

郭子敬 / 著

东田造型 高级美发学院教学总监

瑞丽培训 特约讲师

百种
洗发
护发
养发
造型产品

大亮相

郭老师

玩发变发 造型书

百变精灵派对发型
Party 1分钟华丽变身
优雅高贵的宴会女王
端庄古典的正式亮相
优雅干练的职场OL
可爱到爆炸的蓬松马尾

郭老师独创
造型和养护秘笈
独家曝光
呈现关于头发的
所有问题！
一次性解决
头发烦恼



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（C I P）数据

郭老师玩发变发造型书 / 郭子敬著. — 北京：电子工业出版社，2011.1
ISBN 978-7-121-12467-9

I. ①郭… II. ①郭… III. ①理发—造型设计②头发—保养 IV. ①TS974.21②TS974.22

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第236448号

策划编辑：白 兰

责任编辑：鄂卫华

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编 100036

开 本：889×1194 1/24 印张：7 字数：163千字

印 次：2011年1月第1次印刷

定 价：32.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

郭老师
玩发变发
造型书

郭子敬
著

電子工業出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING



目录 006

PART 1 魔发基础课



一、脸型大集合！根据脸型选发型，只能更完美！010

- 圆脸美女，大饼变鹅蛋 011
- 方脸美女，从角度出发 012
- 三角脸美女，刘海来帮忙 012
- 长脸美女，蓬蓬才好看 014
- 鹅蛋脸美女，想怎么剪就怎么剪 015

二、你了解自己的发质吗？郭老师教你辨认自我发质 016

三、头部骨骼不能忽视！根据头型选发型 018

四、你的个性与发型选择 020

- 成熟稳重型 / 优雅气质型 / 青春靓丽型 / 开朗活泼型
- 清纯可爱型 / 中性帅酷型 / 时尚多变型 / 另类抢眼型





PART 2 魔发初级课

一、头发的长度我做主! 024

毛发的形成 025

头发的生长周期 026

二、玩转颜色法则, 让生活充满惊喜! 028

偏白的肤色 029

偏深的肤色 030

偏黄的肤色 030

偏红的肤色 031

三、日常生活发型打理大集合 032

直发如何打理 033

卷发如何打理 033

长发如何打理 034

短发如何打理 034

四、贴心的美发工具让你爱不释手 035

洗护类工具 036

造型类工具 038

PART 3 魔发课堂美型进阶

一、超人气发型大亮相 050

轻盈飘逸长直发 051 / 完美垂顺长直发 052

妩媚性感长卷发 053 / 狂野奔放螺旋卷 054

浪漫时尚梨花头 055 / 慵懒时尚中发 056

经典复古光环 057 / 优雅气质短发 058

可爱蛋卷中卷发 059 / 中性朋克超短发 060

二、场合大变换, 发型我做主! DIY玩发课堂 061

百变精灵派对发型 063 / 优雅高贵的宴会女王 065

端庄古典的正式亮相 067 / 优雅干练的职场OL 069

1分钟华丽变身快速应对Party 071

马尾辫的基础绑法 073 / 清爽高马尾 075

可爱到爆炸的蓬松马尾 077 / 立体感马尾辫 079

华美中盘发 081 / 清爽侧盘发 083

松散式盘发 085 / 清新活力丸子头盘发 087

简约风韩式盘发 089 / 基础侧盘发 091

甜美小女人麻花编发 093 / 可爱系BOB卷发 095

法式发髻 097 / 大波浪卷发 099 / 清纯风发髻 101



PART 4 美丽发型七分养护

一、洗护产品要精挑细选 104

二、从功能出发选择洗发水 105

三、头皮出“油”选什么产品好呢? 105

油性发质 106 / 中性发质 108

干性发质 111 / 混合性发质 112

纤细细嫩发质 114 / 烫后发质 116

染后发质 118 / 天然沙性毛躁发质 120

四、气候和季节因素不能忽视 123

春夏季发质 124 / 秋冬季发质 126

五、你会洗头发吗? 128

六、吹出健康发丝——吹整的基本技巧 132

直发版 133 / 曲发版 135

七、正确选择造型品 137

从发型出发 138 / 从发质出发 138 / 从季节出发 139

八、正确的护发你做到了吗? 140





九、饮食与生活习惯对头发的影响 144

十、针对不同发质的护养方法和护养产品 145

针对干性发质 146 / 针对受损发质 147 / 针对纤细幼嫩发质 148 / 针对粗硬发质 149 /
烫前烫后护理 150 / 染前染后护理 151 / 强化护理 152

十一、头皮的护理方法 153

针对干性头皮 154 / 针对油性头皮 155 / 针对敏感头皮 156 /
针对头屑 156 / 舒缓头皮 157

十二、如何缓解头发的常见问题 158

脱发 159 / 头屑 160 / 出油 162 / 干枯、分叉、打结 163

PART 5 选择适合的发型师是一辈子的事

一、如何与发型师沟通 166

二、自我风格定位 166

三、如何选择适合自己的美发店、发型师 167

四、如何衡量发型师的技术和风格 167



前言

很早前就有写书的想法了，看着每天进出美发学院的学生们，她们追随美丽而来，年轻的面孔上充满着对未来的向往和期许。随着时代的变迁和发展，对于美丽，我们有了新的理解；对于如何表现自己的美丽，我们更是有着自己的定义与表达方式。

时尚这个词汇越来越频繁地进入我们的生活，与其将它与潮流的定义结合，不如静下心来，仔细地审视自己。时尚并不是跟风潮流，我认为它应该是一种生活态度，更是一种生活方式。时尚与美丽是个整体，是你自身全面形象的表达。当然，如果别人用时尚二字来评价你，我更愿意你传达出的是内在气质与外在形象的结合。

发型作为整体形象的至关重要的部分，可以为你进行个人定位。初次见面，个人的整体形象是由发型、妆容、衣着搭配这三大元素所组成，缺了哪项都会对你的形象造成“致命”影响。但是，除了发型师的巧思外，其实你才是自己的第一造型师！只有你最了解自己，每天也是你最初面对和选择自己示人的形象。每天都去发型沙龙未免不实际，不如掌握为自己做造型的方法和技巧，你会发现做



自己的造型师是多么地有趣，并且富于变化！

玩发、变发的巧妙，以及造型后的瞬间变化，更会为你的创意打开一扇门。我相信，当你看到经过自己的双手做出的造型后而露出的灿烂微笑，当然这也令我的内心充满无法形容的喜悦。美丽是一种创造，更是开启你亮丽人生的点睛之笔。让身边的每一个人都变得更漂亮，也是我写这本小书的目的所在。

在此我要感谢身边的每一个朋友，因为你们的存在让我懂得了人生的意义。也要感谢业内的同仁们，因为你们我才有了更多展现自我价值的机会。还要感谢我的合作伙伴们，没有你们的支持也不会有我的今天。最后我要感谢电子工业出版社和本书的各位主创人员，能够给我一个高端的平台让更多的朋友认识我、了解我。将美丽方法传达给更多的人。

最后，衷心希望各位朋友能够通过这本书了解头发、爱护头发、掌握更多的造型技术，使我们的生活变得更加靓丽多彩。

郭子敬





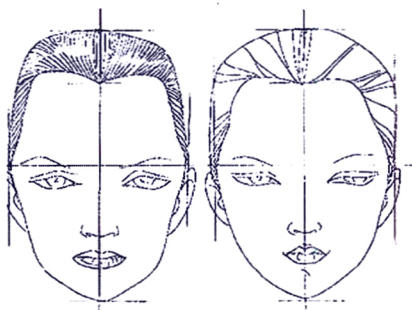
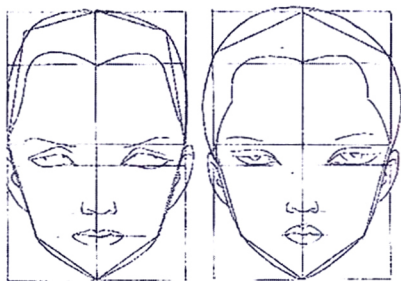
1

脸型大集合！ 根据脸型选发型， 只能更完美！

脸型和发型的关系十分密切，初次见面时双方首先看到的就是彼此的正面轮廓，也就是说脸型与发型的结合将代表你给他人留下的第一印象。作为一名优秀的发型师，会考虑到什么样的发型适合什么样的脸型以及发质、发量、头骨、气质、年龄、性格、工作环境等诸多问题，当然首要考虑的就是脸型，其实每种脸型都有适合自己的发型，了解自己，掌握审美方法，你会准确找到最适合自己的那一款。



如果仅考虑脸型的标准性的话，那么“三庭五眼”就是标准。所谓“三庭五眼”即发际线—眼皮、眼皮—鼻底、鼻底—下巴为三庭；五眼左发髻—左外眼角、左外眼角—左内眼角、左内眼角—右内眼角、右内眼角—右外眼角、右外眼角—右发髻。如果你的三庭五眼基本相等，那么恭喜你，你是标准的美人坯子了，还不赶快拿起镜子！

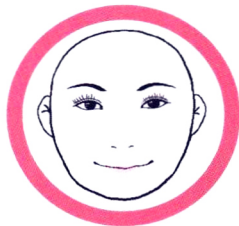


圆型脸

面部骨骼不突出，脸型长度与宽度比例差别不大，面颊部分比较饱满。

搭配攻略

在头顶制造相对大的蓬松度，两侧头发相对服帖，使得立体感增强，刘海部分采用侧分长刘海（长度在外眼角至下颌之间）最好能遮盖住面颊。



郭老师建议

长宽比例可使大饼变鹅蛋，整体长度较短会使发型比例拉高，同时视觉上也会有拉长感。

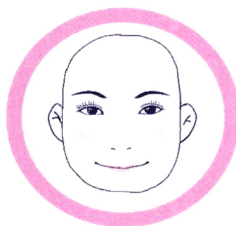


方型脸

面部骨骼突出，下颌骨较为宽大，正面轮廓较硬朗。

搭配攻略

首先长度最好为长发或中长发，可选择一些带有较大纹理的发型来破解脸型较硬的线条，面部处理最好选择中分或四六分，但长度最好在下颌骨以下。也可采用侧分处理，长度可略短些，这样能起到较好的遮盖效果。



郭老师建议

相对饱满的外轮廓加上面部的些许遮盖可使脸型更完美。最好选择带有纹理的曲发发型，用曲线去柔化脸型的直线。

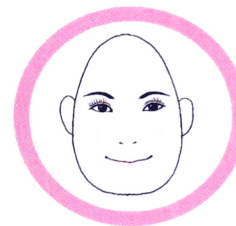


正三角型脸

脸型上窄下宽，下颌骨突出，下巴相对较平。

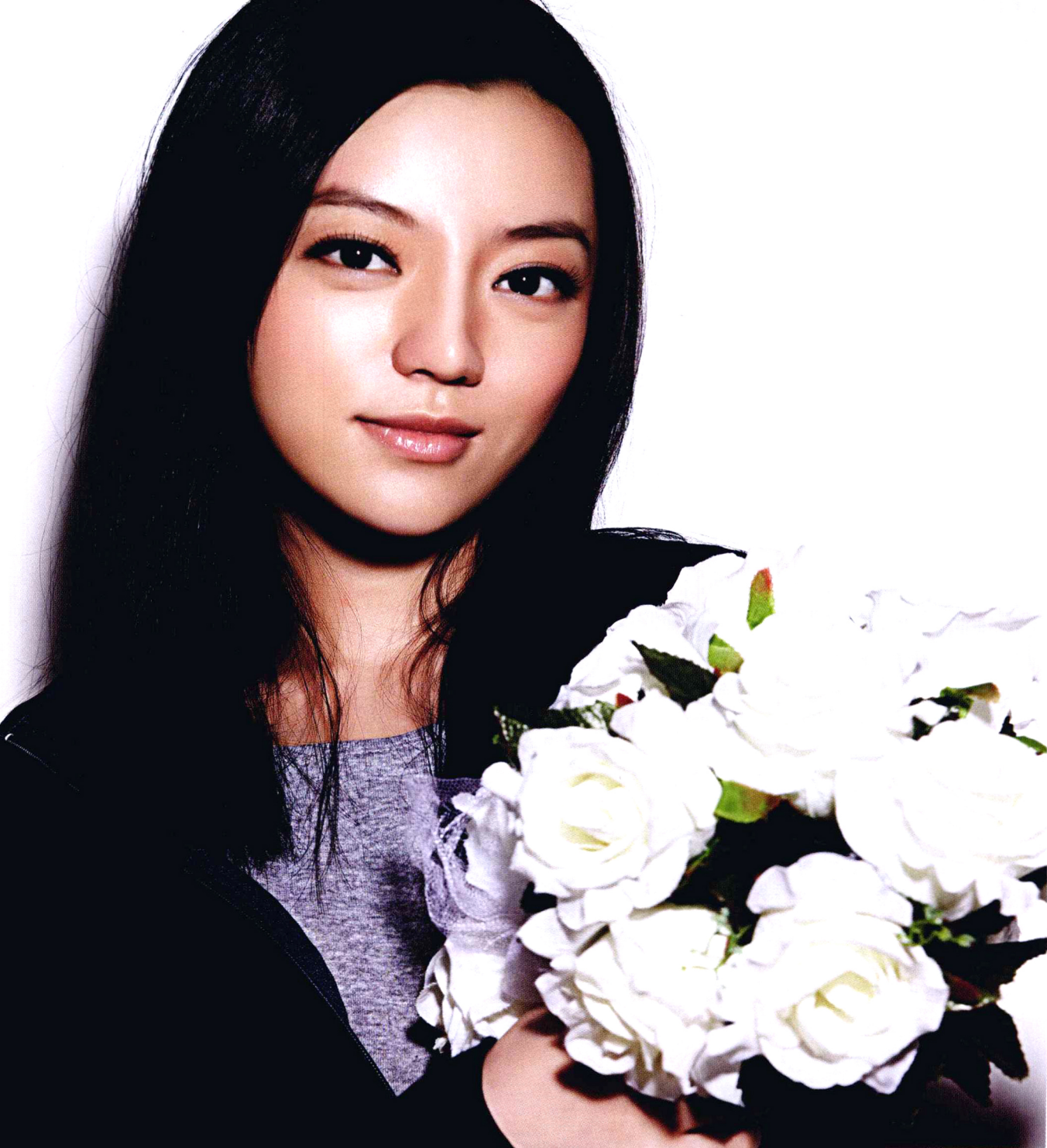
搭配攻略

头顶区两侧的头发非常关键，一定要蓬松，四周相对服帖，整体呈气球形状。长度为长发或中长发，刘海部分采用三七分长刘海或眉毛上下为的窄弧形刘海。



郭老师建议

面部的头发长度很关键，一定要服帖才能遮盖住下颌骨，整体采用“外大内小”的轮廓可使脸型看上去更标准。



倒三角型脸

额头较宽，面颊部较窄，整体脸型较小。

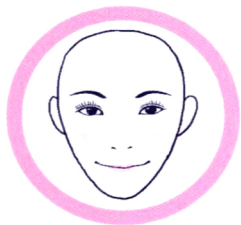
搭配攻略

由于额头部分较宽大所以刘海部分应采用到眉毛上下的长度，头顶部分不能太蓬松。长度方面可选择长、中、短，但不可选择超短，因为超短发会使顶部显得蓬松，这样会突显脸型的三角形状。



郭老师建议

发型两侧可蓬松些，但刘海部分要有一定遮盖。短刘海加低层次的效果可呈现出正三角形效果，从而与脸型更完美地结合。

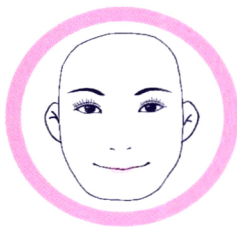


长脸型

脸型较为瘦削，长宽比例有些失调，整体感觉较窄。

搭配攻略

首先应选择中发或中长发，整体层次比较低，要增加两侧的厚重感，顶部头发尽量服帖，可选择曲发发型，这样可以加大面部宽度。



郭老师建议

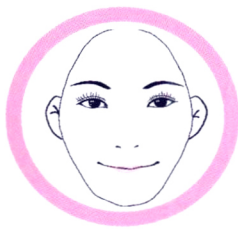
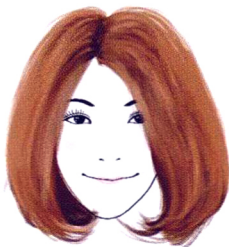
加大发型外轮廓的宽度是关键，通常哪个位置较窄就从哪个位置开始蓬松，发型外轮廓可选择圆形或椭圆形。

菱形脸

整体感觉较瘦，颧骨较为突出，额头较窄，下颚较尖。

搭配攻略

长度可选择长发或中长发，头顶部位不能过于蓬松，可增加头顶两侧的蓬松度，发型层次不宜过高，应保留发尾重量，刘海部分可选择眉毛上下的弧形刘海或长度位于面颊的中分刘海。



郭老师建议

刘海的选择很重要，最好能够达到面颊部分，这样既可以遮盖颧骨又可以增加面部宽度，增加整体饱满感非常重要。



鹅蛋脸美女，想怎么剪就怎么剪

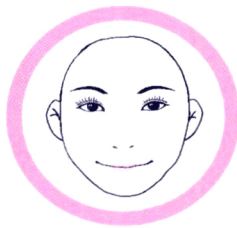


鹅蛋脸型

脸型长宽比例协调，肌肉分布比较均匀，是比较标准的脸型。

搭配攻略

标准脸型还有什么不能尝试！想怎么剪都行，只是不同风格而已。



郭老师建议

不要只考虑脸型而忽略其他条件和因素哦！