

精致容颜《化妆品选择及化妆技巧》培训实施方案

主讲：朱美林

■ 课程背景：

在职业场合，人的外表对交往的成败有重要的作用。特别是初交，一位可以给人留下“看上去很舒服、很顺眼”印象的职业女性，会给人留下美好的印象，增加客户的信任度。

个人的精神、思想、动作，心理，无一不与美有关，美就是由生理、心理，内在，外在条件组合成的。如果你觉得追求美很麻烦，那么你已经把美拒之门外了。试想，一个化了妆的女性和一个没化妆又不讲究美的女性到企业应聘，谁会胜出呢？一个化妆与一个没化妆的人，谁能在职场中脱颖而出呢？一个化了妆同一个没化妆的人，谁比较受欢迎呢？

21世纪化妆是一种对人的尊重。

作为企业直面客刻的第一人来说，则直接代表公司面对客户，其形象也代表公司形象，精致的妆容、得体的服饰、甜美的笑容，建议的中肯都会留给客户一个好的印象，拉近双方的距离，增加客户对公司的信心、主动创造良好的销售氛围---这就是成交的开始。

■ 课程目标：

通过该课程的学习，学员能够得到以下提升：

- 通过培训使企业员工懂得塑造与个人风格相适的专业形象；
- 通过培训提升企业员工精神面貌，树立企业良好形象，增强市场竞争力。
- 了解你的肤质及护理方式，做好妆前肌肤护理，选对适合自己的化妆品，做美妆达人，
- 掌握五官轮廓、肤色会学受用一生的化妆技巧，自己动手化出一个美丽的妆容。

■ 培训人群：

对个人形象有提升需要的所有人

■ 授课讲师：

朱美林

■ 培训时长：

0.5-1天（，时间分配由实际情况而定）

■ 培训效果呈现：

- 知识实战性：课程内容让学员掌握员工职场化妆标准、掌握化妆产品及化妆步骤，让学员不但听得懂、记得住，而且用得上、做得到
- 授课训练性：学以致用，情景演练强化知识点记忆；分组学员点评、分享加深理解；老师总结辅导，加快知识吸收，通过训练呈现完美职业形象
- 授课生动性：寓教于乐，多采用视频教学、塑造学员喜欢的学习氛围，采用讲授、讨论、案例分析、学员经验分享，等多种培训形式，

■ 化妆品选择及化妆技巧课程大纲：

第一讲：职场妆容的功能

- 一、职场化妆的重要性
- 二、职场妆容的特点

第二讲：面部保养化妆方法

一、护肤

- 1、护肤的重要性：影响皮肤的七大因素
 - 1.1 年龄
 - 1.2 人体荷尔蒙变化
 - 1.3 环境污染
 - 1.4 紫外线辐射
 - 1.5 饮食习惯
 - 1.6 睡眠时间
 - 1.7 不恰当的保养
- 2、正确护肤的步骤—好的肌底是美妆的基本
 - 2.1 清洁
 - 2.2 调整皮肤纹理
 - 2.3 润肤
 - 2.4 均衡滋润
 - 2.5 保护

第三讲：职业化妆步骤分析

- 一、常用化妆品种类
 - 1、洁肤类（去角质、洗面奶、香皂、卸妆液）

2、护肤类产品(化妆水、精华液、乳液、霜)

2.1 化妆类产品 (隔离、粉底、散粉、眼影粉、睫毛膏、胭脂、唇膏)

3、化妆品的选购

3.1 根据自己的皮肤性质进行选择

3.2 应注意化妆品的质量

3.3 不要频繁更换化妆品

4、化妆用具

4.1 粉扑

4.2 粉刷

4.3 胭脂刷

4.4 眼影刷

4.5 眉笔眉梳

4.6 眼毛夹

4.7 眼线笔

二、基本化妆步骤

1.1 上隔离、粉底

1.2 面容轮廓修饰 (椭圆型脸、圆脸、方脸、长脸、菱形脸、倒三角脸)、定妆

1.3 画眼线、涂眼影、刷睫毛

1.4 上腮红

1.5 唇线、口红、唇膏

三、检查

3.1 左右面部妆容是否对称

3.2 过渡是否自然、协调

四、卸妆方法

第四讲：优雅妆发修饰

1、头发的清洁与保养

1.1 头发的清洁与保养

1.2 头发的梳理、修剪、清洗

1.3 头发的保养与美化

2、发型的选择

2.1 发型与脸型的配合

2.2 职场常用发型

第五章节：职场妆容礼仪规则

1、职场化妆礼仪

- 1.1 体现职业特点、忌离奇出众
- 1.2 切记劣质芳香
- 1.3 不能当中化妆
- 1.4 不借用他人化妆品
- 1.5 不适妆面出现残缺
- 1.6 男士也应该通过化妆来美化自己
- 1.7 临睡之前应彻底卸妆