



# 魅力人像

## DSLR人像摄影技巧

[韩] 朴佑哲, [韩] 徐斗一 / 编著

- + 户外/影棚人像拍摄
- + 构图/光线/环境运用

- + 拍摄主题与气氛营造
- + 人像照片的后期修饰



# 魅力人像

## DSLR人像摄影技巧



[韩] 朴佑哲, [韩] 徐斗一 / 编著 金英姬 / 译

 中国青年出版社  
中国青年电子出版社  
<http://www.21books.com> <http://www.cgchina.com>

 中青雄狮

 DIGITAL  
BOOKS  
[www.digitalbooks.co.kr](http://www.digitalbooks.co.kr)

《 디카족이라면 꼭 읽어야 할 | 느낌이 있는 인물사진 DSLR 》 by 박우철 (朴佑哲), 서두일 (徐斗一)

Copyright ©2006 by 韩国 Digitalbooks All rights reserved

Chinese translation copyright ©2008 by 中国青年出版社

By 韩国 Digitalbooks arrangement with through Top Literary Agency, Seoul, KOREA

## 律师声明

北京市邦信律师事务所律师谢青律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由韩国 Digital Books 出版社授权中国青年出版社独家出版发行。未经版权所有人和中国青年出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或传播本书全部或部分内容。凡有侵权行为，必须承担法律责任。中国青年出版社将配合版权执法机关大力打击盗印、盗版等任何形式的侵权行为。敬请广大读者协助举报，对经查实的侵权案件给予举报人重奖。

## 短信防伪说明

本图书采用出版物短信防伪系统，读者购书后将封底标签上的涂层刮开，把密码（16位数字）发送短信至106695881280，即刻就能辨别所购图书真伪。移动、联通、小灵通发送短信以当地资费为准，接收短信免费。短信反盗版举报：编辑短信“JB，图书名称，出版社，购买地点”发送至10669588128。客服电话：010-58582300

侵权举报电话：

全国“扫黄打非”工作小组办公室

010-65233456 65212870

<http://www.shdf.gov.cn>

中国青年出版社

010-59521255

E-mail: [law@cypmedia.com](mailto:law@cypmedia.com) MSN: [chen\\_wenshi@hotmail.com](mailto:chen_wenshi@hotmail.com)

## 图书在版编目(CIP)数据

魅力人像：DSLR 人像摄影技巧 / (韩) 朴佑哲, (韩) 徐斗一 编著; 金英姬 译. - 北京: 中国青年出版社, 2008  
ISBN 978-7-5006-8446-6

I. 魅... II. ① 朴... ② 徐... ③ 金... III. 数字照相机—人像摄影—摄影艺术 IV. TB86 J413

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 142420 号

## 魅力人像：DSLR 人像摄影技巧

(韩) 朴佑哲, (韩) 徐斗一 编著 金英姬 译

出版发行：中国青年出版社	印 刷：小森印刷(北京)有限公司
地 址：北京市东四十二条21号	开 本：787 × 1092 1/16
邮政编码：100708	印 张：20
电 话：(010) 59521188 / 59521189	版 次：2009年1月北京第1版
传 真：(010) 59521111	印 次：2009年1月第1次印刷
企 划：中青雄狮数码传媒科技有限公司	书 号：ISBN 978-7-5006-8446-6
责任编辑：肖辉 陈玮 林杉	定 价：69.00元
封面设计：唐 棣	

本书如有印装质量问题，请与本社联系 电话：(010) 59521188

读者来信：[reader@cypmedia.com](mailto:reader@cypmedia.com)

如有其他问题请访问我们的网站：[www.21books.com](http://www.21books.com)

# 写在前面

数码单反相机（DSLR）正以其卓越的性能、可更换镜头的便利性和越来越实惠的价格，成为广大数码摄影爱好者的购买热点。对于多数DSLR用户来说，使用相机拍摄最多的主题无疑是身边亲友的快乐瞬间。但是，您也许会发现所拍下的照片不尽如人意。如何使用DSLR拍出更富有魅力的人像照片？本书将为您详细阐释。

与其他介绍DSLR人像摄影技巧的图书不同，本书尽量避免枯燥难懂的专业术语和理论讲解，同时是通过作者的亲身拍摄体验，对多种拍摄情况下应该运用的技巧和注意事项进行翔实、生动的说明。从选择拍摄器材到创造性地运用光线、设计构图，从定制拍摄主题到实施户外或影棚拍摄，从指导模特的姿势与神态到服装与道具的安排，从人像照片的后期修饰到拍摄后的资料管理与利用，作者用平实的语言讲述了整个拍摄过程，力求将成功摄影师最真实的一面展现出来，将最鲜活、最实用的摄影技巧传达给您。

本书的两位作者徐斗一先生和朴佑哲先生是在韩国享有盛誉的摄影师，拥有丰富的人像摄影经验。他们拍摄照片时的姿势与别人没有什么区别，所使用的摄影器材也是很大众化的器材。但他们为摄影所付出的努力应是独一无二的。正因如此，本书肯定会具备别具一格的视角和信念。两位作者在摄影风格和影像视角上截然不同的表达，一定会给您带来耳目一新的感觉，更能让您学到形式各异的摄影技巧。

如果您初涉人像摄影领域，或刚刚购买了一台DSLR，正准备为身边的亲友拍摄照片，那么您从本书中肯定能够找到对于“怎样拍？为什么这样拍？”的明确回答。本书并不是扫了一眼就会被放在一旁的书，而是一本可经常翻阅从而训练自己的好书。希望本书的出版能为您的DSLR人像摄影之旅助一份力量，添一份乐趣。

编者

徐斗一

## 本书作者

我不知道在我的摄影之路上是否能够达到目标的巅峰。目标确实存在，但我还在思考着什么是明确的巅峰。其过程中的收获，的确是非常非常珍贵的。

在编写本书的过程中，我逐一翻阅了用户提出过的问题，从而确立了内容框架，建起了目录。虽然在介绍技巧时必然会存在不足之处和不明确的部分，但我还是尽量如实地讲述。从街道上的路人到小巷里玩耍的乡村孩子，如何从这么多人物对象中选择来拍摄，有哪些经验之谈，有什么现场故事，这些都是我想在这本人像摄影书中介绍的内容。

本书尽量避免使用抽象的摄影数据或者难懂的专业用语，力求使读者在阅读本书的过程中实际感受拍摄时的情况，进而更好地理解摄影原理与创作技巧等内容。

通过本书，读者可以了解到从日常生活到专业领域等多方面的人像摄影内容。可以说，本书总结整理了人像摄影中需要注意的各个方面。

本书首先介绍了如何面对人物、如何接近人物，而不是摄影数据或者技巧。然后再以实例展示了各种不同场景下人像摄影的技巧和方法。虽有不足之处，还望各位读者谅解。

感谢Digital Books出版社的李江源社长和为本书出版付出辛劳的工作人员，感谢在编写本书的过程中给予我帮助的所有人。

徐斗一 1970年生

主页：<http://www.oneeye.pe.kr>

邮箱：[sdi0418@hanmail.net](mailto:sdi0418@hanmail.net)

### 职业生涯

- 自由摄影师，杂志摄影记者
- 被选为《国家地理》（韩国版）2005年1月Raysoda推荐作者
- 目前运营OneEye studio

### 著作

- 摄影散文集《我的小时候》，2005年出版
- 《感性的DSLR人像摄影》，2006年出版
- 在《PhotoNet》、《ZoomIn》、《Cine21》等摄影及电影刊物上发表照片、文章等

# 本书作者

朴佑哲

本书献给一直以来为我操劳的母亲。

同时感谢在编写本书的过程中给予我很大帮助的Fashion Insight黄尚润社长和刘宰傅主任编辑。

另外，在本书中出现最多的摄影模特金贞姬，还有刘河莹、金民珠、宋秀贞、朴顺如、李嘉娜、宫小延、崔雅弄，如果有荣誉和美丽，那将是你们的。

最后，非常感谢我们fstyle studio的家人。

朴佑哲 1974年生

主页：<http://www.artmart.co.kr>

邮箱：[park3th@naver.com](mailto:park3th@naver.com)

## 教育经历

2003年获得中央大学尖端影像学院硕士学位

## 职业生涯

- 韩国摄影文化财团数码事业组长，2003
- Fashion Insight摄影记者，2004~2006
- 自由摄影师，2003~2006
- fstyle studio室长，2004~2006

## 展览

- 像外像\_beyond images
- 另一种自觉\_视频影像企划及集团展 (2003年11月DEUKWON Gallery)

## 著作

- 《感性的人像摄影》，2005年出版
- 《POSE》，2006年出版
- 《感性的DSLR人像摄影》，2006年出版

About  
writer

## Part 01 有魅力的户外人像照片 ..... 10

- Chapter01 何为人像照片 ..... 12
- Chapter02 情韵与热情！走近人像照片拍摄现场 ..... 16
- Chapter03 相互配合进行拍摄 ..... 18
- Chapter04 去哪儿寻找模特 ..... 20
- Chapter05 在周围寻找人物 ..... 22
- Chapter06 如果没有就创造！寻找模特 ..... 26
- Chapter07 拍摄前须知：人像照片的版权、肖像权 ..... 30
- Chapter08 人像摄影的幕后工作者 ..... 32
- Chapter09 拍摄完毕后 ..... 34
- Chapter10 拍摄后的数据刻录及管理 ..... 36

## Part 02 通过什么来拍摄 ..... 38

- Chapter01 了解自己的相机 ..... 40
- Chapter02 数码相机的曝光与视角 ..... 42
- Chapter03 有助于人像摄影的辅助工具 ..... 44

## Part 03 拍摄自然的人像照片 ..... 48

- Chapter01 亲近拍摄对象 ..... 50
- Chapter02 人物表情和姿势的演绎 ..... 52
- Chapter03 符合背景的拍摄 ..... 54
- Chapter04 符合服装的拍摄 ..... 56
- Chapter05 符合摄影意图的演绎——丰富的表情 ..... 60
- Chapter06 自然地演绎 ..... 66
- Chapter07 捕捉自然的表情 ..... 70
- Chapter08 匹配于照片的视线 ..... 72
- Chapter09 独自进行拍摄 ..... 74
- Chapter10 专业拍摄指南 ..... 76



## Part 04 自然的极致！抓拍..... 78

- Chapter01 抓拍需要爆发力.....80
- Chapter02 抓拍需要打猎般的精神.....82
- Chapter03 等待！并且事先计算时间.....84
- Chapter04 使用双眼拍摄.....86
- Chapter05 闪亮照片背后的B镜头.....88
- Chapter06 制造决定性瞬间！通过演绎得到抓拍.....90
- Chapter07 失败就要放弃吗？要重新创造机会.....94



## Part 05 决定主题也是摄影师的工作.... 96

- Chapter01 主题分类与演绎.....98
- Chapter02 多种主题拍摄——纯真.....100
- Chapter03 多种主题拍摄——性感.....102
- Chapter04 多种主题拍摄——诱惑、欲望.....106
- Chapter05 多种主题拍摄——颓废的美丽.....108
- Chapter06 多种主题拍摄——可爱.....112
- Chapter07 多种主题拍摄——日常生活中的美丽.....114
- Chapter08 多种主题拍摄——抒情、女性化.....116
- Chapter09 多种主题拍摄——梦幻、艺术感.....118
- Chapter10 多种主题拍摄——民族风格.....122
- Chapter11 多种主题拍摄——悲伤.....124
- Chapter12 多种主题拍摄——动态.....128
- Chapter13 多种主题拍摄——美丽.....132



## Part 06 在不同环境下拍摄的主题..... 136

- Chapter01 根据不同天气拍摄——晴天的主题Tip.....138
- Chapter02 根据不同天气拍摄——阴天的主题Tip.....142
- Chapter03 根据不同天气拍摄——雨天的主题Tip.....146
- Chapter04 根据不同天气拍摄——雪天的主题Tip.....148
- Chapter05 根据不同天气拍摄——雾天的主题Tip.....150
- Chapter06 根据不同场地拍摄——市中心/繁华区的主题Tip.....152







- Chapter07 根据不同场地拍摄——树林主题Tip..... 154
- Chapter08 根据不同场地拍摄——海边的主题Tip ..... 158
- Chapter09 根据不同场地拍摄——胡同/街头涂鸦的主题Tip..... 160
- Chapter10 根据不同时段的拍摄——凌晨/早晨的主题Tip ..... 164
- Chapter11 根据不同时段的拍摄——日落前的主题Tip ..... 168
- Chapter12 根据不同时段的拍摄——夜晚拍摄的主题Tip ..... 172
- Chapter13 复合型主题的拍摄——情感、场地、时间完美结合的照片... 174
- Chapter14 复合型主题的拍摄——为主题而特意拍摄的照片..... 176
- Chapter15 复合型主题的拍摄——服装、道具、场地相结合的摄影... 180



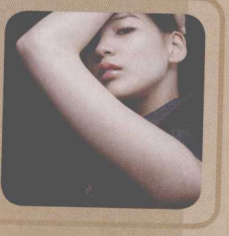
## Part 07 随心所欲处理光线..... 188

- Chapter01 光线的重要性..... 190
- Chapter02 寻找光线..... 192
- Chapter03 对光线的分辨力..... 194
- Chapter04 挑选适当光线的方法..... 196
- Chapter05 光线、曝光、速度是三角关系..... 198



## Part 08 摄影棚拍摄人像的专业方法... 200

- Chapter01 简洁..... 202
- Chapter02 制造拍摄气氛..... 208
- Chapter03 吸引视线的原则..... 210
- Chapter04 摄影棚的照明设备及术语..... 216
- Chapter05 摄影棚人像照片的基本照明方法..... 220
- Chapter06 人像照片照明实战..... 224



## Part 09 拍摄有创意的照片..... 230

- Chapter01 根据目的和用途选择构图与镜头..... 232
- Chapter02 用广角镜头仰视拍摄呈现夸张的效果..... 238
- Chapter03 利用标准定焦镜头拍摄出真实的效果..... 240
- Chapter04 个人档案照片中的构图与镜头视角..... 242
- Chapter05 能够拍摄梦幻般人像照片的秘诀..... 246



- Chapter06 灵活构图的照片..... 250
- Chapter07 利用独创性开创与众不同的世界..... 254

## Part 10 让照片中的人物栩栩如生..... 256

- Chapter01 眼神为何重要..... 258
- Chapter02 通过嘴唇表达人物情感..... 262
- Chapter03 服装造就照片的视觉性效果..... 266
- Chapter04 化妆与素颜的选择——利用化妆烘托人物的方法..... 270
- Chapter05 准备道具..... 276
- Chapter06 衬托主角的配角..... 280
- Chapter07 电影或电视剧中的场景..... 282



## Part 11 赋予照片灵魂——后期制作... 284

- Chapter01 RAW文件的概述..... 286
- Chapter02 照片的基础色感——白平衡..... 288
- Chapter03 调节照片的亮度..... 290
- Chapter04 裁剪——另一种形式的构图..... 292
- Chapter05 调节照片的清晰度..... 294
- Chapter06 细致地处理使图像更生动..... 297
- Chapter07 赋予神秘感的后期制作方法..... 300
- Chapter08 低饱和度照片效果..... 302
- Chapter09 富有强烈对比度的图像效果..... 304
- Chapter10 华丽色调的处理..... 306



## Part 12 拍摄活动或仪式照片..... 308

- Chapter01 结婚仪式上的快照..... 310
- Chapter02 一周岁生日仪式上的快照..... 318

# Part 01



e.pe.kr | 2004

# 有魅力的户外人像照片



『

人与人！

在按下快门的一瞬间，相机作为一个小工具为人们带来了数不清的感触。它时而带来幸福，时而带来烦恼，时而又带来意外的感动与欢喜。

当摄影对象悄然呈现在取景器上的时候，在笔者心中会漾起通电般的感动。而手中的相机将会连续记录这种感动下的每一瞬间。

通过镜头展现的画面使笔者心旌荡漾，而记录每一瞬间的快门声音赋予拍摄者通电般颤栗的惊喜。

比起其他摄影门类，人像摄影更能令人感受到无穷的生机和活力。

』

## ● 何为人像照片

笔者并不想给人像照片下个非常明确的定义。

在所有照片题裁中，人像照片无可否认是其中一个比较大的题裁。但谈论人像照片的比重或范围时，连笔者都会困惑应该从何说起。

每当有人提起“人物在画面中占据多少比例？”、“人物的比例为多少才能算是人像照片？”等问题的时候，笔者也会感到无从回答。笔者个人比较喜欢在广阔的大自然中安排人物的照片。那么，这种照片到底是属于风景照片还是人像照片？将这种照片上传到在线画册上的时候，指定为自然或风景类别，还是指定为人物类别？这些都是不大不小的顾虑。

笔者认为，在画面上人物所占据的比例大还是背景所占据的比例大等这些问题本身并不是十分重要。只要背景能够充分发挥好衬托人物的效果，并且拍摄的核心是人物时，该照片就足以称之为人像照片。

本书中所讲述的人像照片题裁非常丰富，包括要点突出的时尚广告人像照片、个人档案照片、天真烂漫的孩子和农村老人的记录性人像照片，以及利用一些手法做出效果的人像照片等，书中包括以上这些丰富多彩而庞大的照片及其相关说明。本书的重点并不在于理论或复杂数据的说明，而是实事求是地将重点放在实战经验及技巧上，从而希望读者能够与笔者一起共同体验人像照片的奥妙所在。



佳能 EOS-1D、1/320秒、光圈值：F2.8、拍摄模式：光圈优先、ISO：400、白平衡：自动  
以背景为中心的人像照片



佳能 EOS-1D、1/6400秒、光圈值：F2.0、拍摄模式：光圈优先、ISO：100  
以人物为中心的人像照片





# Chapter 02

## ● 情韵与热情！走近 人像照片拍摄现场

偶尔在电视中看到当红艺人的MV或广告拍摄现场的相关画面时，笔者都会停下手头的事情，仔细观看电视节目。其中，最关注的是怎样安排模特、与人物的交流如何进行等方面；其次，再关注拍摄设备以及周围的工作人员。在关注这些情况的同时，笔者会不知不觉融入其中，感受兴奋与心跳，仿佛置身其中。



笔者在用LCD确认已拍摄的图像，同时也在说明拍摄技巧



佳能 EOS-1D、1/25秒、光圈值：F2.8、拍摄模式：光圈优先、ISO：100、白平衡：自动  
女性人物的个人档案照片拍摄场面