



明愛社區書院
Caritas Institute of Community Education

應用學習-美容學基礎課程
課業 1: 面部護理療程方案個案研習

評分表格

學生姓名：_____ 學生編號：_____ 班別：_____ 2016l

習作繳交日期：_____ 11 March 2017 總分：_____ 51

I. 理解及分析(30%)					
評核準則					
	優異 (9-10)	良好 (6-8)	一般 (3-5)	有待改善 (1-2)	所得分數
生活檔案 (10%)	對客人的生活檔案有深入的認識及了解，能列明 9-10 項的生活習慣。 ☐	對客人的生活檔案有認識及了解，能列明 6-8 項的生活習慣。 ☐ 8	對客人的生活檔案有基本的認識，能列明 3-5 項的生活習慣。 ☐	對客人的生活檔案欠缺足夠的認識及了解，能列 3 項以下的生活習慣。 ☐	8
皮膚分析 (20%)	能有效運用皮膚學的知識，並能準確分析 16 項客人的皮膚狀況。 ☐	能運用皮膚學的知識，並能分析其中 11 項或以上客人的皮膚狀況。 ☐	能掌握基本皮膚學的知識，並能初步分析其中 6 項或以上客人的皮膚狀況。 ☐ 7	能掌握皮膚學的知識，只能分析 1 項或以上客人的皮膚狀況。 ☐	7
				單項總分	15



II. 內容及組織 (40%)					
評核準則					
	優異 (12-15)	良好 (8-11)	一般 (4-7)	有待改善 (1-3.5)	所得分數
分析面膜產品的成份及功效：(15%)	搜集 2 種面膜，對面膜中的各 4 種或以上的成份及功效，作出詳細的分析和比較，並按照客人皮膚狀況，建議正確的面膜，以滿足顧客的需要。 ☐	搜集 2 種面膜，對面膜中的各 3 種成份作恰當的分析和比較，並按照客人皮膚狀況，建議適當的面膜，以滿足顧客的需要。 ☐	搜集 2 種面膜，並對面膜中的各 2 種成份作簡單的分析，並按照客人皮膚狀況，建議合適的面膜，以滿足顧客的需要。 ☐	只能列出 2 種面膜的功能，及未能按照客人皮膚狀況，建議合適的面膜，以滿足顧客的需要。 ☐	5
面部護理療程計劃表：(10%)	能根據客人的皮膚狀況及需要，提供準確而有效的 8 項護理程序，及選擇適當的護理產品和說明選擇原因。 ☐	能根據客人的皮膚狀況及需要，提供 6 項或以上的護理程序及選擇適當的護理產品。 ☐	能根據客人的皮膚狀況及需要，提供 3 項或以上的護理程序及選擇適當的護理產品。 ☐	能根據客人的皮膚狀況及需要，提供 1 項或以上的護理程序及選擇適當的護理產品。 ☐	3
家居護理建議 (15%)	能根據客人的皮膚狀況，掌握客人對護理服務、產品的要求及期望效果，提供 4 項詳細的早及晚間家居護理建議、2 項每星期護理及飲食建議、1 項維生素建議。 ☐	能根據客人的皮膚狀況及對產品的要求，分別提供 3 項正確的早及晚間家居護理建議、2 項每星期護理及飲食習慣建議。 ☐	能向客人提供 2 項早及晚間家居護理、1 項每星期護理及 1 項飲食習慣建議。 ☐	只能根據客人的皮膚狀況提供 1 項早或晚間家居護理建議。 ☐	7
單項總分					15



明愛社區書院
Caritas Institute of Community Education

III. 評估 (20%)					
評核準則					
	優異 (9-10)	良好 (6-8)	一般 (3-5)	有待改善 (1-2)	所得分數
總結整個療程程序及皮膚反應 (10%)	能說明療程的種類，並準確地評估面部護理療程計劃內的 8 項護理程序，並能將每項護理的效果，作出詳細記錄。 ☐	能評估面部護理療程計劃內的 6 項或以上的護理程序，並能將每項護理的效果，作出適當記錄。 ☐	能記錄面部護理療程計劃內的 4 項或以上的護理程序。 ☐	未能完整記錄每項護理所得的效果及皮膚反應。 ☐	5
美容院療程跟進 (10%)	完成療程後，作出 2 項美容護理成效的檢討及作出 1 項療程跟進，並能在客人同意之下，回應 1 項合適的美容護理計劃。 ☐	完成療程後，作出 1 項的美容護理成效的檢討及 1 項療程跟進，並在客人同意之下，回應 1 項合適的美容護理計劃。 ☐	完成療程後，作出 1 項美容護理成效的檢討，及回應 1 項合適的美容護理計劃。 ☐	沒有檢討美容護理的成效，亦未能調整有關的美容護理計劃，以達到護理效果。 ☐	7
				單項總分	12



明愛社區書院
Caritas Institute of Community Education

IV. 反思及學習進程 (10%)					
評核準則					
	優異 (9-10)	良好 (6-8)	一般 (3-5)	有待改善 (1-2)	所得分數
反思及學習進程 (10%)	對整個面部護理療程計劃作出深入的反思，能提出有效及建設性的學習進程。 9	對整個面部護理療程計劃作出適當的反思，能提出適切的學習進程。 	對整個面部護理療程計劃作出簡單的反思。 	對整個面部護理療程計劃作出完全無關的反思。 	9
				單項總分	9

整體評語(如適用): 未充分理解課業指引的指示，故出現錯漏情況	
評核導師姓名	評核導師簽署
評核日期 9-4-2017	

應用學習課程【美容學基礎】

2016-2018

課業編號：1

面部護理方案

個案研習

學員姓名：_____

學員編號：_____

班別：_____

導師姓名：_____

日期：_____ 22-1-2017 _____

Client Record Card

個人資料:

姓名:

(中文) _____

顧客編號:

02794

(英文) _____

首次開咭日期:

24-1-2017

出生日期: _____ 月 _____ 日

性別: ☒ 女 ☐ 男

年齡(Age): 20 歲以下

21-25 歲

26-34 歲

35-44 歲

45 歲以上

婚姻狀況: 單身

已婚

國籍: _____

電話: _____ (住宅) _____ (公司) _____ (手提)

住址(Address): _____

從事行業:

☐ 文職

☐ 美容業

☐ 售貨業

☐ 秘書

☐ 空中服務員

☒ 學生

☐ 教育

☐ 飲食業

☐ 家庭主婦

☐ 醫護

☐ 保險業

☐ 其他 _____



生活檔案:

經過我和客人小姐的溝通後,下列是一些有關小姐的生活習慣。

首先,在護膚方面:

- 1) 客人只會在晚上睡覺前洗臉;洗完臉會抹一些面霜及一些保濕的護膚品。
- 2) 而且她每週都會做一些去死皮的護理。
- 3) 客人亦會每隔月去一次美容院做美容護理。
- 4) 每星期會敷兩、三次面膜。

飲食習慣方面:

- 1) 客人平時不會定時進餐。有時會不吃晚餐。
- 2) 她沒有吃早餐的習慣。只有空閒時間會吃早餐。
- 3) 客人每天會喝8杯水。

運動習慣方面:

- 1) 客人不太做運動,只是有時會走路回家,以及間中爬樓梯。
- 2) 由於客人是學生,曾在學校上體育課,做一些跑步、打籃球等的運動。

身體病歷及皮膚敏感方面:

- 1) 客人沒有過身體病歷。
- 2) 客人對海鮮敏感,一日吃了海鮮,皮膚會痕癢及生紅斑。

皮膚種類：(只可選擇一種皮膚)

- ☐ 中性皮膚
☐ 油性皮膚
☐ 乾性皮膚
☐ 缺水皮膚
☐ 成熟皮膚
☒ 混合性(中性)皮膚
☐ 混合性(乾性)皮膚
☐ 暗瘡皮膚
☐ 敏感皮膚

面部呈現的問題：

皮脂分泌

- ☒ 適中 說明 T字位
☐ 缺少 說明 欠細嫩
☐ 過多 說明 _____

水份分泌

- ☒ 充足 說明 臉頰
☐ 缺少 說明 _____

毛孔

- ☐ 幼細 說明 _____
☐ 適中 說明 _____
☒ 粗大 說明 T字位、臉頰
☐ 閉塞 說明 _____

膚色

- ☒ 平均 說明 _____
☐ 白皙 說明 _____
☐ 蒼白 說明 _____
☐ 暗啞/呆滯 說明 _____
☐ 偏黃 說明 _____
☐ 古銅 說明 _____
☐ 黝黑 說明 _____

彈性

- ☒ 良好
☐ 適中
☐ 不足
☒ 良好
☐ 適中
☐ 鬆弛

血液循環

- ☒ 良好
☐ 適中
☐ 差

肌緊度

- ☒ 良好
☐ 適中
☐ 鬆弛



皮膚瑕疵的部位(示圖)

瑕疵

- ☒ 黑頭
☐ 白頭/酒米
☐ 油脂粒
☐ 雀斑
☐ 黃褐斑
☐ 墨/痣
☒ 暗瘡
☒ 暗瘡印
☐ 疤痕
☐ 微絲血管擴張

膚質

- ☒ 幼細 說明 _____
☐ 適中 說明 _____
☐ 粗糙 說明 _____

皮膚厚度

- ☒ 薄 說明 面膜
☐ 適中 說明 _____
☐ 厚 說明 _____

敏感

- ☐ 有
☒ 沒有

微絲血管呈現

- ☐ 有 位置 _____
☒ 沒有

幼紋 / 皺紋

- ☒ 有 位置 額頭
☐ 沒有

脫皮

- ☒ 有 位置 下巴、臉頰
☐ 沒有

臉頰是中
 性皮膚會脫皮?

分析面膜產品的成份及功效：

客人 小姐屬於混合性(中性)皮膚。由於客人的T字位油脂分泌較為旺盛，毛孔亦較粗大，所以我判斷客人 小姐是混合性中性皮膚。
除此之外，客人的鼻頭及鼻翼有黑頭、暗瘡。
故此，我曾提出一些適合客人的面膜。

中軸區域

亞瑪遜白泥毛孔深層清潔面膜	薄荷去印面膜
成份：	成份：
亞瑪遜白泥	薄荷
活性石	蘆薈
燕麥	
翠葉蘆薈	欠2種成份
功能：	功能：
亞瑪遜白泥可以排毒及淨化肌膚。也可以清除毛孔堵塞。此外，活性石可以吸油；燕麥可以吸收皮膚多餘油脂。翠葉蘆薈可以保濕和舒緩。	薄荷可以抑制油脂分泌，有清除黑頭粉刺的功效。蘆薈可以為肌膚提供水份，鎖水保濕。
可以改善T字位的出油情況，主要是清除毛孔堵塞。	

經過兩款面膜的比較後，我為客人選擇亞瑪遜白泥毛孔深層清潔面膜，因為客人T字位有暗瘡，加上毛孔堵塞導致有更多黑頭及暗瘡，因此我選擇這款面膜，當中的燕麥可以幫肌膚吸油。T字位經過刺激後，面膜中的翠葉蘆薈有舒緩的功能。

○沒共同功效

分析面膜產品的成份及功效：

面頰區域：

Q10蜜桃修護果纖面膜	冷凍暗瘡面膜
成份：	成份：
輔酶Q10	硫磺
蜜桃精華	礦物鹽
白茶精華	茶樹
透明質酸	
功效：	功效：
輔酶Q10可以促進肌膚新陳代謝；	硫磺可以消毒、殺菌；礦物鹽可以
蜜桃精華修護肌膚，使肌膚緊緻潤	令皮膚充滿生機，吸收水份；茶樹則有
澤；白茶精華可以減少色斑，可以收斂	殺菌的功效。
毛孔，也可以減低紫外線對皮膚的傷	
害；透明質酸則是幫皮膚補濕。幫	
肌膚輸送水份。	

經過面頰區兩款面膜的比較，我選擇了Q10蜜桃修護果纖面膜，因為客人■小姐面頰的皮膚厚度屬於較薄，而Q10蜜桃修護果纖面膜當中的蜜桃精華可以修護肌膚，使肌膚緊緻，抵受外來的傷害。除此文外，白茶精華的作用包括收斂毛孔，對客人面頰有毛孔的情況很有幫助。

返共同功效。

面部護理療程計劃表：

治療日期：1-3-2017

☒面部潔面劑

- ☐ 潔面奶 原因：_____
- ☐ 潔面膏 原因：_____
- ☐ 潔面啫喱 原因：_____
- ☒ 其他 請說明 潔面泡沫 欠原因 ✓

☒磨砂

- ☒ 磨砂膏 原因：適合油性，有黑頭的皮膚。
- ☐ 脫屑膏 原因：_____

☒面部按摩 _____ 分鐘

- ☐ 按摩油 原因：_____
- ☒ 按摩膏 原因：適合油性，有黑頭及毛孔閉塞的皮膚

☒面膜 產品 亞馬遜白泥毛孔深層清潔面膜及Q10蜜桃修護果纖面膜
沒有說明位置

☒緊膚水

- ☐ 爽膚水 原因：_____
- ☒ 收斂性緊膚水 原因：適合油性及混合性肌膚，可去除多餘油脂。
- ☐ 消毒性緊膚水 原因：_____
- ☐ 其他 請說明 _____

☒眼霜 產品 保濕、去黑眼圈。

☒面霜 產品 控油、美白

☐ 其他：_____

你的私隱對本公司是十分重要的。因此，作為本公司的客戶，我們會致力實踐本公司對保障個人客戶私隱的承諾。

客人簽署：_____

美容師簽署：_____

客人姓名：_____

美容師姓名：_____

日期：11-3-2017

家居護理建議：

小姐較嚴重的是暗瘡問題，暗瘡主要生長在面頰及鼻子。因此，我會給予客人一些家居護理建議：

潔面產品方面，我認為客人應使用潔面泡沫，因為潔面泡沫適合油性及暗瘡皮膚，而且它的性質溫和，適合張小姐混合性偏油的皮膚。潔面泡沫應早晚都使用；爽膚水方面，我推介小姐使用收斂性緊膚水，由於收斂性緊膚水適合油性、混合性皮膚，雖然它有刺激性，但有殺菌的作用，而且可以去除多餘油脂，適合客人的皮膚狀況，洗面後都應使用爽膚水；眼霜方面，我建議客人早晚都使用。

△ 欠 局 霜

△ 欠 每 星期 護理

飲食建議方面，就客人的飲食習慣，她應該保持每天喝8杯水的習慣；除此之外，她應減少吃油膩的不健康食品，避免臉上有過多油脂增加暗瘡。

維生素建議方面，我建議客人吸收維生素C，因為維生素C可抵禦紫外線侵害，避免黑斑、雀斑以及具美白功效。青菜、韭菜、橙等都含有豐富維生素C。

總結整個療程程序及皮膚反應：

第一個療程是收斂保濕療程，在面部清潔方面，我揀選了潔面泡沫，因為它屬於水性乳液，比較柔和，也可以順便去除一些 妝容。完成洗臉後我會為客人進行熱蒸氣噴霧機療程，因為用微熱的蒸氣可以使臉部毛孔張開，將污垢徹底清除，促進面部血液循環。接下來我會為客人進行磨砂，磨砂我會使用磨砂膏，因為它適合油性、有黑頭及毛孔閉塞的皮膚。為客人進行按摩方面我會使用質地較薄的按摩膏，並進行揉捏法，為客人按摩。再是為客人敷面膜，我會注重在收斂毛孔方面，亦會為臉部進行舒緩。敷完面膜我會使用爽膚水，我會選用收斂性緊膚水，它適合混合性肌膚，可去除多餘油脂。完成這些步驟後，我會再用面霜及眼霜，眼霜我選擇保濕及去黑眼圈眼霜，日霜則選擇了控油、美白的。此外，我也使用了控油、美白的精華素。

△ 3. 用 說明 產品 功效， 但 亦 說明 客人 用 產品 後 的 皮膚 反應。

美容院療程跟進:

小姐完成深層清潔療程後，她的皮膚狀況大致改善，原本有暗瘡情況，例如鼻翼及面，在療程後，暗瘡問題減少了，臉上的油份亦減少了。原本小姐的油性皮膚也得到改善。
偏
暗瘡3-5天即
少3，只會暗瘡印淡3。
，她希望改善T字位的毛孔問題。通過我和小姐溝通後，她認為我應為她挑選更多含有維生素C的產品，因為這樣的成份有助改善毛孔粗大的情況。

△ 天，療程名稱

反思及學習進程:

完成了面部護理療程方案後，我認為和客人溝通是很重要的，除了為客人訂立適當的產品及護理方法，也需要諮詢客人的意見。在完成方案過程中，我認為我在分析面膜產品的成份及功效這一部份表現較好。原本小姐並不清楚自己應使用哪一款面膜，經過我的分析後，她每天都會敷一次面膜，可見我的意見有一定說服力。但我認為我在為客人進行美容療程時做得不夠好，例如我的技巧不夠熟練，會忘記一些微細的步驟。

針對我進行美容療程時的缺點，我會多加練習，上網學習更多不同的美容程序。而且下次幫客人進行美容療程時，我會用一本筆記下步驟，避免自己忘記，亦會提升我的專注力，避免犯同樣錯誤。