

写给摄影爱好者看的 Photoshop 人像调色全攻略



钟百迪◎著

一定要学的 Photoshop 人像摄影后期调色技法

从教学角度出发，集结摄影爱好者常遇、常拍的题材，萃取当下时尚的配色原则，倾囊传授十年独家拍摄与调色心得，解开您照片处理过程中的谜团。



包含书中所有实例的教学视频和素材文件，方便读者查找练习。



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



钟百迪◎著

一定要学的 Photoshop 人像摄影后期调色技法

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

一定要学的Photoshop人像摄影后期调色技法 / 钟百迪著. — 北京: 人民邮电出版社, 2016.5
ISBN 978-7-115-41501-1

I. ①一… II. ①钟… III. ①图象处理软件 IV.
①TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第018380号

内 容 提 要

本书总结了作者10年的教学培训心得,以摄影爱好者如何拍好一张人像摄影作品为出发点,从前期的策划、主题、造型,到后期的调色规律、为什么这样调,并且细致分析摄影中常遇到的色彩问题,提供解决方案,从而得出一套完备的人像照片处理流程。本书理论结合操作,简单易懂,深入浅出,为读者轻松解开照片处理过程中的谜团,而且书中所有案例都由作者本人拍摄,实战性强。书中提供的完整系统的调色方法,是广大摄影爱好者入门人像摄影的法宝,并为提高摄影作品质量提供了突破性的思路。

-
- ◆ 著 钟百迪
责任编辑 杨璐
责任印制 陈犇
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京方嘉彩色印刷有限责任公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 15.5
字数: 288千字 2016年5月第1版
印数: 1—3500册 2016年5月北京第1次印刷
-

定价: 79.00元(附光盘)

读者服务热线: (010)81055410 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京东工商广字第8052号

目录

第1章

人像摄影调色的前期准备

- 1.1 人像摄影常用镜头推荐 012
- 1.2 景深对调色的重要性 016
- 1.3 如何寻找样片 020
- 1.4 道具的重要性 022
- 1.5 肤色与背景的区别 024
- 1.6 黑色的调色特点 025
- 1.7 白色的调色特点 027
- 1.8 艺术写真与生活留念照的区别 028
- 1.9 不停积累色调效果 031
- 1.10 建立完善的摄影流程 033

第2章

人像调色辅助工具的认识

- 2.1 混合模式的3大功能 036
- 2.2 暗部提亮让画面更加通透 040
- 2.3 尽量减少调整痕迹 042
- 2.4 污点修复工具的使用技巧 044
- 2.5 选区填补修复人像背景 045
- 2.6 液化人像五官技巧 047
- 2.7 黑白蒙版的应用 048
- 2.8 渐变映射加强人像通透感 050
- 2.9 历史记录面板调色对比器 051

第3章

选择更好的调色工具

- 3.1 我们能调整多少种色彩? 054
- 3.2 调色调的是色相? 054
- 3.3 调色调的是饱和度 056
- 3.4 调色调的是明度 057
- 3.5 调色工具分类 058
- 3.6 哪些调色工具是相似的? 059
- 3.7 调整层调色的好处 060
- 3.8 什么叫整体调色工具? 061
- 3.9 什么叫局部调色工具? 061
- 3.10 什么叫具体调色工具? 062





第4章

颜色调整 有规律可循

- 4.1 一定要懂得的色相轮 066
- 4.2 颜色改变与色相轮的关系 066
- 4.3 红色常见的调色效果 068
- 4.4 绿色常见的调色效果 070
- 4.5 蓝色常见的调色效果 073
- 4.6 青色常见的调色效果 076
- 4.7 黄色常见的调色效果 078
- 4.8 洋红常见的调色效果 081
- 4.9 黑色常见的调色效果 084
- 4.10 白色常见的调色效果 086

第5章

很多人都忽略的 磨皮手法

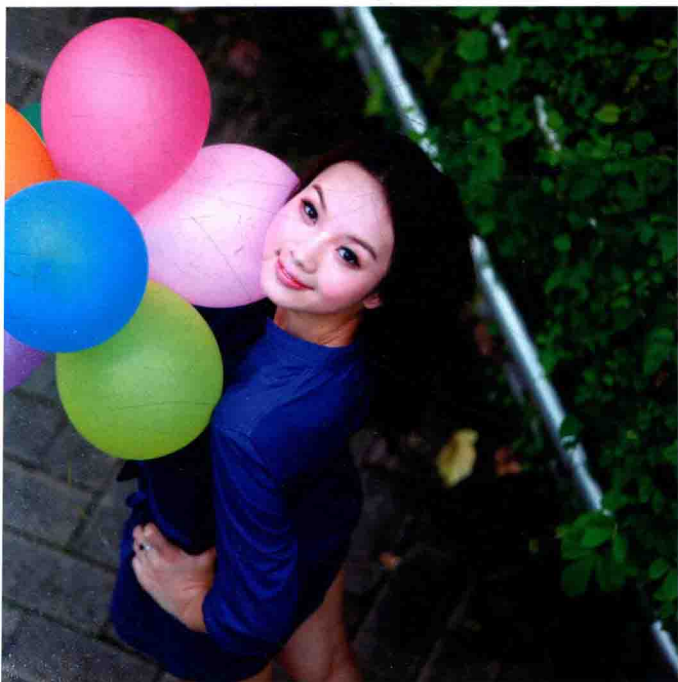
- 5.1 磨皮的本质是什么? 092
- 5.2 泛滥的计算通道磨皮 093
- 5.3 质感磨皮的应用 097
- 5.4 学会建立皮肤干净观察器 100
- 5.5 双曲线磨皮的解析 101
- 5.6 中性灰磨皮的解析 105
- 5.7 插件磨皮推荐 106
- 5.8 局部恢复磨皮质感 107
- 5.9 应用图像质感磨皮 108
- 5.10 多种磨皮手法应用 110

第6章

学会让照片 更具有立体感

- 6.1 什么叫立体感? 114
- 6.2 给人像的头发增加立体感 115
- 6.3 给人物的嘴唇增加立体感 117
- 6.4 给人物的鼻梁增加立体感 117
- 6.5 人物皮肤衣服高光处理 118
- 6.6 用高光手法让人物更加通透 119
- 6.7 用暗部手法让人物更加通透 120
- 6.8 通过HDR色调加强人物立体感 122
- 6.9 通过高反差加强人物立体感 123
- 6.10 通过曲线选区加强人物立体感 125





第07章

一幅人像 完整处理步骤

- 7.1 Camer RAW 简单曝光调整..... 131
- 7.2 液化工具处理 133
- 7.3 暗部提亮通透画面 135
- 7.4 进行细腻磨皮 136
- 7.5 对照片进行立体感处理..... 142
- 7.6 根据流行色进行调色 143
- 7.7 通透感处理..... 145
- 7.8 对照片进行整体协调处理 147
- 7.9 照片的局部锐化处理 148
- 7.10 通过共性快速应用其他组照..... 149

第08章

摄影圈常见肤色 +特殊调色技法

- 8.1 调整肤色常用调色工具 152
- 8.2 通过明度控制肤色 156
- 8.3 可选颜色控制肤色 157
- 8.4 高调低调人像肤色调整心得..... 162
- 8.5 调整色彩..... 163
- 8.6 纯色层与混合模式调色技法..... 166
- 8.7 通道混合技法 170
- 8.8 Lab应用图像恢复红润肤色..... 171
- 8.9 多通道混合技法..... 174
- 8.10 逼真冲光营造技法 179

第09章

人像环境调色 实战案例（上）

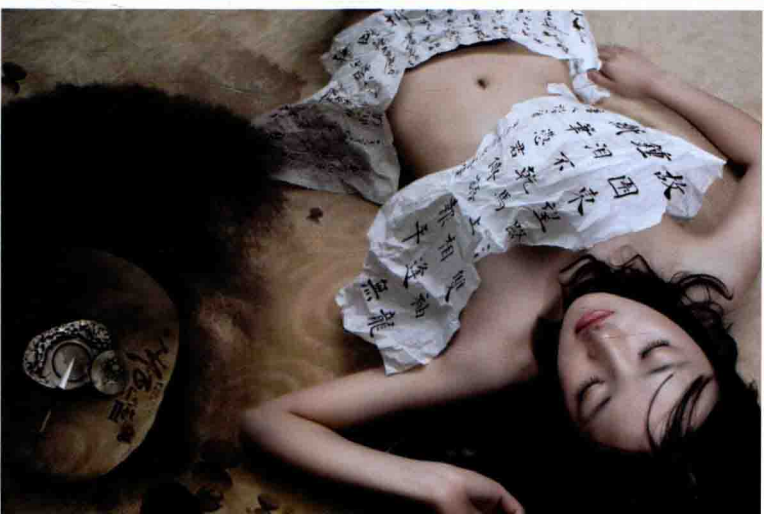
- 9.1 公园糖水..... 184
- 9.2 校园情怀..... 187
- 9.3 婚纱情怀..... 192
- 9.4 汽车与美女..... 196
- 9.5 海边与美女..... 201
- 9.6 古村落情怀..... 207
- 9.7 私房摄影..... 213
- 9.8 火车站情怀..... 216
- 9.9 旗袍情怀..... 222
- 9.10 夜景主题..... 225

第10章

人像环境调色 实战案例（下）

- 10.1 时尚杂志主题 230
- 10.2 中国风 232
- 10.3 妆面摄影..... 236
- 10.4 艺术写真..... 238
- 10.5 服装写真..... 241
- 10.6 饰品拍摄..... 242
- 10.7 比基尼主题..... 245







钟百迪◎著

一定要学的 Photoshop 人像摄影后期调色技法

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

一定要学的Photoshop人像摄影后期调色技法 / 钟百迪著. — 北京 : 人民邮电出版社, 2016.5
ISBN 978-7-115-41501-1

I. ①一… II. ①钟… III. ①图象处理软件 IV.
①TP391.41

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第018380号

内 容 提 要

本书总结了作者 10 年的教学培训心得,以摄影爱好者如何拍好一张人像摄影作品为出发点,从前期的策划、主题、造型,到后期的调色规律、为什么这样调,并且细致分析摄影中常遇到的色彩问题,提供解决方案,从而得出一套完备的人像照片处理流程。本书理论结合操作,简单易懂,深入浅出,为读者轻松解开照片处理过程中的谜团,而且书中所有案例都由作者本人拍摄,实战性强。书中提供的完整系统的调色方法,是广大摄影爱好者入门人像摄影的法宝,并为提高摄影作品质量提供了突破性的思路。

-
- ◆ 著 钟百迪
责任编辑 杨璐
责任印制 陈犇
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京方嘉彩色印刷有限责任公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 15.5
字数: 288 千字 2016 年 5 月第 1 版
印数: 1—3 500 册 2016 年 5 月北京第 1 次印刷
-

定价: 79.00 元 (附光盘)

读者服务热线: (010)81055410 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京东工商广字第 8052 号

前言

评判一名好的摄影老师的标准是学生学完课程后拍出来的照片是否有进步；评判一本摄影好书的标准是读者读完这本书后，是否对摄影实践有实际的指导意义，然后真的提高了摄影水平。这些年笔者听到最多的怨言，就是大家拍完照片后，不知道如何调色。使用的是同样的器材，看到别人拍的照片那么漂亮，为什么自己就是拍不好呢？为什么有些摄影爱好者拍了那么多年人像，还是原地踏步呢？

为了解决大家不知如何策划，不知如何调色的难点，本书以10章的篇幅系统讲解人像摄影从前期到后期的过程。告诉大家为什么、怎么做、怎么调，循序渐进，倾囊传授笔者的拍片调色心得。

本书特色

- 1.有别于一般拼凑的调色书，本书笔者从教学角度出发，从摄影爱好者入手，解析为什么前期不到位，后期调不好的调色规律。
- 2.全新的拍摄思路以及调色规律，是笔者10年的教学总结，基本囊括了所有主题的调色技巧，有利于读者开拓调色思路，提高拍摄水平。
- 3.本书所有教程都为原创，读者可以学习到同类调色书上没有的独家调色技法。
- 4.方法简单有效，有利于读者触类旁通。

读者分析

- 1.喜欢拍摄人像的摄影爱好者，希望在调色方面学到真实的调色技法的摄影爱好者。
- 2.各大摄影协会会员以及从事数码摄影培训的爱好者。
- 3.在人像摄影路上遇上瓶颈的摄影爱好者。
- 4.婚纱摄影楼工作室的从业人员。

多媒体光盘与增值服务

为了方便大家练习，随书光盘中配有PSD原文件与案例操作视频教程，方便读者查找与练习。

摄影的前后期结合，是系统的学习过程。很多摄影爱好者都是基础不扎实，而凡是购买本书的读者，都可以获得系统的后期入门处理课程在线一年的学习权限，价值79元，另外还能免费学习摄影系统初级班30课时。

本书还建有读者QQ群：488325204，方便与大家学习交流，并在后续的摄影学习当中，定期推出不同调色主题的拍摄活动，以方便摄影爱好者更好地去践行书中的知识点。正所谓教学相长，摄影知识也是在不断进步改变的，所以本书在编写过程中难免有疏漏的地方，恳请大家斧正。欢迎大家登录钟百迪老师的摄影教学网站www.ganlantu.com，与老师互动交流！

作者
2015年12月

目录

第1章

人像摄影调色的前期准备

- 1.1 人像摄影常用镜头推荐 012
- 1.2 景深对调色的重要性 016
- 1.3 如何寻找样片 020
- 1.4 道具的重要性 022
- 1.5 肤色与背景的区别 024
- 1.6 黑色的调色特点 025
- 1.7 白色的调色特点 027
- 1.8 艺术写真与生活留念照的区别 028
- 1.9 不停积累色调效果 031
- 1.10 建立完善的摄影流程 033

第2章

人像调色辅助工具的认识

- 2.1 混合模式的3大功能 036
- 2.2 暗部提亮让画面更加通透 040
- 2.3 尽量减少调整痕迹 042
- 2.4 污点修复工具的使用技巧 044
- 2.5 选区填补修复人像背景 045
- 2.6 液化人像五官技巧 047
- 2.7 黑白蒙版的应用 048
- 2.8 渐变映射加强人像通透感 050
- 2.9 历史记录面板调色对比器 051

第3章

选择更好的调色工具

- 3.1 我们能调整多少种色彩? 054
- 3.2 调色调的是色相? 054
- 3.3 调色调的是饱和度 056
- 3.4 调色调的是明度 057
- 3.5 调色工具分类 058
- 3.6 哪些调色工具是相似的? 059
- 3.7 调整层调色的好处 060
- 3.8 什么叫整体调色工具? 061
- 3.9 什么叫局部调色工具? 061
- 3.10 什么叫具体调色工具? 062





第4章

颜色调整 有规律可循

- 4.1 一定要懂得的色相轮 066
- 4.2 颜色改变与色相轮的关系 066
- 4.3 红色常见的调色效果 068
- 4.4 绿色常见的调色效果 070
- 4.5 蓝色常见的调色效果 073
- 4.6 青色常见的调色效果 076
- 4.7 黄色常见的调色效果 078
- 4.8 洋红常见的调色效果 081
- 4.9 黑色常见的调色效果 084
- 4.10 白色常见的调色效果 086

第5章

很多人都忽略的 磨皮手法

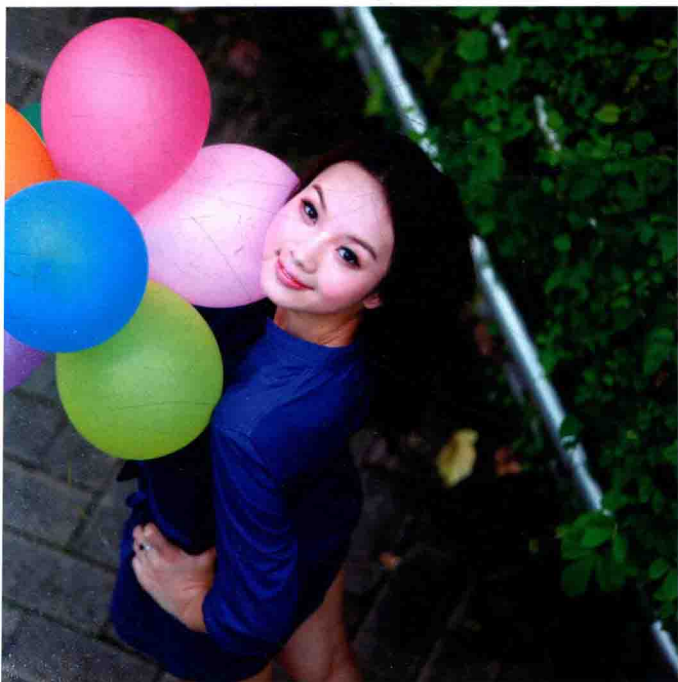
- 5.1 磨皮的本质是什么? 092
- 5.2 泛滥的计算通道磨皮 093
- 5.3 质感磨皮的应用 097
- 5.4 学会建立皮肤干净观察器 100
- 5.5 双曲线磨皮的解析 101
- 5.6 中性灰磨皮的解析 105
- 5.7 插件磨皮推荐 106
- 5.8 局部恢复磨皮质感 107
- 5.9 应用图像质感磨皮 108
- 5.10 多种磨皮手法应用 110

第6章

学会让照片 更具有立体感

- 6.1 什么叫立体感? 114
- 6.2 给人像的头发增加立体感 115
- 6.3 给人物的嘴唇增加立体感 117
- 6.4 给人物的鼻梁增加立体感 117
- 6.5 人物皮肤衣服高光处理 118
- 6.6 用高光手法让人物更加通透 119
- 6.7 用暗部手法让人物更加通透 120
- 6.8 通过HDR色调加强人物立体感 122
- 6.9 通过高反差加强人物立体感 123
- 6.10 通过曲线选区加强人物立体感 125





第07章

一幅人像 完整处理步骤

- 7.1 Camer RAW 简单曝光调整..... 131
- 7.2 液化工具处理 133
- 7.3 暗部提亮通透画面 135
- 7.4 进行细腻磨皮 136
- 7.5 对照片进行立体感处理..... 142
- 7.6 根据流行色进行调色 143
- 7.7 通透感处理..... 145
- 7.8 对照片进行整体协调处理 147
- 7.9 照片的局部锐化处理 148
- 7.10 通过共性快速应用其他组照..... 149

第08章

摄影圈常见肤色 +特殊调色技法

- 8.1 调整肤色常用调色工具 152
- 8.2 通过明度控制肤色 156
- 8.3 可选颜色控制肤色 157
- 8.4 高调低调人像肤色调整心得..... 162
- 8.5 调整色彩..... 163
- 8.6 纯色层与混合模式调色技法..... 166
- 8.7 通道混合技法 170
- 8.8 Lab应用图像恢复红润肤色..... 171
- 8.9 多通道混合技法..... 174
- 8.10 逼真冲光营造技法 179

第09章

人像环境调色 实战案例（上）

- 9.1 公园糖水..... 184
- 9.2 校园情怀..... 187
- 9.3 婚纱情怀..... 192
- 9.4 汽车与美女..... 196
- 9.5 海边与美女..... 201
- 9.6 古村落情怀..... 207
- 9.7 私房摄影..... 213
- 9.8 火车站情怀..... 216
- 9.9 旗袍情怀..... 222
- 9.10 夜景主题..... 225

第10章

人像环境调色 实战案例（下）

- 10.1 时尚杂志主题 230
- 10.2 中国风 232
- 10.3 妆面摄影..... 236
- 10.4 艺术写真..... 238
- 10.5 服装写真..... 241
- 10.6 饰品拍摄..... 242
- 10.7 比基尼主题..... 245

