

I. Wykonywanie zabiegów pielęgnacyjnych włosów

1 Pielęgnacja włosów	8
1.1. Zabiegi pielęgnacyjne	8
1.2. Substancje biologicznie czynne w preparatach pielęgnacyjnych	11
1.3. Wykorzystanie ziół w pielęgnacji włosów	12
1.4. Wpływ składników mineralnych na życie człowieka	14
1.5. Mycie włosów	15
1.6. Rodzaje szamponów	16
1.7. Odżywki i maski do włosów	17
1.8. Pielęgnacja włosów dziecka	21
1.9. Masaż skóry głowy	22

II. Strzyżenie włosów, formowanie fryzur i ondulowanie

1 Strzyżenie włosów	28
1.1. Strzyżenie – pojęcie i cele	28
1.2. Narzędzia, przybory i aparaty do strzyżenia włosów. Organizacja stanowiska pracy	29
1.3. Sposoby i metody strzyżenia włosów	35
1.4. Planowanie strzyżenia. Etapy strzyżenia	39
1.5. Podział włosów do strzyżenia	41
1.6. Pasma pamięci, kąty projekcji, linia strzyżenia i dystrybucja	54
1.7. Techniki strzyżenia włosów	62
1.8. Strzyżenie grzywek	67
1.9. Podział strzyżeń męskich	70
1.10. Formy strzyżeń damskich	74
1.11. Podział strzyżeń damskich	80
1.12. Strzyżenie brody i wąsów	89
1.13. Błędy popełniane podczas strzyżeń, korekcja błędów	91
2 Nietrwale przekształcenie struktury włosów	94
2.1. Cele ondulacji wodnej	94
2.2. Zmiany zachodzące we włosie w trakcie ondulacji wodnej	94
2.3. Organizacja stanowiska pracy do zabiegu ondulacji wodnej	95
2.4. Techniki ondulacji wodnej	99
2.5. Ondulacja fenowa	104
2.6. Błędy popełniane podczas zabiegu ondulacji wodnej	108
2.7. Cele ondulacji żelazkowej	109
2.8. Zmiany zachodzące we włosie w trakcie ondulacji termicznej	110
2.9. Organizacja stanowiska pracy do wykonania zabiegu ondulacji żelazkowej	110
2.10. Prostowanie włosów	111
2.11. Karbowanie włosów	112
2.12. Lokowanie włosów – loczkowanie	113
2.13. Falowanie włosów	116
2.14. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zabiegu ondulacji żelazkowej	117
2.15. Błędy popełniane podczas ondulacji żelazkowej oraz sposoby ich korekcji	117
2.16. Utrwalenie wiadomości	118
3 Trwale przekształcenie struktury włosa	126
3.1. Zakres trwałych przekształceń struktury włosów	126
3.2. Trwała ondulacja	126
3.3. Rodzaje trwałej ondulacji	128
3.4. Przeciwwskazania do wykonywania trwałej ondulacji	129
3.5. Etapy trwałej ondulacji	130
3.6. Zasady konsultacji przed wykonywaniem zabiegów trwałej ondulacji	131
3.7. Diagnostyka stanu włosów przed wykonaniem zabiegu trwałej ondulacji	131
3.8. Organizacja stanowiska pracy przed wykonaniem zabiegu trwałej ondulacji	134
3.9. Przygotowywanie włosów do zabiegu	134
3.10. Zasady nawijania włosów na wałki	135
3.11. Sposoby i techniki nawijania włosów na wałki	136
3.12. Aplikacja środka ondulującego	137
3.13. Ustalenie czasu działania płynu i kontrola skrętu	138
3.14. Czynności poprzedzające utrwalanie włosów	139
3.15. Utrwalenie włosów	139
3.16. Zabiegi końcowe	140
3.17. Pielęgnacja włosów po wykonaniu trwałej ondulacji	141

3.18. Zasady obowiązujące podczas wykonywania trwałej ondulacji	142
3.19. Błędy popełniane podczas wykonywania trwałej ondulacji i przyczyny ich powstawania	142
3.20. Korygowanie błędów	142
3.21. Zmiany zachodzące we włosach w czasie trwałego przeformowywania łodygi włosa	143
3.22. Trwałe chemiczne prostowanie włosów	144
3.23. Trwała stylizacja	148
3.24. Utrwalenie wiedzy	150
4 Układanie włosów	154
4.1. Metody i techniki czesania fryzur	154
4.2. Organizacja stanowiska pracy przed zabiegiem formowania fryzury	154
4.3. Typy fryzur	156
4.4. Klasyfikacja uczesań	156
4.5. Style fryzur	157
4.6. Upięcia	161
4.7. Warkocze	168
4.8. Dredy	172
4.9. Ozdoby i akcesoria do dekoracji włosów	175
4.10. Dobór preparatów do układania włosów i stylizacji fryzur	181
5 Przedłużanie i zagęszczanie włosów	182
5.1. Zakres przedłużania i zagęszczania włosów	182
5.2. Rodzaje włosów do zagęszczania i przedłużania	183
5.3. Metody i techniki przedłużania włosów	184
5.4. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu przedłużania i zagęszczania włosów	187
5.5. Zasady wykonywania zabiegu przedłużania i zagęszczania włosów	187
5.6. Pielęgnacja włosów przedłużonych i zagęszczonych	187
5.7. Sposoby usuwania włosów doczepionych i zagęszczonych	188
5.8. Wykorzystywanie przedłużania i zagęszczania włosów do stylizacji fryzur	188

III. Zmiana koloru włosów

1 Rozjaśnianie włosów	192
1.1. Podstawowe pojęcia związane z rozjaśnianiem włosów	192
1.2. Rodzaje zabiegów rozjaśniających	193
1.3. Organizacja stanowiska pracy przed zabiegiem rozjaśniania włosów	195
1.4. Środki ochrony stosowane podczas zabiegu rozjaśniania włosów	196
1.5. Diagnoza stanu włosów i skóry głowy przed zabiegiem rozjaśniania włosów	197
1.6. Czynności wstępne przed przystąpieniem do rozjaśniania włosów	201
1.7. Dobór preparatów do rozjaśniania	202
1.8. Zastosowanie emulsji utleniających w zabiegach rozjaśniających włosy	202
1.9. Przygotowanie preparatów rozjaśniających	204
1.10. Schemat nakładania mieszanki rozjaśniającej na włosy	205
1.11. Czas i kontrola rozjaśniania	209
1.12. Czynności po zabiegu rozjaśniania włosów	210
1.13. Rozjaśnianie całego porostu i odrostów	211
1.14. Klasyczne i alternatywne techniki rozjaśniania pasemek	213
1.15. Tonowanie koloru	216
1.16. Zmiany zachodzące we włosach w czasie ich rozjaśniania	217
1.17. Korekcja błędów popełnianych podczas rozjaśniania włosów	218
1.18. Pielęgnacja włosów po zabiegu rozjaśniania włosów	220
2 Farbowanie włosów	221
2.1. Wiadomości wstępne	221
2.2. Paleta kolorystyczna	222
2.3. Rodzaje farbowania włosów	224
2.4. Diagnoza w zabiegu farbowania włosów	225
2.5. Zmiany zachodzące we włosach podczas farbowania permanentnego (trwałego)	226
2.6. Środki ochrony osobistej a zabieg farbowania włosów	227
2.7. Etapy farbowania włosów	227
2.8. Odczytywanie oznaczeń numerycznych farb do włosów	229
2.9. Nadtlenek wodoru w koloryzacji włosów	232
2.10. Czynności wstępne przed farbowaniem włosów	233
2.11. Organizacja stanowiska pracy do wykonania zabiegu farbowania włosów	234
2.12. Podstawowy schemat nakładania mieszanki farbującej	234
2.13. Czas i kontrola farbowania włosów	235
2.14. Malaksacja i emulgacja włosów w trakcie farbowania	236

2.15. Czynności wykonywane po farbowaniu włosów	236
2.16. Farbowanie włosów siwych i szpakowatych	236
2.17. Farbowanie pasemek, wykonywanie balejażu	237
2.18. Farbowanie sekcyjne – panelowe	239
2.19. Kreatywne sposoby farbowania włosów	240
2.20. Koloryzacja włosów nowoczesnymi barwnikami bezpośrednimi	242
2.21. Koloryzacja dla mężczyzn	243
2.22. Tonowanie włosów	244
2.23. Błędy w koloryzacji włosów	245
2.24. Pielęgnacja włosów po farbowaniu	246
2.25. Utrwalenie wiadomości	247
3 Cechy indywidualne klienta a zabiegi zmiany koloru włosów	248
3.1. Analiza kolorystyczna typu urody	248
3.2. Wiosna – typ urody	249
3.3. Jesień – typ urody	252
3.4. Zima – typ urody	254
3.5. Lato – typ urody	256
3.6. Korygowanie wad urody za pomocą koloru włosów	259