

高速铁路客运乘务专业精品教材

# 高速铁路 乘务人员化妆技巧

主 编 张洪哲  
副主编 刘金悦 王光荣  
主 审 孙 棣



上海交通大学出版社  
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

## 内容提要

本书共7个模块,内容包括化妆概述、化妆材料与工具、化妆色彩的运用、常见皮肤类型和养护方法、高铁乘务人员局部化妆的技巧和方法、各种脸型的化妆、高铁乘务人员不同的妆容展示等。

本书适合作为高速铁路客运乘务专业的教材,也可作为高铁乘务人员培训机构用书,还可作为铁路职工的培训教材。

## 图书在版编目(CIP)数据

高速铁路乘务人员化妆技巧/张洪哲主编. — 上海:  
上海交通大学出版社,2019(2024 重印)  
ISBN 978-7-313-22226-8

I. ①高… II. ①张… III. ①高速铁路—乘务人员—  
化妆—高等教育—教材 IV. ①F530.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2020)第 013913 号

### 高速铁路乘务人员化妆技巧

GAOSU TIELU CHENGWU RENYUAN HUAZHUANG JIQIAO

主 编:张洪哲

出版发行:上海交通大学出版社

地 址:上海市番禺路 951 号

邮政编码:200030

电 话:021-64071208

印 制:三河市骏杰印刷有限公司

经 销:全国新华书店

开 本:787 mm×1 092 mm 1/16

印 张:11

字 数:261 千字

版 次:2020 年 3 月第 1 版

印 次:2024 年 7 月第 5 次印刷

书 号:978-7-313-22226-8

定 价:55.00 元

版权所有 侵权必究

告读者:如您发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话:0316-3662258

# 前言

## PREFACE

高速铁路是国家重要交通基础设施和重大民生工程。从“八五”计划(1991—1995年)至“十四五”规划,国家相继出台了许多支持高铁行业发展的政策,鼓励高铁技术创新,积极开展高速铁路建设。“八五”计划至“十一五”规划(2001—2005年)时期,国家层面主要从发展高铁技术,建设京沪高铁方面对高铁行业进行规划;从“十二五”规划开始,国家明确了要积极推进高铁建设,且提出要建成“四纵四横”客运专线,并突出了加快高速铁路成网这一重点。到“十四五”时期,根据《中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和2035年远景目标纲要》,构建快速网,基本贯通“八纵八横”高速铁路成为“十四五”时期的重要任务。

党的二十大报告指出:加快构建新发展格局,着力推动高质量发展。搭乘复兴号,以风为速,以轨为尺,丈量大国前行的步伐。新时代十年,我国高铁年均投产3500公里,西部地区铁路里程突破6万公里,中欧班列开行数量不断迈上新台阶,铁路发展取得历史性成就。

随着改革开放的不断深化,我国经济飞速发展。同时,中国与其他国家的合作也得到了进一步的加深。随着“一带一路”倡议的积极推进,我国的铁路事业迎来了新的发展机遇,高铁作为我国铁路的窗口展现在世界面前,高铁乘务人员作为我国铁路事业最重要的软实力之一,其形象尤为重要。本书以此为背景,对高铁乘务人员的化妆知识与技巧做了详细的介绍。

高速铁路客运乘务岗位对客运乘务人员提出了较高的要求,除了需要其具有内在形象气质外,也要求其具有良好的外在形象,而外在形象的塑造很关键的一步便是掌握一定的化妆知识与技巧。本书全面介绍了化妆的知识与技巧,以及专门针对于高铁乘务人员的妆容知识与技巧,旨在培养出具有化妆能力的高铁客运乘务人员。

本书的推荐学时安排见下表。

模 块	内 容	学 时
1	化妆概述	3
2	化妆材料与工具	2
3	化妆色彩的运用	3
4	常见皮肤类型和养护方法	4
5	高铁乘务人员局部化妆的技巧和方法	6
6	各种脸型的化妆	7
7	高铁乘务人员不同的妆容展示	3
	总计	28

本书由张洪哲任主编,由刘金悦、王光荣任副主编。全书由孙棣副教授主审。

本书在编写过程中参考了大量文献,吸收了国内外学者最新的研究成果,限于篇幅,本书仅列了主要参考书目,在此向各位专家、学者表示衷心的感谢。

由于编者水平有限,书中存在的疏漏和不足之处,敬请广大读者批评指正。

编 者

# 目录 CONTENTS

## 模块1 化妆概述 ..... 1

1.1 化妆的概念和作用 .....	2
1.1.1 化妆的概念 .....	2
1.1.2 化妆的作用 .....	2
1.2 化妆的原则、要点和注意事项 .....	3
1.2.1 化妆的原则 .....	3
1.2.2 化妆的要点 .....	4
1.2.3 化妆的注意事项 .....	5
1.3 化妆的类型 .....	5
1.4 影响妆容的因素 .....	17
项目实训 .....	18
复习思考题 .....	19

## 模块2 化妆材料与工具 ..... 20

2.1 化妆品的选择和运用 .....	21
2.1.1 粉底的选择及运用 .....	21
2.1.2 定妆粉的选择及运用 .....	24
2.1.3 眼影的选择及运用 .....	25
2.1.4 眉笔、唇线笔、眼线笔(膏、液)的选择及运用 .....	27
2.1.5 腮红的选择及运用 .....	29
2.1.6 睫毛膏的选择及运用 .....	30

2.1.7	口红的选择及运用	31
2.1.8	安全使用化妆品	32
2.2	化妆工具介绍	33
2.2.1	底妆工具	33
2.2.2	眼妆工具	45
2.2.3	唇妆工具——唇刷	53
	项目实训	54
	复习思考题	55

### 模块3 化妆色彩的运用

3.1	色彩的基础知识	57
3.1.1	色彩的概念	57
3.1.2	色彩的分类	57
3.1.3	色彩的三个基本属性	59
3.1.4	色性	60
3.1.5	色调	61
3.1.6	色彩的基本术语	61
3.1.7	色彩的情感	64
3.2	色彩在化妆中的运用	68
3.2.1	色彩对化妆的影响	68
3.2.2	色彩和化妆的关系	69
3.3	常用化妆色彩的搭配	70
3.3.1	四季型人的色彩选择与搭配	70
3.3.2	妆面色彩的对比搭配	71
3.3.3	化妆用色与妆面色彩的搭配	74
	项目实训	75
	复习思考题	76

### 模块4 常见皮肤类型和养护方法

4.1	皮肤的类型及特点	78
4.1.1	皮肤的类型	78
4.1.2	不同类型皮肤的特点	80

4.2	不同类型皮肤的保养	82
4.2.1	干性皮肤的保养	82
4.2.2	中性皮肤的保养	82
4.2.3	油性皮肤的保养	83
4.2.4	混合性皮肤的保养	84
4.2.5	敏感性皮肤的保养	85
4.3	不同类型皮肤的护理	86
4.3.1	干性皮肤的护理	86
4.3.2	中性皮肤的护理	86
4.3.3	油性皮肤的护理	86
4.3.4	混合性皮肤的护理	87
4.3.5	敏感性皮肤的护理	87
	项目实训	89
	复习思考题	89

## 模块5 高铁乘务人员局部化妆的技巧和方法 91

5.1	高铁乘务人员化妆的相关面部知识及步骤与方法	92
5.1.1	与高铁乘务人员化妆相关的面部知识	92
5.1.2	高铁乘务人员化妆的基本步骤与方法	98
5.2	高铁乘务人员眼部的基础化妆	111
5.2.1	高铁乘务人员眼部的化妆修饰	111
5.2.2	高铁乘务人员中各类特殊眼型的矫正化妆	116
5.3	高铁乘务人员眉毛的基础化妆	120
5.3.1	高铁乘务人员眉毛的化妆修饰	120
5.3.2	高铁乘务人员中各类特殊眉型的矫正化妆	126
5.4	高铁乘务人员唇部的基础化妆	130
5.4.1	高铁乘务人员唇部的化妆修饰	130
5.4.2	高铁乘务人员中各类特殊唇型的矫正化妆	132
5.5	高铁乘务人员鼻部的基础化妆	134
5.5.1	鼻部化妆概述	134
5.5.2	高铁乘务人员鼻部化妆的工具	135
5.5.3	高铁乘务人员鼻部化妆的方法	135

5.5.4	高铁乘务人员鼻部化妆的注意事项	136
5.5.5	高铁乘务人员中各类特殊鼻型的矫正化妆	137
5.6	高铁乘务人员面颊的基础化妆	139
5.6.1	高铁乘务人员面颊的化妆修饰	139
5.6.2	高铁乘务人员腮红的晕染	139
	项目实训	140
	复习思考题	141

## 模块6 各种脸型的化妆 142

6.1	正方形脸的化妆技巧	143
6.2	长方形脸的化妆技巧	144
6.3	正三角形脸的化妆技巧	146
6.4	倒三角形脸的化妆技巧	147
6.5	菱形脸的化妆技巧	148
6.6	圆形脸的化妆技巧	149
6.7	椭圆形脸的化妆技巧	150
	项目实训	151
	复习思考题	152

## 模块7 高铁乘务人员不同的妆容展示 153

7.1	高铁乘务人员日妆	154
7.1.1	高铁乘务人员春季日妆	154
7.1.2	高铁乘务人员夏季日妆	155
7.1.3	高铁乘务人员秋季日妆	156
7.1.4	高铁乘务人员冬季日妆	156
7.2	高铁乘务人员晚妆	157
7.2.1	高铁乘务人员暖妆	157
7.2.2	高铁乘务人员冷妆	158
7.3	高铁乘务人员工作妆	158
7.3.1	高铁乘务人员工作妆的原则	158
7.3.2	女性高铁乘务人员工作妆	159
7.3.3	男性高铁乘务人员工作妆	162

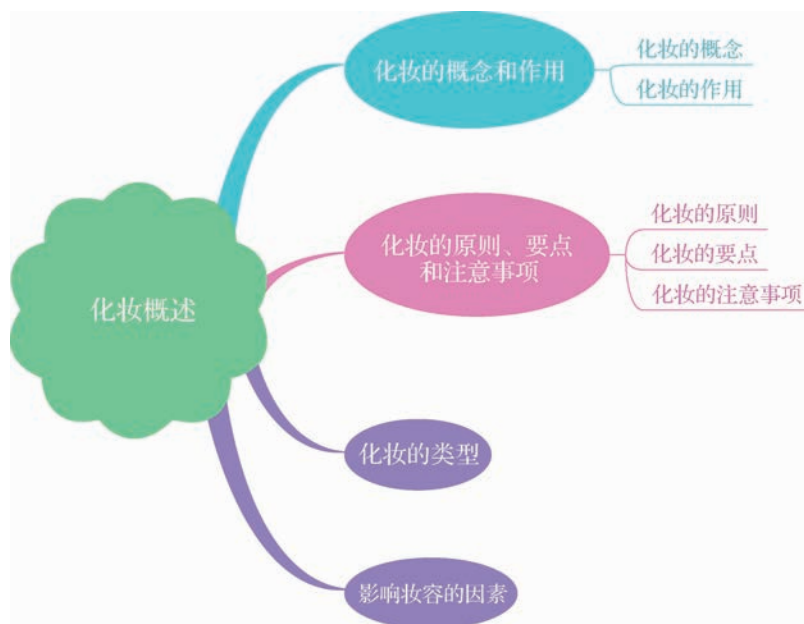


项目实训	163
复习思考题	164
参考文献	165

# 模块 1

## 化妆概述

知识框图



### 知识目标

- (1)了解化妆的概念。
- (2)熟悉化妆的作用。
- (3)了解化妆的类型。
- (4)掌握高铁乘务人员化妆的原则。

### 技能目标

- (1)能够在不同的场合中运用不同类型的化妆。
- (2)能够运用高铁乘务人员化妆的要点来完成乘务工作妆容。



## 1.1 化妆的概念和作用

### 1.1.1 化妆的概念

化妆是指运用化妆品和工具,采取合乎规则的步骤和技巧,对人的面部、五官及其他部位进行渲染、描画、整理,增强立体印象,调整色彩,掩饰缺陷,表现神采,从而达到美容的目的。化妆能表现出人独有的审美情趣,表达个性,增添魅力。成功的化妆能唤起人心理和生理上的潜在活力,增强自信心,使人精神焕发,还有助于延缓衰老。

### 1.1.2 化妆的作用

化妆的作用主要有以下几个:

#### 1. 美化容颜

化妆的直接目的就是美化容颜。人们通过化妆可以调整面部皮肤的颜色,改善皮肤的质感,还可以使五官更加生动、传神。例如,描画眉毛可改善眉毛的形态,晕染眼影可使眼睛显得明亮动人,涂抹腮红可使面色显得更加健康,等等。化妆前后对比如图 1-1 所示。

#### 2. 保护皮肤

化妆不仅能使人容颜美丽,还可以保护皮肤。例如,防晒霜或粉底可保护皮肤避免被阳光过度照射而受到刺激;面霜可滋润皮肤,使之柔软,增强皮肤弹性;爽肤水具有再次清洁皮肤和补水的作用,可使皮肤保持水润;等等。



图 1-1 化妆前后对比

### 3. 矫正缺陷

世界上没有绝对完美的人,即使天生丽质,也会存在些许不足之处,而使用化妆手段来弥补或矫正面部缺陷是化妆的主要作用之一。人们在生活中往往会有这样的愿望:如果眼睛再大一点就好了,如果脸看起来小一些就完美了,如果皮肤没有雀斑该多好。这说明人们对美有着无穷无尽的追求。人们无法选择自己的先天容貌,但后天的修饰可以弥补自身的不足,使自己变得更加漂亮。化妆可通过对“形”与“色”的巧妙运用造成视觉错觉,达到弥补面部缺陷的目的。例如,通过化妆可使扁塌的鼻梁显得立体、较厚的嘴唇显得薄些、小眼睛显得大而有神等。

### 4. 增强自信

随着社会交往的日益频繁,化妆在人们的生活中显得越来越重要。日常交往中,化妆可使人更加活泼、生动;职业活动中,化妆成为尊重他人的原则之一;外事活动中,适度的化妆可以使人更好地代表一家企业甚至一个国家的形象。化妆在为个人增加美感的同时,也大大地增强了人们的自信心。



## 1.2 化妆的原则、要点和注意事项

### 1.2.1 化妆的原则

高铁乘务人员若想在各类场合中都展现出完美的一面,就需要在化妆时遵循以下几项原则。

#### 1. 自然真实的原则

化妆要求自然、真实,在不改变自身特点的基础上进行描画。除需要刻画角色形貌的特殊妆容以外,其他的妆容应以自然、真实、协调、不留痕迹为主要原则,工作妆尤为强调此原

则。高铁乘务人员在化妆时要把握好“自然”这个度,将自己的本色美与修饰美有机地结合,使本色美在修饰美的映衬下变得尤为突出。

## 2. 扬长避短的原则

化妆一方面要突出面部美的部分,使面部显得更加美丽动人;另一方面要遮盖或矫正缺陷及不足的部分。因此,高铁乘务人员在化妆前,应该对自己的情况进行认真的分析,包括脸型、皮肤特点、五官、头发、身材比例、性格、气质等。

## 3. 整体格调统一协调的原则

整体格调统一协调的原则在化妆中显得尤为重要。在化妆前,高铁乘务人员应注意以下四个方面的统一:

- (1) 妆面的设计与发型、服装、配饰的统一。
- (2) 面部妆容与职业、气质、性格的统一。
- (3) 妆面的设计与时间、地点、场合的和谐统一。
- (4) 团队间各成员整体形象的协调统一。高铁乘务服务中的妆容不应该过分强调个人的性格特点。

### 1.2.2 化妆的要点

化妆服务于生活,以美化人的形象为根本目的,因此化妆主要有以下要点:

#### 1. 因人而异

人的容貌是天生的,每个人都有各自的特点。化妆是以个人的基本条件为基础的,个人的基本条件是选择化妆品和化妆技术手法的决定性因素。例如,皮肤较粗糙的人应选用细腻、遮盖力强的粉底,皮肤较黑的人应避免使用浅色的粉底。另外,不同种族的人的面部形态及肤色都不相同,因此,在用色和化妆手法上也有很大差异。化妆还要考虑年龄因素。年轻人的皮肤富有弹性、表面光滑,因此施粉要薄,用色要淡;中年人的皮肤弹性开始下降,而且有微细的皱纹出现,皮肤显得暗淡无光,因此在化妆时要注重技巧,以求遮盖皱纹、改变面色等。除此之外,性格、气质、职业等都是人们在化妆时需要考虑的因素。

#### 2. 因地制宜

化妆必须因地制宜,同样的妆容在不同场合和照明条件下其效果有很大不同,有时甚至还会产生相反的效果。例如,在光线很强的自然环境下,化妆用色就不能太白或偏红,眉、眼、面颊等部位的修饰要细致柔和,因为在明亮的光线下容易暴露修饰的痕迹;在环境空旷、光线明亮和有大量浅蓝色反射光线的环境中,如红色使用过多,妆容就会呈现紫色;在晚上,由于室内是灯光照明,化妆用色可以浓重一些,面部各部位的描画可以适当夸张,特别是在钨丝灯光下,可以大胆用色。由于地域环境的不同,人的皮肤状况和面部特征也不同,人们应根据这些不同采用相应的化妆色彩及局部描画的方法。例如,气候寒冷地区的人所采用的化妆品及化妆技法对气候炎热地区的人来说就不一定适用。

### 3. 因人而异

由于不同时代的社会风尚和潮流不同,化妆的形式也千变万化。社会风尚对化妆的影响很大,社会潮流的变化往往会很快反映在发型、妆容和服饰上。同时,人们还有着应对不同环境的化妆需求。例如,结婚时需要化新娘妆,参加宴会时需要化晚宴妆,等等。

#### 1.2.3 化妆的注意事项

在化妆时应注意以下事项:

##### 1. 具备一定的审美鉴赏能力

具备一定的审美鉴赏能力是化好妆的前提。如果想具备这种能力,高铁乘务人员就需要在平时持续学习和积累有关知识,不断观察和揣摩自身特点,逐步激发、挖掘和培养自己的审美能力,并通过实践不断提高这种能力。

##### 2. 正确选购化妆品

很多人在选购化妆品时会盲目地听从导购或朋友的推荐,有的人甚至认为越贵的化妆品效果越好,最终购买了许多不适合自己的化妆品。在选购化妆品时,高铁乘务人员需要考虑多种因素,如化妆品是否适合自己的肤色、肤质特点,使用时是否有过敏现象,价位是否在自己能承受的能力范围内,是否与自己的气质相匹配等。

##### 3. 合理运用色彩

色彩在整个妆面效果中起着举足轻重的作用。若色彩运用及搭配合理,整个妆面就会显得十分干净,整体形象协调、统一;若色彩运用不恰当,整个妆面就会显得凌乱且不协调。

##### 4. 掌握化妆技巧

要熟练掌握各种化妆的技巧,体会正确、准确、精准、和谐四大要点。化妆的技巧不是短时间内就能掌握的,需要反复学习、实践和提高。



## 1.3 化妆的类型

随着化妆技术的不断成熟,妆容的分类逐渐细化,常见的妆容可分为生活妆、裸妆、生活晚妆、晚宴妆、新娘妆等。人们在化妆时要遵循扬长避短、追求自然、注意整体、创造个性的化妆原则,同时要结合个人的年龄、性别、性格、职业等,以避免产生突兀感。

### 1. 生活妆

生活妆又称淡妆,适用于日常生活和工作,其特点是清新、自然、不做过分修饰,通常展现在自然光条件下。

(1)生活妆的化妆步骤及方法。

①清洁皮肤(见图 1-2)。为了能更好地上妆,同时使妆面的保持时间更长久,化妆之前应做好洁肤工作,使用适合自身皮肤的清洁产品进行皮肤清洁。



图 1-2 清洁皮肤

②眉的修饰(见图 1-3)。事先修好眉型,眉色多选用棕黑色或灰黑色。眉毛要描画得自然、虚实结合,可先用眉刷蘸取适量眉粉刷出眉毛的浓度,再用眉笔做进一步修整。

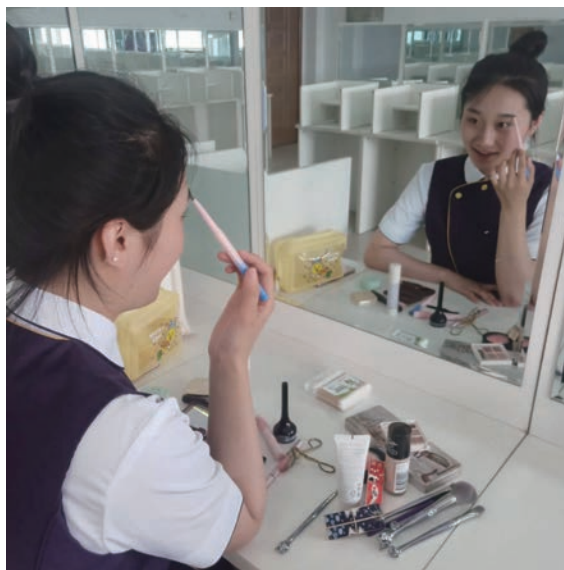


图 1-3 眉的修饰

③上底妆。粉底应涂抹得轻薄、通透、自然,不要过于厚重(见图 1-4)。自身皮肤较好的可以使用轻薄型粉底液,皮肤瑕疵明显的则可使用遮盖力较强的粉底液。

④定妆(见图 1-5)。个体应选用与自身肤色相近、粉质细腻的定妆粉定妆,定妆粉的涂抹应轻而薄。



图 1-4 涂抹粉底



图 1-5 定 妆

### ⑤眼部的修饰。

a. 眼影的用色与晕染方法要根据个人眼型条件进行选择。眼影的晕染面积要小,不宜使用较为夸张的晕染方法,而应采用单色晕染法。用眼影刷蘸取眼影粉从睫毛的根部由外眼角向内眼角涂抹,并逐渐向上晕染,随着眼影刷上的色粉逐渐减少,可表现出自然的眼部结构。



b. 眼线要根据眼型勾画(见图 1-6),线条要流畅自然,注意虚实结合。睫毛浓密、眼型条件好的人可不画眼线,只需强调睫毛的漂亮曲线和浓度;睫毛、眼型条件一般者可选用黑色或棕黑色眼线笔或眼线墨(膏)勾画眼线,画完要用笔或眼线刷把它揉开,尽量使其显得自然。



图 1-6 眼线的勾画

⑥面颊的修饰(见图 1-7)。修饰面颊主要是用腮红晕染,所用腮红要浅淡、柔和。如果肤色健康、着装素雅,可免去这一步骤。



图 1-7 面颊的修饰

⑦唇的修饰(见图1-8)。注意要使唇的轮廓清晰,唇型不宜改变过大,唇型好可不画唇线。涂抹唇膏后可用纸巾将唇膏中过多的油脂吸掉,然后涂一层亮唇彩,使嘴唇显得光彩照人。



图1-8 唇的修饰

⑧发型与服饰的选择。与生活妆搭配的发型和服饰要符合个人的气质、职业、所处环境等方面的因素,使整体显得简洁、大方,有生活气息。

(2)生活妆的注意事项。生活妆的注意事项如下:

- ①生活妆的底色要薄,以强调肤色的自然光泽。
- ②用色要简洁,化妆所用色彩对比要弱。
- ③色彩的晕染与线条的描画要柔和。
- ④一般无须刻意修饰鼻子。

## 2. 裸妆

裸妆就是看起来仿佛没有化过妆一样的妆容,妆容自然清新,虽经精心修饰,但并无刻意化妆的痕迹。裸妆的重点在于粉底要薄,只用淡雅的色彩点染眼、唇及面部其他部位。

裸妆的化妆步骤及方法如下:

(1)上底妆。裸妆对于底妆的要求较为严格,既要做到遮盖瑕疵,又不能呈现出厚重的妆感。薄和透是裸妆底妆最基本的要求。使用蜜粉不仅能够体现肌肤的粉嫩感,还有显脸瘦的作用。先在脸上用具有保湿功效的粉底液进行打底,再用粉扑蘸取适量的蜜粉,对全脸进行快速拍打,感觉蜜粉已经均匀散布在肌肤上即可,如图1-9所示。



图 1-9 裸妆上底妆

(2)眉的修饰。描画眉毛的重点是让眉头处尽可能保持原有的形状,看起来自然为佳,眉锋处色彩最深,眉尾处转淡,眉色的深浅变化能增加眉毛的立体感。

(3)眼部的修饰。裸妆的眼部修饰不宜太夸张,稍微把眼线和眼影强调一下即可。先用黑色的眼线笔画出上、下眼线的  $1/3 \sim 1/2$ ,接着用手指指腹或棉花棒轻轻地把眼线晕染开来,使眼妆效果更显自然。眼尾的位置也应稍微扫上一些眼线。在眼睑到眉毛之间,可以扫上一点浅棕色或者橘棕色的眼影,并稍微描画细小处。明亮大眼需要用纤长的睫毛作为陪衬,这样才能够更具魅力,可先用大号的睫毛夹对整个睫毛进行夹卷,然后使用小号睫毛夹对眼角等细微地方进行修补,接着涂上可使睫毛浓密卷翘的睫毛膏,并用睫毛梳梳理睫毛,打造出根根分明的效果。

(4)唇的修饰。选择与唇膏或唇彩颜色相近的唇笔,画出自己喜欢的唇型,再用唇刷蘸上颜色,涂满双唇,如图 1-10 所示。



图 1-10 裸妆唇的修饰

(5)定妆。用粉扑将蜜粉以点按的方式扑在面部,切忌用粉扑在妆面上来回抹,这样会破坏粉底。防止粉底脱妆的关键在于鼻部、唇部及眼部周围,这些部位要小心定妆。最后用掸粉刷将多余的散粉扫去,动作要轻,以免破坏妆面,如图 1-11 所示。



图 1-11 裸妆定妆

### 3. 生活晚妆

(1)生活晚妆的概念。生活晚妆是指人们在日常生活中参加晚会、晚宴而化的妆,因此被称为晚妆。晚妆能改变形象,使面部更加漂亮,更引人注目。

(2)生活晚妆的特点。

①妆色浓艳。晚间社交活动一般都在灯光下进行,且灯光多柔和、朦胧,不易暴露出化妆痕迹,反而能更加突出化妆效果。如果妆色清淡,就显不出化妆效果。因此,晚妆应化得浓艳些,眼影色彩尽可能丰富漂亮,眉毛、眼型、唇型也可做些适当的矫正,以使整个人显得更加光彩照人。

②引人注目。晚间化妆,一般是出于应酬的需要,处在一种特定的环境中,它给化妆创造了一种愉悦的心境和良好的氛围条件,能使人产生一种梦幻般的感觉,这是施展个人化妆技能的良好时机。因此,化晚妆时可在允许的范围内充分发挥自己的想象力,把自己打扮得更加漂亮,更具魅力,更引人注目。

③清晰明亮。由于晚间灯光比白天弱,因而妆面要化得比白天清晰、明亮些,否则就达不到化妆效果。

(3)生活晚妆的化妆步骤及方法。

①化妆之前,先在面部和颈部涂一层滋润霜,以便发挥粉底的妆效。

②涂粉底。粉底要涂得薄而均匀,使皮肤细腻而有光泽。粉底的颜色宜较肤色略深,偏

红润一些,这样可使皮肤在强光的照射下显得健康、红润。常用立体打底来强调面部的凹凸结构,并弥补脸型的不足。

③定妆。橘色散粉在灯光下会使皮肤显得细腻,面色红润,适用于生活晚妆。散粉要涂抹得薄而均匀,以体现皮肤的质感。此外,使用珠光散粉可增加时尚感。

④修容。通过修容可强调面部的立体感。

⑤眼影的晕染。眼影的色彩搭配要丰富、协调,要注意多而不混。色彩的纯度可略高,以使妆面显得艳丽;色彩的明暗度可略强,以强调眼部的凹凸结构。

⑥画眼线。可根据需要适当画眼线进行修饰,线条可适当加粗,色彩宜浓艳。

⑦睫毛的修饰。自身睫毛较密者可只涂睫毛膏,睫毛膏的颜色可以丰富多彩;反之可粘贴假睫毛,使用的假睫毛在形状和颜色上都可以适当夸张。

⑧眉的修饰。生活晚妆对眉的修饰要求是使眉的线条清晰、颜色浓艳。

⑨唇的修饰。生活晚妆对唇的修饰要求是使唇的轮廓清晰、色彩艳丽。

⑩腮红的晕染。腮红可根据个人的脸型来进行晕染,也可依据流行元素来进行修饰,颜色要与妆色协调。

(4)生活晚妆的注意事项。

①化生活晚妆要艳而不俗,丰富而不繁杂。

②讲究面部凹凸结构和五官轮廓,但不能因矫正过度而失真。

③饰物的佩戴及着装要与妆容整体协调。

#### 4. 晚宴妆

(1)晚宴妆的概念。所谓晚宴妆,是指人们出席各种宴会时所设计的妆容。晚宴妆用于夜晚较强的灯光下和气氛热烈的场合,妆面显得华丽而鲜明。夜间由于光线柔和、幽暗,一般不容易看清化妆的痕迹,因而给化妆修饰创造了条件,妆面底色可以涂得厚些,唇膏和腮红可加红些,并且可以大胆地利用矫正化妆法对眉毛、眼睛、嘴唇做适当的矫正,眼影可以画得夸张、浓艳些。

(2)晚宴妆常用的眼影、腮红及唇膏的颜色搭配。

①深蓝+砖红,砖红,豆沙红。

②浅蓝+黑,深砖红,紫红、暗红。

③粉红+紫红,桃红、紫红,桃红、粉红。

④酒红+黑,酒红,桃红。

(3)晚宴妆的化妆步骤及方法。

①涂粉底。化晚宴妆时可以选择遮盖力强一点的粉底,这样可以遮盖脸部的缺点,T字部位和下眼睑可适当提亮,腮中和额头处也可以适当打些阴影,但应注意颈部和脸部的妆容不能太脱节。

②定妆。整理一下面部,用一点粉饼控制面部油光,或者用古铜色明彩粉轻扑面部、颈部及肩部。化晚宴妆时可以选择透明散粉或带珠光散粉。

③眼影的晕染。晚宴妆的眼影可以画得丰富多彩,色彩搭配可多种多样,层次可增多。也可按个人的喜好,画出有个性的眼影。

④画眼线。沿着上睫毛画一条稍粗的眼线,或者用深色眼影覆盖住原来的眼影。下眼线也需加重,若需要,可以轻轻晕开。为了使眼睛更加明亮动人,晚宴妆眼线可选择黑色或蓝色等颜色。线条可描画得略粗些,但要与眼睛相配,如眼影画得很淡,眼线就不宜画得太深,下眼线也可以不画。

⑤美化双眼皮。晚宴妆的眼型可做适当改变,如两眼大小不同或双眼皮不够明显,可以通过美目贴相应改变。

⑥睫毛的修饰。睫毛可重复涂抹睫毛膏几次,以使修饰效果达到最佳,如自己睫毛不够长,还可以贴假睫毛进行修补。睫毛膏的颜色可选择黑色或蓝色等。涂睫毛膏之前应先夹翘睫毛,这样无论是涂抹睫毛膏还是戴假睫毛,都可以有较好的效果。

⑦眉的修饰。用眉笔加强眉尾线条感,保持眉头的清淡自然。晚宴妆眉的描画要鲜艳,线条要清晰。可以再用睫毛膏轻刷眉毛,使眉型富有立体的虚实感。眉毛要配合脸型来画,可先用眉粉画出眉型,再用眉笔在残缺的部位进行修补。

⑧唇的修饰。选与唇膏相配的唇线笔描出轮廓,然后涂上相应的唇膏。晚宴妆的唇膏可画完一层后在唇边加重颜色,再在唇的中央加上浅颜色唇膏,这样可以使唇型更美,颜色也更丰富。

## 5. 新娘妆

(1)新娘妆的概念。新娘妆是指在结婚典礼上为新娘设计的妆容。结婚是人生中的一件大事,身着精致婚纱礼服的新娘是整个婚礼中最受瞩目的人。因此,新娘妆有别于一般的化妆,要格外慎重。新娘妆不仅要注重脸型、肤色的修饰,使化妆的整体表现突出自然、高雅、喜庆的特点,而且要使妆面能持久,不易脱落。就整体而言,新娘的装扮要特别注重整体美感的呈现,新娘的发型、化妆、配饰、礼服、头纱、捧花均须精心设计,并且要与新娘的仪态、气质相协调。

(2)新娘妆常见的眼影、腮红及唇膏的颜色搭配。

①桃红+宝蓝,砖红,枣红、玫瑰红、粉红。

②紫红+紫,紫红,紫红、桃红。

③粉红+蓝,桃红+紫红,玫瑰红、桃红。

④蓝+砖红,砖红,大红、暗红。

⑤粉红+紫红,桃红+紫红,桃红、粉红。

⑥梅红+灰黑,梅红,暗红。

(3)新娘妆的化妆步骤及方法。新娘妆在面部停留的时间较长,容易自然脱落,要想减少这种现象,化妆前就需要在脸上容易出油、出汗的前额、鼻子、下颌处使用收缩水,使毛孔收缩;面霜不要擦得太多,否则容易脱落。

①涂粉底。上粉底时应在发际、唇部、鼻角、嘴角、脖子等处均匀擦拭。粉底颜色可比自

身肤色稍微浅一点,但不可太白,以粉红色为佳。粉底应选择遮盖力较强的,身体裸露的地方也要一起涂上,颜色要衔接好。脸型丰满者可用阴影修饰,但阴影要自然,特别是在脖子与脸的连接处,不能明显让人看出有两种颜色。

②扑粉。先以粉饼轻轻薄薄地施一层,再以透明蜜粉轻轻按上一层,使粉底更固定。蜜粉可选择透明感较好的,以使脸部看起来更亮,一般可用粉红色散粉或带珠光的散粉。

③眼影的晕染。新娘妆的眼影有多种搭配,可以按服装或新娘个人喜好来定,但要取温暖、有喜悦感的色调,不要涂复杂的多色眼影。

④画眼线。用眼线笔描绘出眼线后,再以眼线液强调眼型。画新娘妆眼妆时,用眼线笔描完后,为使眼影不易脱妆且更具立体感,可用眼线液再描一次。新娘妆的眼线要画得秀气、干净。为了使眼睛更加清澈、明亮,上线靠近睫毛根处要画得黑一些,下线不要画得太粗。

⑤粘假睫毛。先将睫毛夹翘、刷翘,再戴上自然型的假睫毛,使眼睛更立体。可用紫色、蓝色、咖啡色系的睫毛膏轻轻刷在睫毛上,使睫毛看起来更生动。假睫毛不要太夸张,因为需要近距离观看。如有可能,可单根往上粘睫毛,这样会显得更加自然。

⑥眉的修饰。画出柔和自然的眉型,并以眉刷刷匀,亦可以刷上少许与发色相近的眼影粉。不理想的眉毛要根据新娘的眼部与脸部的特点来进行修饰,注意眉毛要画得自然、生动;眉毛的颜色不要太黑,不要超过眼球的深度,且要与头发的颜色相协调。

⑦涂唇膏。唇型不理想者可先画出理想的唇型,再在里面涂唇膏。为了使唇膏能保持长久一点,画完一层后可轻轻扑上一点粉,再涂一层唇膏。唇膏的颜色要与整个面部色调和谐,掌握好分寸,避免化妆痕迹过重。注意要使新娘的嘴角看起来微微上翘,显示出喜悦的心情,并尽量使嘴形漂亮、可爱。

⑧腮红的晕染。新娘妆应化出脸色红润、神采飞扬的效果。在面颊上从太阳穴开始至眼部、颧骨到下颌角以上淡淡地涂一层浅红色可显示面部的丰满与健康,外眼角处也要淡淡地涂上一层,注意与周围颜色相接。

## 6. 实用新娘妆

(1)实用新娘妆的主要特点。实用新娘妆的主要特点是突出喜庆、甜美的气氛,其用色以暖色、偏暖色为主,妆型要求圆润、柔和,充分展示女性的婀娜、柔美。

(2)实用新娘妆的化妆步骤及方法。

①清洁皮肤。为了增强化妆品与皮肤的亲和力,在化妆之前最好做一次深层洁肤的面膜,彻底清洁皮肤,使皮肤更白净,妆面更牢固。

②修眉。新娘应提前用眉钳将眉型修好。如果未提前修眉型,应用剃刀修剪,而不能用眉钳,以避免对局部皮肤产生刺激,影响整个妆面的效果。

③修正液的使用。新娘可用修正液调整肤色,改善肤色。肤色好的可省略。

④涂粉底。实用新娘妆的粉底不宜过厚,以免失真。粉底的颜色可选用比其自身肤色略白或偏粉红的颜色,使新娘的皮肤更显白嫩、细腻,看起来面色红润。皮肤光洁无瑕疵者

可选用透气性强、有透明质感的粉底液；皮肤有色斑者应选用遮盖力强的粉底液或粉饼。为了增加面部的立体感，打粉底时应打高光，但要求高光打得薄而亮；不宜打暗影，以免使妆面有明显的修饰感。如果脸型特别不好，可以在打粉底之后用修容饼来修饰。黑痣和较深的色块应用遮瑕膏遮盖。因要求妆面保持时间长，故不宜选用含油脂过多的面霜、粉底。

⑤定妆。粉色散粉可使新娘显得皮肤细嫩、面色粉白。因实用新娘妆的粉底较薄，故散粉不宜过多，以免有粉质感。

⑥眼影的晕染。眼影的色彩搭配宜简洁，色调宜柔和，明暗对比不宜过强，颜色与服饰搭配要协调。一般来说，穿传统服饰时选用的眼影以暖色调为主，如桃红色、大红色、粉红色、玫瑰红色、橘红色、棕红色等，可以显得喜庆、华丽；穿西式白纱裙和晚礼服时眼影可选用冷色调，如粉蓝色、粉绿色、银白色、蓝灰色、紫色等，可以显得清新、迷人。

⑦画眼线。眼线部分，只用浅色的眼线笔画眼线并晕染眼部线条，然后扫上白色自然的眼影，让眼睛更明亮。

⑧睫毛的修饰。重点体现眼部睫毛的浓密感，但不能脱离清新的感觉，因此假睫毛尽量要有层次。配合渐进晕染的紫色眼影，会使眼部愈加迷人。

⑨眉的修饰。眉的修饰应注意线条清晰、流畅，不宜突出眉峰。眉型可根据自身脸型进行描画，眉色宜清淡、自然，颜色过渡要柔和、有立体感。

⑩唇的修饰。在实用新娘妆中，唇的轮廓要清晰，唇型要饱满、圆润，唇色要柔和、自然。

⑪腮红的晕染。要根据新娘的脸型进行腮红的晕染，并注意实用新娘妆的腮红应与妆色协调。

## 7. 摄影新娘妆

(1) 摄影新娘妆的概念。摄影新娘妆是指运用现代美容化妆技巧，为配合摄影师的创意拍摄，把新娘最美的形象定格在摄影画面之中而为新娘设计的妆容。

(2) 摄影新娘妆的化妆步骤及方法。

①涂粉底。摄影新娘妆应选用遮盖力强的粉底，这样可使皮肤显得细腻而有光泽。粉底的颜色应略偏粉红色，以使面色显得红润。基底可略厚，从而将面部的瑕疵和本身的肤色遮盖。此外，立体打底可强调面部的立体感和矫正脸型。

②定妆。摄影新娘妆定妆可选用粉色散粉，以使皮肤显得细腻红润。因粉底厚，散粉应多一些，以达到妆面持久的目的。

③眼影的晕染。摄影新娘妆中眼影的色彩搭配要求简洁、色调柔和，明暗对比强。眼影的用色基本与实用新娘妆相同。

④画眼线。摄影新娘妆中的眼线可尽量改变眼型，使其完美。眼线的线条可适当加粗，可略夸张一些，以增加眼睛的神采。

⑤睫毛的修饰。新娘可粘贴假睫毛。假睫毛宜选用仿真睫毛，注意假睫毛应与自身睫毛合为一体。

⑥眉的修饰。摄影新娘妆的眉型应柔和、舒缓，线条清晰、流畅，不宜突出眉峰。眉色要



自然,过渡要柔和、有立体感。

⑦唇的修饰。摄影新娘妆的唇型要轮廓清晰、饱满,唇峰不宜有棱角。唇色要柔和、有立体感。

⑧腮红的晕染。根据脸型进行腮红的晕染,颜色要柔和、自然。

## 8. 透明妆

在化透明妆时,首先要在化妆对象皮肤状态比较好的情况下用滋润液滋润皮肤,再用修正液修正皮肤的颜色,使皮肤具有透明感,然后用液质粉底打底,仔细地遮盖每个部位。因透明妆也需要提亮,故应选一种比原粉底浅的液质粉底用以提亮,再用一种咖啡色液质粉底来修正脸部缺点。这几种粉底都要非常薄,并要合理使用,以把脸上凹凸的部位修平。完成打底后用一种粉红色、有透明感的胭脂膏在脸颊上薄薄地抹敷,以显得红润、有血色。打完粉底后,还要扑上一层透明散粉。扑完散粉后,也可以用大刷子在脸部做局部修正。透明妆的眼影应用一种颜色,常使用暖色调色彩,如橙红色。眼影的重点在眼睛边缘。夹翘睫毛并涂上睫毛膏,通常这个步骤是在化妆的最后做的,但为追求效果可以提前进行。把嘴唇的唇线用粉底遮盖一下,不用画唇线的嘴唇直接用唇刷涂抹一种粉红色的透明唇膏。把眉毛先用眉粉修出一条柔柔的形状后再用眉笔轻画形状,力求使眉毛有根根分明的质感。

## 9. 戏曲舞台妆

戏曲舞台妆是一种脸谱式的妆面,要求分清生、旦、净、末、丑角的特点。由于舞台的照明较强,以及演员与观众的距离较远,因而演员的脸色较浓,色彩鲜艳,五官轮廓描画得较夸张,完全改变了演员的原有形象。传统戏曲舞台妆使用的化妆品以油彩为主,根据角色采用涂、画、勾、描等化妆技巧来塑造形象。随着戏曲事业的不断发展,化妆材料、工具、造型方法也日益丰富。伴随着戏曲观念的更新、表演风格的多样化等,化妆造型已经不再局限于美化演员或仅仅是塑造角色的外部形象。化妆造型从某种意义上参与了整个戏曲的演出活动。化妆作为一门造型艺术,经历了漫长的历史演变,在每一个历史时期都有明显的标志。人们在创造时尚、创造流行时不妨回过头去看看,或许在先辈留下的文化遗产中可以找到许多现今也可以拿来一用的造型元素。

## 10. 欧式妆

(1)欧式妆的概念。欧式妆是东方人为使自己的脸型结构更加立体,而模仿欧洲人脸型结构特点所设计的妆面。欧式妆不是一般生活中常用的妆类,它的出现更多是在舞台、摄影等需要改变很大的情况。欧式妆主要是对眼睛和嘴唇的修饰,眼睛主要是用大地色系画出神韵和深邃感,嘴唇部分主要追求自然和性感。

(2)欧式妆的眼影、腮红及唇膏的颜色搭配。

- ①深蓝+黑,咖啡,深蓝。
- ②咖啡+黑,咖啡,豆沙红。
- ③灰+黑+橘黄,橘黄,肉粉。
- ④金+咖啡,砖红+咖啡,暗橘。

⑤炭灰+银白,深砖红,酒红。

(3)欧式妆的化妆步骤及方法。

①修容。用修容刷沾染深棕色修容饼,在下巴两侧、颧骨或是太阳穴处刷扫,利用深棕色在脸上创造阴影效果以形成鹅蛋脸。此方法不仅可以淡化“婴儿肥”,还能修饰高耸的颧骨与较为突出的太阳穴。

②眉的修饰。眉毛很短会使脸的上部分看起来很宽、额头和颧骨很高,所以现在流行画略微粗长些的自然眉型。眉型较好者只要修剪眉上的杂毛即可,因为杂毛会让眼睛无神,眼皮黯淡。在颜色选择上,注意眉色一定要比头发浅,不然会使人看起来面显凶恶。

③眼部的修饰。要想眼睛变大,就要让眼影范围超出眼尾3~5 mm。很多人为了遮盖颧骨喜欢披发,但穿高领戴围巾时披发就会显得臃肿,运用眼影描画技巧并把睫毛画得更浓密些,就可以大胆地把头发束起来。

④唇的修饰。天生嘴小者可以用带珠光的唇线笔画唇型,然后竖着用唇线笔抹满嘴唇,这样唇纹就会浅,再涂上有光泽感的唇蜜,这样可以使嘴唇看起来更翘些。嘴巴太小则可选择贴近肤色的肉粉色唇彩,用深色唇彩只会使嘴和脸的界限更明显。

⑤腮红的晕染。腮红晕染得恰到好处会显得脸圆,而选择粗的圆形刷子可以让晕染范围更大、颜色更浅,从而使腮红与皮肤的界限不明显。瘦脸彩妆的关键就是使化妆范围变大、剩下部分变小,这样脸看起来就会变瘦。



## 1.4 影响妆容的因素

妆容设计是个人形象设计的重要方面。在社交中,对一个人的好恶亲疏往往是在见面之初根据对对方妆容的印象“有感而发”的,这种对他人妆容的观感除了先入为主之外,还往往一成不变,其影响可谓大矣。一个人的妆容,大体上受到以下两大因素的影响。

### 1. 本人的先天条件

一个人相貌如何,通常主要受血缘遗传影响。不管一个人是天生丽质,还是长得丑陋不堪,实际上一降生到人世便已“命中注定如此”,其后的发展变化往往不会与先天条件相去甚远。

### 2. 本人的修饰维护

每个人的先天条件固然头等重要,然而这么说并非意味着一个在妆容方面先天条件优越的人便可以过分地自恃其长,而不去进行任何后天的修饰或维护。事实上,修饰与维护对于妆容的优劣而言往往起着一定的作用。一个正常人倘若不注意对本人的妆容进行合乎常规的修饰与维护,在他人的心目中往往也难有良好的个人形象。因此,平时必须时刻不忘对自己的妆容进行必要的修饰和整理,做到“内正其心,外正其容”。

在人们的心目中,高铁乘务人员天生丽质,不需要化妆就已经拥有一副美丽的容颜,殊不知,化妆不仅是为了使自己变得更加漂亮,还具有更为深层的目的。高铁乘务人员化妆是一种职业规范的要求、职业道德的体现、职业活动的需要。通过人为的修饰,更能反映出新时代高铁乘务人员的职业风貌。



## 项目实训

### 高铁乘务人员化妆要点实训

#### 【实训目标】

- (1)能够通过教师的讲解、讨论掌握相应的知识点。
- (2)初步学习团队合作,发挥每一个团队成员的能力,学习小组讨论、分析评价的方法,并对讨论问题进行记录和文字小结,完成讨论。
- (3)能够培养初步的自主学习能力。

#### 【实训内容与要求】

- (1)由教师介绍实训的目的、方式、要求,调动学生参与实训的积极性。
- (2)对学生进行分组,确定各小组的组长和人员分工,学习小组学习方式,制订小组计划,了解团队要做什么、要达到什么目的。
- (3)由教师介绍高铁乘务人员化妆要点及讨论的话题“化妆究竟有什么用”。
- (4)各小组对教师布置的问题进行讨论,并记录小组成员的发言。
- (5)根据小组讨论记录撰写讨论小结。
- (6)各组相互评议,教师点评、总结。

#### 【实训成果与检测】

- (1)成果要求。
  - ①提交实训讨论记录:教学分组按3~5名学生一组,设组长1人、记录员1人,每组必须有小组讨论、工作分工的详细记录,以作为考核成绩的依据。
  - ②能够在规定的时间内完成相关的讨论,学习团队合作方式,撰写文字小结。
- (2)评价标准。
  - ①上课时积极与教师配合,积极思考、发言。
  - ②认真完成实训,积极参加小组讨论,分析问题思路较宽。分析基本完整,能结合所学理论知识解答问题。
  - ③团队配合较好,积极参与小组活动,分工合作较好。

## 复习思考题

- (1) 简述化妆的概念。
- (2) 简述高铁乘务人员化妆的原则。
- (3) 简述化妆的种类。
- (4) 简述化妆的作用。