



长发造型 与梳理技巧

(上)

中国商业出版社

长发造型与梳理技巧

(上)

编著: Andrea Jeffery and Vickie Turner

绘图: Helen McCallum

摄影: Roy White

发型设计: Andrea Jeffery

模特: Jennifer Pettigrew

Andréa Brooks (Parsons)

Gillian Woolnough

译者: 天禾

原出版者: Zöpfe 1988

中国商业出版社

(京)新登字 073 号

图书在版编目(CIP)数据

长发造型与梳理技巧 (上)/(加)杰弗瑞(Jeffery, A.), (加)特娜(Terner, V.); 天禾译. —北京: 中国商业出版社, 1995. 3
ISBN 7-5044-2540-0

I. 长…

Ⅱ. ①杰…②特…③天…

Ⅲ. 理发-技术

Ⅳ. TS974

中国版本图书馆 CIP 数据核字(94)第 00289 号

责任编辑: 乔杰、黄琳

中国商业出版社出版发行
(100053 北京广安门内报国寺 1 号)

全国新华书店经销

南京市印刷厂印刷

1995 年 3 月第 1 版 1995 年 3 月第 1 次印刷

787×1092 毫米 24 开 4 印张 120 千字

印数: 1—5000 册 定价: 11.80 元

* * * *

(如有印装质量问题可更换)

目 录

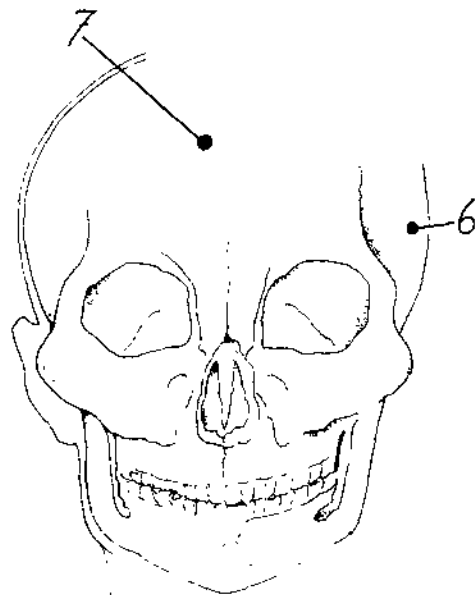
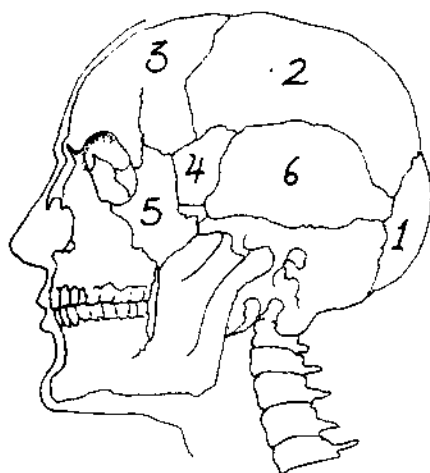
头骨示意图	1
头部位置术语	2
一、基础编法	3
1. 外露式辫	4
2. 隐藏式辫	6
二、中级编法	8
1. 法式外露辫	8
2. 法式隐藏辫	10
3. 变化的法式辫	12
三、高级编法	14
1. 两股马尾辫	14
2. 两股辫	16
3. 高式双股辫	19
4. 绳形垂辫	20
5. 绳形辫	22
6. 四股马尾辫	25
7. 四股辫	27
8. 双侧四股辫(只沿发际线加发)	29
9. 四股辫(双侧)	31
10. 五股马尾辫	34
四、趣味编法	36
1. 蛇形圈	36
2. 斜式外露辫	38

3. 鱼尾辫	40
4. 倒式隐藏辫	42
5. 古莲辫	44
6. 詹妮弗辫	46
7. 龙骨辫	48
8. 皇冠辫	49
9. 眼镜辫	51
10. 顶式盘辫	53
11. 绞辫	56
12. 发带辫	59
五、马尾辫和长辫的变化样式	62
1. 马尾结辫	62
2. 四结马尾辫	64
3. 希腊式辫	66
六、卷辫	68
1. 马尾卷	68
2. 半式卷	71
3. 法式卷	74
4. 全卷	76
5. 斜卷	78
6. 直式卷(散发式)	80
7. 发髻	82
8. 八字卷	83
七、自编辫	85
1. 直式隐藏辫	85
2. 直式外露辫	87
3. 直式双股辫	89

头骨示意图

以下所列头骨的各个部分将在书中提到。示意图将帮助您确定书中提到的头部的位
置

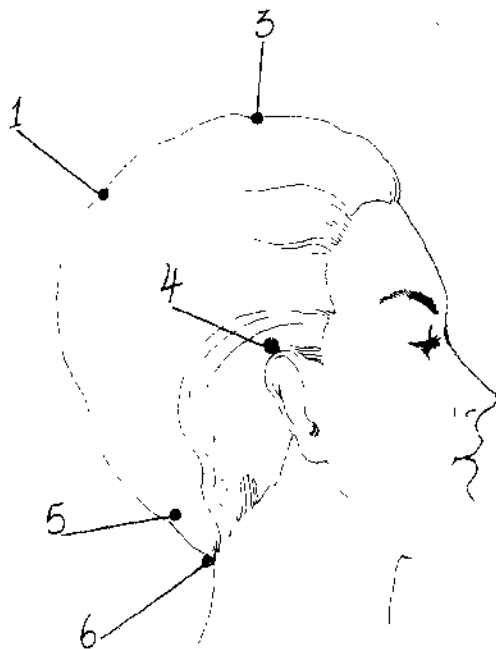
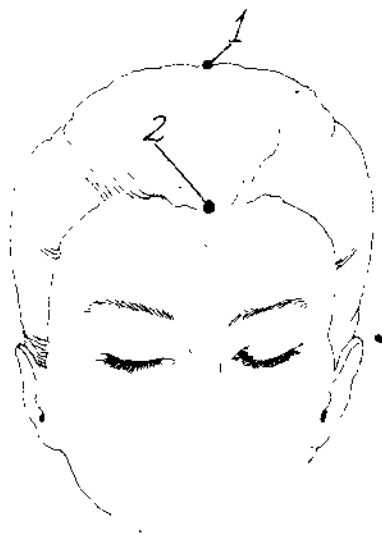
1. 枕骨
2. 顶骨
3. 额骨
4. 蝶骨
5. 颧骨
6. 太阳穴
7. 颌骨



头部位置术语

下列术语将在书中使用

1. 头顶区域 (看两个图)
2. 前发际线中心处
3. 头顶部中心点
1. 耳朵上部
5. 后颈部分
6. 底发际线



一、基础编法

基本编法是对准备编成发型的头发进行编梳的基本步骤,也是编梳任何发型都要使用的基础手法,包括分发和用不同的方式使发束跨股。跨股的过程就是编辫子的过程。

基础编法包括下列步骤:

起头——手的位置

编梳——辫子

打结——完成

最简单的是编梳三股辫,有两种编法:一种是英国式编法,从上面跨股;一种是德国式编法,从下面穿股。

1、外露式辮

手和手指的位置：

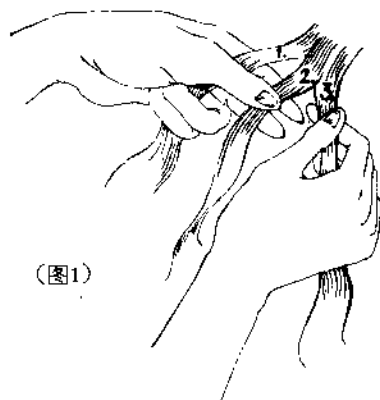
图 1：

编梳外露式辮时，两只手的位置相似

食指和中指并排在下

右手四个手指都在 3 号股下

左手食指和中指位于 1 号 和 2 号股下

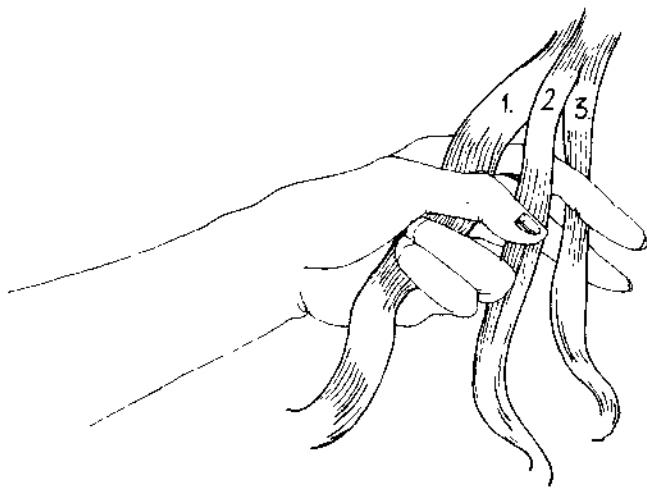


(图1)

图 2：

将 3 号股置于左手的食指和中指之间

3 号股总是放入食指和中指中间



(图2)

图 3:

这是一种普通的长辫。在编加股外露辫
前要首先学会编它

3 4 股从 2 4 股下面穿过

图 1:

1 2 股从 3 4 股下面穿过

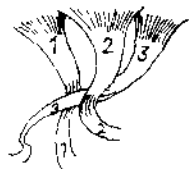
外侧股总是从中间股下面穿过

重复步骤直到辫子全部编完

用橡皮圈固定、留出 3cm 的散发



(图3)



(图4)



(图5)

提示: 紧一点的辫子比松一点的辫子保持的时间长, 而且不易变形。编辫时要时常拉紧头发。因为, 编好后的辫子会自然变松。

头发湿的时候或干的时候都可以编辫, 这要看个人喜好。干的时候头发滑顺, 所以一般编起来也较容易。

2、隐藏式辫

手和手指的位置：

图 1：

—左手握 1 卅股和 2 卅股

—右手拿住 3 卅股按图所示运动

(图1)

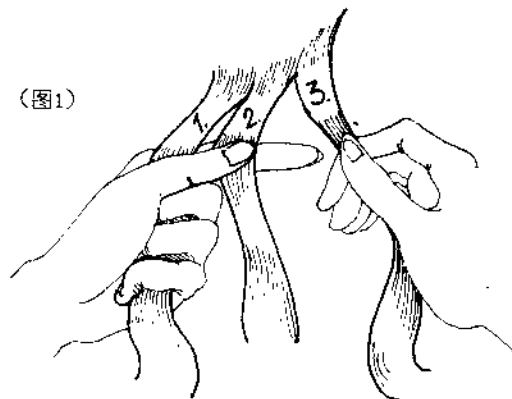


图 2：

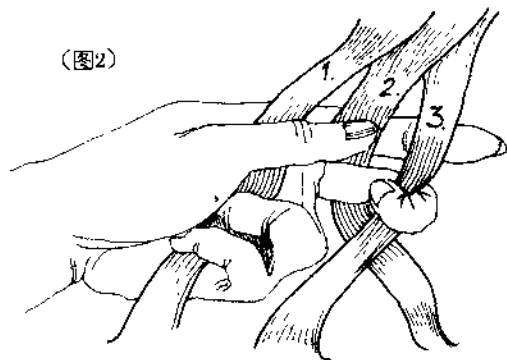
3 卅股跨过 2 卅股、用中指勾住

—用右手拿起 2 卅股、用右拇指和食指捏住 3 卅股

图 3：

—当 1 卅股带入右手中指时，右手的位置
如图所示

(图2)



(图3)

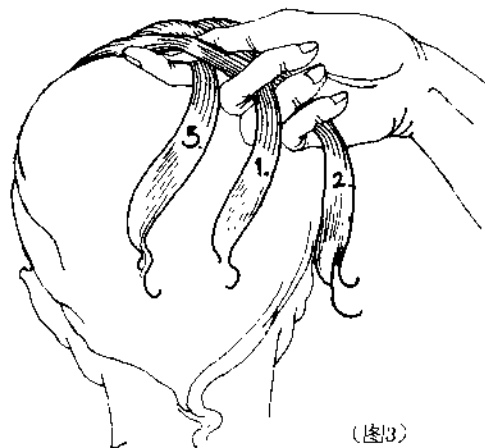
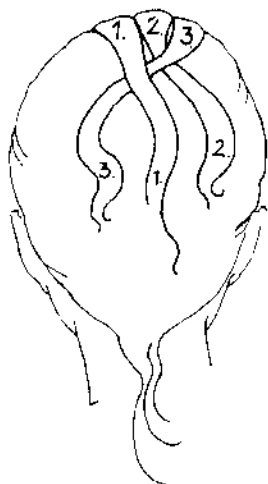


图4、图5：

—按图所示步骤直到辫子全部编完
用松紧绳固定，留出3cm的散发



(图4)



(图5)



(图6)

图6：

—完成的隐藏式辫

提示：注意辫子要编得紧密、匀称，较紧的辫子保持的时间长。为了外观整齐，发梢部分少量头发可以折到辫子下面，塞入橡皮圈的最后一环里。

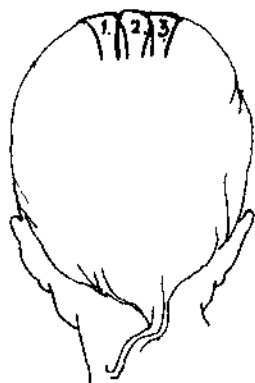
辫子也可以变化出不同样式，如增加些散发，或把辫子盘成一个卷或是一个髻，也可把辫尾折回到辫子开始的地方固定住。

二、中级编法

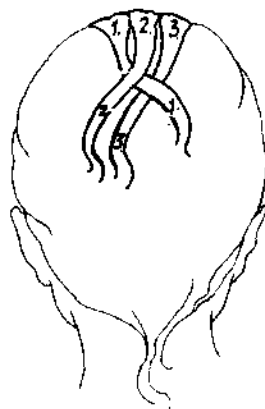
1、法式外露辮

图 1:

一把分出的头发分成三等份



(图1)



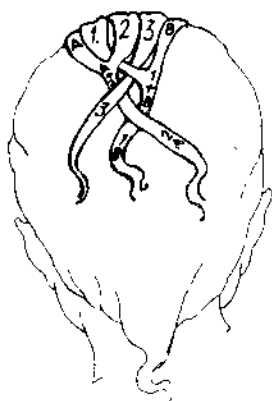
(图2)

图 2:

—1#股从2#股下面穿过

—3#股从1#股下面穿过

—注意适当拉紧头发



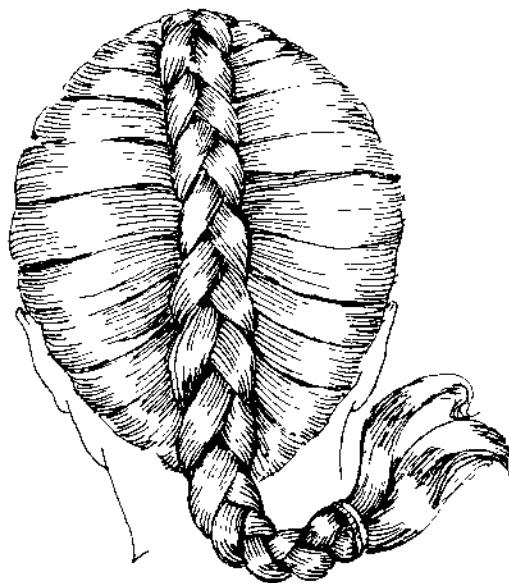
(图3)

图 3:

- 加 A 部头发入 2 股从 3 股下面穿过
- 加 B 部头发入 1 股从 2A 股下面穿过
- 重复以上步骤，直到编完

图 1:

完成的法式外露辫



(图4)

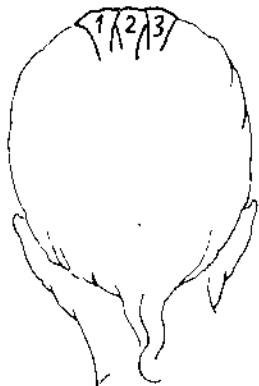
提示：小股的分发可以使辫子看起来更好看，分出的小股发束更容易编。但在练习的时候，可以用大股的分发方式
增加新股时，把所有从发际线到辫子的头发都拿到一只手中，用另一手的手指把分出的发束理顺，使所有的头发都平滑地贴在头部

如果刘海够长就把它编入发辫，如果不够长就从刘海后面编辫

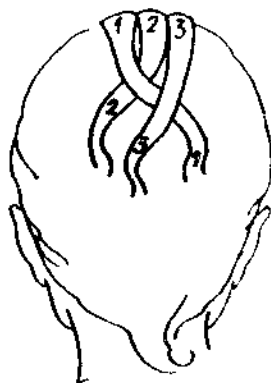
2、法式隐藏辫

图 1:

· 把分出的头发分成三部分



(图1)



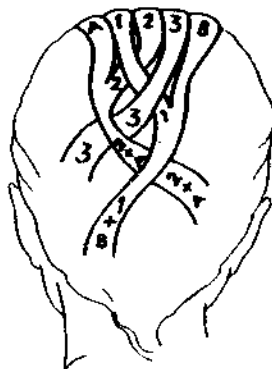
(图2)

图 2:

1#股跨过 2#股

· 3#股跨过 1#股

始终拉紧头发



(图3)

图 3:

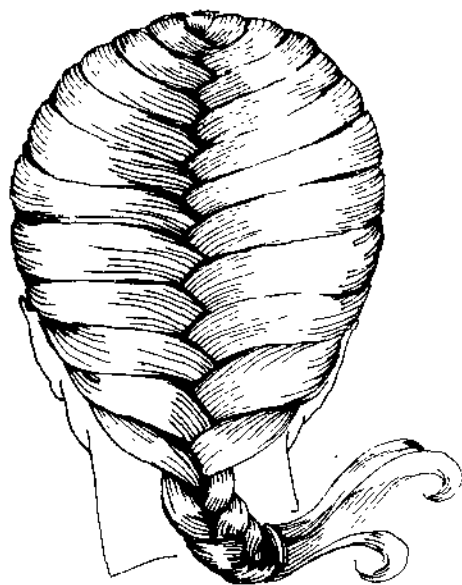
加 A 发束入 2#股跨过 3#股

加 B 发束入 1#股跨过 2A 股

直到所有头发已编入辫中

图 4:

—完成后的法式隐藏辫



提示：适当地拉紧头发，否则发辫自己会变松。辫子编到尾部处的发束可以自由垂下或在后颈处固定，因为隐藏式发辫的下面有空间可以把辫尾塞进去

3、变化的法式辫

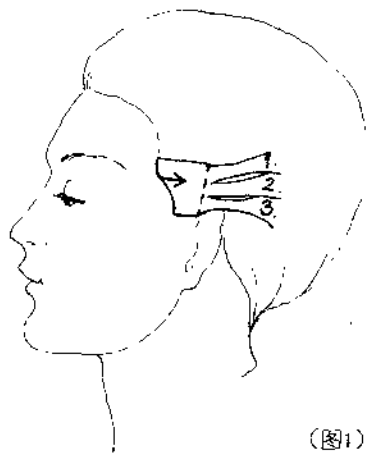
法式辫可以稍加改变，将两边加发改成一边加发 这样可以使上部的头发更平滑

图 1:

按图中所示分出头发

将分出头发分为三等份

将辫子水平地绕过头部



(图1)

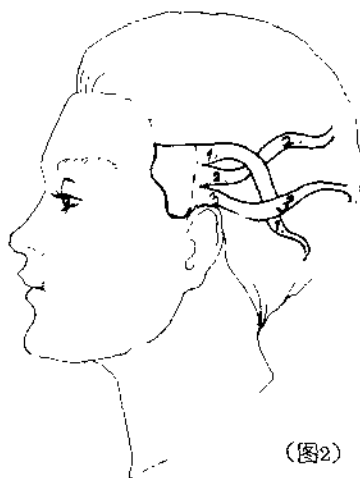


图 2:

照图顺序编梳

图 3:

A 股是加发股，只从底部加发

使辫绕过头部。顶部的头发应梳下来，
加到辫子中。箭头表示头发从中缝线梳下

