المملكة العربية السعودية
المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني
الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج

المعاهد الصناعية الثانوية

الحقيبة التدريبية :

تقنيات الحلاقة والتجميل

في تخصص الحلاقة



قلم الجزائر | WWW.DZPEN.COM

مقدمة

الحمد لله وحده،والصلاة والسلام على من لا نبي بعده، محمد بن عبد الله وعلى آله وصحبه، وبعد:

تسعى المؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني لتأهيل الكوادر الوطنية المدربة القادرة على شغل الوظائف التقنية والفنية والمهنية المتوفرة في سوق العمل، ويأتي هذا الاهتمام نتيجة للتوجهات السديدة من لدن قادة هذا الوطن التي تصب في مجملها نحو إيجاد وطن متكامل يعتمد ذاتياً على الله ثم على موارده وعلى قوة شبابه المسلح بالعلم والإيمان من أجل الاستمرار قدماً في دفع عجلة التقدم التنموي: لتصل بعون الله تعالى لمصاف الدول المتقدمة صناعياً.

وقد خطت الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج خطوة إيجابية تتفق مع التجارب الدولية المتقدمة في بناء البرامج التدريبية، وفق أساليب علمية حديثة تحاكي متطلبات سوق العمل بكافة تخصصاته لتلبي متطلباته ، وقد تمثلت هذه الخطوة في مشروع إعداد المعايير المهنية الوطنية الذي يمثل الركيزة الأساسية في بناء البرامج التدريبية، إذ تعتمد المعايير في بنائها على تشكيل لجان تخصصية تمثل سوق العمل والمؤسسة العامة للتدريب التقني والمهني بحيث تتوافق الرؤية العلمية مع الواقع العملي الذي تفرضه متطلبات سوق العمل، لتخرج هذه اللجان في النهاية بنظرة متكاملة لبرنامج تدريبي أكثر التصاقاً بسوق العمل، وأكثر واقعية في تحقيق متطلباته الأساسية.

وتتناول هذه الحقيبة التدريبية " **تقنيات الحلاقة والتجميل** " لمتدربي دبلوم " **الحلاقة** " للمعاهد الصناعية الثانوية موضوعات حيوية تتناول كيفية اكتساب المهارات اللازمة لهذا التخصص.

والإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج وهي تضع بين يديك هذه الحقيبة التدريبية تأمل من الله عز وجلً أن تسهم بالشكل مباشر في تأصيل المهارات الضرورية اللازمة، بأسلوب مبسط يخلو من التعقيد، مدعم بالتطبيقات والأشكال التي تدعم عملية اكتساب هذه المهارات.

والله نسأل أن يوفق القائمين على إعدادها والمستفيدين منها لما يحبه ويرضاه؛ إنه سميع مجيب الدعاء.

الإدارة العامة لتصميم وتطوير المناهج

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

الفهـــرس

الموضـــوع	رقم الصفحة
مقدمة	1
الفهرس	2
تمهيد	5
الوحدة الأولى: العناية بالبشرة	6
الهدف العام من الحقيبة	7
هدف الوحدة العام	8
الجلد	9
وظائف الجلد	10
النظام الغذائي	11
دور العرق	12
القناع الطيني	13
حمام البخار للوجه	14
إزالة الشعر بالليزر	15
التقشير الكريستالي	16
علاج حب الشباب بالمواد الطبيعية	17
قائمة التمارين وإجراءات السلامة	18
التمرين الأول: إزالة الشعر من الوجه بالليزر	19
التمرين الثاني: القناع الطيني لشد البشرة	21
التمرين الثالث: حمام بالبخار للوجه	23

التمرين الرابع: التقشير الكريستالي للبشرة	25
التمرين الخامس: علاج حب الشباب	27
تقويم المدرب	29
الوحدة الثانية: العناية بالشعر	30
هدف الوحدة العام	31
مكونات الشعرة	32
الـ **ph**	33
تساقط الشعر	34
طرق علاج تساقط الشعر	35
علاج الشعر بالكراتين	36
فرد الشعر باليوكو	37
اللون الطبيعي للشعر	38
قصات الشعر	39
قائمة التمارين وإجراءات السلامة	41
التمرين الأول: علاج الشعر بمستحضر الكراتين	42
التمرين الثاني: صباغة الشعر الأبيض بالشامبو الملون	44
التمرين الثالث: تمليس الشعر باليوكو	46
التمرين الرابع: قصة الشعر الطويل المناسبة للوجه	48
التمرين الخامس: قصة الشعر بالموس المناسبة لشكل الوجه	51
تقويم المدرب	55
الوحدة الثالثة: أنواع الماكياج	56
هدف الوحدة العام	57

إشكال الوجوه	58
الماكياج التصحيحي	60
ماكياج التمويه	61
الماكياج التصويري	62
قائمة التمارين وإجراءات السلامة	63
التمرين الأول: الماكياج التصحيحي	64
التمرين الثاني: الماكياج التصويري	67
التمرين الثالث: ماكياج التمويه	70
تقويم المدرب	73
الوحدة الرابعة: تسريحات الشعر	74
هدف الوحدة العام	75
أنماط الشعر	76
تسريحات الشعر المجعد	77
تسريحات الشعر الطويل	78
قائمة التمارين وإجراءات السلامة	80
التمرين الأول: تسريحة الشعر بالجل و السشوار	81
التمرين الثاني: تسريحة الشعر الطويل	83
التمرين الثالث: تسريحة الشعر متوسط الطول	85
التمرين الرابع: تسريحة الشعر بفير السيراميك	88
تقويم المدرب	90
المراجع	91

تمهيد

من الأهمية لكل رجل أن يحافظ على أناقته ومظهره الخارجي تماشيا مع متطلبات العصر الذي أصبح المظهر الخارجي من أساسيات الحياة فيه، لهذا أصبح اهتمام الرجال بالحلاقة و التجميل كبيرا، على اعتبار أنها جزء من حياتهم اليومية، وقد تطورت هذه المهنة مع تطور الزمن حتى أصبحت على ما هي عليه اليوم، وابتكرت لها وسائل إضافية تساعد على تحسين أدائها.

تعد هذه الحقيبة الجزء السابع من حقائب الحلاقة وتدرب في الفصل التدريبي السادس على مدى(**208**) ساعة تدريبية حيث تحتوي على الوحدات التدريبية التالية:

الوحدة الأولى: العناية بالبشرة والتي تشمل الأقنعة الطينية وحمام البخار ومختلف عمليات التقشير ألكريستالي التي تضفي جمالا وإشراقا على البشرة ,كذلك عمليات إزالة التجاعيد وعلاج حب الشباب من البشرة .

الوحدة الثانية: العناية بالشعر,وتحتوي هذه الوحدة على مختلف عمليات علاج الشعر الدهني والجاف كذلك حالات تساقط الشعر أسبابه وطرق علاجه كما تحتوي على مختلف أنواع قصات الشعر خاصة منها الحديثة والابتكارية.

الوحدة الثالثة : ماكياج التصوير والذي يعد من أساسيات مختص الحلاقة و التجميل أن يتقن عمليات الماكياج التصحيحي وماكياج التمويه, حيث يجب على المتدرب أن يعرف أشكال الوجوه ونوعية الإضاءة المناسبة لعمل الماكياج التصوير .

الوحدة الرابعة : تسريحات المناسبات الخاصة و تحتوي هذه الوحدة على مختلف أنواع الشعر وتقنيات تصفيف الشعر بالسشوار وفير السيراميك والتسريحات الابتكارية المناسبة لشكل الوجه.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

الوحدة الأولى

العناية بالبشرة

الهدف العام من الحقيبة :

تهدف هذه الحقيبة إلى إكساب المتدرب المهارات اللازمة لمختلف عمليات العناية بالشعر والبشرة والاهتمام بمظهر الرجل.

تعريف بالحقيبة :

تحتوي هذه الحقيبة على المهارات اللازمة لتنفيذ مهارات تجميل الشعر والبشرة والعناية بمظهر الرجل. وتعتبر هذه الحقيبة الجزء السادس من حقائب الحلاقة وتدرب في الفصل التدريبي السادس على مدى (**208**) ساعة تدريبية.

الوقت المتوقع لإتمام الحقيبة التدريبية :

يتم التدريب على مهارات هذه الحقيبة في(208) ساعة تدريبية موزعة كالتالي:

الوحدة الأولى	**العناية بالبشرة**	39 ساعة
الوحدة الثانية	**العناية بالشعر**	91 ساعة
الوحدة الثالثة	**أنواع الماكياج**	39 ساعة
الوحدة الرابعة	**تسريحات الشعر**	39 ساعة

هدف الوحدة العام :

أن يكون للمتدرب القدرة على إتقان مختلف عمليات تجميل البشرة والعناية بها.

الأهداف الإجرائية : عندما تكمل هذه الوحدة يكون لك القدرة على:

1. إتقان عملية إزالة الشعر باستخدام جهاز الليزر .
2. إتقان عمليات الأقنعة الطينية لحماية البشرة من الترهل .
3. إتقان عملية إزالة التجاعيد من الوجه .
4. إتقان عملية التقشير ألكريستالي.
5. إتقان عملية علاج مختلف أنواع حب الشباب بالمواد الطبيعة.
6. تنفيذ عملية تشخيص البشرة بإتقان.
7. معرفة مكونات الجلد ووظائفه.
8. معرفة مختلف الأقنعة المناسبة للبشرة.
9. معرفة النظام الغذائي المناسب .

مستوى الأداء المطلوب :

أن يصل المتدرب إلى إتقان هذه الجدارة بنسبة 85٪.

الوقت المتوقع

39 ساعة.

الوسائل المساعدة:

- عارض ضوئي.
- عارض بيانات.
- أشرطة فيديو.
- بشرة طبيعية.

متطلبات الجدارة:

اجتياز جميع الحقائب السابقة.

في هذه الوحدة نتعرف على مختلف مراحل تنظيف البشرة والعناية بها من خلال تقنيات التجميل الحديثة. إن اللّه خلق الإنسان في أحسن تقويم وكرمه أعظم تكريم وسخر له الكون أحسن تسخير , ومن يتأمل في نصوص الشرع يرى الاعتناء بالجمال و الحث عليه .

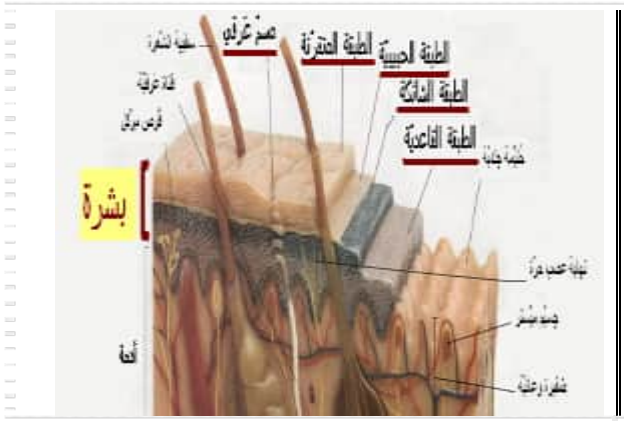
(لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ) التين: (4) (وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُوَرَكُمْ) غافر: (64)

الجلد: هو الغطاء الخارجي للجسم و هو يمثّل مساحة(**1.7**) متر مربّع تقريبا يتشكّل الجلد من نسيج خاصّ يكاد يكون فريدا من نوعه يجعله قابلا للتّأقلم مع الوسط الخارجي و هو صلب و متين و مرن جدّا. الجلد هو أكبر عضو في جسم الإنسان وهو يؤدي دور مهم جدا في المحافظة على الجسم. وهو حاجز سميك يقي الأعضاء الداخلية من العدوى والتّلوث والأذى وأشعّة الشّمس الضارّة. كما يساعد في التّحكّم بدرجة حرارة الجسم وتثبيتها.

مكونات الجلد: يتكوّن الجلد من قسميْن أساسييْن: البشرة والأدمة.كما يوجد تحت الأدمة نسيجه تحت الجلديّة تسمّى اللّحمة غنيّة بالمواد الدّهنيّة والأوعية الدّمويّة

البشـــرة: الطبقة الخارجية من الجلد هي البشرة, ويغطّيها الكيراتين البروتين القرنيّ القويّ الذي هو أيضا من المكوّنات الأساسيّة للشّعر والأظافر. وبشرة الجلد في تجدّد مستمرّ تطرح من سطحها الخلايا الميّتة ويحل مكانها الخلايا الجديدة المولّدة من قاعدتها .وطبقة القاعدة هذه تنتج أيضا حبيبات الجلد الصّباغيّة المسمّاة الميلانين.

الأدمـــة: الأدمة هي طبقة الجلد الغائرة تحوي معظم تراكيب الجلد الحيّة, وتتضمّن نهايات عصبيّة وأوعية دمويّة وألياف مرنة والغدد العَرقيّة التي تبرّد الجسم (ليحتفظ بدرجة حرارته) والغدد الدّهنيّة التي يبقي إفرازها الزّيتيّ الجلد طريّا.





وظائف الجلد :

من أهم وظائف الجلد هو استخدامه كحاسة للمس وهي أكثر الحواس الخمس تعقيدا وأكثرها أهمية فالجسم يمكن أن يعمل بلا ضرر يذكر في غياب حواس السمع والبصر والشم والذوق. ولكن في غياب حاسة اللمس فإن الجسم قد يتعرض إلى ضرر كبير قد يؤدي به إلى الهلاك وذلك بسبب عدم تكيفه مع الجو المحيط به. ويستخدم الإنسان هذه الحاسة للتعرف على درجة حرارة الجو المحيط بجسمه لكي يتخذ التدابير اللازمة لحماية جسمه من الحرارة الزائدة أو البرودة الزائدة وكذلك التعرف على الأشياء التي تلامس أو تضغط على جسمه والتعرف كذلك على خصائص الأجسام المختلفة كالصلابة والليونة والخشونة والنعومة والطراوة واليبوسة وخاصة من خلال خلايا الحس الموجودة في أصابع اليد. وسيوقن القارئ بعد التعرف على تركيب الجلد وعلى الآليات التي يستخدمها للقيام بوظائفه المختلفة على أكمل وجه أن هذا الجلد لا يمكن أن يصمم إلا من قبل صانع لا حدود لعلمه وقدرته وهو القائل سبحانه وتعالى :

(إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِنَا سَوْفَ نُصْلِيهِمْ نَارًا كُلَّمَا نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَّلْنَاهُمْ جُلُودًا غَيْرَهَا لِيَذُوقُوا الْعَذَابَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَزِيزًا حَكِيمًا) (56) النساء.

الحواس الخمس للجلد	

النظام الغذائي : نصائح للتغذية: تتمثل في عدم تناول الشخص نظاما غذائيا متكاملا يضر بكل عضو في الجسم، ويتضح ذلك أكثر مع الشعر. إلى جانب عوامل أخرى عديدة منها التغيرات الهرمونية - الضغوط - الصدمات ...

❖ فيتامين (أ) يساوى فروة صحية

مصادره الغذائية :الخضراوات الورقية ذات اللون الأخضر الداكن –البرتقال- الفواكه الصفراء –الخضراوات .

❖ فيتامين ب) المركب ينظم إفراز الزيوت ويعمل على بقاء الشعر صحيا ورطبا

مصادره الغذائية: الحبوب - الطماطم -اللحم المنزوع الدسم -الكبد - الخميرة -البيض - الخضراوات الخضراء.

-نقص البيوتين الحاد (Biotin)إحدى أنواع فيتامينات (ب) يؤدى إلى تساقط الشعر، ويظهر تأثيره بشكل فعال مع فيتامين(ب5، ب12) والحامض الفولى.

مصادره الغذائية: القرنبيط- الزبادي- موز- خبز من القمح الخالص.

-المعادن مثل الزنك أو الحديد أو النحاس الأحمر تقوى الشعر.

مصادرها الغذائية : الزنك: اللحم الأحمر الخالي من الدهون - الدجاج - القرع - الخضراوات الخضراء.

-الحديد : اللحم البقرى- المشمش المجفف -اللحم الأحمر الخالي من الدهون - البقدونس - البيض - حبوب القمح -حبوب عباد الشمس -النحاس الأحمر: فواكه البحر- بياض البيض.

ملحوظة: نقص الحديد هو سبب أساسي في تساقط الشعر,البروتينات مهمة للشعر لأنها تمثل 97٪ من مكوناته والتي تتدرج تحت اسم الكراتين (Keratin)

مصادرها الغذائية : اللحم الخالي من الدسم -الحبوب .

تنظيم الوجبات الغذائية



دور العرق: للعرق وظائف عدة أهمها تبريد جسم الإنسان فعند ارتفاع درجة حرارة الجسم ترسل المستقبلات الحسية الحرارية الموجودة في الجلد إشارات للدماغ الذي يقوم بإرسال أوامر بفتح مسامات الجلد ليخرج العرق فيعمل عند تبخره من سطح الجلد على امتصاص كمية من حرارة الجسم فيبرد. ومن وظائفه حماية سطح الجلد من الجفاف والعمل بالتعاون مع الكلى على تنظيم كمية الماء والأملاح في الجسم وكذلك إخراج الأملاح الزائدة وبعض المواد السامة من الجسم ويعمل كذلك على قتل بعض أنواع البكتيريا باستخدام أنزيمات موجودة في العرق.

أما وظيفة الشعيرات الدموية إلى جانب دورها الأساسي فهي تروي خلايا الجلد و تبريد الجسم. ولذلك نجد شبكة كثيفة من الشعيرات الدموية تحت طبقة البشرة مباشرة والتي يوجد فيها تعرجات كثيرة على شكل حلمات لتستوعب هذا العدد الكبير من الشعيرات. ويبلغ متوسط طول الشعيرات الدموية في السنتيمتر المربع الواحد من سطح الجلد نصف متر.

ويتم التحكم بدرجة حرارة الجسم من خلال نظام تحكم يستخدم التغذية الراجعة السالبة فعند ارتفاع درجة حرارة الجسم فإن الأوامر تصدر عن الدماغ إلى توسع هذه الشعيرات لتمر من خلالها كميات كبيرة من الدم الحار والذي سيبرد نتيجة لإشعاع جزء من حرارته من أسطح هذه الشعيرات ومنها إلى سطح الجلد. أما عند انخفاض درجة حرارة الجسم فإن الأوامر تصدر ع الدماغ إلى تضييق هذه الشعيرات وتقل كمية الدم المار من خلالها فتقل بالتالي كمية الحرارة المشعة من سطح الجلد.

وأما المكون الخامس من مكونات الأدمة وما تحت الأدمة فهي المستقبلات الحسية حيث يوجد منها ستة أنواع تتواجد على أعماق مختلفة عن سطح الجلد وتستجيب لأنواع مختلفة من المؤثرات. وقد صنف العلماء هذه المستقبلات إلى ثلاثة أنواع رئيسية وهي المستقبلات الحرارية ,وتستجيب للتغيرات في الحرارة والبرودة والمستقبلات الميكانيكية حيث تستجيب للمس الخفيف والضغط القوي والاهتزازات وحركة الشعر ومستقبلات الألم (Nociceptor) وتستجيب لأي ضرر قد يصيب الجلد. وعند دراسة تركيب هذه المستقبلات الحسية يتجلى للدارس مدى علم الله وقدرته في تصميمها. بل إن المطلع على ما يصنعه البشر اليوم من حساسات (sensors) لاستخدامها في التطبيقات المختلفة يجد الفارق الكبير بين صنع البشر وصنع خالق البشر وصدق الله العظيم القائل:

(صُنْعَ اللَّهِ الَّذِي أَتْقَنَ كُلَّ شَيْءٍ إِنَّهُ خَبِيرٌ بِمَا تَفْعَلُونَ) (88) النمل.

القناع الطيني :

من فوائد القناع الطيني الطبيعي لشد البشرة أنه يستخدم لعلاج انفاخات العين فهو خلاف لبقية الأقنعة الأخرى التي توضع بعيدا عل منطقة العين لكن القناع الطيني الطبيعي يوضع على الوجه بأكمله مع منطقة العين ولا خطر من ذلك . إن قناع الطين مفيد جدا لعلاج الإنفاخات والهالات السوداء والتجاعيد حول العين.

شد الوجه : إن الإنسان يتعرض إلى عوامل كثيرة تؤدي إلى ظهور التجاعيد في الوجه ومن هذه العوامل التي تؤثر بصورة مباشرة أو غير مباشرة في ظهور التجاعيد في الوجه .

1- التقدم في العمر لأنه بزيادته يزداد تعرض الإنسان لعومل الخارجية المحيطة به وبالتالي زيادة التجاعيد في الوجه.

2- التدخين من العوامل المهمة في الظهور المبكر للتجاعيد.

3- القلق والتوتر المستمرين يؤدي إلى الإفراط في استخدام عضلات الوجه وبالتالي لزيادة التجاعيد.

4- الشمس والتعرض المفرط لأشعة الشمس المحرقة.

5- العوامل الوراثية والتي لها دور في تكون التجاعيد بصورة مبكرة.

6- التعب المستمر والسهر وعدم النوم له تأثيرات كبيرة في تكوين التجاعيد في الوجه.

7- نقص في الفيتامينات والعناصر الطبيعية المهمة في ديمومة ونضارة الجلد.

8- استخدام الماكياجات بصورة كثيفة ومستمرة تعرقل من حيوية الجلد .



القناع الطيني لشد البشرة

حمام البخار للوجه :

تعد حمامات البخار من الوصفات التجميلية المتوارثة من حضارة لأخرى و من بلد لآخر منذ زمن بعيد قد شاع استخدامه بين اليونانيين القدامى والرومان ثم انتقل لبلاد الأتراك وعرف باسم الحمام التركي وحمام البخار للوجه هو عبارة عن بخار الماء المغلي والمتصاعد بهواء من الجهاز الخاص ليبلل الوجه حتى التعرق حيث يعمل على زيادة تنشيط وتحسين الدورة الدموية في البشرة ويساهم في تفتيح المسام للتخلص من أكبر قدر ممكن من والإفرازات الدهنية والسوائل الزائدة والمواد الضارة. فهي طريقة مفيدة لتنظيف البشرة كما يعمل على تحسين الدورة الدموية في أنسجة الجلد مما يجعل البشرة تبدو أكثر إشراقا .

يجب تعريض الوجه بالبخار قبل وضع القناع و هذه الطريقة مفيدة للبشرة الزيتية أو الكثيرة البثور. لكن لا يوصي بالبخار للبشرة الجافة والحساسة أكثر من مرة في الأسبوع .

يجب على الإنسان أن يتناول الكثير من السوائل خاصة أنه يخسر من جسمه الكثير من الماء في فصل الصيف عن طريق إفرازات العرق فضلا على أن السوائل تسهل عملية الهضم وتشعره بالراحة.

أنواع حمام البخار

أفضل طريقه لعمل حمام بخار ينعش البشرة هي إضافة بعض الأعشاب (البابونج , النعناع ,ماء الورد) في الماء الساخن



إزالة الشعر بالليزر :

إزالة الشعر بالليزر وسيلة علاجية فعالة حيث يقوم شعاع الليزر بإرسال حزمة من الطاقة إلى جذر الشعرة الملون و تقوم البصيلة بامتصاص هذه الأشعة فيدمرها و يوقف نموها . يناسب الليزر أي منطقة من الجسم تعاني من الشعر الزائد ، بما أن الليزر يعالج أكثر من بصيلة في نفس الوقت إن عملية نزع الشعر بالليزر هي الوسيلة الآمنة للتخلص من الشعر غير المرغوب فيه من الجسم دون التأثير على المسامات الدقيقة بالجسم أو تعريض خلاياه للضرر ، حيث أنه يمكن التخلص من شعر الوجه في ظرف عشر دقائق أما منطقة الظهر و الأرجل و المناطق الأكبر من الجسم فإنها تحتاج إلى وقت أطول قليلا .

يعتبر الليزر الطريقة المثلى لتحديد الذقن للرجال بشكل طويل الأمد و التخلص من الحلاقة اليومية يتكون الشعر من مادة الكيراتين وهو البروتين نفسه الذي تتكون منه الأظافر والطبقة الخارجية من الجلد. ساق الشعرة يتكون من :

1 - طبقة رقيقة خارجية واقية وبدون لون .

2- طبقة متوسطة (القشرة) وتعطي الشعرة صلابة ولونا .

3- النخاع يوجد في الشعر الدائم وتتخلل خلاياه فراغات هوائية .

جذر الشعرة: ويوجد تحت الجلد وهو داخل جزء متكيس ويتلقى التغذية من خلال شعيرات دموية دقيقة. أما الغدة التي تجاور هذا الجزء فتفرز مواد دهنية تعطي الشعر لمعانا وتجعله أكثر مقاومة للماء والعوامل الخارجية. أسفل هذا الجزء توجد الخلايا التي تنقسم وتنتج الشعر.





التقشير ألكريستالي :

البشرة سر من أسرار الحياة بل إنها العالم المضيء لكل إنسان يعرف قيمة الحياة بل إن بعض علماء الطب , يعد الجلد المرآة التي تعكس صحة الجسم الداخلي .

هناك العديد من الطرق لتجميل البشرة منها التنعيم ألكريستالي . إن التقشير ألكريستالي من الطرق الأكثر أمانا و الأقل مضاعفات كما أنها لا تأخذ وقت طويل .

التقشير ألكريستالي هو عملية لإزالة الطبقة السطحية من البشرة باستعمال تيار مضغوط من الهواء يحمل حبيبات بلورية دقيقة ومعقمة تقشر الطبقة السطحية عند احتكاكها عبر جهاز خاص , تستغرق هذه العملية حوالي(20 - 30)دقيقة تتبعها بعض الكريمات لتهدئة البشرة من عملية التقشير . ويجب دوما تقدير ظروف الزبون من ناحية العمل والعادات ويجب أن ننبهه لضرورة تحاشي التعرض لأشعة الشمس بشكل كامل واستخدام المراهم الواقية من الشمس ذات عامل الحماية .

تقسيم البشرة إلى عدة أجزاء قبل تنفيذ عملية التقشير





حالة البشرة قبل إجراء عملية التقشير ألكريستالي



بعد إجراء عملية التقشير ألكريستالي للبشرة

علاج حب الشباب بالمواد الطبيعية : ظهور حب الشباب في مرحلة المراهقة أمر طبيعي, لذا يجب التعامل مع هذه الحالة بطرق سليمة حتى لا تتسبب في مضاعفات أخرى منها آثارها على سطح البشرة. ينصح بتعقيم البشرة باستمرار لأنها معرضة لملوثات الجو .كذلك الامتناع عن اللمس واللعب بها قصد إخراج ما بها من مادة بيضاء وهو ما يؤدي إلى زيادتها وترك أثر الحبة نفسها بعد اختفاءها . في مرحلة البلوغ تبدأ الهرمونات في تحفيز الغدد الدهنية الموجودة في الجلد فتكثر الإفرازات الدهنية التي تسبب انسداد مسامات الجلد مع وجود خلايا الجلد الميتة ومنها تتكون نتؤات خارجية على الجلد ذات رؤوس سوداء أحيانا وهو ما يسمح للجراثيم بالدخول فيؤدي غالى التلوث . حبوب ذات رؤوس بيضاء أو سوداء تظهر على المسامات المسدودة وقد تتطور إلى أماكن لتجمع البكتريا مسببة بذلك احمرار و التهابات وربما يتطور إلى ندبات لاحقا. قد نذهب ما بعد الوصف النموذجي للمرض, فنقوم بتقسيم المرض إلى قسمين أو نوعين :

النوع غير الالتهابي: وهو نوع بسيط يظهر فقط بنتوءات وبثور وبقع ذات رؤوس بيضاء أو سوداء ولا يصاحبها احمرار أو ألم.

النوع الالتهابي: هو نوع يصاحبه التهاب واحمرار وانتفاخ وتهيج مع وجود البقع والبثور ذات الرؤوس البيضاء أو السوداء وقد يحتوي على صديد بداخل النتوء و هذا النوع يؤدي إلى تكون الندبات.

أماكن تواجده على الجسم: يتواجد حب الشباب غالبا على الوجه والرقبة إلا أنه قد يصيب الصدر والأكتاف وأعلى الذراعين والظهر.ونادرا ما يظهر على الساقين وأسفل الذراعين و البطن.

النوع الالتهابي



النوع غير الالتهابي



قائمة تمارين الوحدة:

- **التمرين الأول:** إزالة الشعر غير المرغوب فيه باستخدام جهاز الليزر
- **التمرين الثاني:** عملية القناع الطبيعي لشد بشرة الوجه
- **التمرين الثالث:** عملية حمام البخار لبشرة الوجه
- **التمرين الرابع:** عملية التقشير الكيميائي لبشرة الوجه
- **التمرين الخامس:** عملية علاج حب الشباب بالمواد الطبيعية من الوجه

إجراءات السلامة :

- البس الزي المناسب للعمل.
- البس الكمامات الواقية
- البس القفازات الواقية
- جهز موقع العمل.
- نظف وعقم الأدوات والأجهزة المستخدمة.
- افحص البشرة .
- تأكد من درجة حرارة الفوطة الخاصة
- احذر عند استخدام الأجهزة الكهربائية.
- احذر مضايقة الزبون أثناء تنفيذ العملية.
- التزم بالوقفة الصحيحة أثناء العمل.

التمرين الأول:

إزالة الشعر من الوجه باستخدام جهاز الليزر

النشاط المطلوب:

قم بإزالة الشعر غير المرغوب فيه بالليزر من الوجه

العدد والأدوات:

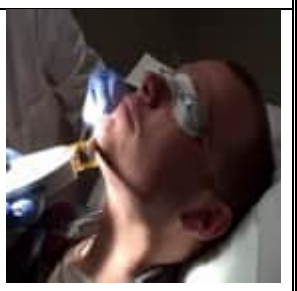
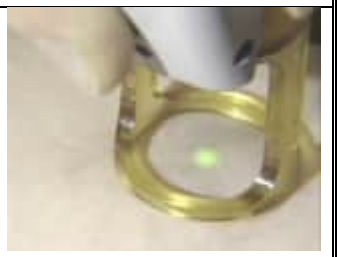
1. جهاز إزالة الشعر
2. كرسي خاص .
3. فوطة بيضاء.
4. قطن صحي
5. فرشاة . 6- نظارات واقية

المواد الخام:

1. منظف للبشرة
2. جل خاص
3. كريم واق للبشرة

خطوات التنفيذ:

1. هيئ موقع العمل لعملية إزالة الشعر بالليزر	

2. افحص البشرة ثم حدد المنطقة المراد إزالة الشعر منها	
3. قم بحماية الزبون من أشعة الليزر ثم وجه الأشعة نحو المنطق المحددة	
4. قم بتمرير الجهاز على كل الأجزاء المحددة	 
5. ثبت الأشعة على المنطقة المحددة	
6. كرر العملية على كامل المناطق المحددة من الوجه	
7. قم بتبريد الجزء الذي تمت إزالة الشعر منه بالهواء البارد أو بوضع كمادات باردة لمدة5 دقائق ثم ضع كريم واقي	

التمرين الثاني:

القناع الطيني لشد الوجه

النشاط المطلوب:

قم بعملية القناع الطيني لشد الوجه .

العدد والأدوات:

1. فوطة خاصة.
2. قطن صحي.
3. منشفة.
4. فرشاة .
5. مناديل ورقية

المواد الخام:

1. قناع طيني.
2. غسول خاص
3. كريم واق للبشرة

خطوات التنفيذ:

1. قم بعملية تشخيص للبشرة لتحديد المستحضر المناسب ثم ضع فوطة خاصة بعملية القناع الطيني	

2. نظف البشرة من الزيوت ثم قم بخلط القناع	
3. وزع القناع على البشرة لمدة 20 دقيقة	
4. قم بإزالة الطين بواسطة الفوطة الحارة ثم اغسلها بالماء البارد لغلق المسام	
5. ضع كريما واقيا على كامل أجزاء البشرة	
6. نظف الزبون من بقايا القناع الطيني	

التمرين الثالث:

حمام بالبخار للبشرة

النشاط المطلوب:

قم بعملية حمام بالبخار للبشرة.

العدد والأدوات:

1. فوطة خاصة.
2. منشفة
3. جهاز بخار بالأزون
4. فرشاة .
5. قطن صحي

المواد الخام:

1. غسول منظف بشرة
2. ماء الورد
3. كريم مرطب للبشرة

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة ثم نظف البشرة بغسول خاص	

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2. قم بتدليك البشرة بجل خاص لعملية التنظيف بحركات دائرية	
3. وجه جهاز البخار في اتجاه البشرة لمدة 10 دقائق	
4. اغسل البشرة بالماء البارد ثم نشفه بمنديل خاص	
5. اغمس القطن الصحي بماء الورد ثم نظف البشرة	
6. ضع كريما مرطبا على كامل أجزاء البشرة	

التمرين الرابع:

التقشير الكريستالي للبشرة

النشاط المطلوب:

قم بعملية التقشير الكريستالي للوجه.

العدد والأدوات:

1. فوطة خاصة.
2. منشفة
3. جهاز التقشير
4. جهاز مكبر لفحص البشرة
5. قطن صحي

المواد الخام:

1. غسول تنظيف بشرة
2. جل تنظيف
3. بودرة الكريستال
4. كريم واق للبشرة

خطوات التنفيذ:

1. هيئ الزبون في مكان خاص لعملية تجميل البشرة



2. قم بعملية فحص للبشرة	
3. قم بتوزيع مستحضر التنظيف (حبيبات الكريستال)	
4. مرر جهاز التقشير بلطف على البشرة	
5. مرر جهاز التقشير على مختلف أجزاء البشرة بلطف	
6. ضع كريما واقيا للبشرة ثم نظف دوائر الوجه من بقايا العملية	

التمرين الخامس:

علاج حب الشباب من البشرة بمواد طبيعية

النشاط المطلوب:

قم بعملية علاجية لحب الشباب من الوجه.

العدد والأدوات:

1. جهاز مكبر لفحص البشرة.
2. فوطة خاصة.
3. منشفة خاصة
4. فرشاة .
5. وعاء خاص 6. قطن صحي

المواد الخام:

1. غسول خاص بالبشرة
2. عسل طبيعي
3. قرفة مطحونة

غسول معقم للبشرة

4. كريم مرطب

خطوات التنفيذ:

1. قم بعملية تشخيص حالة البشرة	

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

2. نظف البشرة من ملوثات الجو الطبيعية بحليب التنظيف	
3. اخلط 3 ملاعق عسل + 1 قرفة مطحونة ثم امزجه جيدا	
4. وزع المخلوط على كامل أجزاء البشرة لمدة 20 دقيقة	
5. نظف الوجه بالماء الدافئ ثم بالفوطة الحارة	
6. قم بتعقيم البشرة بلوسيون مناسبة لحالة البشرة	
7. ضع كريما مرطبا يحتوي على فايتمين c	

تقويم المدرب

معلومات المتدرب	
....	....
....	....

قوم أداء المتدرب في هذه الوحدة بوضع علامة (√) أمام مستوى أدائه للمهارات المطلوب اكتسابها في هذه الوحدة ، يمكن للمدرب إضافة المزيد من العناصر.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقن المهارة)				
		متقن بتميز	متقن جدا	متقن	متقن جزئيا	غير متقن
	تسجل هنا جميع المهارات التفصيلية التي اكتسبها المتدرب من الوحدة والقابلة للقياس					
1	أتقن عملية حمام البخار للبشرة					
2	أتقن عملية إزالة التجاعيد السطحية من البشرة					
3	أتقن مختلف عمليات تقشير البشرة					
4	أتقن عملية التقشير الكريستالي					
5	أتقن علاج مختلف أنواع حب الشباب بالمواد الطبيعية					
6	أتقن عملية تشخيص مختلف أنواع البشرة					
7	أتقن عملية تحديد البشرة					
8	تعرف على مكونات الجلد ووظائفه					
9	تعرف على النظام الغذائي الصحي					

يجب أن تصل النتيجة لجميع العناصر المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي، وفي حالة وجود عنصر في القائمة "لم يتقن" أو "أتقن جزئيا" فيجب إعادة التدرب على هذه المهارة مرة أخرى بمساعدة المدرب.

الوحدة الثانية

العناية بالشعر

هدف الوحدة العام :

أن يكون المتدرب قادرا على إتقان مختلف عمليات تجميل الشعر والعناية به.

الأهداف الإجرائية : عندما تكمل هذه الوحدة يكون لك القدرة على:

1. معرفة أنواع الشعر
2. معرفة الأمراض التي يتعرض لها الشعر
3. معرفة دور الكيراتين في الشعر .
4. معرفة مختلف تقنيات تمليس الشعر .
5. إتقان مختلف عمليات تلوين الشعر.
6. إتقان عملية تمليس الشعر ب (فرد اليوكو).
7. إتقان مختلف قصات الشعر الحديثة بالمقص والموس والماكينة .

مستوى الأداء المطلوب :

أن يصل المتدرب إلى إتقان هذه الجدارة بنسبة90٪.

الوقت المتوقع

91 ساعة .

الوسائل المساعدة :

- عارض ضوئي.
- عارض بيانات.
- أشرطة فيديو.
- شعر طبيعي.

متطلبات الجدارة :

اجتياز جميع الحقائب السابقة.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

في الوحدة الأولى من هذه الحقيبة تعرفنا على مهارات العناية بالبشرة وفي هذه الوحدة سنتعرف على المهارات اللازمة في مختلف عمليات تجميل الشعر والعناية به.

لأجل الجمال؛ قال الله لنبيّه - صلّى الله عليه وسلّم: - (وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ) المدثر: 4.

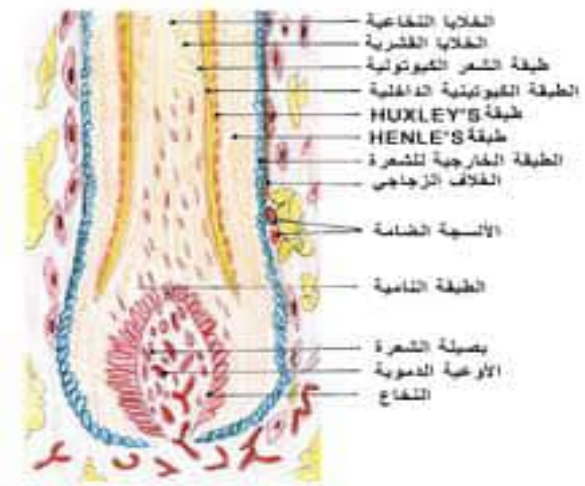
مكونات الشعرة: يتكون الشعر من مادة الكيراتين وهو (البروتين) نفسه الذي تتكون منه الأظافر والطبقة الخارجية للجلد (الطبقة القرنية)

تتكون ساق الشعرةمن :

1- طبقة رقيقة خارجية مرافقة بدون لون

2- طبقة متوسطة (القشرة) وتعطي الشعر صلابة ولونا

3- النخاع يوجد في الشعر الدائم وتتخلل خلاياه فراغات هوائية ,جذر الشعر ويوجد تحت الجلد وهو داخل جزء متكيس ويتلقى التغذية من خلال شعيرات دموية دقيقة أما الغدة التي تجاور هذا الجزء فتفرز سوائل دهنية تعطي الشعر لمعانا وتجعله أكثر مقاومة للماء والعوامل الخارجية وفي أسفل هذا الجزء توجد الخلايا التي تنقسم وتنتج الشعر الجديد .

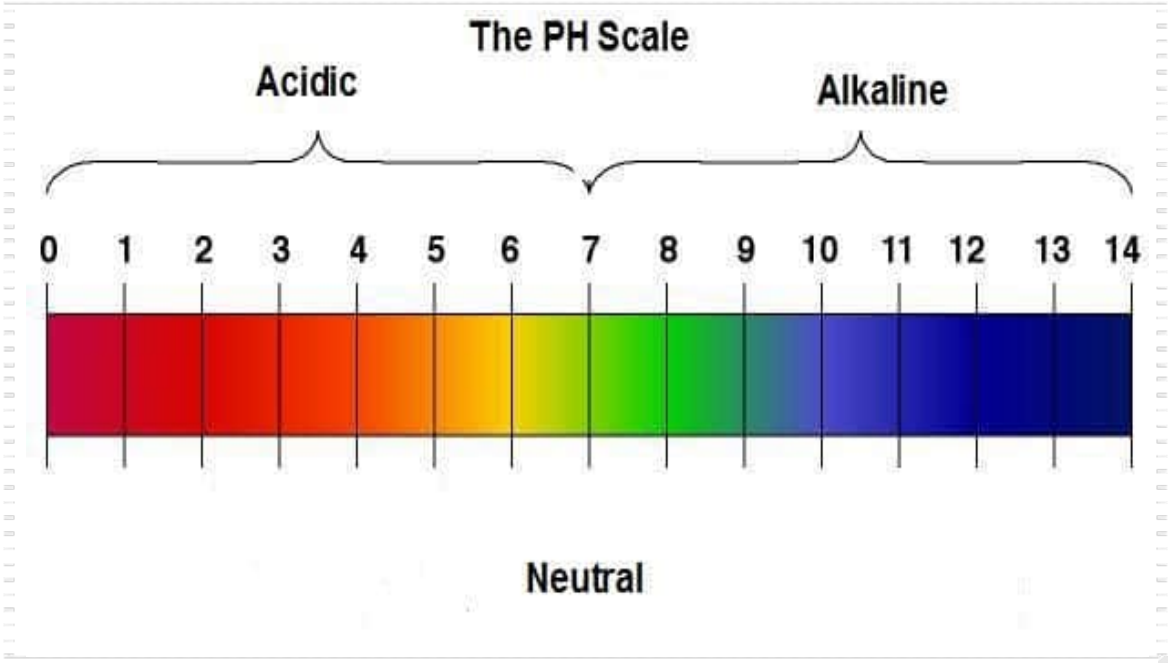
الشعرة تقاوم إلى حدود :	**100غرام للشعرة الواحدة**		
معدل عدد شعر الرأس من :	**100.000 إلى 150.000 شعرة**		
الكثافة الشعرية من :	**200 إلى 300سم2**		
الشعر ينمو بمعدل :	**5 مم في اليوم أو من 1 إلى 2 سم في الشهر**		
الشعرة تتكون من :	**الكيراتين و الميلانين**		
سماكة الشعرة	**0.03 إلى 0.06 الشعر النحيف**	**0.06 إلى 0.09 الشعر المتوسط**	**0.09 إلى 0.12 السميك**
مكونات الشعرة			

الـ (PH): هي القياس الذي يحدد ما إذا كان السائل حمضا أم قاعدة أم متعادلا. تعتبر السوائل ذات درجة حموضة أقل من (**7**)أحماضا وتعتبر السوائل ذات درجة حموضة أعلى من(**7**) محلولا قلويا أو قواعد. أما درجة الحموضة(**7**) فهي تعتبر متعادلا وهي تساوي حموضة الماء النقي على درجة حرارة (**25**) مئوية.

معنى PH هو درجة الحموضة و القاعدة فهو يمتد من(**5** – إلى **14**) ويكون عند النقطة(**7**)حيث يصبح فيها المحلول الكيميائي متعادل فهو ليس حمض ولا قاعدة أما من (**5** – إلى **6**) فهو حمض , ومن(**8** – إلى **14**) فهو قاعدة ويمكن قياسه عن طريق مؤشر الرقم الهيدروجيني.

درجة الحموضة (يسمونها أحيانا الرقم الهيدروجيني) هي سالب لوغاريثم تركيز أيون الهيدروجين في محلول ما ويشير إلي درجة حموضة ذلك المحلول

تعريف pH الرياضي وهو اختصار(**power of hydrogen**) أي قوة الهيدروجين .



تساقط الشعر: تساقط الشعر عند معظم الناس معتدل ويحدث في وقت متقدم في العمر. ومع ذلك ، حالات تساقط الشعر الشديدة أو السابق لأوانه ، يمكن أن يكون مصدرا للخطر. على الرغم من أنه لا يوجد علاج أو أن عدد العلاجات المتاحة مفعولها بطيء و تعمل على الحد من تساقط الشعر وتحفيز إعادة نموه إلا أن المعالجة الجراحية التي تشتمل على زرع الشعر متاحة من بعض الأمراض الجلدية و يمكن أن تكون مفيدة بالنسبة لبعض الرجال الذين يعانون من حالات الصلع المتقدم .

لماذا يحدث تساقط الشعر؟

الشعر في دوامة مستمرة من الراحة، والنمو والتجديد . فمن الطبيعي أن تفقد بعض الشعر كل يوم. سبب تساقط الشعر هو زيادة الهرمون الذكري الاندروجين ويحدث في الأشخاص الذين لديهم قابلية وراثية. فمن المحتمل أن العديد من الجينات تحدد القابلية للصلع. بعض هذه الجينات تأتي من جانب الأم وبعض من جهة الأب .كما أن الخلل الهرموني، وحبوب منع الحمل أيضا تكون مسؤولة عن الصلع عند النساء.

الأسباب المحتملة الأخرى لفقدان الشعر تشمل داء الثعلبة (اضطراب المناعة الذاتية وتتميز بالتهاب جذور الشعر)، العلاج الكيميائي للسرطان، أو إصابات الحروق، والعادات العصبية مثل السحب المستمر للشعر أو فرك فروة الرأس قد تحدث المرض على المدى الطويل، بعض العمليات الجراحية الكبرى وارتفاع درجة الحرارة يسبب أيضا فقدان الشعر.



طرق علاج تساقط الشعر:

يهدف العلاج إلى إبطاء أو الحد من فقدان الشعر، وتحفيز إعادة نمو الشعر بشكل جزئي أو استبدال التالف. المعالجة الجراحية التي تشمل زرع الشعر متاحة لبعض الأمراض الجلدية والتناسلية خاصة يمكن أن تكون مفيدة بالنسبة لبعض الرجال الذين يعانون من الصلع المتقدم. العلاجات غير الجراحية وتشمل المستحضرات والأقراص. يجب استخدام هذه بشكل مستمر للحفاظ على إعادة النمو.إذا تم إيقاف العلاج فإن إعادة تساقط الشعر سوف تبدأ مرة أخرى.

هناك بعض الطرق الأخرى لعلاج تساقط الشعر مثل التدليك ، والفيتامينات والعلاجات العشبية والزنك والأحماض الأمينية، والمستحضرات الشعر والمقويات. وقد تبين أن البعض من هذه العلاجات تساعد في نمو الشعر أو منع تساقطه . هناك أيضا دليل علمي على أن استخدام أشعة الليزر أحد العلاجات الفعالة. هذه التقنية جديدة نسبيا ولكنها أثبتت نتائج وتأثيرات إيجابية.

معالجة فقدان شعر بالليزر له فوائد عديدة تفوق الحبوب والمنتجات الأخرى التي تدعي معالجة فقدان الشعر بشكل مفاجأ.أولا ، طريقة الليزر تقنية متقدمة جدا تستعمل أكثر. الاكتشافات العلمية الحديثة. أثبتت أن هذه الطريقة تساهم في نمو الشعر بنجاح بدون استعمال حبوب صناعية خطرة أو جراحة خطرة.

كيف تعمل؟ أثناء عملية المعالجة يتم بث نوع من أنواع الطاقة على شكل شعاع ليزر. هذه الطاقة مفيدة جدا لكل أجزاء فروة الرأس.

تقنية الليزر لمعالجة فقدان الشعر



علاج الشعر بالكراتين :

الكيراتين هي المادة الأساسية للشعر التي تمنحه القوة والشكل ,تتركب الكيراتين من بروتين قوي يتكون من الأحماض الأمينية الموجودة بالجسم وله تركيبة فيزيائية معقدة وهو العنصر الأساسي في تركيبة الجلد والأسنان ,الشعر, والأظافر .

آخر ما توصل له العلماء أن قوة الشعر وصحته تكمن في مادة (الكيراتين) إذ تمثل **90**٪ من مكونات كل شعرة , يبدأ الجسم بفقدان هذه المادة تدريجيا حسب السن و العوامل الخارجية لتصل إلى **35**٪ في الشعر المصبوغ . حيث يتعرض لنسبة تركيز عالية من البروكسيد (الأكسجين) و من أهم مؤشرات فقدان الشعر للكيراتين " التقصف والتساقط وبهتان اللون وزيادة النفشه بالشعر . بعد عدة بحوث توصل خبراء برازيليون لتركيبة الكيراتين الكيميائية مطابقة للتركيبة الطبيعية ولهذا سمي بـ (العلاج بالكراتين) , كما أنه يعمل على معالجة الشعر المتضرر جدا والخشن الذي فشلت معه جميع المحاولات.





فرد الشعر باليوكو :

فرد اليوكو آخر ما تم التوصل إليه في مجال تمليس الشعر وتنعيمه ,كما أنه يعيد هيكلة الشعر المجعد باستخدام مستحضرات كيمائية غنية بالكولاجين والكراتين والبروتينات حيث يمنحه مظهرا أكثر صحة ولمعانا . لقد ثبت أنه يحسن كثيرا من حالة الشعر المتضرر من جراء الصبغات و المواد الكيمائية . إن طريقة اليوكو تطبق على الشعر بشكل مختلف حسب الحالة ويوجد جدول خاص يمكن للمختص أن يتبعه من خلال تعرفه على حالة الشعر الصحية وهي التي يحدد على أثرها كيفية التعامل معها . تعتمد كمية المحلول المستخدمة ومدة تركها على نوعية الشعر.

ويمكن الإطلاع على ما يلي لتقدير الوقت المحدد لهذه المرحلة:

1- الشعر المتضرر جدّاً ..... من 0 - 5 دقائق .

2- الشعر المتقصف ..... من 6 - 10 دقائق .

3- الشعر الصحي والمجعد بعض الشئ من 11 - 15 دقيقه .

4- الشعر الصحي والأشعث ..... من 16 - 20 دقيقة .

شعر مجعد طبيعي قبل عملية فرد اليوكو	شعر ناعم بعد عملية فرد اليوكو
	

اللون الطبيعي للشعر: يعود أصل لون الشعر إلى الأبيض , ولكن يوجد مواد صبغية في بصيلات الشعر تعطيها اللون الطبيعي وحسب نسبة هذه التصبغات . صبغة الميلانين هي التي تعطي للشعر لونه الطبيعي ولكن مع تقدم الإنسان في السن يقل إفراز مادة الميلانين الملونة للشعر بسبب إصابة الخلاية المفرزة لها بالشيخوخة , حيث يبدأ غزو الشعر الأبيض غالبا عند جانبي الرأس ثم يظهر بمقدمة الشعر وأخيرا يظهر في المنطقة الخلفية للرأس ثم يتحول إلى بقية الجسم إلى لون أبيض بالتدرج كما يوجد عند بعض الناس من تجاوز الستين ولا يزال شعره أسود بينما هناك بعض الحالات في سن مبكر الشباب أو أطفال دون العاشرة من العمر وقد بدأ الشعر الأبيض يغزوا رؤوسهم وتعود هذه الحالات إلى عدة أسباب منها :

- سوء التغذية
- الإسراف في استخدام المواد الكيميائية
- تلوث البيئة

- دور الوراثة
- تأثير الضغوط النفسية

أفضل وسيلة للتغلب على الشعر الأبيض هي عملية الصبغة سواء بطريقة كيميائية أو طبيعية .

الصباغة الطبيعية للشعر : شامبو الصبغة الخاص بعملية إخفاء الشعر الأبيض هذا الصنف يمكن له من اختراقا الطبقة العميقة من الشعر بالمواد المغذية لتصل إلى بصيلات الشعر كما أنه يساهم في ترتيب الشعر من الداخل إلى الخارج وهو سريع في عملية التغلغل في الشعر ثم السماح للعناصر المؤكسدة الطبيعية للدخول إلى طبقات الشعر الداخلية وتنشيط الميلانين لتحقيق التأثير من الشعر الأسود دون تلون أو يتلاشى كما يلعب أيضا دورا هاما في إصلاح وتغذية الشعر بالنباتات الطبيعية ويعطي الشعر حياة جديدة في وقت قصير .

شعر أسود بعد عملية الصبغة



شعر أبيض قبل عملية الصباغة



قصات الشعر :

أكد خبراء التجميل أن موضات الماضي تكرر نفسها أحيانا دون أي تغيير وأحيانا بتغييرات طفيفة وأحيانا مع تغيير كبير , ولكن دائما المبادئ الأساسية هي نفسها لا تتغير . كل قصة شعر رجالية نراها الآن لها جذور في الماضي بعضها قديم وبعضها حديث وللكثير من هذه القصات الرجالية قصص تفسر ابتكارها , كقصة المارينز مثلا التي تخفف الشعر من أعلى الرقبة حتى تمنع تعرق الشعر والتصاقه بالرقبة أثناء القيام بالمهمات الصعبة التي يقوم بها الجنود .

قسم خبراء التجميل شعر الإنسان من حيث السمك الى خمسة أنواع ولكل نوع خاصية في التعامل معه من حيث القصة وطرق تسريحه وتصفيفه .

1- **الشعر النحيف أو الرقيق**: خاصة ذوي البشرة الشقراء ويبلغ قطر الشعرة الواحدة من هذا النوع حوالي (**50**) ميكرونا فقط ومن مواصفات هذا الشعر أنه ناعم الملمس كما أنه

يبدو لامعا ورائعا كلما زاد الاعتناء به وبصحته . يميل هذا النوع إلى التلف بشكل أسرع من الأنواع الأخرى ويرجع ذلك لطبيعته الضعيفة والخفيفة كما أن من أكبر مشاكله أنه لا يكتسب كثافة بسهولة ولا يحتفظ بالتصفيف لفترة طويلة إلا إذا استخدمت له المستحضرات المثبتة كالموس الخاص والجل القوي .

2- **الشعر العادي "متوسط السمك "** : يبلغ قطر الشعرة الواحدة من (**60** الى **90**) ميكرونا ومن مواصفات هذا الشعر أنه أكثر ميلا إلى النعومة عن الشعر السميك ,كما أنه يتميز بكثافة مناسبة أكبر من الشعر الخفيف بشكل يسمح بسهولة التحكم فيه ومرونة تصفيفه يعتبر خبراء التجميل الشعر متوسط السمك من أنواع الشعر العادي وهو الشعر الذي يحاط بطبقة معتدلة من الدهون و لا يحتاج لطرق عناية غاصة , لكن ينبغي الحذر من إصابته بالجفاف بكثرة الغسيل أو باستعمال مواد كيميائية ضارة أو مع تكرار تعرضه للسخونة من بعض الأجهزة المستخدمة في التجميل .

3- **الشعر السميك** : يبلغ قطر الشعرة الواحدة في الشعر السميك من (**100**) ميكرون إلى أكثر. ويتسم بملمسه القوي والخشن في أغلب الأحيان كما أنه أكثر ثقلا من أنواع الشعر الأخرى وعادة ما يشبه في طبيعته شعر الخيول. يميل الشعر السميك للجفاف سريعا ، لذا فهو بحاجة دائمة للمرطبات الطبيعية. كما ينصح خبراء التجميل بإطالة الشعر السميك ليكتسب ثقلا ليكون أكثر ميلا للانسدال بدلا من الانتفاش.

4-5- **الشعر الخفيف والكثيف** : نوعان آخران من الشعر وهما الشعر الخفيف وللشعر الكثيف و يتحدد ما إن كان نوع شعرك من هذا النوع أو ذاك بناء على عدد شعيرات الرأس وليس بناء على سمك كل شعرة . ليس من الضروري أن يبدو الشعر السميك كثيفا ، لأنه ليس دليلا كافيا على كثافته ، فالفيصل هنا هو عدد الشعرات وليس حجمها ، والمعروف أن متوسط الكثافة الطبيعية لعدد شعرات الفرد البالغ تصل إلى (**100.000**الى **150.000**) شعرة ، بينما يفقد ما يعادل(**50** إلى **100**) شعرة يوميا.

ومن أفضل طرق تصفيف الشعر الكثيف قصه بشكل طويل ومتدرج ليكتسب انسيابية وحيوية. أما بالنسبة للشعر الخفيف فيفضل قصه لإخفاء مظهره الخفيف .

قائمة تمارين الوحدة:

- **التمرين الأول:** علاج الشعر بمستحضر الكيراتين والليزر.
- **التمرين الثاني:** صباغة الشعر الأبيض.
- **التمرين الثالث:** تمليس الشعر باليوكو.
- **التمرين الرابع:** القصة الابتكارية للشعر الطويل.
- **التمرين الخامس**: القصة الحديثة للشعر بالموس.

إجراءات السلامة:

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

- البس الزي المناسب للعمل.
- البس الكمامات الواقية
- البس القفازات الواقية
- تأكد من توافق المستحضر ونوع الشعر.
- جهز موقع العمل حسب العملية المطلوبة.
- احفظ الأدوات في أماكنها الخاصة بعد كل استخدام.
- افحص الشعر وفروة الرأس.
- تأكد من صلاحية الأجهزة المستخدمة
- عدل درجة حرارة الماء.
- عدل درجة حرارة المكواة الكهربائية حسب نوع الشعر
- الحذر عند استخدام الأدوات الحادة .
- التزم بالوقفة الصحيحة أثناء العمل.
- احذر مضايقة الزبون أثناء تنفيذ العملية.

التمرين الأول:

علاج الشعر بمستحضر الكيراتين الليزر

النشاط المطلوب:

قم بعملية علاج الشعر بالكراتين.

العدد والأدوات:

1. فوطة خاصة.
2. جهاز الليزر الخاص
3. مشط خاص بعملية الفرد.
4. وعاء بلاستيكي

5. فرشاة - 6. قطن - 7. مناديل ورقية
1. مكواة السيراميك - 9. جهاز سشوار

المواد الخام:

1. مستحضر الكيراتين.
2. شعر طبيعي.

خطوات التنفيذ:

1. افحص الشعر وجلدة الرأس	
2. اغسل الشعر بشامبو الكيراتين	
3. جفف الشعر بفير السيراميك تحت درجة حرارة 340	
4. وزع مستحضر الكيراتين على كامل أجزاء الشعر لمدة 5 دقائق	

5. قم بغسيل الشعر بالبلسم الخاص بالكراتين ثم دلك فروة الرأس لمدة 5 دقائق	
6. كرر عملية كوي الشعر بفير السيراميك على كامل الشعر وبنفس درجة الحرارة	
7. الشكل النهائي للشعر بعد عملية علاج الشعر بمستحضر الكيراتين	

التمرين الثاني:

صباغة الشعر الأبيض بالشامبو الملون

النشاط المطلوب:

قم بعملية صباغة الشعر الأبيض.

العدد والأدوات:

1. فوطة خاصة.
2. مشط .
3. فرشاة - 4. قطن - 5. وعاء خاص
6. مناديل ورقية

المواد الخام:

1. شامبو خاص.
2. كريم واقي.
3. شامبو ملون

خطوات التنفيذ:

1. ضع الفوطة الخاصة بعملية الصباغة	
2. افحص الشعر وفروة الرأس.	

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3. قم بغسل الشعر بالماء الفاتر	
4. قم بخلط مستحضر التلوين مع الكوندشر بالتساوي	
5. قم بتوزيع المستحضر على الشعر ثم دلك فروة الرأس برأس الأصابع لمدة من 3 إلى 5 دقائق	
6. اشطف الشعر بالماء الفاتر جيدا	
7. جفف الشعر ثم ضع كريما خاصا على كامل الشعر بالتساوي	

التمرين الثالث:

تمليس الشعر بمستحضر اليوكو

النشاط المطلوب:

قم بعملية تمليس (تنعيم) الشعر باليوكو.

العدد والأدوات:

1. فوطة خاصة.
2. فرشاة - 3. مشط خاص - 4. منشفة
5. مناديل ورقية - 6. وعاء - 7. جهاز سشوار - 8. فرشاة تسريح شعر - 9. مناشف خاصة بالشعر

المواد الخام:

1. مستحضر فرد اليوكو.
2. شامبو خاص.

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة حول الرقبة	
2. افحص الشعر وفروة الرأس .	

3. اغسل الشعر بالشامبو الخاص باليوكو ثم جففه بلطف	
4. قم بتوزيع مستحضر اليوكو على كامل أجزاء الشعر بعد بوصتين من الجذور	
5. قم بتمشيط الشعر بمشط ذي أسنان واسعة	
6. قم بتجفيف الشعر بالسشوار	
7. قم بعملية كوي الشعر بفير السيراميك بحرارة (180) درجة	
8. الشكل النهائي للشعر بعد عملية الفرد	

التمرين الرابع :

قصة الشعر الطويل المناسبة للوجه

النشاط المطلوب:

قم بقصة شعر ابتكاريه.

العدد والأدوات:

1. فوطة خاصة.
2. مشط- 3. مقص - 4. فرشاة تنظيف الشعر
5. مناديل ورقية- 6. موس ترهيف - 7. ورق رقبة- 8. بخاخ

المواد الخام:

1. شامبو خاص.
2. كريم شعر- 3. مثبت شعر- 4. رغوة شعر

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة مع ورق الرقبة	
2. افحص الشعر وفروة الرأس .	

3. بلل الشعر بالماء ثم جففه بمنديل	
4. قم بتقسيم الشعر إلى ثلاثة أجزاء	
5. قص شعر أسفل الرقبة على الأصابع	
6. قص شعر الجوانب على الأصابع بنفس المقاس	
7. قم بقص شعر دوائر الوجه	

8. قص شعر الجانب الآخر على الأصابع	
9. قم بتقسيم شعر الغرة	
10. قم بقص شعر الغرة بطريقة التشذيب	
9. قص شعر سطح الرأس على الأصابع بنفس المقاس	
10. ضع جل في الشعر ثم أمشط الشعر في اتجاه التسريحة المحددة	
11. الشكل النهائي لقصة الشعر الطويل	

التمرين الخامس :

قصة الشعر بالموس المناسبة لشكل الوجه

النشاط المطلوب:

قم بعملية قصة الشعر بالموس.

العدد والأدوات:

1. فوطة قص الشعر
2. فرشاة - مشط- 3. مقص
4. ورق رقبة- 5. فرشاة تنظيف شعر
6. موس - 7. بخاخ - 8. فرشاة تصفيف شعر

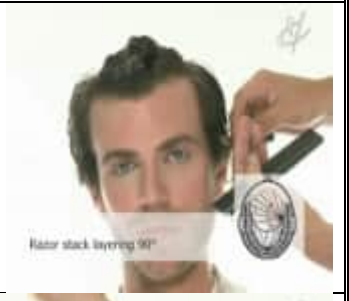
المواد الخام:

1. جل شعر.
2. كريم للشعر- 3. مثبت شعر سبراي

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة قص الشعر مع ورق رقبة.	
2. بلل الشعر ثم جففه بمنديل .	

3. قم بتقسيم شعر سطح الرأس إلى قسمين	
4. اترك شعر الجزء الخلفي والجوانب على شكل مثلث	
5. ابدأ بقص شعر الصدغين في اتجاه الأسفل	
6. امسك بخصلة نحيفة بين الأصابع ثم قص في اتجاه الأسفل	
7. قم بقص شعر أسفل الرقبة في اتجاه الأسفل	
8. قم بقص شعر الجانب الآخر بنفس الطريقة وعلى نفس الطول	

9. قص الشعر في اتجاه الأسفل		
10. قص شعر السوالف بالموس		
11. قم برسم خط لأسفل الرقبة		
12. قص شعر السوالف إلى الأسفل		
13. قم برسم خط دوائر الشعر		
14. قم برسم خط أسفل دوائر الرقبة		

15. قص شعر سطح الرأس بنفس المقاس لبقية الشعر		
16. قص شعر الغرة في اتجاه مقدمة الرأس		
17. امسك خصلة الشعر في شكل عمودي وفروة الرأس		
18. قم بقص الشعر سطح الرأس في اتجاه الغرة		
19. قص شعر سطح الرأس لربط الجزء الأول بالجزء الثاني		
20. الشكل النهائي لقصة الشعر الحديثة بالموس		

تقويم المدرب

معلومات المتدرب	
....	....
....	....

قيم أداء المتدرب في هذه الوحدة بوضع علامة (√) أمام مستوى أدائه للمهارات المطلوب اكتسابها في هذه الوحدة ، يمكن للمدرب إضافة المزيد من العناصر.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقن المهارة)				
		متقن بتميز	متقن جدا	متقن	متقن جزئيا	غير متقن
	تسجل هنا جميع المهارات التفصيلية التي اكتسبها المتدرب من الوحدة والقابلة للقياس					
1	تعرف على أنواع الشعر ومختلف الأمراض التي يتعرض					
2	أتقن مختلف عمليات علاج تساقط الشعر					
3	تمكن من إتقان عملية علاج الشعر بالكراتين					
4	أتقن مختلف عمليات تلوين الشعر					
5	أتقن عملية تمليس الشعر (فرد باليوكو)					
6	أتقن مختلف قصات الشعر الابتكارية					
7	أتقن مختلف عمليات تجميل الشعر و العناية بالمظهر					
8	أتقن مختلف قصات الشعر بالموس					

يجب أن تصل النتيجة لجميع العناصر المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي، وفي حالة وجود عنصر في القائمة "لم يتقن" أو "أتقن جزئيا" فيجب إعادة التدرب على هذه المهارة مرة أخرى بمساعدة المدرب.

الوحدة الثالثة

أنواع الماكياج

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

هدف الوحدة العام :

أن يكون المتدرب قادرا على إتقان مختلف أنواع الماكياج التصويري والتصحيحي.

الأهداف الإجرائية : عندما تكمل هذه الوحدة يكون لك القدرة على:

1. معرفة مختلف أشكال الوجوه .
2. معرفة خصوصيات ماكياج التصحيحي- التمويه - التصويري .
3. إتقان عملية إخفاء العيوب باستخدام الماكياج .
4. إتقان مختلف تقنيات الماكياج التصحيحي .
5. إتقان استخدام الألوان المناسبة لكل بشرة.
6. إتقان ماكياج التمويه .

مستوى الأداء المطلوب :

أن يصل المتدرب إلى إتقان هذه الجدارة بنسبة85٪.

الوقت المتوقع

39 ساعة.

الوسائل المساعدة :

- عارض ضوئي.
- كتالوجات.
- أشرطة فيديو
- بشرة طبيعية.

متطلبات الجدارة :

اجتياز جميع الحقائب السابقة.

في الوحدة الثانية من هذه الحقيبة تعرفنا على مهارات العناية بالشعر وفي هذه الوحدة سنتعرف على المهارات الأساسية لماكياج التصوير والتصحيح و التمويه.

أشكال الوجوه : هناك فوارق متعددة واختلافات متباينة في طبيعة تكوين أشكال وجوه البشر. إلا أنه لابد لأي شكل من الوجوه أن يدخل ضمن أحد هذه الأشكال لكن في مجال الماكياج غالباً ما نعتمد خمسة أشكال هندسية لتصنيف الوجوه:

1- **وجه بيضاوي** إطار وسط
2- **وجه مثلث** إطار وسط أحياناً إطار قصير
3- **وجه مستدير** إطار قصير
4- **وجه مربع** إطار قصير
5- **وجه مستطيل** إطار طويل.

الوجه البيضاوي: وهو الوجه المثالي في رأي معظم خبراء التجميل، لكنه نادر الوجود لأن نسبة تواجده بين البشر هي واحد في المليون تقريباً. وهو عموماً نحيل بيضاوي الشكل ولا يحتاج إلى أي تعديل فني إطلاقاً. لذلك فهو أقل الوجوه استخداماً لمستحضرات التجميل بصفة عامة ويكتفي بوضع قليل من أحمر الخدود على العظم البارز في الخدين وسحبه قليلاً.

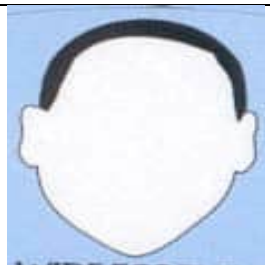
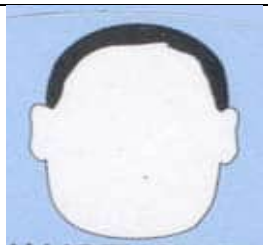
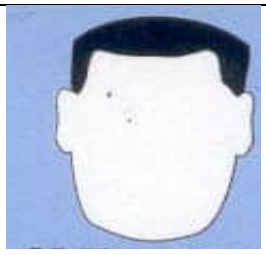
الوجه المثلث: وهو الضيق الجبهة العريض عند الفكين اللذين يمثلا قاعدة المثلث، أما قمته فهي تتمثل في الجبهة الضيقة .

الماكياج: يستخدم أساس فاتح على جانبي الجبهة بينما أحمر الخدود يكون غامق اللون ويوضع تحت الوجنتين و على أجزاء من الأنف حسب طبيعة تكوينه... بينما يختار للجبهة لوناً أفتح من لون البودرة في الأجزاء الأخرى.

الوجه المستدير: يحتاج إلى لمسات خاصة لمحاولة إطالته شكلاً، وذلك عن طريق استخدام أحمر الخدود بلون فاتح تحت أماكن ظهور عظام الخدين من تحت منتصف جفن العين السفلى متجهاً إلى جانب الوجه ناحية الأذنين بحيث يقل تدريجياً، بينما تظلل الأماكن حول الفكين وتحت الذقن بأساس غامق أو لون بني.

الوجه المربع: أهم خطوات الماكياج هذا الشكل هي الحد من تربيع الشكل. ثم يوضع أحمر الخدود فوق بروز الوجنتين بحيث تمتد الحمرة نحو الأذنين بينما تغطى الأجزاء السفلى من الوجه بلون غامق مثل الأحمر البني.

الوجه المستطيل: لتعديل الشكل يستخدم أحمر الخدود بلون فاتح وكمية قليلة فوق الخدين في أماكن ظهور العظام ليمتد ناحية الأذنين ثم تظلل الأجزاء السفلى للوجه باللون الأحمر البني أو أساس غامق. وإذا كان الذقن طويلاً جداً يجب تغطيته بلون بني غامق .

الوجه البيضاوي	
الوجه المثلث	
الوجه المستدير	
الوجه المربع	
الوجه المستطيل	

الماكياج التصحيحي :

تصادفنا أحيانا بعض الأشياء التي تشوه الجمال والتي لا نرغب في أن يراها أحد بوضوح وعلى هذا يؤكد خبراء التجميل أن الماكياج ليس مجرد مساحيق وألوان ولكن يجب أن يكون الماكياج, ماكياج تصحيحي والغرض منه الحد والتقليل من القسمات غير الجميلة من خلال جذب الانتباه إلى الأجزاء الأكثر جمالاً. ووجّه سبحانه نداءه لعباده: (خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ) الأعراف:**31**.

تختلف أشكال الوجوه وباختلافها تحتاج إلى تصحيح عند وضع كريم الأساس على كامل الوجه ليكون من الداخل إلى الخارج وليس العكس لتجنب ظهور التجاعيد. عند استعمال كريم الأساس في التصحيح يجب وضعه قبل بودرة الوجه ,وفي حالة استعمال حمرة الخدود أو البودرة الجافة فتستعمل بعد بودرة الوجه .

التصحيح هو الأسلوب الذي يعمل على تخفيف جميع هذه الجوانب من الوجه الذي يظهر فيه بعض العيوب مع استخدام مستحضرات التجميل وهذه التقنيات تساعد على تحقيق توازن في ملامح الوجه . هناك مناطق مختلفة من الوجه الذي يتطلب التعديل على سبيل المثال : الأنف - الجبين - الفكين- والمهم في هذه العملية هو تطبيق أساسيات الماكياج التصحيحي مثل تطهير البشرة والكريم المرطب للتقليل من السلبيات والتأكيد على الإيجابيات .

الأنف الكبير: يطلى الأنف بكريم الأساس ويكون لونه أغمق من اللون الذي على وجهك بدرجه واحدة ثم توضع على الوجه بودرة من نفس لون الماكياج أما الأنف فيوضع عليه بودرة مطابقة له تماما في اللون.

الجبهات الضيقة : الجبهتين الضيقة أو الصغيرة يمكن معالجتها بوضع قطرات من كريم الأساس السائل ويكون لونه أفتح من لون الجبهات بدرجة واحدة فقط دلك الجبهة تدليكا خفيفا حتى يصبح لونها أفتح من لون الوجه لكي تبدو للناظرين واسعة وجميلة .

ماكياج التمويه :

هناك ثلاث طرق أساسية لماكياج التمويه وهي الإخفاء وتصحيح اللون وتسوية الجلد

الإخفاء: تستعمل هذه الطريقة لإخفاء أثر الشق الجراحي للعملية وكذلك الكدمات يعمل هذا الماكياج على إخفاء بعض العيوب والشوائب في الوجه والتي يمكن أن يتعرض لها الوجه مثل : الكدمات - الوشم- إصابات في الوجه- الحريق - ندب - البهاق ، ويستعمل لذلك الماكياج المخفي الذي يعد أكثر كثافة وطبقة من كريم الأساس المعروف.

ويمكن لكريم الإخفاء تغطية الكدمات والشق الجراحي في الوجه ، ويجب اختيار الماكياج المخفي المقاوم للماء ولكن على شكل كريم لا يجذب أو يشد الجلد .

تصحيح اللون : يستعمل ماكياج التمويه لتصحيح الألوان وخاصة ظلال الكدمات الأصفر أو احمرار الجلد الذي يعقب عمليات تقشير أو صنفرة . ويتوفر ماكياج التمويه لتصحيح الألوان في نوعين الأخضر لتصحيح الاحمرار بالجلد والثاني أرجواني لتغطية اللون الأصفر للكدمات.

يمكن استعمال ماكياج التمويه على أي منطقة من مناطق الوجه ولكن أكثر المناطق التي يستعمل فيها هي ما حول الأنف بعد عمليات تجميل الأنف أو بعد عمليات تكبير الوجنتين وذلك بالاعتماد على الظلال واللمعان حيث تعطي المناطق اللامعة انطباعا كأنها بارزة و بالمقابل توحي المناطق المظللة والقاتمة بانخفاضها عن شكلها الحقيقي. وعند استعمال ماكياج التمويه يجب ملاحظة تفريق درجات الألوان فيكون الماكياج اللامع أخف لونا بدرجتين من كريم الأساس أما المناطق المظللة فتكون أغمق لونا بمقدار درجتين عن كريم الأساس .

العناية بالجلد أثناء استعمال ماكياج التمويه :

ماكياج التمويه أكثر كثافة وأسمك طبقة من الماكياج العادي، يجب إزالته كل ليلة وذلك باستعمال الكريم المنظف لإزالة ه كليا, ثم استعمال المحلول الخالي من الكحول المنظف للماكياج باستعمال كرات القطن لإزالة الماكياج من المناطق المتبقية. ويلي ذلك دهن الجلد بالكريم المرطب المناسب لنوع البشرة سواء كانت جافة أو دهنية .

الماكياج التصويري :

ماكياج التصوير: في هذه الحالة يتطلب التلاعب بكثافة اللون لإعادة رسم الوجه، يجب وضع اللون (البيج) الأساسي على كامل الوجه لمحو كل شائبة، ثم استخدم اللون الأغمق بدرجتين لرسم الأماكن البارزة، ثم ضع لوناً فاتحاً جداً لإعطاء انطباع بالضوء في كل الأماكن المظلّلة في الوجه.

مهما كان الماكياج ثقيلا سيظهر في الصورة أخف لذا عليك استعمال اللون الفاتح (أفتح بدرجة) من لون البشرة وخاصة في الأماكن المظلّلة في الوجه، وخاصة في المنطقة المحيطة بالعين ثم غطّ مساحة الوجه بلون مطابق للون البشرة الطبيعي .

الإضاءة المناسبة لماكياج التصوير:

- يجب أن لا يكون للموضوع أكثر من ظل واحد لأنه إذا أصبح للموضوع أكثر من ظل يعطي انطباعا غير طبيعي.
- يجب توحيد اتجاهات الظلال في حال استخدام أكثر من مصدر ضوئي
- يجب تفادي الانعكاسات للإضاءة في التصوير مع الأسطح العاكسة
- يجب التأكد من أن درجات حرارة الإضاءة متساوية وعدم استخدام أنواع مختلفة من الإضاءات مثل التنجستن مع الفلورسنت فتظهر الصورة نصفها أحمر والنصف الآخر باللون الأزرق .
- التباين مهم ما بين منطقة الظلال والمنطقة المضاءة بحيث لا تتساوى الإضاءة الرئيسة مع إضاءة تفتيح الظلال.
- جعل مستوى الإضاءة أعلى بقليل من الموضوع .



ماكياج التصوير مرتبط بالإضاءة

قائمة تمارين الوحدة:

- **التمرين الأول:** الماكياج التصحيحي لوجه ذي أنف كبير وجبهه ضيقة.
- **التمرين الثاني:** الماكياج التصويري .
- **التمرين الثالث:** ماكياج التمويه لإخفاء حب الشباب .

إجراءات السلامة:

- البس الزي المناسب للعمل.
- البس الكمامات الواقية
- البس القفازات الواقية
- نظف وعقم العدد المستخدمة
- افحص البشرة
- احذر الإفراط في تدليك البشرة
- احذر منطقة العين
- احذر مضايقة الزبون أثناء تنفيذ العملية
- تأكد من صلاحية مستحضرات الماكياج
- تأكد من توافق ألوان الماكياج مع لون البشرة
- التزم بالوقفة الصحيحة أثناء العمل.
- نظف موقع العمل بعد الانتهاء.

التمرين الأول:

الماكياج التصحيحي لوجه ذي أنف كبير وجبهة عريضة

النشاط المطلوب:

قم بعملية الماكياج التصحيحي لوجه ذي أنف كبير وجبهة عريضة

المواد الخام:

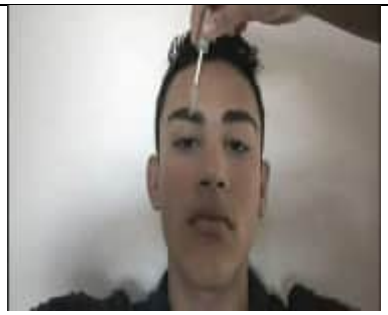
1. مستحضرات ماكياج
2. غسول خاصة
3. كريم ترطيب

العدد والأدوات:

1. فوطة خاصة
2. قطن صحي 3. فرش ماكياج 4. مناديل ورقية

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة بالماكياج	
2. افحص البشرة بجهاز المكبرثم نظفها بغسول خاص	

3. ضع كريما مرطبا على كامل الوجه	
4. تأكد من حالة البشرة ثم حدد اللون الأساسي	
5. قم بتوزيع البودرة المناسبة للون البشرة على كامل الوجه بالتساوي	
6. قم بتمشيط شعر الحواجب بالفرشاة الخاصة	
7. ضع الماسكرا الشفاف على شعر الحواجب ثم مشطها في شكل مناسب للوجه	

8. قم بمشط شعر الجفون بالفرشاة الخاصة	
9. أمشط شعر الجفون بالماسكرا الشفاف	
10.قم بوضع ملمع الكاكاو على الشفاه	 
11. الشكل النهائي بعد عملية الماكياج التصحيحي	

التمرين الثاني:

الماكياج التصويري

النشاط المطلوب:

قم بعملية الماكياج التصويري للوجه

العدد والأدوات:

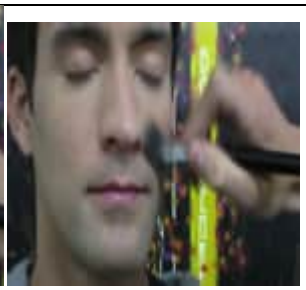
1. فوطة خاص
2. قطن صحي
3. مناديل ورقية
4. فرش ماكياج

المواد الخام:

1- مستحضر ماكياج 2. كريم ترطيب بشرة 3. غسول خاص

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة بعملية الماكياج	
2. افحص الوجه ثم قم بتنظيف البشرة بغسول خاص	

3. ضع كريم الأساس على كامل أجزاء البشرة	
4. قم بوضع الكونسيلر على دوائر العين والأنف والفم	 
5. قم بتوزيع الكونسيلر بالاسفنجة الخاصة على كامل المناطق الداكنة من البشرة	
6. وزع بودرة بلون فاتح على المناطق المظللة	 
7.ضع لون افتح بدرجتين على المناطق البارزة من الوجه	

8. ضع لون فاتح جدا لإعطاء انطباع بالضوء في الأماكن المظللة في الوجه	
9. غط مساحة الوجه بلون مطابق للون البشرة	
10. قم بتنظيف كامل أجزاء الوجه من بقايا الماكياج بالقطن الصحي	
11.ضع اللون الأغمق بدرجتين لرسم الأماكن البارزة	
12.الشكل النهائي بعد عملية الماكياج التصويري	

التمرين الثالث:

ماكياج التمويه لإخفاء حب الشباب من الوجه

النشاط المطلوب:

قم بعملية ماكياج التمويه على الوجه به حب الشباب

العدد والأدوات:

2. فوطة خاصة

3. قطن صحي

4. مناديل ورقية 5. فرش ماكياج

المواد الخام:

1. كونسيلر
2. مستحضر ماكياج 3. غسول خاص - 4. كريم مرطب

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة بعملية الماكياج	
2. قم بفحص البشرة ثم نظفها بغسول خاص	

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3. شكل الزبون قبل عملية ماكياج التمويه	
4. قم بتوزيع كريم الأساس على كامل البشرة ثم دلكها جيدا	
5. ضع الكونسيلر ذا اللون الأخضر على دوائر العينين لمدة 5 دقائق	
6. ضع الكونسيلى على الحبوب والبثور	
7. ضع البودرة على المناطق البارزة من الوجه بلون فاتح أكثر بدرجتين من لون البشرة الطبيعي	
8. وزع البودرة الغامقة على منطقة الفكين والذقن	

9. وزع البودرة الفاتحة على منطقة الجبين والأنف	
10.ضع لونا غامقا على شعر الحواجب ثم مرر مشط الماسكارا الشفاف فوق الشعر بلطف	
11.أمشط شعر الحواجب بالماكسارا الشفاف	
12.قم برسم شكل مناسب للفم بالملمع الشفاف	
13.الشكل النهائي للزبون بعد إجراء عملية ماكياج التمويه	

تقويم المدرب

معلومات المتدرب	
....	....
....	....

قيم أداء المتدرب في هذه الوحدة بوضع علامة (√) أمام مستوى أدائه للمهارات المطلوب اكتسابها في هذه الوحدة ، يمكن للمدرب إضافة المزيد من العناصر.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقن المهارة)				
		متقن بتميز	متقن جدا	متقن	متقن جزئيا	غير متقن
	تسجل هنا جميع المهارات التفصيلية التي اكتسبها المتدرب من الوحدة والقابلة للقياس					
1	تمكن من التعرف على مختلف أشكال الوجوه					
2	تمكن من التعرف على مستحضرات الماكياج					
3	تمكن من التعرف على خصوصيات ماكياج التصوير					
4	تمكن من إتقان عملية إخفاء العيوب من الوجه بالماكياج					
5	تمكن من إتقان عملية الماكياج التصحيحي					
6	استطاع إتقان استخدام الألوان المناسبة للبشرة					
7	أتقن عملية الماكياج الخيالي					
8	تمكن من إتقان ماكياج التمويه					
9	تمكن من إتقان ماكياج التصوير					

يجب أن تصل النتيجة لجميع العناصر المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي، وفي حالة وجود عنصر في القائمة "غير متقن" أو "متقن جزئيا" فيجب إعادة التدرب على هذه المهارة مرة أخرى بمساعدة المدرب.

الوحدة الرابعة

تسريحات الشعر

هدف الوحدة العام :

أن يكون المتدرب قادراً على إتقان مختلف التسريحات المناسبة لنوع الشعر وشكل الوجه .

الأهداف الإجرائية : عندما تكمل هذه الوحدة يكون لك القدرة على:

1. معرفة مختلف أنوع الشعر وخصائصه.
2. إتقان عملية تصفيف الشعر المجعد.
3. إتقان عملية كوي الشعر المتوسط والقصير .
4. إتقان عملية تسريحة الشعر الطويل المناسبة للوجه.
5. إتقان مختلف عمليات تصفيف الشعر القصير .
6. إتقان مختلف عمليات تصفيف الشعر بفير السراميك .

مستوى الأداء المطلوب :

أن يصل المتدرب إلى إتقان هذه الجدارة بنسبة90٪.

الوقت المتوقع

39 ساعة.

الوسائل المساعدة:

- عارض ضوئي.
- كتالوجات.
- أشرطة فيديو
- شعر طبيعي.

متطلبات الجدارة:

اجتياز جميع الحقائب السابقة.

في الوحدة الثالثة من هذه الحقيبة تعرفنا على مهارات إتقان مختلف أنواع الماكياج وفي هذه الوحدة سنتعرف على المهارات اللازمة في مختلف تسريحات الشعر الطويل, والقصير, ومتوسط الطول والمجعد .

أنماط الشعر:

علمياً يوجد ثلاثة أنماط من الشعيرات التي تنمو في جسم الإنسان. الشعيرات الثانوية، الشعيرات الأساسية، والشعيرات الوسيطة.

1. **الشعيرات الثانوية** Vellus Hairs:

هي شعيرات قصيرة بطول 1سم أو 2سم . الشعرة الثانوية تحتوي على نسبة ضئيلة أو ليس فيها صبغ، لهذا فهي عديمة اللون. كما أن وحدة بصيلة الشعرة الثانوية ليس لها غدد دهنية متجاورة. ولا يوجد في جذعها كذلك طبقة صبغية. ويمكن القول عنها إنها رقيقة ولينة وغير ذات أهمية من الناحية الجمالية.

2. **الشعيرات الأساسية** Terminal Hairs :

هي شعيرات طويلة تنمو على فروة الرأس وفي أنحاء الجسم الأخرى لدي الكثير من الناس. وهي نتاج لوحدات بصيلات شعر ذات غدد دهنية متجاورة، وتحتوي على ألياف شعر ذات لب في الجزء الأعمق منها.

3. **الشعيرات الوسيطة** Intermediate Hairs :

الشعيرة الوسيطة تحمل خصائص الشعيرات الثانوية والشعيرات الأساسية معاً. و لديها لب وتحتوي على كمية معقولة من الصبغ، لكن أقل من التي تحتويها الشعيرات الأساسية.
أثناء عملية تساقط الشعر فإن وحدات بصيلات الشعيرات الأساسية و الوسيطة تتوقف عن إنتاج هذه الأنماط من الشعر في مناطق معينة من الرأس، وتبدأ في إنتاج شعيرات ثانوية بدلاً عنها.

تسريحات الشعر المجعد :

يعتبر الشعر رمز للجمال ومعبرا أساسيا عن الشخصية كما أنه يؤثر بشكل واضح على الطريقة التي يراك بها الآخرون وهو من العوامل التي تبعث على السعادة والبهجة خاصة كلما أمتدح الآخرون جماله.

قال النبي صلى اللّه عليه وسلم :

((أليس هذا خير من أن يأتي أحدكم ثائر الرأس كأنه شيطان)). وهذا يدل على شدة عناية الإسلام بحسن المنظر وجمال الهيئة وإنكار التبدل وقبح المنظر.

الشعر المجعد يمكن أن يصبح خشنا أو جافا وربما هشا ,إذا لم تحسن العناية به باستخدام بعض المستحضرات التي تحفضه من الشوائب . تتمثل هذه المستحضرات في : شامبو الشعر الدهني لأنه يناسب الشعر المجعد ,كذلك استخدام نوعان من بلسم الشعر باستمرار: يستخدم الأول مع كل مرة يتم فيها غسيل الشعر , والثاني يستخدم مرة واحدة في الأسبوع كما يجب استخدام كريم خاص بالشعر المجعد لتحسين مظهره .((من كان له شعر فليكرمه)) هذا أمر رسول اللّه صلى اللّه عليه وسلم كما جاء في الحديث الذي رواه أبو داود عن أبي هريرة رضي اللّه عنه بإكرام الشعر. هكذا كان هدي رسولنا الكريم في الأمر برعاية الشعر وإصلاحه وتجميله التجميل المشروع في الإسلام ,وإكرام الشعر في الذوق الإسلامي يكون بتنظيفه وتمشيطه وتطيبه وتحسين شكله وهيئته.

وقد كره النبي صلى اللّه عليه وسلم أن يدع الإنسان شعره مرسلاً مهملاً شعثاً منفوشاً بحيث يبدو للأعين كأنه شيطان لقبح منظره.

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

تسريحات الشعر الطويل : يحيي مصممو الأزياء أو مصففو الشعر موضة قديمة كما هي أو يعدّلون فيها قليلاً لتناسب روح العصر. هنا يكمن الجمال، في المزج بين القديم المحافظ والحديث المناسب للقرن الحادي والعشرين. هكذا الأمر بالنسبة إلى تسريحات وقصّات الشعر للرجال.

الغرة :الموضة الأكثر شيوعاً لشعر الرجال،هناك ثلاثة أنواع من الغرّة، هذه الأنواع هي: **الغرة المستقيمة - والغرة ذات الطبقات - والغرة الموجة**. في الأعوام الماضية كانت غرّة الرجال في معظمها قريبة من العيون، أما الآن فيها بعض الاختلافات في طول الغرة. بعضها قصير جداً وبعضها متوسط الطول والبعض الآخر طويلة. وثمة غرة ستكون أطول من أحد الجانبين وتعرف بالغرة المائلة .

قصة الشعر هذه مناسبة للرجال ذوي الشعر الناعم ، لكن هناك من يكوي شعره بواسطة مكواة الشعر أو ينعّمه بواسطة مجفف الشعر (السشوار). هذه الإطلالة مناسبة لكل المناسبات تقريباً. أما لناحية شكل الوجه فإنها تناسب أكثر ذوي الوجوه والجبهات الطويلة. هذه القصة تسمى قصة (يوليوس قيصر) الذي صوّر في كثير من الأفلام والمسلسلات بغرّة تغطي جبهته .

الغرة المبلّلة: من موضة أخرى لتسريحات شعر الرجال هي موضة الغرة المبللة. تقوم هذه التسريحة ببساطة على قص غرة بالطول والشكل المرغوب فيهما ، أي إنها قد تكون قصيرة الطول أو متوسطة أو طويلة ، وقد تكون مكونة من عدة طبقات أو من طبقة واحدة، وبعد تمشيطها في الاتجاه المطلوب، أي إلى الأسفل أو إلى أحد الجانبين، يوضع القليل من جل الشعر على أسفل الشعر، كما في الصورة .

الغرة الموجة: ليس هناك أجمل من رجل على طبيعته . إذا كان شعرك موجاً فاتركه على حاله دون سحب أو تنعيم. أشهر وأجمل موضة في قصات الرجال موضة الغرة الموجة الكيرلي التي تتميز بكثافتها وبتغطيتها كل الجبهة أو الجزء العلوي منها فقط. مصفف الشعر هو الذي يحدد الطول. يمكنك استخدام الجل أو الموس للحصول على شعر جذاب جداً يضفي على إطلالتك لمسة تلقائية محببة. الشعر الممشط إلى الخلف من دون فرق إلى أحد الجانبين: من أشهر تسريحات شعر الرجال في كل الأزمان تسريحة الشعر التقليدية التي تقوم على فرق الشعر إلى أحد الجانبين وتمشيطه.

الشعر الممشط من دون فرق هذه التسريحة مناسبة للرجال ذوي الشعر المستقيم والشعر الموج على حد سواء. لكن كيف تحصل على هذه التسريحة؟ بعد غسل الشعر وتجفيفه جيداً ضع قليلا من جل الشعر ثم مشط الشعر من دون أن تفرقه بأخذه إلى أحد الجانبين يميناً أو يساراً .

هذه التسريحة غاية في الأناقة وهي مناسبة للمناسبات المهمة كاجتماعات العمل وحضور المؤتمرات والحفلات الزفاف عندما ترغب في الظهور بكامل الأناقة .

قائمة تمارين الوحدة:

- **التمرين الثاني:** تسريحات الشعر المجعد
- **التمرين الأول:** تسريحات الشعر الطويل
- **التمرين الثالث:** تسريحات الشعر القصير
- **التمرين الرابع :** تسريحات الشعر بالفير (السيراميك)

إجراءات السلامة :

- البس الزي المناسب للعمل
- البس الكمامات الواقية
- جهز موقع العمل
- نظف وعقم العدد المستخدمة.
- احفظ الأدوات في أماكنها الخاصة
- افحص الشعر وفروة الرأس
- حدد الأمشاط المستخدمة.
- تأكد من مناسبة التيار الكهربائي للمكائن.
- تأكد من ضبط درجة حرارة السيراميك
- احذر مضايقة الزبون أثناء تنفيذ العملية
- تأكد من صلاحية المستحضرات المستخدمة
- قف الوقفة الصحيحة أثناء العمل.

التمرين الأول:

تسريحة الشعر بالجل و السشوار

النشاط المطلوب:

قم بتسريحة لشعر مناسبة لشكل الوجه

العدد والأدوات المستخدمة:

1. فوطة خاصة
2. ورق رقبة
3. مشط
4. فرش تسريح شعر
5. فرش تصفيف شعر

1. بخاخ ماء - 7. فرشاة تنظيف شعر 7. جهاز سشوار

المواد الخام:

1. رغوة شعر
2. مثبت شعر سبراي
3. جل مثبت شعر

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة بتسريح الشعر ثم حدد الجل المناسب للتسريحة	
2. ضع قليلا من الجل في اليد	

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3. قم بتوزيع الجل على كامل الشعر بالتساوي	
4. قم بتسريح الشعر غالى أعلى بأصابع اليد	
5. قم بتجفيف جذور الشعر بالسشوار	
6. قم برفع شعر الجوانب إلى أعلى بالفرشاة و السشوار	
7. رش المثبت على كامل الشعر	
8. الشكل النهائي للتسريح	

التمرين الثاني:

تسريحة الشعر الطويل

النشاط المطلوب:

قم بتسريحه لشعر طويل مناسبة وشكل الوجه

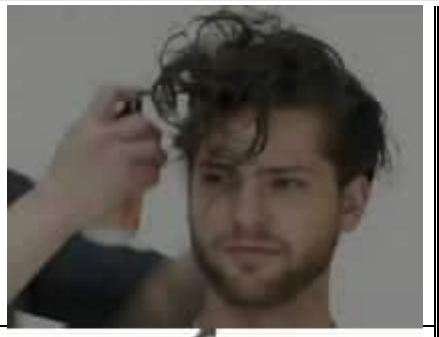
العدد والأدوات :

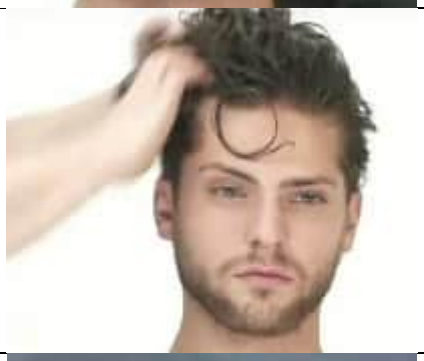
1. فوطة خاصة
2. فرش تسريح شعر
3. فرش تصفيفي شعر
4. فرشاة تنظيف رقبة
5. مشط تصفيف شعر 6. جهاز سشوار

المواد الخام:

1. جل مثبت الشعر
2. مثبت شعر سبراي – 3. رغوة شعر

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة حول الرقبة ثم بلل الشعر بالماء	
2. قم بتسريح الشعر بالمشط	

3. وزع كمية من الجل على الشعر بالتساوي داخل الشعر	
4. قم بتسريح الشعر بالأصابع	
5. قم بتسريح الشعر ابتداء من مقدمة الرأس	
6. وزع كريما مرطبا على الشعر بالتساوي	
7. أمشط كل الشعر بفرشاة التصفيف	

التمرين الثالث:

تسريحة الشعر متوسط الطول

النشاط المطلوب:

قم بتسريحة لشعر متوسط الطول مناسبة لشكل الوجه

العدد والأدوات :

1. فوطة خاصة
2. فرش تسريح شعر
3. مشط تصفيف شعر
4. جهاز سشوار
5. بخاخ ماء
6. فرشاة رقبة

المواد الخام:

1. كريم مرطب
2. مثبت شعر سبراي 3. رغوة شعر 4. جل مثبت للشعر

خطوات التنفيذ:

1. ضع فوطة خاصة حول الرقبة	
2. افحص الشعر وجلدة الرأس	

3. بلل الشعر بالماء ثم جففه بالسشوار	
4. قم بتجفيف جذور شعر الغرة بالأصابع من مقدمة الرأس بالسشوار	
5. ضع قليلا من الجل بين يديك	
6. وزع الجل بالتساوي على الشعر	
7. مرر أصابع اليد في وسط شعر الغرة	

8. قم بتوزيع الجل على شعر أسفل الرقبة ثم صففه حسب التسريحة المناسبة	
9 . رش مثبت سبراي على شعر الغرة	
10. قم برش المثبت على كامل الشعر	
11. الشكل النهائي للتسريحة المناسبة لشكل الوجه	
12. التسريحة من الجانب الثاني	

التمرين الرابع :

تسريحة الشعر بفير السيراميك

النشاط المطلوب :

قم بتسريحة مناسبة وشكل الوجه

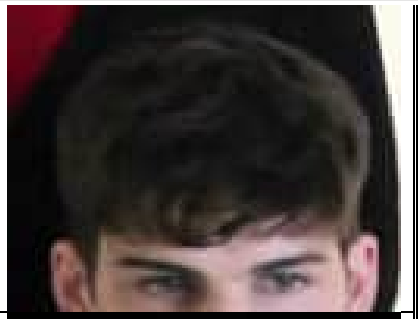
العدد والأدوات :

1. فوطة خاصة.
2. فرش تسريح شعر
3. أمشاط تصفيف شعر
4. بخاخ ماء
5. جهاز فير السيراميك

المواد الخام :

1. مثبت شعر سبراي
2. جل مثبت شعر

خطوات التنفيذ :

1. شكل الشعر قبل عملية تصفيف الشعر	
2. حدد فير السيراميك حسب طول الشعر	

WWW.DZPEN.COM | قلم الجزائر

3. قم بتقسيم الشعر	
4. امسك بخصلة الشعر بالفير من الجذور ثم في اتجاه الأسفل	
5. قم بسحب الخصلة إلى الأسفل	
6. كرر العملية على كامل الشعر	
7. قم بتكوير شعر الغرة لإعطائه شكل مناسب للوجه	
8. ضع قليلا من الجل ثم وزعها بالتساوي على كامل الشعر	
9. الشكل النهائي للتسريحة المناسبة وشكل الوجه	

تقويم المدرب

معلومات المتدرب	
.....	.....
.....	.....

قيم أداء المتدرب في هذه الوحدة بوضع علامة (√) أمام مستوى أدائه للمهارات المطلوب اكتسابها في هذه الوحدة ، يمكن للمدرب إضافة المزيد من العناصر.

	العناصر	مستوى الأداء (هل أتقن المهارة)				
		متقن بتميز	متقن جدا	متقن	متقن جزئيا	غير متقن
	تسجل هنا جميع المهارات التفصيلية التي اكتسبها المتدرب من الوحدة والقابلة للقياس					
1	تعرف على مختلف أنواع الشعر وخصائصه					
2	تعرف على مختلف أشكال الوجوه المعتمدة في للتجميل					
3	تمكن من إتقان عملية التعامل مع مختلف أشكال الرأس					
4	أتقن عملية كوي الشعر الطويل					
5	أتقن عملية كوي الشعر المتوسط والقصير					
6	أتقن عمليات تسريح الشعر الطويل المناسبة للوجه					
7	تمكن من إتقان مختلف عمليات تسريح الشعر المتوسط الطول المناسبة للوجه					
8	أتقن مختلف عمليات الشعر القصير					
9	أتقن مختلف عمليات تصفيف الشعر بالسيراميك					

يجب أن تصل النتيجة لجميع العناصر المذكورة إلى درجة الإتقان الكلي، وفي حالة وجود عنصر في القائمة " غير متقن" أو "متقن جزئيا" فيجب إعادة التدرب على هذه المهارة مرة أخرى بمساعدة المدرب.

المراجـع

اسم المرجع	المؤلف
La Coiffure : CAP- BP Coiffure mixte	Daniel Jouslin- jean Laudreau- Gilbert Vaugeois
Technologie coiffure dames et messieurs	R. AUGE
La coupe method globale	Gilles bagard
La biologie au CAP coiffure	Simone viale
Coiffure et maquillage	Campsite jane
Technologie de la coiffure	Jean - Claude Aubry: Elsa- Beaulieu
Technologie de la coiffure	Rene Rambaud
Guide de la coiffure	Louis Freville – Carkes Haggai
Institut de la Coiffure	IRPC-INPCA-MNM