

Леся Шу

Парикмахер с нуля: как стричь, красить и работать дома — просто и по шагам

«Автор»
2026

Шу Л.

Парикмахер с нуля: как стричь, красить и работать дома — просто и по шагам / Л. Шу — «Автор», 2026

Эта книга — для тех, кто хочет научиться стричь и красить, но не знает, с чего начать. Парикмахер с 2014 года, просто и по шагам рассказывает всё, что знает сама: какие нужны инструменты и материалы, как делать диагностику волос, как стричь каре, боб, мужские и детские стрижки, как окрашивать в один тон, делать Airtouch и балаяж, закрашивать седину. Без сложных терминов, без страха, как для ребёнка. В каждой главе — практика и домашнее задание. А ещё — как найти первых клиентов, как назначить цену, как организовать время и как не выгореть. Эта книга не про то, как стать суперзвездой за неделю. Она про базу. Про то, чтобы ты взяла ножницы и не боялась. Про то, чтобы ты могла сказать: «Я умею». И у тебя получилось.

© Шу Л., 2026
© Автор, 2026

Леся Шу
Парикмахер с нуля: как стричь, красить и работать дома — просто и по шагам

Глава 1

Глава 1. С чего начать: инструменты и материалы

Привет. Меня зовут Олеся. Я парикмахер, и я работаю с 2014 года. За это время я стригла и красила сотни людей — мам, пап, детей, бабушек. И я знаю: самое страшное — это не ножницы и не краска. Самое страшное — это страх начать.

Эта книга — для тех, кто хочет научиться стричь и красить, но не знает, с чего начать. Я объясню всё просто. Как для ребёнка. Потому что когда-то я сама была этим ребёнком, который боялся взять ножницы.

Давай начнём с самого первого шага: с инструментов.

Что нужно для старта

Когда я начинала, я думала, что мне нужно купить всё сразу. Полки с красителями, десять расчёсок, дорогие ножницы. Я потратила кучу денег — и половина этого мне не пригодилась.

Поэтому я скажу тебе главное: **не покупай всё сразу**. Начни с малого. Вот список того, без чего ты не начнёшь.

Ножницы.Это твой главный инструмент. Не покупай самые дешёвые — они будут рвать волос, и ты расстроишься. Не покупай самые дорогие — ты пока не понимаешь, чем они отличаются. Средняя цена — 2000–3000 рублей. Я работаю своими ножницами уже несколько лет, и они меня не подводили.

Расчёски.Тебе нужно четыре:

Расчёска с частыми зубьями — для стрижки.

Расчёска с редкими зубьями — для окрашивания.

Брашинг (круглая расчёска) — для укладки.

Расчёска для проборов — с длинным кончиком.

Это всё. Четыре расчёски, и ты вооружена.

Машинка.Для мужских стрижек. Не обязательно самая дорогая. Главное — чтобы были насадки. Три насадки: 3 мм, 6 мм, 9 мм. Этого хватит для базовых стрижек.

Фен.Для укладки. Любой, но с насадкой-концентратором. Она направляет воздух, и волосы не пушатся.

Зажимы, пульверизатор, полотенца.Это мелочи, но без них неудобно. Зажимы — чтобы отделять пряди. Пульверизатор — чтобы смачивать волосы. Полотенца — чтобы не пачкать клиента.

Вот и весь твой стартовый набор. Всё это стоит недорого. И ты можешь начать работать уже с этим.

Что нужно для окрашивания

Окрашивание — это отдельная история. Здесь нужно больше материалов. Но не пугайся: я объясню просто.

Краситель.Это цвет. Я работаю на TEFIA и Bouticle. Но ты можешь начать с любого профессионального красителя. Главное — не покупай бытовую краску из магазина. Она не даёт предсказуемого результата.

Окислитель.Это то, что открывает волос и помогает цвету проникнуть. Он всегда идёт вместе с красителем. Пропорция обычно 1:1 — одна часть краски, одна часть окислителя. Запомни это, как таблицу умножения.

Фольга, кисть, мисочка.Фольга — для Airtouch и мелирования. Кисть — чтобы наносить состав. Мисочка — чтобы смешивать. Всё это стоит копейки.

Шампунь, маска, стайлинг.Шампунь — для мытья. Маска — для восстановления после окрашивания. Стайлинг — для укладки.

Вот и всё. Ты готова.

Как организовать рабочее место

Тебе не нужен огромный салон, чтобы начать. Достаточно удобного места, где есть всё необходимое. Вот что важно:

Свет.Он должен падать на лицо клиента, а не сзади. Если света мало — купи лампу. Это не роскошь, это необходимость. Потому что при плохом свете ты не увидишь цвет волос и можешь ошибиться.

Стол.Чтобы разложить инструменты. Чтобы всё было под рукой. Не надо бегать за ножницами.

Стерилизация.Это обязательно. Клиент должен видеть, что ты заботишься о чистоте. Спирт, ультрафиолетовый стерилизатор — что угодно. Но это должно быть.

Атмосфера.У меня тихо. Без громкой музыки. Без суеты. Клиент приходит, выдыхает и расслабляется. Ты можешь сделать так же. Просто добавь чай, плед, мягкий свет. И клиент вернётся.

Практика

Твоё первое задание: собери свой набор. Не покупай всё сразу — начни с ножниц, расчёски и пульверизатора. А остальное — по мере необходимости. Напиши в чат курса (или себе в заметки): что у тебя уже есть? Что нужно докупить?

И запомни: ты не обязана знать всё сразу. Ты учишься. И это нормально.

В следующей главе мы разберём, как понять, с чем ты работаешь. Это называется диагностика. И это — самый важный шаг перед тем, как взять ножницы или кисть.

До встречи в главе 2.

Глава 2

Глава 2. Диагностика: как понять, с чем ты работаешь

Прежде чем взять ножницы или кисть, нужно понять, с чем ты работаешь. Это называется диагностика. Если её не сделать — можно испортить волосы. А нам этого не надо.

Вот две пряди. Одна — гладкая, блестящая. Другая — сухая, ломкая, как солома. Если на обе положить одинаковый краситель — результат будет разный. На здоровой — цвет ляжет ровно. На повреждённой — может уйти в непредсказуемый оттенок или сжечь волос. Поэтому диагностика — это не формальность. Это безопасность.

В этой главе я покажу, как за пять минут понять: какие у человека волосы, что с ними можно делать, а что — нельзя. И как объяснить это клиенту, чтобы он не обиделся и не ушёл.

Типы волос: тонкие, средние, жёсткие

Все волосы делятся на три типа по толщине. Вот тонкая прядь. Она мягкая, легко гнётся, почти не держит форму. Вот средняя — самая распространённая. Вот жёсткая — толстая, упругая, её трудно согнуть.

Как определить на глаз? Тонкие волосы быстро пачкаются, пушатся, не держат объём. Жёсткие — наоборот, тяжёлые, плотные, могут быть непослушными. Средние — золотая середина.

Почему это важно? Потому что тонкие волосы нельзя перегружать уходом и агрессивным осветлением. Жёсткие — можно, но нужно больше времени на окрашивание. Средние — универсальны, но тоже требуют внимания.

Запомни простое правило: тонкие — нежнее. Жёсткие — терпеливее. Средние — как все. И всегда лучше начать с меньшего воздействия, чем с большего. Лучше недокрасить, чем сжечь.

Пористость: как волос впитывает и удерживает влагу

Пористость — это то, насколько волос «дырявый». Здоровый волос — гладкий, как стекло. Повреждённый — как губка: в нём много микроскопических дырочек. Он быстро впитывает влагу, но так же быстро её теряет. Поэтому пушится и кажется сухим.

Вот простой тест. Опусти чистую прядь в воду. Если она плавает на поверхности — пористость низкая. Волос плотный, краситель ляжет ровно, но может плохо впитываться. Если тонет сразу — пористость высокая. Волос повреждён, краситель может лечь неравномерно, но впитается быстро. Если тонет медленно — средняя пористость. Самый предсказуемый вариант.

Что это значит для работы? Если пористость высокая — нельзя использовать агрессивные осветлители. Нужно сначала восстановить, потом красить. Если низкая — можно осветлять, но нужно больше времени. Если средняя — работай спокойно, но следи за временем.

И ещё: пористые волосы быстрее теряют цвет. Поэтому после окрашивания им нужен уход — маска, несмываемый спрей. Об этом мы поговорим в главе про уход. А сейчас — следующий шаг.

Фон осветления: что это и как определить

Фон осветления — это цвет, который получается, когда мы убираем натуральный пигмент. Вот натуральная прядь — тёмная. Вот окрашенная — цветная. Вот осветлённая — светлая, но с жёлтым или оранжевым оттенком. Это и есть фон осветления.

Фон осветления бывает разный: от тёмно-коричневого до почти белого. Чем светлее мы хотим получить результат, тем больше ступеней нужно пройти. И на каждом этапе волос может уйти в нежелательный оттенок — жёлтый, оранжевый, красный. Поэтому нельзя просто взять и осветлить на десять уровней за один раз. Волос не выдержит.

Как определить фон осветления? Посмотри на корни — там натуральный цвет. Если он тёмный — фон низкий. Если светлый — высокий. И запомни: если волос уже окрашен, фон осветления может быть непредсказуемым. Поэтому всегда делай тест на пряди. Всегда. Даже если ты уверена.

Тест на пряди — это твоя страховка. Берёшь маленькую прядь, наносишь состав, ждёшь, смываешь. И видишь, что получилось. Если результат устраивает — делаешь на всей голове. Если нет — меняешь формулу. Это правило номер один для новичка.

Кожа головы: сухая, жирная, чувствительная

Теперь — кожа головы. Это тоже важно. Если у клиента сухая кожа — агрессивные составы могут вызвать раздражение. Если жирная — краситель может лечь неравномерно. Если чувствительная — может быть зуд, покраснение. Поэтому перед окрашиванием всегда спрашивай: «Как ваша кожа головы? Есть ли дискомфорт?»

Как определить? Сухая кожа — после мытья чувствуется стянутость. Жирная — быстро пачкаются корни. Чувствительная — реагирует на новые средства, может чесаться. И ещё: если на коже есть ранки, раздражение или перхоть — окрашивание лучше отложить или использовать щадящий состав. Не рискуй здоровьем клиента.

И запомни: клиент может не знать, что у него чувствительная кожа. Ты должна спросить и посмотреть сама. Если сомневаешься — сделай тест на маленьком участке. Это займёт десять минут, но убережёт от проблемы.

Как объяснить это клиенту

Диагностика — это не только про волосы. Это ещё и про общение. Клиент приходит и говорит: «Хочу блонд». А ты видишь, что его волосы не готовы к блонду. Что делать? Не ругать. Не пугать. Объяснять.

Вот как я говорю: «Смотри, у тебя волосы окрашены в тёмный цвет. Чтобы получить блонд, нам нужно пройти несколько этапов. За один раз это не сделать — волосы не выдержат. Давай сделаем сначала осветление, потом тонирование. Это займёт два визита. И между ними — уход. Так результат будет красивым и волосы останутся здоровыми».

Клиент понимает. Он видит, что ты заботишься, а не просто отказываешь. И часто соглашается. А если нет — это его выбор. Ты не обязана портить волосы, чтобы угодить.

Практика

Твоё домашнее задание: возьми прядь своих волос или волос подруги. Определи тип, пористость и фон осветления. Опиши это по схеме: тип волос (тонкие/средние/жёсткие), пори-

стость (низкая/средняя/высокая), фон осветления (тёмный/средний/светлый), кожа головы (сухая/жирная/чувствительная).

Запиши это в заметки или в чат курса. Я посмотрю и скажу, правильно ли ты определила. Это важно — потому что дальше мы будем стричь и красить, и ты должна понимать, с чем работаешь.

В следующей главе мы возьмём ножницы и сделаем первую стрижку. Базовое каре. Я покажу каждый шаг. До встречи в главе 3.

Глава 3

Глава

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.