



盘发

PERFECT LOOK

NEW FASHION
OF HAIR SETTING
美发时尚步步紧跟
亚洲最潮盘发设计100款

新风尚



百变魔“发” 倾力打造

DO OUR BEST TO DESIGN HUNDREDS
OF HAIR STYLES FOR YOURSELF

你是一个时尚达人 你兢兢业业地战斗在时尚的风口浪尖，夜以继日地搜集各种前沿资讯，你想要掌握各种变身魔法。No problem，本书将为你提供各种新潮盘发技巧，教你玩转各种潮流发型，为你的时尚事业添砖加瓦。 ■

你是一个百变美女 你时而青春时尚，时而成熟优雅，时而性感火辣。你受不了一成不变的固定模式，你期待千变万化的精彩纷呈。没问题，本书教你打造各种个性盘发，用不同的发型展现不一样的魅力，让你拥有魔“法”，随时变身！ ■

你是一个大忙人 总要应对各种场合：上班、宴会、居家、逛街、情人约会、朋友聚会、狂野派对……忙得头晕眼花了吗？顶着刚刚逛完街的休闲发型就奔赴公司周年庆典，绝对不行！本书将为你呈献专为各种场合定制的不同盘发造型，让你无论何时何地，都能轻松应对。 ■

你爱赖床 希望每天早上能用最短的时间来打理自己的三千发丝，争取多睡觉又不迟到。可是乱梳一气并不是什么好办法！“五分钟盘发造型”，精彩发型为你量身定做，让你在最短的时间内光彩照人，从“头”开始，经营新的一天！ ■

一头“清汤挂面”闯荡江湖已不再吃香 望着别人精美的发型心生羡慕也于事无补。想要青春停留，想要魅力加倍，就翻开这本书，开始动手为自己打造合适的发型吧！不管你是OL还是家庭主妇，不管你是24还是42，学会塑造迷人的发型，你就会发现，所有的美丽与自信，都可以从“头”开始！ ■





CONTENT 目录

01 PART 1 魅力盘发基础技巧

- 02 1. 了解自己的头发
- ① 不同的头部皮肤状况 ② 不同的发质
- ③ 脸型与发型搭配全接触
- 07 2. 认识常用的盘发工具
- ① 造型烫板 ② 卷发器 ③ 梳子
- ④ 无痕固定夹 ⑤ 吹风机



11 PART 2 细节改变打造潮流盘发

- | | | | |
|----|---------|----|---------|
| 12 | 1. 多彩染发 | 18 | 3. 个性刘海 |
| 14 | 2. 蓬松卷发 | 24 | 4. 发饰盘发 |

35 PART 3 个性盘发展露百变魅力

- | | | | |
|----|------|----|------|
| 36 | 甜美娇俏 | 44 | 妩媚动人 |
| 39 | 优雅淑女 | 46 | 复古神秘 |
| 42 | 清纯自然 | 49 | 狂野酷感 |

53

PART 4 不同年龄段的专属盘发

- 54 **十几岁** 甜美清新少女系盘发
- 56 **20~30岁** 优雅时尚丽人盘发
- 58 **30岁以上** 成熟典雅的魅力女性盘发



61

PART 5 多款盘发 轻松应对各种场合

- 62 俏丽的OL发型
- 65 浪漫的约会发型
- 68 典雅的酒会发型
- 70 狂野的派对发型
- 73 华丽的晚宴发型
- 78 参加婚礼的发型
- 81 轻松休闲的发型



不同长度头发的 盘发造型

- 88 **长** 清秀长发
- 90 **中** 魅力中长发
- 93 **短** 俏丽短发

97

PART 7 五分钟盘发造型

107

PART 8 一周变发

1

魅力盘发 基础技巧

如果你对自己的巧手充满信心
想要亲手梳理出美美的发型
那么就要掌握一些美发的基础知识
不仅要了解自己的发质和头皮状况
还要认识各种美发工具并掌握其使用方法

> >>



1 了解自己的头发

1 不同的头部皮肤状况

头部皮肤有如土地，土地丰美或贫瘠，对孕育出的植物会产生不同的影响，同样，健康的头部皮肤才能长出亮丽的秀发。一般人护发时常将注意力集中在发丝保养，而忽略了头部皮肤的保养。头部皮肤的毛囊部位受损，长出的发丝不仅脆弱，容易分叉、断裂，甚至提前脱落，那么再多的努力也只是徒劳而已。聪明的美人，想要拥有健康亮丽的头发，首先要注意保养好头部皮肤！

头部皮肤依油脂分泌的多寡，分为中性、油性、干性，以下为各种头部皮肤的性质特征与改善方法。

● 油性头部皮肤

特点：

油脂分泌过盛，通常洗发后1~2小时即有明显出油的现象，发型也较不易维持。

影响：

- 油脂分泌太过旺盛会造成毛孔阻塞
- 油脂会沾上灰尘，易引起细菌感染而角质增加产生头部角质层

判断：

- 头部皮肤变黄
- 容易掉发
- 头部皮肤油腻（24小时内出油）

✓ 改善方法：

- 洗发时用温水冲洗（太热的水会使油脂分泌增加）
- 使用油性头部皮肤专用洗发精
- 注意饮食习惯，少吃油炸及刺激性食物
- 减少头部皮肤按摩
- 每隔一天洗一次头

● 中性头部皮肤

特点：

中性头部皮肤油脂分泌正常，头发柔软、光滑，且有弹性。

判断：

- 头部皮肤为青黄色
- 头部皮肤油脂分泌正常（48小时以内出油）

✓ 改善方法：

- 每三天洗一次头
- 均衡正常的饮食
- 生活作息正常



● 干性头部皮肤

特点:

油脂分泌较少, 头部皮肤干燥, 表层角质角化较快, 较易产生头皮屑。

影响:

- 头部皮肤缺乏油脂, 水分流失, 细胞老化速度加快, 造成头皮屑
- 毛发表层缺乏油脂, 吹风或紫外线使毛发内部保湿因子流失, 黑色素被氧化

判断:

- 头部皮肤为灰白色
- 容易产生头皮屑(48小时以上才出油)
- 容易发痒
- 皮肤容易松弛

✓ 改善方法:

- 勿过度清洁
- 定期护理头部皮肤
- 使用干性头部皮肤专用洗发精
- 三至五天洗一次头

● 头屑过多的头部皮肤

特点:

皮脂腺所分泌的皮脂会被糠疹癣菌等微生物所分解, 生成不饱和脂肪酸, 此外皮脂也会被紫外线和氧气所氧化, 生成过氧化脂质, 这些生成物会刺激皮肤, 促进表皮细胞分裂、加速代谢、剥离角质变多而成为头皮屑。

影响:

- 头部皮肤发痒, 搔抓会促进代谢, 头皮屑会变多, 而引发皮肤炎
- 头皮屑会阻塞毛孔, 引起毛囊内皮脂屯集, 使毛孔变小, 造成脱发
- 干性头皮屑会造成秕糠性脱毛症, 油脂性头皮屑会造成脂漏性脱毛症

产生原因:

- 季节转换及细菌感染会造成头皮屑
- 皮肤炎所引起的刺激
- 不当抓发, 使用刺激性过强的洗发精或过度照射紫外线等
- 荷尔蒙失调、营养及代谢不均、精神紧张

✓ 改善方法:

- 选择有ZP成分的洗发精
- 避免睡眠不足、日夜颠倒、工作压力过大
- 尽量避免用指甲抓头部皮肤
- 让头部皮肤保持干燥
- 洗发的水避免太烫
- 润丝及护发避免弄到头部皮肤
- 每周最少清洁头发二至三次

● 敏感性头部皮肤

特点:

引起敏感性头部皮肤最大的原因, 是来自先天遗传因子; 但也有很多是后天环境造成, 例如, 不小心抓伤头部皮肤, 油脂分泌不足时无法形成保护膜, 导致空气污染与细菌感染, 或因不当的化学物质处理及残留, 导致头部皮肤紧绷而过敏。

影响:

- 头部皮肤干燥、紧绷
- 头皮屑、头部皮肤发痒
- 皮肤红肿, 长出疹子、颗粒或发炎

判断:

- 头皮屑突然增加
- 头部皮肤出现红色疹子
- 洗完头, 头部皮肤、发际边立即呈现红色

✓ 改善方法:

- 使用敏感性专用产品
- 舒缓敏感专用产品
- 严重者建议不烫、染发
- 严重者还应找专业的皮肤科医师诊治

2 不同的发质

担心发质不好，是爱美的女性共同的烦恼，尤其是现代人染、烫频率增加，过度的染烫或在染烫过程中操作不当，都会增加头发受损的几率。发质不好就会影响发型的整体呈现，因此在变发之前，将发质照顾好是每一位大美人的责任。

现在，先做发质检测吧，看看自己的发质如何。

● 健康的头发

特点：

表面光滑且乌黑亮丽，弹性好，属于正常发质。

特性：

- 光泽度佳
- 富弹性
- 色泽自然不带黄
- 表面柔软不粗糙

✓ 保养方法：

- 使用专业产品维护发质
- 正确的化学处理

● 抗拒性硬发

特点：

弹性特别强、复原力快、不易吸水、容易干燥，主要特质是洗完头发后水会不断滴落。

特性：

- 发质粗硬
- 弹性佳活性强
- 色深或灰黑色
- 不易造型

✓ 改善方法：

- 洗发精要选择保湿、柠檬酸成分多的
- 护发素要选择含较多水分的

● 细软发丝

特点：

易吸水，属于吸水发质，发量少，易塌，发型不易固定。主要特质是易产生静电、弹性不佳、复原力弱，此种发质易因吹风烫染不当而受损。

特性：

- 弹性不佳

- 光泽不足
- 色泽不深
- 发量较少且发型不易维持

✓ 改善方法：

- 使用细发专业产品
- 避免不正确的化学处理
- 不适合厚重过长的发型

● 受损发丝

轻微受损特性：

表皮组织开始被破坏，容易造成鳞片外翻现象，灰尘与空气中的杂质易附着于头发上，发质变得难整理且干涩。

严重受损特性：

多孔性毛糙、快速吸水、快速产生静电、弹性差、复原力慢、容易断裂，其主要特质是容易打结难梳理、不易设计发型、干涩微黄无光泽。

极度受损特性：

多孔性、吸水性、枯黄毛糙、易断裂、弹性极差、无复原力、用力拉就断裂，其主要特质是容易产生静电、发质坏死、烫发时卷度无法成形，染发时无法存色。

产生原因：

- 不当的化学处理
- 使用不良产品
- 过度紫外线的照射
- 热伤害
- 头发过长

✓ 改善方法：

- 使用受损发丝专用洗发精
- 避免过度热伤害
- 擦防晒护发产品
- 避免不当的化学处理

3 脸型与发型搭配全接触

每个人的脸型都不一样，虽然不是每个人都能拥有完美的脸型，但只要找到合适的发型，同样能为你的美丽加分。

变发的最高原则：脸型与发型的完美搭配

好的发型，能弥补脸型、头型的缺点，使人显得神采奕奕、富有朝气，脸型和体形是决定发型相当重要的因素。根据自己的身材、脸型、头型，选择适合自己的美丽发型吧！

❶ 椭圆形脸

· 特色 ·

拥有椭圆形脸就像拥有好身材一样，任何发型都适用，且长发短发两相宜，所以如果留着一成不变的长直发可就太辜负了完美脸型，建议可以多尝试不同的发型，会为你带来美好的心情与高度的评价喔！

❷ 长形脸

· 特色 ·

对于长形脸的女性来说，头顶的头发要剪出丰厚感，并用刘海将额头全部覆盖，采用旁分、斜边弧度刘海或是露出额头约1/3的发型，这样可将头发与脸蛋拉成1:2的比例，让长形脸变成鹅蛋脸。头发长短或烫发与否没有特殊限制。

❸ 圆形脸

· 特色 ·

短发可以让圆形脸的美女更有型，发型重点在于头顶要剪出蓬松厚度感，额头的发线，以斜角分边最佳，刘海要斜长形设计，有拉长脸部的效果。另外可利用烫发的卷曲线条美化圆脸较平面的轮廓，但长度和角度的拿捏很重要。圆形脸的女孩想要留直长发型，一定要有好的发质才不会显得邋遢无神。





正三角形脸

· 特色 ·

正三角形脸的额头窄短，不宜露出，建议刘海盖到眉毛上方，头发的分线拉长，两边耳侧的头发做层次处理，利用层次落差及长鬓角的感觉将脸型拉长，发尾的设计要轻柔带点弹性，柔化宽阔下巴的线条。



菱形脸

· 特色 ·

脸型偏方的人，可以选择侧分，让脸型产生拉长的效果，刘海部分尽量斜梳，采用卷发或者长到肩膀的羽毛剪发型，让其自然蓬松下垂，这样就有掩饰缺点的效用。方形脸最好不要选择长到下巴的直发型。



倒三角形脸

· 特色 ·

倒三角形脸不论是长短发、直发或烫发，绝对不能留像妹妹头般的直平线刘海来修饰宽额，头顶的毛发打薄，有窄化头顶及额头的效果，发尾可设计成往内翘或外翘，可增加下巴丰润的视觉效果，但因为内卷容易显得老气，不建议烫内卷。

菱形脸

· 特色 ·

菱形脸的发型设计重点在于补充太阳穴与脸颊的削瘦处，所以，头顶需有一定的蓬松厚度，并且刘海拉长到两侧腮边，让头形与太阳穴都有饱满的感觉，做些挑染的处理，较活泼有特色。菱形脸的人留直发最好塑型烫，不要留呆板的全直发型。留长发需烫卷并加强护发，让发质亮丽动人。短卷发不必刻意全卷，发尾可做直式处理，呈飞散动感状即可。



2 认识常用的盘发工具

Recognize the Common Facility for Hair Setting

想要塑造动人的发型，需要用到许多的造型工具来帮忙，了解这些造型工具的特点和使用方法是非常有必要的，随时可以依照不同的场合、心情、服饰的变化，打造不同的发型，经过不断的练习，就可以让你轻松成为百变美人。

1 造型烫板



a. 离子夹

用两片高温的陶瓷板，数度来回将头发拉直，不但可免去旧式平板烫的痛苦，还可使秀发的损害减到最低，并可缩短烫发时间及减少失败率。

b. 玉米夹

“玉米烫”的效果与离子烫相似，但近看或触摸时会发现很像玉米的颗粒一样，其差别在于玉米烫的夹子有波纹，且烫发时间也比离子烫久，烫出来的感觉比较蓬松，它适合头发较少或发质毛糙的人。



2 卷发器

做烫发或者造型时用，可做出蓬松卷度，头部皮肤较不会有压痕。使用方法：拉出发片并夹住发片中段，向下拉至发尾，再将整个发尾向内卷，压一下把手再向下拉出即可。

3 梳子

a. 按摩梳

椭圆形木质梳，由高级枫叶木制成，齿梳上圆球具有按摩头部皮肤的功能，可促进血液循环，耐热温度可达100℃以上，使用强化梳柄材质，具抗静电作用。

b. 尖尾梳

尖尾梳最为常见，也是一般家庭中经常使用的梳子，其尾部可以用来将头发分线或挑出细部发根，适合较细腻或紧密的发质。

c. 透气九排梳

采用中空设计，透气舒适，握柄上的横条纹有止滑效果，在吹整直发时效果相当好，而齿梳尖端用黑色圆球包覆，可避免头发在梳整时受到伤害。

d. 透气梳

高级的透气美发梳，内为中空所以透气性高。齿梳比一般梳子短，在梳整时较不易拉扯头发，也不易造成头发断裂，且易导热，使吹整速度加快。

e. 排骨梳

用于头发线条的掌握，吹发型线条时，较易操控自己想要的发型角度及蓬松度，运用勾、翻、转等基本动作，可呈现不同的效果，使线条更明显。

f. 裁剪梳

为一体成型的梳子，一端为密齿梳，另一端则齿距较大，是美发专业者最常用的工具梳之一，特别是在剪发时可运用自如，非常实用。

g. 板梳

扁平且齿梳较宽，对于刚洗完头或较凌乱、易纠结的头发，容易梳开整理，是美发师最常拿来作为吹发的辅助工具之一。

h. 猪鬃梳

不易产生静电，将梳柄底部的圆头拉出，为一个隐藏式木质短签，可当作头发分线工具，也可用来将梳子上的头发清理干净，兼具多种功能。



4 无痕固定夹

a. 鸭嘴夹

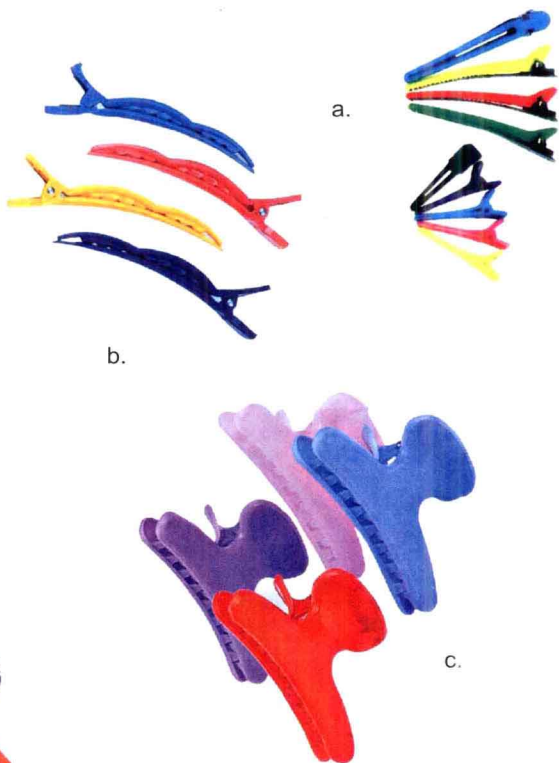
适用于长发固定和造型前后，因为内侧有特殊设计，所以固定性良好，使头发不易滑落。

b. 波浪鸭嘴夹

适合于造型前使用，长短发皆适宜，因为夹子内有特殊的波纹设计，所以固定性极佳。

c. 大夹子

适合于固定长发，居家或整理发型前使用。其特性为内侧锯齿较长，可以将头发牢牢固定，特别适合于长、滑的头发。



5 吹风机

功能：将头发吹干或者定型使用。

吹风机的风力和热度有很多的切换挡，可以根据实际需要来调整。一般还另外配有两种风筒：一种将风力扩散，使风力均匀散布，适用于吹卷发或者动感层次；另一种则将风力集中，使小范围内受热定型，适用于吹直发或局部造型。





2

THE CHANGE LEAD FASHION HAIR SETTING

细节改变 打造潮流盘发

你是否感觉黑色的直发造型
总是一成不变，没有新意
为了让秀发更有新意
可以尝试多彩的染发、蓬松的卷发和新颖的刘海
在细节之处让发型更添光彩

> >>

1 多彩染发

Colorful Hair Dying

想要改变单调的发型，又不想改变头发的长短，选择染发技术让头发呈现多姿多彩的变化，就可以给人焕然一新的感觉。

◎ 染发Q&A ◎

Q：染发前要先洗头吗？

A：染发的前一天可以不用洗发精洗净头发，洗发后不要使用护发乳或润发乳，染发当天尽量不要洗头和使用造型产品，避免因为洗发所造成头皮上的伤害。

染发的时候绝对要保持头发干燥，因为湿的头发会改变染发的浓度和效果，还很容易让染剂滴落或流入眼睛。

Q：上完染剂需要使用吹风机使之比较显色吗？

A：不需要，因为会上色的染剂就是会上色，随意使用吹风机的话不但容易跟原本期望的发色有落差，也容易因为吹发的时间不同而造成发色的不均匀。

Q：染剂停留久一点会比较显色吗？

A：不会，因为双氧水的作用是有时效性的，若是超过时效没有过色就无法再过色了，停留较久的时间还是不会有作用。



① 详细阅读说明书

染发前一定要详细阅读说明书，颈部以上有过敏发炎或伤口者，正值生理期、怀孕或身体不适者，对化学药剂过敏或无法代谢者等，都不适合染发。

② 作肌肤测试

在染发之前，先将手臂内侧清洗干净并擦干，滴上染剂的混合液数滴，等待其自然干燥，观察是否有红肿发痒、刺激灼热等现象，若是有要立刻用大量清水洗净并停止染发。

③ 做好防护措施

在发际线和耳朵上先涂上一层乳液保护，在身上围上披巾，在脖子上围上一圈毛巾，戴上手套，并在手腕上绑上橡皮筋防止手套脱落。