和生活实践中，所形成的言谈举止、仪表风范、道德情操等等。美容师的道德修养过程，实际上就是职业道德的自我培养过程。道德修养重在自觉，贵在持之以恒。高尚的职业道德，并非与生俱来，而是在工作和生活实践中，通过不断的学习，从点滴小事做起，严格要求自己，逐步形成和提高的。

美容师在服务工作中，应该经常用《美容师职业守则》对照检查自己，将“顾客至上”、“信誉第一”的服务宗旨落实到行动上，树立良好的服务意识，自觉地培养和提高自我的职业道德。

二、美容师的技术修养

知识是修养的重要内容，只有多学习，才能不断提高自己的修养水平。美容师是服务于人、带给人以美的工作，除了在服务工作中遵纪守法，热情周到外，还必须要有过硬的本领。不仅要认真学习美容的专业知识，还应当学习与美容相关的知识，如卫生消毒知识、美容仪器知识、化妆品知识、顾客心理学知识等，才能正确地使用和保养好各种美容设备和仪器、科学有效地做好美容服务工作。

美容业是时尚行业，受当今文化和科技迅速发展的影响，新技术、新产品不断出现。这就要求美容师不断学习、更新知识、钻研业务，才能跟上行业发展的步伐、提高服务质量，真正做到让顾客乘兴而来、满意而去。

第三节 美容师的形象

美容师的形象十分重要，不仅关系到个人与顾客的关系，还直接影响美容厅的整体形象和经济利益。因此必须重视。

一、发型整洁美观

每个人根据自己的个性与脸型，可以选择不同的发型。但是，作为美容师，在发型的选择上，除了个人的爱好外，更要考虑职业的特点，应以干净利落为

基本要求。头发过长，过于凌乱不仅外表可能给人以不干净、不整洁的印象外，还会妨碍视线、影响工作。

二、化妆清新自然

美容师自身的脸面可称为“活广告”。应注意自己的面部皮肤护理，工作时化妆宜自然、清淡、柔和。切忌浓妆艳抹和怪异。

三、服饰得体协调

美容师的服饰要注意体现职业的特点，不宜穿紧身的衣、裤或超短裙，也不可过于宽松，显得邋遢，又影响工作。款式宜简洁大方，不宜繁杂。剪裁合体，不胖不瘦，总以方便工作为原则。服装颜色宜淡雅清新，体现美容院文静幽雅的高尚情调，切忌大红大绿。服装要干净，不可有污渍和异味。鞋袜应清洁舒适，步履轻盈，忌穿高跟鞋。

美容师在工作时，手部不允许佩戴饰物。

四、语言亲切动听

语言是交际的工具。美容师的语言应当具备文辞优雅，语调亲切，声音悦耳的职业特点。

礼貌用语是基本的要求。称呼要文明，说话不能过于随便和口语化，切忌说“脏话”、“粗话”，亦不能主动打听顾客的隐私。

语言要准确。无论问话还是回答问题，表达的意思一定要清楚，切忌含糊不清。对于没有把握的问题，应当如实向顾客说明，不能模棱两可，更不能用

语言欺骗顾客。

谈话要有技巧。美容师面对众多的顾客，要通过谈话，善于了解顾客的心理、兴趣和爱好等，根据不同的情况予以热情接待，尽量选择愉快的话题与顾客交谈，尽快与顾客建立起相互信任的关系。

在接待服务中，以请求式和商量式语气为佳，如“请您稍等一下好吗？”不能使用命令式的口气与顾客说话，如“等一下”“叫你过来”等。

此外，语调轻柔会令人感到友好。语速适中，能给顾客留下思考的余地，如此等等，都是美容师应当努力锻炼的语言基本功。

随着社会的发展，在开展美容业务时，使用电话的机会和频率越来越高。因此，如何掌握在“电话交际”中的礼貌用语，也是十分重要的。首先，电话铃响后三声以内应接电话，向对方问好并主动介绍自己的单位，然后再询问对方找谁或何事需要帮忙。若对方要找的人不在时，应客气地告诉对方其去向或询问对方是否需要帮助转述或留言。与对方讲话的态度应亲切和蔼，声调柔和，语言悦耳。不应边吃东西边接电话。接完电话，放下电话时动作要轻。

五、姿势规范正确

姿势，包括站立、落坐、行走、下蹲等各种姿势。美容师在服务中根据工作的需要，将会采取不同的姿势。姿势也是美容师无声的语言，应努力做到举止端庄优雅、文明礼貌、自然大方，给人以美的感

受，体现出美容师的职业特点。

（一）站姿

站立是一种最基本的姿势。正确的站姿应当是：

1. 挺胸，收腹，身体端正，嘴微闭，面带笑容，双手自然下垂或在体前交叉。

2. 女子双腿并拢，双脚分开 45° 成“V”字形或右脚向前成“丁”字形站立。男子双脚平行，分开与肩同宽站立。

3. 需要较长时间站立时，两脚不要离得太远，尽量用脚掌来承受体重，而不要用脚跟来承受体重。两脚重心可随时调节、变换，保持身体良好平衡，有助于预防疲劳。

美容师站立时，切忌无精打采，东倒西歪，耸肩驼背，歪脖挺腹等不良姿势，有失端庄。

总之，站立的姿势应该是自然、大方、优美，无论变换何种站姿，上身都应保持挺直。

（二）坐姿

良好的坐姿不仅给人端庄稳重之感，而且可以帮助美容师更好的工作，减轻疲劳。

1. 上身保持挺直，不要低头弯腰。

2. 背部与大腿成直角，双膝并拢，大腿和小腿弯曲成直角，不要两脚尖朝内，内八字形坐法不雅。

3. 坐有靠背椅时，应坐在椅面的外 $2/3$ 处，脊背轻靠椅背，坐无背凳子时，则可坐满全凳。

4. 美容工作椅高度要适当。一般工作椅面应与