



الاقتصاد المنزلي

# التجميل

(العلوم المهنية الخاصة والتدريب العملي)

الفصل الدراسي الثاني  
الصف الحادي عشر



٢٠١٩ م / ١٤٤٠ هـ

الصف الحادي عشر

الفصل الدراسي الثاني

التجميل

الاقتصاد المنزلي

ISBN:978-9957-84-233-8



9 789957 842338



## الاقتصاد المنزلي

# التجهيل

( العلوم المهنية الخاصة والتدريب العملي )

## الفصل الدراسي الثاني الصف الحادي عشر

### تأليف

أيمن سليمان حبول  
وسيلة عمر العلمي

إيمان فؤاد الداموني  
سحر صابر كريم

الناشر  
وزارة التربية والتعليم  
إدارة المناهج والكتب المدرسية

يسر إدارة المناهج والكتب المدرسية استقبال ملحوظاتكم وأرائكم على هذا الكتاب على العناوين الآتية:

هاتف : ٩ - ٥ / ٤ / ١١٧٣٠٤ فاكس : ٤٦٣٧٥٦٩ ص.ب. (١٩٣٠) الرمز البريدي : ١١١١٨

أو على البريد الإلكتروني: VocSubjects.Division@moe.gov.jo

قررت وزارة التربية والتعليم تدرّس هذا الكتاب في مدارس المملكة الأردنيّة الهاشميّة، بموجب قرار مجلس التربية والتعليم رقم (٥٨) تاريخ (١٥/٧/٢٠١٠م) بدءاً من العام الدراسي ٢٠١٠/٢٠١١م.

الحقوق جميعها محفوظة لوزارة التربية والتعليم  
الأردن - عمان ص.ب. (١٩٣٠)

### لجنة التوجيه والإشراف على التأليف

زهية السيّدة حجازي	تيسير محمد سليمان
د. منيرة عيسى البطارسة	د. عبير مصطفى كسواني
أ. د. سلمى خليل طوقان	د. إيمان فاروق بدران
د. أيمن سليمان مزاهرة	م. أحمد مصطفى حسن
أحمد محمود حسان	م. بادرة حميد اليماني (مقرّراً)

التحرير العلمي :	م. بادرة حميد اليماني
التحرير اللغوي :	محمد أحمد ندى
التحرير الفني :	نداء فؤاد أبو شنب
التصميم :	هاني سلطي مقطش
الرسوم :	إبراهيم محمد شاكر
التصوير :	أديب إسماعيل عطوان
الإنّتاج :	خولة أحمد المومني

دقّق الطباعة وراجعها: د. زبيدة حسن أبو شويمة

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية

(٢٠١١/٣/١١٧٩)

ISBN: 978-9957-84-233-8

٢٠١٠هـ/٢٠١٠م

٢٠١١ - ٢٠١٩م

الطبعة الأولى  
أعيدت طباعته

## قائمة المحتويات

الصفحة

الموضوع

٥	المقدمة
٦	إرشادات عامة
	<b>الوحدة الأولى : لفّ الشعر وتسريحه</b>
١١	أولاً : لفّ الشعر
٤٨	ثانياً : تسريح الشعر
٩٨	أسئلة الوحدة
	<b>الوحدة الثانية : قصّ الشعر</b>
١٠٣	أولاً : مفهوم قصّ الشعر وأهميته
١٠٦	ثانياً : الأدوات المستعملة في عملية قصّ الشعر ومواصفاتها
١٢١	ثالثاً : أسس قصّ الشعر
١٣٥	رابعاً : أشكال قصّات الشعر
١٦٩	أسئلة الوحدة
	<b>الوحدة الثالثة : العناية باليدين والقدمين ( التطريف والتدريب )</b>
١٧٥	أولاً : تركيب الأطراف العلوية والسفلية
١٨٥	ثانياً : مشكلات الأظفار وأمراضها
١٩٦	ثالثاً : مستلزمات العناية باليدين والقدمين
٢١١	رابعاً : العناية بأظفار اليدين
٢٢٨	خامساً : العناية بأظفار القدمين
٢٣٥	سادساً : تدليك اليدين والقدمين
٢٥٢	سابعاً : طلاء الأظفار
٢٦٢	أسئلة الوحدة
٢٦٤	قائمة المصطلحات
٢٦٩	قائمة المراجع



الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين وبعد، انسجامًا مع أهداف تطوير التعليم نحو اقتصاد المعرفة (ERfKE) وتطوير مباحث فرع الاقتصاد المنزلي بشكل عام ومباحث تخصص التجميل بشكل خاص، نضع هذا الجهد المتواضع بين أيدي الطلبة والمعلمين، آملين أن يحقق النتاجات التي وضع من أجلها؛ لإكساب الطلبة المعارف والمهارات والقيم والاتجاهات.

ويتضمن هذا الكتاب ثلاث وحدات دراسية: تتناول الأولى لفّ الشعر وتسريحه، وتتناول الثانية قصّ الشعر، أما الثالثة فتتناول العناية باليدين والقدمين.

وقد اعتمدت في عرض مضمونه منهجية ونمطية محدّدة؛ ليقدم القاعدة النظرية تليها التطبيقات العملية المرتبطة بها، حيث تمّ تقسيم كلّ وحدة دراسية إلى عدد من الموضوعات الرئيسة التي اشتمل كلّ منها على عدد من العناوين الفرعية المرتبطة بكلّ موضوع رئيس والمدعّمة بالأنشطة، وقضايا للبحث والمناقشة، والأشكال والرسوم التوضيحية؛ لتعميق الفهم وزيادة ربط المعلومة بالواقع، إضافة إلى الاهتمام بتفعيل دور تكنولوجيا المعلومات والاتصالات بصفتها أداة لتفعيل التعلّم الإيجابي.

أما أسلوب عرض التمرينات العملية، فقد تضمّن اسم التمرين، ورقمه المتسلسل ضمن الوحدة الدراسية الواحدة، والنتائج الخاصّة بالتمرين، والأساس النظري المرتبط به، والموادّ والأجهزة والأدوات وخطوات التنفيذ متسلسلة ومعرّزة بالرسوم والأشكال، مع إضافة تمارين للممارسة تراعي الفروق الفردية بين الطلبة، وتشجّعهم على التعلّم والتعليم الذاتي، وتحفّزهم على الإبداع الشخصي. كما روعي في إعداد هذا الكتاب إجراءات الصّحة المهنية والسلامة المرتبطة بالتخصّص وتوخّينا ربط موضوعاته ببيئة الطالب.

ونسأل الله أن نكون قد وفقنا في تقديم هذا الكتاب، ليكون نافعًا مفيدًا، مرحّبين بكل نقد يهدف إلى إغنائه وتطويره.

والله ولي التوفيق

المؤلّفون

## إرشادات عامة

في ما يأتي مجموعة من الإرشادات العامة التي تساعد على تنفيذ المهارات العملية والتجارب المخبرية الواردة في الكتاب:

١ تعزيز الاتجاهات الإيجابية لدى الطلبة نحو العمل اليدوي عن طريق الأداء العملي للتمرينات وليس عن طريق المعلومات النظرية والإرشاد.

٢ توفير مشغل مناسب لتنفيذ المهارات العملية في الكتاب وتجهيزه بالمواد والأدوات والتجهيزات اللازمة من بداية العام الدراسي، وتحضير كل ما يلزم مسبقاً قبل تنفيذ التمرينات العملية من قبل المعلم.

٣ التدرب على المهارات العملية التي لا تتوفر إمكانيات تطبيقها في مشغل المدرسة في أثناء التدريب الصيفي الميداني في مواقع العمل المتخصصة تحت إشراف المعلم المختص فنياً ومتابعته.

٤ مراعاة الفروق الفردية بين الطلبة، وتشجيعهم لاكتساب المهارة العملية بشكل جيد بما يعزز ثقتهم بأنفسهم، كذلك تشجيعهم على الإبداع والعمل الفردي خارج المدرسة تحت إشراف المعلم ومتابعته حسب الحاجة.

٥ تنظيم عدد من الزيارات الميدانية المتنوعة في أثناء العام الدراسي؛ للاطلاع على تنفيذ المهارات العملية في مواقع العمل الفعلية، وحفظ التقارير الخاصة بذلك ومناقشتها في غرفة الصف.

٦ الاهتمام بنظافة المشغل وتجهيزاته وأثاثه وترتيبها، وتوفير عدد من سلال النفايات ذات الغطاء؛ للتخلص من العبوات الفارغة والنفايات.

٧ ترتيب المواد والأدوات الجديدة الزائدة وغير المستعملة، وحفظها في أماكن مناسبة وتصنيف محدد، للتمكن من الحصول عليها عند الحاجة، واستخدام المواد المحفوظة مسبقاً ثم المواد الجديدة.

٨ إجراء عمليات الصيانة الدورية المستمرة لتجهيزات المشغل؛ للمحافظة على جاهزيتها للعمل أطول مدة ممكنة.

٩ اتباع الطريقة الأدائية في تنفيذ المهارات العملية في المشغل؛ إذ تساعد على اكتساب المهارة

بيسر وفاعليّة، وأبرز ما تشتمل عليه هذه الطريقة الخطوات الآتية:

أ تقديم المشاهدة العمليّة وفق الشروط التي يضعها المعلّم.

ب محاكاة أداء المعلّم من قبل بعض الطلبة، ومشاركة الآخرين في تقويم الأداء وتصويبه.

ج ممارسة الطلبة المهارات المتضمّنة، وتحقيق معيار الأداء في تنفيذ التمرينات، ومتابعة المعلّم تكرار الممارسة؛ لاكتساب المهارة والسرعة في العمل.

١٠ تقويم الأداء النهائي للمهارات عن طريق سلسلة من الإجراءات المتواصلة التي تأخذ في الاعتبار الصّحة المهنيّة والسلامة، ومنهجية خطوات الأداء وتسلسلها كما وردت في التمرينات العمليّة مع مراعاة أخلاقيّات المهنة وآدابها. وكذلك تقويم المنتج النهائي الذي يشمل معيار الأداء المحدّد في خطوات التنفيذ، أو المحدّد من قبل المعلّم مسبقاً، والزمن المستغرق في الأداء، على أن تستعمل قوائم التقويم والاستمارات الخاصّة بالمهارات العمليّة وفق الشروط الخاصّة بكلّ منها.

١١ المحافظة على ترتيب المشغل في أثناء العمل، بوضع الأدوات الخاصّة بكلّ طالب، كالمعاطف، وحقيرة الكتب، وغيرها في أماكنها الصحيحة، بالتنسيق مع سائر زملاءه وبإشراف المعلّم.

١٢ استعمال الأدوات والتجهيزات بالطريقة الصحيحة للمحافظة على جاهزيّتها للعمل أطول مدّة ممكنة، كاستعمال الماء المقطّر لجهاز البخار، ووصل الجهاز الكهربائيّ الجديد بمصدر التيار الكهربائيّ المناسب لفرق جهد تصميمه، وغير ذلك من الأمثلة.

١٣ فصل الوصلات الكهربائيّة جميعها بعد الانتهاء من العمل وقبل مغادرة المشغل.

١٤ الاهتمام بقراءة تعليمات الشركة الصانعة وتنفيذها لكل جهاز أو آلة قبل استعمالها في المشغل، وفي أثناء الاستعمال، ولإجراء عمليات الصيانة الدوريّة المناسبة.

١٥ الاحتفاظ بالأدوات الخاصّة بكلّ طالب في علبة أو صندوق مناسب؛ لتكون جاهزة للاستعمال في أثناء العمل.

١٦ استشارة المعلّم في التصرف المناسب حيال أيّ أمور قد تطرأ في أثناء العمل في المشغل.

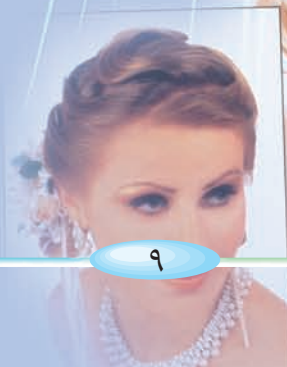
١٧ الاهتمام بقراءة النشرات المرفقة مع المستحضرات الكيميائيّة قبل استعمالها.





# الوحدة الأولى

## لفّ الشعر وتسريحه



# لف الشعر وتسريحه

## الوحدة الأولى

تعدّ عملية تسريح الشعر ضرورة مهمّة في إظهار جمال المرأة بغض النظر عن نوعها، وتعتبر عملية تسريح الشعر من أكثر العمليات التي يقوم بها المزيّن في صالونه، وتحتاج منه إلى تدريب ومهارة وتقنيّة عالية؛ للحصول على نتيجة مرضية للزبون من حيث جمال التسريحة في شكلها النهائي، وملاءمتها لوجهه وشخصيّته، ويسبق عملية التسريح لّف الشعر بأدوات خاصّة تُسهّل تسريحه بطريقة مناسبة وجذابة، ويتمّ لّف الشعر باستعمال أنواع وحجوم مختلفة من اللّفافات تُستعمل حسب قواعد مدروسة على شعر الزبون، ثمّ يتمّ تخفيف الشعر باستعمال أجهزة التخفيف الخاصّة بذلك. ما المقصود بلفّ الشعر؟ كيف تتمّ عملية لّف الشعر؟ ما أسس تنفيذ طرائق اللّف المختلفة؟ هل لاختيار التسريحة أسس يجب مراعاتها عند تنفيذها؟ هل تؤخذ خطوط الموضة الحديثة بعين الاعتبار عند عمل تسريحة معيّنة؟

### يتوقّع منك بعد دراسة هذه الوحدة أن:

- توضّح مفهوم لّف الشعر وأسس.
- تبيّن طرائق لّف الشعر بالأصابع والملاقط واللفّافات.
- تلفّ الشعر باستعمال الأصابع والملاقط واللفّافات العاديّة بالطريقة الصحيحة.
- توضّح مفهوم تسريح الشعر وأدواته.
- تختار تسريحة الشعر وفق أسس ومعايير محدّدة.
- تحدّد أشكال التسريحات المختلفة للشعر.
- توضّح أهميّة تنفيس الشعر وأساليبه.
- تنفّس الشعر بالمشط والفرشاة بالطريقة الصحيحة.
- تُسرّح الشعر القصير والطويل بإضافة المكّملات أو دونها.
- تُجدّل الشعر بأشكال مختلفة.
- تُسرّح شعر العروس وفق معايير محدّدة.

## أولاً لفّ الشعر

تُعدّ عملية لفّ الشعر أحد المرتكزات الأساسية للحصول على التسريحة المطلوبة، لإعطائها الشكل والحركة المناسبين.  
واعتمد على لفّ الشعر في تصفيفه وتسريحه في العقود السابقة؛ لعدم توفر تقنيات التصفيف المساعدة الحديثة.

### ١ مفهوم لفّ الشعر وأهميته

تتمّ عملية لفّ الشعر قبل تسريحه، إذ يتمّ خلالها تشكيل الشعر وتدويره بالاتجاهات والارتفاعات المختلفة حسب شكل التسريحة المطلوبة، من هنا نستنتج أنّ اللفّ المتقن يُسهّل عملية تسريح الشعر ويُقلّل من الاعتماد على الوسائل الأخرى المتبعة في تسريحه، كالتفيش الزائد، واستعمال المثبتات في أثناء عملية تسريح الشعر وبعدها.

### لِمَ يتمّ لفّ الشعر باتجاهات معيّنة قبل تسريحه؟

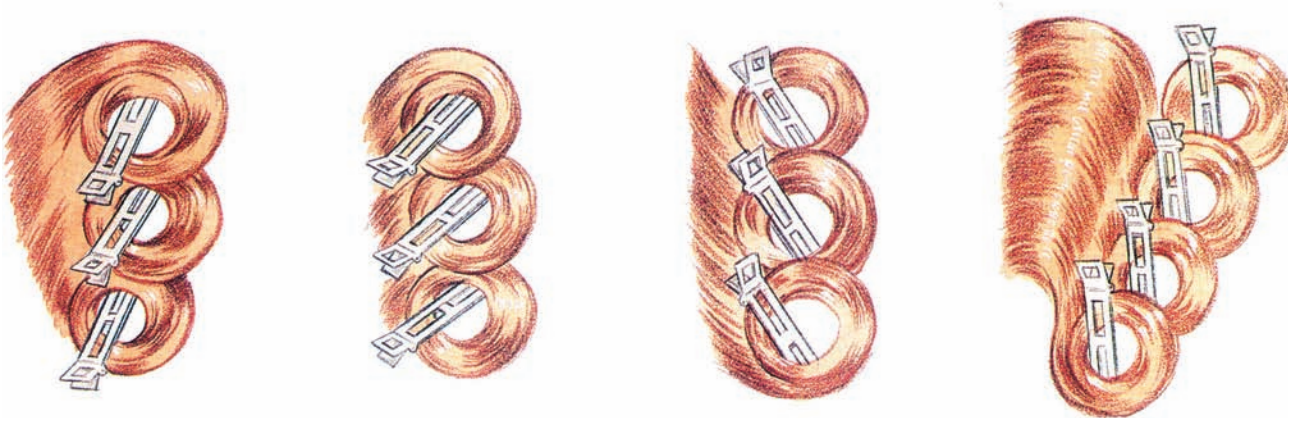
#### نشاط (١-١): جمع صور لشعر تمّ لفّه بطرائق عدّة

اجمع عدداً من الصور لشعر تمّ لفّه باتجاهات مختلفة، ثمّ دوّن ملحوظاتك عن اتجاه اللفّ في كلّ منها، والأدوات التي استعملت في لفّ الشعر، مستعيناً بما تشاهده من تجهيزات داخل مشغل التجميل، واعرضها بإشراف معلّمك على زملائك في الصفّ.

### ٢ طرائق لفّ الشعر

تحتاج عملية لفّ الشعر اتباع أساليب خاصّة في توجيه الشعر حسب التسريحة المطلوبة، ويستعمل في تنفيذ ذلك أدوات وتجهيزات خاصّة، ومن طرائق لفّ الشعر:  
أ - لفّ الشعر بالأصابع والملاقط: يُعدّ لفّ الشعر بالأصابع والملاقط إحدى طرائق لفّ شعر الرأس كاملاً أو أجزاء منه، حيث تلفّ فيه خصل من الشعر في حلقة أو حلقات متتالية

باتجاهات وأشكال مختلفة أو متشابهة تثبت بالملاقط، كما في الشكل (١-١)، ويستعمل هذا النوع من اللفّ للشعر القصير والطويل.



الشكل (١-١): لفّ الشعر بالأصابع والملاقط.

### أيهما أفضل لفّ الشعر الرطب أم الشعر الجافّ؟

يحتاج المزيّن الذي يلفّ الشعر بالأصابع والملاقط إلى التمرين والممارسة؛ لاكتساب المهارة وإتقانها حتى يتمكن من التحكّم في استعمال اليدين وأطراف الأصابع لتشكيل خصل الشعر، وتثبيتها في الموقع والاتجاه الصحيحين. لذا، يهدف لفّ الشعر بالأصابع والملاقط إلى إبراز الحركات والتشكيلات الفنيّة الدقيقة للشعر التي يصعب الحصول عليها بأسلوب آخر، وبخاصّة عند حدود منابت الشعر الأماميّة وجانبي الرأس، وكذلك الجزء الخلفي من الرأس عند العنق، وهنا يجدر بنا الإشارة إلى أنّ المزيّنين يلجؤون إلى استعمال هذه الطريقة في لفّ الشعر كاملاً أو أجزاء كبيرة منه عند تنفيذ التسريحات في المسابقات الدوليّة والمهرجانات، نظرًا لإمكانيّة التحكّم في اتجاهات خصل الشعر من أجل إبراز التشكيلات الفنيّة الدقيقة والخطوط.

### للمناقشة

ناقش وزملاءك بإشراف معلّمك أشكال الملاقط المستعملة في لفّ الشعر بالأصابع، وأهميّة كلّ منها.

تُستعمل لتثبيت الخصل الملفوفة الملاقط ذات الأشكال والحجوم المتعدّدة، كما هو موضّح في الشكل (١-٢)، فمنها القصير وطوله من (٤سم - ٥سم) وتتكوّن من شعبة



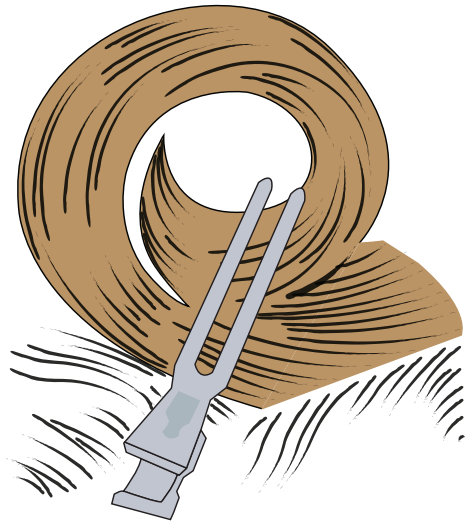
الشكل (١-٢): ملاقط الشعر.

واحدة أو شعبتين، والطويل ويتراوح طوله من (٦سم - ١٠سم).

وتُصنّع ملاقط الشعر من البلاستيك المقوّى أو المعدن، وتكمن أهميّتها في تثبيت الخصل؛ فالطويلة منها تستعمل لتثبيت الشعر عند تشكيل أجزاء منه، تمهيداً لتقسيمها إلى خصل صغيرة تثبت بعد لفّها بالملاقط القصيرة.

### للمناقشة

يجب عند تثبيت خصلة الشعر بالملاقط ألا يلمس الملقط محيط الدائرة الخارجي لخصلة الشعر. ناقش وزملاءك ذلك بإشراف معلّمك.

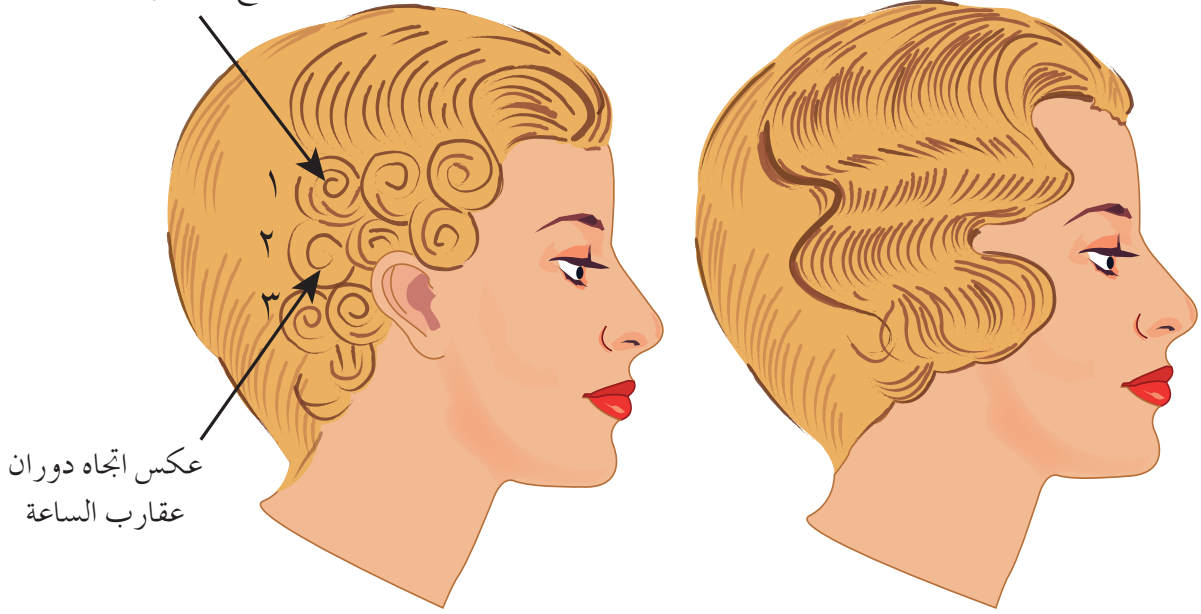


الشكل (١-٣): تثبيت خصل الشعر.

من الضروري الاهتمام بكيفية تثبيت خصل الشعر؛ إذ يجب أن تكون أطراف الشعر ملاصقة لاستدارة خصلة الشعر وضمن دائرتها، ويتمّ تثبيت الجزء الملفوف منها بقاعدتها من غير المساس بمحيطها الدائري الخارجي؛ إذ يكون اتجاه قاعدة الملقط مع جذور الشعر، كما هو في الشكل (١-٣)، وذلك حتى لا يترك الملقط أثراً في محيط الخصلة عندما يجفّ فيصعب إزالته، مما يعني الحصول على نتيجة غير صحيحة وغير مرضية لعملية تمويج خصل الشعر.

عند تنفيذ عملية لفّ الشعر بالأصابع والملاقط، فإنّ اللفّ يكون باتجاهين رئيسيين، هما: اللفّ باتجاه دوران عقارب الساعة، واللفّ عكس اتجاه دوران عقارب الساعة، ويمكن لفّ الشعر كاملاً بأحد الاتجاهين أو بالاتجاهين معاً، فيتمّ لفّ خصل الشعر في الصفّ الأول مع اتجاه دوران عقارب الساعة، ويلفّ الصفّ الثاني عكس اتجاه دوران عقارب الساعة أو العكس، كما في الشكل (١-٤)، وهكذا حسب التسريحة المطلوبة.

مع اتجاه دوران عقارب الساعة



عكس اتجاه دوران  
عقارب الساعة

الشكل (١-٤): اتجاهات تمّوج الشعر.

منهاجي

متعة التعليم الهادف



## نشاط (١-٢): اتجاه دوران خصل الشعر

تأمل الشكل الذي أمامك، ثم أجب عن الأسئلة الآتية:

- ١- حدّد شكل دوران الخصل في كلا الصورتين.
- ٢- ماذا يسمّى هذا النوع من اللفّ؟
- ٣- هل يتمّ تنفيذ الخصل بكلا الاتجاهين معًا على الشعر جميعه؟

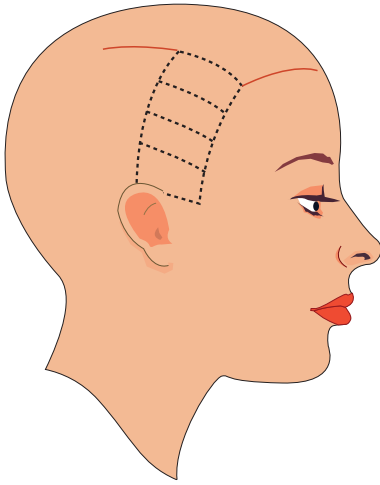


ولفّ الشعر بالأصابع والملاقط تموجات عديدة يندرج معظمها ضمن شكلين من اللفّ، هما: اللفّ المنبسط، واللفّ الأسطواني، وفي ما يأتي توضيح لكلّ منهما:

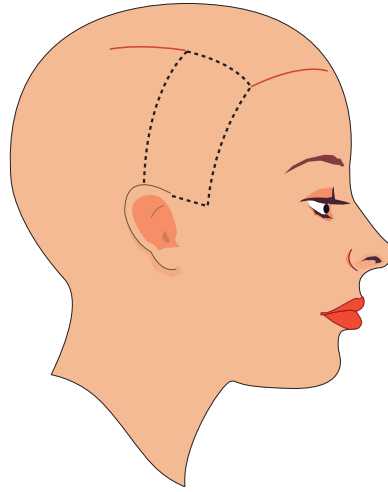
١. اللفّ المنبسط: يتمّ تنفيذ اللفّ المنبسط بأن تؤخذ خصلة الشعر وتُلفّ بشكلٍ دائري حول الإصبع بدءًا من جذور الشعر (قاعدته) إلى أطرافه وبشكل منبسط على فروة الرأس، وتثبيت بالملاقط بالطريقة الصحيحة، مع إبقاء أطراف الشعر مرتّبة وملفوفة كليًا داخل تمويجة الشعر.

وتعتمد النتيجة النهائية لعملية لفّ الشعر بالأصابع والملاقط، كما في الشكل (١-٥)، إلى تقسيم الشعر على فروة الرأس عددًا من الأقسام تكون على شكل مستطيل حسب الشكل المطلوب للتسريحة؛ فقد يكون خلف الرأس، أو مقدّمته، أو جوانبه، كما في الشكل (١-٦/أ)، ثم يقسّم هذا المستطيل إلى عدّة أقسام أصغر تمثل قواعد خصل الشعر المراد لفّها، كما في الشكل (١-٦/ب).

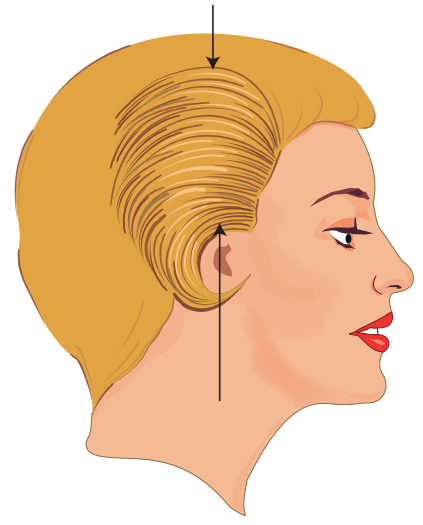




الشكل (١-٦/ب):  
قواعد خصل الشعر.



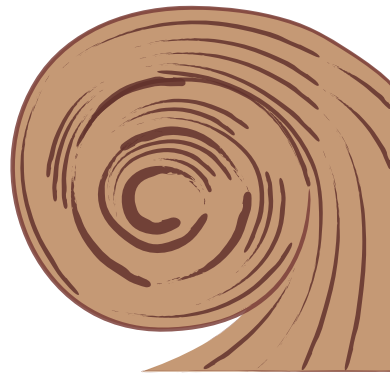
الشكل (١-٦/أ):  
شكل المستطيل.



الشكل (١-٥):  
النتيجة النهائية.

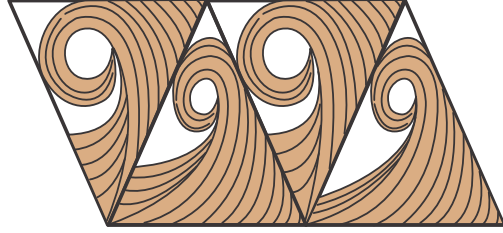
### ما أشكال قواعد خصل الشعر المراد لفها؟

إنّ قواعد خصل الشعر مساحات محدودة من فروة الرأس تتشكّل فيها خصل الشعر،  
تأخذ أشكالاً عدّة، منها:  
القاعدة المربّعة: أكثر القواعد استعمالاً وفيها تأخذ لفّة الشعر وقاعدتها شكلاً مربّعاً،  
كما في الشكل (١-٧).



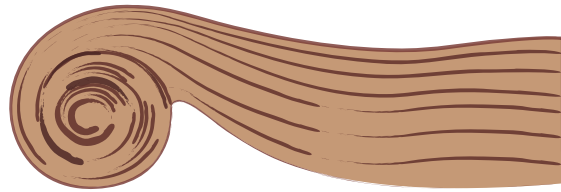
الشكل (١-٧): القاعدة المربّعة.

القاعدة المثلثة: تكون خصلة الشعر وقاعدتها على شكل مثلث، ينفذ عند خطّ منابت الشعر الأماميّة للرأس (منطقة الغرّة)، ممّا يُعطي الشعر ارتفاعًا ملحوظًا، وتؤخذ الخصل بقواعد مثلثة متعاكسة؛ لإخفاء فوارق الشعر التي تظهر بين الخصل، كما في الشكل (٨-١).



الشكل (٨-١): القاعدة المثلثة.

القاعدة المستطيلة: يُلفّ الشعر على هذه القاعدة عند حدود منابت الشعر على جانبي الرأس فوق الأذنين بحيث يسحب الشعر إلى الخلف، ويلفّ في الثلث الخلفي للقاعدة المستطيلة باتجاه الأعلى أو الأسفل، كما في الشكل (٩-١).



الشكل (٩-١): القاعدة المستطيلة.

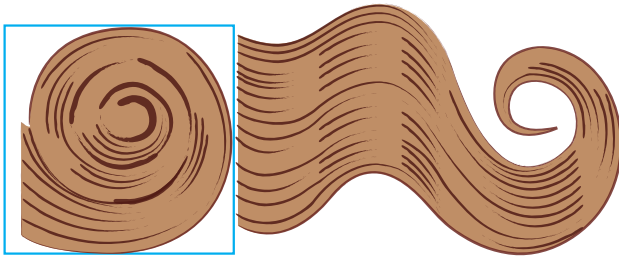
القاعدة الهلالية: ويتم تنفيذ هذه القاعدة على قمة الرأس من الخلف أو جانبي الرأس، كما في الشكل (١٠-١).



الشكل (١٠-١): القاعدة الهلالية.

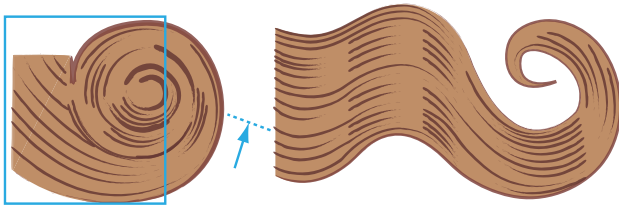
يحدّد قوّة توجيه خصل الشعر ومداهما ثلاث تمويجات رئيسية، هي:

- التمويجة المركزية: التي تقع فيها دائرة خصلة الشعر ضمن قاعدتها، وتكون التمويجة الناتجة صغيرة وتدوم طويلاً، كما في الشكل (١١-١).

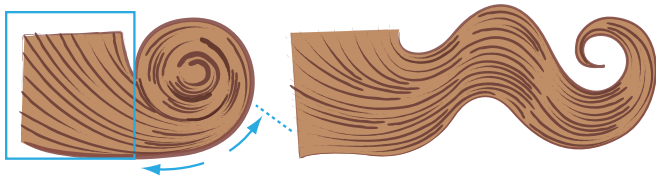


الشكل (١١-١): التمويجة المركزية.

- التمويجة المتوسطة: إذ يقع نصف دائرة خصلة الشعر ضمن قاعدة الخصلة، والنصف الآخر خارج قاعدتها، وتكون التمويجة عند منابت الشعر متوسطة المدى، كما في الشكل (١٢-١).



الشكل (١٢-١): التمويجة المتوسطة.



الشكل (١-١٣): التمويجة العريضة.

- التمويجة العريضة: إذ تقع فيها دائرة خصلة الشعر خارج قاعدتها، وبذلك يأخذ الشعر تمويجة عريضة عند منابت الشعر، كما في الشكل (١-١٣).

## فكر

- هل شاهدت فلمًا سينمائيًا في حقبة الأربعينيات والخمسينيات؟
- هل لاحظت أشكال التسريحات فيه؟ هل شاهدت هذه التسريحات تتكرر في وقتنا الحاضر؟
- قارن بين هذه الحقبة الزمنية ووقتنا الحاضر في شكل التسريحات من حيث: أشكال التمويجات، وطرائق تنفيذها.

٢. اللفّ الأسطواني: يُعدّ اللفّ الأسطواني للشعر أحد أساليب اللفّ بالأصابع والملاقط، ويمكن لِفّ الشعر جميعه بهذا الأسلوب، ويُلبجأ إليه عند قمّة الرأس؛ لإعطاء الشعر ارتفاعا وكثافة، كما في الشكل (١-١٤)، وتأخذ فيه خصلة الشعر اتجاهًا عموديًا



الشكل (١-١٤): اللفّ الأسطواني.

من قاعدة الخصلة وتثبت بالملقط، ويكون اللفّ الأسطواني مفتوحًا من الوسط حيث ترتفع اللفة عن جذور الشعر وكأنّ الشعر ملفوف على

لفافة شعر أسطوانية، وتعتمد التمويجة الناتجة على محيط اللفة صغيرًا أو كبيرًا، أو على حجم الإصبع أو الإصبعين معًا.

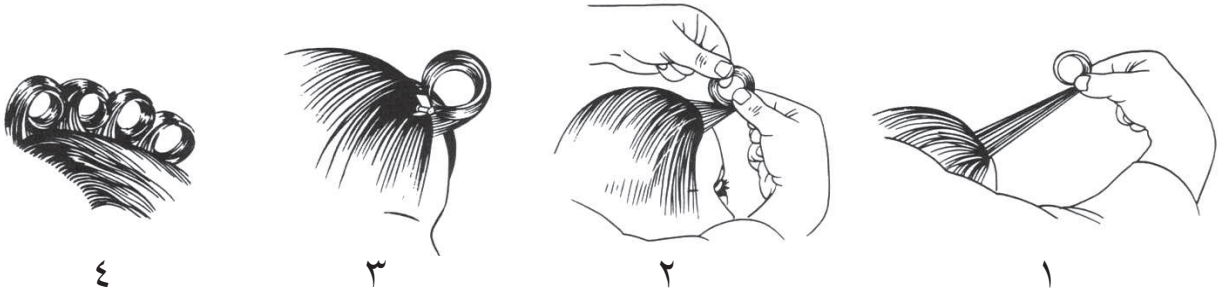


ويستعمل اللفّ الأسطواني بكثرة في صالونات التجميل عند تسريح الشعر بالفرشاة والمجفف اليدوي، خاصة خلف الرأس والجوانب؛ حيث يتم عمل حلقات حلزونية أطرافها بعيدة عن فروة الرأس، تثبت بالملاقط، وتشكل التسريحة التي تسمى

الشكل (١-١٥): لفّ الألثات.

(الألثات) بعد فك الملاقط عنها، كما في الشكل (١-١٥).

ويبدأ اللفّ الأسطواني من أطراف الشعر إلى الجذور، كما في الشكل (١-١٦)، أما في اللفّ المنبسط فيكون اللفّ من جذور الشعر إلى أطرافه.



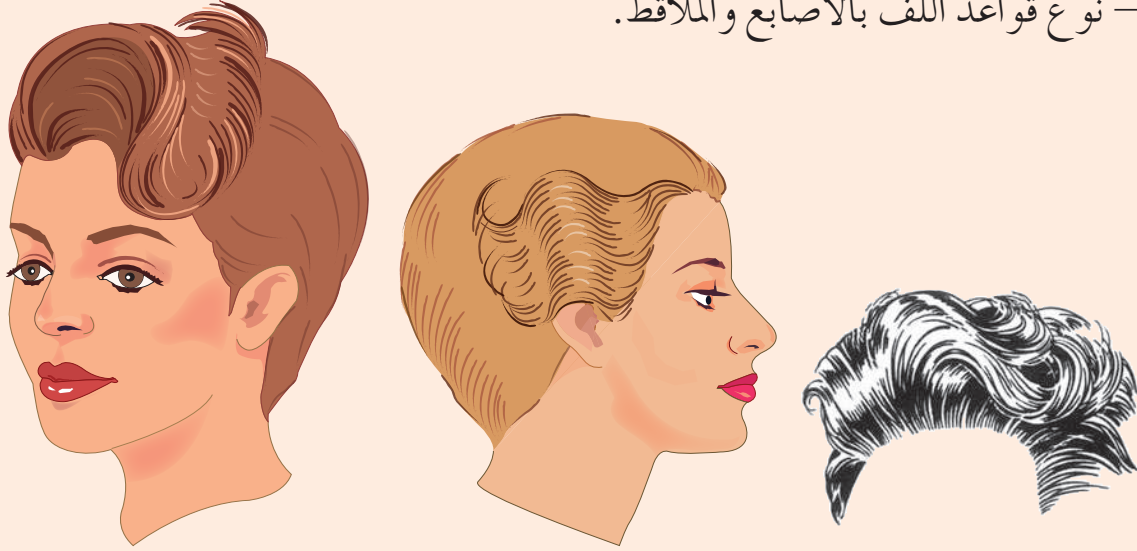
الشكل (١-١٦): طريقة اللفّ الأسطواني للشعر.

ويمكن توجيه جذوع خصل الشعر باتجاهات كثيرة؛ فقد يكون اتجاه السحب إلى الأمام باتجاه الوجه، أو إلى الخلف حسب الشكل المطلوب للتسريحة؛ فإذا كان شكل التسريحة النهائي متجهًا نحو الأعلى، توجه جذوع خصل الشعر نحو الوجه أيضًا.

ما الفرق الأساسي بين بداية لفّ الشعر ونهايته بالأصابع والملاقط بالشكل المنبسط والشكل الأسطواني؟

نشاط (١-٣): اتجاهات لفّ خصل الشعر

- تأمّل الأشكال المتوافرة أمامك، وحدّد ما يأتي:
- ١- اتجاه لفّ خصل الشعر في كلّ منها.
  - ٢- نوع قواعد اللّف بالأصابع والملاقط.



## لفّ الشعر بالأصابع والملاقط

تمرين

١-١

يتوقّع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تنقذ التحضيرات الأولية اللازمة للفّ الشعر بالأصابع والملاقط.
- ٢- تلفّ الشعر بشكل منبسط بوساطة الأصابع والملاقط باتجاه عقارب الساعة وبعكسها.
- ٣- تلفّ الشعر بشكل أسطواني بوساطة الأصابع والملاقط باتجاه عقارب الساعة وبعكسها.

### المعلومات الأساسية

يتطلّب لفّ الشعر بالأصابع والملاقط لتقسيمه إلى أجزاء قبل البدء بعملية اللفّ وتوجيهه، بما يتناسب والتسريحة المطلوبة للحصول على الاتجاه والحركة المطلوبة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
- مشط عادي، وملاقط شعر ذات شعبة واحدة أو شعبتين.	- منظّف سائل (شامبو) مناسب للشعر.
- شبكة شعر.	- مكيف للشعر.
- ثوب واقٍ.	- مثبتّ جل أو موسى للشعر.
- مجفّف شعر كبير.	- قطن طبي. - محلول مطهر.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	جهّز نفسك بالطريقة الصحيحة.	١
	جهّز الزبون، وألبسه الثوب الواقٍ، كما في حالة إكساء الشعر الرطب.	٢
	اغسل شعر الزبون بالطريقة الصحيحة، ثمّ سلّكه مستعملاً المشط العادي، ثمّ ضع الكميّة المناسبة من المثبّت على الشعر.	٣




الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>شكّل الشعر المراد لّفه باستعمال المشط حسب التسريحة المطلوبة، كما في الشكل (١)، مع التأكيد على تشكيل كلّ قسم منه قبل لّفه مباشرة، كما في الشكل (٢).</p>	٤
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>أولاً: لّف الشعر بالملاقط بشكل منبسط نفذ الخطوات السابقة من (١-٤) في هذا التمرين.</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>خذ خصلة شعر من القسم المشكّل على أحد جانبي فروة الرأس، مستعملاً المشط، كما في الشكل (٣).</p>	٥
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>ضع إصبع السبّابة أمام خصلة الشعر، واسحبها باستعمال المشط باتجاه عقارب الساعة من جذورها وحتى الأطراف، كما في الشكل (٤).</p>	٦
	<p>امسك خصلة الشعر بإصبعي الإبهام والسبّابة، واستمرّ بلفّها، مستعيناً بأصابع يدك الأخرى كما لو أنك تلفّ شريطاً حول إصبعك، كما في الشكل (٥).</p>	٧



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="459 613 602 661">الشكل (٦)</p>	<p data-bbox="812 286 1351 552">٨ اسحب إصبع السبابة من محيط دائرة خصلة الشعر، ونظّم أطرافها لتكون داخل الدائرة المنبسطة على فروة الرأس، كما في الشكل (٦).</p>	
 <p data-bbox="459 1013 602 1061">الشكل (٧)</p>	<p data-bbox="812 701 1351 1033">٩ ثبتت خصلة الشعر بالملقط حتى يتم تثبيت الجزء الملفوف من خصلة الشعر بقاعدتها من غير المساس بالمحيط الدائري الخارجي للخصلة، كما في الشكل (٧).</p>	
 <p data-bbox="459 1406 602 1454">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="812 1181 1351 1378">١٠ أكمل لفّ خصل الشعر في القسم الأول باتجاه لفّ الخصلة الأولى، كما في الشكل (٨).</p>	
 <p data-bbox="459 1806 602 1854">الشكل (٩)</p>	<p data-bbox="812 1509 1351 1644">١١ شكّل القسم الثاني من الشعر عكس القسم الأول، كما في الشكل (٩).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٠)</p>	<p>أكمل لفّ القسم الثاني خلف القسم الأول بعكس اتجاه عقارب الساعة، كما في الشكل (١٠).</p>	١٢
 <p>الشكل (١١)</p>	<p>ثبّت الخصل بالملقط، كما في الشكل (١١).</p>	١٣
 <p>الشكل (١٢)</p>	<p>راع تسلسل لفّ خصل الشعر الدائريّة المبسطة على فروة الرأس، كما في الشكل (١٢) ليظهر بعد تجفيفه، كما في الشكل (١٣)، أو حسب اتجاهه في التسريحة المطلوبة.</p>	١٤
 <p>الشكل (١٣)</p>	<p>أكمل لفّ سائر خصل الشعر على فروة الرأس جميعها، أو حيثما لزم الأمر مع مراعاة ترطيبه وتشكيله كلما دعت الحاجة لذلك.</p>	١٥
	<p>ضع قطعتين من القطن الطبي فوق أذني الزبون؛ لحمايتهما من حرارة المجفّف.</p>	١٦

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	غطّ الشعر الملفوف كلّهُ بشبكة الشعر الخاصة باللفّ، واطلب إلى الزبون الجلوس تحت مجفّف الشعر، لتجفيف شعره، مقدّرًا الوقت اللازم من (١٥-٢٥) دقيقة حسب طول الشعر وكثافته.	١٧
	ارفع الشبكة عن الشعر بعد جفافه، ثمّ ابدأ بفكّ الملاقط بلطف مبتدئًا من خلف الرأس باتجاه الأعلى، ثمّ الجانبين إلى أن يتمّ فكّ الملاقط جميعها عن الشعر.	١٨
	جهّز الزبون للتسريحة المطلوبة.	١٩
	نظّف الأدوات وطهرها، ثمّ ضعها في مكانها الصحيح.	٢٠
	نظّف مكان العمل، وأعد الأدوات والتجهيزات جميعها إلى مكانها الصحيح.	٢١
	ثانيًا: لفّ الشعر بالملاقط بشكل أسطواني قائم نفذ الخطوات من (١-٣) السابقة في التمرين.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٤)</p>	<p>قسّم فروة الرأس إلى مستطيلات أفقيّة من المحيط الأمامي لخطّ منابت الشعر، وبتجاه الخلف وبعرض (٢،٥) سم تقريباً، كما في الشكل (١٤).</p>	٤
 <p>الشكل (١٥)</p>	<p>قسّم المستطيلين الأماميين (١ و٢) اللذين يمثلان الغرّة إلى قواعد مثلثيّة الشكل متعاكسة، يمثّل كلّ منها خصلة تلفّ على قاعدة شكل مثلث، ثمّ قسّم المستطيل رقم (٣) إلى خصل متساوية للّفّها بشكل أسطواني، كما في الشكل (١٥).</p>	٥
 <p>الشكل (١٦)</p>	<p>خذ خصلة شعر من المستطيل الأول، وارفعها الى الأعلى عن فروة الرأس، وسلّكها جيّداً، كما في الشكل (١٦).</p>	٦
 <p>الشكل (١٧)</p>	<p>لفّ خصلة الشعر بدءاً من طرفها، كما في الشكل (١٧)، كحلقة قطرها من (١ سم - ٣ سم) بإصبعي السبّابة والإبهام، مع مراعاة مسك أطراف الشعر ونهاياته في محيط دائرة الحلقة.</p>	٧

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="446 666 619 709">الشكل (١٨)</p>	<p data-bbox="817 283 1346 556">٨ امسك خصلة الشعر بشكل ثابت، ولفّ الحلقة بإصبعي السبابة والإبهام بتتابع يديك حتى تصل إلى قاعدة الخصلة، كما في الشكل (١٨).</p>	
 <p data-bbox="446 1102 619 1146">الشكل (١٩)</p>	<p data-bbox="817 687 1346 960">٩ ثبت خصلة الشعر بوساطة الملقط، كما في الشكل (١٩)، ويفضّل استعمال الملقط ذي الشعبة الواحدة لتخفيف أثر الملقط في الشعر بعد جفافه.</p>	
 <p data-bbox="446 1572 619 1616">الشكل (٢٠)</p>	<p data-bbox="817 1102 1346 1233">١٠ كرّر العملية حتى يتمّ لفّ الأقسام جميعها، كما في الشكل (٢٠).</p>	
	<p data-bbox="817 1375 1346 1496">١١ نفذ الخطوات من (١٧-٢٢)، كما ورد في البند (أولاً) السابق.</p>	

## الأسئلة

- ١- علّل ما يأتي:
  - أ - أهميّة بقاء أطراف الشعر داخل محيط الدائرة.
  - ب - يحتاج الشعر الأملس إلى لفّ عدد أكبر من خصل الشعر في القسم الواحد.
  - ج - ضرورة غسل الشعر أو بلّله قبل البدء بعملية لفّه.
  - د - أهميّة تنظيف الملاقط وتطهيرها بعد الاستعمال.
  - هـ - يفضّل استعمال ملقط بشعبة واحدة في أثناء لفّ الشعر الأسطواني.
- ٢- أيّهما يحتاج إلى وقت أطول تحت المجفّف، الشعر الطويل الكثيف أم الشعر القصير الكثيف؟

## تمارين ممارسة

- نقد بإشراف المعلم التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل :
- لفّ شعر أحد زملائك باستعمال الأصابع والملاقط بشكل منبسط، بالاتجاهين (مع عقارب الساعة وعكسها).
  - لفّ شعر أحد زملائك باستعمال الأصابع والملاقط بشكل أسطواني قائم، بالاتجاهين (مع عقارب الساعة وعكسها).
  - اطلب إلى أحد زملائك لفّ خصل من شعرك أو كله، حسب طول الشعر بالملاقط بشكل منبسط أو أسطواني، ثمّ ناقش معه انطباعك حول طريقة لفّه لشعرك.
  - قيّم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١	تمكنت من لفّ خصل القسم الواحد من الشعر مرتبًا باتجاه واحد.		
٢	راعى أن يكون الشعر في الخصلة الواحدة غير متشابك أو ملويّ حول بعضه.		
٣	التزمت أن يكون الشعر في الخصلة الواحدة منبسّطًا كما في لفّ الشريط حول الإصبع.		
٤	راعى أن تكون نهايات الشعر وأطرافه داخل الخصلة الواحدة عند لفّها.		
٥	وضعت الملاقط بمكانها الصحيح بحيث لا تترك أثرًا واضحًا في خصل الشعر بعد جفافها.		
٦	استطعت أن أعمل حجم خصلة الشعر الملفوفة مناسبًا لكثافة الشعر.		
٧	رفعت خصلة الشعر بزاوية مناسبة.		
٨	سحبت خصلة الشعر بالاتجاه المطلوب وحسب التسريحة.		
٩	راعى شروط الأمن والسلامة العامّة في أثناء العمل.		
١٠	حافظت على نظافة الأدوات وأعدت ترتيبها.		

- إذا كانت إجابتك سلبية، حدّد الأخطاء التي وقعت فيها، وعلّل أسبابها.
- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك الخاصّ.

ب- لفّ الشعر باللفافات: إنّ عملية لفّ الشعر باللفافات هي إحدى الطرائق الرئيسة لإعداد الشعر وتجهيزه لعمل التسريحات المناسبة، وتتمّ العملية باستعمال لّفافات أسطوانية الشكل حيث تتوافر بأقطار وأطوال وحجوم مختلفة، وبالرغم من انتشار طريقة تجفيف الشعر بالمجفّف اليدوي والفراشي الأسطوانية وهي ما يطلق عليها اسم الخدمة السريعة في الصالونات، إلا أنّ طريقة لفّ الشعر باستعمال اللفافات هي أكثر دقّة في تشكيل الشعر بالاتجاهات والتموّجات التي تتطلبها التسريحة؛ إذا اتّبعنا الطريقة الصحيحة بلفّ الشعر وتوافرت المهارة المطلوبة لهذه العملية.

### كيف أثّرت التكنولوجيا في عملية لفّ الشعر عند تنفيذ التسريحات؟



الشكل (١-١٧): لّفافات الشعر العادية مختلفة الأطوال.

١. أنواع اللفافات: تُستعمل في عملية لفّ الشعر أنواع عديدة من اللفافات، تُعطي للشعر الارتفاعات المختلفة حسب حجمها، وتمنحه التموّجات والاتجاهات حسبما تتطلبه التسريحات المختلفة، وتستعمل أنواع منها في المنازل، وأخرى في الصالونات، وكلّ منها تخدم بطريقة مختلفة، ومن أهمّها:

اللفافات العادية: تتوافر لّفافات الشعر العادية الأسطوانية الشكل بأقطار وأطوال وحجوم مختلفة، وهي الأكثر استعمالاً في صالونات التجميل، كما في الشكل (١-١٧).

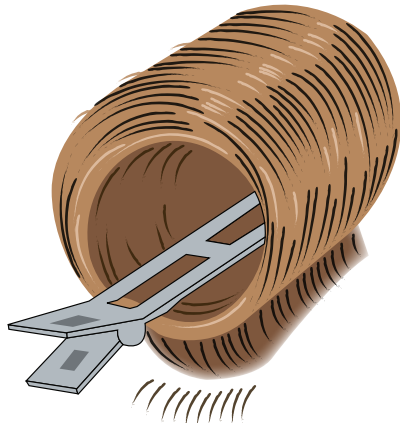
وتصنع اللفافات العادية من موادّ مختلفة، أهمّها: مادّة البلاستيك المقوّى القادر على تحمّل الحرارة العالية، كما أنّ لها أشكالاً مختلفة تخدم حسب الشكل المصمّم لها، منها: أملس السطح يحتوي على ثقب تسمّح بمرور الهواء الساخن إلى الشعر



الملفوف عليها مما يساعد على تخفيفه، ومن اللّفّافات البلاستيكيّة ما يبرز على محيطها نتوءات تساعد على تماسك الشعر عليها، ومنها: ما هو مصنوع من أسلاك شبكيّة أو زبركيّة مغطّاة بشبكة بلاستيكيّة محشوّة بفراشٍ متناسب وحجم اللّفّافات تساعد على تماسك الشعر عليها، وللحصول على تمويجة ملساء يجب ألاّ تُبرز الفراشي المحشّوة في اللّفّافات، ويجب أن تكون الأسلاك الزبركيّة متقاربة إلى حدّ ما ويكون غطاؤها البلاستيكي محكمًا بشكل جيّد.

هذا وقد منعت بعض الدول حشو اللّفّافات بالفراشي، خشية حمل هذه الفراشي الجراثيم وغيرها ونقلها بين الزبائن.

ويتمّ تثبيت اللّفّافات العاديّة بالمشابك، كما في الشكل (١-١٨)، أو بملاقط في حالة اللّفّافات البلاستيكيّة المثقوبة التي لا تسمح بدخول المشابك فيها، كما في الشكل (١-١٩).



الشكل (١-١٩): تثبيت اللّفّافات المثقوبة بملاقط.



الشكل (١-١٨): المشابك.



- مما تقدّم عن أشكال اللِّفَّات، تأمّل الصور التي أمامك، وأجب عن السؤالين الآتيين:
- ١- صف كلّ شكل من أشكال اللِّفَّات العاديَّة.
  - ٢- حدّد الغرض الذي يخدم عملية اللّفّ في كلّ شكل من أشكال اللِّفَّات العاديَّة.



الشكل (١-٢٠): لِّفَّات العصا المطاطيَّة.

لِّفَّات العصا المطاطيَّة: لِّفَّات أسطوانية على شكل عصا، كما في الشكل (١-٢٠)، مصنوعة من مادّة مطاطيَّة وتكون بحجوم وأطوال مختلفة، يلفّ الشعر بها ويثبت بشني طرفيها من الجهتين على الشعر بما يتناسب مع حجم خصلة الشعر، ويمكن لهذه اللِّفَّات التكيّف مع أيّ شكل من أشكال اللّفّ المطلوبة.



الشكل (٢١-١): لفافات التمويج.

متصلة مع لفافة التمويج ذاتها، كما في الشكل (٢١-١)، وتكون لفافات التمويج بأقطار وأطوال مختلفة.

لفافات التمويج: تُستعمل لفافات التمويج في عمليات تمويج الشعر باستعمال محاليل التمويج الكيميائية، وتُصنع من مادة بلاستيكية مقوَّاة، أو من مادة خشبية صلبة غير قابلة لامتصاص المحاليل، وتُثبت الخصل عليها بمطاطة.

### نشاط (٥-١) العناية باللفافات

ابحث بوساطة مصادر المعرفة المتوافرة لديك عن أسس العناية بلقافات الشعر، وكيف يتم تنظيفها وتطهيرها لمنع انتقال الجراثيم بين الزبائن عن طريقها، ثم ناقش بإشراف معلّمك ما تتوصّل إليه مع زملائك.



الشكل (٢٢-١): اللقافات الكهربائية.

اللقافات الكهربائية: لفافات مصمّمة لتحمل الحرارة والاحتفاظ بها، حيث تُصنع من مادة البلاستيك المقوى، وتكون اللقافات الكهربائية في علبة خاصة يتم وصلها بالتيار الكهربائي، كما في الشكل (٢٢-١)، كما أنّها

مزوّدة بملاقط خاصّة تتناسب وأطوال اللّفافات، وتحتوي على أعمدة تسخين تحيط بها اللّفافة حيث تنتقل الحرارة إلى اللّفافات ثم إلى الشعر، ويشترط عند لفّ الشعر بها أن يكون جافاً، وتعطي الشعر التمويجة المطلوبة في بضع دقائق.

## للمناقشة

ناقش وزملاءك بإشراف معلّمك لفافات أخرى تستعمل للّف الشعر في المنازل.

٢. حجوم اللّفافات: يُسهّل اختيار الحجم المناسب للّفافات التعامل مع الشعر بعد تجفيفه،

وهو أحد المقوّمات الرئيّسة للحصول على تسريحة مناسبة، ويعتمد اختيارها على طول الشعر، وطبيعته (أملس أو متموّج)، وشكل التسريحة المطلوبة.

وتفيد الإرشادات الآتية في اختيار حجوم اللّفافات:

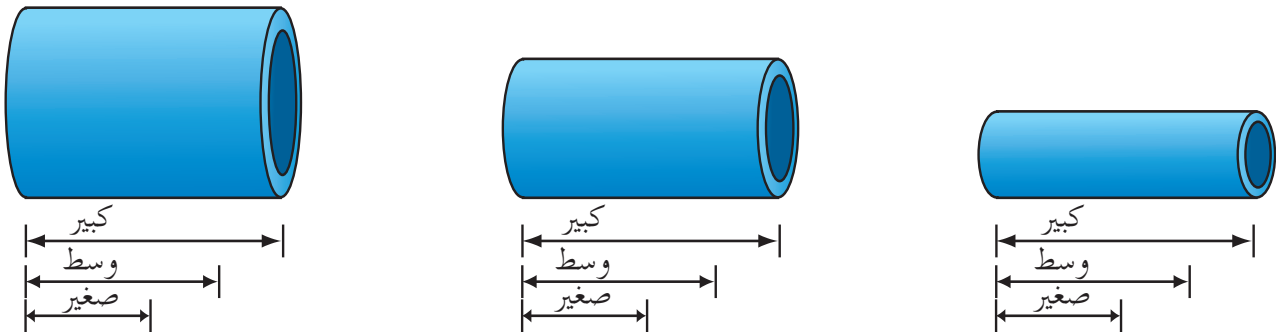
- اللّفافات صغيرة القطر، تعطي تمويجة صغيرة مشدودة، وتُستعمل للّف الشعر الأملس القصير.

- اللّفافات متوسطة القطر، تعطي تمويجة متوسّطة، وتُستعمل للّف الشعر الأملس الطويل نسبياً، والقصير المتموّج.

- اللّفافات كبيرة القطر، تعطي تمويجة عريضة غير ثابتة، وتُستعمل للّف الشعر المتموّج الطويل نسبياً.

كما أنّ للّفافات الشعر أقطاراً مختلفة، فإنّ لها أيضاً أطوالاً مختلفة، كما في الشكل (١-٢٣)، وعند اختيار كلّ لفافة، يجب أن يتناسب طولها مع عرض خصلة الشعر

المراد لفّها.

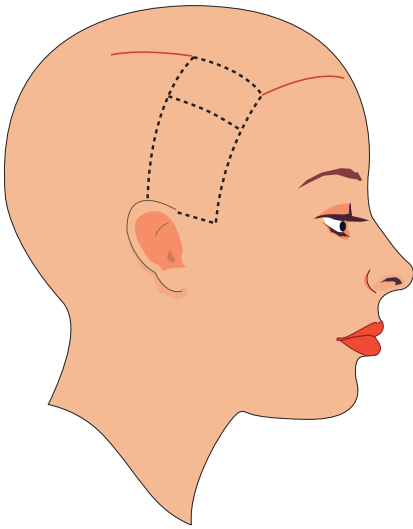


الشكل (١-٢٣): أقطار لفافات الشعر وأطوالها.



٣. قواعد لفّ الشعر باللِّقافات: تُراعى عند عملية لفّ الشعر الأسس الآتية:  
شكل التسريحة: قبل البدء بعملية لفّ الشعر، يجب تمشيّطه وتشكيله وهو مبلل، لمعرفة الاتجاهات التي يجب أن تُتبع في أثناء عملية اللّف؛ لإعطائه شكل التسريحة المناسبة، كما في الشكل (١-٢٤).

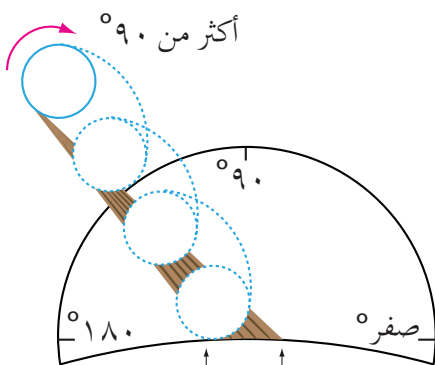
الشكل (١-٢٤): تشكيل الشعر قبل لفّه.



حجم قاعدة اللِّقافة: القاعدة: مساحة محدودة من فروة الرأس تؤخذ منه خصلة الشعر للّقها، كما في الشكل (١-٢٥)، أمّا طول هذا الجزء وعرضه فيحدّدهما طول اللِّقافة وقطرها.

### كيف نعطي خصلة الشعر قوّة وارتفاعاً عن فروة الرأس؟

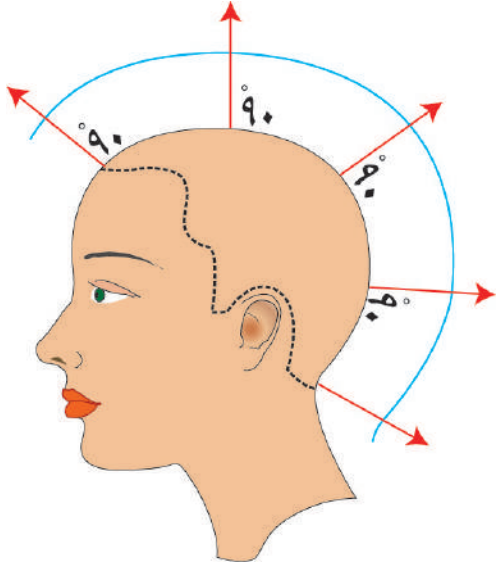
الشكل (١-٢٥): قاعدة خصلة.



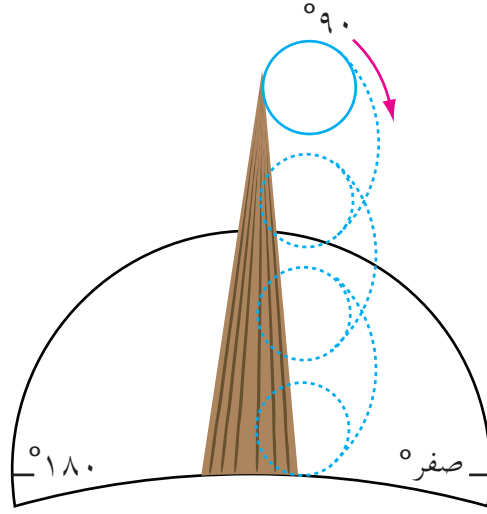
الشكل (١-٢٦): اللِّقافة في مركز القاعدة.

إنّ اللِّقافة التي تُعطي خصلة الشعر قوّة واستدارة وارتفاعاً تقع في مركز القاعدة، كما في الشكل (١-٢٦)، وحتى تأخذ هذا الوضع لا بدّ من تمشيّط خصلة الشعر المراد لّقها وسحبها للأمام بحيث تُشكّل مع فروة الرأس زاوية منفرجة (أكثر من ٩٠°).

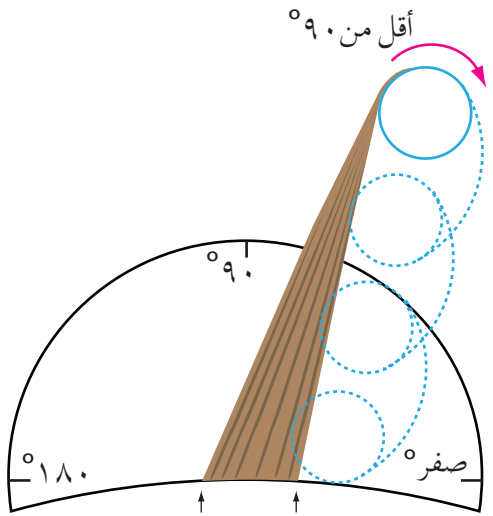
وعندما يقع نصف قطر اللقافة على منتصف قاعدة الخصلة، ونصفها الآخر يتكئ على الشعر الذي يلي قاعدة الخصلة، تكون خصلة الشعر أقل قوّة واستدارة، كما في الشكل (١-٢٧/أ)، وفي هذه الحالة، يكون سحب خصلة الشعر مع فروة الرأس بزواوية قائمة أي (٩٠°)، ويكون موقع الزاوية ٩٠° متغيّرًا على منحنيات الرأس، كما في الشكل (١-٢٧/ب).



الشكل (١-٢٧/ب): تغيّر الزاوية ٩٠° على منحنيات الرأس.

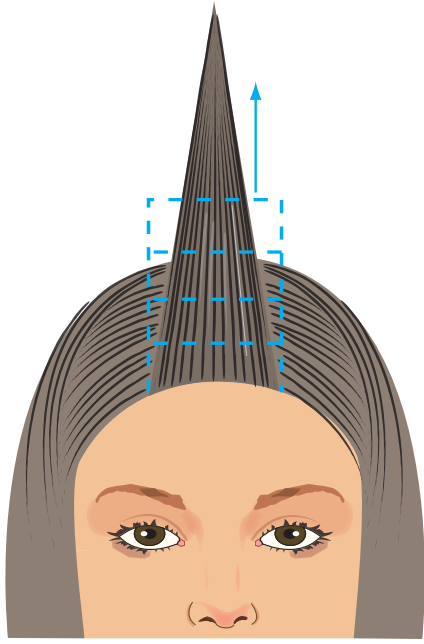


الشكل (١-٢٧/أ): اللقافة خلف قاعدة خصلة الشعر.

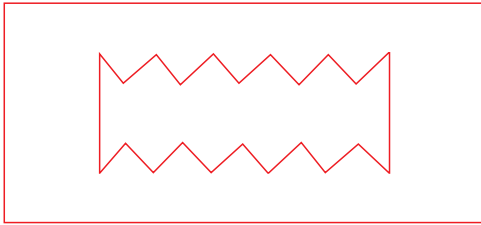


الشكل (١-٢٨): اللقافة بعيدة عن قاعدة خصلة الشعر.

أمّا اللقافة التي لا تعطي الشعر قوّة أو ارتفاعًا يذكر، فهي لقافة تقع بكامل قطرها على الشعر خلف قاعدة الخصلة بعيدة تمامًا عن مركز القاعدة، كما في الشكل (١-٢٨)، وفي هذه الحالة، يكون سحب خصلة الشعر مع فروة الرأس بزواوية حادّة (أقل من ٩٠°).



الشكل (٢٩-١): عرض خصلة الشعر.



الشكل (٣٠-١): خصلة الشعر المتعرجة.



الشكل (٣١-١): تسليك خصلة الشعر.

عرض خصلة الشعر: عند أخذ خصل الشعر من القاعدة ، يجب أن يتناسب عرضها مع طول اللقافة أو أقل قليلاً، كما في الشكل (٢٩-١)؛ لأنّ الشعر الزائد عن جسم اللقافة يُفقد خصلة الشعر الشكل المستدير المطلوب.

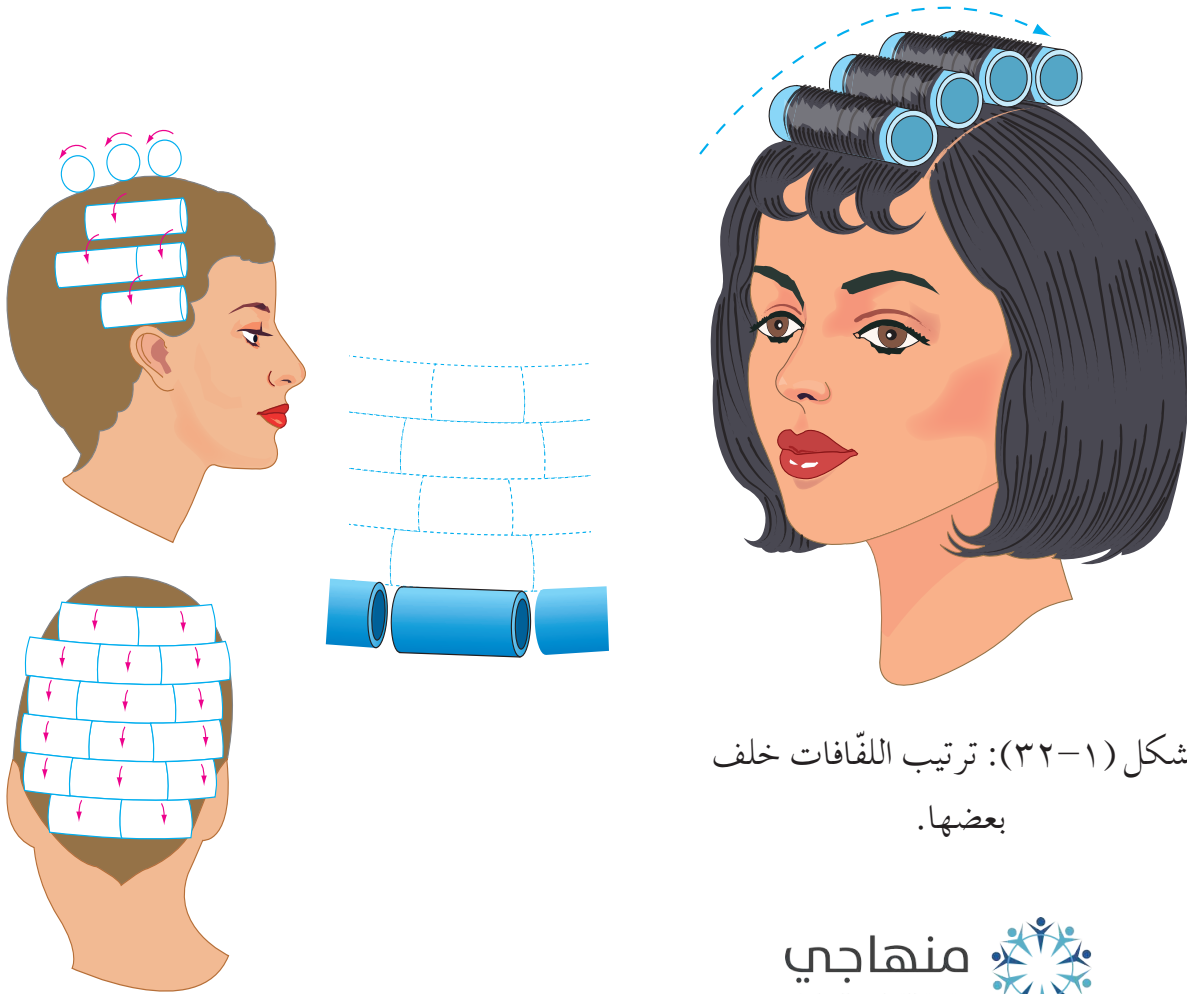
سُمك خصلة الشعر: يجب أن يتناسب سُمك خصلة الشعر مع قطر اللقافة، خاصة إذا كان الشعر كثيفاً. فإذا كانت خصلة الشعر سميكة، تراكم الشعر فوق بعضه ممّا يفقد الشعر القريب من فروة الرأس شكل الاستدارة، وقوة تمويجتها.

وحتى لا تظهر فروق بين اللقافات بعد لفّ الشعر وتجفيفه، يُفضّل أن تؤخذ خصل الشعر بطريقة متعرجة خاصة عند المنطقة الأمامية والجانبية لفروة الرأس، كما في الشكل (٣٠-١)، فإنّ هذه الطريقة تعمل على دمج خصل الشعر ببعضها، وتمنع ظهور الفروق بين اللقافات.

تسليك خصلة الشعر: يجب تمشيط خصل الشعر المراد لُقها عدّة مرّات للحصول على خصلة خالية من التعقيدات والتشابك، كما في الشكل (٣١-١)، وبذلك نحصل على

الاستدارة الصحيحة والحركة المطلوبة بسهولة ويُسر؛ لأنّ توافر التشابك يتطلب جهداً في تصحيح التموجات غير السليمة التي تظهر على الشعر بعد جفافه.

وضع اللقّافات على الشعر: هناك أشكال كثيرة لوضع اللقّافات على فروة الرأس، حيث يتمّ اتباعها طبقاً لشكل التسريحة. فتُلفّ خصل الشعر خلف بعضها بعضاً، كما في الشكل (١-٣٢)، لكن يجب ألاّ يستمرّ بلفّ سائر الشعر بالترتيب نفسه؛ لأنّ ذلك سيظهر فروقاً بين صفوف لقّافات الشعر، وقد يصعب دمج الشعر ببعضه عند تصفيفه، ويكون لفّ اللقّافات بشكل متداخل على طريقة تداخل حجارة البناء، كما في الشكل (١-٣٣).

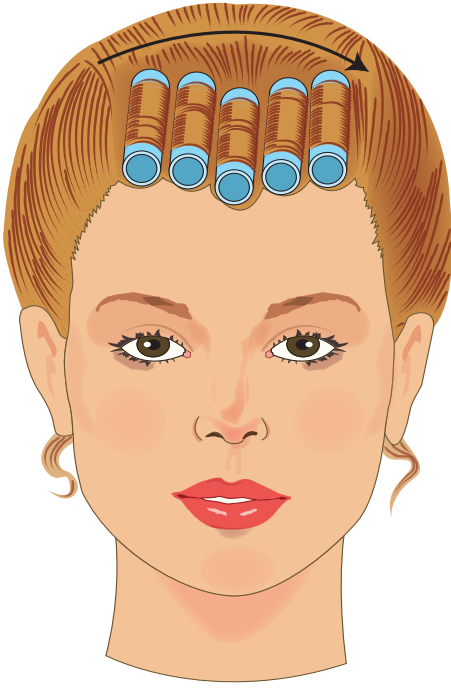


الشكل (١-٣٢): ترتيب اللقّافات خلف بعضها.

الشكل (١-٣٣): ترتيب اللقّافات كحجارة البناء.



ومن الأشكال الأخرى لذلك، اللفّ بطريقة أفقيّة، كما في الشكل (١-٣٤)، وقد يقتصر اللفّ على أجزاء معيّنة من الرأس ولا يشترط لفّ كامل الشعر بهذه الطريقة.



الشكل (١-٣٤): ترتيب اللفّافات بشكل أفقي.

#### للمناقشة

ناقش مع زملائك بإشراف معلّمك النتيجة التي ستحصل عليها عند لفّ الشعر الطويل بلفّافات صغيرة الحجم، علماً بأنّ رغبة الزبون تتمثّل في أن تكون تمويجات الشعر عريضة، ثمّ دعم نتيجة إجابتك بالتطبيق العملي.

## لف الشعر باللّفافات

تمرين

٢-١

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تنفّذ التحضيرات الأولى اللازمة للمهارة.
- ٢- تُمشط الشعر وتُشكّله وهو مبلّل؛ لمعرفة الاتجاهات التي يجب لّفه بموجها.
- ٣- تختار حجم اللّفافات حسب التسريحة المطلوبة.
- ٤- تلفّ الشعر بإتقان باليدين وأطراف الأصابع لتطويع خصل الشعر، والتحكّم في اتجاهاتها.

### المعلومات الأساسية

يجب أن تكون اتجاهات تمشيط خصل الشعر عند لّفها متناسبة مع شكل التسريحة، وأن تكون حجوم اللّفافات متناسبة معها كذلك؛ لإعطاء التسريحة المناسبة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
مشط ذو مقبض رفيع، وفرشاة أو مشط تسليك، لّفافات عاديّة بحجوم وأطوال مختلفة، ومشابك لّفافات ذات شعبة واحدة أو شعبتين، وشبكة شعر، ومجفّف شعر كبير.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- منظّف سائل (شامبو) مناسب للشعر.</li> <li>- مكيف (مليّن) للشعر.</li> <li>- قطن طبي.</li> <li>- مطهر. - ماء وصابون.</li> </ul>
- ثوب واقٍ. - منشفة.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	جهّز نفسك بالطريقة الصحيحة.	١
	جهّز الزبون، وألبسه الثوب الواقى، كما في حالة إكساء الشعر الرطب.	٢
	اغسل شعر الزبون بالطريقة الصحيحة.	٣
	ضع منشفة جافّة على كتفي الزبون.	٤

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	<p>٥ مشط الشعر، ثم شكّله وهو مبلّل باتجاهات حسب التسريحة المطلوبة.</p>	
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>٦ اختر حجم اللّفافات حسب طول الشعر.</p>	
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>٧ قف مواجهًا لخصلة الشعر المراد لّفها.</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>٨ خذ خصلة الشعر مبتدئًا من مقدّمة الرأس وبطريقة متعرّجة (الزكراك) عند موقع خصلة الشعر، كما في الشكل (١)، على ألا يقلّ أو يزيد سُمك الخصلة على قطر اللّفافة، ولا يزيد عرضها على طول اللّفافة، كما في الشكل (٢)، وابدأ بلّفها.</p>	
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>٩ مشط خصلة الشعر جيّدًا ممسكًا المشط بإحدى يديك وخصلة الشعر باليد الأخرى بين إصبعي السبّابة والإبهام، كما في الشكل (٣).</p>	
	<p>١٠ ارفع خصلة الشعر بزاوية أكثر من ٩٠° ولغاية ١٢٠° - ١٣٠° تقريبًا عن فروة الرأس، كما في الشكل (٤)، حتى تقع اللّفافة على مركز الخصلة عند لّفها، كما في الشكل (٥).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>١١ ثبت أطراف خصلة الشعر بين إصبعي السبابة والوسطى لإحدى يديك خلف اللقافة، وإصبع الإبهام أمام اللقافة، كما في الشكل (٦).</p>	
 <p>الشكل (٧)</p>	<p>١٢ تابع لفّ خصلة الشعر على اللقافة بأصابع اليدين معاً، حتى تتركز اللقافة على مركز قاعدة الخصلة، أو خارجها، أو بعيداً عنها، كما في الخطوة رقم (١٠)، مراعيًا عدم شدّ خصلة الشعر على اللقافة بقوة.</p>	
 <p>الشكل (٨)</p>	<p>١٣ ثبت اللقافة بالمشبك، كما في الشكل (٧)، مع مراعاة عدم لمس المشبك لفروة الرأس.</p> <p>وإذا كنت مستعملاً اللقافات الملساء ذات الثقوب، فثبتها بالملاقط ذوات الشعبتين، كما في الشكل (٨).</p>	
 <p>الشكل (٩)</p>	<p>١٤ خذ خصلة الشعر الثانية، ومشطها جيّدًا، مراعيًا عدم تشابك أسنان المشط مع مشبك اللقافة التي تسبقها، كما في الشكل (٩)، وثبتها باللقافة التي تليها بالمشبك؛ لتقليص المسافات وتسهيل دمج الشعر ببعضه عند تصفيفه.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٠)</p>	<p>١٥ أكمل لفّ خصل الشعر جميعها بالأسلوب نفسه، متبعاً خطوط اتجاهات الشعر حسب الخطوة رقم (٥)، ومراعياً في ترتيب اللقافات اتباع أسلوب بناء الحجارة، كما في الشكل (١٠).</p>	
 <p>الشكل (١١)</p>	<p>١٦ ضع قطعتين من القطن الطبي فوق أذني الزبون؛ لحمايتهما من الحرارة.</p> <p>١٧ غطّ الشعر الملفوف كله بشبكة الشعر الخاصة باللفّ، كما في الشكل (١١).</p> <p>١٨ اطلب إلى الزبون الجلوس تحت مجفف الشعر، لتجفيف شعره، مقدراً الوقت اللازم حسب طول الشعر وكثافته.</p> <p>١٩ ارفع الشبكة عن الشعر بعد جفافه، ثم ابدأ بفكّ اللقافات بلطف، مبتدئاً من الخلف إلى الأعلى ثمّ الجانبيين.</p> <p>٢٠ جهّز الزبون للتسريحة المطلوبة.</p> <p>٢١ نظّف اللقافات والملاقط والأمشاط وطهرها حسب الأصول، وضعها في مكانها الصحيح.</p> <p>٢٢ نظّف مكان العمل، وأعد الأدوات والتجهيزات جميعها إلى مكانها الصحيح.</p> <p>٢٣ اغسل يديك جيّداً، وجفّفهما.</p>	

## الأسئلة

١- علّل ما يأتي:

- أ - أهمية تثبيت اللقافة بما تليها بالمشبك.  
ب - يفضل أخذ خصلة الشعر من مقدّمة الرأس والجانبين بشكل متعرج (زكزاك).  
ج - أهمية رفع خصلة الشعر بزاوية تزيد على ٩٠° في أثناء عملية اللفّ .  
د - يجب ألا يزيد عرض خصلة الشعر على طول اللقافة المستعملة.  
هـ - يفضل عدم استعمال مشابك الشعر المتعرجة ذوات الشعبتين في تثبيت اللقافة الشبكية، وضح أهمية ذلك لكلّ من الشعر واللقافات.  
٢- لِمَ يتمّ تسليك خصلة الشعر قبل لُقها على اللقافة؟

## تمارين ممارسة

- نقدِ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:
- لفّ الشعر باستعمال اللقافات على شعر مستعار.
  - لفّ شعر أحد زملائك باللقافات المناسبة لطول الشعر وكثافته؛ لاكتساب السرعة في الإنجاز والمهارة.
  - اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
  - قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفّك.

## دراسة حالة: لفّ الشعر الناعم والخفيف باللفافات

سألت عبير زميلتها في الصّف عن معرفتها بصالون يستطيع التعامل مع شعرها الناعم والخفيف بطريقة جيّدة في يوم زفاف شقيقها، فاخترت زميلتها صالون (س)، ورشّحت لها العاملة تغريد كي تسرّح لها شعرها.

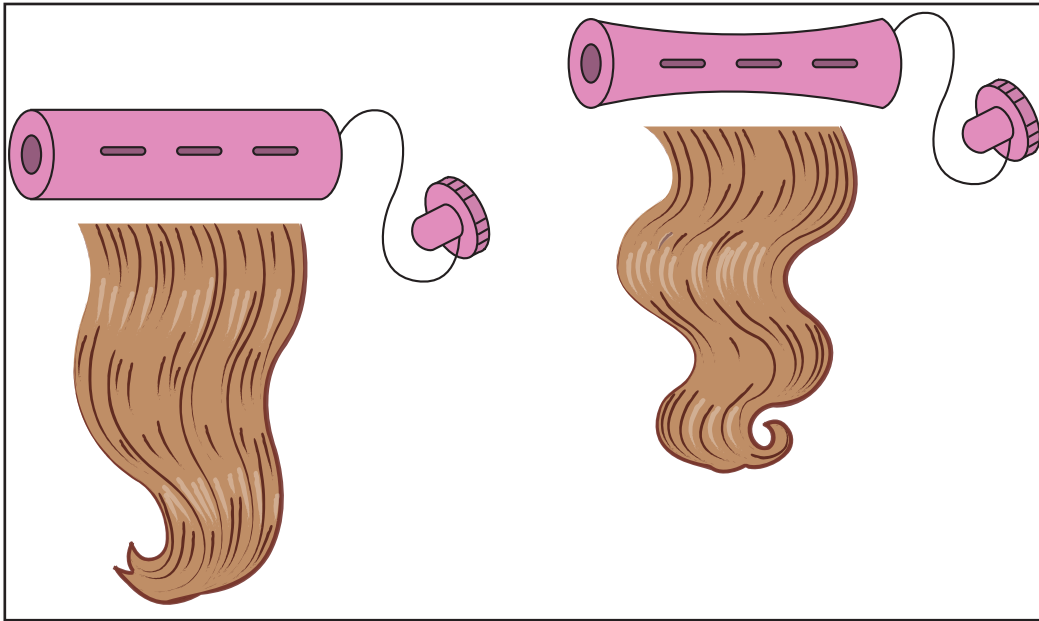
ذهبت عبير إلى الصالون في ذلك اليوم من غير موعد مسبق، وقبل وقت طويل من موعد الحفلة، إلّا أنّها وجدت العاملة تغريد مجازة في ذلك اليوم، وسرّحت العاملة (رنا) شعرها باستعمال مجفّف الشعر اليدوي (السشوار) وفرشاة كبيرة الحجم، ثمّ لفّت الخصل على أصابعها باستعمال ملاقط التثبيت، وبعد ١٥ دقيقة فكّت خصل الشعر وسرّحته بطريقة عاديّة، وما إن وصلت عبير إلى مكان الحفل حتّى ظهر وكأنّه لم يسرّح.

بعد اطلاعك على هذه المعلومات، ناقش الآتي:

- الطريقة التي صفّفت فيها العاملة (رنا) شعر عبير.
- موقف عبير عند انتهاء العاملة (رنا) من تسريح شعرها.
- لو كنت عاملاً في الصالون، فما الطريقة التي سوف تستخدمها لتصفيف شعر عبير؟
- ما الطريقة المثلى في لفّ الشعر الأملس والطويل؟
- برأيك، هل ستعود عبير مرّة أخرى للصالون؟ لماذا؟

## الأسئلة

- ١- متى يتم تنفيذ القاعدة المثلثة؟ ولماذا؟
- ٢- ما أهمية لفّ الشعر باللفافات على شكل بناء الحجارة؟
- ٣- قارن بين رفع خصلة الشعر بزاوية  $90^\circ$  وبزاوية أقل من  $90^\circ$  في عملية لفّ الشعر.
- ٤- تأمل الرسم في الشكلين التاليين، ثم حدّد ما يأتي:
  - أ- انتظام قطر اللفافة في الرسمين.
  - ب- شكل التمويجة الناتجة في كلّ منهما.





يقصد بتسريح الشعر (Hair styling) تصميم التسريحات الملائمة للزبون وتنفيذها، التي تعمل على إبراز النواحي الجمالية لها وإخفاء بعض عيوب الوجه والجسم أو التقليل منها. ويعتمد جمال تسريح الشعر على كثافة الشعر وطبيعته وغازاته، واتجاهات نموه، وحالته الصحيّة، وشكل الوجه، والقوام، وشخصيّة الزبون، وملابسه، بالإضافة إلى مناسبة التسريحة وخطوط الموضة.

لذا، يجب على المزيّن أن يكون قادرًا على تحسّس النواحي الجماليّة في الزبون، وأن يكون متمكّنًا من عمليات لفّ الشعر المختلفة، سواء باللفافات العاديّة، أم بالأصابع والملاقط، أم تمويجه بالمشط والأصابع، والقدرة على توجيه خصل الشعر بالاتجاهات المطلوبة، بالإضافة إلى عملية تنفيش الشعر، ومعرفة وقت استعمال كلّ من هذه الطرائق وحدها أو الجمع بين أكثر من طريقة؛ لإعطاء الشعر الشكل المثالي للتسريحة، من هنا، يقاس مدى قدرة المزيّن على التحكّم في الشعر وعمل التسريحات المتقنة والمناسبة.

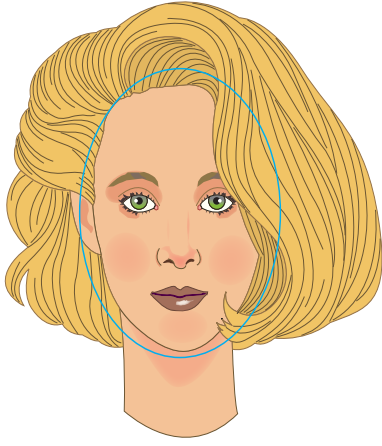
### للمناقشة

ابحث في مصادر المعرفة المتوافرة لديك عن أشكال التسريحات عبر العصور القديمة، وكيفية الاستفادة منها في وقتنا المعاصر، ثم ناقش ما تتوصّل إليه مع زملائك وبإشراف معلّمك.

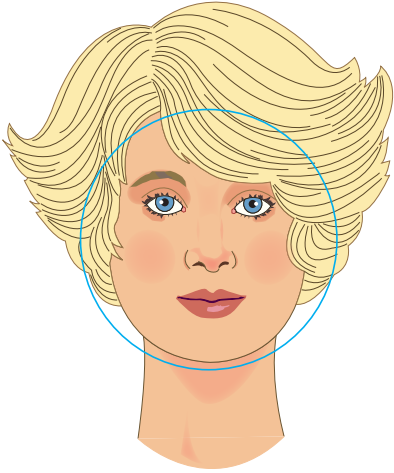
### أسس تصميم التسريحات

يتبع المزيّن قواعد معيّنة وأسسًا خاصّة في تصميم تسريحات الشعر المختلفة وتنفيذها، مراعيًا شكل الوجه ونوع الشعر؛ لإبراز النواحي الجماليّة في الوجه، وإخفاء غير المتناسق منه، بالإضافة إلى مراعاة شخصيّة الزبون، وعمله، وخطوط الموضة الحديثة؛ إذ تتغيّر التسريحة تبعًا للعوامل السابقة وغيرها. ومن هذه الأسس ما يأتي:

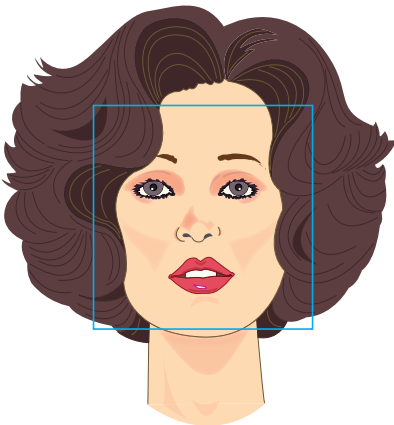
أ - شكل الوجه: للوجه أهميّة كبيرة في تصميم التسريحات، وهو الأساس لاختيار شكل التسريحة المناسبة؛ إذ إنّ لكلّ وجه تسريحة معيّنة منسجمة بخطوطها مع شكله، لذلك،



الشكل (١-٣٥): الوجه البيضوي.



الشكل (١-٣٦): الوجه المستدير.



الشكل (١-٣٧): الوجه المربع.

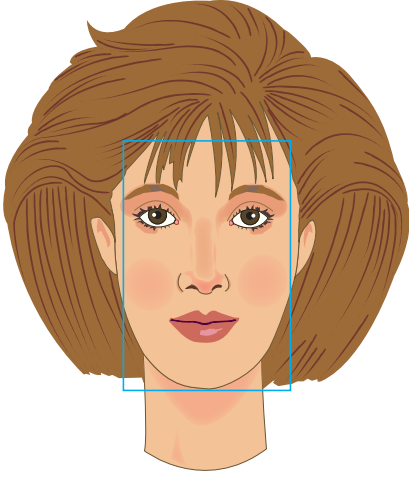
لا بدّ أن يلمّ المزيّن بأشكال الوجوه ويميّز بينها من خلال الأطر الخارجيّة لكل شكل من أشكالها، وهي كما يأتي:

١. الوجه البيضوي: يُعدّ الوجه البيضوي (Oval face) أكثر الوجوه تناسبًا، بسبب تناسب طول الوجه مع عرضه واستدارته؛ إذ يشكّل طول الوجه مرّة ونصفًا تقريبًا بالنسبة لعرضه أسفل الجبهة فوق الحاجبين، كما في الشكل (١-٣٥)، وشكل الوجه البيضوي هو الشكل المثالي، إذ تناسبه معظم تسريحات الشعر، لذا، علينا أن نحاول قدر الإمكان إظهار الوجوه المختلفة بشكل بيضوي من خلال تسريحة الشعر.

٢. الوجه المستدير: يتميّز الوجه المستدير (Round face) باستدارة محيطه، وحتى يساعد على التقليل من استدارته ليميل إلى الوجه البيضوي، يمكن تصميم التسريحة بشكل ممتلئ في أعلى الرأس، على أن يُغطّي الشعر الأذنين وقسمًا من الوجنتين، بالإضافة إلى الغرّة التي تكون على جانب الجبهة، كما في الشكل (١-٣٦).

٣. الوجه المربع: يقترب الوجه المربع (Square face) من الوجه المستدير، لكن تظهر عظام الفكّين وعظام جانبي الجبهة واضحة، فيبدو مربّعًا، كما في الشكل (١-٣٧)، وعند تسريح الشعر، يجب

أن نُعطي الشعر ارتفاعاً ونُغطي زوايتي الجبهة، وتوسيع جانبي الوجه بإبعاد الشعر إلى الخلف للمنطقة الممتدة بين الحاجبين وزاوية الفم، مع تغطية قسم من الفكّين؛ لإظهار الوجه مائلاً إلى الشكل البيضوي.



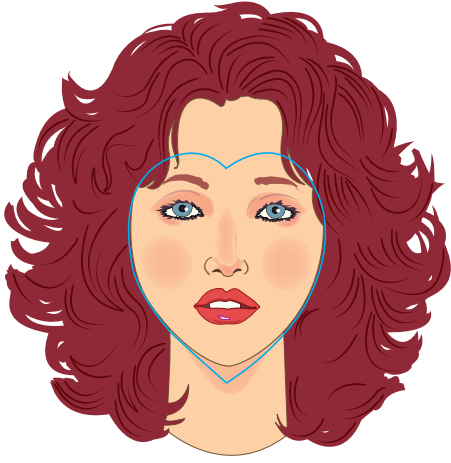
الشكل (١-٣٨): الوجه المستطيل.

٤. الوجه المستطيل: يتميّز الوجه المستطيل (Oblong face) بطول في محيط الوجه، وضيق في المسافة بين الوجنتين، كما في الشكل (١-٣٨)، وحتى يبدو أقلّ طولاً وأقرب إلى الشكل البيضوي، يجب أن يكون الشعر عند قمة الرأس منخفضاً إلى حدّ ما، مع عمل غُرّة تغطي قسمًا من الجبهة، كما يحتاج إلى امتلاء في الشعر عند جانبي الوجه وخلف الرأس، وأن يُعمل فرق في الوسط أو فرق قصير على جانبي الرأس يساعد على جعل الوجه يميل إلى الشكل البيضوي.



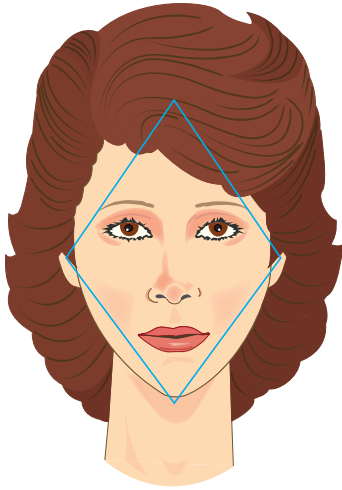
الشكل (١-٣٩): الوجه الكمثري.

٥. الوجه الكمثري: يتميّز الوجه الكمثري (Pear-shaped face) بالاتساع عند الفكّين وضيق عند الجبهة، كما في الشكل (١-٣٩)، ويتطلّب امتلاء الشعر أعلى الصدغين حتى يبدو الوجه أكثر اتساعاً ويمنح تناسقاً مع الفكّين، كما يجب أن يُمشط الشعر ليغطي قسمًا من الفكّين، ويقلل من اتساعهما مع عمل غُرّة مائلة على الجبهة.



الشكل (٤٠-١): الوجه بشكل قلب.

٦. الوجه بشكل القلب: يتميز الوجه بشكل القلب (Heart-shaped face) بعريضة وذقن ضيقة، كما في الشكل (١-٤٠)، وفي هذه الحالة، يجب تجنب الفرق الجانبي المنخفض، وللتقليل من اتساع الجبهة وزيادة الاتساع عند الذقن، يمكن فرق الشعر من وسط الرأس مع غرّة تغطي الجبهة، أو يسرّح إلى جهة واحدة من الوجه، حتى يغطي قسماً من الجبهة والصدغين، أو إلى الأسفل؛ لتمنحه عرضاً عند الفك السفلي، فيميل الوجه إلى الشكل البيضوي.



الشكل (٤١-١): الوجه المعيني.

٧. الوجه بشكل المعين: يتميز الوجه المعيني (Diamond face) بالضيّق عند الجبهة والذقن والاتساع عند عظم الخدين، كما في الشكل (١-٤١)، وللتقليل من هذا الاتساع، يجب تصفيف الشعر بحيث يغطي قسماً من الأذنين والوجنتين عند عظام الفك العلوي، وعمل غرّة بسيطة للتقليل من حدّة الجبهة، ليبدو أقرب إلى الشكل البيضوي.

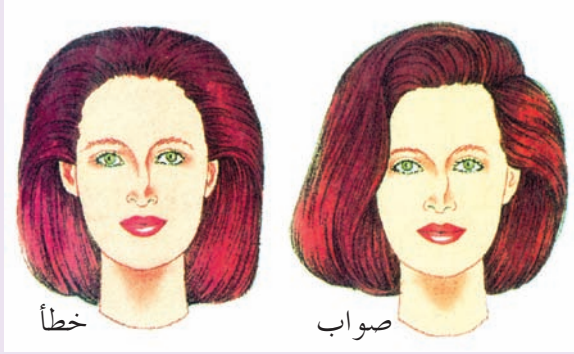
لاحظ شكل الشعر وشكل الأنف في كل شكل من الأشكال الآتية، التي يمثل نصفها وضعًا مناسبًا للشعر حسب شكل الأنف، في حين يمثل نصفها الآخر وضعًا خطأ: ناقش وزملاءك بإشراف معلّمك الأسباب التي أدت إلى الوضع الخطأ.



الأنف الناتئ أو البارز



الأنف المقلوب إلى الأعلى



الأنف غير المنتظم (المعوج)



الأنف المنبسط العريض

ب- المناسبة الاجتماعية: تتوزع حياة الإنسان بين أوقات عمل، وأخرى للزيارات والمناسبات المختلفة، وكما يحرص على ارتداء ملابس خاصة في المناسبات المختلفة، فإنه يحرص على تناسب تسريحته معها. فالتسريحة العمليّة البسيطة تصلح لأوقات العمل، أمّا تسريحة السهرات والمناسبات فتختلف أشكالها؛ إذ تدخل خطوط مختلفة أكثر تعقيداً، وحركات فنيّة أكثر دقة وأناقة، والشعر أكان قصيراً أم طويلاً يُسرح بتسريحات تلائم طولهِ وكثافته، فالشعر القصير؛ إمّا أن يسرح على طولهِ، وإمّا أن يستعمل معه وصلات



الشكل (١-٤٢): تسريح الشعر القصير.

الشعر، ويُتبع معه أسلوب التنفيش وتحديد الخصل، كما في الشكل (١-٤٢)، والشعر الطويل يُرفع إلى أعلى على صورة (شنيون)، ورفع الشعر بشكل عام يكون؛ إمّا باتجاه قمة الرأس، وإمّا خلفه.

### ج- الشخصية والوضع الاجتماعي: لكي يتمكن المزيّن

من اختيار التسريحة المناسبة، يجب عليه معرفة طبيعة شخصية الزبون ووضعه الاجتماعي؛ فالشخصية قد تكون هادئة، وبسيطة، ومرحة، وجادة، وحازمة،

ومن الممكن الجمع بين أكثر من صفة من هذه الصفات، أمّا الوضع الاجتماعي، فهو يتعلّق بالمكانة الاجتماعية والدور الاجتماعي، وغالبًا ما يرتبط نمط الشخصية بالوضع الاجتماعي، فليس من المنطقي - على سبيل المثال - أن يختار المزيّن تسريحة جامدة المعالم ومصنّفة بدقّة متناهية لفتاة رياضية ذات شخصية مرحة، كما ليس من المعقول أيضًا أن يختار تسريحة صارخة غير مألوفة لسيدة ذات مكانة اجتماعية مرموقة.

وعليه أن يُدرّب نفسه منذ بدايات حياته المهنية على التمييز بين شخصيات زبائنه وأوضاعهم الاجتماعية، سواء من معلوماتهم المسبقة عنهم، أم من طريقة حديثهم وتعاملهم مع الآخرين، أم من نمط ملابسهم ومكملاتها، حتى تصبح لديه الخبرة الكافية في هذا المجال، ممّا يمكنه من اتخاذ قراره في تصميم التسريحة المناسبة للزبون.

يمكن للمزيّن أن يصنّف الشخصيات والأوضاع الاجتماعية التي يتعامل معها بالأنماط الأربعة الآتية:

١. الشخصية المتموّضة (التي تتّبع خطوط الموضة الحديثة): الشخصية التي يمتاز صاحبها باتباع آخر خطوط الموضة بمظاهرها جميعها بجرأة واندفاع، مع الاهتمام بالتفاصيل الدقيقة كلّها، سواء من ناحية التسريحات، أم الملابس، أم الإكسسوارات، وهذا النوع يميل إلى التسريحات الصارخة وغالبًا ما تكون من الفئات العمرية الصغيرة.

٢. الشخصية الهادئة الأنيقة: الشخصية التي تتمتع بالهدوء والأناقة، وتفضّل التسريحات

الأنيقة ذات الطابع البسيط وغير المتكلف.

٣. الشخصية التقليدية: الشخصية التي تلتزم بمظهر محدد من ناحية تسريحة الشعر والملابس، وأصحاب هذا النوع من الشخصيات يحدّدون التسريحة التي يرغبون فيها بشكل حاسم، وقد يعجبون بمن يتبعون الموضة، ولكنهم نادرًا ما يجروءون على تغيير أشكال تسريحاتهم وملابسهم.

٤. الشخصية غير التقليدية: الشخصية التي تتصرّف بتلقائية، من غير التقيد بموضة معينة، وأصحاب هذه الشخصية مستعدّون لقبول التغيير في موضة الشعر والملابس من غير مغالاة، وغالبًا ما يكون أصحابها من الفئات العمرية الصغيرة والمتوسطة، ويفضّلون في العادة الملابس البسيطة التي تناسب أنشطتهم المختلفة، وتكون مواصفات تسريحاتهم ذات خطوط بسيطة سهلة، كما أنهم يهتمون بأن تكون قصّات شعرهم دقيقة ومتقنة، ويبدون في المناسبات الخاصّة اهتمامًا أكبر بأن تكون تسريحاتهم متميّزة.

نشاط (١-٦): جمع صور لتسريحات الشعر المتنوّعة، وتصنيفها في ضوء العوامل السابقة

اجمع عددًا من الصور التي توضّح أنماطًا مختلفة من تسريحات الشعر، وحاول تصنيفها إلى مجموعات في ضوء معرفتك بأنماط الشخصيات، والوضع الاجتماعي، والعمر، وشكل الوجه، ونوع العمل، والمناسبة.

للمناقشة

تأمّل أشكال تسريحات الشعر في المجموعتين الآتيتين، وناقش زملاءك بإشراف معلّمك في الإجابة عن الأسئلة المتعلقة بكلّ منهما:

## المجموعة الأولى



- ١- أيّ هذه التسريحات أكثر مناسبة لتسريحة شعر الموظفة؟
- ٢- حدّد المناسبات التي قد تناسب التسريحات المتبقية.

## المجموعة الثانية



- ١- في ضوء دراستك للوجوه، حدّد مواصفات أشكال الوجوه التي أمامك.
- ٢- ما مواصفات التسريحة المناسبة لكلّ شكل من الوجوه الأربعة؟

د - الأدوات والموادّ المستعملة في عملية تسريح الشعر: هناك الكثير من الأدوات والموادّ المستعملة في عملية تسريح الشعر وتثبيتته، وفي ما يأتي بيان أهمّها:

١. الأدوات: تستعمل في عمليات تسريح الشعر مجموعة أدوات مهمّة ومساعدة لإتمام عملية التسريح، منها: الأمشاط، والفراشي، والثوب الواقي، والملاقط، ودبابيس



الشعر بأنواعها وأشكالها وحجومها المختلفة، كما في الشكل (١-٤٣/أ).  
وأصبح يستعمل في كثير من التسريحات حشوات توضع داخل التسريحة، كما  
في الشكل (١-٤٣/ب)، حتى تعطي ارتفاعاً وكثافة للتسريحة، كما في الشكل  
(١-٤٣/ج)، وتكون مصنوعة من مادة النايلون وطرية للتحكم فيها، ولها عدّة  
حجوم ومقاسات وألوان.



الشكل (١-٤٣/أ): الأدوات المستعملة في عملية تسريح الشعر.



الشكل (١-٤٣/ج): تسريحة استعمل في تنفيذها حشوات.

الشكل (١-٤٣/ب): الحشوات.

٢. مستحضرات تثبيت الشعر: تحتوي هذه المستحضرات على مادة تشكّل غلافًا رقيقًا حول الشعر؛ لتثبيتته حسب التسريحة المحدّدة، وتقسّم هذه المستحضرات إلى ثلاثة أنواع، هي:

أ. مستحضرات التثبيت السائل (Spray): وتكون على شكل رذاذ، كما في الشكل (١-٤٥/أ)، يتوافر منها أنواع متعدّدة من حيث قوّة التثبيت فتدرّج من شديدة القوّة إلى متوسطة القوّة وضعيفة.

ب. مستحضرات التثبيت الرغويّة (Foam)، كما في الشكل (١-٤٤/ب): وتوضع على الشعر الرطب بالأيدي، ثمّ يُجفّف الشعر ويُصفّف حسب التسريحة المرغوبة.

ج. مستحضرات التثبيت الهلاميّة (Gel)، كما في الشكل (١-٤٤/ج): وتستعمل كما في المستحضرات الرغويّة.

د. مستحضرات كريميّة، كما في الشكل (١-٤٤/د): حيث تعطي اللمعة، وتعمل على تهدئة الشعر قبل البدء بتسريحه خاصّة الشعر المجعدّ.



د  
مستحضر كريمي



ج  
المتبّب الهلامي



ب  
المتبّب الرغوي



أ  
المتبّب الرذاذي

الشكل (١-٤٤): مثبتات الشعر.

- ١- اجمع عددًا من عبوات مثبتات الشعر (السائلة، والرغوية، والهلامية، والكريمية)، وقرأ المواد المكوّنة لها (سعتها بالمل، وكيفية استعمالها، ومحاذير استعمالها، وسعرها في السوق، ومواصفات أخرى مميزة لها)، ثمّ نظم معلوماتك في جدول، وناقشها مع زملائك بإشراف معلّمك.
- ٢- اكتب قائمة بمنتجات الشعر المستعملة في مشغل المدرسة حول الإيجابيات والسلبيات لكلّ منها.
- ٣- اقترح كيفية عمل حشوات من موادّ متوافرة لديك في البيت، واستعملها في التطبيق العملي للتسريحات المختلفة.

## العمليات الأساسية لتسريح الشعر

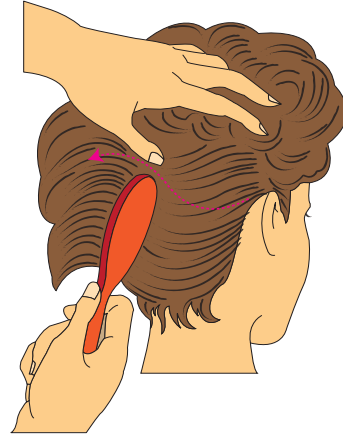
٢

لتحقيق النجاح في اختيار التسريحة المطلوبة وتنفيذها، لا بدّ من التدرّب جيّدًا على أساليب تصفيف الشعر، والتحكّم في المشط والفرشاة، ولتسريحه وفق أساليب متعدّدة وتوجيهه، كالتنفيش والتجديل حسب التسريحة المطلوبة.

أ - توجيه الشعر حسب التسريحة المطلوبة: تترك اللّفافات بعد تجفيف الشعر خطوطًا وتموجات مشدودة صغيرة أو كبيرة على فروة الرأس حسب حجم اللّفافات؛ لذا، يجب تفريشه بفرشاة منبسطة أو محدّبة؛ لتخفيف قوّة استدارة التموجات، ومنحها نوعًا من الارتخاء، كما في الشكل (٤٥-١)، وتوجيهه بالاتجاهات المحدّدة حسب التسريحة المطلوبة، كما في الشكل (٤٦-١).

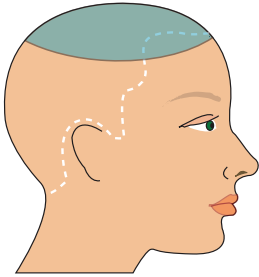


الشكل (٤٦-١): توجيه الشعر حسب التسريحة.

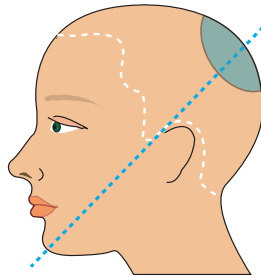


الشكل (٤٥-١): تفريش الشعر.

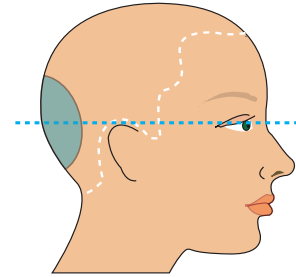
- ب- تحديد منطقة العمل على فروة الرأس: يجب تحديد منطقة العمل على فروة الرأس؛ لإعطاء الشكل المناسب للتسريحة ولتسهيل عملية توجيه الخصل، لذلك، يجب معرفة مناطق رفع الشعر على فروة الرأس حيث تقسم إلى ستة أقسام، وهي:
١. منطقة مؤخرة الرأس: تقع خلف الرأس على مستوى خط العينين، كما في الشكل (١-٤٧/أ).
  ٢. منطقة قمة الرأس: تحدّد بخط منحرف من الذقن إلى قمة الرأس، كما في الشكل (١-٤٧/ب).
  ٣. المنطقة العلوية من الرأس: وتجمع بين قمتي الرأس والجبين، كما في الشكل (١-٤٧/ج).
  ٤. منطقة الجبهة: المنطقة الأمامية من الرأس ونطلق عليها اسم (العُرّة)، كما في الشكل (١-٤٧/د).
  ٥. منطقة الجوانب: تبدأ هذه المنطقة من المنطقة العلوية وحتى منتصف الأذن، كما في الشكل (١-٤٧/هـ).
  ٦. منطقة الرقبة: تبدأ من منتصف الأذن وتصل إلى الأذن الأخرى بفرق أفقي، وتقع تحت مؤخرة الرأس، كما في الشكل (١-٤٧/و).



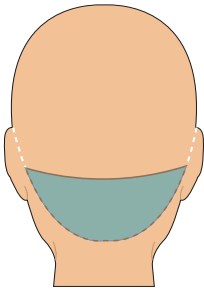
الشكل (١-٤٧/ج):  
المنطقة العلوية من الرأس.



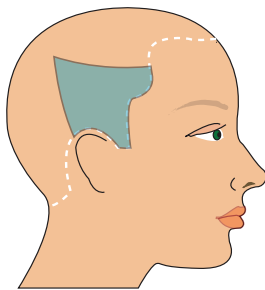
الشكل (١-٤٧/ب): قمة الرأس.



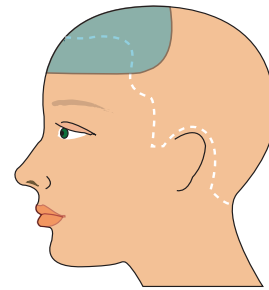
الشكل (١-٤٧/أ): القذال  
(في مؤخرة الرأس).



الشكل (١-٤٧/و): الرقبة.



الشكل (١-٤٧/هـ): الجوانب.



الشكل (١-٤٧/د): الجبهة.

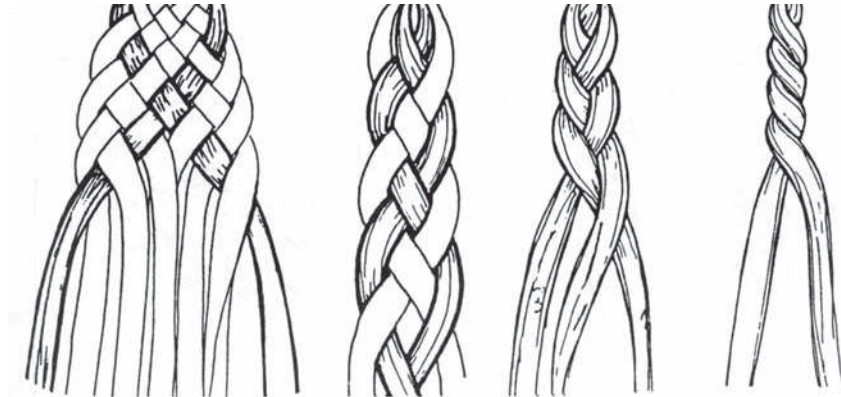
الشكل (١-٤٧): مناطق العمل على فروة الرأس.

ج - التنفيش: عملية دفع أجزاء من خصل الشعر بالمشط ذي الأسنان الرفيعة وتكون من الأمام، كما في الشكل (٤٨-١)، أو من خلف الخصلة، كما في الشكل (٤٩-١)، أو بالفرشاة المنبسطة أو المحدّبة، كما في الشكل (٥٠-١)، وضغطها باتجاه فروة الرأس؛ لمنح الشعر الارتفاعات والاتجاهات حسب التسريحة المطلوبة، كما تعمل على تماس الشعر ببعضه لإطالة عمر التسريحة، مع مراعاة عدم ظهور التنفيش بعد عملية تسريحه ممّا يفسد مظهرها وأناقته.



الشكل (٤٨-١): التنفيش بالمشط من أمام الخصلة. الشكل (٤٩-١): التنفيش بالمشط من خلف الخصلة. الشكل (٥٠-١): التنفيش بالفرشاة.

د - التجديد: تفننت النساء منذ فجر التاريخ في تجديد الشعر بأشكال مختلفة وتسريحات منوّعة، بتقسيم الشعر خصلتين، أو ثلاث، أو أكثر، ثمّ تجديله، كما في الشكل (٥١-١).



الشكل (٥١-١): تجديد الشعر.

وكنّ يتباهين بترك الجدائل منسدلة أمام الكتفين أو خلفهما، وأحياناً أخرى تُرفع بأشكال مختلفة؛ إما على قمة الرأس، وإما خلفه، وإما على جانبيه، وإما بتجديل الشعر من قمة الرأس الى أطرافه، كما في الشكل (١-٥٢).

ويتمّ تجديل الشعر مبللاً أو جافاً، ويمكن عمل تسريحة للشعر بتجديله كلّ أو أن يكون التجديل جزءاً من تسريحة، كما في الشكل (١-٥٣).



الشكل (١-٥٣): التجديل بصفته جزءاً من التسريحة.



الشكل (١-٥٢): تجديل الشعر كلّ.

### للمناقشة

ابحث بوساطة مصادر المعرفة المتوافرة لديك عن المفاهيم المتعلقة بتجديل الشعر عند الإناث والذكور في التراث الأردني ومعانيها. يمكنك مقابلة شخصيّة مهتمّة بهذا المجال، ثم ناقش وزملاءك بإشراف معلّمك ذلك.

### ٣ مكملات تسريح الشعر

لتكتمل عملية تسريح الشعر وتظهر التسريحة بشكل أنيق وجميل، لا بدّ من إضافة بعض المكملات التي تزيّن الشعر، أو تزيد من كثافته، أو طوله، ولا تستعمل هذه المكملات في التسريحات كلّها بل تستعمل حسب الحاجة والمناسبة.

أ - الشعر المستعار: يتشكّل الشعر المستعار من شعر معقود على قواعد شبكيّة ومثبّت عليها تغطّي فروة الرأس بكاملها أو أجزاء منها، ويمكن أن يكون الشعر المستعمل؛ إما



الشكل (١-٥٤): الشعر المستعار الكامل.

شعرًا طبيعيًا يؤخذ من شعر الإنسان، وإما من شعر الحيوانات ذات الشعر الناعم، وإما شعرًا اصطناعيًا، وتتوافر أشكال مختلفة للشعر المستعار، منها:

١. الشعر الكامل (البيروك): يستعمل الشعر الكامل (البيروك) (Synthetic Wigs Suppliers) ليغطي من ٩٠٪ - ١٠٠٪ من فروة الرأس، كما في الشكل (١-٥٤).

٢. قطع الشعر المستعار: يُقصد بقطع الشعر المستعار (clip hair extension) مساحات من الشعر المعقود على شبكة والمثبت عليها، ويختلف اتساع قاعدتها حسب المكان المراد تثبيتها عليه في الرأس، وحسب الغرض من استعمالها، ويمكن استعمال أكثر من قطعة واحدة للرأس الواحد، ولقطع الشعر أشكال عدة، أهمها: القطعة ذات القاعدة المستديرة الواسعة: تتميز بقاعدة واسعة مستديرة الشكل، كما



ب



أ

الشكل (١-٥٥): استعمال القاعدة المستديرة للشعر

المستعار.

في الشكل (١-٥٥/أ)، وتغطي قسمًا كبيرًا من فروة الرأس، ويمكن أن تُستعمل في قمة الرأس؛ لمنح الشعر زيادة في الكثافة، أو زيادة في ارتفاعه عند عمل التسريحة المرفوعة، كما في الشكل (١-٥٥/ب).



أ  
ب  
الشكل (١-٥٦): استعمال القاعدة المستطيلة للشعر المستعار.

القطعة ذات القاعدة المستطيلة الشكل: تتميز بقاعدة شبه مستطيلة، كما في الشكل (١-٥٦/أ) وتُستعمل لأغراض مختلفة في التسريحات؛ إذ يمكن أن تُمشط بطريقة لولبية، أو تُجدّل، أو تُصَفّف كتسريحة الشعر ذي الطول الواحد، كما تُستعمل لزيادة كثافة الشعر، كما في الشكل (١-٥٦/ب).

القطعة الصغيرة: تتميز بقاعدة صغيرة يتجمّع الشعر فيها كخصلة واحدة، كما في الشكل (١-٥٧/أ)، أو خصلتين، أو ثلاث، وغالبا ما تُسرح بطريقة التجديل، أو بطريقة لولبية، أو تخلط مع الشعر، كما في الشكل (١-٥٧/ب).



أ  
ب  
الشكل (١-٥٧): استعمال القطعة الصغيرة للشعر المستعار.

يستعمل الشعر المستعار لأغراض مختلفة، أهمّها:

- تغطية الصلع.
- زيادة كثافة الشعر إذا كان خفيفاً أو متضرراً.
- تغيير التسريحة من غير المساس بطول الشعر الأصلي.
- تغطية الرأس عند تساقط الشعر في بعض الحالات المرضية.
- زيادة طول الشعر.
- سهولة تصفيف الشعر واستعماله.



ابحث بوساطة الإنترنت عن التأثيرات السلبية للشعر المستعار في فروة الرأس والشعر، ثم اكتب ما تتوصل إليه مع إيجاد الحلول المناسبة، مدعماً بحثك بالصور المناسبة، ثم ناقش ذلك مع زملائك بإشراف معلّمك.

ب- الإكسسوارات: يُقصد بها المكملات التي توضع على الشعر بعد الانتهاء من تسريحه، كالأزهار، أو تاج العروس، أو الأكليل والطرحة، أو بعض قطع الكرسنال، أو الأشرطة التي تُزيّن بها التسريحة، كما في الشكل (١-٥٨)، وتستعمل هذه الإكسسوارات حسب الحاجة أو حسب المناسبة، ويجب أن تثبت جيداً على التسريحة باستعمال دبابيس الشعر المناسبة حتى لا تسقط عن شعر الزبون، ويجب أن تنسجم طبيعة الإكسسوار مع التسريحة والملابس التي يرتديها الزبون.



الشكل (١-٥٨): الإكسسوارات الخاصّة بالتسريحات.

## نشاط (١-٨): الإكسسوارات المستعملة في تسريحات الشعر

اجمع عددًا من الإكسسوارات المتوافرة لديك، واستعملها للشعر الذي ستطبق عليه بعض التسريحات في التدريب العملي للمهارة، ثم حاول أن توفّق بين التسريحة والإكسسوار الذي استعملته.

### الأسئلة

- ١- قارن بين الوجه الكمثري والوجه المستطيل من حيث: شكل كلّ منهما، والتسريحة الملائمة لكلّ وجه.
- ٢- حدّد مواصفات التسريحة المناسبة للشخصيّة المتموضّعة.
- ٣- ما أهميّة توجيه الشعر بفرشاة قبل عملية تسريحه؟
- ٤- علّل ما يأتي:
  - أ - أهميّة التدريب والممارسة للوصول إلى إتقان تسريح الشعر بأشكال مختلفة.
  - ب - تنفيذ الشعر قبل عملية تسريحه.
  - ج - استعمال قطع الشعر المستعار ذات القاعدة المستديرة في تنفيذ بعض التسريحات.
- ٥- ما الأمور الواجب مراعاتها للحصول على التسريحة المناسبة؟

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

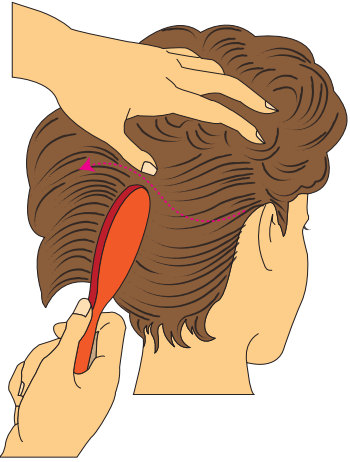
- ١- تنفّش الشعر باستعمال المشط.
- ٢- تنفّش الشعر باستعمال الفرشاة.

### المعلومات الأساسية

تُعرف عملية التنفيش بأنها تسنيد للشعر، لعمل وسادة عند فروة الرأس للحصول على الارتفاعات المطلوبة حسب التسريحة، ويتمّ تنفيشه بالاتجاه الذي تمّ به لفّ الشعر مع مراعاة الحرص على عدم ظهور الجزء المنفّش من الشعر.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
مشط، وفرشاة تمشيط، وفرشاة منبسطة، وثوب واقٍ.	- منظّف سائل (شامبو) مناسب للشعر.
- لفافات عادية.	- مكيف (مليّن) للشعر.
- مشابك لفافات.	- مطهر.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	أولاً: تنفيش الشعر بالمشط	
	١ طبق خطوات تمرين لفّ الشعر باللفافات.	
	٢ ابدأ بتفريش الشعر بفرشاة التمشيط بعد فكّ اللفافات عن الشعر، كما في الشكل (١)؛ لإرخاء التمويجات الناتجة من عملية اللفّ.	
	٣ وجه الشعر بالاتجاهات المطلوبة حسب شكل التسريحة بوساطة الفرشاة، كما	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>في الشكل (٢)، مراعيًا أن يصل شعر الفرشاة أو أسنان المشط من جذور الشعر حتى نهايات أطرافه.</p> <p>٤ خذ خصلة من الشعر بعرض ٥ سم تقريبًا، وبسمك ٢ سم ابتداءً من مقدمة الرأس، وسلِّكها إلى الأعلى بزاوية ٩٠° أو أكثر، كما في الشكل (٣)، حسب ارتفاع الشعر في التسريحة.</p>	
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>٥ امسك طرف خصلة الشعر بين أصابع إحدى يديك والمشط باليد الأخرى بشكل مائل إلى الأعلى قليلاً، وأدخله بخصلة الشعر بعيدًا عن فروة الرأس من ٢ سم - ٣ سم، مع ضرورة عدم نفاذ المشط من سمك الخصل جميعها، وبخاصة الشعر المحيط بالوجه حتى لا تظهر تعقيدات التنفيش في الشعر، ويكون وضع المشط من خلف الخصلة عند التنفيش إذا كان اتجاه التسريح إلى الخلف، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>٦ اضغط المشط إلى الأسفل باتجاه فروة الرأس، مبتدئًا بالقرب منها وتدرجيًا إلى</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="454 775 602 840">الشكل (٥)</p>	<p data-bbox="817 294 1354 556">أعلى خصلة الشعر، كما في الشكل (٥)، مع عدم تنفيش نهايات أطراف الخصلة؛ لأن ذلك قد يفقد أطراف الشعر السمك المطلوب.</p> <p data-bbox="817 600 1354 797">ويكون وضع المشط من أمام الخصلة عند التنفيش إذا كان اتجاه التسريح من الخلف إلى الأمام.</p> <p data-bbox="1015 917 1354 971">ثانياً: تنفيش الشعر بالفرشاة</p> <p data-bbox="817 993 1354 1124">نقذ الخطوات من (١-٣) من هذا التمرين.</p>	
 <p data-bbox="454 1758 602 1823">الشكل (٦)</p>	<p data-bbox="817 1157 1354 1354">٤ خذ خصلة الشعر، مبتدئاً من الأمام قرب الجبين، ومن حيث بدأت عملية لفّ الشعر.</p> <p data-bbox="817 1386 1354 1801">٥ ضع الفرشاة على الجزء العلوي من خصلة الشعر، واضغط بها إلى الأسفل باتجاه الجذور، وبحركة شبه دائرية حتى تصل إلى فروة الرأس، كما في الشكل (٦)، ثم اسحبها من الشعر بتدوير الرسغ قليلاً.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="386 738 530 788">الشكل (٧)</p>	<p data-bbox="740 297 1273 570">٦ أكمل عملية تنفيش الشعر، متبعا الخطوات السابقة، وبذلك تحصل على الارتفاع المطلوب حسب التسريحة، كما في الشكل (٧).</p>	٦
	<p data-bbox="740 602 1273 799">٧ مرر أطراف أسنان المشط أو شعر الفرشاة فوق الشعر المنفّش؛ لترتيبه وإعطاء الشكل المطلوب للتسريحة.</p>	٧
	<p data-bbox="740 832 1273 1028">٨ نظّف الأدوات التي استعملتها حسب الأصول، وطهرها، ثم ضعها في مكانها الصحيح.</p>	٨
	<p data-bbox="1009 1061 1273 1116">٩ نظّف مكان العمل.</p>	٩
	<p data-bbox="844 1148 1273 1203">١٠ اغسل يديك جيّداً، ثم جفّفهما.</p>	١٠

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- عملية تنفيش الشعر على شعر مستعار بالمشط والفرشاة.
- عملية تنفيش الشعر على شعر أحد زملائك بالمشط والفرشاة؛ للحصول على اتجاهات الشعر وارتفاعاته حسب التسريحة المطلوبة.
- اكتب خطوات العمل التي تتبناها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## تسريح الشعر القصير

تمرين

٤-١

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:


- تسرح الشعر القصير.

### المعلومات الأساسية

تشارك عدة عوامل في تحديد قصة الشعر وشكل التسريحة المناسبة للشخص.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
- أمشاط، وفراش، ودبابيس شعر مختلفة الحجم والأشكال، وثوب واقٍ. - مجفف يدوي.	- منظف سائل (شامبو) مناسب للشعر. - مكيف (مليّن) للشعر. - مثبت رذاذي. - مطهر.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	نفذ الخطوات من (١-٣)، كما في التمرين (١-٣).	
	وجه الشعر حسب التسريحة المطلوبة.	٤
	جفف الشعر بالمجفف اليدوي والأصابع، كما في الشكل (١).	٥
	سرح الشعر بالفرشاة والمجفف اليدوي في المنطقة المحيطة بالوجه؛ لإعطائه الارتفاع والاتجاه المناسبين في هذه المنطقة، كما في التسريحة المطلوبة.	٦



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	٧ نَفِّس الشعر في قَمّة الرأس والخلف باستعمال المشط، كما في تمرين تنفيش الشعر.	
	٨ سَرِّح (مَلِّس) الشعر في المنطقة الأمامية من الشعر وبعرض ( ٥ سم - ٨ سم ) وبخفّة باستعمال المشط أو الفرشاة، من غير غرس الأسنان في الشعر حتى لا تزيل التنفيش.	
الشكل (٢)	٩ ثَبَّت الشعر باستعمال الدبابيس (البكل الصغيرة) حول الخطّ الموازي لمحيط الشعر من الأمام حول الوجه، كما في الشكل (٢).	
	١٠ رَشِّ المثبّت الرذاذي على الشعر بعد إكمال التسريحة، كما في الشكل (٣).	
الشكل (٣)	١١ اعرض على الزبون الشكل النهائي للتسريحة، كما في الشكل (٤)، مستعملاً مرآة صغيرة.	
	١٢ نَظِّف الأدوات التي استعملتها حسب الأصول وطهرها، ثم ضعها في مكانها الصحيح.	
الشكل (٤)	١٣ نَظِّف مكان العمل.	
	١٤ اغسل يديك جيّداً، ثم جفّفهما.	

## تمارين ممارسة

نفذ عملية تسريح الشعر القصير بأشكال وتصميمات مختلفة على الشعر المستعار، أو شعر أحد زملائك، متبعًا توجيهات المعلم.

- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كل تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محددة واضحة كما يأتي:

لا	نعم	خطوات العمل	الرقم
			١
			٢

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## رفع الشعر إلى الأعلى (شنيون)

### تمرين

٥-١

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تستعمل الحشوات داخل التسريحة.
- ٢- تسرح الشعر الطويل إلى الأعلى (شنيون).


### المعلومات الأساسية

يساعد الشعر الطويل المزيّن على رفعه وتسريحه بكل سهولة دون اللجوء إلى استعمال قطع الشعر المستعار فيه، بل يُكتفى باستعمال حشوة؛ لتساعد على تثبيت الخصل عليها للتخفيف من تنفيش الشعر، وبالإستعانة بالدبابيس والمثبت الرذاذي، يتم الحصول على تمويجات خفيفة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
مشط، وفراش، وحشوات بمختلف الحجم، ودبابيس شعر مختلفة الحجم والأشكال، وثوب واقٍ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- منظف سائل (شامبو) مناسب للشعر.</li> <li>- مكيف (مليّن) للشعر.</li> <li>- مثبت رذاذي.</li> <li>- مطهر.</li> </ul>
- ملاقط.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	نفذ الخطوات من (١-٣)، كما في التمرين (١-٣).	
	قسّم الغرّة، وارفعها إلى الأعلى، وابدأ بتقسيم الشعر من الخلف.	٤
	ثبت الحشوة في أسفل المنطقة الخلفية للرأس بالدبابيس، ثم قسّم الشعر في قمة الرأس، كما في الشكل (١)، وثبته بالملاقط.	٥

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="386 681 525 729">الشكل (٢)</p>	<p data-bbox="740 297 1278 567">خذ خصل من المنطقة الخلفية، وابدأ بلفها حول الحشوة بشكل متموج، وثبت الخصل بالدبابيس ذوات الشعبتين، كما في الشكل (٢).</p>	٦
 <p data-bbox="386 1201 525 1249">الشكل (٣)</p>	<p data-bbox="740 773 1278 1043">خذ خصلة من الجهة اليمنى، ولقها حول الحشوة للجهة المقابلة لها، وثبتها بالدبابيس ذوات الشعبتين، كما في الشكل (٣).</p>	٧
 <p data-bbox="386 1738 525 1786">الشكل (٤)</p>	<p data-bbox="740 1244 1278 1515">خذ خصلة من الجهة اليسرى وبشكل متعاكس مع الخصلة التي قبلها، وثبتها بالدبابيس، واترك أطراف الخصلة من غير تثبيت، كما في الشكل (٤).</p>	٨

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="459 810 604 858">الشكل (٥)</p>	<p data-bbox="814 301 1351 428">أكمل الخصل جميعها من الجهة الخلفية بالأسلوب نفسه، كما في الشكل (٥).</p>	<p data-bbox="1392 307 1422 345">٩</p>
 <p data-bbox="459 1406 604 1454">الشكل (٦)</p>	<p data-bbox="814 1065 1351 1257">خذ الخصلة من الجانب الأيسر، وأرجعها إلى الخلف مع سائر الخصل، كما في الشكل (٦).</p>	<p data-bbox="1392 1072 1422 1109">١٠</p>
 <p data-bbox="459 1799 604 1847">الشكل (٧)</p>	<p data-bbox="814 1557 1351 1749">امسك الخصلة من قمة الرأس، وافصلها عن سائر الخصل، وابدأ بتمشيطها، كما في الشكل (٧).</p>	<p data-bbox="1392 1563 1422 1600">١١</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="381 628 530 679">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="733 292 1275 432">ابدأ بتنفيش الخصلة بشكل مرتفع قليلاً عن فروة الرأس، كما في الشكل (٨).</p>	<p data-bbox="1311 307 1356 345">١٢</p>
 <p data-bbox="381 1273 530 1323">الشكل (٩)</p>	<p data-bbox="733 803 1275 1153">خذ خصلة ثانية، وابدأ بتنفيشها كما فعلت بالخصلة السابقة، على أن يكون التنفيش من أسفل الخصل، كما في الشكل (٩)؛ حتى لا تظهر آثار التنفيش في وجه الخصلة.</p>	<p data-bbox="1311 810 1356 847">١٣</p>
 <p data-bbox="370 1797 541 1847">الشكل (١٠)</p>	<p data-bbox="733 1437 1275 1710">اجمع الخصل التي نفّستها ، ثم مشط بالفرشاة سطح خصلة الشعر بخفة، على ألا تدعها تنفذ في الخصلة؛ حتى لا تزيل التنفيش منها، كما في الشكل (١٠).</p>	<p data-bbox="1311 1443 1356 1480">١٤</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="447 598 612 646">الشكل (١١)</p>	<p data-bbox="814 297 1344 421">امسك الخصل بكفة يدك بقوة، كما في الشكل (١١)، ولفها باتجاه اليمين.</p>	<p data-bbox="1389 297 1433 340">١٥</p>
 <p data-bbox="447 1050 612 1098">الشكل (١٢)</p>	<p data-bbox="814 711 1344 836">ثبّت هذه الخصلة بالدبابيس ذوات الشعبتين، كما في الشكل (١٢).</p>	<p data-bbox="1389 711 1433 755">١٦</p>
 <p data-bbox="447 1393 612 1441">الشكل (١٣)</p>	<p data-bbox="814 1137 1344 1327">مشط الخصلة الناتجة من الخطوة السابقة حتى نهايات أطرافها بشكل خفيف، كما في الشكل (١٣).</p>	<p data-bbox="1389 1137 1433 1181">١٧</p>
 <p data-bbox="447 1797 612 1845">الشكل (١٤)</p>	<p data-bbox="814 1454 1344 1720">ثبّت منتصف الخصلة بالدبابيس على شكل تمويجة، كما في الشكل (١٤)، ولف أطرافها بحيث تكون على شكل وردة لإخفاء أجزاء من الحشوة.</p>	<p data-bbox="1389 1454 1433 1498">١٨</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="371 681 541 731">الشكل (١٥)</p>	<p data-bbox="740 294 1272 491">خذ خصلة من أعلى الجانب الأيمن، ومشطها باتجاه الغرّة، كما في الشكل (١٥).</p>	<p data-bbox="1313 294 1362 338">١٩</p>
 <p data-bbox="371 1015 541 1065">الشكل (١٦)</p>	<p data-bbox="740 775 1272 917">امسك الغرّة، ووجهها إلى الأمام، كما في الشكل (١٦)، لدمج الشعر ببعضه.</p>	<p data-bbox="1313 775 1362 819">٢٠</p>
 <p data-bbox="371 1380 541 1430">الشكل (١٧)</p>	<p data-bbox="740 1102 1272 1321">مشط الغرّة بالفرشاة إلى الخلف بعيداً عن الوجه، كما في الشكل (١٧)، للعمل على لويها وتثبيتها.</p>	<p data-bbox="1313 1102 1362 1146">٢١</p>
 <p data-bbox="371 1795 541 1845">الشكل (١٨)</p>	<p data-bbox="740 1517 1272 1648">ثبّت التسريحة بدبابيس من الخلف، كما في الشكل (١٨).</p>	<p data-bbox="1313 1517 1362 1561">٢٢</p>



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="447 729 612 777">الشكل (١٩)</p>	<p data-bbox="816 301 1351 423">٢٣ ثبت المنطقة الجانبية من التسريحة بالدبايس، كما في الشكل (١٩).</p>	
 <p data-bbox="447 1253 612 1301">الشكل (٢٠)</p>	<p data-bbox="816 886 1351 1009">٢٤ ابدأ بسحب الدبايس من منطقة العروة، كما في الشكل (٢٠).</p>	
 <p data-bbox="447 1784 612 1832">الشكل (٢١)</p>	<p data-bbox="816 1393 1351 1581">٢٥ وسّع مسافة خصلة الشعر من عند العروة بعد سحب الدبايس منها، كما في الشكل (٢١).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="370 650 538 701">الشكل (٢٢)</p>	<p data-bbox="736 297 1273 489">أكمل سحب سائر الدبايس من التسريحة ومن الجهات جميعها، كما في الشكل (٢٢).</p>	<p data-bbox="1314 297 1361 340">٢٦</p>
 <p data-bbox="370 1011 538 1061">الشكل (٢٣)</p>	<p data-bbox="736 777 1273 984">رش قليلاً من مثبت الشعر (الرداذي) على أجزاء التسريحة جميعها؛ لتثبيت الخصل، كما في الشكل (٢٣).</p>	<p data-bbox="1314 799 1361 843">٢٧</p>
 <p data-bbox="370 1399 538 1450">الشكل (٢٤)</p>	<p data-bbox="736 1192 1273 1389">اعرض على الزبون الشكل النهائي للتسريحة، مستعملاً مرآة صغيرة من جهة اليسار، كما في الشكل (٢٤).</p>	<p data-bbox="1314 1192 1361 1236">٢٨</p>
 <p data-bbox="370 1793 538 1843">الشكل (٢٥)</p>	<p data-bbox="736 1585 1273 1716">شكّل التسريحة من الجهة اليمنى، كما في الشكل (٢٥).</p>	<p data-bbox="1314 1596 1361 1640">٢٩</p>

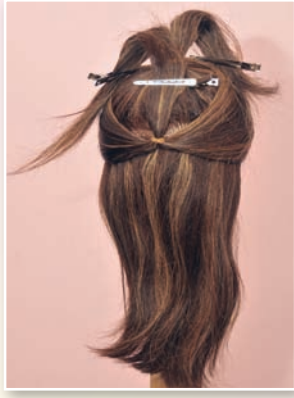
الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢٦)</p>	<p>شكل التسريحة من الأمام، كما في الشكل (٢٦).</p>	٣٠

## تمارين ممارسة

نقذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- عملية تسريح الشعر كما في الخطوات والأشكال المبينة أدناه:
- تسريح الشعر الطويل (شنيون) بأشكال وتصميمات مختلفة على الشعر المستعار، أو شعر أحد زملائك في المشغل حسب رغبته.





- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كل تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محددة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## تسريح الشعر المرفوع بإضافة المكملات

تمرين

٦-١

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تسريح الشعر مرفوعاً مع تثبيت المكملات عليه.

### المعلومات الأساسية

تضاف بعض المكملات (الإكسسوارات)، مثل: الأزهار أو غيرها على الشعر عند تسريحه، ويجب تثبيت المكملات جيّداً بالدبابيس على التسريحة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>- أمشاط، وفراش، ودبابيس شعر</li> <li>مختلفة الحجم والأشكال، وأزهار</li> <li>طبيعية أو اصطناعية، وثوب واقٍ.</li> <li>- ملاقط.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- منظف سائل (شامبو) مناسب</li> <li>للشعر.</li> <li>- مكيف (مليّن) للشعر.</li> <li>- مثبت رذاذي.</li> <li>- مطهر.</li> </ul>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	<p>نفذ الخطوات من (١-٣)، كما في التمرين (١-٣).</p> <p>٤ افصل العرة، وثبتها بملاقط، ثم قسم منطقة قمة الرأس إلى قسمين، كما في الشكل (١).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="381 628 530 672">الشكل (٢)</p>	<p data-bbox="740 301 1273 570">امسك الشعر جميعه بما في ذلك منطقة الجوانب، واربطه على شكل ذيل الحصان، ثم تثبت الورد الاصطناعي، كما في الشكل (٢).</p>	٥
 <p data-bbox="381 1065 530 1109">الشكل (٣)</p>	<p data-bbox="740 690 1273 1022">ارفع الشعر إلى الأعلى، ثم مشط خصلة الشعر في قمة الرأس، ومررها أسفل الشعر المربوط، كما في الشكل (٣)، وثبتها بالدبابيس على أن تترك أطراف الخصلة من غير تثبيت.</p>	٦
 <p data-bbox="381 1397 530 1441">الشكل (٤)</p>	<p data-bbox="740 1148 1273 1415">أنزل خصلة الشعر التي رفعتها سابقاً، ومشطها جيداً، ثم لفها باتجاه اليسار بشكل منحني، وثبتها بدبوس، كما في الشكل (٤).</p>	٧
 <p data-bbox="381 1812 530 1856">الشكل (٥)</p>	<p data-bbox="740 1541 1273 1662">لفّ الطول المتبقي من الخصلة على شكل دائرة ثم تثبتها، كما في الشكل (٥).</p>	٨

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>اسحب الخصلة التي بجانب الخصلة السابقة، ثم لفّها على شكل حلقة، وثبّتها، كما في الشكل (٦).</p>	٩
 <p>الشكل (٧)</p>	<p>مشط العرّة، ورتبها بشكل يتناسب مع التسريحة، كما في الشكل (٧).</p>	١٠
 <p>الشكل (٨)</p>	<p>اعرض على الزبون الشكل النهائي للتسريحة، مستعملاً مرآة صغيرة، كما في الشكل (٨).</p>	١١
	<p>نظّف الأدوات التي استعملتها حسب الأصول، وطهرها، ثم ضعها في مكانها الصحيح.</p>	١٢
	<p>نظّف مكان العمل.</p>	١٣
	<p>اغسل يديك جيّداً، ثم جفّفهما.</p>	١٤

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

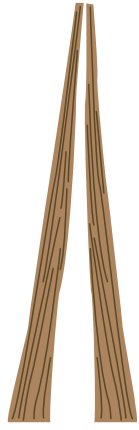
- ١- تجدل الشعر بخصلتين، أو بثلاث خصل، أو بأربع خصل.
- ٢- تجدل الشعر كتسريحة كاملة على الشعر.

### المعلومات الأساسية

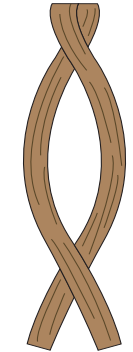
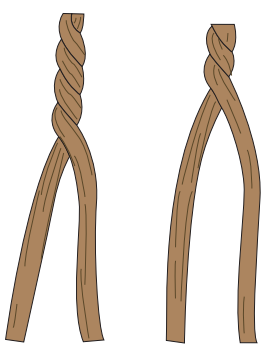
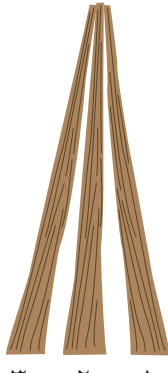
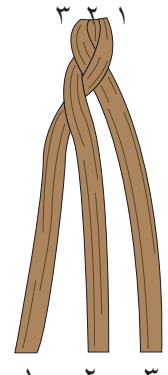
يتم تجديل الشعر؛ إما مبللاً، وإما جافاً، ويمكن اعتبار تجديل الشعر جزءاً من تسريحة، أو تسريحة كاملة.

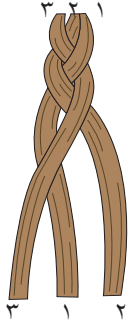
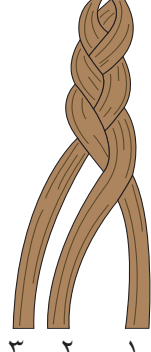
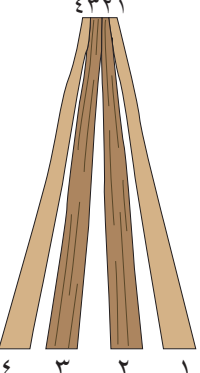
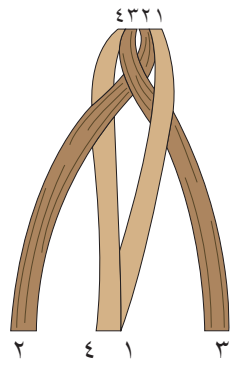

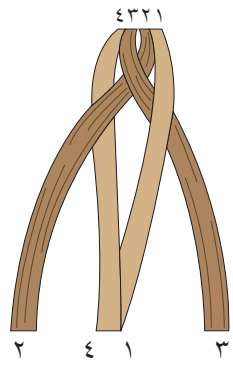
مستلزمات تنفيذ التمرين

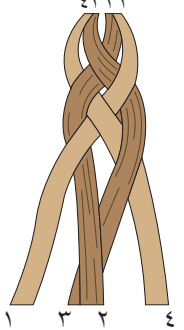
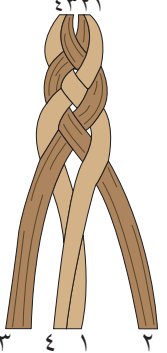

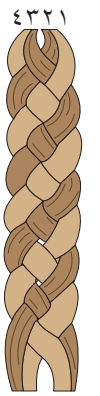
الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>- أمشاط، وملاقط، وربطة شعر، وثوب واقٍ.</li> <li>- دبايس شعر.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- منظف سائل (شامبو) مناسب للشعر.</li> <li>- مكيف (مليّن) للشعر.</li> <li>- مثبت رذاذي.</li> <li>- مطهر.</li> </ul>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	<p>أولاً: تجديل الشعر بخصلتين:</p> <p>نقذ الخطوات من (١-٣)، كما في التمرين (١-٣).</p>	
	<p>قسّم الشعر لتحديد الخصل التي سيتمّ تجديلها.</p>	٤
	<p>خذ خصلة من الشعر، واقسمها إلى قسمين متساويين، كما في الشكل (١).</p>	٥



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>٦ مرّر قسمي خصلة الشعر فوق بعضهما، من غير برمهما، كما في الشكل (٢).</p>	
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>٧ كرّر الخطوة السابقة حتى نهايات أطراف خصل الشعر، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>٨ ثبت نهاية الخصلة المجدّلة بدبّوس أو ربطة الشعر.</p>	
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>ثانياً: تجديل الشعر بثلاث خصل: نقذ الخطوات من (١-٣) من البند (أولاً) في هذا التمرين. ٤ خذ خصلة من الشعر بحجم مناسب، وافصلها إلى ثلاثة أجزاء متساوية السمك تقريباً، كما في الشكل (٤).</p>	
	<p>٥ خذ الخصلتين (١ و٣)، واقطعهما فوق بعضهما، ثم ارفع الخصلة (٢) لتقطع الخصلة (١)، كما في الشكل (٥).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>خذ خصلة (٣)، واقطعها فوق الخصلة (٢)، كما في الشكل (٦).</p>	٦
 <p>الشكل (٧)</p>	<p>ارفع الخصلة (١) لتقطع الخصلة (٣) من الأعلى، ثم ارفع الخصلة (٢) لتقطع الخصلة (١)، كما في الشكل (٧).</p>	٧
 <p>الشكل (٨)</p>	<p>أكمل عملية التجديل حتى نهاية الخصلة، ثم ثبتها بربطة الشعر.</p>	٨
 <p>الشكل (٩)</p>	<p>ثالثاً: تجديل الشعر بأربع خصل نفذ الخطوات من (١-٣) من البند (أولاً) في هذا التمرين.</p>	٤
 <p>الشكل (٨)</p>	<p>خذ خصلة من الشعر بالعرض المناسب، أو الذي ترغب به، وافصله إلى أربع خصل من الشعر بشكل متساوٍ، كما في الشكل (٨).</p>	٥
 <p>الشكل (٩)</p>	<p>ارفع الخصلتين (٣ و ٢)، ومرّهما فوق بعضهما على نحو متقاطع بحيث تكون الخصلة (٣) تحت الخصلة (١)، والخصلة (٢) فوق الخصلة (٤)، كما في الشكل (٩).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٠)</p>	<p>٦ مرّر الخصلة (٤) فوق الخصلة (١)، وأسفل الخصلة (٣)، والخصلة (٢) تحت الخصلة (١) فوق الخصلة (٣)، كما في الشكل (١٠).</p>	
 <p>الشكل (١١)</p>	<p>٧ ارفع الخصلة (١) فوق الخصلة (٣)، ومررها أسفل الخصلة (٤)، ثم مرّر الخصلة (٢) وأسفل الخصلة (٣) وفوق الخصلة (٤)، كما في الشكل (١١).</p>	
 <p>الشكل (١٢)</p>	<p>٨ مرّر الخصلة (٢) أسفل الخصلة (٣) وفوق الخصلة (٤)، كما في الشكل (١٢).</p>	
 <p>الشكل (١٣)</p>	<p>٩ كرّر الخطوات السابقة حتى نهايات أطراف خصل الشعر، كما في الشكل (١٣).</p>	
	<p>١٠ ثبت نهاية الجدلة بربطة الشعر.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="381 744 530 792">الشكل (١)</p>	<p data-bbox="735 301 1273 417">رابعاً: تعديل الشعر بعمل تسريحة كاملة للشعر.</p> <p data-bbox="735 454 1273 585">نفذ الخطوات من (١-٣) من البند (أولاً) في هذا التمرين.</p> <p data-bbox="735 613 1273 810">خذ قسمًا من مقدمة الرأس على شكل مثلث، واقسم الخصلة إلى قسمين متساويين، كما في الشكل (١).</p>	٤
 <p data-bbox="381 1275 530 1323">الشكل (٢)</p>	<p data-bbox="735 1022 1273 1218">ضع خصلة فوق الأخرى بشكل تقاطع بغض النظر عن الاتجاه، كما في الشكل (٢).</p>	٥
 <p data-bbox="381 1806 530 1854">الشكل (٣)</p>	<p data-bbox="735 1421 1273 1699">خذ قسمًا جديدًا من الشعر من الجهة اليمنى للرأس، مستعملًا إصبع الإبهام لأخذ هذه الخصلة من بداية الرأس، كما في الشكل (٣).</p>	٦

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>٧ استعمل الإبهام والسبابة من يدك اليسرى للمسك بالقسم الجديد، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>٨ خذ القسم الجديد، ومرره إلى الجهة اليسرى، وامسكه مع الخصلة اليسرى، كما في الشكل (٥).</p>	
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>٩ خذ قسمًا آخر من الشعر من الجهة اليسرى من بداية خط الشعر، ومرره إلى الجهة اليمنى، وامسكه مع الخصلة اليمنى، كما في الشكل (٦).</p>	
 <p>الشكل (٧)</p>	<p>١٠ استمرّ بتبديل الخصل على هذا النمط، على أن تكون الخصل كلّها بحجم متساوٍ مرفوعة عن فروة الرأس باتجاه قمة الرأس، كما في الشكل (٧).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="381 620 525 663">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="740 297 1273 493">امسك الخصلتين بيد واحدة واستعمل إصبعي الإبهام أو السبابة من اليد الأخرى لعمل خصلة جديدة، كما في الشكل (٨).</p>	<p data-bbox="1318 297 1356 340">١١</p>
 <p data-bbox="381 991 525 1035">الشكل (٩)</p>	<p data-bbox="740 668 1273 930">ارفع القسم الجديد للأعلى، وثبته بإصبع الإبهام في اليد التي تمسك الخصلتين معاً، كما في الشكل (٩)، ثم رتب الشعر من الأسفل.</p>	<p data-bbox="1318 668 1356 711">١٢</p>
 <p data-bbox="381 1397 525 1441">الشكل (١٠)</p>	<p data-bbox="740 1148 1273 1410">امسك قسماً آخر من الشعر، ومرره إلى الجهة اليسرى. وادجه بالخصلة اليسرى، كما في الشكل (١٠)، على أن تبقى يدك مرفوعة عن فروة الرأس.</p>	<p data-bbox="1318 1148 1356 1192">١٣</p>
 <p data-bbox="381 1790 525 1834">الشكل (١١)</p>	<p data-bbox="740 1520 1273 1782">استمرّ بأخذ الخصل حتى تكتمل جميعها وحتى يبدو الشعر كثيفاً، ويتكوّن لديك شعر هدل، مثل: الستارة، كما في الشكل (١١).</p>	<p data-bbox="1318 1520 1356 1563">١٤</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	كّرر الخطوات السابقة حتى نهايات أطراف خصل الشعر، كما في الشكل (١٢).	١٥
الشكل (١٢)	اربط نهاية الجدلة بربطة شعر، ثم اثن الجدلة إلى داخل الشعر من الأسفل، وثبتها بدبّوس، واستعمل أصابعك للفصل بين الخصلتين، حتى تظهر تسريحة الجدلة، كما في الشكل (١٣).	١٦
	شكّل الجدلة بوضعها النهائي، كما في الشكل (١٤).	١٧
الشكل (١٣)	نظّف الأدوات التي استعملتها حسب الأصول، وطهرها، ثم ضعها في مكانها الصحيح.	١٨
	نظّف مكان العمل.	١٩
الشكل (١٤)	اغسل يديك جيّداً، ثم جفّفهما.	٢٠

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- عملية تجديل الشعر بأشكاله المختلفة على شعر مستعار أو شعر أحد زملائك.
- عملية تجديل الشعر بأشكال مختلفة، وإدخاله ضمن تسريحات الشعر على شعر مستعار أو شعر أحد زملائك.
- اكتب خطوات العمل التي تتبناها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تسرّح شعر العروس بما يتناسب وشكل الوجه والمناسبة.
- ٢- تضع التاج (الإكليل) أو المكّمّلات (الإكسسوارات) على الشعر المسرّح.
- ٣- تثبت الطرحة بالطريقة الصحيحة.

### المعلومات الأساسية

تسريحة العروس كباقي تسريحات السهرة، مع زيادة التركيز والاهتمام بالشعر من المنطقة الأمامية وجانبي الشعر، ويجب أن تكون التسريحة منسجمة مع التاج (الإكليل) أو الإكسسوارات والطرحة، بحيث تثبت جميعها بشكل جيّد؛ حتى لا تنزلق من خلالها خصل الشعر إذا كانت مرفوعة. مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
أمشاط، وفراش، ودبايس شعر مختلفة الحجم والأشكال، وطرحة، وتاج (إكليل) أو إكسسوارات، وثوب واقٍ.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- منظف سائل (شامبو) مناسب للشعر.</li> <li>- مكيف (مليّن) للشعر.</li> <li>- مثبت رذاذي.</li> <li>- مطهر.</li> </ul>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	سرّح الشعر بالتسريحة المطلوبة، كما مرّ بك في التمارين السابقة.	١
	ضع تاج (إكليل) العروس بشكل يتوسّط الرأس، أو كما يتناسب وشكل التسريحة،	٢

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	كما في الأشكال (١+٢+٣)، أو حسب رغبة العروس.	
الشكل (١)	ثبتّ التاج (الإكليل) بوساطة دبابيس الشعر المختلفة وحسب الحاجة.	٣
	ثبتّ الطرحة بالمكان المناسب بوساطة دبابيس الشعر ذوات الشعبتين، وربّتها حتى يتساوى مظهر الطرحة على جانبي الرأس عند النظر إليها.	٤
الشكل (٢)	اعرض على العروس باستعمال المرأة الشكل النهائي للتسريحة مع التاج (الإكليل) والطرحة.	٥
	نظّف الأدوات التي استعملتها حسب الأصول، وطهّرها، ثمّ ضعها في مكانها الصحيح.	٦
الشكل (٣)	نظّف مكان العمل.	٧
	اغسل يديك جيّدًا، ثمّ جفّفهما.	٨

## أسئلة الوحدة الأولى

- ١ - أين تقع دائرة خصلة الشعر في التمويجة المركزية؟
- ٢ - بين أهميّة استعمال القاعدة المثلثة لخصلة الشعر بعد لفّه.
- ٣ - وضح أهميّة العناية بلقافات الشعر وبقائها نظيفة، مع بيان كيفية إجراء هذه العملية.
- ٤ - علّل ما يأتي:
  - أ - يجب ألا تكون لقاّفات الشعر طريّة.
  - ب - يجب ألا يزيد سمك خصلة الشعر على قطر اللقاّفة.
  - ج - يكون لفّ الشعر باللقاّفات كما يرتّب عامل البناء الحجارة.
  - د - يجب تسليك خصلة الشعر جيّدًا قبل لفّها.
  - هـ - وقوع لقاّفة الشعر في مركز خصلة الشعر يعطيها قوّة وارتفاعًا.
  - و - يجب ألا يزيد عرض خصلة الشعر على طول اللقاّفة.
- ٥ - ما الأسس التي يجب على المزيّن مراعاتها للحصول على التسريحة المناسبة، إضافة إلى النواحي الجماليّة؟
- ٦ - تظهر الوجوه بأشكال مختلفة، وأقربها إلى المثاليّة شكل الوجه البيضوي، كيف يمكنك إظهار الوجهين (المربّع، والمعيني) على نحو أقرب إلى البيضوي عند تصميم تسريحة شعر لكلّ منهما؟
- ٧ - وضح أهميّة ما يأتي:
  - أ - تنفيش الشعر.
  - ب - تفريش الشعر بعد لفّه.
  - ج - عدم تنفيش نهايات الشعر وأطرافه.
  - د - تنفيش الشعر قريبًا من فروة الرأس.
  - هـ - لفّ الشعر للحصول على التسريحة المطلوبة.

- ٨ - تستعمل مثبتات الشعر خاصة لكل من الشعر الجاف، والرطب. حدّد الأنواع الملائمة لكلّ منهما.
- ٩ - للشعر المستعار أهميّة خاصّة لاستعماله. وضح هذه الأهميّة.
- ١٠ - ما الأسس التي يتّبعها المزيّن عند تصميم تسريحة معيّنة؟

## التقويم الذاتي

قيم تعلّمك لموضوع لفّ الشعر وتسريحه، بوضع إشارة (✓) أمام كلّ فقرة من قائمة الشطب الآتية:

الرقم	أستطيع بعد دراستي لهذه الوحدة أن:	نعم	لا
١	أوضح المقصود بالمفاهيم الآتية: لفّ الشعر، وتسريح الشعر، وقاعدة خصلة الشعر، والتنفيش، والتجديل.		
٢	أبين أهميّة لفّ الشعر وتسريحه.		
٣	أعرّف طرائق لفّ الشعر.		
٤	أقارن بين لفّ الشعر بالأصابع ولفّ الشعر باللفافات.		
٥	أعرّف أسس تصميم التسريحات.		
٦	ألفّ الشعر بوساطة لِّفافات الشعر العادية.		
٧	أميّز الأدوات والموادّ المستعملة في عملية لفّ الشعر وتسريحه.		
٨	أعرّف مستحضرات تثبيت الشعر.		
٩	أستنتج العمليات الأساسية لتسريح الشعر.		
١٠	أعطي أمثلة على مكملات تسريح الشعر.		
١١	أطبّق المهارات الخاصّة بلفّ الشعر وتسريحه.		
١٢	أطبّق تعليمات الأمن والسلامة العامّة في أثناء تطبيق المهارات.		
١٣	أستنتج تأثير لفّ الشعر وتسريحه على النواحي النفسيّة للزبون.		
١٤	أواكب التطوّرات والمستجدّات في مجال لفّ الشعر وتسريحه.		



٢

# الوحدة الثانية

## قصّ الشعر



## قصّ الشعر

## الوحدة الثانية

منذ العصور القديمة ومرورًا بالعصور المتوسطة وإلى يومنا الحالي، ما زال الشعر بالنسبة للمرأة تاج جمال يزيّن رأسها. ومع دخول المرأة في العصر الحاضر سوق العمل واختصارًا للوقت الذي تقضيه في العناية بالشعر الطويل، أصبحت تميل إلى إجراء تغيير لطول شعرها، بقصّه بأشكال مختلفة ومتنوعة تناسب شكل وجهها وطبيعة عملها. ما الفائدة من قصّ الشعر؟ هل لاختيار قصّة الشعر أسس ومعايير؟ ما الأدوات التي يستعملها المزيّن في عملية قصّ الشعر؟ ما دور التكنولوجيا في عالم القصّ؟

### يتوقّع منك بعد دراسة هذه الوحدة أن:

- توضّح مفهوم قصّ الشعر وأهميّته.
- تحدّد الأدوات المستعملة في قصّ الشعر وطريقة استعمال كلّ منها بطريقة آمنة.
- تبيّن مواصفات أدوات قصّ الشعر وأشكالها وأنواعها.
- توضّح أسس اختيار قصّة الشعر وتنفيذها.
- تختار القصّات المناسبة لأشكال الشعر المختلفة.
- توضّح الأشكال الرئيسة لقصّات الشعر.
- تحدّد أطوال خصل الشعر في كلّ قصّة من قصّات الشعر.
- تقصّ الشعر بأشكال متعدّدة ومختلفة.
- تبيّن تعليمات الصحّة والسلامة العامّة في عملية قصّ الشعر.

## أولاً مفهوم قص الشعر وأهميته

تعرفت سابقاً مراحل نمو الشعر وعلمت أنّ للشعر أطوالاً تتفاوت من شخص إلى آخر، فالشعر الطويل كان وما يزال عنواناً لجمال المرأة، ولكنّ الحياة العصريّة فرضت عليها في كثير من المجالات طولاً معيّنًا لشعرها وتسريحة محدّدة .

### ١ مفهوم قص الشعر

تعدّ عملية قص الشعر (Hair Cut) مهمّة جدًّا؛ إذ تعطي الشعر شكلاً خاصّاً ومدروساً وفق التسريحة التي يجب تنفيذها، حيث نجد الكثير من الأشخاص يفوق طول شعرهم المتر ونصف المتر ممّا يزيد من كثافته وكتلته كلّما زاد طوله، فهل يحتمل الإنسان ذلك؟ لذا، فهو بحاجة إلى تقصير هذا الشعر والتخفيف من كثافته وكتلته بقصّ أجزاء منه؛ ليساعد على تكييفه بالاتجاهات المطلوبة والأطوال المناسبة .

### هل يعني قص الشعر تقصيره فقط؟

تبدأ القصّة المناسبة من استشارة الزبون فغالبًا يتوقّع الزبائن من المزيّن شيئاً يفوق المطلوب، فقد يكون لديهم مناسبة تحفّزهم على التغيير بعيداً عن الروتين المملّ؛ لذا، على المزيّن استشارة الزبون قبل البدء بعملية القصّ لكي يحصل على نتائج مرضية للطرفين.

### ٢ أهمية قص الشعر

يُعدّ القصّ أحد أهمّ الفنون التي يجب إتقانها، حيث يساعد على إعطاء الشكل المطلوب للتسريحة ويمنح الشخص الثقة والحيويّة، لذلك تمّ تصميم قصّات متعدّدة من قبل خبراء، مبنية على أساس طول القامة وشكل الوجه، لذا، تكمن أهميّة القصّ بأنّه يُظهر الملامح الجماليّة للزبون ويُخفي ما أمكن من الملامح غير المرغوبة وذلك بإعطاء الشكل المطلوب لعمل التسريحات المناسبة، التي تتماشى مع خطوط الموضة. إنّ تعدّد القصّات يجعل الزبون في حيرة؛ لذا، يجب مراعاة ما يأتي عند اختيار القصّة المناسبة: المعايير الاجتماعيّة، والوظيفة، والذوق، والصحة، والحالة النفسيّة، وخاصيّة النمو الطبيعي للشعر.



ابحث بوساطة مصادر المعرفة المتوافرة لديك عن الجهات الرسمية التي تحرص على تقصير شعر أفرادها، وعن أسباب ذلك، ثم ناقش ما تتوصل إليه مع زملائك بإشراف معلّمك.

### ٣ فوائد قصّ الشعر

تحقق عملية القصّ عدّة فوائد، أهمّها:

- أ - تشكيل القاعدة الأساسية للتسريحات المتنوعة للشعر: تعدّ القصّة المناسبة أساساً لتسريحة الشعر، حيث يتمّ تشكيل اتجاهات خصل الشعر حسب التسريحة المطلوبة.
- ب- سرعة الإنجاز لعمليات الشعر: يتمّ تنفيذ المهارات المختلفة في الشعر القصير من: تنظيف، وتمشيط، وصباغ، وتمويج، ولفّ بوقت وجهد أقلّ منه للشعر الطويل .
- ج- التخلص من تقصّف الشعر: إنّ تلف أطراف الشعر يقلّل من جماله ويفقده حيويّته؛ بسبب تعرّضه للعوامل المختلفة، مثل: العوامل الطبيعيّة، كالحرارة، والرطوبة، والبرودة، والعوامل الميكانيكيّة الناتجة عن احتكاك الشعر وتمشيطة، ومع مرور الزمن، تتشقّق أطرافه وتقصّف، فيتمّ قصّه؛ لإعادة الحيويّة والجاذبيّة إليه.
- د - تحقيق الوفّر المالي: يحتاج الشعر الطويل إلى كميّة أكثر من الموادّ المستهلكة في التنظيف، أو الصباغ، أو التمويج، خلافاً للشعر القصير، ممّا يؤدّي إلى توفير المال.
- هـ - الفوائد النفسيّة: ينعكس المظهر الخارجي للإنسان على حالته النفسيّة، فإذا كان الشعر منسقاً وغير مقصّف فإنّه يعكس نفسيّة مشرقة سليمة تشعر بالانتعاش والثقة، لذلك كان لا بدّ للشخص أن يعتني باستمرار بقصّ شعره إلى المستوى الذي يحافظ على جماله وحيويّته.

## نشاط (٢-١): زيارة ميدانية

نفذ زيارات ميدانية لعدة صالونات، واطّلع على أشكال القصّات المتبعة والأطوال المرغوبة التي يتم تنفيذها بالصالونات، ودونها ببحث، ثم ناقشها مع زملائك بإشراف معلّمك.

### الأسئلة

- ١- وضح مفهوم قصّ الشعر.
- ٢- عدد فوائد قصّ الشعر.
- ٣- ما المعايير التي يجب مراعاتها عند اختيار قصّة الشعر؟
- ٤- وضح تأثير الوفر المالي في قصّ الشعر.

يحتاج المزيّن إلى أدوات وتجهيزات جيّدة وخاصّة بعملية قصّ الشعر، حتى يتمكّن من الحصول على القصّة المطلوبة حسب رغبة الزبون. ومن أهمّ هذه الأدوات والتجهيزات ما يأتي:

## المقصّات

١

يستعمل في الصالون أدوات مشتركة بين الزبائن كافة في أثناء تقديم الخدمات؛ لذا، يجب الاهتمام بنظافة هذه الأدوات بعد كلّ استعمال، وتطهيرها، وتعقيمها؛ لتجنّب انتشار العدوى بينهم.

المقصّ Scissor: من أهمّ الأدوات وأكثرها استعمالاً في صالونات التجميل، وتحتاج إلى تدريب جيّد وممارسة وانتباه عند استعمالها. وهي تتوافر بحجوم وأشكال مختلفة تناسب حاجة الاستعمال، كما في الشكل (٢-١)، ومنها:



الشكل (٢-١): أشكال المقصّات.



الشكل (٢-٢): المقصّ العادي.

أ - مقصّ الشعر العادي: أكثر أنواع المقصّات شيوعاً واستعمالاً في الصالونات، كما في الشكل (٢-٢)، ويحتاج استعماله إلى تدريب وممارسة ودقّة أكثر من أيّ أداة أخرى، ويتميّز بطرفه الحادّ والمدبّب، ويتراوح طول المقصّ العادي بين (١٠ سم - ١٦ سم).

لعلك شاهدت مقصّات بأشكال مختلفة ولاحظت أجزاءها، كما في الشكل (٢-٣)، وإليك في ما يأتي بيان ذلك:



الشكل (٢-٣): أجزاء المقصّ.

١. نصلا المقصّ: أحدهما ثابت والآخر متحرّك في أثناء تنفيذ عملية القصّ، ويتميّزان بتوافر حدّ قاطع داخلي لكلّ منهما.
  - النصل المتحرّك: النصل الذي يتحرّك فيه إصبع الإبهام.
  - النصل الثابت: النصل الذي يتحرّك فيه إصبع البنصر ويبقى ثابتاً في أثناء عملية القصّ.

٢. رأس النصلين المتحرّك والثابت: يستعملان لإظهار حدود القصّ حول محيط الرقبة ولقصّ الشعر الزائد.

٣. مسمار الارتكاز: يربط نصلي المقصّ معاً، ويستعمل لزيادة حركة النصل الثابت أو تقليلها.

٤. القصبة: الجزء الواقع بين مقبضي الإصبعين ومسمار الارتكاز التي ترتكز على إصبعي السبابة والوسطى.

٥. مقبض الإصبع البنصر: الحلقة التي في نهاية القصبة والنصل الثابت.

٦. مقبض إصبع الإبهام: الحلقة المتوافرة في نهاية القصبة والنصل المتحرّك؛ إذ يجب أن يكون وضع الإبهام داخل الحلقة بعد منبت الظفر مباشرة.

٧. قاعدة الارتكاز: يتوافر في بعض المقصّات قاعدة ارتكاز في نهاية طرف الحلقة، حيث يرتكز عليها طرف إصبع الخنصر، على ألا يتجاوز العقدة الأولى من الإصبع.

### فكر

تتوافر قطعة مطاطية على إحدى حلقتي المقصّ، ما الفائدة من ذلك؟

ب- مقصّ التخفيف: يستعمل مقصّ التخفيف للشعر الأكثر غزارة؛ إذ يعمل على التقليل من غزارته وكتلته، ويستعمل للشعر الأملس كذلك لإعطائه ارتفاعات فوق فروة الرأس؛ إذ يعمل الشعر القصير مسنداً للشعر الطويل. وهو يتوافر بعدة أشكال مختلفة، منها:



الشكل (٢-٤): مقصّ التخفيف ذو الأسنان المتباعدة من الجهتين.



الشكل (٢-٥): مقصّ التخفيف ذو الأسنان المتقاربة من الجهتين.



الشكل (٢-٦): مقصّ التخفيف ذو الأسنان المتباعدة من جهة واحدة.

١. مقصّ التخفيف ذو الأسنان المتباعدة من الجهتين، كما في الشكل (٢-٤)، ويستعمل للحصول على شعر ذي غزارة وكتلة أقلّ.

٢. مقصّ التخفيف ذو الأسنان المتقاربة من الجهتين، كما في الشكل (٢-٥)، ويستعمل للحصول على شعر ذي غزارة وكتلة أقلّ.

٣. مقصّ التخفيف ذو الأسنان المتباعدة ومن جهة واحدة، كما في الشكل (٢-٦)، ويستعمل لقصّ أطراف الشعر الأملس، ويعمل على قصّ أقلّ من ثلث الشعر.

للعناية بالمقصّات، يجب استعمال زيت مناسب لتزييت محاور المقصّات، ومن ثمّ تطهيره باستعمال الكحول بعد كلّ استعمال مباشرة بمسح نصلي المقصّ بالكحول الأثيلي، ثمّ وضعه في جهاز التعقيم الخاصّ، ثمّ حفظه في الخزانة الخاصّة بالأدوات لحين استعماله مرّة أخرى.

## طريقة مسك المقصّ

تمرين

١-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:



- تتقن مسك المقصّ.

### المعلومات الأساسية

يساعد مسك المقصّ بالطريقة الصحيحة على إتقان عملية القصّ، مما يسهّل التحكم في الخصلة ومسك المقصّ والمشط.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
- مشط ، ومقصّ عادي.	- (كحول إثيلي ٧٠٪)، ومحاليل التعقيم والتطهير، وقطن.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	أدخل إصبع البنصر في مقبض المقصّ الثابت، كما في الشكل (١).	١
 <p>الشكل (٢)</p>	أدخل طرف الإبهام في مقبض المقصّ المتحرّك، كما في الشكل (٢).	٢

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاکمة	الرقم
 <p data-bbox="459 659 601 703">الشكل (٣)</p>	<p data-bbox="812 301 1351 637">٣ ثبّت إصبعي السبّابة والوسطى على خارج القصبة الثابتة للمقصّ للحصول على سيطرة أفضل، وضع إصبع الخنصر فوق قاعدة ارتكاز المقصّ إن وجد، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p data-bbox="459 1140 601 1183">الشكل (٤)</p>	<p data-bbox="812 672 1351 1009">٤ اترك مقبض الإبهام على أن تكون قبصتنا المقصّ ورأسه للأعلى، وأغلق راحة اليد فوق المقصّ، على أن يكون المشط بين إصبعي الإبهام والسبّابة، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p data-bbox="459 1686 601 1729">الشكل (٥)</p>	<p data-bbox="812 1043 1351 1620">٥ امسك الشعر بعد تمشيّطه بالمشط بعيداً عن فروة الرأس مع وضع المشط بين الإبهام والسبّابة في اليد الأخرى، وقصّ الشعر من أمام إصبعك على أن يكون نصلاً المقصّ بشكل متوازٍ مع الأصابع، كما في الشكل (٥)، حتى الانتهاء من قصّ خصل الشعر المتبقية جميعها.</p> <p data-bbox="1087 1555 1351 1611">٦ نظّف مكان العمل.</p> <p data-bbox="812 1642 1351 1838">٧ طهّر الأدوات المستعملة، وعقمها في جهاز التعقيم، ثمّ غلّفها، واحفظها في المكان المخصّص بالطريقة الصحيحة.</p>	

## تمارين ممارسة

طبّق مسك المقصّ مرّات متكرّرة لتصل إلى السيطرة الكاملة من خلال فتح المقصّ وإغلاقه بالشكل الصحيح .

- اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ التمرين.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## ٢ أمواس قصّ الشعر وشفراته

تعدّ أمواس الشعر وشفراته من الأدوات المستعملة في قصّ الشعر؛ فهي تعمل على قصّه وتخفيف أطرافه في آنٍ واحد بفاعليّة عالية، وهذا يتطلّب منك الحرص الشديد والخبرة الكافية في ما يخصّ استعمالها، لتكون أكثر قدرة على الحركة في الاتجاهات المختلفة، وهناك أنواع وأشكال مختلفة من هذه الأدوات، أهمّها: موسى الشفرة المغطّاة، كما في الشكل (٢-٧)، وهو يتكوّن من الأجزاء الآتية: (حيث يشير الرقم إلى الجزء من موسى).

- (١) الشفرة: يتمّ تغييرها عندما تصبح مثلمة (غير حادة).
- (٢) نصل الشفرة القاطع: يستعمل لقصّ الشعر.
- (٣) الغطاء الواقى المتحرّك: الذي يغطّي الشفرة.
- (٤) ظهر موسى: المكان الذي تثبت عليه الشفرة.
- (٥) قصبّة موسى: المنطقة الواقعة بين لسان موسى، وشفرة قصّ الشعر وغطائها.



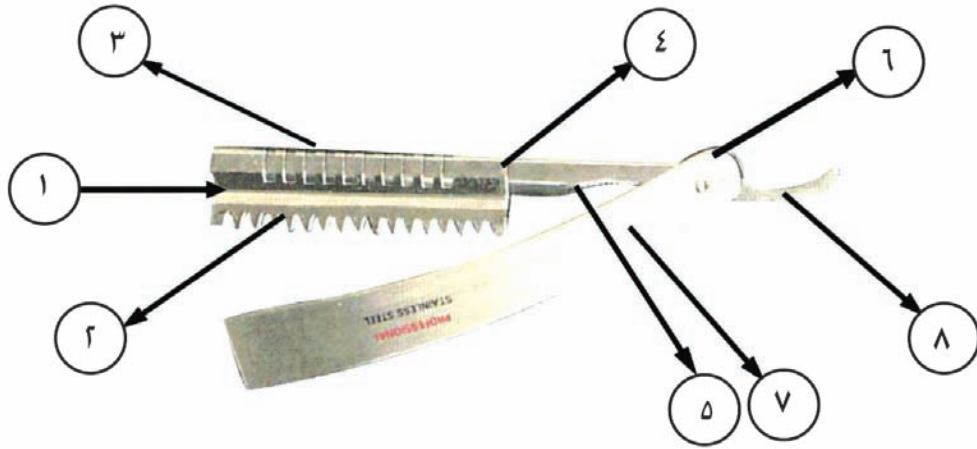
(٦) مسمار الارتكاز: يربط بين مقبض الموسى، والقسم الذي يحتوي على الشفرة والغطاء الواقى.

(٧) الذراع: اليد التي يمسك بها الموسى.

(٨) قاعدة الارتكاز: يرتكز عليها إصبع الخنصر.

يتوافر الموسى أو الشفرة المغطاة على شكلين:

- موسى الشفرة ذو الحدين: تستعمل فيه شفرة حلاقة كاملة، ومن كلا الجهتين.
- موسى الشفرة ذو الحد الواحد: يستعمل فيه نصف شفرة من جهة واحدة.



الشكل (٧-٢): أجزاء موسى الحلاقة.

استعمالات أمواس قص الشعر وشفراتها: تستعمل هذه الأمواس لتخفيف الشعر وقصّه في آن واحد، وتحدّد المنطقة التي يجب أن تتمّ فيها عملية التخفيف حسب نوع الشعر، على أن يكون تخفيف الشعر الكثيف المتموّج بعيداً عن جذوره، ويتمّ تخفيف الخصلة من الخارج (سطح الخصلة)، أمّا في حالة الشعر الناعم، فيتمّ قصّه وتخفيفه قريباً من فروة الرأس ممّا يجعل الشعر القصير داعماً للشعر المجاور، ويظهر الرأس على نحو أكبر حجماً، ويتمّ قصّ الشعر من المنتصف الداخلي لخصلة الشعر.

## طريقة مسك موسى الحلاقة

تمرين

٢-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:



- تمسك موسى الحلاقة بالطريقة الصحيحة.


### المعلومات الأساسية

يساعد استعمال الموسى بالطريقة الصحيحة على إتقان أشكال القصّ والسيطرة عليه في أثناء العمل.

مستلزمات تنفيذ التمرين

المواد اللازمة	الأدوات والتجهيزات
- (كحول إثيلي ٧٠٪)، محاليل التعقيم والتطهير، وقطن.	- موسى حلاقة، وشفرات، ومشط، ومريول القصّ، جهاز التعقيم.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	امسك الموسى بالطريقة الصحيحة، مبعداً أصابعك عن الحافة الحادة، كما في الشكل (١).	١
	ارفع غطاء الشفرة، وانزع الشفرة القديمة بإصبعي الإبهام والسبابة، ثم أدخل الشفرة الجديدة في المكان الصحيح، وادفع نهايتها بإصبعك، وابدأ بالعمل.	٢
	امسك الموسى، كما في الشكل (٢).	٣

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>٤ امسك المشط والموسى معاً في راحة يديك في أثناء تمشيط الشعر، كما في الشكل (٣).</p>	
	<p>٥ كرّر الخطوات السابقة على سائر خصل الشعر.</p>	
	<p>٦ طهّر الأدوات المستعملة، وعقمها في جهاز التعقيم، ثم غلفها، واحفظها في المكان المخصّص بالطريقة الصحيحة.</p>	

## تمارين ممارسة

طبّق مسك موسى الحلاقة بأشكاله المختلفة بالطريقة الصحيحة.

- اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ التمرين.
- قيّم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

### آلات الحلاقة ٣

تعدّ آلات الحلاقة (Clipper) إحدى أدوات قصّ الشعر وهي الأكثر استعمالاً في صالونات الحلاقة للرجال، وتكون بأشكال وأنواع مختلفة، كما في الشكل (٢-٨)، وهي إما يدوية تقليدية، وإما كهربائية ذات قياسات متعدّدة من الشفرات حسب حاجة القصّ، كما أنّ بعضها يُشحن في قاعدة خاصّة متّصلة بالتيار الكهربائي، وبعضها الآخر تعمل بالبطاريات الجافّة، وهناك اعتقاد خطأ بأنّ الموسى أو آلة الحلاقة المستعملة لتنظيف الرقبة، كما في الشكل (٢-٩)، تساعد على نموّ الشعر بشكل أكثر على الرقبة، وهذا غير صحيح؛ لأنّ عدد بصيلات الشعر ثابتة، فهي تزيد من سُمك الشعرة فقط.



الشكل (٢-٨): آلات الحلاقة وأجزاؤها.



الشكل (٢-٩): تنظيف الرقبة بالآلة الكهربائيّة.

ابحث في المصادر المتاحة لك عن طرق الصّحة والسلامة التي يجب اتباعها عند تطهير أدوات القصّ الحادّة وتعقيمها، ثمّ دوّن ما تتوصّل إليه في بحث، وناقشه مع زملائك بإشراف المعلم.

#### ٤ الأمشاط

الأمشاط (Combs): من الأدوات المهمّة والأساسيّة وتستخدم بكثرة في العمليات التجميليّة للشعر، ومنها عملية قصّ الشعر، وتباين الأمشاط في الفراغات الكائنة بين أسنانها كما تباين في عرضها وطولها، فتستخدم الأمشاط الكبيرة للتحكّم في الشعر الغزير، والأمشاط الصغيرة لمقاربة الأسنان لقصّ أجزاء صغيرة من الشعر، كما تستخدم الأمشاط الأكبر حجمًا التي تكون المسافة بين أسنانها أكثر تباعدًا لتخفيف الضغط على الشعر عند توزيعه، ويعطي



هذا النوع خطوطًا أكثر نعومة، وتستخدم الأمشاط ذات المقبض الرفيع والأسنان الرفيعة المقاربة بشكل متكرّر لمختلف مهارات الشعر، وتتوافر بأشكال وحجوم متعدّدة، كما في الشكل (٢-١٠)، ويجب تنظيفها وتطهيرها والعناية بها بالطريقة الصحيحة.

الشكل (٢-١٠): الأمشاط.

#### ٥ الملاقط المستعملة في قصّ الشعر

تعرفت الملاقط (Clips). بمختلف أشكالها وأنواعها في الوحدات السابقة، حيث تستخدم لتثبيت أجزاء من الشعر قبل البدء بعملية قصّ الشعر وغيرها، ولا بدّ من تقسيم الشعر لتسهيل عملية قصّه، وهي سهلة الاستعمال وحجومها مختلفة ومتعدّدة الألوان، كما أنّ بعضها

بلاستيكي الشكل، كما في الشكل (٢-١١)، وبعضها الآخر مصنوع من المعدن، كما في الشكل (٢-١٢)، ذي الشعبة الواحدة والشعبتين.



الشكل (٢-١٢): الملاقط المعدنية.



الشكل (٢-١١): الملاقط البلاستيكية.

### نشاط (٢-٢): تطهير أدوات القَصّ وتعقيمها

مستعيناً بدراستك و وحدة (التطهير والتعقيم)، اكتب تقريراً عن أسماء الموادّ المستعملة في تطهير أدوات قَصّ الشعر السابقة وتعقيمها، موضحاً فيه نسبة تركيز كلّ منها. يمكنك تنظيم ذلك في جدول خاصّ وعرضه أمام زملائك بإشراف معلّمك.



الشكل (٢-١٣): ورق الرقبة الصّحي.

### ٦ ورق الرقبة الصّحي

لقّة من الورق المعقّم يصل طولها الى ١٠ أمتار تقريباً وعرضها بحدود ٢ إنش، (أو ٥ سم)، (علماً بأن الإنش يساوي ٢,٥ سم)، وهي مقسّمة إلى أجزاء، كما في الشكل (٢-١٣)، وطول كلّ منها ٣٠ سم، ويمكن مدّها إلى أكثر من ذلك لمطاطيّتها، وتوضع على رقبة الزبون

لتحيط بحافة فتحة ثوب إكساء القَصّ، تفادياً للامسة هذه الفتحة رقبة الزبون لاستعمالها المتكرّر.

## ٧ الثوب الواقي للقصّ

يستعمل الثوب الواقي (Protection Cap) عند إجراء عملية قصّ الشعر؛ لحماية ملابس الزبون من سقوط قصاصات الشعر عليها، ويختلف تصميم الثوب الواقي؛ فيمكن أن يصمّم بعدة أشكال، كما في الشكل (٢-١٤)، فيكون طويلاً كاسياً، أو دائرياً، أو بشكل مريول



ذي أكمام واسعة يرتديه الزبون، ويكون خفيف الوزن، ويصنّع إمّا من النايلون، وإمّا من القماش القطني ناعم الملمس؛ كي لا تلتصق عليه قصاصات الشعر، وللعناية بالثوب الواقي، يجب إزالة الشعر عنه أولاً، والمحافظة عليه نظيفاً، ووضعه في مكانه المخصّص.

الشكل (٢-١٤): أشكال ثوب القصّ.

## ٨ القبة الخاصّة بالقصّ

توضع القبة الخاصّة بالقصّ، كما في الشكل (٢-١٥)، فوق الثوب الواقي، وتثبت على كتفي الزبون، وتصنّع من الجلد السميك، وأحياناً يرسم على بعض منها خطوط القصّ المستقيمة والمنحنية التي تستعمل دليلاً عند قصّ الشعر، وهي أداة ارتكاز للشعر الطويل عند قصّه قصّة الطول الواحد أو عند تحديد أطرافه.



الشكل (٢-١٥): القبة الخاصّة بالقصّ.

وللحفاظ عليها، يجب عدم طيّها منعاً لتمرّقها، وتنظّف بعد كلّ استعمال بحيث يزال الشعر العالق عنها، ويتمّ مسحها وتطهيرها، ثمّ تجفّف لحين الاستعمال وتحفظ.

## ٩ فراشي تنظيف الرقبة

لعلك تلاحظ - بعد إجراء قصّ الشعر - وجود بعض قصاصات الشعر الصغيرة الملتصقة برقبة الزبون؛ لذا، تتمّ إزالتها بفرشاة مصنوعة من شعر ناعم طويل متعدّدة الأشكال وتكون بيد خشبيّة أو بلاستيكيّة، كما في الشكل (٢-١٦/أ)، وقد تكون بفتحة من الأسفل، كما في الشكل (٢-١٦/ب)، وتوضع فيها البودرة التي تسهّل إزالة القصاصات عن الرقبة .



الشكل (٢-١٦/ب): فرشاة البودرة.



الشكل (٢-١٦/أ): فرشاة بيد خشبيّة.

## نشاط (٢-٣): تكنولوجيا أدوات القصّ

ابحث بوساطة شبكة الإنترنت عن آخر ما توصلت إليه التكنولوجيا في صناعة أدوات قصّ الشعر، ودوّنه ببحث، واعرضه على زملائك بإشراف معلّمك.



## الأسئلة

- ١- عدّد الأدوات المستخدمة في القصّ.
- ٢- علّل ما يأتي:
  - أ- عدم جواز استعمال مقصّ الشعر في قصّ الورق.
  - ب- يُصنّع الثوب الواقى من الأقمشة الناعمة.
- ٣- لِمَ يوضع طرف غطاء السلامة للشفرة؟
- ٤- لِمَ يمشط الشعر بـممشط ذي أسنان ناعمة بعد عملية التخفيف؟
- ٥- قارن بين المقصّ والموسى من حيث:
  - أ- أداء كلّ منهما.
  - ب- طرائق العناية بهما.

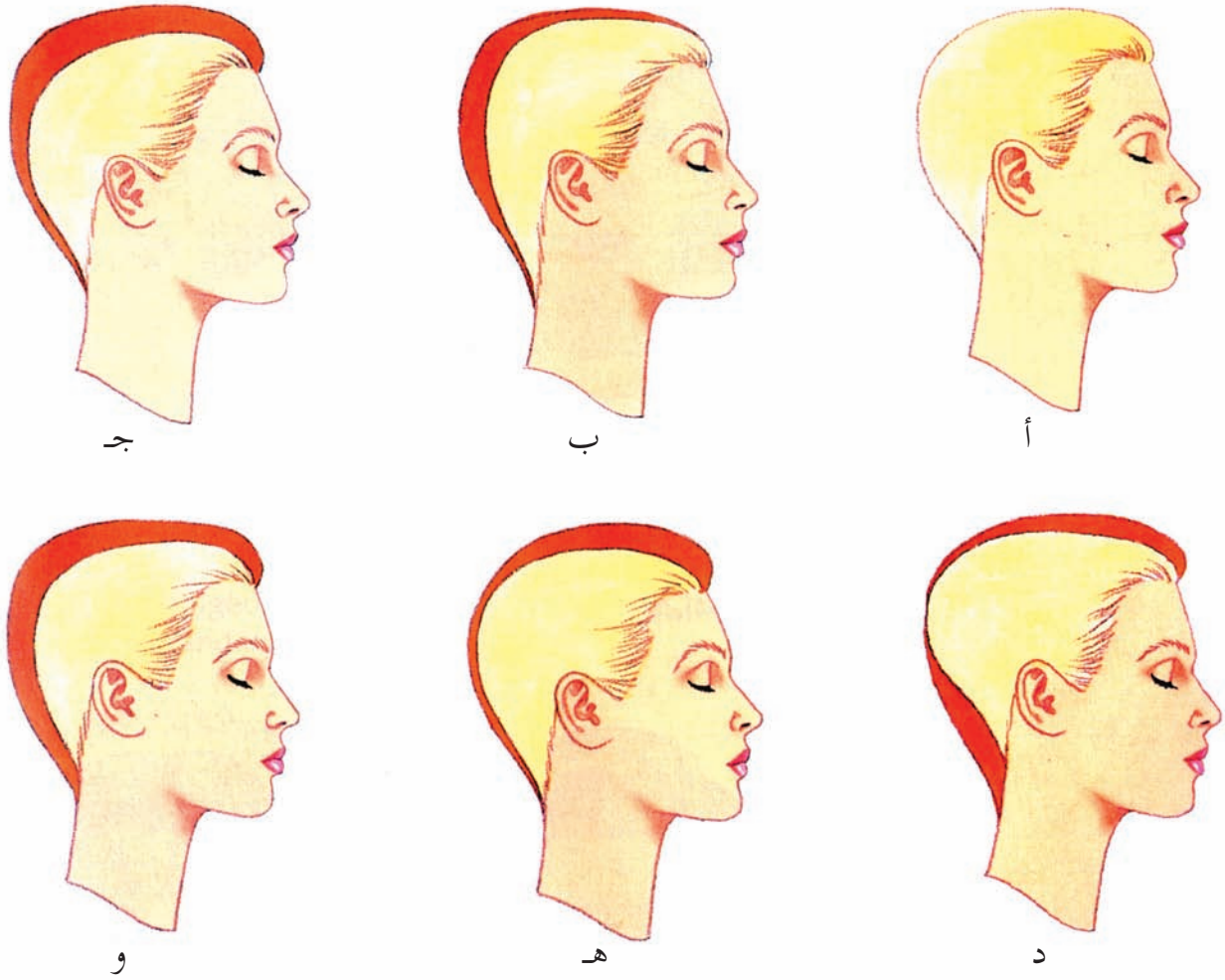
يعتمد قص الشعر على أسس مهمة تساعد على اختيار القصّة المناسبة، ويجب مراعاتها قبل المباشرة بتنفيذ عملية القصّ، ومنها الآتي:

### ١ اختيار قصّة الشعر

قبل أن يبدأ المزيّن تنفيذ عملية القصّ، عليه أن يراعي الأسس الآتية:

أ - نوع الشعر وبنيته: تعرّفت من خلال دراستك السابقة أنواع الشعر (Hair Types) ومكوّناته، لذلك قد يختلف نوع الشعرة باختلاف شكل جذعها وتكوينه، كأن يكون جذعها سميكًا، أو خشنًا، أو ناعمًا، أو أملس، أو متموّجًا بدرجات متفاوتة، وبما أنّ مظهر الشعر يعطيك مؤشرًا على حالته ووضعها؛ فيجب أن يُعامل الشعر في عملية القصّ حسب نوعه، وحالته، ومناسبته للقصّة المطلوبة.

ب - شكل الجمجمة: يؤثر شكل الرأس وتركيب مسطّحاته، كما في الشكل (٢-١٧)، في الشكل النهائي للتسريحة؛ لذا، على مصمّم قصّة الشعر أن يلاحظ بعناية شكل رأس الزبون، ثم يرسم بذهنه شكلًا بيضويًا تقريبيًا (الشكل المثالي للرأس)، كما في الشكل (٢-١٧/أ)، فإذا كان شكل الرأس مفلطحًا خلف قمّة الرأس، كما في الشكل (٢-١٧/ب)، فإنّ ذلك يستوجب طريقة معيّنة في القصّ ليبدو الرأس أكثر استدارة، كما ينبغي مراعاة اتجاه منابت الشعر على فروة الرأس، فأحيانًا تتوافر مناطق يكون اتجاه منابت الشعر فيها غير اتجاه منابت سائر الشعر على فروة الرأس، وغالبًا ما تكون هذه المناطق في مقدّمة الرأس، كما في الشكل (٢-١٧/ج)، أو على الجانبين، أو في مؤخّرة فروة الشعر عندها يكون الرأس منبسطًا في محيطه الدائري، أمّا إذا كانت قمّة الرأس بارزة، كما في الشكل (٢-١٧/د)، فيجب أن يخفّف الشعر ليبدو أقلّ بروزًا، وعندما يكون الرأس منبسطًا في القمّة، كما في الشكل (٢-١٧/هـ)، فيجب أن يُعدّل حجم الشعر وكثافته حتى يملأ المنطقة المنبسطة، وفي حال كان الرأس صغيرًا، كما في الشكل (٢-١٧/و)، فيجب أن يكون مظهر الشعر أكثر كثافة.



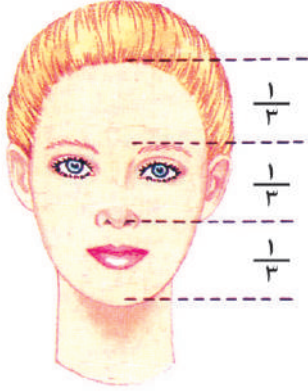
الشكل (٢-١٧): مسطحات الرأس.

### للمناقشة

ناقش مع زملائك وبإشراف معلّمك أشكال الرأس المتعدّدة، وطريقة اختيار القصّة المناسبة لكلّ شكل، مستعيناً بقصّات آخر خطوط الموضة.

ج- شكل الوجه: قبل التخطيط لعمل قصّة الشعر من المهمّ الأخذ بعين الاعتبار شكل الوجه

وحجم الرأس، للوصول إلى شكل الوجه المثالي (البيضاوي)، حيث يقسّم الوجه إلى ثلاث مناطق متساوية، من خطّ منبت الشعر عند الجبهة إلى الحاجبين، ومن أسفل الحاجبين إلى أسفل الأنف، ومن أسفل الأنف إلى الذقن، كما في الشكل (٢-١٨)، ويؤثّر شكل الوجه في طول الشعر وغازاته اللازمة عند اختيار القصّة المناسبة.



الشكل (٢-١٨): تقسيم الوجه.

وبشكل عام علينا دراسة الوجه لمعرفة زيادة كثافة الشعر في المناطق المسطّحة وتقليل كثافته في المناطق الممتلئة، وذلك كما يأتي:

١. الوجه البيضاوي: تعرّفت سابقاً أنّ الوجه المثالي تناسبه القصّات والتسريحات المختلفة، ونادراً ما نجد صعوبة في اختيار القصّة المناسبة له.

٢. الوجه المربّع والمستدير: حتى يُمنح هذا الوجه الشكل البيضاوي، يمكن تصميم القصّة بشكل ممتلئ في قمّة الرأس مع عمل خصلات من الشعر عند الصدغين وخطّ الفكّين للوجه المربّع، ولمنح الوجه شكلاً أضيّق عند الجانبيين، ولتخفيف حدّة الاستدارة في الوجه الدائري.

٣. الوجه المستطيل: يجب اختيار قصّة تحدّ من استطالة شكل الوجه المستطيل، وذلك بعمل خصلات قليلة لتغطية جزء من الجبهة، ويكون فرق الشعر؛ إمّا من الوسط وإمّا من الجنب، وللتخفيف من طول الوجنتين، يمكن قصّ خصلات الشعر لتغطية المحيط الخارجي للوجه؛ لأنّه يعمل على امتلاء الجانبيين ويظهر أقلّ طولاً وأكثر بيضاويّاً.

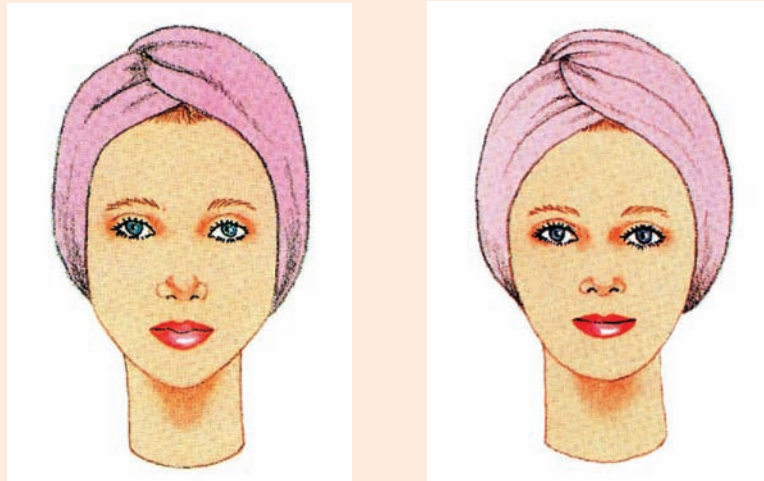
٤. الوجه المثلث أو الكمثري: يتّسم هذا الوجه بضيق عند الجبهة والصدغين واتساع عند خطّ الفكّين، وحتى يبدو قريباً من الوجه البيضاوي يجب اختيار قصّة ممتلئة في الأعلى وعمل خصل خفيفة جداً على الجبهة؛ لتبدو أكثر اتساعاً، مع تجنّب تقصير الشعر عند الفكّين، وعمل خصل قريبة من خطّ الفكّين أو أكثر قليلاً مع تدرّج في الشعر؛ لإعطاء الحركة البسيطة فيه وليبدو أكثر ضيقاً.

٥. الوجه المثلث المقلوب أو على شكل قلب: وشكل هذا الوجه متسع عند الجبهة وضيق عند الذقن؛ لذا، يمكن قص الشعر بحيث يعطي امتلاءً عند الذقن والفكين، وتغطية أجزاء من الجبين بخصل صغيرة؛ لإخفاء عرضه.

٦. الوجه بشكل المعين: يتميز بضيق في الجبهة والذقن واتساع عند عظم الوجنتين، وليبدو قريباً من الوجه البيضوي، يجب أن تكون قصّة الشعر ممتلئة من الأعلى وتغطي الوجنتين والأذنين.

### نشاط (٢-٤): اختيار القصّات المناسبة لأشكال الوجوه

مستفيداً من دراستك أشكال الوجوه السابقة، اختر القصّة المناسبة لكل شكل من أشكال الوجوه الآتية مع ذكر السبب، ثم ناقش ذلك مع زملائك بإشراف معلّمك:



د - **قائمة الجسم:** إلى جانب شكل الوجه فإنّ من المهمّ أن تدرك تأثير قائمة الجسم في اختيار قصّة الشعر، فالجسم الممتلئ الطويل لا يناسبه الشعر القصير المتدرّج، وقد يناسبه أكثر الشعر المتوسّط الطول والمتدرّج، والجسم النحيل القصير قد لا يناسبه الشعر المتموّج (المتجعّد)، كما أنّ الجسم المتوسّط الطول والممتلئ قد يناسبه أطوال الشعر جميعها، لذلك على المزيّن أن يراعي الأمور الآتية:

١. طول العنق: إذا كان الزبون ذا عنق طويل، فإنّ القصّة التي تناسبه يكون فيها طول الشعر مالئاً الفراغ حول العنق.

٢. عرض العنق: إنّ خطوط العنق التي تأخذ شكل الرقم ٧ تجعل الأنظار تتّجه نحو مركز العنق ممّا يعطي إحساساً بأنّ العنق أقلّ عرضاً، أمّا إذا كانت الخطوط أفقيّة فإنّها تلفت الأنظار للجانبين العنق فتعطي إحساساً بعنق أعرض، لذلك يقصّ الشعر بحيث يعطي طولاً للعنق أو يخفي جزءاً من العرض.

## فكر

يفضّل اختيار القصّات القصيرة المرتفعة للأشخاص ذوي العنق القصير.

هـ - **العمر:** تختلف قصّات الشعر حسب الأعمار، لذلك يجب اختيار القصّة المناسبة حسب العمر؛ فأشكال القصّات للمراهقين تختلف كلياً عنها للسيدات المتقدّمات في العمر، وتختلف كذلك عن أشكال قصّات الأطفال، وهكذا.

و - **الموضة وطبيعة العمل:** يلجأ الكثير من الزبائن إلى البحث عن الموضة لذلك نجد أنّ الموضة المتبعة من أبرز العوامل التي تفرض على المزيّن أسلوب قصّ الشعر، فالمرأة العاملة تختلف عن غير العاملة، ولذلك فهي تحتاج إلى قصّات سهلة التسريح ولا تحتاج إلى وقت طويل، كما أنّ نوع العمل يفرض على المزيّن توجيه النصّح للزبون لاختيار قصّة تتفق مع رغبته، ومتطلّبات العمل، والموضة، كما في الشكل (٢-١٩).



الشكل (٢-١٩): قصّات شعر متنوّعة.

### دراسة حالة

سألت الزبون هبة عن مزينة تمتاز بالكفاءة في قصّ الشعر فنُصحت بالمزينة بيان، التي تعمل في أحد الصالونات، وطلبت الزبون هبة أن تغيّر شكل قصّة الشعر حسب ما يتناسب مع وجهها، علمًا أنّ شكل وجهها مستطيل، فاخترت بيان شكل قصّة الطول الواحد ولم تُغطّ خطّ الفكّين، وعند تسريح الشعر، فإنّه لم ينل رضا الزبون.  
بعد اطلاعك على هذه المعلومات، ناقش الآتي:

- إذا حضر لديك زبون بمواصفات هبة، فكيف تختار له قصّة الشعر؟
- في هذه الحالة، كيف يمكن تصحيح الخطأ الذي وقعت فيه المزينة بيان؟
- ما النصائح التي يمكن أن تقدّمها للمزينة والزبون كي لا تتكرّر مثل هذه الأخطاء؟

ز - غزارة الشعر: غزارة الشعر (Density hair) ومظهره من الأمور المهمّة التي يجب مراعاتها عند اختيار قصّة الشعر، وهي تختلف من شخص إلى آخر، وعلى المزيّن اختيار القصّة التي تناسب مع طبيعة هذا الشعر، فالشعر الغزير تناسبه أشكال القصّات المتدرّجة ويمكن استعمال مقصّ التخفيف لتخفيف غزارته، بحيث يكون التخفيف بعيداً عن فروة الرأس، أمّا إذا كان الشعر قليل الغزارة فيجب اختيار القصّات ذوات الأطوال القصيرة حتى يظهر على نحو أكثر غزارة.

## أسس تنفيذ القصّ

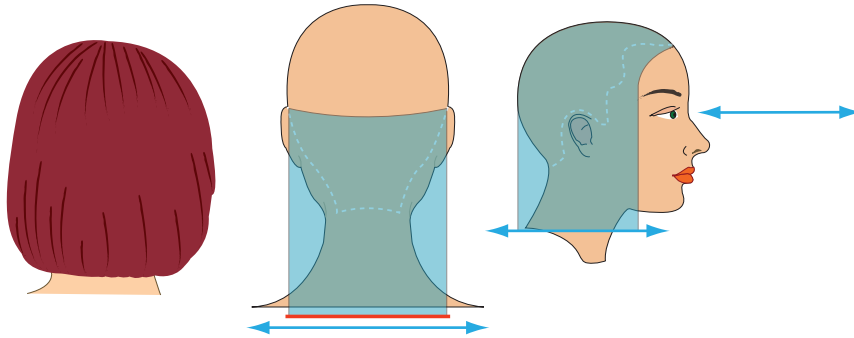
٢

من الأهميّة قبل البدء بعملية القصّ أن تتعرّف الأسس التي يجب على المزيّن أن يتبعها حتى يُقصّ الشعر بموجبها، ومنها الآتي:

أ - الخطوط: الاتجاهات الهندسيّة التي يتمّ تطبيقها في أثناء تنفيذ عملية القصّ، ومنها الآتي:

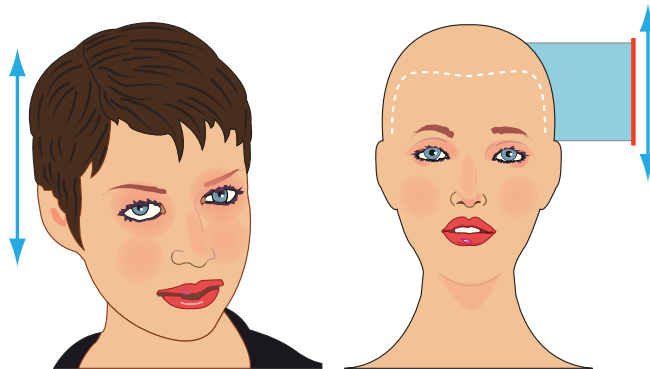
١. خطوط مستقيمة: تتوافر بالأشكال الآتية، وتقسّم إلى:

- الخطوط الأفقيّة، كما في الشكل (٢-٢٠).



الشكل (٢-٢٠): الخطوط الأفقيّة.

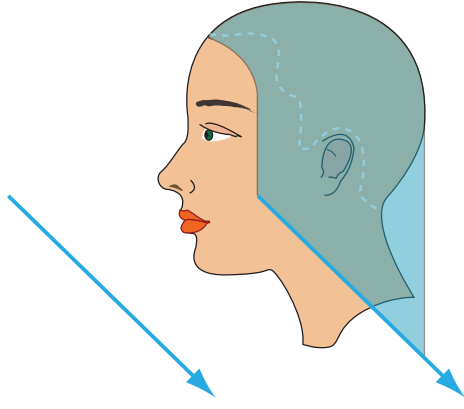
- الخطوط العموديّة، كما في الشكل (٢-٢١).



الشكل (٢-٢١): الخطوط العموديّة.

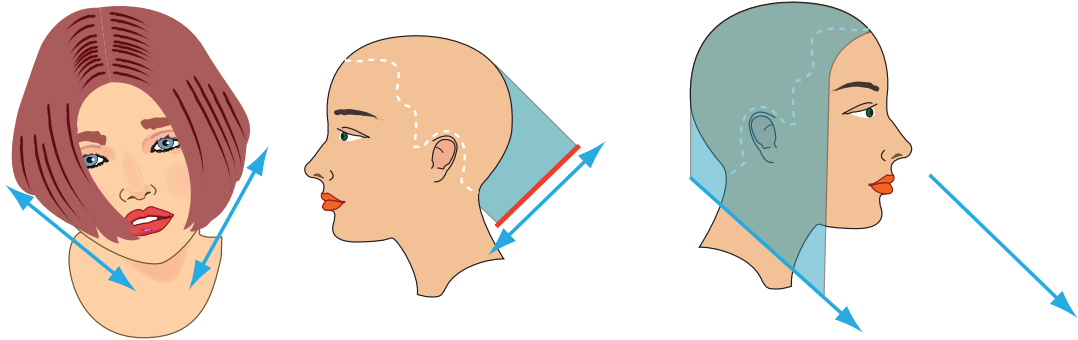


- الخطوط المائلة، وهي على شكلين:  
- خطّ مائل مستقيم إلى اليسار، كما في الشكل (٢-٢٢).



الشكل (٢-٢٢): خطّ مائل لليسار.

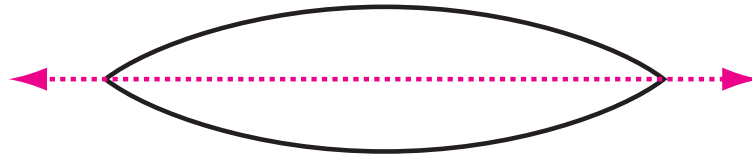
- خطّ مائل مستقيم إلى اليمين: كما في الشكل (٢-٢٣).  
تستعمل هذه الخطوط لتحديد شكل كلّ من القصّة والتسريحة.



الشكل (٢-٢٣): خط مائل لليمين.

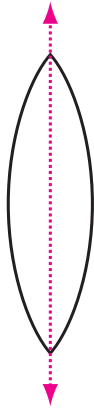
- ٢. خطوط منحنية: تشير إلى درجتي العمق والكثافة، وتنقسم الخطوط المنحنية إلى ثلاثة أشكال، هي:

- الخطوط الأفقيّة المنحنية، كما في الشكل (٢-٢٤).



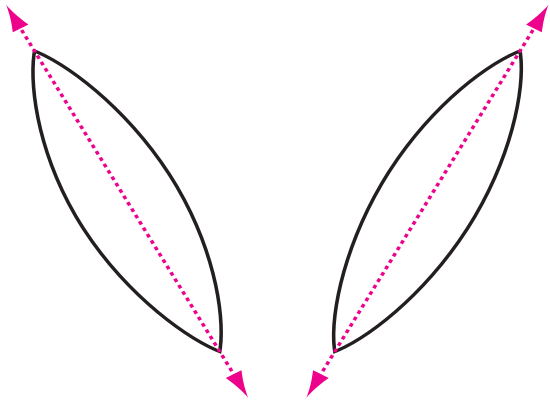
الشكل (٢-٢٤): الخطوط الأفقيّة المنحنية.

- الخطوط العمودية المنحنية، كما في الشكل (٢-٢٥).



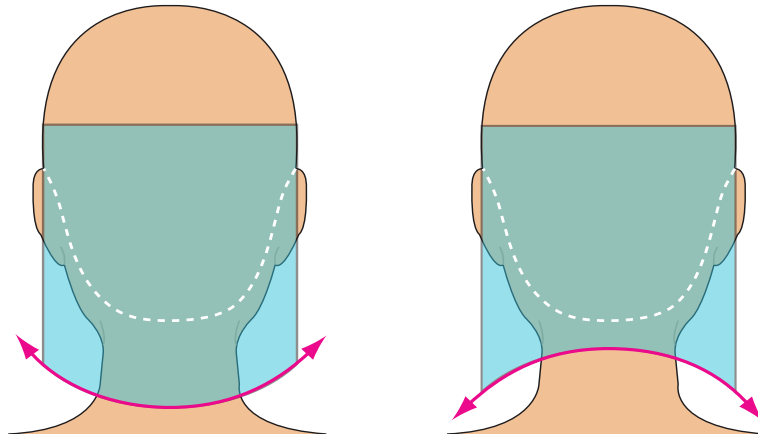
الشكل (٢-٢٥): الخطوط العمودية المنحنية.

- الخطوط المائلة المنحنية على شكلين: خطّ مائل منحنٍ إلى اليسار، وخطّ مائل منحنٍ إلى اليمين، كما في الشكل (٢-٢٦).

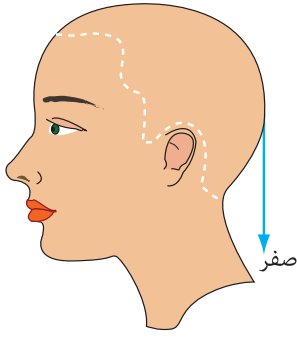


الشكل (٢-٢٦): الخطوط المائلة المنحنية.

- الخطّ المائل المنحني يأخذ شكل حرف U أو شكلاً محدّباً ومعنى ذلك أن طول الشعر في الجانبين أقلّ من أوسطه، أو يكون الخطّ المنحني بشكل مقعّر ويعني ذلك أن يكون الشعر في الجانبين أكثر طولاً من أوسطه، كما في الشكل (٢-٢٧).



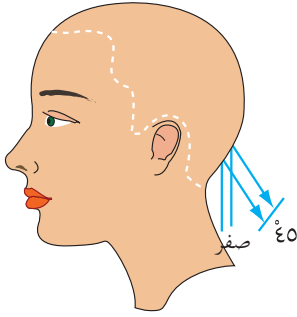
الشكل (٢-٢٧): الخطّ المنحني على شكل حرف U.



الشكل (٢٨-٢):  
الزاوية صفر.

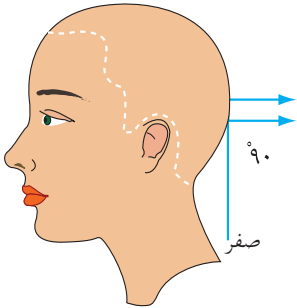
ب- الزوايا: تنتج الزوايا في عملية القصّ عن ارتفاع خصلة الشعر واتجاهها مع فروة الرأس، إذ إنّ النتيجة النهائية لشكل القصّة تعتمد على مقدار هذه الزوايا التي تنقسم إلى أربعة أنواع في عملية القصّ، وهي كما يأتي:

١. الزاوية بدرجة صفر: وتكون خصلة الشعر باتجاه الرقبة وملاصقة لفروة الرأس، كما في الشكل (٢٨-٢)، وهذه الزاوية تطبّق على قصّة الطول الواحد (الكاريه).



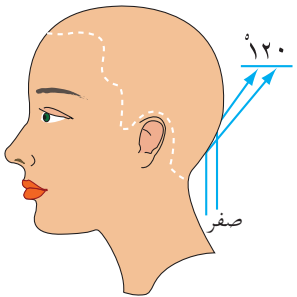
الشكل (٢٩-٢):  
الزاوية الحادّة.

٢. الزاوية الحادّة (أقلّ من  $90^\circ$ ): تكون خصلة الشعر عند قصّها بزاوية  $45^\circ$  أو أقلّ، كما في الشكل (٢٩-٢)، وعند تنفيذها، نحصل على طبقات تسمّى طبقات متدرّجة وتكون الطبقة السفليّة أطول من الطبقة العلويّة.



الشكل (٣٠-٢):  
الزاوية القائمة.

٣. الزاوية القائمة ( $90^\circ$ ): تكون خصلة الشعر عند قصّها بخطّ أفقيّ مستقيم حسب فروة الرأس، كما في الشكل (٣٠-٢)، وتسمّى طبقات موحّدة الأطوال.



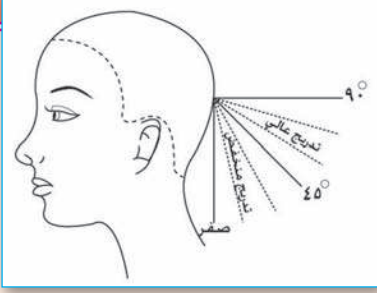
الشكل (٣١-٢):  
الزاوية المنفرجة.

٤. الزاوية المنفرجة (أكثر من  $90^\circ$ ): تكون خصلة الشعر عند قصّها بزاوية  $120^\circ$  أو أكثر، كما في الشكل (٣١-٢)، وعند تنفيذها، نحصل على طبقات تسمّى طبقات متدرّجة طويلة وتكون الطبقة السفليّة طويلة، واستعمالها في القصّ يحافظ على طول الشعر.

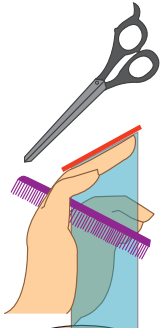


هل تستطيع تحديد مقدار الزاوية المستعملة؟

نشاط (٢-٥): الزوايا

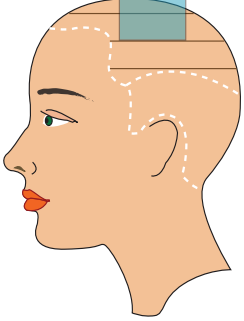


اذكر أشكال التسريحة النهائية التي يمكن الحصول عليها في حال استخدام الزوايا معاً في شكل القصّ، مستعيناً بالشكل المجاور.

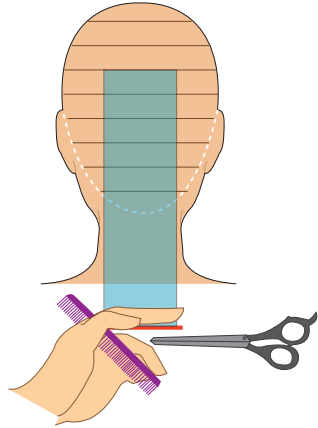


ج- وضعيّة الأصابع: هناك شكلان لوضعيّة الأصابع، يمكن بأحدهما إجراء عمليّة القصّ:

١. القصّ المتوازي: خطّان لا يلتقيان وتستعمل خطوط القصّ المتوازي للحصول على أوضح خطّ لتسريحة، ولا تتوافر نقطة التقاء بين خطّ القصّ بالأصابع وخطّ فروة الرأس وهذا يعني أنّ الخطّين متوازيان، كما في الشكل (٢-٣٢).



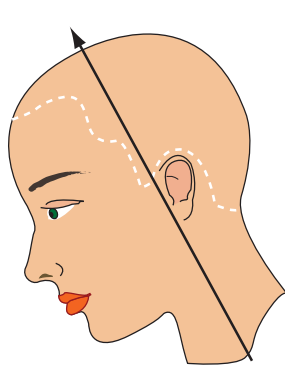
الشكل (٢-٣٢):  
القصّ المتوازي.



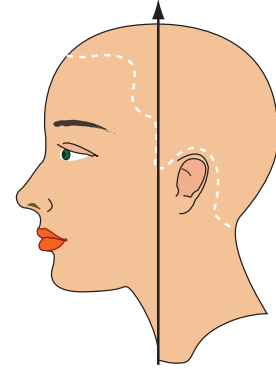
٢. القصّ غير المتوازي: خطّان يلتقيان وتستعمل خطوط القصّ غير المتوازية للحصول على أقصى طول للشعر، كما في الشكل (٢-٣٣).

الشكل (٢-٣٣): القصّ غير المتوازي.

د - وضعيّة الرأس: عند تنفيذ عملية القصّ بالطريقة الصحيحة، يجب مراعاة وضعيّة الرأس، بحيث تكون بشكل قائم وعمودي بين كتفي الزبون، كما في الشكل (٢-٣٤)، وإذا تحرك رأس الزبون إلى الأمام، كما في الشكل (٢-٣٥)، أو إلى الخلف فإنّ زوايا كلّ خصلة على فروة الرأس ستختلف وتختلف معها نتيجة القصّ، ويكون الشعر أكثر طولاً، أو أقصر من الأمام، أو من الخلف حسب الاتجاه ممّا يعطي نتيجة مختلفة عمّا يريده الزبون.

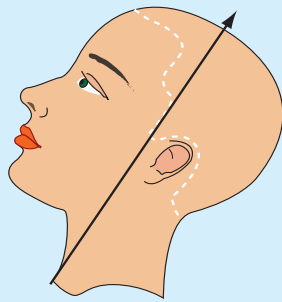


الشكل (٢-٣٥): الرأس منحني للأمام.



الشكل (٢-٣٤): وضعيّة رأس قائم.

### للمناقشة

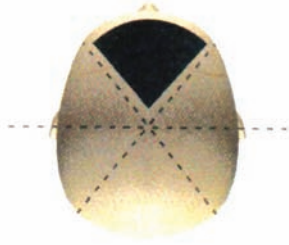


إذا أجريت القصّ وكانت وضعيّة الرأس مائلة للخلف، كما في الشكل المجاور، فما النتائج التي يمكن أن تحصل عليها؟ ناقش ذلك مع زملائك بإشراف المعلم.



الشكل (٢-٣٦): خمسة أقسام.

هـ - تقسيم الشعر: يقسم الشعر إلى عدّة أقسام رئيسة عند تنفيذ عملية القصّ وحسب متطلبات القصّ؛ إذ يقسم الشعر إلى أربعة أقسام، كما في الشكل (٢-٣٦)، أو خمسة أقسام، أو ستة أقسام، كما في الشكل (٢-٣٧)؛ وذلك لتسهيل تنفيذ العمل، وعند البدء في تنفيذ القصّ، يُبدأ العمل في أحد هذه الأقسام حسب



الشكل (٢-٣٧): ستة أقسام.

القصة المطلوبة، فتقسم إلى خصل صغيرة ذات سمك قليل، مع الإشارة إلى القصة المطلوبة، ثم تقسم إلى خصل صغيرة ذات سمك قليل، مع الإشارة إلى أن أول خصلة يتم فيها بدء العمل تسمى دليلاً أو مرشداً؛ ويتم قص باقي الخصل بشكل متناسب مع هذا المرشد أو الدليل، وهو على نوعين:



الشكل (٢-٣٨): الدليل الثابت.

١. المرشد (الدليل) الثابت: عندما تقص الخصلة الأولى، تسمى دليلاً أو مرشداً ثابتاً إذا تحركت أو مشطت خصل الشعر كلها باتجاه الخصلة الأولى، كما في الشكل (٢-٣٨)، ويستعمل هذا الدليل في قصة الطول الواحد (الكاريه).



الشكل (٢-٣٩): الدليل المتحرك.

٢. المرشد (الدليل) المتحرك: خصلة الشعر المقصودة التي تتحرك نحو سائر أجزاء الشعر المراد قصه؛ إذ يؤخذ جزء منها ويتحرك مع كل خصلة جديدة، أي أن كل خصلة تم قصها تكون مرشداً للخصلة التي تليها وهكذا، كما في الشكل (٢-٣٩)، ويستعمل هذا المرشد في قص الشكل المنتظم والمتدرج المتوسط والطويل.

- ١ - حدّد أسس اختيار قصّة الشعر.
- ٢ - ما القصّة المناسبة للوجه المثلث المقلوب؟
- ٣ - علّل ما يأتي:
  - أ - تمشيط الشعر قبل غسله وقصّه.
  - ب - يعدّ طول العنق وعرضه من أسس اختيار القصّ.
  - ج - تخفيف الشعر الناعم قرب فروة الرأس، في حين يخفّف الشعر الخشن بعيداً عنها.
  - د - ضرورة تقسيم الشعر وتثبيتته بالملاقط في أثناء تنفيذ القصّة.
- ٤ - وضح الخطوط المستعملة في الشكل المجاور.

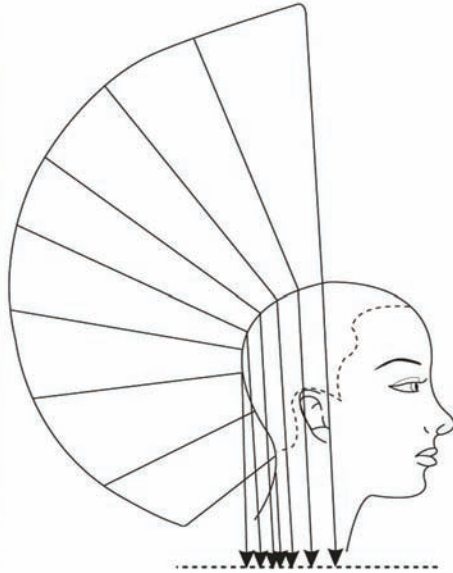


## رابعًا أشكال قصّات الشعر

ذكرنا سابقًا أنّ أشكال قصّات الشعر المتعدّدة تختلف باختلاف الشعر غزيرًا كان أم خفيفًا، وأملس أم متموّجًا، بالإضافة إلى المستوى الاجتماعي، وطبيعة العمل، وشكل وجه الزبون، وتقبّله خطوط الموضة، ومن أشكال هذه القصّات الآتي:

### ١ قصّة الطول الواحد ( الكاريه )

تبيّن الصورة التخطيطيّة لقصّة الطول الواحد أنّ وزن الشعر يتركز على طول الخطّ السفلي، حيث تعتمد هذه القصّة على قصّ الخطوط الخارجيّة للشعر، وتُقصّ بخطوط أفقيّة متوازية وبزاوية صفر، كما في الشكل (٢-٤٠)، ويستخدم فيها المرشد الثابت فيكون الشعر طويلًا في قمة الرأس وقصيرًا في أسفل الرقبة، وتعدّ هذه القصّة من القصّات التقليديّة، كما يتوافر شكل آخر لقصّ الكاريه، هو القصّة المزدوجة (مزج الأشكال)، وفيها يتمّ دمج شكلين (أو أكثر) من أشكال القصّات السابقة معًا لتُشكّل القصّة الجديدة، وهذا المزج يخلق لدينا أشكالًا وتصاميم مختلفة لقصّات الشعر، كقصّ الشعر الكاريه المائل، وقصّ الكاريه المتدرّج.



الشكل (٢-٤٠): قصّة الطول الواحد (الكاريه).



## قصة الطول الواحد (الكاريه)

تمرين

٣-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تقصّ الشعر بالطول الواحد (الكاريه).

### المعلومات الأساسية

يتبع المرشد الثابت الزاوية (صفر<sup>٥</sup>) في عملية تنفيذ قصّ الشعر بالطول الواحد (الكاريه).

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
- الثوب الواقعي، وقبة القصّ، ومقصّ عادي، وملاقط بلاستيك، وفرشاة تنظيف رقبة، ومنشفة، ومشط. - جهاز التعقيم.	- موادّ غسيل الشعر، ومادّة مطهّرة (كحول إثيلي ٧٠٪)، وقطن. - ورق الرقبة الصحيّ.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	جهّز نفسك بالطريقة الصحيحة.	١
	اغسل شعر الزبون كما في تمرين غسيل الشعر.	٢
	ضع ورق الرقبة الصحيّ حول رقبة الزبون.	٣
	ألبس الزبون ثوب القصّ.	٤
	ضع قبة القصّ على كتفي الزبون.	٥
	قسّم الشعر، كما في الشكل (١)، إلى أربعة أقسام.	٦
	ثبّت كلّ قسم باستعمال الملاقط البلاستيكيّة، كما في الشكل (٢)، ثمّ ثبّت رأس الزبون بشكل عمودي بين الكتفين.	٧

الشكل (١)



الشكل (٢)

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	مشط الخصلة الأولى، كما في الشكل (٣)، من القسم الأول من الشعر فوق الرقبة للأسفل بزاوية صفر مع فروة الرأس، وامسك المقص بالطريقة الصحيحة.	٨
الشكل (٣)	قص الشعر من الخصلتين الأوليين من القسمين (١ و٢) بخط أفقي مستقيم متوازٍ، وبهذا تكون قد حدّدت الطول المطلوب لشعر الزبون، وتكون هاتان الخصلتان مرشداً ثابتاً لسائر خصل الشعر، كما في الشكلين (٤، ٥).	٩
	نقذ الخطوات (٩-١٠) لسائر الطبقات من خلف الرأس بزاوية صفر؛ لتحصل على طول واحد للجزء الأول، مستعيناً بالمرشد.	١٠
الشكل (٤)	قسّم الجزء من الجانب الأيمن من الرأس إلى خصل صغيرة بخط أفقي مع فروة الرأس وبزاوية صفر، وقصّها مبتدئاً بالخصلة الأولى وبطول خصلة المرشد الأول نفسها، كما في الشكل (٦).	١١
	استمرّ في قصّ الطبقات حتى تنتهي من جزء الجانب الأيمن من الرأس.	١٢
الشكل (٥)		
		
الشكل (٦)		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نفذ الخطوات (١١-١٢) للجزء الجانبي الأيسر، كما في الشكل (٧)، والشكل (٨).	١٣
الشكل (٧)	قارن بين الجانبين؛ لتتأكد أن الأطوال متساوية في الجانبين، كما في الشكل (٩).	١٤
	مشط الشعر بكامله للأسفل، وتخلص من زوائد الشعر بالمقص إن وجدت، كما في الشكل (١٠).	١٥
الشكل (٨)	نظف رقبة الزبون من قصاصات الشعر الزائدة باستعمال الفرشاة الخاصة.	١٦
	أزل قبة القص عن كتفي الزبون.	١٧
الشكل (٩)	فك رباط الثوب الواقى بالطريقة الصحيحة.	١٨
	اشطف شعر الزبون جيّدًا بالماء فقط؛ للتخلص من قصاصات الشعر القصيرة في الرأس.	١٩
الشكل (١٠)	جفف شعر الزبون وسرّحه.	٢٠

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١١)</p>	<p>٢١ اعرض الشكل النهائي للقصّة، كما في الشكلين (١١، ١٢).</p>	
 <p>الشكل (١٢)</p>	<p>٢٢ نظّف مكان العمل جيّدًا .</p> <p>٢٣ طهّر الأدوات المستعملة، وضعها في جهاز التعقيم، ثم غلّفها، واحفظها في المكان المخصّص بالطريقة الصحيحة.</p>	

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- قصّ شعر أحد زملائك أو شعر أحد زبائن المشغل بالطول الواحد.
- قصّ بإشراف معلّمك شعر بعض زملائك قصّات كاريه حديثة ومختلفة، مستعينًا بالإنترنت.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

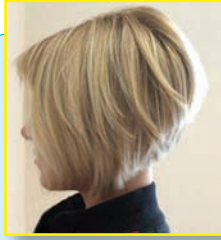
الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## قصة الكاريه المائل

تمرين

٤-٢



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:  
- تقص الشعر قصة الكاريه المائل.

### المعلومات الأساسية

يستعمل المرشد الثابت والمرشد المتحرك في قصة الكاريه ذات الزوايا المتعددة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
- الثوب الواقعي، وقبة القص، والمقص، ومشط، وملاقط بلاستيك، وفرشاة تنظيف رقبة، ومنشفة، وجهاز التعقيم، ومجفف الشعر اليدوي.	- مواد غسيل الشعر، ومادة مطهرة (كحول إثيلي ٧٠٪)، وقطن. - ورق الرقبة الصحي.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 الشكل (١)	نفذ الخطوات (١-٥) من التمرين (٢-٣). قسّم الرأس إلى أربعة أقسام باستثناء الغرّة، كما في الشكل (١).	٦
 الشكل (٢)	ثبت رأس الزبون بشكل عمودي بين الكتفين، كما في الشكل (٢).	٧
	قسّم الجزء الأول (الجزء الخلفي من الرأس) إلى قسمين (يمين، ويسار) وبشكل متساوٍ، حتى تُقسّم إلى أربع طبقات.	٨

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>٩ خذ خصلة منهما تمثل الطبقة الأولى بخطّ أفقي لا يتجاوز سمكها ٣سم، وقصّ الخصلة الأولى في البند (٤) بخطّ أفقي مستقيم، كما في الشكل (٣)، وبزاوية صفر مع فروة الرأس.</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>١٠ خذ خصلة من الطبقة الأولى للجزء اليميني بزاوية ٤٥° بخطّ عمودي مائل، كما في الشكل (٤)؛ لتحصل على أطوال متدرّجة وبهذا تكون قد حدّدت المرشد المتحرّك.</p>	
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>١١ قصّ الطبقة الثانية من القسم الخلفي للجهة اليمنى بزاوية ٩٠° بخطّ مستقيم مائل متوازٍ، مستعينًا بالمرشد المتحرّك، كما في الشكل (٥).</p>	
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>١٢ نفذ الخطوة السابقة للخصلة المجاورة من القسم الخلفي، كما في الشكل (٦).</p>	
 <p>الشكل (٧)</p>	<p>١٣ قصّ الطبقة الثالثة من القسم الخلفي للجهة اليمنى بزاوية أكثر من ٩٠° بخطّ مستقيم مائل، مستعينًا بالمرشد المتحرّك، كما في الشكل (٧).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٨)</p>	<p>١٤ كرّر الخطوة السابقة للقسم الخلفي الأيسر، كما في الشكل (٨).</p>	
 <p>الشكل (٩)</p>	<p>١٥ امسك المقصّ بشكل عمودي، كما في الشكل (٩)، وقصّ برأسه المدبّب أطراف نهايات الشعر؛ لتحصل على أطراف متعرجة متجانسة غير متساوية الأطوال.</p>	
 <p>الشكل (١٠)</p>	<p>١٦ مشط الشعر كاملاً للأسفل وبزاوية صفر، وتخلص من زوائد الشعر بالمقصّ، كما في الشكل (١٠)، وبهذا تكون قد حصلت على طبقات متدرّجة.</p>	
 <p>الشكل (١١)</p>	<p>١٧ مشط الجانب الأيسر إلى أسفل، وبزاوية صفر وبخطّ مائل، ثمّ قصّ الجانب مستعيناً بالمرشد، كما في الشكل (١١).</p>	
	<p>١٨ نفذ الخطوة السابقة للجانب الأيمن.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	مشط الشعر في مقدّمة الرأس (الغُرّة) إلى أسفل الوجه، وحدّد طول الطبقة إلى أسفل الحاجبين، وقصّ الشعر بشكل مستقيم، كما في الشكل (١٢).	١٩
الشكل (١٢)		
	امسك المقصّ بشكل عمودي، وقصّ برأسه المدبّ أطراف نهايات الشعر؛ لتحصل على أطراف مدبّبة متعرجة متجانسة غير متساوية الأطوال عند الغُرّة، كما في الشكل (١٣).	٢٠
الشكل (١٣)		
	خذ الخصلة من قمّة الرأس بزاوية أقلّ من ٩٠°، وقصّ الشعر بخطّ عمودي مائل متواز، مستعينًا بالمرشد المتحرّك، كما في الشكل (١٤).	٢١
الشكل (١٤)		
	نفذ الخطوات (١٦-١٩) من التمرين (٢-٣).	٢٢
الشكل (١٥)		
	جفّف الشعر، وسرّحه؛ لتحصل على الشكل النهائي، كما في الشكل (١٥).	٢٣
	نظّف مكان العمل جيّدًا.	٢٤
	طهّر الأدوات المستعملة، وعقمها في جهاز التعقيم، ثمّ غلّفها، واحفظها في المكان المخصّص بالطريقة الصحيحة.	٢٥



## القَصّ باستعمال آلة الحلاقة

تمرين

٥-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

– تقصّ الشعر قصة الكاريه باستعمال آلة الحلاقة.

### المعلومات الأساسية




تستعمل آلة الحلاقة لتنفيذ القصّات المختلفة مهما اختلف نوع الشعر؛ غزيرًا كان أم خفيفًا، أملس أم مجعدًا، ويفضّل أن يكون الشعر جافًا.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
– الثوب الواقي، وقبة القصّ، وآلة حلاقة، وملاقط بلاستيك، وفرشاة تنظيف رقبة، ومنشفة، ومشط. – جهاز التعقيم.	– موادّ غسيل الشعر، وورق الرقبة الصحي، ومادّة مطهّرة (كحول إثيلي ٧٠٪)، وقطن.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نفذ الخطوات من (١-٥) من التمرين (٢-٣).	
	اطلب إلى الزبون تثبيت رأسه بشكل عمودي بين الكتفين.	٦
	جفّف الشعر؛ لتحصل على شعر جاف.	٧
	مشط الشعر من جانب الرأس إلى الأسفل بزاوية صفر°، وامسك الخصل بإصبعي السبابة والوسطى، ثم قصّ الشعر بخطّ أفقي، كما في الشكل (١).	٨
 <p>الشكل (١)</p>		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="381 596 530 646">الشكل (٢)</p>	<p data-bbox="740 297 1273 563">مشط الشعر من الخلف إلى الأسفل، وثبت الشعر بالمشط، وقص الشعر بخط أفقي امتداداً للخطف الأول، كما في الشكل (٢).</p>	<p data-bbox="1323 297 1351 340">٩</p>
 <p data-bbox="381 978 530 1028">الشكل (٣)</p>	<p data-bbox="740 770 1273 897">أكمل قص الشعر بخط أفقي، كما في الشكل (٣).</p>	<p data-bbox="1323 770 1351 814">١٠</p>
 <p data-bbox="381 1382 530 1432">الشكل (٤)</p>	<p data-bbox="740 1098 1273 1225">قص الشعر بزاوية أقل من ٩٠°، كما في الشكل (٤).</p>	<p data-bbox="1323 1098 1351 1142">١١</p>
 <p data-bbox="381 1786 530 1836">الشكل (٥)</p>	<p data-bbox="740 1524 1273 1782">أكمل قص خصل الشعر من الخلف، كما في الخطوات السابقة، ثم نظف الرقبة باستعمال آلة الحلاقة، كما في الشكل (٥).</p>	<p data-bbox="1323 1524 1351 1568">١٢</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="459 642 604 685">الشكل (٦)</p>	<p data-bbox="816 292 1351 423">١٣ قصّ الغرّة بشكل متعرّج (زكزاك)، كما في الشكل (٦).</p>	<p data-bbox="1389 292 1438 336">١٣</p>
 <p data-bbox="459 1142 604 1185">الشكل (٧)</p>	<p data-bbox="816 749 1351 880">١٤ قصّ الشعر عند قمة الرأس بزاوية ٩٠°، كما في الشكل (٧).</p>	<p data-bbox="1389 749 1438 792">١٤</p>
 <p data-bbox="459 1535 604 1579">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="816 1142 1351 1273">١٥ امسك جوانب الشعر بخط عمودي، وقصّ الخصلة، كما في الشكل (٨).</p> <p data-bbox="816 1273 1351 1404">١٦ نظّف رقبّة الزبون بفرشاة الرقبّة.</p> <p data-bbox="816 1404 1351 1535">١٧ اعرض على الزبون الشكل النهائي للقصّة.</p>	<p data-bbox="1389 1142 1438 1185">١٥</p> <p data-bbox="1389 1273 1438 1316">١٦</p> <p data-bbox="1389 1404 1438 1447">١٧</p>
 <p data-bbox="459 1880 604 1924">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="816 1535 1351 1666">١٨ نفذ الخطوات (١٦-٢١) من التمرين (٢-٣).</p> <p data-bbox="816 1666 1351 1797">٢٢ نظّف مكان العمل جيّدًا.</p> <p data-bbox="816 1797 1351 1928">٢٣ طهّر الأدوات المستعملة، وعقمها في جهاز التعقيم، ثم غلقها، واحفظها في المكان المخصّص بالطريقة الصحيحة.</p>	<p data-bbox="1389 1535 1438 1579">١٨</p> <p data-bbox="1389 1666 1438 1710">٢٢</p> <p data-bbox="1389 1797 1438 1841">٢٣</p>

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- قص بإشراف معلّمك شعر أحد زملائك قصّة الكاريه المائل.
- قص بإشراف معلّمك شعر أحد زملائك قصّة الكاريه مع تدرّج خفيف باستعمال آلة الحلاقة.



- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## قصة المتدرج القصير

يُقَصُّ الشعر القصير بأشكال مختلفة حيث إنه يجمع خطوطاً مختلفة وباستعمال الزاوية من (صفر°-٤٥°) ومرشداً متحرّكاً ومرشداً ثابتاً، ويكون الشعر فوق القبة قصيراً يزداد طوله تدريجياً، كما في الشكل (٢-٤١).



الشكل (٢-٤١): قصة المتدرج القصير.

## قصة المتدرّج القصير

تمرين

٦-٢



يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:  
- تقصّ الشعر قصة المتدرّج القصير.

### المعلومات الأساسية

يُتبع المرشد الثابت والزاوية من (صفر° - ٤٥°) في عملية تنفيذ قصة المتدرّج القصير.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
- الثوب الواقعي، وقبّة القصّ، والمقصّ، ومشط، وملاقط بلاستيك، وفرشاة تنظيف رقبة، ومنشفة. - جهاز التعقيم.	- موادّ غسيل الشعر، ومادّة مطهّرة (كحول إثيلي ٧٠٪)، وقطن. - ورق الرقبة الصحيّ.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نفذ الخطوات من (١-٥) من التمرين (٢-٣).	
الشكل (١)	قسّم الشعر إلى قسمين بحيث تفصل محيط الرأس عن قمّته، كما في الشكل (١).	٦
	اسحب خصلة من القسم الأعلى الخلفي للشعر، وارفعها بزاوية (٩٠°)، كما في الشكل (٢)، حتى تكون خصل الشعر عند قمّة الرأس أطول منها عند الرقبة.	٧
الشكل (٢)		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	امسك الخصلة بين إصبعي السبابة والوسطى، وقصّها؛ لتكون هي المرشد المتحرّك.	٨
الشكل (٣)	اسحب الخصلة الثانية بجانب الخصلة الأولى، ومشطهما معًا كخصلة واحدة، وقصّها بالدرجة نفسها التي تمّ فيها قصّ الخصلة الأولى، كما في الشكل (٣).	٩
	استمرّ في أخذ الخصل إلى الأسفل، وقصّها بخطّ مائل وبزاوية (٤٥°)، كما في الشكل (٤).	١٠
الشكل (٤)	خذ الخصلة القريبة من الرقبة، وارفعها بزاوية (صفر° - أقلّ من ٤٥°)، وقصّها، كما في الشكل (٥)، ثمّ أكمل قصّ سائر الخصل في الجانب الآخر من القسم الخلفي للشعر.	١١
	قصّ الجانب الأيمن بزاوية (٤٥°) وبخطّ عمودي، كما في الشكل (٦)؛ لتحصل على طبقة متدرّجة مع محيط الشعر.	١٢
الشكل (٥)	نقذ الخطوة السابقة للجانب الأيسر.	١٣
		
الشكل (٦)		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="379 600 528 644">الشكل (٧)</p>	<p data-bbox="735 294 1272 556">خذ خصلة من الغرّة، وحدّد طولها بنصل المقصّ مع طول الجانب وبزاوية (صفر°)، كما في الشكل (٧)، ثمّ قصّها.</p>	<p data-bbox="1313 305 1362 338">١٤</p>
 <p data-bbox="379 982 528 1026">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="735 687 1272 950">خذ خصلة أخرى من الغرّة، وارفعها بزاوية أقلّ من (٤٥°)، وقصّها مستعيناً بالخصلة التي قبلها، كما في الشكل (٨).</p>	<p data-bbox="1313 687 1362 720">١٥</p>
 <p data-bbox="379 1386 528 1430">الشكل (٩)</p>	<p data-bbox="735 1168 1272 1365">خذ خصلة من قمة الرأس، وارفعها بزاوية (٤٥°)، وقصّها بخطّ مائل، كما في الشكل (٩).</p>	<p data-bbox="1313 1168 1362 1201">١٦</p>
 <p data-bbox="379 1790 528 1834">الشكل (١٠)</p>	<p data-bbox="735 1474 1272 1747">خذ خصلة من الغرّة وقمة الرأس، وارفعها بزاوية منفرجة أكثر من (٩٠°)، كما في الشكل (١٠)، حتى يكون الشعر أكثر طولاً عند الغرّة.</p>	<p data-bbox="1313 1474 1362 1506">١٧</p>



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١١)</p>	اعرض شكل التسريحة النهائي على الزبون، كما في الشكل (١١).	١٨
	نفذ الخطوات (١٦-٢٢) من التمرين (٢-٣).	١٩
	نظف مكان العمل جيّداً.	٢٠
	طهر الأدوات المستعملة، وعقمها في جهاز التعقيم، ثم غلفها، واحفظها في المكان المخصّص بالطريقة الصحيحة.	٢١

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- قصّ شعر أحد زملائك أو شعر أحد زبائن المشغل قصّة المتدرّج القصير.
- مستعيناً بالإنترنت، ابحث عن أشكال مختلفة و حديثة لقصّة المتدرّج القصير.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

### قصة الشعر المتساوي الأطوال (المنتظم)

٣

تتميز هذه القصة بتساوي أطوال الشعر سواء من الخلف، أم من الأمام، أم من جانبي الرأس، ويعتمد قصّ خصل الشعر على المرشد (الدليل) المتحرّك، وتكون خطوط أطراف الخصل العموديّة والأفقيّة موازية لفروة الرأس وقائمة على الزاوية  $90^\circ$ ، كما في الشكل (٢-٤٢).



الشكل (٢-٤٢): قصة الشعر المتساوي الأطوال (المنتظم).

## قصة الشعر المتساوي الأطوال (المنتظم)

تمرين

٧-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تقص قصة المتساوي الأطوال (المنتظم) باستعمال زاوية  $90^\circ$  والمرشد المتحرك.

### المعلومات الأساسية

يُتبع المرشد المتحرك والزاوية  $90^\circ$  في تنفيذ قصة الشعر المتساوي الأطوال (المنتظم).

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
- الثوب الواقي، وقبة القص، والمقص، ومشط ملاقط بلاستيك، وفرشاة تنظيف رقبة، ومنشفة. - جهاز التعقيم.	- مواد غسيل الشعر، ومادة مطهرة (كحول إثيلي ٧٠٪)، وقطن. - ورق الرقبة الصحي.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	نفذ الخطوات من (١-٥)، كما في التمرين (٢-٣).	
	قسّم الشعر بالطريقة المناسبة؛ خمسة إلى سبعة أقسام.	٦
	ابدأ من مقدمة الرأس بأخذ خصل لا يزيد سمكها على (٢سم)؛ للتمكن من رؤية المرشد المتحرك منها، متسلسلاً بشكل موازٍ لخط الشعر الأمامي.	٧
قص الخصلة الأولى من قمة الرأس وبشكل متوازٍ وبزاوية $(90^\circ)$ ، كما في الشكل (١).	٨	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>٩ تابع قصّ خصل قمة الرأس جميعها، متبّعاً التسلسل نفسه في التقسيم والقصّ، مستعيناً بالمرشد المتحرّك، كما في الشكل (٢).</p>	
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>١٠ اجمع خصلة الشعر من مقدّمة الرأس بزاوية أكثر من (٩٠°)، وقصّ الشعر بخطّ مائل، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>١١ انتقل إلى أحد جانبي الرأس، وقصّ الخصلة الأولى منه، مستعيناً بالمرشد المتحرّك من الجهة الأولى في مقدّمة الرأس وبشكل متوازٍ وبزاوية (٩٠°)، كما في الشكل (٤).</p>	
	<p>١٢ أكمل قصّ خصل الشعر جميعها في الجانب الذي ابتدأت به.</p>	
	<p>١٣ قصّ خصل الشعر في الجانب الآخر من الرأس وبالطريقة نفسها، متبّعاً المرشد المتحرّك وبشكل متوازٍ وبزاوية (٩٠°).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="459 591 601 642">الشكل (٥)</p>	<p data-bbox="811 297 1351 493">١٤ قصّ المحيط الخارجي من الجانبين بشكل عمودي لتحديد خطّ القصّ، كما في الشكل (٥).</p>	<p data-bbox="1389 297 1438 340">١٤</p>
 <p data-bbox="459 978 601 1028">الشكل (٦)</p>	<p data-bbox="811 607 1351 1094">١٥ انتقل إلى خلف الرأس، وابدأ بالجزء الجانبي من إحدى الجهتين في الخلف، واسحب خصلة من هذا الجزء بحيث تبدأ من أعلى القمّة، وادمجها بخصلة أخرى مقصوصة لتكون مرجعاً؛ لتحديد طول الشعر للمرشد الجديد، كما في الشكل (٦).</p>	<p data-bbox="1389 607 1438 650">١٥</p>
 <p data-bbox="459 1362 601 1413">الشكل (٧)</p>	<p data-bbox="811 1209 1351 1406">١٦ أكمل القصّ إلى أن تنهي القسم الجانبي الخلفي من الرأس بالطريقة نفسها، كما في الشكل (٧).</p>	<p data-bbox="1389 1209 1438 1253">١٦</p>
 <p data-bbox="459 1782 601 1832">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="811 1530 1351 1727">١٧ قصّ الشعر في الجانب الخلفي الآخر، متبّعاً الخطوتين (١٣، ١٤)، كما في الشكل (٨).</p>	<p data-bbox="1389 1530 1438 1574">١٧</p>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	<p>تأكد من تساوي أطوال الشعر في الخصل جميعها مع مراعاة ثبات زاوية القص، كما يأتي:</p> <p>أ - اجعل رأس الزبون معتدلاً.</p> <p>ب- خذ خصلة شعر عرضها (٥سم) تقريباً وسمكها (٢سم) من مقدمة الرأس، ومشطها إلى الأعلى.</p> <p>ج- امسك خصلة الشعر بقوة بين إصبعي السبابة والوسطى في اليد اليسرى من قاعدة الخصلة، كما في الشكل (٨)، وتأكد أن تكون أصابعك مستقيمة.</p> <p>د - أزلق الإصبعين إلى الأعلى من خصلة الشعر؛ لتحديد طول الشعر المطلوب بعد قصه .</p> <p>هـ- امسك المقص على نحو مواز لإصبعي السبابة والوسطى، وقص الشعر الذي فوقهما.</p> <p>و - اسحب خصلة شعر جديدة بجانب الخصلة التي تم قصها، ومشطها إلى</p>	١٨

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	<p>الأعلى، على أن تحوي الخصلة الجديدة بعض الشعر الذي تمّ قصّه من قبل.</p> <p>ز - تابع العمل بالتحرك إلى الخلف فوق قمة الرأس، وحتى مؤخرة العنق.</p> <p>ح - قصّ جهتي اليمين واليسار بالطريقة ذاتها.</p> <p>ط - خذ خصلة من الشعر الذي تمّ قصّه في قمة الرأس، وتأكد من انتظام طول الشعر في نهايتها، ووازن الخصل التي حولها لتستعملها كمرشد.</p> <p>ي - قصّ الشعر ما فوق الأصابع من الأذن للأذن، مروراً بقمة الرأس العليا، وبهذا يتمّ تجاوز الخط الذي اتخذ مرشداً لك من قبل.</p> <p>ك - افحص نتيجة القصّ من خلف الرأس، مراعيًا انسحاب الخصل، وعدم ظهور خطوط عرضية بالشعر.</p> <p>ل - نظّم الخطوط الخارجية للشعر في محيط الرأس جميعه.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	اعرض على الزبون شكل القصة النهائي.	١٩
	نفذ الخطوات (١٦-٢١) من التمرين (٢-٣).	٢٠
	نظف مكان العمل جيّدًا .	٢١
	طهر الأدوات المستعملة، وعقمها في جهاز التعقيم، ثم غلفها، واحفظها في المكان المخصّص بالطريقة الصحيحة.	٢٢

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- قصّ شعر أحد زملائك أو شعر أحد زبائن المشغل قصة المتساوي الأطوال (المنتظم).
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

● احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.



## ٤ قَصَّة الشعر المتدرّج الطويل

يكون الشعر في هذه القَصَّة قصيرًا عند قَمَّة الرأس ومقدّمته، وطويلاً عند محيط الشعر ويطول يتعدّى حدود الأكتاف إلى أسفل، ويتمّ قصّ الخصل باتجاه وبزاوية أكثر من (٩٠°) مع فروة الرأس، كما في الشكل (٢-٤٣).



الشكل (٢-٤٣): قَصَّة المتدرّج الطويل.

## قصة المتدرّج الطويل

تمرين

٨-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- تقصّ الشعر المتدرّج الطويل .

### المعلومات الأساسية

يُتبع المرشد المتحرّك والمرشد الثابت والزاوية أكثر من (٩٠°) في تنفيذ قصة الشعر المتدرّج الطويل.





مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
- الثوب الواقي، وقبة القصّ، والمقصّ، ومشط، وملاقط بلاستيك، وفرشاة تنظيف رقبة، وبشكير. - جهاز التعقيم. - مجفف الشعر اليدوي.	- موادّ غسيل الشعر، ومادّة مطهّرة (كحول إثيلي ٧٠٪)، وقطن. - ورق الرقبة الصحيّ.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نفذ الخطوات (١-٥) من التمرين (٢-٣). قسّم الشعر إلى أربعة أقسام، كما في الشكل (١).	٦
	مشط القسم الخلفي من الرأس إلى أسفل الرقبة بخطّ أفقي مستقيم بزاوية صفر. حدّد خطّ القصّ، وقصّ الشعر من الطبقة الأولى بخطّ أفقي مستقيم متوازٍ وبزاوية صفر، وبهذا تكون قد حدّدت الطول المطلوب لشعر الزبون، كما في الشكل (٢).	٧ ٨

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="459 600 602 644">الشكل (٣)</p>	<p data-bbox="817 301 1351 567">٩ قصّ الطبقة الثانية من المنطقة الخلفيّة بشكل عمودي مائل وبزاوية أكثر من (٩٠°)، وبهذا تكون قد حدّدت المرشد المتحرّك، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p data-bbox="459 971 602 1015">الشكل (٤)</p>	<p data-bbox="817 687 1351 884">١٠ نفّذ الخطوة السابقة رقم (٥) في الطبقة الثالثة من المنطقة الخلفية، مستعيناً بالمرشد المتحرّك، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p data-bbox="459 1365 602 1408">الشكل (٥)</p>	<p data-bbox="817 1004 1351 1277">١١ خذ خصلة الشعر من الجانب الأيمن على أن تكون قريبة من المرشد المتحرّك بخطّ أفقي وبزاوية أكثر من ٩٠°، متّجهاً إلى أعلى، وقصّها، كما في الشكل (٥).</p>	
 <p data-bbox="459 1801 602 1845">الشكل (٦)</p>	<p data-bbox="817 1386 1351 1517">١٢ نفّذ الخطوة السابقة للجانب الأيسر، مستعيناً بالمرشد المتحرك.</p> <p data-bbox="817 1539 1351 1823">١٣ مشّط القسم الخلفي للشعر إلى أسفل الرقبة بخطّ أفقي مستقيم وبزاوية صفر، وتخلّص من الشعر الزائد، كما في الشكل (٦).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	امسك المقصّ بشكل عمودي، وقصّ برأسه المدبّب أطراف الشعر؛ لتحصل على أطراف متعرّجة متجانسة غير متساوية، كما في الشكل (٧).	١٤
الشكل (٧)	نفذ الخطوة السابقة للجانب الأيمن بزاوية أكثر من ٩٠°.	١٥
	كرّر الخطوة السابقة للجانب الأيسر.	١٦
الشكل (٨)	اجمع أقسام الشعر المقصّوة، واشبكها بملاقط لتفصل الأقسام المقصّوة عن الأقسام غير المقصّوة، كما في الشكل (٨).	١٧
	قسّم مقدّمة الرأس (العُرّة) إلى أقسام وبمفرق مائل، واشبك القسم الأول منه مع الجانب الأيمن، وقصّ الشعر بخطّ مائل وبزاوية (صفر°)؛ لتحصل على أطراف متزايدة الأطوال كلّما اتجهنا إلى أسفل، كما في الشكل (٩).	١٨
الشكل (٩)	قصّ القسم الثاني من مقدّمة الرأس، مستعيناً بالمرشد المتحرّك وبزاوية ٤٥°، كما في الشكل (١٠).	١٩
		
الشكل (١٠)		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١١)</p>	استمرّ في عملية تدرّج الشعر من قمة الرأس، متّجهاً إلى الأسفل وبزاوية أقلّ من (٩٠°)، مستعيناً بالمرشد المتحرّك، كما في الشكل (١١).	٢٠
 <p>الشكل (١٢)</p>	قصّ قمة الشعر بزاوية أقلّ من (٩٠°)، مستعيناً بالمرشد المتحرّك، كما في الشكل (١٢).	٢١
 <p>الشكل (١٣)</p>	قصّ أطراف الخصلة، كما في الشكل (١٣).	٢٢
 <p>الشكل (١٤)</p>	اعرض على الزبون شكل القصّة النهائي، كما في الشكل (١٤).	٢٣
	نفذ الخطوات (١٦-٢١) من التمرين (٢-٣).	٢٤
	نظّف مكان العمل جيّداً.	٢٥
	طهّر الأدوات المستعملة، وعقمها في جهاز التعقيم، ثمّ غلّفها، واحفظها في المكان المخصّص بالطريقة الصحيحة.	٢٦

## نشاط (٢-٦): استعمال جهاز الحاسوب في تصميم القصّات

صمّم أحد المزيّنين تسريحة لزبون مستعينًا بجهاز الحاسوب، ناقش - بإشراف معلّمك - زملاءك في صحّة اختيار المزيّن لهذه التسريحة.



### تمارين ممارسة

نقّد التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- قصّ شعر أحد زملائك أو شعر أحد زبائن المشغل قصّة المتدرّج الطويل.
- مستعينًا بالإنترنت، ابحث عن أشكال مختلفة و حديثة لقصّة المتدرّج الطويل.
- اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي :

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## تخفيف الشعر باستعمال موسى الحلاقة

تمرين

٩-٢

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

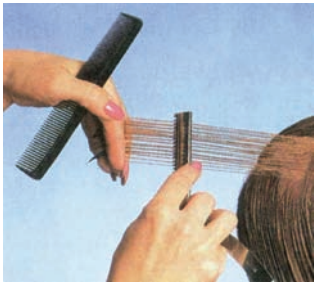

- تخفف الشعر باستعمال موسى الحلاقة.



### المعلومات الأساسية

يخفف الشعر الكثيف لتسهيل العناية به، في حين يخفف الأملس لإعطائه ارتفاعاً معيناً عن فروة الرأس، ويراعى تقدير كمية الشعر المراد تخفيفها في كل مرة، على أن يكون الشعر رطباً في أثناء تخفيفه.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
- الثوب الواقي، وقبة القص، وموسى حلاقة، وشفرات، ومشط، وملاقط بلاستيك، وفرشاة تنظيف رقبة، وبشكير.	- مواد غسيل الشعر، ومادة مطهرة (كحول إيثيلي ٧٠٪)، وقطن. - ورق الرقبة الصحي.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نفذ الخطوات (١-٥) من التمرين (٢-٣).	٦
	قسّم الشعر إلى أربعة أقسام. خذ خصلة من الشعر بسمك (١ سم)، ثم مشطها، وضعها بين إصبعي السبابة والوسطى، كما في الشكل (١).	٧
	ارفع الخصلة بزاوية حادة، وضع موسى التخفيف وسط الخصلة، متّجهاً إلى الأسفل، كما في الشكل (٢).	٨
	حرّك الموسى باتجاه نهاية الشعر، كما في	٩

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>الشكل (٣)، وكلّما اقتربت من نهاية الخصلة زد الضغط على الموسيقى.</p> <p>١٠ اقطع الشعر عند انتهاء الخصلة بموسى التخفيف؛ لتحصل على أطراف مدبّية، كما في الشكل (٤).</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>١١ نفذ الخطوات من (٧-١٠) لسائر خصل الشعر بالطريقة نفسها.</p> <p>١٢ نظّف مكان العمل بعد الانتهاء.</p> <p>١٣ عقم الأدوات المستعملة، وطهرها، واحفظها في مكانها المخصّص بالطريقة الصحيحة.</p>	

### تمارين ممارسة

- نقدّ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:
- خفّف شعر أحد زملائك أو شعر أحد زبائن المشغل باستعمال موسى الحلاقة أو مقصّ التخفيف.
  - اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
  - قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.



## الأسئلة

- ١- حدّد الاختلاف بين أطوال الخصل في قصّة الطول الواحد (الكاريه) وقصّة المتساوي الأطوال (المنتظم).
- ٢- علّل ما يأتي:
  - أ - غسل الشعر قبل عملية القصّ.
  - ب- يقصّ الشعر عند العنق بزواوية تتراوح بين ( صفر<sup>°</sup> - ٤٥<sup>°</sup>) في قصّة المتدرّج القصير.
  - ج - أهميّة تحديد المرشد الثابت في قصّة المتدرّج الطويل.
  - د - عرض شكل القصّة على الزبون بعد انتهاء العمل.
- ٣- متى يكون التخفيف بالموسى من أسفل الخصلة؟ ومتى يكون من أعلاها؟
- ٤- حدّد نوع المرشد والخطوط والزوايا المستعملة في قصّات الشعر في الأشكال الآتية:



## نشاط (٧-٢): زيارة ميدانيّة

نفذ بإشراف المّعلم زيارة ميدانيّة مع زملائك إلى أحد صالونات التجميل ، وتجاوز مع صاحبه حول ما يأتي:

- ١- مواصفات قصّة الشعر التي تناسب السيّدات المتقدّمات في العمر.
- ٢- مواصفات قصّة الشعر التي تناسب القامة القصيرة.
- ٣- مواصفات قصّة الشعر التي تناسب السيّدات ذوات الرؤوس المفلطحة من الخلف، ويمتلكن شعرًا خفيفًا.

## أسئلة الوحدة الثانية

- ١ - تحقّق عملية قصّ الشعر عدّة فوائده، وضح فوائده المتعلقة بالشعرة ذاتها.
- ٢ - وضح المفاهيم الآتية: المرشد الثابت، والمرشد المتحرّك، والزاوية القائمة (٩٠°)، وخطوط القصّ.
- ٣ - علّل ما يأتي:
  - أ - تقسيم الشعر وتثبيت الأقسام بملاقط في أثناء تنفيذ عملية القصّ.
  - ب - عدم وضع المقصّات في جيوب المزيّن.
  - ج - يخفّف الشعر الناعم قرب فروة الرأس، في حين يخفّف الشعر المجعد بعيداً عنها.
  - د - وضع بودرة على رقبة الزبون قبل تنظيفها من قصاصات الشعر بعد عملية القصّ.
  - هـ - استعمال مقصّات الشعر لقصّ الشعر فقط، وعدم استعمالها في قصّ الورق وغيره.
  - و - يناسب الوجه البيضوي القصّات جميعها.
- ٤ - ما الإجراءات الواجب القيام بها بعد كلّ عملية قصّ شعر؟
- ٥ - متى يخفّف الشعر؟ هل يختلف مقصّ الشعر عن مقصّ التخفيف عند إجراء تخفيف الشعر؟
- ٦ - حدّد مواصفات كلّ ممّا يأتي:

مقصّ الشعر العادي، ومقصّ التخفيف، والقبّة الخاصّة بالقصّ، وورق الرقبة الصّحّي، والثوب الواقي للقصّ، وموسى تخفيف الشعر.
- ٧ - جاءت السيدة سناء إلى صالون التجميل وطلبت قصّ شعرها قصّة تناسبها، علماً بأنّها ذات رأس صغير وشعر قليل التمّوج ووجه مربع.
  - أ - ما مواصفات القصّة التي تناسب حجم رأسها الصغير؟
  - ب - كيف يمكن تمويه معالم وجهها المربع وإظهاره قريباً من الوجه البيضوي؟

- ٨ - حدّد الاختلاف بين أطوال خصل الشعر في كلّ من قصّة الكاريه المائل، وقصّة المتدرّج القصير.
- ٩ - بيّن أهميّة العناية بالأمشاط والمقصّات بعد كلّ استعمال.
- ١٠ - وضح المقصود بالجملة الآتية:  
لقصّ الشعر أثر في النواحي الاقتصادية للزبون.
- ١١ - يتخذ الشعر طولاً محدّداً عند قمّة الرأس بالنسبة لطوله عند العنق، وضح ذلك في ما يخصّ القصّات الآتية: الطول الواحد، والمتساوي الأطوال، والمتدرّج القصير.
- ١٢ - حدّد في الصورة ما يأتي:
- أ - شكل وجه الزبون قبل عملية القصّ في الصورة (١).
- ب - اسم القصّة التي طبّقت على شعر الزبون في الصورة (٢).
- ج - المرشد الذي استعمل عند تنفيذ القصّة.
- د - الخطوط التي تمّ استعمالها عند تنفيذ القصّة.



(٢)

(١)

## التقويم الذاتي

قيّم تعلّمك لموضوع قصّ الشعر، بوضع إشارة (✓) إزاء كلّ فقرة من قائمة الشطب الآتية:

الرقم	أستطيع بعد دراستي هذه الوحدة أن:	نعم	لا
١	أوضّح المقصود بالمفاهيم الآتية: قصّ الشعر، والمرشد الثابت، والمرشد المتحرّك، وزاويا القصّ، وخطوط القصّ.		
٢	أبيّن أهميّة قصّ الشعر وفوائده.		
٣	أميّز الأدوات والموادّ المستعملة في عملية قصّ الشعر.		
٤	أتعرف أسس اختيار قصّة الشعر.		
٥	أحدّد أسس تنفيذ قصّ الشعر.		
٦	أميّز بين المرشد الثابت والمرشد المتحرّك.		
٧	أتعرف أشكال قصّات الشعر الأساسية.		
٨	أطبّق المهارات الخاصّة بقصّ الشعر.		
٩	أدمج قصّتين أو ثلاث من قصّات الشعر الأساسية ببعضها ببعض.		
١٠	أطبّق تعليمات الأمن والسلامة العامّة في أثناء تطبيق المهارات.		
١١	أستنتج تأثير قصّ الشعر في النواحي النفسيّة للزبون.		
١٢	أواكب التطوّرات والمستجدّات في مجال قصّ الشعر.		



٣

# الوحدة الثالثة

العناية باليدين والقدمين  
(التطريف والتدريم)



# العناية باليدين والقدمين (التطريف والتدريم)

## الوحدة الثالثة

حبانا الله بقدرته وأنعم علينا بالأظفار المتوافرة بأطراف اليدين والقدمين، فمنذ الخليقة استعملها الإنسان وسيلة للدفاع عن النفس، ثم أصبحت العناية بالأظفار رفاهية يطلبها الأغنياء؛ لأنها كانت رمزاً للجمال، والأناقة، والثراء، والمكانة الاجتماعية المرموقة، علاوة على كونها دليل الصحة ورمزاً للعافية، أما اليوم فالعناية بالأظفار أصبحت أمراً ضرورياً للمظهر الأنيق، وخدمة يقدمها المختصون للنساء والرجال على حدٍ سواء.

ما الظفر؟ ما العوامل المؤثرة في نموه؟ ما علاقة الظفر بالناحية الصحية للإنسان؟

كيف نميز الظفر الطبيعي من المريض؟ ما مراحل العناية باليدين والقدمين؟

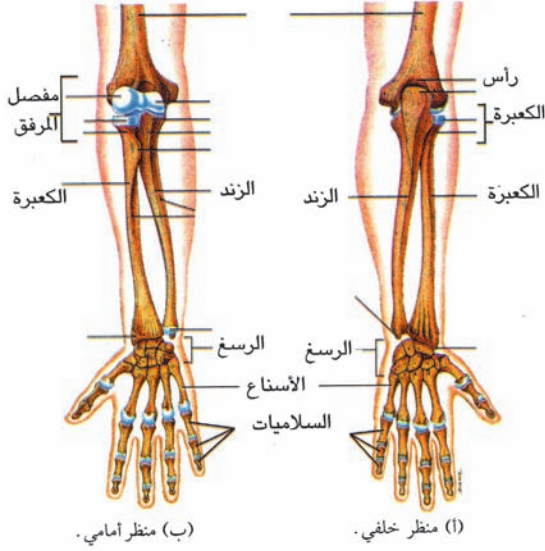
**يتوقع منك بعد دراسة هذه الوحدة أن:**

- تبيّن مواقع العضلات، والعظام، والمفاصل، والأعصاب، والأوعية الدموية في اليدين والقدمين.
- توضّح تركيب الظفر، وبنيته، وأشكاله.
- توضّح مشكلات الأظفار، وأمراضها.
- تبيّن مستلزمات العناية باليدين والقدمين.
- توضّح طرائق العناية باليدين.
- تنفّذ عملية تطريف أظفار اليدين بالطريقة الصحيحة.
- تنفّذ عملية حمّام الزيت للأظفار باستعمال المواد المناسبة.
- توضّح طرق العناية بالقدمين.
- تنفّذ عملية تدريم أظفار القدمين بالطريقة الصحيحة.
- تبيّن حركات تدليك اليدين والقدمين.
- تدلّك اليدين بعد التطريف والقدمين بعد التدريم.
- تحدّد أسس اختيار الطلاء المناسب للأظفار.
- تضع الطلاء على أظفار اليدين والقدمين بطرائق وأشكال مختلفة.

يتمثل تركيب الأطراف العلوية والسفلية بالآتي:

### عظام الساعد واليد وعضلاتهما

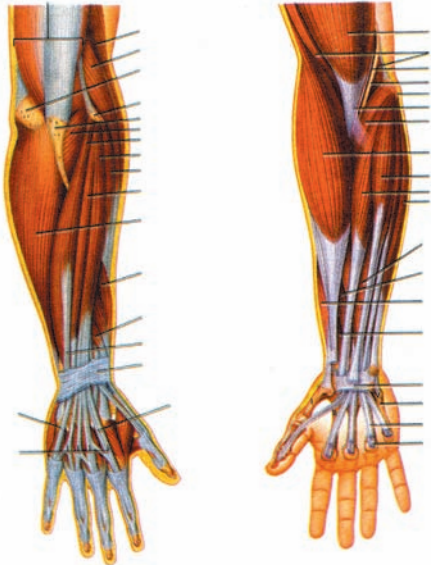
١



الشكل (١-٣): عظام الساعد واليد.

يتكوّن الساعد من عظمين، هما: الزند (Ulna) في الجهة الإنسيّة، والكعبرة (Radius) في الجهة الوحشيّة، وتتكوّن اليد من عظام الرسغ (Carpal bones) وعددها ثمانية مرتّبة في صفين في كلّ منهما أربع عظام، تليها عظام مشط اليد (Metacarpal bones) (الأسناع) وعددها خمسة، ثمّ عظام الأصابع وتدعى السلاميات (Phalanges) وهي ثلاث في كلّ إصبع ما عدا الإبهام؛ إذ به سلاميتان فقط.

تغطّي عظام الساعد، كما في الشكل (١-٣)، مجموعة من العضلات يمكن تقسيمها إلى مجموعتين: أماميّة، وخلفيّة، وتعمل عضلات المجموعة الأماميّة على ثني المرفق والرسغ والمفاصل بين السلاميات، ومن عضلات هذه المجموعة: عضلات تعمل على تدوير الكعبرة على الزند وتحريك الساعد في



الشكل (٢-٣): عضلات الساعد واليد.

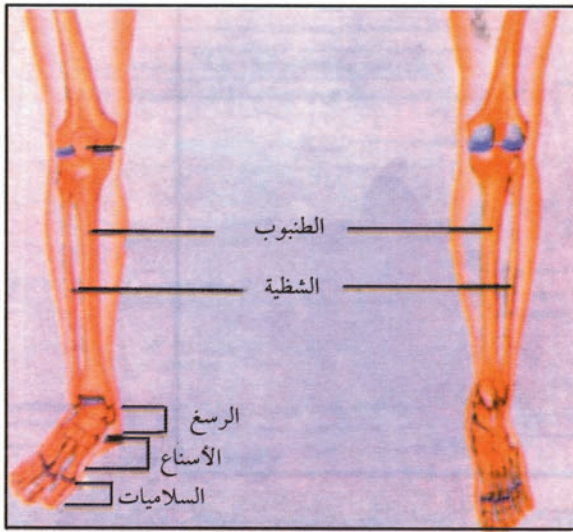
حركة دورانيّة تعرف بالكب (عضلات كابة)، أمّا عضلات المجموعة الخلفيّة فتعمل على مدّ الساعد والرسغ والسلاميات وبينها عضلات تعمل على طرح الساعد.

تقوم عضلات اليد، كما في الشكل (٢-٣)، بحركات دقيقة وخصوصاً في المهن التي تتطلّب حركات على مستوى معين من الدقّة، كالعزف على الآلات الموسيقيّة، والرسم، والطباعة، كما أنّ انقباضها يضع اليد في وضع يسمّى الكتابة.

تتزوّد عضلات الساعد واليد بالدم من تفرعات الشريانين الزندي والكعبري، كما أنّ الجلد والعضلات تتزوّد بأعصاب من تفرّعات الأعصاب الزندي والكعبري والوسطي.



## عظام الساق والقدم وعضلاتهما



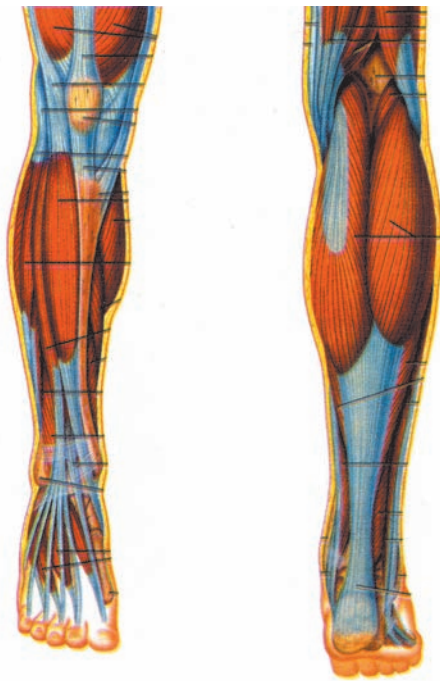
(أ) منظر خلفي . (ب) منظر أمامي .  
الشكل (٣-٣): عظام الساق والقدم .

يتشابه الطرفان العلويان مع الطرفين السفليين في التركيب، إلا أنّهما يختلفان في الوظائف التي يؤديها كلّ منهما، كما أنّ عظام الطرف السفلي وعضلاته أكبر من مثيلاتها وأقوى في الطرف العلوي.

وتشمل عظام الساق: الظنبوب (Tibia) في الجهة الإنسيّة، والشظية (Fibula) في الجهة الوحشيّة، أمّا في القدم فإنّ منطقة الرسغ (Tarsals) تحتوي سبع عظام تليها الأسناع وعددها خمسة، ثمّ السلاميات وهي ثلاث في كلّ إصبع ما عدا الإبهام؛ إذ به سلاميتان، كما في الشكل (٣-٣).

تخلو الجهة الأماميّة الإنسيّة من الساق من العضلات ويمكن جسّ عظم الظنبوب تحت الجلد مباشرة، أمّا عضلات الساق فتتوافر بشكل رئيس في الجهتين الخلفيّة والوحشيّة، كما في الشكل (٣-٤).

وتتزوّد عضلات الساق والقدم بالدم من تفرعات الشريان المأبضي (Popliteal)، كما أنّ الجلد والعضلات تتزوّد بأعصاب من تفرعات العصبين الفخذي (Femoral)، والإسكي (Sciatic).



(أ) منظر خلفي . (ب) منظر أمامي .  
الشكل (٣-٤): عضلات الساق والقدم .

## تركيب الظفر وبنيته وأشكاله

يعدّ الظفر أحد ملحقات الجلد، وتنمو الأظفار على نهاية السلاميات الأولى لأطراف اليدين والقدمين، وتكمن وظيفتها في حماية أطراف أصابع اليدين والقدمين؛ ليتمكن الإنسان من

القيام بالاعمال المختلفة؛ لأنها تساعد على التقاط الأشياء الدقيقة ومسكها بقوة، فمن غير توافر الأظفار لا نستطيع القيام بالأعمال بسهولة، كما أنّ الأظفار تزين اليدين والقدمين، والظفر الطبيعي الصحي يمنح الإنسان الجمال وحسن المظهر.

أ - تركيب الظفر: الظفر صفائح قرنيّة صلبة تنمو من خلايا حيّة متجدّدة، وهو محاط بالجلد من الاتجاهات جميعها الذي يعمل على حمايته عن طريق مدّ جزء من سطحه الخارجي ليغطّي الفراغات الناتجة من التصاق الظفر به، وتعدّ مادّة الكيراتين المكوّن الرئيس للظفر، والكيراتين هو مادّة بروتينيّة غنيّة بالكبريت، تكوّن القاعدة الأساسيّة للأنسجة القرنيّة، وتحتوي الأظفار على نسبة كبريت أعلى منها في الشعر والبشرة، بالإضافة إلى احتوائه على نسب مختلفة من الحديد والكالسيوم والفسفور ومعادن أخرى بنسب صغيرة، وهذه الموادّ مجتمعة تكوّن صفيحة الظفر بشكل متقرّن وقاسٍ ولونها شفاف مائل للبياض، وتكون ملساء ولا تحتوي صفيحة الظفر القرنيّة على أعصاب أو أوعية دمويّة، وتتأثر صلابة الظفر بعدّة عوامل؛ كسوء التغذية وفقر الدم، بالإضافة إلى العوامل الطبيعيّة والكيميائيّة والتعرّض للمعالجة بالأشعة.

ينمو الظفر بدءاً من النسيج الغشائي ويمتدّ لنهاية رأس الإصبع، وظفر الإصبع الأوسط ينمو بصورة أسرع من سائر الأصابع الأخرى في اليد، أمّا الإبهام فأقلّها نموّاً، كما أنّ أظفار اليدين تنمو أسرع من أظفار القدمين، وتكون أظفار القدمين أكثر صلابة وسمكاً من أظفار اليدين، وفي حالة انفصل الظفر فإنّه يعود للنموّ خلال مدّة أقصاها من (٤-٦) أشهر، ويتأثر نموّ الظفر بالعمر، فكلّما تقدّم العمر أصبح بطيئاً في النموّ، بالإضافة إلى تأثره بضعف الدورة الدمويّة.

### للمناقشة

- ناقش زملاءك بإشراف المعلم في ما يأتي:
- يتغيّر سمك الأظفار حسب الجنس والعمر.
  - يكون نموّ الأظفار في القدمين أبطأ منه في أظفار اليدين.
  - يكون نموّ الأظفار أسرع وأقوى عند السيّدة الحامل.

يتأثر نمو الظفر من شخص إلى آخر بعدة عوامل مهمة، منها:

١. عوامل داخلية، مثل:

• الصحة والتغذية: ينمو الظفر بمعدل ٣ ملم في الشهر ويحتاج لينمو بالكامل إلى ٦ أشهر، ويختلف هذا من شخص إلى آخر، حيث يتأثر الظفر بالحالة الصحية للشخص سلبيًا أو إيجابًا، ويبدأ الجسم بتحويل المواد الغذائية من بروتينات، ونشويات، ودهون، وفيتامينات، ومعادن، وماء للنسيج الغشائي للأظفار، حيث يعمل البروتين على بناء الخلايا ويعوّض التالف منها؛ لذا، فإن نقص التغذية أو الاضطرابات العضوية لأي سبب يؤدي إلى إلحاق الضرر بالجسم بشكل عام وبالأظفار بشكل خاص، وهذا يدل على وضع مشترك حيث إنها تتغذى بوساطة غدد صغيرة دقيقة وقنوات تحمل لها الغذاء والأكسجين اللازمين لنموها، فلون الظفر يعدّ الوسيلة التي يستدلّ بها الطبيب على حالة الجسم؛ فظهور اللون الزهري للظفر يدلّ على انتظام الوظائف المختلفة في الجسم، وبالمقابل فإنّ اختلاف لونه يدلّ على أعراض مرضية.

• الحالة النفسية: إن العلاقة بين الحالة النفسية والأمراض الجلدية تعود لوحدية الأصل بين الجلد والجهاز العصبي في المرحلة الجنينية، والجلد أكثر أعضاء الجسم غزارة



بالألياف العصبية والأوعية الدموية الدقيقة التي تغذي هذه الألياف، وأهم الأمراض الجلدية والعصبية: الأكزيما، والصدفية؛ إذ إنّ البعد النفسي عامل مهم في العلاجات الجلدية.

الشكل (٣-٥): قضم الأظفار.

وقد تظهر في مختلف الأعمار حالات من التوتر والقلق

يرافقها قضم الأظفار وأطراف الجلد من حوله، كما في الشكل (٣-٥) فيشوّه الظفر وهيئته، وهي عادة سيئة يجب معالجتها والتخلّص منها، وفي بعض

حالات التفكير، تكون مرافقة بحركات الضغط على أطراف الأصابع أو النقر على مكان صلب فيتأثر الظفر بنموه، ومن الممكن تحديد تاريخ الحالة تبعاً لبُعد الخطوط عن قاعدة الظفر.

• العمر: لنموّ الظفر علاقة واضحة بحيويّة الجسم العامّ وبناء الأنسجة؛ إذ تكون سريعة عند الأطفال منه عند المسنين، فيلاحظ نموّ أظفارهم بطيئاً مقارنة بمرحلة الشباب، حيث تصبح أغلظ وغير منتظمة.

٢. عوامل خارجيّة، مثل:

• الحرارة: تنمو الأظفار بالصيف على نحو أسرع منه في الشتاء؛ بسبب الحرارة، وأشعة الشمس الضروريّة لنموّ الأظفار.

• المهنة: إنّ استعمال الموادّ الكيميائيّة، كالقلويّات والحموض في بعض المهن من غير أخذ الاحتياطات اللازمة يؤذي الأظفار، فيجفّفها، ويشقّقها، ويغيّر لونها، كما أنّ العازفين على (البيانو) والطابعات اللاتي يكتبن بوساطة الآلة الكاتبة والحاسوب، يُستحسن أن تكون أظفارهم جميعاً قصيرة حتى لا يتضرّر النسيج الغشائي لها، وكذلك الحال بالنسبة إلى بعض المهن اليدويّة؛ كالنجارة، ونسج السجّاد اليدوي، ...، إلخ.

• عدم العناية بالظفر: مثل الاستعمالات الخاطئة للظفر كفتح العلب وغيره.

### نشاط (٣-١): المهن والأظفار

ابحث في الوسائل المتاحة لك عن:

١- المهن التي تستعمل فيها الموادّ الكيميائيّة بشكل متكرّر، وطرق الوقاية من هذه الموادّ.

٢- المهن التي يحتاج العمل فيها إلى أشخاص ذوي أظفار.

ثمّ نظّم تقريراً بذلك على صورة مطويّة يمكن تقديمها لأصحاب هذه المهن؛ لحماية أظفارهم من الأضرار التي قد يتعرضون لها.

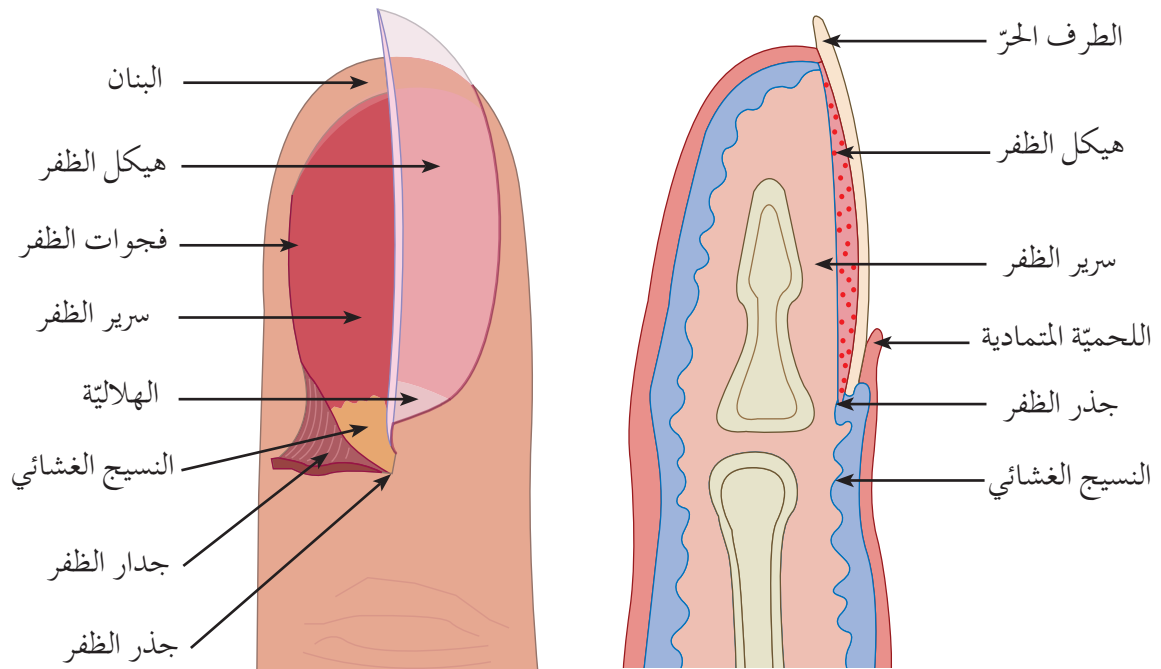
٣. سوء نموّ الظفر: يحصل سوء نموّ الظفر في الحالات الآتية:

• الوراثة: يولد الطفل في بعض الأحيان من غير ظفر، أو مجموعة من الأظفار، وقد تكون لديه زيادة في عدد أصابع القدمين، أو اليدين، أو تضخّم في الأظفار وغلظها، أو ظهورها كالمعلقة.

- اختلال حاصل في النسيج الغشائي: ينتج بسبب مرض أو عدوى تشوّه الظفر وذلك بسبب اختلال في النسيج الغشائي.
- تدمير خلايا النسيج الغشائي: يحدث تدمير تام لخلايا النسيج الغشائي للظفر في حال التعرّض لحادث ما والتسبّب في اقتلاع الظفر، بحيث لا ينمو الظفر من جديد.

ب - بنية الظفر والأجزاء المحيطة به: يعدّ الظفر أحد ملحقات الجلد، حيث تحيط به أجزاء مهمّة ومكمّلة له، هي:

١. بنية الظفر: يتركّب الظفر من أربعة أقسام رئيسة، انظر الشكل (٣-٦)، هي:



الشكل (٣-٦): بنية الظفر.

- جذر الظفر: يتوافر جذر الظفر (Nail body Root) في قاعدة الظفر، وهو قطعة مفروشة تحت الجلد، ومسؤولة عن تكوين الظفر، الذي ينشأ من نسيج نامٍ فعال يُعرف بالنسيج الفعال.
- هيكل الظفر: يُعرف هيكل الظفر (Nail Body) بالصفحة القرنيّة للظفر، وهو الجزء المرئي من الظفر؛ إذ يبدأ من جذر الظفر وينتهي عند ابتداء الطرف

الحرّ، ويظهر هيكل الظفر كأنه قطعة واحدة لكنّه في الحقيقة يتكوّن من طبقات متراكبة فوق بعضها بعضًا، ويلاحظ ذلك عند تشقّق الظفر سواءً بالطول أم العرض، فهذه الصفائح القرنيّة سببها مجموعة مرصوفة من خيوط البغلة الدقّة تُبقى الموادّ الدهنيّة والرطوبة متماسكة بحيث تكسبها المرونة، وهي لا تحتوي على أعصاب ولا أوعية دمويّة، ويلتصق الظفر ويرتكز فوق الأنسجة المتوافرة تحته مباشرة لحمايتها، وتسمّى هذه الأنسجة سرير الظفر (Nail Bed)، ويمتاز هذا الجزء بغزارة الأعصاب، وكثرة الأوعية الدمويّة الدقيقة المتشابكة في الجزء الأسفل من الظهر التي توفّر التغذية المستمرة له.

### عند إصابة الظفر بكدمات، يصبح لون هيكل الظفر أزرق يميل للأرجواني.

- النسيج الغشائي: النسيج الغشائي (Matrix) القسم من سرير الظفر يمتدّ تحت جذره، ويحتوي على الأعصاب، والأوعية الدمويّة واللمفيّة وهو ينتج الظفر، وذلك بنموّ الخلايا وتكاثرها بعملية (التصلّب)، ويستمرّ ذلك ما دامت الموادّ الغذائيّة تصل عن طريق الأوعية الدمويّة؛ إذ تتوالد الخلايا الجديدة وتتكاثر ويستمرّ الظفر بالنموّ طالما هو يتغذّى بحالة جيّدة، أمّا إذا كان الشخص معتلّ الصحة، أو كانت هناك رضوض، أو إصابة في النسيج الغشائي، فسيكون الظفر مشوّهاً ومتأخراً في نموّه.
- ونشاهد في قاعدة الظفر نصف قمر أبيض اللون يسمّى الهلاليّة (Lunula)، ويرجع سبب لونها الأبيض إلى قلة توافر الأوعية الدمويّة فيها، وعدم توافر خلايا صبغية فيها البتة، بالإضافة إلى انعكاس الضوء؛ إذ يلتقي النسيج الغشائي بالنسيج الضامّ للظفر (النسيج الرابط بينهما).
- الطرف الحرّ: يكون الطرف الحرّ (Free Edge) والجزء الأبيض الشفاف البارز عند أطراف الأصابع، وهو الجزء الذي نتعامل معه في أثناء قصّ الظفر وبرده من غير الشعور بألم، والسبب في ذلك تحلّي الظفر عن سريرهِ، فأصبح الظفر هو الطرف الحرّ، ورغم ذلك لكنه يظلّ يتأثرّ بالعوامل الخارجيّة.

٢. الأجزاء المحيطة بالظفر: يحيط بالظفر الأجزاء الآتية:

- الإهاب (الحميئة): يعمل الإهاب (الحميئة) (Cuticle) كحاجز يحمي الخلايا الحيّة عند قاعدة الظفر؛ فيمنع دخول الجراثيم إلى الخلايا الجديدة من تحت الظفر أو إلحاق الضرر بها مباشرة، وهي عبارة عن بشرة متداخلة حول الظفر محيطة بقاعدته على شكل حرف (U).
- البنان (Hyponychium): ذلك الجزء من البشرة الذي يقع تحت الطرف الحرّ للظفر.
- جدار الظفر (Nail wall): الجلد الذي يغطّي جوانب الظفر.
- فجوات الظفر (Nail grooves): الجزء الطولي المتوافر على جوانب الظفر، وهي ممرّات صغيرة وفجوات يسير فيها الظفر في أثناء نموه.
- غلاف الظفر (العباءة) (Mantle): ثنية الجلد العميق المغمور فيها جذر الظفر.

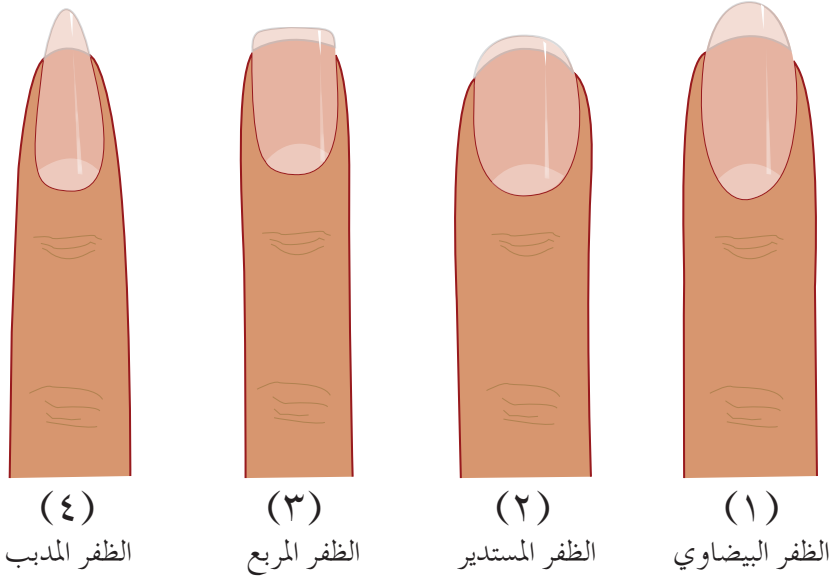
### للمناقشة

ناقش وزملاءك بإشراف المعلّم الحلول المتوافرة لمشكلة التشوّه الحاصلة للظفر نتيجة نموه بعد تعرّضه لحادث أدى إلى اقتلاعه.

- ج- أشكال الأظفار: تتوافر الأظفار الطبيعيّة بأشكال متعدّدة، فيظهر الطرف الحرّ للظفر مختلفاً بين الناس، ولكنّ الأشكال الرئيسيّة المعروفة هي أربعة، كما في الشكل (٣-٧)، وهي:
١. الظفر البيضاوي (Oval Nail): الشكل المثالي الذي يلائم معظم الأيدي فيجعلها جذابة، ويكون طرفه بارزاً قليلاً مع استدارة زواياه عند حوافّ الأصابع فيعطي الشكل البيضاوي مع قاعدة الظفر.
  ٢. الظفر المستدير (Nail Round): تبدأ استدارة الزوايا قبل الظفر ويبرز قليلاً عند الطرف الحرّ.

٣. الظفر المربع (Square Nail): تبرز حافة الطرف الحرّ قليلاً عند حافة الإصبع وبشكل مستقيم، وهو من الأشكال القويّة؛ لأنّه لا ينقص من عرض الطرف الحرّ للظفر.

٤. الظفر المدبّب (Nail Pointed): يكون سرير الظفر ربيعاً ومن وسط الطرف الحرّ مدبّباً.



الشكل (٣-٧): أشكال الأظفار.

#### النشاط (٣-٢): المجموعات الغذائيّة

رتّب جدولاً يضمّ المجموعات الغذائيّة الأساسيّة التي يجب أن يتناولها الشخص البالغ للمحافظة على أظفاره صحيّة وسليمة، موضّحاً فائدة كلّ منها للظفر.



## الأسئلة

- ١- علل ما يأتي:
  - أ - يكون لون الهلالية أبيض شفافاً.
  - ب- ينصح أصحاب بعض المهن بتقصير أظفارهم.
  - ج- ينمو الظفر عند الأطفال على نحو أسرع منه عند الكبار.
- ٢- عدد أجزاء الأظفار الرئيسة.
- ٣- عرف ما يأتي:
  - أ - الظفر
  - ب- النسيج الغشائي
  - ج - الهلالية
- ٤- بين أسباب نموّ أظفار اليدين بصورة أسرع من أظفار القدمين.
- ٥- ما أثر مكونات الحليب في سلامة نموّ الأظفار الصحيّة؟
- ٦- قارن بين أشكال الأظفار في مراحل: الطفولة، والشباب، والشيخوخة.

تتعرض الأظفار لعوامل وحوادث مختلفة نظراً لتوافرها في نهايات اليدين والقدمين، لذلك تقوم الأظفار بصيانة متجددة ومستمرة في حالة حدوث أي طارئ داخل الجسم أو خارجه، وينبغي للمتخصصين بهذه المهنة تحديد مدى إمكانية التعامل مع المشكلة وحلها، أو ضرورة تحويلها إلى الطبيب المختص.

فما المشكلات التي تتكرر مشاهدتها في مراكز العناية باليدين والقدمين؟ ما صفاتها؟ ما أسبابها؟ وضح كيفية حلها أو الظروف التي تستدعي تحويلها إلى الطبيب المختص.

### ١ مشكلات الأظفار

يعاني الكثيرون مشكلات في الأظفار تُعزى إلى أسباب داخلية صحية، أو خارجية ويمكن للعاملة المتخصصة التعامل معها. ومن هذه المشكلات ما يأتي:

أ - تموج الأظفار: تظهر تموجات الأظفار (Nail corrugations) على شكل خطوط مستعرضة أو طولية، كما في الشكل (٣-٨)، وتنشأ من أمراض جلدية، ويكون التعامل السليء مع الأظفار على النحو الآتي:



الشكل (٣-٨): تموج الظفر.

١. عادة الضغط على أطراف الأصابع.
٢. العنف في أثناء عملية التطريف والتدريم.
٣. نواتج الإصابة ببعض الحميات؛ إذ يظهر خطّ بعرض الظفر يسمّى خطّ بو.
٤. عدم كفاءة الدورة الدموية في الأطراف، وقد يحدث ذلك نتيجة انقباض الشرايين في الأطراف في الشتاء بما يعرف باسم الشرث.

كيفية العناية بالأظفار المتموجة: يجب عند عمل تطريف أو تدريم للظفر المتموج صقل الأظفار بعناية بمسحوق الأمليك (بودرة الصنفرة)، لأنها تساعد على تخفيف التموجات المتوافرة عليه أو إزالتها.

ب- النقط البيضاء: تظهر بقع بيضاء (Leuconychia) اللون على الظفر متخذة أشكالاً مختلفة، منها: المستديرة، والمستطيلة، أو على شكل خطوط طولية، أو عرضية غير محدّدة، ولكنّ الظفر يستمرّ في النمو وتختفي البقع تدريجيّاً، كما في الشكل (٣-٩). يحدث ذلك نتيجة الأسباب الآتية:



الشكل (٣-٩): النقط البيضاء.

١. رضوض في قاعدة الظفر.
  ٢. فقر الدم والضعف العام.
  ٣. العنف في عملية التطريف أو التدريم.
- كيفية العناية بالأظفار في هذه الحالة:  
يمكن إخفاء هذا التشوّه بالطلاء الملون للأظفار وقصّ الظفر عندما ينمو.

ج- الظفر المكدوم: يظهر الظفر المكدوم (Bruised Nail)



الشكل (٣-١٠): الظفر المكدوم.

بلون داكن (أرجواني، وأسود، وبني) بكامله، أو بشكل بقع في الظفر، كما في الشكل (٣-١٠)، وغالبًا ما يتبعه إصابة أو نزيف في سرير الظفر، ويلتصق الدم الجافّ بصفيحة الظفر وينمو معها، ويحدث ذلك نتيجة ضغط قوي على الظفر ناتج عن إصابة الظفر بضربة قويّة، أو انحشاره بين شقين.

كيفية العناية بالأظفار في هذه الحالة:

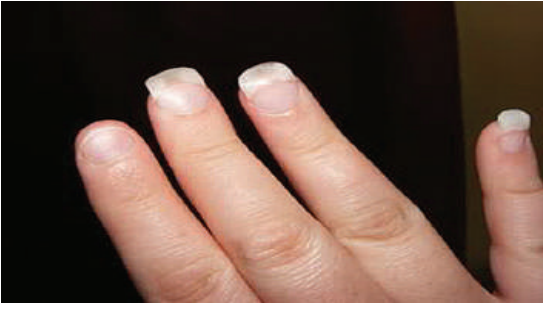
يجب معالجة الظفر بوضع كمّادات ماء باردة عند الإصابة المباشرة، ثمّ كمّادات دافئة بعد انقطاع النزيف تحت الظفر، وإذا استدعى الأمر قصّ الأظفار، فينبغي الضغط على هيكل الظفر في أثناء القصّ حتى لا يتسبّب الألم، ثمّ برده بنعومة وخفّة.



الشكل (١١-٣): الظفر الأزرق.

د - الظفر الأزرق: يظهر الظفر باللون الأزرق (Blue Nail)، كما في الشكل (١١-٣)، نتيجة عدّة عوامل، منها:

١. ضعف الدورة الدمويّة في الظفر.
٢. البرد الشديد (لسعة برد)؛ إذ يظهر الظفر أزرق اللون وبه بقع بيّنة، وهذه تختفي بانتهاء فصل الشتاء، وفي هذه الحالة، يمكن القيام بعملية التطريف.



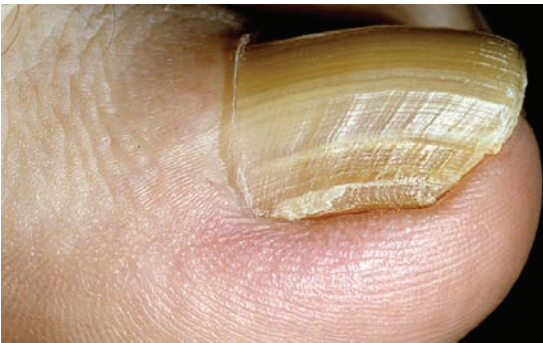
الشكل (١٢-٣): أظفار قشرة البيض.

هـ - أظفار قشرة البيض: ينفصل هيكل الظفر عن سريره محدثاً تقعرًا لنهايته الحرّة فيصبح أكثر ليونة من الأظفار العاديّة، ويصبح لونه أبيض حيث يبدأ الانفصال من الطرف الحرّ للظفر ممتدًا للقاعدة، كما في الشكل (١٢-٣).

تنتج أظفار قشرة البيض (Eggshell Nail) من عدّة أسباب، أهمّها:

١. أمراض مزمنة عصبيّة.
٢. تحسّس الأظفار من بعض العقاقير وموادّ التجميل.
٣. التقدّم في العمر، أو الحمية الخطأ.

كيفية العناية بالأظفار في هذه الحالة: يجب قصّ الأظفار وبردها بحذر بالمبرد الخشبي، وعدم استعمال الدافعة المعدنيّة على قاعدة الظفر.



الشكل (١٣-٣): فرط نموّ الظفر.

و - فرط النموّ: يظهر فرط نموّ الظفر (Onychia) في زيادة سمك الظفر، ويرافقه الالتهاب، كما في الشكل (١٣-٣).

وتُعزى أسبابه الى:

١. اضطراب أو التهاب موضعي في قاعدة الظفر.

٢. الإصابة بأمراض فطرية وجلدية.

٣. الأعمال اليدوية القاسية.

كيفية العناية بالأظفار في هذه الحالة:

يجب عدم القيام بعملية التطريف وعدم وضع الطلاء في حالة توافر التهاب، أما في حالة عدم توافر التهاب، فيكتفى ببرد الظفر وصقله ببودرة الصنفرة.

ز - تعسّر النمو: يتميز الظفر متعسّر النمو (Onychatrophia) بتضاؤل طبقة سطحه



وضموره، وفقد لمعانه فيصبح صغير الحجم وأحياناً

ينخلع بكامله، كما في الشكل (٣-١٤).

تُعزى أسباب تعسّر نموّ الظفر إلى:

١. الأمراض الداخلية، مثل: السكري.

٢. عدم تدفق الدم بالقدر الكافي؛ بسبب إصابة النسيج

الغشائي.

كيفية العناية بالأظفار في هذه الحالة:

• برد الظفر بنعومة من الجهة الناعمة للمبرد

الخشبي مع عدم استعمال أيّ آلة معدنية.

• حمايته من الإصابات والرضوض.

• حمايته من التعرّض للصابون والمسايق القويّة.

الشكل (٣-١٤): تعسّر النموّ.



ح - الظفر المقضوم (Onychophagy): يُقصد

به قضم الشخص أظفاره أو الجلد الذي

حول الظفر (اللحمية)، كما في الشكل

(٣-١٥)، فيتخذ الإصبع شكلاً منتفخاً،

وينتج عنه قساوة الإيهاب، وتظهر

اللحمية بوضوح، ويتعرّض الشخص

الشكل (٣-١٥): الظفر المقضوم.

للإصابة بالأمراض البكتيرية المتوافرة على الظفر والفم، ويحدث ذلك عادة نتيجة عصبية مكتسبة (اضطراب سيكولوجي).

يمكن تقديم النصح والإرشاد للشخص المصاب بهذه العادة باتباع ما يأتي:

١. امتلاك الإرادة للتغلب على هذه العادة.
٢. استعمال ألعاب يدوية مخصصة عند الشعور بالتوتر.
٣. استعمال مواد منفرة الطعم، مثل: كريم اليدين المعطر أو استعمال مواد مرة المذاق.
٤. وضع أظفار مستعارة للابتعاد عن وضعها بالفم.
٥. تدليك الأظفار باستعمال الزيت الخاص.
٦. برد الأظفار بنعومة ودفع اللحمية عن قاعدة الظفر وقصها.

ط - الأظفار الهشة وتشققها: تكون صفائح الظفر في الأظفار الهشة (Onycharrhexis)

أقل صلابة منها في الأظفار الطبيعية لذلك تتعرض للتكسر أو التشقق، كما في الشكل (٣-١٦)، وعندما تشقق الأظفار تصبح طبقتين، أو أكثر عند الطرف الحرّ طولياً، أو عرضياً نتيجة الاحتكاك اليومي بمواد

التنظيف والماء.

ومن العوامل المسببة لهشاشة الأظفار وتشققها ما يأتي:

١. كثرة تعريض الأظفار للماء والصابون مما يقلل من صلابة الخلايا القرنية التي يتكوّن منها الظفر.

الشكل (٣-١٦): الأظفار الهشة.

٢. إيذاء الأظفار نتيجة عدم إتقان عملية

التطريف والتدريم، أو كثرة تكرارهما مما يؤدي إلى تعرية الغطاء الكتيني.

٣. كثرة استعمال الطلاء ومزيلاته.

٤. قصور في الدورة الدموية كما يحدث لبعض الأشخاص في أثناء فصل الشتاء.

٥. فقر الدم ونقص الكالسيوم في أثناء الحمل والرضاعة أو نقص الفيتامينات والمعادن.

للوفاية من هشاشة الأظفار وتشققها، يُتبع الآتي:

- قصّ الأظفار وبردها بنعومة وخفّة.
- عدم استعمال الأدوات المعدنية حتى لا يتمّ كحت الغطاء الكتيني وجزء من صفيحة الظفر فيضعفها.
- استخدام طلاء مقوِّ للأظفار من غير تغطية هلالية الظفر.
- استخدام حمّام الزيت للأظفار والتدليك المستمرّ لهما.
- تناول الغذاء المتوازن بحيث يحتوي على كمّيات كافية من المعادن والفيتامينات.

ي - تسطح اللحمية (Hang nail): جزء منفصل



من اللحمية بجانب الظفر أو عند قاعدته، كما في الشكل (٣-١٧)، ممّا يسبّب ألمًا شديدًا ونزيفًا للجلد تُعزى أسبابه إلى:

الشكل (٣-١٧): تسطح اللحمية.

١. الجفاف الشديد للحميّة.
٢. استعمال الموادّ الكيميائيّة بكثرة ممّا يؤدّي إلى جفاف الجلد من حول الظفر.

٣. المبالغة في إزالة اللحمية في أثناء عملية التطريف.

يمكن معالجة المشكلة والعناية بالظفر بالطرائق الآتية:

- التغذية الجيدة المستمرة.
- عمل حمّام زيت لترميم الإيهاب أسبوعيًا وقصّ اللحمية المنفصلة بحذر.



- التدليك المستمرّ لأطراف الأصابع، مستعملًا كريمًا يحتوي على اللانولين وفيتاميني (A،E).
- أمّا إهمال هذه الحالة، فيسبّب التهابات للأظفار.

ك - التسرخس (Ptergium): نموّ شاذ للإيهاب كما في

الشكل (٣-١٨)، يؤدّي إلى التصاقه بقاعدة الظفر؛

الشكل (٣-١٨): التسرخس.

إذ يبدأ باختصار الزوايا الصغيرة من الظفر وقاعدته

المحيطة به، ويُعزى السبب الرئيس في ذلك إلى لسعة البرد.  
كيفية العناية بالأظفار في حالة التسرخس:

- التدليك المستمرّ حول السلامية الأولى للأصابع، وترطيب الجلد باستمرار، وعمل حمام زيتي لهما.
- قصّ اللحمية بحذر بعد دفعها برفق شديد لإزالة هذه الالتصاقات.



ل - نموّ الظفر في اللحم (Onychocryptosis): اختراق الظفر  
للأنسجة المحيطة به في إبهامي اليد والقدم، كما في الشكل  
(٣-١٩)، مسببًا التهابًا وآلامًا مبرحة.

الشكل (٣-١٩): نموّ  
الظفر في اللحم.

## أمراض الأظفار

٢

الظفر بطبيعته عنصر جمالي لإصابع اليدين والقدمين، ويضفي على الإنسان مسحة من الجمال وبخاصة المرأة، وهناك بعض المشاكل والأمراض التي يتعرّض لها الظفر، وتؤدي إلى ظهور علامات يمكن بواسطتها تعرّف بعض الأمراض الداخلية المؤثرة في صحّة الإنسان، وهذه الأمراض لا يمكن للمزّين التعامل معها أو معالجتها بل يجب نصح الشخص المصاب بمراجعة الطبيب المختص فورًا، وخاصة في الحالات الآتية:

- أ - الالتهاب: احمرار في الظفر وما يحيط به، ويمكن أن يكون مصحوبًا بتقرّح.
- ب- العدوى البكتيرية: دليلها القيح المحيط بالظفر وما حوله، والحالتان السابقتان متشابهتان لكنهما عادة تكونان متلازمتين في الظهور.
- ج- تضخم الجلد وانتفاخه حول الظفر على نحو أكثر منه في الوضع الطبيعي.
- ب- تعرّض طبقات الجلد والظفر التشريحية للتلف أو الإصابة في حالة حدوث أيّ طارئ ممّا يسبب الألم الشديد.



ومن الأمراض التي لا يسمح لعامله التجميل التعامل معها:  
أ - تقرّن الظفر (Onychaphosis): كما في الشكل  
(٣-٢٠)، ويُقصد به نموّ الطبقة القرنية حيث تكسو

الشكل (٣-٢٠): تقرّن الظفر.



سطح الظفر من الداخل يحدث بتجويف الظفر، وتساقط دوري لجزء من الظفر أو كله وقد يصيب ذلك أكثر من ظفر.

ب- انحلال الظفر: يُقصد بانحلال الظفر (Onycholysis) انفصال في سطح الظفر، ويمتاز برخاوة من غير أن يسقط، وتبدو الأظفار سهلة الانفصال وتحتها فراغ؛ أي المنطقة الممتدة بين صفيحة الظفر وأنسجة الإصبع.



الشكل (٣-٢١): الظفر المخلي.

ج- الأظفار المخليّة: يُقصد بالأظفار المخليّة (Claw Nail) كبر انحناء الظفر وزيادته فيصبح الظفر سميكًا مقوّسًا، مثل: المخلب، كما في الشكل (٣-٢١).

وللتمييز بين الظفر الطبيعي والمخلي، فإننا ننظر من الناحية الجانبيّة للظفر؛ فإذا كانت

زاويته أقلّ من  $180^\circ$  بين سطح الظفر وسطح الجلد الذي يغطّي جذر الظفر فإنّه يكون بحالة طبيعيّة، أمّا في حالة الظفر المخلي فتزيد الزاوية على  $180^\circ$ .

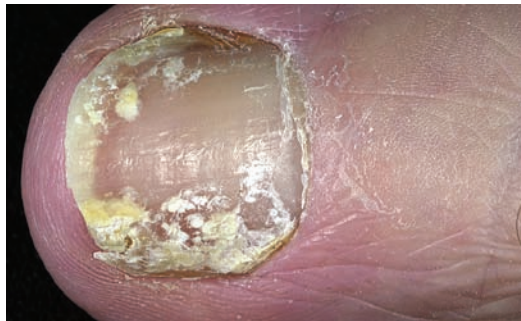


د - التهاب الأنسجة المحيطة بالظفر (Paronychia): التهاب النسيج الغشائي مكوّنًا صديدًا في رحم الظفر وورمًا حوله، مسببًا ألمًا شديدًا، كما في الشكل (٣-٢٢).

الشكل (٣-٢٢): التهاب الأنسجة المحيطة بالظفر.

هـ - التهاب الظفر الفطري (Onychomycosis): اضطراب له أشكال متعدّدة، كما في الشكل (٣-٢٣)، منها:

الشكل الأول ذو البقع البيضاء التي يمكن كشطها عن سطح الظفر (وهو الشكل المعروف للتهاب).



الشكل (٣-٢٣): التهاب الظفر الفطري.

أمّا الشكل الثاني الناجم عن الالتهابات، فهو خيوط طويلة صفراء داخل الظفر؛ أيّ أنّ المرض يغزو الأطراف، ثمّ ينتشر

نحو الجذر فيصبح الجزء الملتهب أغلظ ويتغيّر لونه السطحي وشكله غير المنتظم، في حين يكون الالتهاب في الشكل الثالث عميقاً في الطبقات الملتهبة فتصبح رقيقة غير منتظمة، وتعزّي الجزء المصاب فتكشف عن سرير الظفر وتظهر الطبقة المصابة، أمّا الشكل الرابع، فهو غير ظاهر لكنّه مؤلم بفعل الضغط، ويقلع الظفر في أغلب الأحيان.

و - الفطريّات الحلقية في اليدين: تظهر الفطريّات الحلقية (Ringworm) بصورة حبيبات حمراء على الأيدي على شكل بقع أو حلقات مع حكة خفيفة فورية وهي شديدة العدوى.

ز - القوباء الحلقية للقدم: تظهر القوباء الحلقية للقدم (Athletes Foot) بصورة حبيبات عميقة من غير لون؛ إمّا منفردة، وإمّا في مجموعات؛ وهي تسبّب حكة تظهر في بعض الأحيان على قدم واحدة.

تنتشر هذه الحبيبات على أخمص القدم وبين الأصابع وربّما تصيب بنية الظفر وتسبّب التهابه، وعندما تنفجر الحبيبات، يصبح الجلد أحمر ويرشح، ثمّ يجفّ في أثناء عملية الشفاء وقد يصبح هذا المرض مزمنًا.



ح - الثآليل: تنمو الثآليل (Warts) الفيروسية على أصابع اليدين والقدمين وعلى الجلد والغشاء المخاطي في كلّ مراحل العمر، كما في الشكل (٣-٢٤)، وهي تكون إمّا سطحية، وإمّا محدّبة قاسية، وإمّا طرية وفي معظم الأحيان، تكون معدية وقابلة للتقيح ذاتيًا وانتشارها يشبه الفطر، وتظهر عادة فوق الأماكن المعرّضة للضربات والضغط المستمر، مثل: أسفل القدمين، وظهر اليدين والقدمين، ومقدّمة الركبتين.

الشكل (٣-٢٤): الثآليل.

ط - الصدفة: تُحدث الصدفة حفرة صغيرة على سطح الظفر فيتهيّج سريره، ويساعده على تكوين مادة قرنية تفصل بين الظفر الجزئي أو الكلي، ويفقد الظفر لمعانه ويتغيّر لونه وسمكه.

## نشاط (٣-٣): مرض الثآليل الفيروسي

ابحث بوساطة مصادر المعرفة المتوافرة لديك في مرض الثآليل الفيروسي الذي يصيب اليدين والقدمين من حيث:

- ١- العوامل التي تساعد على انتشاره.
- ٢- كيفية الوقاية منها.

ثم ناقش مع زملائك في ما تتوصل إليه بإشراف المعلم.

### دراسة ميدانية

أجر أنت وزملاؤك دراسة ميدانية عن أسباب مشكلات اليدين والقدمين وأظفارهما في مجتمعك المحلي وطرق معالجتها، ثم ناقش - بإشراف المعلم - ما تتوصل إليه مع زملائك.

### الأسئلة

- ١- حدّد كيفية العناية بالأظفار في حالة ظهور المشكلات الآتية عليها:  
تموّج الأظفار، والظفر المكدم، وتعسر نموّ الظفر.
- ٢- بين السبب الرئيس للأمراض الآتية:  
أ - التهاب الأنسجة المحيطة بالظفر.  
ب - التقرّن في القدمين واليدين.
- ٣- علّل ما يأتي:  
أ - كثرة تعريض الأظفار للماء والصابون يؤدي إلى ظهورها هشّة ومتشقّقة.  
ب - ينصح التدليك المستمرّ في حالة تسرخس الأظفار.  
ج - صناعة الثوب الوافي من الأقمشة الناعمة.

لاحظت إحدى المعلمات طالبة في المرحلة الأساسية تقضم أظفارها باستمرار بالإضافة إلى شعورها بالاكئاب وعدم الراحة.

بناءً على ذلك:

- ابحث عن أسماء أخرى لهذه المشكلة التي تعانيها هذه الطالبة. كيف يتم تشخيصها؟
- ما أسباب هذه المشكلة؟
- ما أهم الأعراض المصاحبة لهذه المشكلة؟
- ما مدى توافر هذه المشكلة في المحيط المدرسي، والمجتمع المحلي؟
- كيف يمكنك تقديم الإرشادات والنصائح التي تساعد هذه الطالبة على التخلص من هذه المشكلة بالتعاون ما بين معلّمتها وذويها.

اليدين وسيلة مهمّة للتعبير عن الانفعالات في أثناء التخاطب، ويستعملان في تأدية الأعمال المختلفة؛ لذا، فمن الضروري العناية بهما جيّداً، والمحافظة على سلامتهما، وحسن مظهرهما، وتجنّب إلحاق الضرر بهما، وهذا يستدعي استعمال أدوات وموادّ ومستحضرات وأجهزة ومعدّات خاصّة للعناية باليدين والقدمين؛ لإعطاء الشكل المطلوب للأظفار.

### الأدوات



تتطلّب العناية بالأظفار استعمال أنواع مختلفة وخاصّة من الأدوات، بحيث تسهّل عمليتي



التطريف والتدريم، ويجب العناية الفائقة بهذه الأدوات من حيث تنظيفها وتعقيمها بعد كلّ استعمال حتى لا تنقل العدوى بين الزبائن.

أ - مقصّات الأظفار (Nail Scissor):

الشكل (٣-٢٥): مقصّ الأظفار العادي.

من المقصّات المستعملة للأظفار ما يأتي:

١. مقصّ الأظفار العادي: مصنّع من المعدن، ومتوافر بأشكال وحجوم مختلفة، كما في الشكل (٣-٢٥)، وهو يستعمل لقصّ الطول الزائد في أظفار اليدين.



الشكل (٣-٢٦): مقصّ أظفار القدم.

٢. مقصّ أظفار القدم الخاصّ: مصنّع من المعدن، ومتوافر بأشكال وحجوم مختلفة، ومجهّز بحافّة خاصّة مستقيمة، كما في الشكل (٣-٢٦)، وهو يستعمل لتقليم أظفار القدمين؛ لأنّها أكثر قساوة من أظفار اليدين.

ويجب قصّ ظفر القدم بشكل عرضي مستقيم مع تدوير قليل جداً من زوايا الظفر، تفادياً لانغراز الظفر في الجلد الذي قد ينتج من ضغط الحذاء على الأظفار.

٣. مقصّ اللحميّة (Cuticle Nippers): مقصّ معدني له نصلان حادّان وذراعان،



الشكل (٣-٢٧): مقصّ اللحميّة.

كما في الشكل (٣-٢٧)، على طرف أحد الذراعين رافعة تُسهّل فتحهما عند الضغط عليهما براحة اليد، ويعمل النصلان على قصّ اللحميّة الزائدة في قاعدة الظفر وجوانبه.

ب- المبارد: تستعمل بعد تقليم الأظفار بالمقصّ، بحيث تظهر زوائد خشنة حول الطرف الحرّ

للظفر، لذلك يجب تنعيم الظفر باستعمال المبارد (Nail File)، الذي يتوافر منه عدّة أشكال، هي:

١. المبارد الحديدي (Metal Nail File):

يتوافر بأشكال وحجوم مختلفة، وهو مصنّع من معدن متين ومرن، كما في الشكل (٣-٢٨)، وللمبارد وجهان؛ خشن لرسم شكل الظفر المطلوب والمناسب وتحديدّه، وناعم لتنعيم حوافّ الظفر وتنظيمها.

٢. المبارد الحديدي الخاصّ بأظفار القدم:

مبارد مصنّع من معدن أكثر صلابة، كما في الشكل (٣-٢٩)، وهو أكثر خشونة ليناسب صلابة أظفار القدم، ويستعمل لتنعيم أظفار القدم بعد تقليمها بالمقصّ الخاصّ.

٣. المبارد الخشبي (Emery Board):

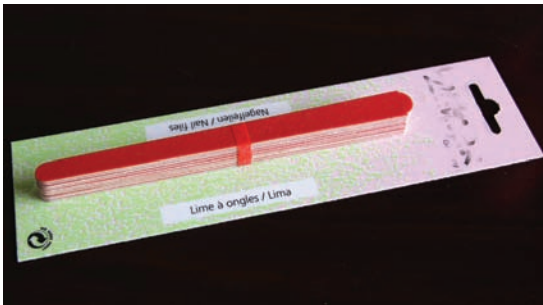
وهو مصنوع من خشب المبادج، كما في الشكل (٣-٣٠)، وله وجهان؛



الشكل (٣-٢٨): المبارد الحديدي.



الشكل (٣-٢٩): المبارد الحديدي لأظفار القدم.

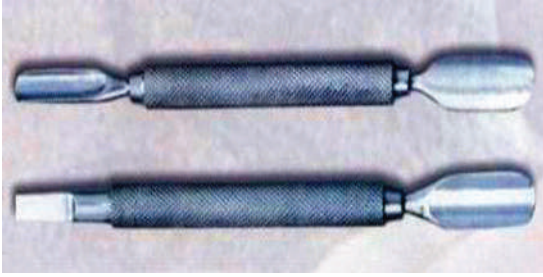


الشكل (٣-٣٠): المبارد الخشبي.

أحدهما خشن ويستعمل لإزالة الزوائد الخشنة المتبقية على الظفر بعد عملية البرد بالمبرد الحديدي التي تظهر بعد عملية النقع بوضوح، والآخر ناعم يستعمل لتنعيم الأظفار الرطبة والجافة، كما يستعمل المبرد الخشبي لترتيب الأظفار الضعيفة أو التي تعاني مشاكل، ويتم التخلص منه بعد كل استعمال.

### علل: عدم استعمال المبرد الحديدي للأظفار الرطبة والهشة الضعيفة.

ج- الدافعة: أداة تشبه الملعقة المفلطحة (Pusher) وفي بعض الأحيان يكون لها طرف رفيع مدبب، وهي تستعمل بعد عملية نقع الأظفار بالماء الدافئ والصابون، ثم يوضع كريم حول الظفر لتطرية اللحمية المتمادية واللحمية حول الظفر، وتهيئتها لدفعها للخلف بسهولة ويسر، حتى يسهل قصها بمقص اللحمية كقطعة واحدة، ولها ثلاثة أشكال:



الشكل (٣-٣١): الدافعة المعدنية.

١. الدافعة المعدنية: مصنوعة من فولاذ لا يصدأ، ولها طرفان؛ كما في الشكل (٣-٣١)، عريض ويستعمل لدفع اللحمية حول الظفر، ورفيع مدبب يستعمل لرفع اللحمية.



الشكل (٣-٣٢): الدافعة البلاستيكية.

٢. الدافعة البلاستيكية: مصنوعة من مادة البلاستيك، كما في الشكل (٣-٣٢)، ولها طرفان؛ عريض يستعمل لدفع اللحمية حول الظفر، ورفيع مدبب يستعمل لتنظيف الحواف تحت الظفر وما حوله، كما تستعمل لإزالة الطلاء الزائد عن جوانب الظفر.



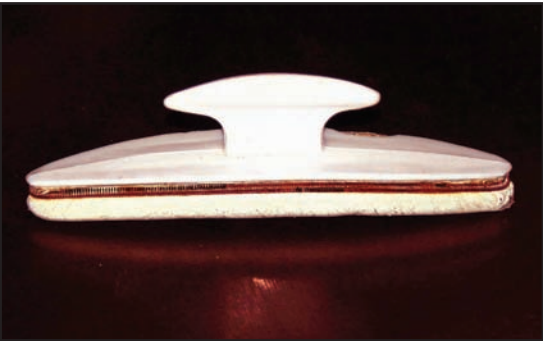
الشكل (٣-٣٣): الدافعة الخشبية.

٣. الدافعة الخشبية: عصاة من خشب البرتقال، كما في الشكل (٣-٣٣)، مزوّدة طرفها بمطاط قاسٍ نسبياً وشكلها كحدوة الحصان، ولها طرفان؛ عريض يستعمل لدفع اللحمية حول الظفر، وآخر رفيع مدبب يستعمل للتنظيف مع مادة مزيّلة للبقع تحت الظفر، أو لوضع المحاليل، أو الزيوت والكريمات حول الظفر.



الشكل (٣-٣٤): سكين الظفر.

د - سكين الظفر (Nail Knife): أداة معدنية تشبه السكين الصغيرة، ولها مقبض بلاستيكي، كما في الشكل (٣-٣٤)، وهي تستعمل لإزالة اللحمية المتصقة على جوانب الظفر والقاعدة التي لم يتم دفعها بالدافعة.



الشكل (٣-٣٥): صاقل الظفر.

هـ - صاقل الأظفار (Buffer): أداة تزيل الشوائب المتوافرة على سطح الظفر فتنعّمه وتعطي اللمعان الطبيعي له، وتنشط الدورة الدموية في سرير الظفر، ولا تجفف الأظفار أو تضرّ بها كما يفعل الطلاء، ويتوافر الصاقل على شكلين، هما:

١. أداة خشبية أو بلاستيكية مغطاة

(بالشمواه)، كما في الشكل (٣-٣٥)، مع إطار يمكن إزالته وتبديله، ويستعمل لتوزيع المعجون الملمّع على الظفر.





الشكل (٣-٣٦): صاقل إسفنجي.

٢. إسفنج قاس له ثلاثة جوانب، ويتوافر بحجوم وأشكال مختلفة، كما في الشكل (٣-٣٦)، ووجهه الخشن يخشّن سطح الظفر بشكل ضعيف، ووجهه متوسط الخشونة يستعمل بحركة خفيفة جداً مستمرة من غير

ضغط كثير على الظفر حتى يصبح الظفر لامعاً، أمّا الجهة الناعمة، فهي تكمل الحركة السابقة حتى يصبح الظفر أكثر لمعاناً.

و - فرشاة الأظفار (Nail Brush): تستعمل لتفريش الأظفار، كما في الشكل (٣-٣٧)،



الشكل (٣-٣٧): فرشاة الأظفار.

من آثار الزيوت والكريمات المستعملة على الظفر بعد الانتهاء من عملية التطريف بالكامل وذلك بغمسها بالماء الدافئ والصابون، وتتم بحركة سريعة على سطح الظفر وتحتّه باتجاه واحد من قاعدة الظفر حتى طرفه.

ز - مبراش خاصّة للقدم: تستعمل لتخفيف

التقرّانات وإزالة الجلد الجافّ من كعب القدم، ومن الحواف الجانبية؛ فهي تعمل عمل حجر الخفاف، ولها وجهان؛ خشن، وناعم، كما في الشكل (٣-٣٨).



الشكل (٣-٣٨): مبراش القدم.

وتستعمل مواد وأدوات أخرى في أثناء تقديم خدمات العناية باليدين والقدمين، يتوافر منها ما يستعمل مرّة واحدة، ويتمّ التخلّص منه بعد الاستعمال، وفي ما يأتي سرد لها:

١. قطن معقم: يستعمل لتعقيم الجروح، وإزالة طلاء الأظفار.



الشكل (٣-٣٩): وعاء لنقع أظفار اليدين.

٢. أوعية فارغة: تستعمل لنقع أظفار اليدين والقدمين، كما في الشكل (٣-٣٩)، ووعاء آخر فيه كحول لتعقيم الأدوات المعدنية.

٣. محارم معقمة وقابلة للامتصاص: تستعمل مرّة واحدة بدل المنشفة.

٤. قطع من (الشمواه): تستعمل لاستبدال (الشمواه) الملوّث عن الصاقل.

٥. مناشف: تستعمل لتجفيف اليدين والقدمين، ويجب أن يكون حجمها مناسباً.

٦. وسادة جلديّة: تستعمل لإسناد يد

الزبون عليها في أثناء عملية التطريف.

٧. ملعقة خشبيّة: تستعمل لأخذ كمية الفازلين أو الكريم المناسبة من العلبه.

٨. مبعده الأصابع الإسفنجيّة: كما في الشكل (٣-٤٠)، تستخدم في عملية

التدريب وذلك لتجهيز عملية الطلاء.

٩. سلّة مهملات.



الشكل (٣-٤٠): مبعده الأصابع الإسفنجيّة.

## الموادّ والمستحضرات

٢

تستعمل موادّ ومستحضرات تساعد على العناية باليدين والقدمين في أثناء القيام بعملية التطريف والتدريب وتسهّل تقديم هذه الخدمات، وللمحافظة على الأظفار، يجب استعمال المستحضرات ذات النوعيّة الجيدة، ومنها:

- ضرورة قراءة التعليمات المرفقة مع المستحضرات قبل الاستعمال.
- عند التحسّس من الموادّ المستعملة، يجب غسل اليدين مباشرة.



الشكل (٤١-٣): مزيل الطلاء.



الشكل (٤٢-٣): مزيل الزوائد اللحمية.



الشكل (٤٣-٣): مبيض الأظفار.

أ - الكحول (٧٠٪): يستعمل في وعاء محكم الإغلاق لتعقيم أدوات عمليتي التطريف والتدريم، كما يرش في بنّاخ على أظفار القدم قبل البدء بالعمل.

ب- مزيل طلاء الأظفار: يستعمل لإزالة الطلاء عن الظفر قبل البدء بعمليتي التطريف والتدريم، انظر الشكل (٤١-٣).

ج- الزيت الخاصّ للزوائد اللحمية: يستعمل لتطرية الجلد وتلينه حول الظفر واللحمية الملتصقة بهيكله؛ ليسهل دفعها، ويتوافر بشكل سائل شفاف تُطلى به اللحمية أو على شكل كريمات كثيفة تُفرك بها اللحمية الجافة، من مثل زيت البرافين.

د - مزيل الزوائد اللحمية: يحتوي على (٢٪ - ٥٪) من الصوديوم وهيدروكسيد البوتاسيوم مع الجليسرين، ويعمل على تطرية الزوائد اللحمية، وبالتالي اهتراء اللحمية وإذابتها، انظر الشكل (٤٢-٣).

هـ - مبيض الأظفار: يحتوي على أصباغ بيضاء (أكسيد الزنك، وثاني أكسيد التيتانيوم)، وله شكل يشبه القلم الأبيض، كما في الشكل (٤٣-٣)، ويستعمل لإزالة البقع عن الأظفار وتحت الحواف ومن الأطراف.

و - مزيل البقع: سائل يحتوي على بروكسيد الهيدروجين وحموض عضوية مخففة على شكل سائل، يمزج بمواد أخرى ليصبح معجوناً فتشكل طبقة بيضاء تزيل البقع عند وضعها تحت الظفر أو على سطحه.



ز - طلاء الأظفار: تحتوي معظم مركبات الطلاء على (نيتروسليولوز) وزيوت طيارة يضاف إليها زيت الخروع وألوان مختلفة، كما في الشكل (٣-٤٤)، وتتعدّد أشكال الطلاء واستعمالاته، مثل: مقوي الأظفار، ومرقّق طلاء الأظفار، وطبقة الأساس، ومجفّف طلاء الأظفار، والطبقة النهائيّة.

الشكل (٣-٤٤): طلاء الأظفار بألوان متعدّدة.

ح - بودرة الشبّة: تستعمل في حال حدوث جروح في أثناء عمليتي التطريف والتدريم.  
ط - الأظفار الصناعيّة: وتكون على شكلين كالآتي:

١. أظفار على شكل بودرة: مسحوق بودرة ومحمول سائل خاص، تستعمل لتغطية الظفر المكسور أو التالف، ولتحسين مظهر الظفر القصير أو ذي الشكل الرديء، ولحماية الظفر من الكسر والتشقّق، وللسيطرة على عادة قضم الأظفار.

٢. الأظفار الجاهزة: أظفار مصنوعة من

البلاستيك أو النايلون، وتكون ملوّنة، أو شفّافة، أو مزخرفة بإكسسوارات مختلفة الأشكال، كما في الشكل (٣-٤٥)، ويجب اتباع التعليمات الخاصّة بها عند الاستعمال، مع مراعاة حجم الظفر الصناعي لكل



الشكل (٣-٤٥): الأظفار الجاهزة.

إصبع وقصّه وتقليمه وبرده حسب الشكل المطلوب، واستعمال اللاصق الخاصّ.

#### زيارة ميدانيّة

زر مراكز بيع مستحضرات العناية باليدين والقدمين، وتعرّف أكثر المستحضرات استعمالاً، ثمّ اكتب في جدول أسماء المستحضرات، والبيانات المكتوبة على عبواتها من حيث: موادّ التركيب، وإرشادات الاستعمال، ومحاذير الاستعمال، والسعر في السوق، وغيرها من البيانات الأخرى.

نحتاج في أثناء تقديم خدمات العناية باليدين والقدمين إلى أجهزة ومعدّات، تساعد على إنجاز العمل بشكل أفضل وأسرع.

أ - الأجهزة: تستعمل الأجهزة لمعالجة بعض المشكلات التي تظهر على الجلد والأظفار، والمحافظة على صحتها ومظهرها، ومنها ما يأتي:



الشكل (٤٦-٣): جهاز تدليك للقدمين.

١. السخان الكهربائي: جهاز كهربائي خاص بتسخين الزيت المستعمل لحمام الزيت للأظفار.

٢. أجهزة التدليك: أجهزة كهربائية خاصة تستعمل لإجراء تدليك لليدين والقدمين، كما في الشكل (٤٦-٣).



الشكل (٤٧-٣): جهاز تجفيف طلاء الأظفار.

٣. جهاز تجفيف طلاء الأظفار: جهاز كهربائي خاص، يستعمل لتجفيف الطلاء، بعد وضعه على الأظفار، كما في الشكل (٤٧-٣).



الشكل (٤٨-٣): جهاز نقع القدمين.

٤. جهاز كهربائي لنقع القدمين، كما في الشكل (٤٨-٣): جهاز خاص يوضع فيه الماء الدافئ والكحول؛ لنقع القدمين وتعقيمهما.



الشكل (٤٩-٣): جهاز التطريف الكهربائي.

٥. جهاز التطريف الكهربائي، كما في الشكل (٤٩-٣): جهاز كهربائي خاص، يستعمل لإجراء عملية التطريف آلياً.

٦. جهاز الأشعة فوق البنفسجية: جهاز تعقيم كهربائي، يستعمل لتعقيم الأدوات المعدنية المستعملة في عمليتي التطريف والتدريب.



الشكل (٥٠-٣): كرسي المزيّن مقابله كرسي الزبون.

ب- الأثاث: يساعد الأثاث الخاص على إنجاز عمليات العناية باليدين والقدمين بشكل أسهل وأسرع، كما يوفر الراحة لكل من الزبون والمزيّن في أثناء تقديم الخدمة، ومنه ما يأتي:

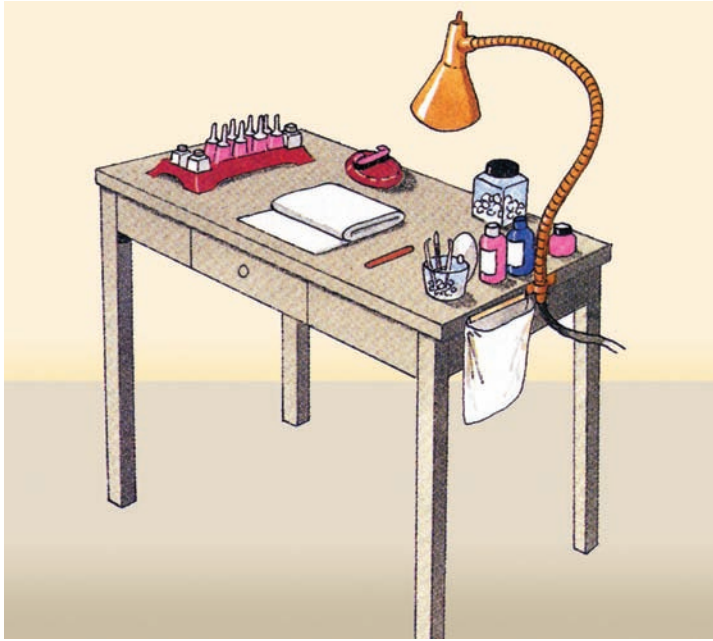
١. كرسي خاص بالزبون عند عمل التطريف، وآخر خاص بالمزيّن عند القيام بخدمة التطريف، كما في الشكل (٥٠-٣).



الشكل (٥١-٣): كرسي التدريب للمزيّن مقابله كرسي الزبون.

٢. كرسي خاص بالزبون عند عمل التدريب، وآخر خاص بالمزيّن عند القيام بخدمة التدريب، كما في الشكل (٥١-٣).

٣. الطاولة الخاصّة بعمليتي التطريف والتدريب، كما في الشكل (٣-٥٢): تكون مجهزة بمصباح متحرّك، وتحتوي على أدراج لحفظ الأدوات والموادّ فيها.



الشكل (٣-٥٢): طاولة التطريف والتدريب.

يجب تحضير الطاولة الخاصّة قبل البدء بعملية التطريف أو التدريب؛ لأنّ تحضيرها يساعد على إنجاز العمل بشكل أسرع، ويتمّ تحضير الطاولة وتنظيفها وترتيب الأدوات والموادّ والمستحضرات عليها بشكل متسلسل وحسب الحاجة، ويوضع على سطح الطاولة ما يأتي:

الوسادة في الوسط وعليها منشفة، وعلى الجهة اليمنى من المزيّن توضع عبوات مزيل الطلاء؛ الكحول، والقطن، والمبارش (حسب أولويّة

الاستعمال)، وعبوة تحتوي على الكحول لتعقيم الأدوات المعدنية، وبجانب الوسادة، يوضع المبرد الخشبي، والصاقل، والمبرد الحديد، وعصا خشب البرتقال.

يتوافر في نهاية طرف الطاولة يمين المزيّن، وعاء فيه ماء دافئ، وصابون سائل معقم، وفرشاة أظفار، ويفضّل في الجهة اليسرى وضع عبوات الطلاء، ومبعدة أصابع القدم على نهاية طرف الطاولة يسار المزيّن، ويعلّق على جانب الطاولة الأيمن كيس مهملات صغير أو توضع سلّة المهملات على الأرض، كما يوضع كرسي مريح على جانبي الطاولة للزبونة وآخر للمزيّن.

## تحضير طاولة التطريف والتدريب

تمرين

١-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تحدد الاحتياجات اللازمة لعملية التطريف والتدريب .
- ٢- تحضر طاولة التطريف والتدريب بالطريقة الصحيحة.

### المعلومات الأساسية

يجب تحضير طاولة التطريف والتدريب مسبقاً؛ إذ يسرّع ذلك في إنجاز العملية، ويعطي مظهرًا جيّدًا للزبائن، ويقصد بالتحضير تنظيف الطاولة بشكل جيّد، وترتيب الأدوات والموادّ عليها وحسب استعمالها. مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
- طاولة مع ضوء متحرّك. - مخرّطة.	- ماء أكسجيني (٣٪). - مزيل طلاء.
- كرسي للمزّين وآخر للزبون. - وعاء للماء.	- كحول (٧٠٪). - ملمّع نهائي.
- ملعقة خشبيّة. - صاقل.	- صابون سائل. - كريم مطرّ.
- فرشاة أظفار. - مناشف عدد (٢).	- ماء دافئ. - مقويّ أظفار.
- مبرد حديدي. - مقصّ لحميّة.	- بودرة شبّه. - معجون ملمّع.
- مبرد خشب. - مقصّ أظفار.	- مزيل اللحميّة. - قطن.
- مبرشة القدم. - دافعة.	- رذاذ مجفّف طلاء.
- سلّة مهملات. - وعاء خاصّ للقطن.	- عبوات طلاء بألوان مختلفة.
- وعاء لتعقيم الأدوات.	- محارم ورقية.
- عصا خشب البرتقال.	- مطهرّ.
- جهاز الأشعة فوق البنفسجيّة.	

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	حضّر نفسك والزبون للعمل.	



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	<p>ضع الكرسي الخاصّ بالمزّين وكرسي الزبون قريبين من بعضهما أمام طاولة التطريف.</p>	٢
	<p>امسح سطح الطاولة بمطهر مناسب.</p>	٣
<p>الشكل (١)</p>	<p>ضع منشفة نظيفة على مسند الطاولة ، كما في الشكل (١)، ثم ضع الوسادة الخاصّة -إن وجدت- فوق المنشفة، وغطّ الوسادة بمنشفة أخرى .</p>	٤
	<p>اطو منشفة لتسند يد الزبون عليها، كما في الشكل (٢)، في حال عدم توافر الوسادة الخاصّة .</p>	٥
<p>الشكل (٢)</p>	<p>ضع عبوات الكريمات، وزجاجات المحاليل، وزجاجات الطلاء حسب الأولوية في الاستعمال على يسار المزّين، كما في الشكل (١) .</p>	٦

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	اغمر الأدوات المعدنية بالسائل الكحولي.	٧
	الصق كيسًا بلاستيكيًا للمهمات على يمين الطاولة، من جهة المزيّن إذا لم تتوافر سلّة مهمات.	٨
	ضع الوعاء المخصّص للماء بشكل جانبي.	٩
	<p>ضع على يمين المزيّن الأدوات الآتية، كما في الشكل (١)، مع المحافظة على درج طاولة التطريف نظيفًا مرتّبًا:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- الصاقل .</li> <li>- المبرد المعدني .</li> <li>- المبرد الخشبي .</li> <li>- الكحول المطهر .</li> <li>- وعاء للقطن .</li> <li>- وعاء الماء .</li> <li>- فرشاة الأظفار .</li> </ul>	١٠

## تمارين ممارسة

نقذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- رتب طاولة التطريف ترتيبًا آخر حسب إمكانيات مشغلك.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كل تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## الأسئلة

- ١- علّل ما يأتي:
  - أ- وضع عبوات الكريّمات والزجاجات حسب الأولويّة في الاستعمال .
  - ب- يعدّ السائل المطهّر عنصرًا مهمًّا عند تحضير طاولة التطريف للقيام بالعمل .
  - ٢- تزويد طاولة التطريف بمصدر إنارة كهربائي متحرّك.
  - ٣- وضّح استعمال كلّ من الآتية :  
مزيل الطلاء، والصاقل، والمبرد الخشبي، والفرشاة، والمخدّة .

## رابعًا العناية بأظفار اليدين

لإظهار جمال اليدين، يجب إعطاء الأظفار الشكل الطبيعي الذي يلائم شكل الأصابع وحجمها، وتشتمل العناية بأظفار اليدين على إجراء عملية التطريف (Manicure) على عدّة مراحل، هي:

قصّ الأظفار، وبردها، وتنظيفها، وصقلها، ودفع اللحميّة وإزالتها، وعمل حمّام زيت للأظفار الضعيفة لتقويتها، وإخفاء بعض عيوب الأظفار، وذلك بشكل صحيح ومتسلسل.

### ١ مراحل عملية التطريف

تمر عملية التطريف بالمرحلة الآتية:

- أ - إزالة الطلاء القديم: يتم ذلك بغمس قطعة من القطن بمادّة (الأسيتون) مع عدم تلويث الأنسجة المحيطة بالظفر، ويجب إزالة الطلاء لملاحظة توافر أيّ مشكلات على الظفر.
- ب - تقليم الأظفار: يستعمل مقصّ الأظفار لذلك، حيث يجب أن يكون شكل الأظفار وطولها مناسبًا لمهنة الزبون، لذلك يتمّ التشاور مع الزبون قبل البدء بالتطريف.

### فكر

يجب عند قصّ الظفر تركه أطول قليلاً عن الطول المرغوب للزبون.

- ج - برد الأظفار: ويتمّ باستعمال المبرد الحديدي لتشكيل الظفر الطبيعي، أمّا الأظفار الرطبة والجافة فيستعمل لها المبرد الخشبي، كما أنه يستعمل للأظفار الهشّة والضعيفة.
- د - نقع اليدين: بعد إتمام عملية البرد، يتمّ نقع اليدين بالماء الدافئ والصابون السائل المعقم، وذلك لتطهير الجلد المحيط بالأظفار وتطريته لتسهيل إزالته.
- هـ - إزالة اللحميّة: يجب تطرية اللحميّة بالمطري الخاصّ، الذي يجعلها مرنة ويسهل دفعها، حيث يُستعمل الطرف العريض من الدافعة المعدنيّة أو الخشبيّة لدفعها، أمّا الطرف

المدبب للدافعة، فيُستعمل لرفع اللحمية والتنظيف تحت الطرف الحرّ للظفر، وبعد تحرير اللحمية بالدافعة يُستعمل المقصّ الخاصّ لقصّ اللحمية، ويجب الحرص الشديد لئلا يتمزق الجلد المحيط بالظفر.

## للمناقشة

إذا جرحت لحمية ظفر زبون مصاب بمرض السكري في أثناء قيامك بإجراء عملية التطريف لأظفاره، فكيف تتصرّف في هذه الحالة؟ ما النصيحة التي تقدّمها للزبون المصاب بالسكري؟  
ناقش هذه الحالة وزملاءك بإشراف المعلم.

و - صقل الظفر: يتمّ تلميع الظفر باستعمال الصاقل الخاصّ والمعجون، إذ ينعم الظفر ويعطيه لمعة طبيعيّة، يفضّلها بعض الناس على ملمّع الأظفار الملونّ.

## إرشادات عامّة للعناية باليدين

٢

للمحافظة على الشكل الطبيعي للأظفار، ينبغي مراعاة ما يأتي:

- أ - وضع قليل من الكريم تحت الظفر؛ لمنع وصول الأتربة إليه قبل القيام بالأعمال المنزليّة.
- ب - لبس قفازين واقية لليدين عند استعمال بعض موادّ التنظيف المخرّشة أو عند استعمالها بشكل متكرّر.
- ج - حفظ الأظفار جافة قدر الإمكان وذلك بالإسراع في تجفيفها بعد الغسل؛ لأنّ الماء قد يسبّب الأكزيما لليدين في فصل الشتاء، أمّا الاستعمال المتكرّر للصابون والمذيبات والموادّ الأخرى فإنّه يزيل الزيت الطبيعي عن الجلد؛ بسبب احتوائه على موادّ قلووية مخرّشة للأظفار واليدين.
- د - قصّ الأظفار الهشّة وتقليمها، حتى تعود لحالتها الطبيعيّة، ويمكن استعمال الطلاء الزيتي لتقويتها مع تدليك الجلد الرقيق المحيط بها يوميًا بكريم مغدّد؛ لتعويض بعض الدهن وعدم استعمال طلاء الأظفار مدّة من الوقت.

- هـ - الرفق بالظفر في أثناء عملية التطريف والامتناع عن هذه العملية كلياً في حالة توافر موانع لها حتى تعود الأظفار إلى حالتها الطبيعية.
- و - الحرص على غسل الأظفار جيداً بعد استعمال المركبات الكيميائية التي قد تسبب تلوثاً في الأظفار، مثل: أصباغ الشعر، وبعض الحموض الكيميائية، ونواتر الفضة.
- ز - عدم استعمال المركبات التي تستعمل لزيادة صلابة الأظفار، مثل: محلول الفورمالين؛ لأنها تؤدي إلى نتائج عكسية، وإلى نمو الجلد حول الظفر.
- ح - الإسراع في علاج الأمراض الجلدية؛ مثل: الأمراض الفطرية، والصدفية، والأكزيما حيث تُسبب فقد الجلد ملمسه، وتؤدي إلى تغيرات في الظفر.
- ط - الاهتمام بالتغذية وذلك بتناول مركبات الكالسيوم، والفيتامينات، والحديد، وخاصة فيتامين (أ) في دور النقاهة من المرض في أثناء الحمل والرضاعة.
- ي - الحرص على تجنب عادة الضغط على أطراف الأصابع.
- ك - غمس المرفقين في زيوت التطرية الخاصة، مثل: زيت اللوز أو كريمات التطرية، ودعكهما بمنشفة خشنة أو حجر الخفاف.
- ل - استعمال ما نسبته (١ - ٢٪) من محلول الشبة؛ لنقع الأظفار به مدة (١٠) دقائق، مما يجعلها قاسية.
- م - استعمال محلول مكوّن مما نسبته (٩٥٪) من ماء الورد وحمض الليمون بنسبة (٥٪) لإزالة البقع عن اليدين.

### نشاط (٣-٤): تصميم نشرة إرشادية

صمم مطوية أو نشرة إرشادية تتعلق بالإرشادات العامة للمحافظة على الأظفار واليدين، ثم وزعها على الطلبة في المدرسة وأفراد المجتمع المحلي.

## تطريف أظفار اليدين

تمرين

٢-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تفحص يدي الزبون، وتبين شكل الأظفار.
- ٢- تطرّف أظفار اليدين؛ لإعطائها الشكل المناسب.

### المعلومات الأساسية

يحسّن تطريف أظفار اليدين مظهرهما، ويخلصهما من اللحمية الجافة، ويعمل على تطرية الجلد، ويتطلب تطريف أظفار اليدين مهارة وحرصاً في عدم المبالغة فيه حتى لا تتأثر الأنسجة المحيطة بالظفر. مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
- طاولة مع ضوء متحرك. - مقصّ لحمية.	- مقوّي أظفار. - معقم.
- كرسي للمزّين وآخر الزبون. - مبرد خشب.	- مزيل اللحمية. - قطن معقم.
- سلّة مهملات. - صاقل.	- ملمّع أساسي. - كريم مطرّ.
- وسادة لإسناد اليد. - فرشاة أظفار.	- معجون ملمّع. - مطهّر.
- مناشف عدد (٢). - مبرد حديدي.	- رذاذ مجفّف طلاء. - ملمّع نهائي.
- وعاء ماء لنقع أطراف اليدين. - دافعة.	- ماء أكسجين (٣٪). - ماء دافئ.
- جهاز الأشعة فوق البنفسجية.	- صابون سائل.
- عصا خشب البرتقال.	- عبوات طلاء بألوان مختلفة.
- وعاء لتعقيم الأدوات.	- مناديل ورقية.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	حضّر نفسك والزبون للعمل.	١

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	حضّر طاولة التطريف، كما في تمرين تحضير طاولة التطريف.	٢
	اجلس أنت والزبون متقابلين، وبالطريقة الصحيحة لأداء العملية.	٣
	قرب مصدر الضوء من منطقة العمل، وتأكد من كفاية الإنارة.	٤
	اطلب إلى الزبون نزع حلي اليدين إن وجدت.	٥
	افحص يدي الزبون، وتأكد أنهما سليمتان، وغير مصابتين بأمراض تمنع القيام بالعملية، ثم تبيّن شكل الأظفار.	٦
	ضع يد الزبون على الوسادة الخاصة على طاولة العمل أو المنشفة المطوية، كما في الشكل (١).	٧
الشكل (١)	أزل الطلاء القديم عن الأظفار إن وجد.	٨
	تشاور والزبون بشأن الشكل المطلوب للظفر، معتمداً على نوعيّة الأظفار في تحديد الشكل المناسب، بحيث يكون شكل الظفر متطابقاً مع رؤوس الأنامل؛ لإعطاء شكل طبيعي ومقبول.	٩





الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="459 637 602 687">الشكل (٢)</p>	<p data-bbox="812 301 1354 709">١٠ امسك مقصّ الأظفار بإحدى يديك، كما في الشكل (٢)، ثمّ ضع إصبع الزبون بين الإبهام والسبابة والوسطى ليدك الأخرى، وابدأ بقصّ الطرف الحرّ للظفر على أن يكون إبهامك ضاغطاً من الأعلى على يد المقصّ.</p>	
 <p data-bbox="459 1092 602 1142">الشكل (٣)</p>	<p data-bbox="812 753 1354 1081">أمّا في حال استعمال مقصّ الأظفار ذي الرافعة فامسكه بحيث يكون إبهامك للأعلى وسائر الأصابع للأسفل، كما في الشكل (٣)، ثمّ قصّ الظفر، بحيث يكون أطول قليلاً من الطول المطلوب.</p>	
	<p data-bbox="812 1124 1354 1321">١١ أكمل قصّ الأظفار الحرّة لأصابع اليد كلّها، مبتدئاً بالخنصر، وماراً بالأصابع الوسطى، ومنتهيّاً بالإبهام.</p> <p data-bbox="812 1343 1354 1474">١٢ اتّبع الخطوات نفسها في قصّ أظفار اليد الأخرى.</p>	
 <p data-bbox="459 1801 602 1852">الشكل (٤)</p>	<p data-bbox="812 1496 1354 1845">١٣ امسك المبرد بحيث يكون الإبهام أسفله وسائر الأصابع فوقه وقریباً من نهايته، كما في الشكل (٤)، مراعيّاً استعمال الجانب الخشن لتقصير الظفر الحرّ والناعم لتنظيم حافة الظفر الخارجيّة.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="386 650 531 701">الشكل (٥)</p>	<p data-bbox="736 297 1276 919">١٤ ابرد الأظفار حسب الشكل المتفق عليه مع الزبون على أن تكون الأظفار متساوية الأطوال في الجزء الحرّ من كلّ منها، مبتدئاً بالخنصر، وماراً بالأصابع الوسطى، ومنتهيًا بالإبهام، ومراعياً البرد من أطراف الأظفار إلى الوسطى باتجاه واحد، كما في الشكل (٥)، وابدرد الجوانب من غير التعمّق عند زوايا الأظفار.</p>	
 <p data-bbox="386 1262 531 1312">الشكل (٦)</p>	<p data-bbox="736 956 1276 1301">١٥ اغمر اليد التي تمّ برد أظفارها في وعاء فيه ماء دافئ وصابون سائل، كما في الشكل (٦)، ثمّ أكمل برد أظفار اليد الأخرى من الخنصر وحتى الإبهام، كما في اليد الأولى.</p>	
 <p data-bbox="386 1786 531 1836">الشكل (٧)</p>	<p data-bbox="736 1334 1276 1600">١٦ امسك المنشفة بكلتا يديك، واطلب إلى الزبون رفع يديه من وعاء النقع، وجفّفهما جيّداً وخاصة ما بين الأصابع، كما في الشكل (٧).</p> <p data-bbox="736 1629 1276 1830">١٧ استعمل محلول مزيل الجلد الجافّ (الحميّة) إن وجد، وذلك بلفّ قطعة قطن رقيقة على العصا الخاصّة، ومسكها</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="459 655 602 709">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="817 294 1346 556">كما يُمسك قلم الرصاص، كما في الشكل (٨)، ويمكنك وضع فازلين أو مطرّ حول الظفر في حال عدم توافر مزيل الجلد الجافّ.</p>	١٨
 <p data-bbox="459 1255 602 1310">الشكل (٩)</p>	<p data-bbox="817 589 1346 1081">حرّر الجلد الجافّ (اللحميّة) المحيطة بالأظفار برفق وبطء شديدين، بحيث تميل العصا أو الرافعة زاوية (٣٠°) على الظفر، كما في الشكل (٩)، حتى لا تؤلم الزيون عند القيام بعملية الدفع، مراعيًا ترطيب الجلد (اللحميّة) بالماء في أثناء العمل.</p>	١٩
 <p data-bbox="459 1779 602 1834">الشكل (١٠)</p>	<p data-bbox="817 1113 1346 1452">ضع الدافعة أو العصا في وضع أفقي مع الظفر؛ لإزالة اللحميّة الميتة المتمادية من غير أن تخدش سطح الظفر، مراعيًا تجنّب الضغط الشديد في أثناء ذلك، ومستعملًا الطرف المطاطي للعصا.</p>	٢٠
 <p data-bbox="459 1779 602 1834">الشكل (١٠)</p>	<p data-bbox="817 1485 1346 1823">نظّف تحت الطرف الحرّ للظفر وذلك باستعمال العصا الخاصّة، وامسكها، كما في الشكل (١٠)، ثمّ لفّ طبقة من القطن، واغمرها في الماء والصابون لتنظيف الأظفار، مراعيًا تنظيف الطرف الحرّ،</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="376 650 541 703">الشكل (١١)</p>	<p data-bbox="740 301 1275 497">ومبتدئاً من الوسط باتجاه الجوانب مع الضغط الخفيف من كلا الجانبين، كما في الشكل (١١).</p> <p data-bbox="740 528 1275 803">٢١ اغمس قطعة من القطن بالماء الأوكسجيني المخفف، ولفّها على العصا، ومرّرها تحت نهاية الطرف الحرّ للظفر؛ لتبييضه في حال توافر صبغات تحت الظفر.</p>	
 <p data-bbox="376 1183 541 1236">الشكل (١٢)</p>	<p data-bbox="740 834 1275 1249">٢٢ امسك مقصّ اللحمية باليد، بحيث تكون الحافة الحادة إلى الأسفل، وثبت السبابة عند التقاء مقبض المقصّ بالمفصل، وضع الإبهام على الذراع الأيسر لمقصّ اللحمية، وسائر الأصابع على الذراع الأيمن له، كما في الشكل (١٢).</p>	
 <p data-bbox="376 1620 541 1672">الشكل (١٣)</p>	<p data-bbox="740 1271 1275 1686">٢٣ قصّ الجلد الجافّ (اللحمية) بمقصّ اللحمية الخاصّ، كما في الشكل (١٣)، وذلك بالضغط على ذراعي المقصّ وتحريكه باتجاه اللحمية بحركة منتظمة؛ لتحرير اللحمية عن قاعدة الظفر قطعة واحدة.</p>	
	<p data-bbox="740 1720 1275 1852">٢٤ اغمر اليد الأخرى في وعاء الماء والصابون عند البدء بقصّ لحمية الإصبع الأوسط</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	<p>للبيد الأولى، ثم تابع قصّ لحمية الأصابع المتبقية.</p>	
	<p>ضع بوساطة الإبهام كريمة أو مطرياً حول جوانب الأظفار وقاعدتها، على أن يكون ذلك برفق وبحركة دائرية.</p>	٢٥
	<p>نظّف الأظفار بالفرشاة بوضع اليدين فوق وعاء الماء والصابون باتجاه السهم، كما في الشكل (١٤)، واحرص على إزالة بقايا الزيوت والكريمات، ثمّ نشّف اليد والأظفار جيّداً بالمنشفة.</p>	٢٦
<p>الشكل (١٤)</p>	<p>ابرد حافة الأظفار جميعها؛ لإعطائها شكلاً ناعماً ومستويًا باستخدام المبرد الخشبي الناعم، كما في الشكل (١٥).</p>	٢٧
	<p>اغسل الأظفار بغمسها بوعاء الماء والصابون؛ لإزالة الزيوت العالقة بها بعد عملية التطريف بالكامل.</p>	٢٨
<p>الشكل (١٥)</p>	<p>ضع كمية من المعجون الملمّع على الأظفار بوساطة عصا خشب البرتقال، ومدّها باتجاه نهاية الطرف الحرّ بباطن إبهامك.</p>	٢٩

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٦)</p>	<p>امسك صاقل الظفر بإحدى يديك بحيث يكون مقبضه من الأعلى وإصبع السبابة فوقه والإبهام أسفله من الجهة اليسرى، والوسطى والبنصر تحت المقبض من الجهة اليمنى، والإصبع الخنصر في نهاية الصاقل، كما في الشكل (١٦).</p>	٣٠
 <p>الشكل (١٧)</p>	<p>اصقل بخفة الأظفار بالصاقل حتى تحصل على منظر براق وصحّي، وذلك من (١٥-٢٠) لمسة باتجاه واحد، كما في الشكل (١٧)، على صفيحة الظفر، على أن تكون باتجاه الطرف الحرّ وذلك في حال عدم رغبة الزبون بوضع ملمّع الأظفار.</p>	٣١
	<p>طهّر الأدوات المعدنية، وعقمها في جهاز التعقيم، واحفظها فيه لحين الاستعمال.</p>	٣٢
	<p>تخلّص من المواد المستهلكة بوضعها في سلّة المهملات.</p>	٣٣
	<p>نظّف طاولة التطريف، وعقمها، ثمّ أعد الموادّ والأدوات إلى مكانها المخصّص، ثمّ رتب المكان.</p>	٣٤
	<p>اغسل يديك، وطهّرها جيّدًا.</p>	٣٥

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- عملية تطريف أظفار اليدين لأحد زملائك في المشغل.
- عملية تطريف أظفار اليدين لعدد من زبائن المشغل وذلك بتطبيق الشكل المناسب لرؤوس الأصابع، مراعيًا طبيعة عمله.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كل تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محددة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## الأسئلة

علّل ما يأتي:

- ١- جلوس الزبون والمزّين متقابلين في أثناء عملية التطريف.
- ٢- وضع يد الزبون على الوسادة الخاصّة أو المنشفة في أثناء تنفيذ العملية.
- ٣- إزالة الطلاء عن الأظفار قبل عملية التطريف.
- ٤- استعمال الطرف الخشن من المبرد عند تقصير طرف الظفر الحرّ.
- ٥- تكون الحافة الحادّة من مقصّ اللحميّة في الجهة السفلى عند مسكه.
- ٦- الضغط على ظفر الزبون من الأعلى عند قصّه.
- ٧- برد الأظفار باتجاه واحد.
- ٨- غمر اليدين بالماء والصابون بعد بردهما.
- ٩- التركيز على تجفيف ما بين أصابع اليدين.

## ٣ حمام زيت الأظفار

إحدى طرائق العناية بالأظفار بوساطة الزيت الدافئ، لماله من أثر كبير في الأظفار وما حولها؛ حيث يحافظ على صلابتها ويحميها من الهشاشة والتشققات التي تصيبها، وكذلك يعمل على حماية اللحمية من الجفاف وانسلاخها أو التصاقها الشديد بقاعدة الظفر.

### للمناقشة

ناقش وزملاءك بإشراف معلّمك الأسباب التي تؤدّي إلى تشقق الأظفار، وجفاف الجلد المحيط بها.

تتمّ العناية (المعالجة) أسبوعياً بنوعين من الزيوت، هما:

أ - الزيوت الجاهزة: وذلك بلفّ قطعة من القطن على عصا خشب البرتقال، وغمسها بقليل من الزيت الجاهز، وفرك سطح الظفر ومحيط اللحمية بها بحركة دائرية، وذلك بتدليك الأصابع بها جيّداً.

ب - الزيوت النباتية، مثل: زيت الزيتون، وزيت اللوز، وزيت البرافين، وللاستفادة من الزيوت الطبيعية، يجب تدفئتها قبل تدليك الأظفار بها، وذلك بوضع الزيت في حمام مائي ساخن أو عن طريق السخان الكهربائي الخاصّ.

### فكر

ما العناصر الطبيعية التي تتوافر في الزيوت وتفيد الأظفار والجلد المحيط بها؟



## حمّام الزيت للأظفار

تمرير

٣-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:


- ١- تختار نوع الزيت المناسب.
- ٢- تنفّذ حمّام الزيت للأظفار.

### المعلومات الأساسية

يصاب الجلد بالجفاف نتيجة للأحوال البيئية واستعمال المستحضرات غير المناسبة له، وكذلك الأظفار التي قد تضعف أو تصبح هشّة للأسباب ذاتها، وتلين الزيوت النباتية الجلد الجاف، وتقوي الأظفار الضعيفة الهشّة.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
منشفة، ووعاء معدني صغير، وسخّان كهربائي خاص، ومبرد خشبي، وصاقل، ودافعة خشبية أو عصا خشب البرتقال، ووعاء يتسع للوعاء المعدني الصغير فيه ماء ساخن، فرشاة خاصة.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- زيت نباتي.</li> <li>- مناديل ورقية.</li> <li>- صابون سائل.</li> <li>- مطهر.</li> <li>- ماء دافئ.</li> <li>- كحول.</li> <li>- مزيل الطلاء.</li> </ul>

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	حضّر نفسك والزبون للعمل.	١
	حضّر الأدوات والمواد اللازمة، وأجر عملية التطريف لأظفار اليدين، كما في التمرين (٢-٣).	٢
	ضع وعاء الزيت في وعاء أكبر مخصّص للماء الدافئ، كما في الشكل (١).	٣

الشكل (١)

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>٤ اسكب كمية من الزيت في الوعاء الأول، كما في الشكل (٢)، بحيث تكفي لتغطية الأظفار إلى أول مفصل من مفاصل الأصابع والإبهام.</p>	
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>٥ سخّن الزيت في حمام مائي ساخن، كما في الشكل (٣)، حتى تصبح درجة حرارته مناسبة، وفي حال توافر الجهاز الخاصّ بتسخين الزيت، ضع إناء الزيت في السخّان الكهربائي الخاصّ.</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>٦ اجلس الزبون أمامك، واجلس منتصبًا والظهر مستقيم، والأكتاف مرتاحة وبارتفاع صحيح، والساقان متوازيتان وليستا متقاطعتين.</p> <p>٧ ارفع وعاء الزيت من الحمام المائي أو السخّان الكهربائي.</p> <p>٨ اطلب إلى الزبون أن يضع أصابع يديه في إناء الزيت الدافئ، كما في الشكل (٤).</p> <p>٩ اترك الأظفار مغمورة في الزيت مدة (١٠-١٥) دقيقة حتى يبرد.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>ارفع اليدين من الإناء، وادلك المنطقة المحيطة بالأظفار والأصابع وراحة اليد، كما في الشكل (٥).</p>	١٠
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>امسح بقايا الزيت عن اليد بالمناديل الورقية، كما في الشكل (٦)، واطلب إلى الزبون أن يغمس يديه في وعاء به ماء دافئ وصابون.</p>	١١
 <p>الشكل (٧)</p>	<p>فرش الأظفار جيّدًا بالفرشاة الخاصّة، كما في الشكل (٧).</p>	١٢
	<p>جفّف اليدين جيّدًا.</p>	١٣
	<p>نظّف تحت الظفر بعصا خشب البرتقال ملفوف عليها قطعة قطن مغموسة بالكحول؛ للتأكد من عدم بقاء آثار للزيوت.</p>	١٤
	<p>طهّر أدوات العمل، وعقمها، وأعدّها إلى مكانها.</p>	١٥
	<p>نظّف مكان العمل.</p>	١٦

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- افحص أظفار زملائك، واختر مَنْ يحتاج منهم إلى حمّام زيت.
- طبّق عملية حمّام الزيت للأظفار.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## الأسئلة

- ١- علّل ما يأتي:
  - أ- وضع الزيت بحمّام مائي دافئ، وليس على النار مباشرة.
  - ب- عمل تدليك للمنطقة المحيطة بالأظفار.
  - ج- تدفئة الزيت قبل استعماله مباشرة.
- ٣- ما نوع الأظفار التي ينصح بعمل حمّام زيت لها؟ ولماذا؟

## خامسًا العناية بأظفار القدمين

يصاب كثير من الناس بأوجاع وآلام في أقدامهم، إذ يقع ثقل الجسم بكامله عليهما، وهذا يُضعف الدورة الدموية فيهما؛ بسبب اختفائهما داخل الحذاء؛ لذا، لا بدّ من العناية بهما، بحيث يشمل ذلك أظفار القدمين، وإجراء عملية التدريم (Pedicure) لهما، وإزالة التقرّانات والجلد الجافّ في قاع القدم بشكل متسلسل.

### ١ مراحل عملية التدريم

تمرّ عمليّة التدريم بالمراحل الآتية:

- أ - غسل القدمين وتعقيمهما: برشّهما بالكحول المخفّف.
- ب - إزالة الطلاء القديم إن وجد: بالطريقة نفسها المستعملة للتطريف.
- ج - تقليم الأظفار: تقصّ أظفار القدمين بشكل عرضي مستقيم. بمقصّ الأظفار الخاصّ بالقدمين.
- د - برد الأظفار: يستعمل المبرد الحديدي الخاصّ بأظفار القدمين لتنعيمها بعد القصّ.
- هـ - نقع القدمين: تنقع القدمان بالماء الدافئ والصابون السائل المعقّم، وذلك لتطهير الجلد، كما يساعد ذلك على تطرية التقرّانات الموجودة في القدمين.
- و - إزالة الجلد الجافّ باستعمال المبرشة: يزال الجلد الجاف في قاع القدم (الكعب) أو التخفيف منه إن وجد، وذلك عن طريق استعمال الموادّ المقشّرة، أو المبرشة البلاستيكية الخاصّة.
- ز - تجفيف القدمين: تستعمل المناشف لتجفيف القدمين، ويجب أن يكون حجم المناشف مناسبًا لهما.
- ح - سائل إزالة اللحمية: توضع مادّة خاصّة مزيلة للحميّة، تعمل على إذابة اللحمية، ويجب غسل القدمين من هذا المحلول، منعًا للتحسّس، أو يمكن إزالة اللحمية كما في عملية التطريف.
- ط - صقل الظفر: كما في عملية التطريف.

### نشاط (٣-٥): العناية بالقدمين

- افحص أقدام أفراد عائلتك باحثًا عن أعراض تأثير الأحذية غير المناسبة، وقدم النصيحة لهم.

## تدريب أظفار القدمين

تمرين

٣-٤

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تتفحص قدمي الزبون بالطريقة الصحيحة.
- ٢- تدرّم أظفار القدمين بالطريقة الصحيحة.

### المعلومات الأساسية

يتطلب تدريب أظفار القدمين مهارة حيث يحسّن من مظهر أصابع القدمين وأظفارهما وكذلك يخلصهما من الحوافّ الجافّة من أسفل القدمين فيطريهما، ويحافظ بشكل مستمرّ على نظافتهما فيحميهما من احتمال توافر البكتيريا والفطريات بين الأصابع، كما يساعد التدريب على تنشيط الدورة الدموية في القدمين، والتخلّص من آثار التعب.

مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	الموادّ اللازمة
طاولة مع ضوء متحرّك، وكروسي العامل، وكروسي الزبون الخاصّ بعملية التدريب، وملعقة خشب، ومناشف عدد (٢)، ووعاء لتعقيم الأدوات فيه كحول، وسلّة مهملات، ومخدّة مغطّاة بمنشفة، ومبعدة الأصابع، ومقصّ الأظفار الخاصّ بالقدم، ومبرد الأظفار الخاصّ بالقدم، والدافعة السكين، ومنظف، وعصا خشب البرتقال، ومقصّ لحميّة، وحجر الحفاف أو مبرد القدم، وبنّاخ فيه كحول، وفرشاة الأظفار، ووعاء كهربائيّ لنقع الأقدام أو حوضا بلاستيك.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- كريم مطرّ / فازلين.</li> <li>- مطهر بيرمنغنات البوتاسيوم.</li> <li>- مزيل لحميّة.</li> <li>- أسيتون.</li> <li>- ماء دافئ.</li> <li>- صابون سائل.</li> <li>- كحول (٧٠٪).</li> <li>- بودرة الشبّة.</li> <li>- معجون الصنفرة.</li> <li>- قطن معقم.</li> <li>- مناديل ورقية.</li> </ul>

الرقم	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرسوم التوضيحية
١	حضّر نفسك والزبون للعمل.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	<p>٢ حضر طاولة التدريم، كما في التمرين (٣-١).</p> <p>٣ أجلس الزبون على الكرسي الخاص بعملية التدريم، إن وجد، كما في الشكل (١)، وإلا فأجلسه على كرسي عادي على أن يكون كرسي المزيّن مقابل له وأقل ارتفاعاً من كرسي الزبون؛ لراحة القدم وسهولة العمل، كما في الشكل (٢).</p>	
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>٤ اطلب إلى الزبون خلع الحذاء والجوارب.</p> <p>٥ رشّ أظفار القدم ببخاخ مملوء بالكحول.</p> <p>٦ افحص قدمي الزبون للتحقق من أنّهما سليمتان، وغير مصابتين بأيّ أمراض.</p>	
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>٧ انقع القدمين في الماء الدافئ في أحد الحوضين، مضافاً إليه المطهر، مثل: بيرمنغنات البوتاسيوم لتعقيمها مدة (٣-٥) دقائق، كما في الشكل (٣).</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>٨ انقل القدمين إلى الحوض الثاني الذي يحتوي على ماء دافئ وصابون، وهنا يمكن أن يستخدم وعاء النقع الكهربائي فهو مزوّد برجاج لعمل تدليك في أثناء النقع، كما في الشكل (٤).</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	ارفع القدمين من الوعاء، ولفهما بالمنشفة الموضوعة على الوسادة أو المسند الخاص، ثم جففهما جيّداً وخاصة بين الأصابع، كما في الشكل (٥).	٩
الشكل (٥)	أزل طلاء الأظفار لكلتا القدمين على التوالي.	١٠
	امسك مقص الأظفار الخاص بالطريقة الصحيحة، وقصّ أظفار القدم على نحو أطول من الطول المرغوب به قليلاً، على أن يكون القصّ بشكل مستقيم تجنّباً لانغراز زوايا الظفر باللحم، كما في الشكل (٦)، مبتدئاً بالإصبع الكبير.	١١
الشكل (٦)	أدخل مبعدة الأصابع بين أصابع القدم، أو استعمل القطن الجافّ بين الأصابع.	١٢
	ابرد أظفار القدم اليسرى بالمبرد الخاصّ للقدم، كما في الشكل (٧)، مع تدوير خفيف عند زوايا الطرف الحرّ بحيث يحافظ على الشكل المستقيم للظفر.	١٣
الشكل (٧)	أعد القدم اليسرى لحوض النقع بعد إزالة مبعدة الأظفار، وكرّر العملية السابقة باتباع الخطوات (١١-١٣) للقدم الأخرى.	١٤



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p data-bbox="459 585 604 635">الشكل (٨)</p>	<p data-bbox="811 301 1349 642">١٥ أخرج القدم الأخرى من حوض النقع، وجفّفها، ثمّ استعمل المبرد الخشبي لتنعيم الطرف الحرّ، مراعيًا اتجاه المبرد من زاوية الطرف الحرّ للظفر إلى وسطه وبخفّة، متّبعا اتجاه السهم، كما في الشكل (٨).</p>	
 <p data-bbox="459 960 604 1011">الشكل (٩)</p>	<p data-bbox="811 760 1349 956">١٦ ضع كميّة من الفازلين أو الكريم حول الجلد الجافّ (اللحميّة) لتطريته، كما في الشكل (٩).</p>	
 <p data-bbox="459 1354 604 1404">الشكل (١٠)</p>	<p data-bbox="811 1081 1349 1845">١٧ حرّر الجلد الجافّ باستعمال قطعة قطن رقيقة ملفوفة على الدافعة الخشبيّة، أو باستعمال الدافعة المعدنيّة بمسكها، كالقلم وبزاوية (٤٠°) تقرّيبًا مع قاعدة الظفر، وادفع اللحميّة المتمادية بخفّة للخلف حتى تظهر هلاليّة الظفر، كما في الشكل (١٠)، ثمّ حرّر اللحميّة المتصلة بالظفر بسكين الظفر، كما في الشكل (١١)، ويمكن وضع مزيل اللحميّة ودفعها للخلف، مراعيًا عدم استخدام الدافعة المعدنيّة.</p>	
 <p data-bbox="459 1747 604 1797">الشكل (١١)</p>		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٢)</p>	<p>١٨ قصّ اللحمية بالمقصّ الخاصّ، كما في الشكل (١٢)، مراعيًا عدم حدوث جروح وإذا حدث ذلك استعمل بودرة الشبّة أو الكحول خوفًا من حدوث التهاب.</p>	
 <p>الشكل (١٣)</p>	<p>١٩ كرّر العملية السابقة للقدم الأخرى.</p> <p>٢٠ نظّف تحت الظفر بمنظّف الأظفار أو بالعصا الخشبيّة التي لُفّ عليها قطن رقيق، واغمسها بالماء والأكسجين المخفّف، ونظّف تحت الظفر، كما في الشكل (١٣).</p>	
 <p>الشكل (١٤)</p>	<p>٢١ افرك سطح القدم وأخمصها باستعمال معجون الصنفرة الخاصّ بإزالة الخلايا الميتة، ثمّ رطب أخمص القدم؛ وابدأ بحفّ الجلد الجافّ في كعب القدم؛ إمّا بحجر الحفّاف وإمّا بالمبرشة الخاصّة بذلك، كما في الشكل (١٤).</p>	
 <p>الشكل (١٥)</p>	<p>٢٢ اغمس القدم بالماء، ثمّ ارفعها، وجفّفها جيّدًا، وافرك الأظفار لإزالة أي أثر للمعالجة عن الظفر والبشرة بفرشاة الأظفار، كما في الشكل (١٥)، وتأكد من عدم وجود أيّ كريم حول الأظفار وتحتها بغمس الكحول بقطن ومسح الظفر وما حوله بها.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	كرّر الخطوات السابقة للقدم الأخرى، وتأكد من عدم توافر أيّ موادّ عالقة على الأظفار والبشرة.	٢٣
	طهّر الأدوات المعدنية، وعقمها في جهاز التعقيم، واحفظها فيه لحين الاستعمال.	٢٤
	تخلّص من الموادّ المستهلكة بوضعها في سلّة المهملات.	٢٥
	نظّف طاولة التدريم، ورتّب المكان.	٢٦
	اغسل يديك، وطهّرهما جيّدًا.	٢٧

## تمارين ممارسة

نقذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- عملية تدريم أظفار القدمين لأحد زملائك.
- اكتب خطوات العمل التي تتبّعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

يسهم التدليك بصورة فاعلة في تحسين الأثر النفسي والعضوي للزبون، وخاصة عند القيام بتدليك اليدين والقدمين.

### ١ حركات تدليك اليدين والقدمين

يعدّ التدليك أحد أهمّ منبّهات العضلات والأعصاب؛ لأنه يزيد من تدفق الدم للعضلات والعظام والجلد والأظفار، ويخلص المنطقة المدلّكة من تجمّع السوائل ونواتج الاحتراق من الأنسجة والعضلات والجلد، ويساعد الدورة الدموية اللمفاوية على تفرغ محتوياتها وإعادةها إليها، لذلك يجب تدليك اليدين والقدمين يدويًا وآليًا كلما أتيحت الفرصة.

### ما تأثير التدليك في الجلد والأعصاب والدورة الدموية والعضلات؟

الجلد هو العضو الأساسي للمسّ؛ فهو يستجيب بصورة كبيرة لحركات التدليك المختلفة، فيؤثر في الجلد، والأعصاب، والعضلات، والدورة الدموية.

#### أ - أثر التدليك في الجلد والأعصاب:

١. تأثير ميكانيكي لاتساع الشعيرات الدموية مما يؤدي إلى شعور الشخص بالدفء.
٢. تأثير منظّف في الطبقات السطحيّة للجلد؛ فيتخلّص من الخلايا الميتة ومن محتويات الغدد الدهنيّة، وبذلك يسهّل عملية الإفراز الدهني، ويسهّل حركة السوائل بالجلد ويمنع انحباسها.
٣. تتأثر عملية التنفّس بصورة بسيطة بوساطة الجلد في الحصول على كميّة وفيرة من الأكسجين، وقد تزداد هذه العملية عندما يكون الجلد في حالة جيّدة عن طريق التدليك.
٤. يساعد التدليك على تجديد حيويّة الأعصاب، ويستخدم في علاج التهابات الأعصاب وإصابات الحبل الشوكي.

#### ب - أثر التدليك في العضلات والدورة الدموية:

١. يزيد في النشاط الوظيفي؛ أي إفراز الموادّ الغذائيّة وامتصاصها للجزء الخاضع للتدليك.
٢. يؤخّر حدوث الضمور العضلي، خاصّة ضمور العصب المغذّي للعضلة.

٣. يزيد في مقدرة العضلات الحاملة على العمل والتخلص من التعب، مما يزيد من قوتها عن طريق زيادة كمية الدم التي تؤثر في النسيج العضلي.
٤. يزيل التدليك فضلات التعب العضلي الناتجة من احتراق المواد الغذائية للأنسجة في أثناء المجهود الزائد، مما يؤدي إلى سرعة امتصاص هذه الفضلات عن طريق سرعة جريان الدم.

## للمناقشة

للتدليك تأثير في الدورة اللمفاوية، ناقش زملاءك في ذلك بإشراف المعلم.

## ٢ موانع إجراء التدليك

- على الرغم من فوائد التدليك العديدة، إلا أنه توجد حالات يُمنع فيها إجراء التدليك لما قد يسببه ذلك من نتائج عكسية على الشخص، ومن هذه الحالات ما يأتي:
- أ - وجود التهابات في المنطقة المراد تدليكها.
  - ب - وجود ورم أو تجمع دموي في المنطقة المراد تدليكها.
  - ج - الإصابات الحادة للعضو، مثل: الحرق، والكسر، والجروح العميقة.
  - د - الحمل.

## ٣ إجراءات قبل التدليك

- قبل القيام بعملية التدليك هناك إجراءات يجب اتباعها، ومنها:
- أ - تحضير غرفة التدليك بحيث تكون درجة حرارتها مناسبة.
  - ب - تأكد المدلك أنه نزع الحللي من يديه، وأن تكون أظفاره قصيرة حتى لا يؤذي الزبون.
  - ج - على المدلك أن يتفحص جيدًا الجزء المراد تدليكه.
  - د - استعمال المواد المناسبة في عملية التدليك، التي تسهل عملية انزلاق يدي المدلك على العضو المدلك، ومن هذه المواد: بودرة التالك، والكريمات والمحاليل الخاصة بترطيب الجلد وتنعيمه، والزيوت العطرية، والزيوت النباتية.

- هـ - يجب على المدلك تدفئة مواد التدليك قبل استعمالها، وذلك بفركها جيّدًا بين يديه، حتى تتناسب مع حرارة جسم الزبون في أثناء العمل.
- و - يجب على المدلك أن يكون في حالة استرخاء وهدوء في أثناء عملية التدليك.

## فكر

هل يجب مراعاة ممنوعات التدليك وشروط العمل نفسها في أثناء التدليك باستعمال الأجهزة؟

## ٤ أنواع التدليك وأهميته

- أ - التدليك المسحي (Effleurage): النوع الأساسي في التدليك، يُبدأ فيه من الحدود البعيدة للعضو متّجهًا نحو المركز، حيث يُحدث تأثيرًا انعكاسيًا في نهايات الأعصاب، فيكون مسكّنًا ومهدّئًا، وهو على نوعين: سطحي، وعميق.
- ب - التدليك العجيني (Petrissage): يستخدم لتحسين العضلات والأنسجة الرخوة، وهو حركة تؤدّى بالقبض على الأنسجة تحت نطاق العمل باليد كلّها، أو اليدين، أو الأصابع، أو اليدين بصورة متوازية.
- ج - التدليك النقري (Tapotment): ضربات قصيرة تكون فيها الأصابع ممتدة أو مثنية بحيث تعمل على تليين الجلد واسترخاء العضلات.
- د - التدليك الارتعاشي (Shaking): وفيه تقوم اليد بعمل حركة ارتعاشية سهمية على العضلات، تُسهّم في إزالة التقلّصات العضلية، وتكون منبهة ومنشطة.

## فكر

تعدّ الأطراف السفلية أكثر المناطق حاجة إلى التدليك المستمرّ.

هـ - التدليك الاهتزازي (Vibration): يؤدّي هذا النوع من التدليك بهزّ العضو المدلّك بحركات توقيتية منتظمة في اتجاهات رأسيّة أو عرضيّة، تعمل على مرونة المفاصل، وارتخاء العضلات المتصلّبة.

و - التدليك بالضغط (Pressing): يستخدم للمناطق التي يصعب القبض عليها، فيؤدّي إلى تهدئة الألم ومنع الالتصاقات، وتتمّ بالضغط الدائري على الجزء المدلّك.

### نشاط (٣-٦): أجهزة التدليك الكهربائيّة

ابحث عن طريق مصادر المعرفة المتوافرة لديك في الأجهزة الكهربائيّة الخاصّة بتدليك اليدين والقدمين، ثمّ اجمع صوراً عن هذه الأجهزة، ودوّن مزايا كلّ جهاز، ومدى توافرها في الأسواق وصالونات التجميل، وأثمانها، ثمّ ناقش زملاءك في ما تتوصّل إليه بإشراف المعلّم.

## تدليك اليدين

تمرين

٥-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

١- تستعمل الكريم أو الزيت المناسب لتدليك اليدين.

٢- تدلك اليدين.

### المعلومات الأساسية

يُسهم تدليك اليدين في تروية الدم للعضلات والجلد، ويخلصهما من آثار التعب.

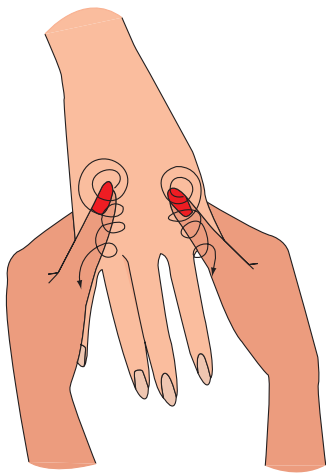
مستنزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
طاولة التطريف والتدريم، وكروسي المزين، وكروسي الزبون، ومناشف عدد (٢)، وفرشاة أظفار، وسلّة مهملات.	- كريم مرطّب. - زيت المساج الخاصّ. - كحول. - قطن. - مناديل ورقية.

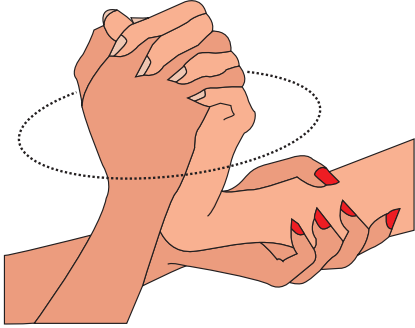
الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	حضّر نفسك والزبون للعمل.	١
	حضّر الأدوات والمواد اللازمة حسب تسلسل خطوات أداء العمل.	٢
	اجلس أنت والزبون بالطريقة الصحيحة.	٣
	نفذ خطوات تمرين تطريف الأظفار.	٤
	ضع قليلاً من الكريم أو الزيت بين راحتك، ثم ادعك جيّداً حتى ترتفع	٥



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	<p>درجة حرارة الكريم لتناسب مع حرارة جسم الزبون.</p> <p>وزّع الكريم على يد الزبون ورسغه بحركة مسحية من أطراف الأصابع حتى الرسغ.</p>	٦
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>امسك يد الزبون بثبات بإحدى يديك فوق الساعد واليد الأخرى فوق الكفّ، كما في الشكل (١)، واثن اليد ببطء إلى الخلف ثم إلى الأمام بحركة اهتزازية لتليينها، ثم كرّر الحركة (٣) مرّات.</p>	٧
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>أسند يد الزبون بإحدى يديك، كما في الشكل (٢)، وامسح كلّ إصبع بلطف وحده لتليّن مفصل مشط اليد والأصابع، ثم امسح بلطف رؤوس الأصابع، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات لكلّ إصبع.</p> <p>ثبّت مرفق الزبون على طاولة التطريف، وامسك اليد بكلتا يديك، وذلك راحة اليد بباطن الإبهامين تدليكاً مسحياً حسب اتجاه الأسهم، كما في الشكل (٣)، وبحركات دائرية متعاكسة، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	٨
		٩

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>أرح ذراع الزبون، وأسند الرسغ بإحدى يديك وبأصابع يدك الأخرى، وامسك كل إصبع وحده، وأدره بلطف بحركات اهتزازية دائرية واسعة عند قاعدة الإصبع (٣) مرّات باتجاه اليمين و(٣) أخرى باتجاه اليسار، كما في الشكل (٤)، وفي نهاية كل حركة، اسحب طرف الإصبع باتجاهك.</p>	١٠
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>امسك يد الزبون عند الرسغ، كما في الشكل (٥)، مع جعل الأصابع متّجهة للأسفل، وذلك بحركة دائرية مسحية حول الرسغ من الداخل للخارج، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	١١
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>دلك الأصابع بحركات زمبركية احتكاكية على ظهر الأصابع من القاعدة حتى أطرافها، منهيًا الحركة بمسح خفيف على رؤوس الأصابع، كما في الشكل (٦)، مع ضغط خفيف من القاعدة باتجاه الظفر، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	١٢
	<p>امسك رسغ الزبون بكنتا يديك على أن يكون إبهامك فوق الرسغ، وسائر أصابعك</p>	١٣

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٧)</p>	<p>أسفله، كما في الشكل (٧)، وذلك بلفّ يديك حول رسغ الزبون بحركات عجيبة متعاكسة، مُكرِّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	١٤
 <p>الشكل (٨)</p>	<p>امسك يد الزبون بخفّة، وضع إصبعي الإبهامين على ظهر كفّ الزبون متعاكسين. بمحاذاة بعضهما، وذلك ظهر اليد مسحياً على شكل (٨) متبّعاً الأسهم، كما في الشكل (٨)، مُكرِّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	١٥
 <p>الشكل (٩)</p>	<p>ضع يد الزبون في راحة إحدى يديك وبباطن إبهام يدك الأخرى، وذلك بحركات زمبركية من قاعدة الأصابع مروراً بمشط اليد حتى الرسغ، كما في الشكل (٩)، ثم أنزل بحركة مسح عميق على المشط حتى قاعدة الإصبع المجاور، مُكرِّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	١٦
 <p>الشكل (١٠)</p>	<p>أسند يد الزبون بإحدى يديك، كما في الشكل (١٠)، وذلك بباطني الإبهام والسبابة بحركات زمبركية على جوانب الأصابع، وأنزل بحركة مسح عميق على جوانب الأصابع، وكرّر الحركة (٣) مرّات، ثم أوقف الحركة بمسح خفيف عند رؤوس الأصابع.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١١)</p>	<p>١٧ امسك ساعد الزبون، وثبت الرسغ، كما في الشكل (١١)، على أن تكون أصابع يديك اليمنى متشابكة مع أصابع يده، وذلك بحركات دائرية اهتزازية واسعة مفصل الرسغ (٣) مرّات إلى اليمين وإلى اليسار، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	
 <p>الشكل (١٢)</p>	<p>١٨ أرح يد الزبون فوق طاولة التطريف، وذلك بحركات نقرية خفيفة بأطراف أصابع يديك وعلى التوالي مبتدئاً بكفّ اليد، كما في الشكل (١٢)، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p> <p>١٩ كرّر الحركات لليد الأخرى.</p> <p>٢٠ أزل بقايا الكريم الزيتي عن يد الزبون بالمناديل الورقية، وتخلّص منها بوضعها في سلّة المهملات.</p> <p>٢١ نظّف مكان العمل.</p> <p>٢٢ طهّر الأدوات، وعقمها، وغلفها، ثمّ أعدّها إلى أماكنها.</p> <p>٢٣ اغسل يديك وطهّرها.</p>	

## تمارين ممارسة

- نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:
- ذلك اليدين لزبائن المشغل .
  - اطلب إلى أحد زملائك تدليك يديك، وسجّل ملحوظاتك، وناقشه فيها.
  - اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
  - قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## الأسئلة

- علّل ما يأتي:
- ١- يوضع الكريم على يد الزبون ويفرك قبل البدء بعملية التدليك.
  - ٢- تتمّ معظم حركات التدليك بباطن الأصابع أو اليد.

## تدليك الطرف السفلي

تمرين

٦-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تستعمل الكريم المناسب لتدليك القدمين.
- ٢- تدلك القدمين بالطريقة الصحيحة.

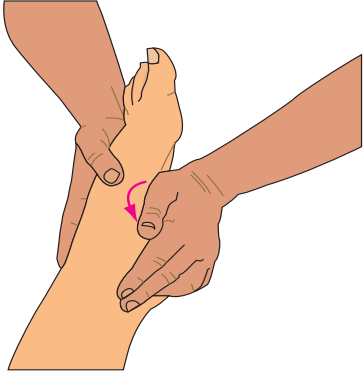
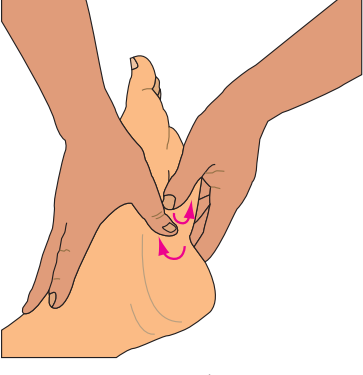
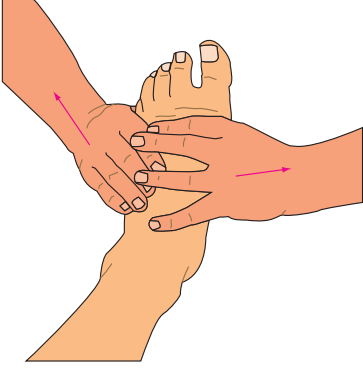
### المعلومات الأساسية

يزيد تدليك القدمين الدم فيهما، ويخلصهما من آثار التعب الناتج من الحركة المتواصلة خلال النهار أو الوقوف لساعات طويلة، ويلين المفاصل. مستلزمات تنفيذ التمرين

الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
<ul style="list-style-type: none"> <li>- كرسي الزبون الخاص، وكرسي المزين، ووسادة، ووعاء ماء، ومناشف عدد (٢).</li> <li>- جهاز تعقيم.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- كريم مرطب.</li> <li>- مطهر.</li> <li>- زيت المساج الخاص.</li> <li>- كحول.</li> <li>- قطن.</li> <li>- مناديل ورقية.</li> <li>- ماء.</li> </ul>

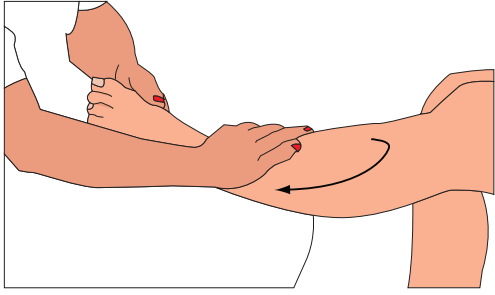
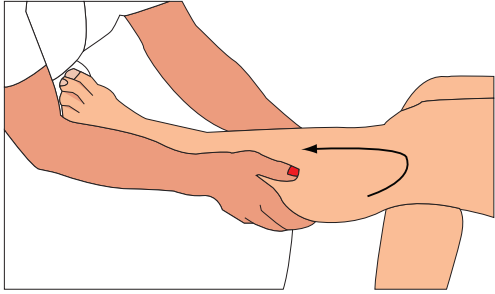
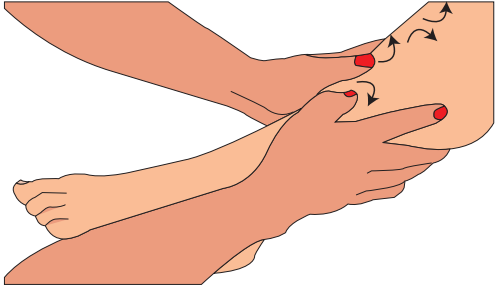
الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	<p>أولاً: تدليك القدم</p>	
	<p>١ حضر نفسك والزبون للعمل.</p>	
	<p>٢ حضر الأدوات والمواد اللازمة حسب تسلسل العمل.</p>	
	<p>٣ تأكد أن الزبون قد غسل قدميه.</p>	
	<p>٤ اجلس أنت والزبون بالطريقة الصحيحة، كما في الشكل (١).</p>	

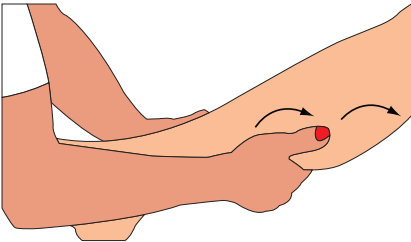
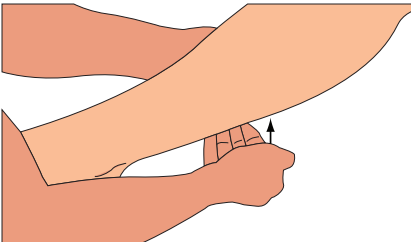
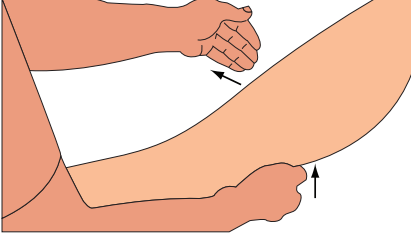
الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>٥ ضع قليلاً من الكريم الزيتي بين راحتيك، ثم ادعك يديك جيّداً حتى ترتفع درجة حرارة الكريم.</p> <p>٦ وزّع الكريم الزيتي على قدم الزبون وساقه.</p> <p>٧ دلك ظهر القدم بحركة مسحية، مبتدئاً من الأصابع وحتى الكاحل، حسب الأسهم، كما في الشكل (٢)، ثم العودة إلى نقطة البداية متّبعاً السهم.</p>	
 <p>الشكل (٣)</p>	<p>٨ دلك ظهر القدم بحركات نقرية متتالية باتجاه الأصابع، متّبعاً الأسهم، كما في الشكل (٣)، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	
 <p>الشكل (٤)</p>	<p>٩ امسك بيدك اليمنى لتدليك القدم اليمنى والعكس صحيح، ثم اثنِ أصابع يدك اليمنى ودلك باطن القدم بحركة دائرية، كما في الشكل (٤)، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>١٠ ذلك قوس القدم من الأسفل بحركة دائرية بكف يدك باتجاه معاكس لقدم الزبون، كما في الشكل (٥)، واليد الأخرى تسند القدم، مُكرِّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>١١ ذلك قوس القدم بحركة عجنية بباطن إبهامك، كما في الشكل (٦)، مُكرِّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	
 <p>الشكل (٧)</p>	<p>١٢ أرح القدم على مسند طاولة التدريم، وامسك القدم بيديك على أن تكون الأصابع على الوجه الأمامي للقدم وقرب الأصابع، والإبهامين إلى الأسفل، كما في الشكل (٧)، وذلك مع الضغط قليلاً أعلى القدم وأسفله، متّبعاً الأسهم.</p>	



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٨)</p>	<p>أرّح القدم على مسند طاولة التدريم، وذلك بإبهامك وبحركات زمبركيّة من الكاحل وحتى أصابع القدم، كما في الشكل (٨).</p>	١٣
 <p>الشكل (٩)</p>	<p>دلك الكاحل بأصابع يديك وبحركات زمبركيّة من كلّ جانب وحتى أصابع القدم، كما في الشكل (٩).</p>	١٤
 <p>الشكل (١٠)</p>	<p>امسك القدم بيدك اليسرى، كما في الشكل (١٠)، ثمّ امسك بالإبهام والسبابة لليد اليمنى كلّ إصبع وحده، ودلك بحركات زمبركيّة من قاعدة الإصبع وحتى السلاميّة الأخيرة لكلّ إصبع، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	١٥
 <p>الشكل (١١)</p>	<p>امسك كعب القدم بإحدى يديك، وامسك مشط القدم من الجانبين بيدك الأخرى، كما في الشكل (١١)، ودلك بحركات دائريّة واسعة مشط القدم (٣) مرّات إلى اليمين ثمّ إلى اليسار، مُكرّراً الحركة (٣) مرّات.</p>	١٦
	<p>أزل بقايا الكريم الزيتي عن قدم الزبون وساقه باستعمال المناديل الورقيّة، ثمّ تخلّص منها بوضعها في سلّة المهملات.</p>	١٧

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	نظّف مكان العمل ورتّبته.	١٨
	طهّر الموادّ والأدوات، وعقمها ثمّ أعدها إلى أماكنها.	١٩
	اغسل يديك وطهّرهما جيّدًا.	٢٠
	ثانيًا : تدليك الساق	
	نفّذ الخطوات من (١-٥) كما في البند (أولاً).	
	٦ أرح الساق على مسند طاولة التدريم، ودلك طوليًا بحركة مسحية، كما في الشكل (١٢)، ثمّ العودة إلى نقطة البداية، مُكرّرًا الحركة (٣) مرّات .	
	٧ ذلك الجهة الخلفية للساق بحركة مسحية، مبتدئًا من الجهة الخلفية للكاحل، وصعودًا إلى مفصل الركبة، متّبعا السهم، كما في الشكل (١٣)، والعودة أمام الساق، مُكرّرًا الحركة (٣) مرّات.	
	٨ ثبتّ قاع القدم على مسند طاولة التدريم، ودلك الساق بحركات دائرية عجنية معاكسة، كما في الشكل (١٤)، بباطن إبهامك، مُكرّرًا الحركة (٣) مرّات.	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١٥)</p>	<p>٩ ثبتت القدم بيدك اليسرى عند الكاحل، وذلك بحركات عجنية من أمام الساق إلى خلفه، متبعا للأسهم، كما في الشكل (١٥)، مكررا الحركة (٣) مرات.</p>	
 <p>الشكل (١٦)</p>	<p>١٠ ذلك خلف الساق بحركات نقرية مشكلا بكفي يديك شكل الفنجان، كما في الشكل (١٦)، وبحركات متتالية من الأسفل حتى أسفل مفصل الركبة، متبعا للأسهم، كما في الشكل (١٧)، مكررا الحركة (٣) مرات.</p>	
 <p>الشكل (١٧)</p>	<p>١١ أزل بقايا الكريم الزيتي عن قدم الزبون وساقه باستعمال المناديل الورقية، ثم تخلّص منها بوضعها في سلّة المهملات.</p>	
	<p>١٢ نظّف مكان العمل ورتبه.</p> <p>١٣ طهّر الأدوات، وعقمها، ثمّ أعدها إلى أماكنها.</p> <p>١٤ اغسل يديك، وطهّرهما جيّداً.</p>	

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- ذلك الطرفين السفليين لقدمي أحد زملائك في المشغل.
- اطلب إلى أحد زملائك تدليك قدميك، وسجّل ملحوظاتك، وناقشه فيها.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيّم تنفيذك لكلّ خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محدّدة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## الأسئلة

علّل ما يأتي:

- ١- تدليك قوس القدم بحركة دائريّة .
- ٢- تدليك القدم بأكثر من حركة .
- ٣- تقريب أصابع القدم إلى الأسفل .
- ٤- استعمال الحركة المسحيّة على الساق .
- ٥- تسند القدم باليد اليسرى وتدلّك الساق باليمنى بحركات عجيّة من الأمام إلى الخلف .

استعملت النساء منذ أقدم العصور وحتى وقتنا الحاضر الحثاء لتزيين القدمين واليدين، ثم صنعت شركات التجميل أنواعًا وألوانًا متعددة من طلاء الأظفار (Nail Polish) الذي له تأثير كبير في جذب السيّدات.

## ١ طلاء الأظفار

ما أهميّة الطلاء؟ ما أنواعه؟ ما طرق استعماله؟ ما مواصفات الطلاء المناسب؟ تكمن أهميّة طلاء الأظفار في استعماله لتلوين الأظفار وتلميعها فيزيد من جمالها، وبعض أنواع الطلاء تزيد من قساوة بنية الأظفار فتعطيها المظهر الصحيّ. وتتوافر استخدامات للطلاء وأنواع، وهي على النحو الآتي:

يستعمل محلول الشبّة لتقوية الأظفار بنسبة ١ - ٢٪؛ إذ تنقع الأظفار فيها مدّة ١٠ دقائق.

أ - مقوي الأظفار: تستعمل لتقوية الأظفار الضعيفة الهشة المتشققة سهلة الكسر، وتوضع كطبقة أولى على أطراف الأظفار بحيث لا تقترب من قاعدة الظفر.

## فكر

يستعمل مقوي الأظفار على طرف الظفر وليس على الظفر بأكمله.

ب - طبقة الأساس (الملمّع): طبقة من الطلاء عازلة بين الظفر والطلاء الملون، فعند جفافها، ينتج غشاء لامع مرّن ذو سمك مستوٍ على سطح أملس للظفر؛ وتمنع هذه الطبقة دخول موادّ الطلاء الملونة التي تغيّر من لون الظفر الطبيعي، ويتمّ جفاف هذه الطبقة بين (١-٢) دقيقة في الأجواء الرطبة لكنّها تسمح للطبقة الملونة بالالتصاق عليها، ويمكن استعماله كطبقة ملمّعة فوق طبقة الطلاء الملون.

ج - طبقة الطلاء الملون: تحتوي معظم مركبات الطلاء على مادة السليولوز الذي يعطي الطلاء السيولة المناسبة عند الاستعمال، وموادّ صحيّة لتطيل مدة الطلاء وثباته، وتعطي سطحًا متجانسًا، وهناك موادّ أخرى، كالزيوت الطيارة يضاف إليها زيت الخروع وألوان مختلفة.

د - الطبقة المثبتة للطلاء: آخر مرحلة من مراحل الطلاء على الأظفار؛ لأنها تعمل على تسريع جفاف الطلاء، وتحمي الظفر من الخدوش، وتمنع تقشّره، كما يستعمل فوق الطلاء القائم لإعطائه لمعانًا طبيعيًا.

## فكر

يعدّ زيت الخروع إحدى أكثر الموادّ أهميّة ضمن تركيب الطلاء.

## ٢ الأمور الواجب مراعاتها عند استعمال طلاء الأظفار

وضع الطلاء فن قائم بذاته يتطلّب ذوقًا مرهفًا، وعناية واهتمامًا باختيار لون الطلاء المناسب لشخصيّة الزبون وعمره، كما أنّ لوني بشرة اليد والأظفار وشكلهما يحدّدان لون الطلاء، مع الأخذ بعين الاعتبار الموضة المتّبعة. ومن الأمور الواجب مراعاتها عند وضع الطلاء:

أ - ألا يكون على الظفر أيّ نوع من الكريّمات التي قد تعيق ثبات الطلاء.

ب- إزالة الطلاء القديم إن وجد، وعدم وضع طلاء جديد فوق الطلاء القديم.

ج- رجّ زجاجة الطلاء قبل استعماله لتجانس الموادّ وتلافي ترسّبها، كما يجب إغلاق زجاجة الطلاء بعد مسح فوّهتها بالأسيتون جيّدًا؛ ليسهل فتحها وقت استعماله مرّة أخرى.

د - يفضّل مسح فرشاة الطلاء بعد غمسها بفوّهة الزجاجات من الجهة المعاكسة.

الموادّ المستعملة في تركيب الطلاء قابلة للاشتعال، ويجب عدم استعمالها قرب أيّ مصدر حراري.

يضاف إلى تركيبة مزيل الطلاء قليل من الزيت أو الجليسرين.

## للمناقشة

- بمشاركة زملائك في الصف، دوّن معلومات، واجمع صوراً عن الموضوعات الآتية:
- إخفاء عيوب أشكال الأظفار باستعمال طرق مختلفة بالطلاء وألوانه.
  - آخر ألوان الموضة في الطلاء وأشكاله.
  - المكملات التجميلية لتزيين الأظفار وطرائق استعمالها.
  - إزالة الطلاء عن الأظفار الصناعيّة.

## وضع طلاء الأظفار

تمرين

٧-٣

يتوقع منك بعد الانتهاء من التمرين أن:

- ١- تزيل طلاء الأظفار القديم بالطريقة الصحيحة.
- ٢- تختار الطلاء المناسب من حيث اللون والجودة.
- ٣- تضع طلاء الأظفار بالطريقة الصحيحة.

### المعلومات الأساسية

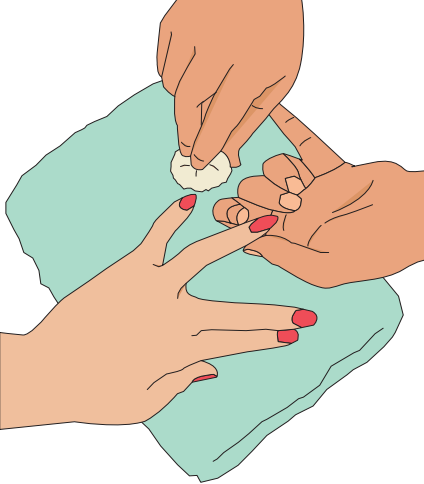
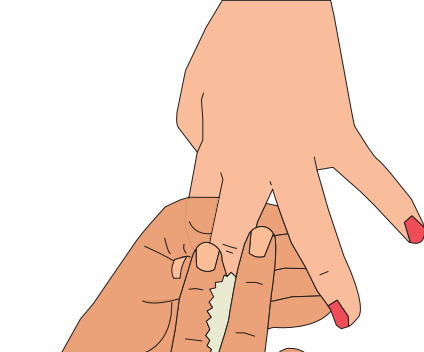
ضرورة تفقد الأظفار، وتفحصها بعد إزالة الطلاء؛ للتأكد من صحتها وسلامتها ووضع الطلاء بالطريقة الصحيحة؛ لاكساب الأظفار منظرًا جذابًا، وحمايتها والمحافظة عليها من المؤثرات الخارجية.

مستلزمات تنفيذ التمرين

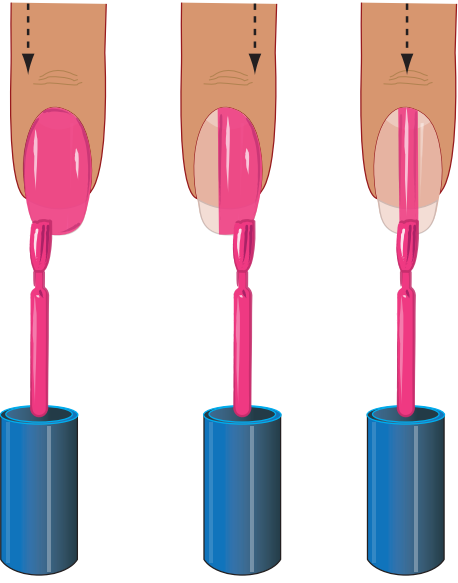
الأدوات والتجهيزات	المواد اللازمة
— أسيتون.	— مزيل الطلاء (الأسيتون).
— عصي خشبية خاصة بالأظفار.	— طلاء مقو.
— منشفة.	— طلاء أساس.
— سلّة مهملات.	— طلاء بألوان متعددة.
— مبعدة الأظفار الخاصة بالقدمين.	— طلاء نهائي.
	— رذاذ مجفف للأظفار.
	— قطن — مطهر — مناديل ورقية.

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	أولاً: إزالة الطلاء القديم عن الأظفار	١
	حضّر نفسك والزبون للعمل.	
	حضّر الأدوات والمواد اللازمة حسب تسلسل العمل.	٢



الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (١)</p>	<p>٣ اطلب إلى الزبون الجلوس على الكرسي الخاص به، واجلس أنت على الكرسي المخصّص لك .</p> <p>٤ ضع المنشفة تحت يد الزبون.</p>	
 <p>الشكل (٢)</p>	<p>٥ بلّل قطعة قطن بمزيل طلاء الأظفار، وامسكها بإحدى يديك بين الإبهام والسبابة والوسطى، مع مسك إصبع الزبون باليد الأخرى، كما في الشكل (١)، أمّا في حال توافر طلاء على أظفار المزيّن، فيجب مسك قطعة القطن المبلّلة بمزيل الطلاء بين السبابة والوسطى، كما في الشكل (٢).</p>	
	<p>٦ ابدأ بإزالة الطلاء عن الخنصر، واضغط على الظفر من (٦-٧) ثوانٍ لتطرية الطلاء القديم، وبحركة ثابتة، وحرك قطعة القطن المبلّلة من قاعدة الظفر إلى الطرف الحرّ، مراعيًا تغيير قطعة القطن وغمسها بمزيل الطلاء، وتكرار الإزالة لتنظيف الظفر، وخاصّة عند توافر طلاء قاتم اللون.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	لفّ قطعة رقيقة من القطن على طرف العصا الخشبيّة، ثمّ اغمسها بمزيل طلاء الأظفار، ونظّف جوانب الظفر؛ للتأكد من إزالة الطلاء كلياً، ويمكنك استعمال عود تنظيف الأذن لذلك.	٧
	تخلّص من القطن المستعمل بوضعه في سلّة المهملات.	٨
	اغمس الفرشاة الخاصّة بالماء الدافئ، وافرك بها الأظفار وما حولها؛ لتنظيفها من الموادّ المتبقية.	٩
	نشّف الأظفار وما حولها جيّداً، مستعملاً المناديل الورقيّة.	١٠
	ثانياً: وضع طلاء أظفار اليدين	
	امسك إصبع الزبون المراد طلاء ظفره بين إبهام وسبابة إحدى يديك، مع وضع زجاجة طلاء الأساس في راحة اليد ذاتها، كما في الشكل (٣)، وفي حال الأظفار الضعيفة أو الهشّة، يراعى وضع مقوّي الأظفار قبل طلاء الأساس.	١
		
الشكل (٣)		

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	<p>٢ اسحب فرشاة الطلاء من الزجاجاة، وامسحها بفوّهة الزجاجاة من الجهة المعاكسة لك؛ للتقليل من كميّة الطلاء على الفرشاة.</p> <p>٣ ابدأ بوضع طلاء الأساس على الخنصر بخفّة وبسرعة، مبتدئاً من قاعدة الظفر باتجاه الطرف الحرّ، ومراعياً البدء من وسط الظفر ثمّ الجانب الأيسر له ثمّ الأيمن، كما في اتجاه الأسهم في الشكل (٤).</p>	
<p>الشكل (٤)</p>	<p>كرّر الخطوات لأظفار اليدين جميعها.</p>	
	<p>٤ امسح فوّهة زجاجاة الطلاء بقطعة قطن مغموسة بمزيل الطلاء، وتأكد من إحكام إغلاقها جيّداً بعد الاستعمال مباشرة.</p>	
	<p>٥ انتظر قليلاً ليجفّ الطلاء عن الأظفار تماماً، ويمكنك لمس رأس الطرف الحرّ للظفر برفق؛ للتأكد من جفافه.</p>	
	<p>٦ اختر لون الطلاء بما يتناسب وأحمر الشفاه للزبون، وبما ينسجم مع لون الملابس وشخصيّتها وعمرها.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
 <p>الشكل (٥)</p>	<p>٧ ضع الطلاء متبعا خطوات البند (ثانياً) من خطوة (١-٧) على أن تبدأ بطلاء الطبقة الثانية من حيث بدأت بطلاء الطبقة الأولى، مراعيًا التأكد من جفاف الطبقة الأولى قبل وضع الطبقة الثانية من الطلاء على الظفر، مما يساعد على إعطاء الطلاء اللون المناسب والشكل الصحيح الأملس.</p>	
	<p>٨ أغلق زجاجة الطلاء الملون بعد الاستعمال مباشرة.</p>	
	<p>٩ ضع طبقة الطلاء المثبت النهائي الملمع بالطريقة نفسها التي وضعت بها طبقة طلاء الأساس والطلاء الملون.</p>	
 <p>الشكل (٦)</p>	<p>١٠ لفّ قطعة رقيقة من القطن على طرف عصا خشب البرتقال، ثم اغمسها بمزيل طلاء الأظفار، ونظّف جوانب الظفر منه، كما في الشكل (٥)، ويمكنك وضع قطعة صغيرة من المناديل الورقية على السبابة، كما في الشكل (٦)، للقيام بالعملية نفسها.</p>	

الرسوم التوضيحية	خطوات العمل والنقاط الحاكمة	الرقم
	رشّ الرذاذ المجفّف للطلاء - إن وجد - على بُعد (٢٥) سم عن الظفر، ويفضّل أن تجفّ الأظفار بشكل طبيعي أو باستعمال الجهاز المجفّف لها.	١١
	تخلّص من القطن والمناديل الورقيّة المستعملة بوضعها في سلّة المهملات.	١٢
	طهّر الأدوات المستعملة، وعقمها، وأعد ترتيبها على الطاولة، ونظّف مكان العمل.	١٣
	اغسل يديك، وطهّهما.	١٤
	ثالثاً: وضع طلاء لأظفار القدمين	
	فرّق أصابع القدمين، بوضع مبعدة الأصابع الإسفنجيّة وذلك تمهيداً لوضع الطلاء على أظفار القدمين.	١
	نقذ الخطوات من (١-١٢) من بند وضع طلاء اليدين في هذا التمرين.	٢

## تمارين ممارسة

نفذ التمارين العملية الآتية بطريقة العمل الفردي، أو ضمن مجموعات صغيرة في المشغل، أو حسب توجيهات معلّمك:

- عملية إزالة الطلاء على أظفار طويلة وأخرى قصيرة .
- عملية وضع الطلاء على أظفار اليدين والقدمين لزبائن مشغل المدرسة أو على أظفار أحد زملائك.
- اكتب خطوات العمل التي تتبعها في تنفيذ كلّ تمرين عملي.
- قيم تنفيذك لكل خطوة من خطوات العمل التي اتبعتها، وفق قائمة شطب محددة واضحة كما يأتي:

الرقم	خطوات العمل	نعم	لا
١			
٢			

- احتفظ بالتقويم الذاتي لأدائك في ملفك.

## الأسئلة

– علّل ما يأتي:

- ١- يتم الضغط من (٦-٧) ثوانٍ بقطعة قطن مبلّلة بمزيل طلاء الأظفار على الظفر المطلي.
- ٢- تمسح قطعة القطن المبلّلة بمزيل طلاء الأظفار من قاعدة الظفر للطرف الحرّ.
- ٣- يستعمل البخاخ المجفّف للطلاء بيّحه على الأظفار مع ترك مسافة لا تقل عن (٢٥) سم عن الظفر.
- ٤- وضع الطبقة النهائية للطلاء باتجاه الطبقة الأولى نفسها.

## أسئلة الوحدة الثالثة

- ١ - علّل ما يأتي:
  - أ - وضع عبوات الكريم والزجاجات المستعملة في عملية العناية بأظفار اليدين والقدمين على طاولة خاصّة حسب الأولويّة في الاستعمال.
  - ب - التأكّد من جفاف طبقة الطلاء قبل وضع الطبقة الثانية.
  - ج - اختلاف مقصّ أظفار اليدين عن مقصّ أظفار القدمين.
  - د - إزالة الطلاء عن الأظفار قبل عملية التطريف والتدريم.
  - هـ - تدليك قوس القدم بحركة دائريّة.
  - و - تعدّد الأطراف السفليّة أكثر المناطق حاجة إلى التدليك المستمرّ.
  - ز - تعقيم الأدوات الخاصّة بالأظفار بمادّة الكحول وليس بنقعها.
- ٢ - عدّد الموادّ الآتية مع الشرح:
  - أ - الموادّ المستخدمة في عملية صقل الأظفار.
  - ب - الموادّ المستعملة لعملية التدليك.
- ٣ - هل يجوز استعمال مقصّ أظفار اليدين لقصّ أظفار القدمين؟ ولماذا؟
- ٤ - لمّ تقصّ أظفار القدم بشكل مستقيم؟
- ٥ - ما وجه الشبه بين الماء الأكسجيني وحمض الليمون في إزالة البقع عن اليدين؟
- ٦ - لمّ ينمو الظفر عند الأطفال أسرع منه عند الكبار؟
- ٧ - اذكر أنواع الجراثيم التي تصيب الأظفار.
- ٨ - متى ينصح بعدم استعمال موادّ إزالة اللحميّة؟ ولماذا؟
- ٩ - ماذا يقصد بمصطلح تصلّب بروتين الكيراتين في الظفر؟
- ١٠ - اعمل جدولاً بألوان الظفر غير الطبيعي التي يمكن مشاهدتها في أثناء عملية التدريم والتطريف، واذكر أسباب ذلك.

## التقويم الذاتي

قيّم تعلّمك موضوع العناية باليدين والقدمين، بوضع إشارة (✓) إزاء كلّ فقرة من قائمة الشطب الآتية:

الرقم	أستطيع بعد دراستي هذه الوحدة أن:	نعم	لا
١	أوضّح المقصود بالمفاهيم الآتية: تطريف اليدين، وتدريب القدمين، وهيكّل الظفر، والإهاب.		
٢	أبيّن أشكال الأظفار الطبيعيّة لليدين.		
٣	أتعرف مشكلات الأظفار وأمراضها.		
٤	أقارن بين مقصّ اليدين ومقصّ القدمين من حيث الاستعمال.		
٥	أفرّق بين المبرد الحديدي والمبرد الخشبي من حيث الاستعمال.		
٦	أميّز بين الأنواع المختلفة للموادّ المستعملة في عمليتي التطريف والتدريب.		
٧	أتعرف الأجهزة المستعملة في عمليتي التطريف والتدريب.		
٨	أبيّن أهميّة ترتيب الموادّ والأدوات على طاولة التطريف والتدريب.		
٩	أستنتج مراحل عملية التطريف لأظفار اليدين.		
١٠	أبيّن أهميّة حمّام الزيت للأظفار.		
١١	أطبّق المهارات الخاصّة بعمليات التطريف والتدريب.		
١٢	أطبّق تعليمات الأمن والسلامة العامّة في أثناء تطبيق المهارات.		
١٣	أستنتج تأثير تدليك اليدين والقدمين في النواحي النفسيّة للزبون.		
١٤	أواكب التطوّرات والمستجدّات في مجال العناية باليدين والقدمين.		



## قائمة المصطلحات

Hair Cutting Implement	أدوات قصّ الشعر
Elevation	ارتفاع خصلة الشعر
Fingernail shapes	أشكال الأظفار
Nail – mending	إصلاح الظفر
Electric Clipper	آلة الحلاقة
Onycholysis	انفكاك الظفر
Hair Types	أنواع الشعر
Clockwise	باتجاه عقارب الساعة
Anti – clockwise	باتجاه معاكس لعقارب الساعة
Braiding	تجديل الشعر
Preparation	تحضير
Hair Thinning	تخفيف الشعر
Bristle Treatment	التخلص من تقصّف الشعر
Pedicure	تدريم الأظفار
Massage	التدليك
Hair Styling	تصفيف الشعر
Hair Cutting Design	تصميم قصّ الشعر
Manicure	تطريف الأظفار
Nail Wrapping	تغليف الظفر
Hair Brushing	تفريش الشعر
Onychaphosis	تقرّن الظفر
Sectioning the Hair	تقسيم الشعر
Nail Corrugations	تموجات الظفر
Ratting	تنفيش

Back Brushing	تنفيش الشعر بالفرشاة
Protection Cap	الثوب الواقي
Nail Wall	جدار الظفر
Nail Roof	جذر الظفر
Cranium Skull	الجمجمة
Cutting Edge	الحّد القاطع
Nail Matrix	حشوة الظفر
Finger Handle Ring	حلقة مسكة الإصبع
Off Base Curl	خارج قاعدة الخصلة
On Base Curl	داخل قاعدة الخصلة
Cuticle Pusher	دافعة اللحمية
Holding Angle	درجة رفع الزاوية
Customer	زبون
Onychptosis	سقوط الظفر
Conservative	الشخصية التقليدية (المحافظة)
High Fashion	الشخصية المتموّضة
Quietly Elegant	الشخصية الهادئة الأنيقة
Casual	الشخصية غير التقليدية
Artificial Hair	الشعر الاصطناعي
Wig	شعر مستعار كامل (الباروكة)
Cranium Shape	شكل الجمجمة
Low Graduation	الشكل المتدرّج القصير
Solid Form	الشكل ذو الطول الواحد
Face Shape	شكل الوجه
Nail Buffer	صاقل الظفر

Hair Curling Methods	طرق لفّ الشعر
Nail Polish	طلاء الظفر
Oval Nail	ظفر بيضوي
Artificial Nail	ظفر صناعي
Onychosis	ظفر مريض
Clubbed Nail	ظفر مستدير
Rectangular Nail	ظفر مستطيل
Onychorrhexis	ظفر مشقق
Onychophagy	ظفر مقضوم
Bruised Nail	ظفر مكدوم
Orangewood Stick	عصا البرتقال
Muscle	عضلة
Age	العمر
Pedicure	العناية بالقدمين
Manicure	العناية باليدين
Hair Brush	فرشاة الشعر
Tinting Brush	فرشاة الظفر
Overlapping Curl	قاعدة مستطيلة
Body Shape	قامة الجسم
Hair Cut	قصّ الشعر
Regular Cut	قصّة الشكل المنتظم
Long Graduation	قصّة المتدرّج الطويل
Hair Pieces	قطع الشعر المستعار
Fall	قطعة شعر مستعار ذات قاعدة مستطيلة
Switches	قطعة شعر مستعار صغيرة

Wiglet	قطعة شعر مستعار كبيرة القاعدة
Tinea Unguium	قوباء حلقية
Cuticle	الحمية
Eponychium	لحمية متمادية
Stand up Curl	اللفّ الأسطواني
Hair Curling and Drying	لفّ الشعر وتجفيفه
Roller Curlers	اللفافات العادية
Instant Hair Rollers	اللفافات الكهربائية
Hydrogen Peroxide	الماء الأكسجيني
Metal Nail File	المبرد الحديدي
Emery Board	المبرد الخشبي
Styling Spray	مثبت رذاذي
Hair Setting Lotion	مثبتات الشعر
Nail Dryer	مجفف الظفر
Convex	محدّب
Stationary Guide	المرشد الثابت
Travelling Guide	المرشد المتحرك
Hair Dresser	مزيّن
Porosity of the Hair	مسامية الشعر
Hair Pin	مشابك الشعر
Large Comb	المشط الكبير
Tail Comb	مشط بذيل
Setting Hair Understanding	مفهوم لّفّ الشعر
Thinning Scissor	مقصّ التخفيف
Hair Cutting Scissor	مقصّ الشعر

Cuticle Clipper	مقصّ اللحميّة
Nail Strengthener	مقوّي الظفر
Costumes	ملابس العمل
Pin Curls	ملاقط لفّ الشعر
Single Prong Clip	ملقط ذو شعبة واحدة
Double Prong Clip	ملقط ذو شعبتين
Towel	منشفة
Materials used in Hair Shampooing	الموادّ المستخدمة في غسيل الشعر
Single Edge Razor Safety Guard	موسى الشفرة ذات الحدّ الواحد
Straight Razor	الموسى المستقيم
Fashion	الموضة
Moving Blade	النصل المتحرّك
Type and Nature of Hair	نوع الشعر وبنيته
Lunula	هلالية الظفر
Oval Facial Type	الوجه البيضوي
Pear-shaped Facial Type	الوجه المثلث المقلوب (الكمثري)
Square face Facial Type	الوجه المربّع
Round face Facial Type	الوجه المستدير
Oblong Facial Type	الوجه المستطيل
Diamond Facial Type	الوجه المعين
Heart-shaped Facial Type	الوجه بشكل القلب
Finger Bowl	وعاء نقع

- ١ - أوبري ، ج، ك و بوليو، أ، (٢٠٠٧). التسريحات المشتركة، الجزء (٣)، مترجم ، لبنان.
- ٢ - بوزن، تانيا، (١٩٩٥). الأظفار الجميلة، مترجم، لبنان.
- ٣ - بيدس ، أميل، (١٩٨٨). العناية بالجلد، الط ١، لبنان.
- ٤ - رفعت، محمد، (١٩٨١). الأمراض الجلديّة والحساسيّة، بيروت.
- ٥ - الرواجيه، عايدة، (٢٠٠٠). أظفارك عنوان جمالك، ط ٢، لبنان.
- ٦ - شطا، محمد سيّد، (١٩٨١). الإصابات الرياضيّة والعلاج الطبيعي، القاهرة.
- ٧ - فريحات، حكمت، (١٩٨٦). الوجيه في علم وظائف الأعضاء، ط ١، عمان.
- ٨ - كولومبارا، س و فيال، س، (٢٠٠٧). تقنيات تصفيف الشعر، مترجم، لبنان.
- ٩ - النبر، أنيس إسكندر، (١٩٩١). أصول وقواعد فن التجميل، ط ١، عمان.
- ١٠ - نورتن، سالي، (١٩٩٩). دليلك إلى العناية بالأظفار، مترجم، لبنان.
- ١١ - الهاشمي، جعفر طه، (١٩٩٥). المرجع الأساسي في صناعة الموادّ التجميليّة، ط ١، دمشق.

- 1 - Joel Gerson, Milady's Standard – **Text of cosmetology Revised**, USA, 1995-2001.
- 2 - Andrea Jeffery & Vickie Turner, **Braids and styles for long Hair**, Canada, 1988.
- 3 - Sheila Furjanic & Jacqueline Flynn, **Milady's Art and Science of Nail**, USA, 1992.
- 4 - Florance Openshow, **Hair Dressing Science**, Longman House, New York, 1978.
- 5 - Milady, Van Dean, **Milady's Van Dean Manual: Aparactical Course on Fundamental of Cosmetology**, Milady Publishing company, 1990.
- 6 - **Milady's Standard Nail Technology**, Fourth Edition sue Ellen Schulte's, Editor, Contributor, 1975.

- 1 - [www.dermnet.com](http://www.dermnet.com)
- 2 - [www.delmarlearning.com](http://www.delmarlearning.com)
- 3 - [books.google.jo](http://books.google.jo) / Milady's standard
- 4 - [www.ehow.com](http://www.ehow.com)
- 5 - [www.hairboutique.com](http://www.hairboutique.com)
- 6 - [www.google.jo](http://www.google.jo) / [www.3600s.com](http://www.3600s.com)
- 7 - [www.hooked-on-nails.com](http://www.hooked-on-nails.com)





# تَمَّ بِجَهْدِ اللَّهِ تَعَالَى

