



干练、优雅上班发型
甜美、可爱相亲发型
宴会、逛街、旅游发型
不同的场合穿不同的衣服
搭配不同的发型是女人成熟的第一步

总策划 杨建峰
主 编 麻顺裕 (wolf)

对一个爱美的女人来说，发型的重要性怎么强调都不为过
发型变则气质变，发型美则样貌美！

换种发型 换种气质

百变时髦发型 自己做

换种发型 换种气质

— 百变时髦发型自己做

总策划：杨建峰 主编：麻顺裕（wolf）



图书在版编目 (CIP) 数据

换种发型换种气质：百变时髦发型自己做 / 麻顺裕主编. — 南昌：江西科学技术出版社，2014.4

ISBN 978-7-5390-5041-6

I. ①换… II. ①麻… III. ①女性—发型—设计 IV. ①TS974.21

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第046989号

国际互联网 (Internet) 地址：

<http://www.jxkjcs.com>

选题序号：KX2014060

图书代码：D14042-101

换种发型换种气质：百变时髦发型自己做

麻顺裕主编

出 版 江西科学技术出版社

社 址 南昌市蓼洲街2号附1号

邮编：330009 电话：(0791) 86623491 86639342 (传真)

印 刷 北京新华印刷有限公司

总 策 划 杨建峰

项目统筹 陈小华

责任印务 高峰 苏画眉

设 计  松雪图文 王进
SHONGXUE TUPHEN

经 销 各地新华书店

开 本 787mm × 1092mm 1/16

字 数 60千字

印 张 16

版 次 2014年11月第1版 2014年11月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5390-5041-6

定 价 28.80元 (平装)

赣版权登字号-03-2014-94

版权所有，侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误，可向承印厂调换)

(图文提供：金版文化 本书所有权益归北京时代文轩)



目录

Contents



Part 1

头发健康才能做出漂亮发型



您是哪种头发

油性发质.....	010
干性发质.....	010
混合性发质.....	011
中性发质.....	011



您的头发是否健康

头发被损伤的特征.....	012
头发健康的标准.....	013



头发的日常护理

洗发.....	014
润发护发.....	015
擦干、吹干.....	015



让头发营养充足的方法

饮食滋补.....	016
促进头皮血液循环.....	017

洗护产品的营养补充.....	017
保持愉快心情.....	018
定期修剪与梳理.....	018
做好头部防晒.....	018
坚持适当的运动.....	018



那些损伤头发的小事

爱吃甜食.....	019
爱吃油腻食物.....	019
长期吸烟喝酒.....	019
染发及烫发.....	020
用力梳头.....	020
用过热的水洗头.....	020
狂爱电吹风.....	020



头发也需要深层护理

深层滋养头发的头部按摩法.....	021
滋养头发的其他深层护理法.....	022

Part 2

要做好发型，先要学好美发基本功



编发技巧

- 两股辫的基础绑法..... 024
- 三股辫的基础绑法..... 026
- 鱼骨辫..... 027



绑发技巧

- 马尾辫的基础绑法..... 028



扭转技巧

- 直立 90 度扭转..... 029
- 两侧 90 度捻转..... 030
- 横向 90 度扭转..... 031



发髻与刮发技巧

- 发髻的制作..... 032
- 马尾倒刮..... 033



电卷棒的使用技巧

- 内卷..... 034
- 外卷..... 034
- 直卷..... 034



Part 3

做什么发型，首先得看脸



圆脸

- 蓬松多层次卷发..... 037
- 个性俏丽公主头..... 038

- 自然纯真双发辫..... 040
- 率性优雅绑发..... 042
- 漂亮又可愛的发髻..... 044

端庄典雅的发髻.....	046
清纯学生辫.....	048

方脸

异域蓬松长发.....	050
乖乖女公主头.....	052
浪漫柔美长发.....	054

菱形脸

童趣两股辫.....	056
俏皮公主头双尾辫.....	058
俏丽单边包包头.....	060
齐刘海蓬松卷发.....	062

长脸

蓬松飘逸公主头.....	065
优雅侧边发髻.....	066
松散随性盘发.....	068
慵懒侧扎卷发.....	070
柔美雅致仕女头.....	071



清新甜美侧扎马尾.....	072
个性蓬松爆炸卷发.....	073
个性蓬松爆炸卷发.....	074
靓丽妩媚飘逸卷发.....	075

正三角形脸

可爱的发箍造型.....	077
优雅扭转式盘发.....	078
清新时尚的发髻.....	080
妩媚蓬松感卷发.....	082
清爽内折式发髻.....	084
用头巾包出来的时尚发型.....	086
直发搭配贝雷帽.....	088

倒三角形脸

典雅蓬松式发髻.....	090
蓬松甜美大卷发.....	092

椭圆形脸

休闲盘发混搭卷发.....	095
温婉柔美辫式盘发.....	096
时尚优雅盘发.....	098
斜刘海松散卷发.....	100
瘦脸慵懒感盘发.....	102
甜美扭包混搭发髻.....	104
简单经典丸子头.....	106

Part 4

不同场合做不同的发型是女人成熟的第一步



上班

魅力满点的端庄气质	108
优雅知性的上班发型	109
婉约恬静的甜美魔女	110
随性写意的俏皮编绑	111
优雅淑女心机盘发	112
干练分层次长卷发	114
职场新人 OL 发型	116
活力爽朗通勤	118
大方魅力马尾	120
柔顺侧分发髻	122



约会相亲

线条卷曲感奢华派对	124
乖乖女公主头	125



娇俏可爱的复古风情	126
人气十足的蓬松卷发	127
充满梦幻感的发箍风	128
娇俏可人的 BOB 头	129
甜美可爱的创意马尾	130
日系蓬松侧扎马尾	132
自然甜美卷发	134



面见长辈

迷人的复古典雅女孩儿	136
摇曳生姿的典雅魅力	137
浪漫清新的淑女模样	138
优雅知性的名媛风	140
甜美扭包发髻	142
优雅淑女长卷发	144
轻盈俏丽的邻家女孩儿	146



参加宴会

柔美温和的清新派别	147
恬静高雅的晚宴发髻	148
利落别致的晚会造型	150
甜美扭包珠链发髻	152
简约妖媚名媛风	154
蓬松自然的盘发	156
优雅花式盘发	158

简单时尚扭包发髻.....	160
古典唯美卷发.....	162
大气简约包发.....	164

逛街聚会

可爱俏皮的包包头.....	166
亮泽动人的清新卷发.....	167
动人清爽的活力美女.....	168
活力十足的动感美女.....	169
温和柔美的恬静气息.....	170
自然随性的甜美风.....	171
活力动感的高耸发髻.....	172
随性活泼的夏日洒脱美人.....	173
俏皮侧扎式丸子头.....	174
甜美森林风扎发.....	176
长刘海可爱丸子头.....	178

外出旅游

清爽夏日的海滩风情.....	180
活泼俏皮的动人风采.....	181
自然柔美的清新编发.....	182
浪漫海岛风盘发.....	184
活泼俏皮的个性气息.....	185
清爽俏皮的夏日装扮.....	186
缤纷夏日的清凉美人.....	187
简约时尚俏马尾.....	188
绮丽梦幻的海域风情.....	190

酒吧派对

个性侧扎直发.....	191
温柔浪漫的飘逸长发.....	192
华丽典雅的名媛气息.....	194

Part 5

长发妩媚、中长甜美，每天都焕然一新

长发美女，百变女人味

唯美梦幻公主风.....	196
轻巧可爱的丸子头.....	198
灵巧秀气的甜美女孩儿.....	199
优雅婉约的气质淑女.....	200

清丽脱俗的知性淑女.....	201
充满温柔感的名媛风.....	202
个性十足的俏皮女孩儿.....	203
成熟时髦的知性美.....	204
妩媚优雅女神长发.....	205
温婉可人淡雅淑女风.....	206

清纯乖巧的微卷发.....	208
慵懒休闲的假日时光.....	210
夏日清爽斜马尾.....	211
休闲盘发混搭卷发.....	212
淑女侧高丸子头.....	214
俏丽清新马尾辫.....	216
娇媚螺旋卷发.....	217
妩媚少女长卷发.....	218
纯情学生妹.....	220
文静淑女长卷发.....	222
乖乖小淑女马尾辫.....	224



甜美淑女公主头.....	226
清新花苞式扭发.....	228
动感俏皮扭发.....	230
妩媚性感侧盘发.....	232
恬静清纯的发髻.....	234
典雅乖巧的发髻.....	236
俏丽清纯的发型.....	238
清爽活泼的马尾辫.....	239

中长发，尽显不同的美

充满动感的个性美女.....	240
可爱百分百优雅设计.....	241
轻盈俏丽的甜美发髻.....	242
端庄典雅的发型.....	243
纯情淑女公主头.....	244
优雅淑女麻花辫.....	246
闪烁灵气的甜美卷发.....	248
俏丽活泼的马尾辫.....	250
超可爱的精灵女孩.....	252
清爽利索的马尾.....	254
邻家女孩的甜美发型.....	256

换种发型 换种气质

— 百变时髦发型自己做

总策划：杨建峰 主编：麻顺裕（wolf）



图书在版编目 (CIP) 数据

换种发型换种气质：百变时髦发型自己做 / 麻顺裕主编. — 南昌：江西科学技术出版社，2014.4

ISBN 978-7-5390-5041-6

I. ①换… II. ①麻… III. ①女性—发型—设计 IV. ①TS974.21

中国版本图书馆CIP数据核字 (2014) 第046989号

国际互联网 (Internet) 地址：

<http://www.jxkjcb.com>

选题序号：KX2014060

图书代码：D14042-101

换种发型换种气质：百变时髦发型自己做

麻顺裕主编

出 版 江西科学技术出版社

社 址 南昌市蓼洲街2号附1号

邮编：330009 电话：(0791) 86623491 86639342 (传真)

印 刷 北京新华印刷有限公司

总 策 划 杨建峰

项目统筹 陈小华

责任印务 高峰 苏画眉

设 计 松雪图文 王进

经 销 各地新华书店

开 本 787mm × 1092mm 1/16

字 数 60千字

印 张 16

版 次 2014年11月第1版 2014年11月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5390-5041-6

定 价 28.80元 (平装)

赣版权登字号-03-2014-94

版权所有，侵权必究

(赣科版图书凡属印装错误，可向承印厂调换)

(图文提供：金版文化 本书所有权益归北京时代文轩)



目录

Contents



Part 1

头发健康才能做出漂亮发型



您是哪种头发

油性发质.....	010
干性发质.....	010
混合性发质.....	011
中性发质.....	011



您的头发是否健康

头发被损伤的特征.....	012
头发健康的标准.....	013



头发的日常护理

洗发.....	014
润发护发.....	015
擦干、吹干.....	015



让头发营养充足的方法

饮食滋补.....	016
促进头皮血液循环.....	017

洗护产品的营养补充.....	017
保持愉快心情.....	018
定期修剪与梳理.....	018
做好头部防晒.....	018
坚持适当的运动.....	018



那些损伤头发的小事

爱吃甜食.....	019
爱吃油腻食物.....	019
长期吸烟喝酒.....	019
染发及烫发.....	020
用力梳头.....	020
用过热的水洗头.....	020
狂爱电吹风.....	020



头发也需要深层护理

深层滋养头发的头部按摩法.....	021
滋养头发的其他深层护理法.....	022

Part 2

要做好发型，先要学好美发基本功



编发技巧

- 两股辫的基础绑法..... 024
- 三股辫的基础绑法..... 026
- 鱼骨辫..... 027



绑发技巧

- 马尾辫的基础绑法..... 028



扭转技巧

- 直立 90 度扭转..... 029
- 两侧 90 度捻转..... 030
- 横向 90 度扭转..... 031



发髻与刮发技巧

- 发髻的制作..... 032
- 马尾倒刮..... 033



电卷棒的使用技巧

- 内卷..... 034
- 外卷..... 034
- 直卷..... 034



Part 3

做什么发型，首先得看脸



圆脸

- 蓬松多层次卷发..... 037
- 个性俏丽公主头..... 038

- 自然纯真双发辫..... 040
- 率性优雅绑发..... 042
- 漂亮又可愛的发髻..... 044

端庄典雅的发髻..... 046

清纯学生辫..... 048

方脸

异域蓬松长发..... 050

乖乖女公主头..... 052

浪漫柔美长发..... 054

菱形脸

童趣两股辫..... 056

俏皮公主头双尾辫..... 058

俏丽单边包包头..... 060

齐刘海蓬松卷发..... 062

长脸

蓬松飘逸公主头..... 065

优雅侧边发髻..... 066

松散随性盘发..... 068

慵懒侧扎卷发..... 070

柔美雅致仕女头..... 071



清新甜美侧扎马尾..... 072

个性蓬松爆炸卷发..... 073

个性蓬松爆炸卷发..... 074

靓丽妩媚飘逸卷发..... 075

正三角形脸

可爱的发箍造型..... 077

优雅扭转式盘发..... 078

清新时尚的发髻..... 080

妩媚蓬松感卷发..... 082

清爽内折式发髻..... 084

用头巾包出来的时尚发型..... 086

直发搭配贝雷帽..... 088

倒三角形脸

典雅蓬松式发髻..... 090

蓬松甜美大卷发..... 092

椭圆形脸

休闲盘发混搭卷发..... 095

温婉柔美辫式盘发..... 096

时尚优雅盘发..... 098

斜刘海松散卷发..... 100

瘦脸慵懒感盘发..... 102

甜美扭包混搭发髻..... 104

简单经典丸子头..... 106

Part 4

不同场合做不同的发型是女人成熟的第一步



上班

- 魅力满点的端庄气质 108
- 优雅知性的上班发型 109
- 婉约恬静的甜美魔女 110
- 随性写意的俏皮编绑 111
- 优雅淑女心机盘发 112
- 干练分层次长卷发 114
- 职场新人 OL 发型 116
- 活力爽朗通勤 118
- 大方魅力马尾 120
- 柔顺侧分发髻 122



约会相亲

- 线条卷曲感奢华派对 124
- 乖乖女公主头 125



- 娇俏可爱的复古风情 126
- 人气十足的蓬松卷发 127
- 充满梦幻感的发箍风 128
- 娇俏可人的 BOB 头 129
- 甜美可爱的创意马尾 130
- 日系蓬松侧扎马尾 132
- 自然甜美卷发 134



面见长辈

- 迷人的复古典雅女孩儿 136
- 摇曳生姿的典雅魅力 137
- 浪漫清新的淑女模样 138
- 优雅知性的名媛风 140
- 甜美扭包发髻 142
- 优雅淑女长卷发 144
- 轻盈俏丽的邻家女孩儿 146



参加宴会

- 柔美温和的清新派别 147
- 恬静高雅的晚宴发髻 148
- 利落别致的晚会造型 150
- 甜美扭包珠链发髻 152
- 简约妖媚名媛风 154
- 蓬松自然的盘发 156
- 优雅花式盘发 158

简单时尚扭包发髻.....	160
古典唯美卷发.....	162
大气简约包发.....	164

逛街聚会

可爱俏皮的包包头.....	166
亮泽动人的清新卷发.....	167
动人清爽的活力美女.....	168
活力十足的动感美女.....	169
温和柔美的恬静气息.....	170
自然随性的甜美风.....	171
活力动感的高耸发髻.....	172
随性活泼的夏日洒脱美人.....	173
俏皮侧扎式丸子头.....	174
甜美森林风扎发.....	176
长刘海可爱丸子头.....	178

外出旅游

清爽夏日的海滩风情.....	180
活泼俏皮的动人风采.....	181
自然柔美的清新编发.....	182
浪漫海岛风盘发.....	184
活泼俏皮的个性气息.....	185
清爽俏皮的夏日装扮.....	186
缤纷夏日的清凉美人.....	187
简约时尚俏马尾.....	188
绮丽梦幻的海域风情.....	190

酒吧派对

个性侧扎直发.....	191
温柔浪漫的飘逸长发.....	192
华丽典雅的名媛气息.....	194

Part 5

长发妩媚、中长甜美，每天都焕然一新

长发美女，百变女人味

唯美梦幻公主风.....	196
轻巧可爱的丸子头.....	198
灵巧秀气的甜美女孩儿.....	199
优雅婉约的气质淑女.....	200

清丽脱俗的知性淑女.....	201
充满温柔感的名媛风.....	202
个性十足的俏皮女孩儿.....	203
成熟时髦的知性美.....	204
妩媚优雅女神长发.....	205
温婉可人淡雅淑女风.....	206

清纯乖巧的微卷发.....	208
慵懒休闲的假日时光.....	210
夏日清爽斜马尾.....	211
休闲盘发混搭卷发.....	212
淑女侧高丸子头.....	214
俏丽清新马尾辫.....	216
娇媚螺旋卷发.....	217
妩媚少女长卷发.....	218
纯情学生妹.....	220
文静淑女长卷发.....	222
乖乖小淑女马尾辫.....	224



甜美淑女公主头.....	226
清新花苞式扭发.....	228
动感俏皮扭发.....	230
妩媚性感侧盘发.....	232
恬静清纯的发髻.....	234
典雅乖巧的发髻.....	236
俏丽清纯的发型.....	238
清爽活泼的马尾辫.....	239

中长发，尽显不同的美

充满动感的个性美女.....	240
可爱百分百优雅设计.....	241
轻盈俏丽的甜美发髻.....	242
端庄典雅的发型.....	243
纯情淑女公主头.....	244
优雅淑女麻花辫.....	246
闪烁灵气的甜美卷发.....	248
俏丽活泼的马尾辫.....	250
超可爱的精灵女孩.....	252
清爽利索的马尾.....	254
邻家女孩的甜美发型.....	256