



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：_____ 2016
習作繳交日期：_____ 11 March 2017 總分：_____ 86

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。 10	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。 	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。 	10
	優異 (16-20)	良好 (15-11)	一般 (6-10)	有待改善 (1-5)	所得分數
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。 14	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。 	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。 	14
				單項總分	24



明愛社區書院
Caritas Institute of Community Education

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。 14	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。 	14
	優異 (9-10)	良好 (6-8)	一般 (3-5)	有待改善 (1-2)	所得分數
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。 10	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。 	10
	優異 (12-15)	良好 (8-11)	一般 (4-7)	有待改善 (1-3.5)	所得分數
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。 15	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。 	15
				單項總分	39



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。 6	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。 	6
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。 10	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。 	10
				單項總分	16



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。 	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。 7	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。 	7
				單項總分	7

整體評語(如適用)：

能掌握皮膚護理的知識為客人分析皮膚及提供適切的家居護理

評核導師姓名

評核導師簽署

評核日期

21 MAR 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：_____ 11/2/17

Client Record Card

個人資料:

姓名:

(中文) _____

顧客編號:

A123

首次開咭日期:

11 / 2 / 2017

(英文) _____

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:

護膚習慣: 每日護理方面, 每日都會用洗面膏洗面, 並且每日有爽肤和抹擦面霜和防曬; 在每星期護理方面, 會不定時敷保濕面膜和深层清潔面膜; 在特別護理方面, 並沒有做任何的特別護理, 沒有去美容院做護理及擦精華素。

飲食習慣: 在三餐飲食時間方面, 她三餐飲食時間正常且有規律; 在喜愛食物及飲料方面, 偏愛食蔬菜, 持有一個多菜少肉的飲食習慣, 並且喜歡飲暖水, 她喜愛吃蕃茄及青瓜但不喜歡吃西芹。在每日飲水量方面, 只有覺得口渴時才飲水, 飲水量不規律, 大概祇有兩杯水。

運動習慣: 每星期會去跳舞兩次, 每次耗時1小時30分。

身體病歷: 並沒有患任何長期疾病。

皮膚敏感狀況: 沒有對任何食物或產品敏感。

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
- ☒ 缺少 說明 面頰(乾)
- ☒ 過多 說明 丁字位

水份分泌

- ☒ 充足 說明 丁字位
- ☒ 缺少 說明 面頰

毛孔

- ☐ 幼細 說明
- ☒ 適中 說明 面頰
- ☒ 粗大 說明 丁字位
- ☒ 閉塞 說明 丁字位

膚色

- ☐ 平均 說明
- ☒ 白皙 說明 (全面)
- ☐ 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

肌緊度

- ☒ 良好
- ☐ 適中
- ☐ 鬆弛

血液循環

- ☐ 良好
- ☒ 適中 (黑眼圈)
- ☐ 差



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 面頰
- ☐ 適中 說明
- ☒ 粗糙 說明 丁字位

皮膚厚度

- ☒ 薄 說明 面頰
- ☐ 適中 說明
- ☒ 厚 說明 丁字位

敏感

- ☐ 有
- ☒ 沒有

微絲血管呈現

- ☐ 有 位置
- ☒ 沒有

幼紋 / 皺紋

- ☐ 有 位置
- ☒ 沒有

脫皮

- ☐ 有 位置
- ☒ 沒有

分析面膜產品的成份及功效：

是混合性(乾性)皮膚，她想改善T字位的黑頭以及面部的干燥缺水的情况。

我為客人T字位选择以下面膜作成分分析：

① 亞瑪遜白泥毛孔深層清潔面膜

成份	功效
亞瑪遜白泥	具有排毒及淨化肌膚的功效，以消除毛孔堵塞和粗大細菌、毒素、多餘油脂
活性石	吸油
燕麥	有效吸收肌膚表面的多餘水份
翠葉蘆薈	萃取自蘆薈，具舒緩功效

② 死海黑泥去瑕面膜

死海黑泥	協助吸附肌膚多餘油脂，幫助角質去除，並加強肌膚毛細孔暢通
海鹽	含有豐富的礦物質與微量元素，並能幫助去除肌膚老廢角質
茶樹精油	加強問題肌膚的修護效果
金縷梅萃取	天然的肌膚收斂作用，能幫助調理肌膚油脂，協助毛孔緊緻
檸檬皮精油	幫助角質軟化，維持肌膚年輕緊緻
快樂鼠尾草精油	加強舒緩肌膚
高嶺土	加強油脂吸除，並幫助去除肌膚老廢角質

以下是為面頰所选择的面膜：

① 舒緩保湿啫喱面膜

綠茶萃取物	具有抗氧化的功效
洋甘菊精華	具有舒緩的功效
蒲公英萃取物	清爽及滋養肌膚，含豐富維他命A、B、C及D，使用於乾性極有效
超級保湿成份	甘油等保湿成份有助肌膚鎖緊水份

分析面膜產品的成份及功效：

② 海藻抗氧化保湿面膜：

成份	功效
海藻精華	可平衡油脂分泌及對抗油脂氧化，同時維持肌膚水份
綠茶萃取物	具有抗氧化功效
洋金菊精華	具有舒緩功效
麥冬萃取	有助增加濕潤劑的產生，從外來環境中吸收及鎖住水份

總結：以上面膜分別改善 T 字位上的黑頭問題和面頰的干燥缺潤問題。
 在選擇用於 T 字位黑頭方面，亞瑪遜白泥毛孔深層清潔面膜和死海黑泥去瑕面膜都是泥狀面膜，它們都有吸附多餘油脂及吸油的功能並且都有舒緩肌膚的功效，但死海黑泥去瑕面膜卻含有茶樹精油，能加強問題肌膚的修護效果，使客人的肌膚 T 字位不但能控油更能使其肤质有所改善，因而在 T 字位我會為選擇死海黑泥去瑕面膜。

在選擇用於面頰的面膜方面，舒緩保湿啫喱面膜和海藻抗氧化保湿面膜都有抗氧化及舒緩的功效，但是舒緩保湿啫喱面膜含有豐富維他命 A、B、C 及 D 能夠為的肌膚補給營養，改善肌膚問題，因而在面頰位置我會為選擇舒緩保湿啫喱面膜。

改善哪些問題？

面部護理療程計劃表：

治療日期：11/2/2017

☒面部潔面劑

- ☒ 潔面奶 原因：其性質較溫和，且具水性乳劑，可作一般潔面，洗後皮膚不會繃緊
- ☐ 潔面膏 原因：_____
- ☐ 潔面啫喱 原因：_____
- ☐ 其他 請說明 _____

☒磨砂

- ☐ 磨砂膏 原因：_____
- ☒ 脫屑膏 原因：其性質溫和，不會對較薄的皮膚造成刺激

☒面部按摩 10 分鐘

- ☐ 按摩油 原因：_____
- ☒ 按摩膏 原因：客人為年青皮膚，選用高水油比的按摩膏，質地清爽

☒面膜 產品 丁字位：死海黑泥去瑕面膜 面頰：舒緩保濕啫喱面膜

☒緊膚水

- ☒ 爽膚水 原因：有收斂作用，可分解毛孔的油脂污垢且收緊毛孔
- ☐ 收斂性緊膚水 原因：_____
- ☐ 消毒性緊膚水 原因：_____
- ☐ 其他 請說明 _____

☒眼霜 產品 保湿眼霜

☒面霜 產品 保湿美白面霜

☒其他 SPF15防曬霜

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：11/2/17

家居護理建議：

是混合性乾性皮膚，面頰較乾，T字位較油，因而需做早晚護理來保養肌膚。在早晚護理方面，可用保濕潔面乳來潔面，可選擇使用保濕的爽膚水，另使用去黑眼圈的眼霜幫助去除黑眼圈，選擇保濕美白眼膏面霜以便維持面部水份及有光澤，最後可選擇SPF 25防曬以防皮膚被曬傷。在晚間護理方面，可使用卸妝油來卸妝，后抹上保濕的精華素以及選擇具保濕美白功能的晚霜。除此之外，可選擇做每星期護理以改善肌膚問題。可每星期使用死皮膏來去死皮，以退退肌膚暗啞，另外可每星期敷兩次保濕面膜。

在飲食方面，本身就有「多菜少肉」的飲食習慣，應保持這個良好習慣，避免進食煎炸或辛辣食物，另外為改善面頰偏乾的問題，應多補充水份，堅持每天喝8杯水以保持肌膚濕潤。而在維生素的補充方面，應透過進食核桃、葵花子及乳類以補充維生素E，因維生素E具有抗氧化的功能，從而保護了皮脂和皮膚中的水份，以改善面頰偏乾的情況。

總結整個療程程序及皮膚反應：

根據她的皮膚狀況，她的皮膚有干燥的問題，因此我會幫她訂立保濕療程。首先，我選用保濕洗面奶，這使她的皮膚保持濕潤，並且洁面後不會感到繃緊。其次，我為她選用了晚霜膏和按摩膏在面膜方面，在T字位為她選用了死海黑泥去瑕面膜，使用後她的T字位的油光減少了，而在面頰為她選用了舒緩保濕啫喱面膜，使用後她的皮膚變得水潤而平滑。再者，我為她選用了保濕美白爽膚水，使用後她的皮膚不再暗黃而變得亮白，且使她的肌膚變得濕潤。最後，我為她選用了去黑眼圈眼霜及保濕美白面霜，在去黑眼圈眼霜方面，她的黑眼圈被淡化了且消除了她的疲態，效眼變得精神。而在保濕美白面霜方面，使用後皮膚不再粗糙，而變得光滑水潤。最後，我為她選用SPF 25的防曬霜，以保護她的皮膚不被曬傷。（晚霜膏使她的皮膚變得光滑，而按摩膏則促進了血液循環，面色變得紅潤）

總計
劃表
符合

美容院療程跟進:

完成整個保濕療程后，已改善了面頰干燥及皮膚偏黃暗啞的問題已經得以改善。她的面頰已變得紅潤且有水份，但是：T字位的黑頭問題並沒有得以改善。根據她的黑頭問題，与她商議後，決定下一次會為她做去黑頭療程。在這次療程中，首先會使用蒸面機蒸面，使毛孔張開，有利消除T字位上的污垢，而又配合使用綠石泥淨化美白面膜在T字位，有剷除吸附黑頭，使黑頭減少，以改善的黑頭問題。

反思及學習進程:

在學習的過程，我學到洗面和按摩的技巧和如何分析皮膚，使我获益良多，但當中也會遇到困難，困難在於不肯定客人是甚麼類型的皮膚，因而猶豫不決，但最終也學會并能熟悉掌握當中的巧妙。在進行實習的過程，我對自己感到滿意的是洗面這部分，因為能我能清楚記得每個步驟並能用正確的方法洁面，客人亦覺得我洗得很乾淨，令她有一種乾爽的感覺，但是我仍然有不足的地方，客人覺得我按摩的力度太輕且不夠連貫，這是一個我需要改善的問題，為針對這個不足，我會多找模特兒來練習，每次練習后都會征詢模特兒的意見，以證明我的不足是否有改善。只具骨體學習進程。

應用學習 - 【美容學基礎】(2016 - 18)

學員聲明

學生姓名：_____

學員編號：_____

班 別：_____

課業名稱： 面部護理療程方案-個案研習

課業編號： 1

導師姓名： _____ 老師

本人謹此聲明：

- 現時提交的習作乃本人的作品。
- 此習作沒有抄襲他人的資料，無論是部分或全部；如引用他人的資料，則會註明出處。
- 本人沒有提交此習作作為香港中學文憑考試其他科目評核之用。

學員簽署： _____

日 期： 11/3/17