

本书实例的
素材及最终文件
附赠1DVD
100组数码照片
调色动作

丁实 编著

PHOTOSHOP 人像精修专业技法

TP391.41/3185

PHOTOSHOP 人像精修专业技法

丁实 编著

律师声明

北京市邦信阳律师事务所谢青律师代表中国青年出版社郑重声明：本书由著作权人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。

侵权举报电话

全国“扫黄打非”工作小组办公室 中国青年出版社
010-65233456 65212870 010-59521012
<http://www.shdf.gov.cn> E-mail: cyp_law@cypmedia.com MSN: cyp_law@hotmail.com

图书在版编目(CIP)数据

Photoshop 人像精修专业技法/丁实编著. -北京:中国青年出版社, 2012.5
ISBN 978-7-5153-0657-5
I. ① P… II. ① 丁… III. ① 图像处理软件, Photoshop CS5 IV. ① TP391.41
中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 053433 号

Photoshop 人像精修专业技法

丁实 编著

出版发行： 中国青年出版社

地 址：北京市东四十二条 21 号

邮政编码：100708

电 话：(010) 59521188 / 59521189

传 真：(010) 59521111

企 划：北京中青雄狮数码传媒科技有限公司

责任编辑：郭 光 张海玲 沈 莹

书籍设计：王 蓉

印 刷：北京瑞禾彩色印刷有限公司

开 本：787×1092 1/16

印 张：18.5

版 次：2012 年 5 月北京第 1 版

印 次：2012 年 5 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5153-0657-5

定 价：69.00 元(附赠 1DVD, 含实例文件与调色动作)

本书如有印装质量等问题, 请与本社联系 电话: (010) 59521188 / 59521189

读者来信: reader@cypmedia.com

如有其他问题请访问我们的网站: www.lion-media.com.cn

“北大方正公司电子有限公司”授权本书使用如下方正字体

封面用字包括: 方正雅宋系列

PREFACE 前言

随着科技的发展和数码时代的到来，数码单反相机已日益得到广大消费者的青睐。越来越多的人开始使用数码单反相机并开始探索摄影艺术。人像摄影是最常见的一种摄影类型，然而无论是摄影爱好者的群体拍摄，还是高级商业人像摄影，都需要进行后期精修处理。

全书共分 11 章。第 1 章对人像精修前的准备工作与技巧一一进行了详细叙述和深入剖析，包括拍摄准备、精修的电脑硬件条件、图像调整基础、人像修饰的思路和步骤。第 2~8 章分别就眉眼、皮肤、面部、头发、唇齿、体型、衣物等部分精修调整进行了全面讲解，不仅帮助读者学习人像精修的技术，更提供了多年累积的人像精修经验。第 9~10 章详细阐释了抠图技巧与调色技术，其实这是对人像照片精修处理的延伸。由于大部分人像作品用于商业用途，因此抠图、合成与艺术调色也是学习人像照片精修不可错过的技术。第 11 章运用三个大型的综合案例，详尽演示了人像照片精修处理从校色、粗修到调色、修型的全部过程。

本书图文并茂，信息量大，知识架构逐层深入，讲解直观、形象，可以帮助您从了解人像摄影的前期准备工作开始，逐步学习整个人像精修处理的过程及一整套完整方法，高效、高质地掌握人像精修知识及技巧，真正体验从新手到高手的顺利升级。

特别感谢资深摄影师景喆为本书提供的照片，同时感谢所有为本书的出版提供帮助的摄影师和模特，是他们的辛勤付出才使本人有了写作的基础素材。同时也要感谢中国青年出版社的编辑，是他们不辞辛苦地与本人讨论结构、制定体例，并不厌其烦地对本人的写作进行指导，使我从一个不善文字的修图师变成一个可以著书立说的作者，她们付出的辛劳我将感激不尽。

人像精修不仅需要软件技术的熟练掌握，更需要长期积累的丰富经验和细致耐心的工作态度。成功的人像精修人员，都是通过大量且长期的练习才成就了强大的判断能力和修图能力。希望通过本人的抛砖引玉，可以使读者在人像精修的学习道路上取得小小进步。

编者

CONTENTS 目录

CHAPTER 01

人像精修的准备工作与技巧

- 01 前期拍摄注意事项 12
- 02 图像调整基础 14
- 03 人像修饰的思路和步骤 18

CHAPTER 02

眼部修饰

- 01 为眼睛增加对比度 28
- 02 改变眼睛的颜色 30
- 03 增加眼神光 33
- 04 去除眼部血丝 36
- 05 去除黑眼圈 38
- 06 去除眼袋 42
- 07 增加眼白亮度 44
- 08 完善眉形 47



目录 CONTENTS

03 CHAPTER

唇齿修饰

- 01 缩小嘴唇 52
- 02 使嘴唇更有光泽 54
- 03 使唇膏颜色更鲜亮 56
- 04 增白牙齿 58
- 05 为嘴唇添加粉彩 60
- 06 加深人物嘴唇颜色 63
- 07 变换唇膏颜色 66



04 CHAPTER

皮肤修饰

- 01 移除污点 72
- 02 减轻或移除皱纹 74
- 03 消除面部高反光区域 77
- 04 使用通道柔肤 80
- 05 基础的柔肤快速调整 84
- 06 在保留纹理的基础上柔肤 86
- 07 使用“高反差保留”滤镜柔肤 90
- 08 光滑人物手部皮肤 93
- 09 打造古铜色肌肤 96



CONTENTS 目录

CHAPTER 05

面部整体修饰

- 01 使脸部更加对称 100
- 02 重塑人物脸形 102
- 03 缩小人物的鼻子 105
- 04 增大人物的鼻子 108
- 05 去除鼻子上的斑点 111
- 06 缩小鼻孔 114
- 07 使人物鼻梁变高 116

CHAPTER 06

头发修饰

- 01 为头发做挑染 120
- 02 改变发色 122
- 03 填补头发间的空隙 125
- 04 为头发增加高光 128



目录 CONTENTS

07 CHAPTER

体型修饰

- 01 打造纤细手臂 132
- 02 去除腿部赘肉 134
- 03 为人物增高 136
- 04 快速为人物瘦腿 140
- 05 制造翘臀效果 144
- 06 在合影中使一人瘦身 146



08 CHAPTER

衣物修饰

- 01 变换衣物的颜色 150
- 02 去除衣物吊带 152
- 03 为白色衣物增加图案 154
- 04 制作黑白 T 恤印花 157

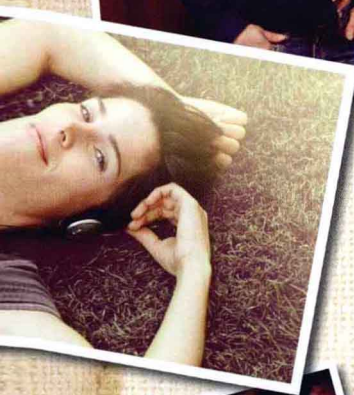


CONTENTS 目录

CHAPTER 09

抠图技巧

- 01 使用通道抠取人像 162
- 02 使用“计算”命令抠取人像 165
- 03 使用快速蒙版抠取人像 168
- 04 使用背景橡皮擦工具替换背景 170
- 05 使用“色彩范围”命令抠取人像 172
- 06 在 Lab 模式下用通道快速抠图 175



CHAPTER 10

人像照片艺术调色

- 01 调出淡雅色调风格 180
- 02 调出古典咖啡色风格 186
- 03 调出怀旧色彩风格 189
- 04 调出清淡日系色调风格 192
- 05 调出暗紫色风格 195
- 06 调出强对比风格 202
- 07 调出甜美的淡紫色风格 210
- 08 调出电影色调风格 216
- 09 调出金属时尚大片效果 220

目录 CONTENTS

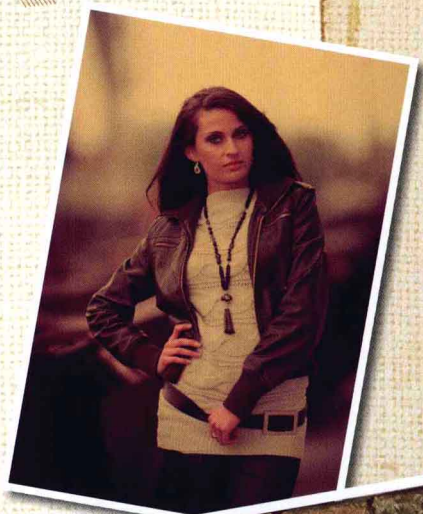
11 CHAPTER

精修肖像人像

- 01 人像特写精修 228
- 02 人像照片的整体美白及润色 242
- 03 高调人像的修饰 256

附录

- 01 数码照片的输出 293
- 02 Photoshop 常用快捷键 295





试读结束：需要全本请在线购买：www.ertongbook.com

APPTER

01



人像精修的准备工作与技巧

在进行人像拍摄和精修前，摄影师通常需要进行较多的准备工作，如针对拍摄主题进行布光等，这直接关系到人像作品的品质。另外，在从事人像精修时，也要求摄影师掌握最基本的照片处理基础知识和基本技能，本章将就拍摄准备、精修理论基础和精修步骤进行讲解。

01 前期拍摄注意事项

虽然 Photoshop 强大的功能可以修饰人物、去除瑕疵、调整灯光、改变色调，但是在进行人像拍摄前，还是有很多需要注意的问题。如果在前期拍摄的过程中多加注意，就会为后期处理节省大量精力和时间。

1. 拍摄

拍摄是进行人像精修的先决条件和基础，无论是商业拍摄还是艺术拍摄，都需要摄影师对拍摄环境、拍摄对象、拍摄氛围等作出准确判断，从而拍摄出最符合要求在照片。下面以 4 个案例来具体说明进行人像拍摄时需要注意的事项。



拍摄现场

● 案例 1

为了使人物的秀发在拍摄时能够呈现出更好的光影效果与美感，摄影师通常会先拍摄一张全景画面，将灯光的重点布置在人物脸部，然后再以相同的场景和角度拍摄一张，但此次灯光的重点布置在头发上，最后使用 Photoshop 合成两张照片，再修饰人物的肤色、五官等细节便大功告成了。

● 案例 2

如果需要拍摄模特手捧促销商品的宣传照，摄影师会先拍摄一张整体照，再单独拍摄一张商品照，然后使用 Photoshop 将单拍的商品替换为人物手中的商品，合成后再修饰其他细节即可。

● 案例 3

如果需要拍摄人物戴着手表的照片，摄影师通常会先拍摄一张整体照，将灯光重点布置在人物身上，随后以同样的角度仅对手表进行灯光布置，再拍摄一张整体照（或是单独拍摄手表），然后将两张照片合成并修饰即告完成。常有人误以为 Photoshop 是无所不能的，因此未经思索便将摄影时可以解决的问题全都交给修图人员进行后期处理。其实有时拍摄很容易得到的效果，使用 Photoshop 处理反而费时费力。

● 案例 4

如果需要拍摄人物的眼妆，拍摄一张干净的脸，再使用 Photoshop 为人物添加眼影彩妆，不但费时费力，制作效果也未必真实。正确的做法是直接为真人化妆，然后再拍摄照片，最后使用 Photoshop 修改一些小细节。如果想要呈现多种颜色的产品，Photoshop 就派上了用场。这时不需要逐个拍摄，可以尝试一张多用，使用 Photoshop 将人物的眼影替换为不同的色系即可。

2. 灯光

抛开摄影师的技术和审美敏锐度不谈，单就灯光因素，有一种荧光灯管非常适合拍人像，因为它会发出连续光，使被摄体曝光均匀，拍出的皮肤效果细致而有质感。如果采用散发不连续光的灯打光，则会使人物的皮肤曝光不均匀，照片上还可能出现斑状瑕疵，如白斑、深色斑等，造成人物肤色不均的假象。

3. 人物

有些时尚照片的印刷成品比真人还要大好几倍，例如灯箱广告等。如果对皱纹等瑕疵不加修饰，成品中人物的肌肤效果会非常难看。人物的肌肤质感与年龄有很大关系，20岁以下脸部的细纹最浅，30岁以上则细纹渐多，甚至又密又深，眼皮也可能开始下垂，这种照片修饰起来就比较费时费工。

4. 参考资料

后期处理人员平日时就应注意收集一些漂亮的人物照片，观察它们的光影、色彩等。修片时可以作为样本，模仿它的肤色或整体色调等。此外，人物肖像素描、印刷、摄影灯光布置等方面的知识对照片修饰也有帮助。

5. 硬件设备

由于 Photoshop 运行时需要占用较多内存，因此专业人士一般都配备 4GB 以上的内存，以便计算机运算顺畅，详细的配置要求见下表。

表 1-1 后期精修计算机配置要求

部件	配置要求
CPU	英特尔® 酷睿™ i5
系统	Windows 7® 专业版操作系统 64 位
硬盘	SATA-3.5",7200 rpm 2.0TB
内存	至少 4GB，推荐 8GB DDR3
显卡	NVIDIA® Quadro
显示器	1024×768 以上的分辨率

在修图工具方面，从事后期人像精修的专业人士通常会使用绘图板和压感笔来替代鼠标，因为它的笔触了比鼠标更流畅，进行操作时手感和操控能力都更强。



计算机



绘图板

02 图像调整基础

1. 图像为什么需要调整

在通常情况下，设计一个项目的前期工作是收集图片素材，其中有很多收集素材的方法，比如直接利用图库或上网收集。如一张湖光山色的风景照片天空却偏绿色，这就不符合大自然的色彩规律，又如色彩对比太弱、偏色、曝光不足等。针对这些问题，Photoshop 强大而专业的色彩色调调整功能，能够针对图像具体问题进行有效的调整。另外，利用 Photoshop 强大的调色功能还能够制作很多特殊图像效果，比如将黑白老照片制作成漂亮的彩色照片，或者将普通的生活照片制作成常见的柔焦美女照，甚至改变人的脸型和身材等。

2. 需要调整哪些部分

图像的调整一般应从3个方面考虑，即图像的层次、颜色和清晰度。一幅照片如果这3个方面都比较好，就可以说这是张质量不错的照片。层次调整主要是处理好图像的亮调、中间调和暗调，使图像层次分明，各层次都保留完好并显现清楚。颜色调整主要是针对图像的偏色现象进行纠正。清晰度调整则要求把照片细节表现出来，使图像看起来清晰。

3. 图像调整原则

其实图像调整有比较大的参考尺度，毕竟每个人的眼光不一样，调整习惯也各有差异，但是有两个原则要把握，即忠实于原稿和忠实于视觉习惯。

4. “色阶”和“自动色阶”命令

“色阶”命令主要用于调整图像亮调、中间调和暗调的层次分布。

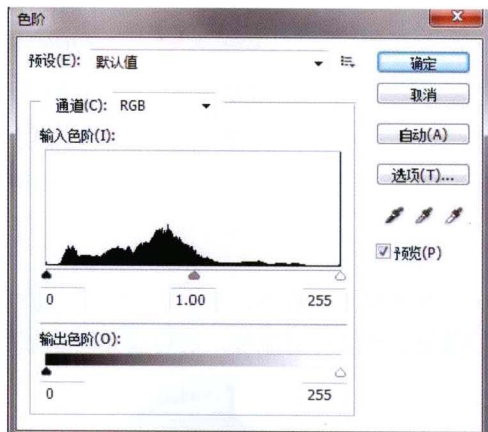
在“色阶”对话框中有一个“自动”按钮，单击该按钮，Photoshop 会对图像自动进行色阶调整，使用比较方便，它与执行“调整 > 自动色阶”命令具有同样的效果。

“自动色阶”命令虽然方便，但是并不能处理好各种类型的图像，可以先使用“自动色阶”命令进行调整，如果对结果不满意再继续使用“色阶”命令手动调整。

5. 精细调整图像的色调——“曲线”命令


“曲线”命令是一个非常专业精细的色彩色调调整命令，其实它的功能原理和“色阶”命令是一样的，但是它的优势在于更加精细的调整，具体体现在曲线功能，“曲线”对话框的核心就在预览框的曲线上。默认情况下它是一条对角直线，将光标移动到曲线上单击，即可添加一个节点，此时向上或向下移动曲线，图像都会发生相应的变化。

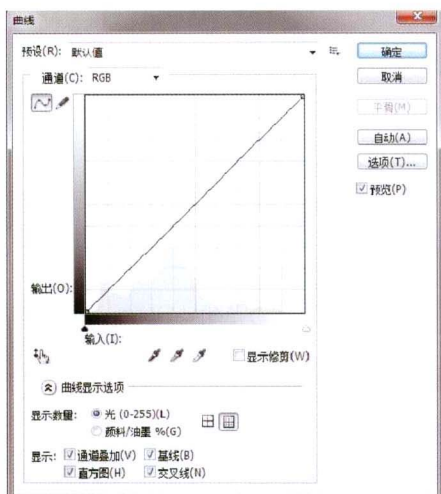
使用“曲线”命令时需要注意，曲线上的每一个节点代表着图像中相应的一个色阶层次。曲线上最多可添加12个节点，这就代表可调整12个层次，因此“曲线”命令的调整变得十分精细，不过一般情况下不需要这么精细的调整。如果想删除多余的节点，只需将其拖出对话框之外就可以了。



“色阶”对话框

在“曲线”对话框中可设置图像的色彩饱和度，即颜色的鲜艳程度，相当于执行“图像 > 调整 > 色相 / 饱和度”命令或创建“色相 / 饱和度”调整图层。

在该对话框中还有一个铅笔按钮，单击后可直接在预览框中绘制任意曲线。如果绘制的曲线和初始曲线状态呈反向交叉状态，图像会变成类似于照片底片的负片效果。其实执行“图像 > 调整 > 反相”命令即可实现这种效果。由此可以得出结论，“曲线”命令可以代替“反相”命令、“亮度 / 对比度”和“色相 / 饱和度”命令，这也说明了“曲线”命令功能的强大性，足见其是进行照片精修需要掌握的重点命令，当然需要后期处理人员通过不断实践和深刻体验，才能加深对“曲线”命令的理解。



“曲线”对话框

6. 针对色彩三要素进行调整的命令——“色相 / 饱和度”命令

在学习使用“色相 / 饱和度”命令之前必须对色彩的三要素有一定理解。

(1) 色彩三要素

首先需要了解关于色彩的一些基本概念，比如如何去判断一种色彩的样子，比如“红色的上衣”、“银色的手机”等，其实这已经代表人们有自己的色彩色感，但是作为专业人员来说，还必须以专业的眼光去观察色彩。

色彩的三要素是色相、明度和饱和度，这是颜色的基本特征，缺一不可。色相是一种颜色区别于另一种颜色的最显著的特性。它是用以判断某种颜色是红、绿、蓝或是其他颜色的色彩感觉。光源的色相是指光辐射的光谱对人眼所产生的感觉，物体的色相取决于物体对可见光进行选择吸收后的结果。明度是指人们所感知到的色彩的明暗程度。饱和度也叫纯度，指的是颜色的鲜艳程度。



“色相 / 饱和度”对话框

(2) 色相

色相指的是色彩的相貌，就是通常意义上称呼的红、橙、黄、绿等。在 Photoshop 的拾色器中，单击 H 单选按钮将以色相的方式调整色彩，上下拖动三角滑块，可以发现颜色发生了色相的变化。

但是需要注意一点，颜色的相貌只是相对而言的，最好理解成为“这种颜色带有红（橙、黄、绿、青、蓝、紫）色的倾向”。各种颜色之间是没有绝对界限的，如果需要研究透彻，就要从专业书籍中学习色相环的相关知识。

(3) 明度

明度指的是一种颜色在明暗上的变化。

(4) 饱和度

饱和度指的是色彩的鲜艳程度。

“色相 / 饱和度”命令就是专门对色彩三要素进行调整的命令，可以说是一个比较直观易学的命令。如照片中颜色的纯度太低，可使用“色相 / 饱和度”命令调整照片，加大纯度和亮度，得到明快的图像效果，使空间层次得到加强。

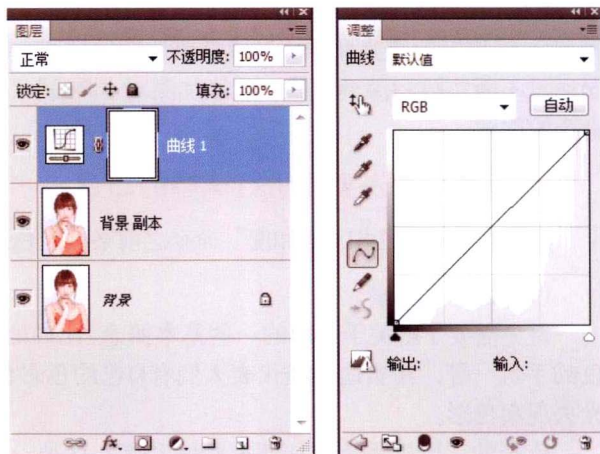
对图像使用“去色”命令会扔掉图像中的彩色信息，得到只有黑白灰色调变化的图像。

7. 最佳的图像调整方式——调整图层的使用

(1) 调整图层的概念

使用一般的调整命令后，若对效果不满意，通常需要按下快捷键 Ctrl+Z 恢复并重新来做，但是使用调整图层可以直接双击调出面板进行调整。这是使用调整图层比直接使用菜单命令优越的一大特点。

除此之外，调整图层只是作为一个层存在，意味着它对图层本身的色彩并没有更改，只是附加了一个调整的效果而已，这一点与直接使用菜单命令“改变图像本身的属性”相比具有极大的优势。在不需要这个调整效果的时候，可以随时关闭此调整图层，丝毫不会影响图像本身。



调整图层及“调整”面板

(2) 调整图层的使用

在默认情况下，调整图层对于处于其下方的所有图层起作用，具有多级控制的功能。但它又是灵活的，如果只需要对处于它下方的一个图层起作用的话，可在按住 Alt 键的同时单击图层，在弹出的对话框中勾选“与前一图层编组”复选框即可实现只对处于它下方的一个图层起作用。



技术提高

不是每个调整命令都有对应的调整图层

虽然调整图层与大部分调整命令相对应，但并不是所有菜单里的调整命令都有相应的调整图层，有的调整命令还是只存在于菜单命令中。如“阴影 / 高光”命令、“HDR 色调”命令、“匹配颜色”命令、“色调均化”命令等。

8. 修复工具的使用

除了色调、层次和颜色等问题之外，有时候照片还需要进行一些细节上的修复，如人像照片中的红眼、老照片上的墨迹和污点等。针对这些问题，Photoshop 推出了一系列修复工具，下面具体讲解各个修复工具。

(1) 仿制图章工具

仿制图章工具可精确地复制图像的一部分到其他位置，可用于修复照片中的污点等。在进行修复前一定要在准备复制的地方按住 Alt 键单击，取得原始取样点的像素信息，然后在目标位置单击进行