



解密唯美

人像摄影

摄影师绝不告诉你的摄影与后期秘笈

吴俊辰 著

人像摄影红人、POCO力荐热门摄影师、百度百万热帖帖主、摄影畅销书作者为你独家解密唯美人像摄影与后期处理秘笈！

附赠超值光盘

本书后期案例素材文件
后期处理精彩案例视频
丰富实用的小册子
模特摆姿手册+佳能镜头手册+尼康镜头手册

013061129

J413
62



解密 唯美

人像摄影

摄影师绝不告诉你
的摄影与后期秘笈

吴俊辰著



北航 C1667959

中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



摄影网
people connect

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

010-65233456 65212870

http://www.shdf.gov.cn

中国青年出版社

010-59521012

E-mail: cyplaw@cypmedia.com MSN: cyp_law@hotmail.com

图书在版编目(CIP)数据

解密唯美人像摄影：摄影师绝不告诉你的摄影与后期秘笈 / 吴俊辰著. —北京：中国青年出版社，2013.7

ISBN 978-7-5153-1760-1

I. ①解… II. ①吴… III. ①人像摄影—摄影艺术 IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第150875号

解密唯美人像摄影： 摄影师绝不告诉你的摄影与后期秘笈

吴俊辰 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

策划编辑：柳 琪

责任编辑：刘稚清 柳 琪

书籍设计：六面体书籍设计

封面设计 姜懿针苏

版式设计 张旭兴

印 刷：北京建宏印刷有限公司

开 本：787×1092 1/16 印张：15.5

版 次：2013年10月北京第1版

印 次：2013年10月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5153-1760-1

定 价：69.90元（附赠超值光盘，含教学视频与丰富素材）

本书如有印装质量问题，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

“北京北大方正电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。

封面：方正清刻本悦宋简体 方正心报宋简体 方正兰亭刊黑简体

目录 CONTENTS

Chapter

01

人像摄影零基础快速入门

- 01 写给零基础的读者.....014
- 02 拍摄前先搞定你的相机.....016
 - 曝光模式，选择光圈优先自动曝光模式.....016
 - 测光模式，选择评价测光.....018
 - 对焦点，选择中心点对焦.....019
 - 感光度，设置为100.....020
 - 曝光补偿，选择0补偿位置.....020
 - 白平衡设定，选择自动AWB.....021
 - 画质设置，RAW+JPEG.....022
 - 设置清单综述，给你一个快餐单.....023
- 03 设置闪光灯，让闪光灯快速投入实战.....024
 - ETTL模式，闪光灯的“自动”模式.....024
 - 高速同步模式，高速快门下的完美补光利器.....026
 - 闪光灯使用常识，经典的“跳灯”技法.....027
- 04 上手拍第一张片.....028
 - 固定焦距拍摄.....028
 - 变焦拍摄.....030
 - 变焦拍摄技术注意事项.....031

Chapter

02

提升照片魅力的秘密武器

- 01 辅助人工光设备.....034
 - 反光板.....034



灯头反光板·····	036
柔光盒·····	037
离机引闪设备·····	038
无线引闪设备·····	039
○2 更丰富的柔光设备·····	040
便携柔光罩·····	040
便携柔光箱·····	041
○3 其他闪光配件·····	042
束光筒·····	042
蜂巢片·····	043
环闪·····	044

Chapter

03

跟着光线拍摄

○1 利用环境的遮挡获得理想的光线·····	048
巧妙利用自然遮挡，驾驭正午顶光·····	048
弱光区域寻找光影趣味点·····	050
制造趣味光比，丰富画面构成·····	051
○2 要创造有趣的光线首先要创造有趣的阴影·····	053
○3 选择更有特色的光线角度·····	054
○4 顶逆光的拍摄·····	056
○5 正逆光的拍摄·····	058

目录 CONTENTS

Chapter

04

如何充分利用现场光线

- 01 逆光拍摄中的轮廓光运用.....064
- 02 利用玻璃制造视觉趣味.....067
- 03 让光影有点“小别扭”.....068
- 04 带入大场景的拍摄.....070
- 05 强化光影效果，营造富有视觉冲击力的画面氛围.....074
- 06 尝试另类的视角.....076
- 07 利用场景的线条，对比营造画面氛围.....078
- 08 室内弱光环境下，闪光灯反光板的应用.....082

Chapter

05

温暖午后，发现场景的光影潜力

- 01 选择场景中最能展现光线特色的拍摄位.....086
- 02 鱼和熊掌，遮光罩选择与不选择的自由决定.....090
- 03 提升画面情绪的小细节.....092
- 04 天空与人物面孔的曝光均衡控制，
解决人像拍摄的老难题.....094



05 不同的时段产生不同的光影， 不同的光影产生不同的情绪	096
06 暗调场景中寻找光影的突破	098
07 让有特性的光影独立成画	102
08 抓住最后的光影	104
09 拍摄细节，调节整套作品节奏	106

Chapter



夜色阑珊，夜景环境人像的拍摄

01 夜景人像摄影支招	110
夜景人像的拍摄时间选择	110
拍摄夜景人像的相机设置	110
曝光补偿	111
02 合理理解曝光，保持夜景应有的光影氛围	112
03 利用慢门，拍摄动静结合的画面	114
04 充分利用夜景的环境光源	116
05 不同的取景范围，带来不同的环境感染力	118
06 适当的角度，避免杂乱环境的干扰	122
07 弱光环境下的拍摄技巧	124

目录 CONTENTS

- 08 充分利用并调度场景中的各元素····· 126
- 09 动态拍摄中的“对焦陷阱”应用····· 130

Chapter

07

秋色伊人，外景拍摄综合全流程

- 01 夸张的逆光拍摄····· 134
- 02 合理处理现场光影····· 136
- 03 充分利用环境色彩结构····· 138
- 04 沟通、放松，让照片的情绪说话····· 140
- 05 捕捉具有特色的瞬间小细节····· 142
- 06 尝试不同视角的拍摄····· 144
- 07 抓拍动态····· 148
- 08 充分利用现场的小道具····· 150
- 09 让模特做一些特殊的摆姿，获得不同的效果····· 152
- 10 不同焦距镜头的使用，创造出不同的视角效果····· 156



Chapter

08

如何提升作品的感染力，让你的人像与众不同

- 01 充分利用现场具有特色的元素、道具..... 162
- 02 尝试拍摄动态..... 166
- 03 截取一些有趣的局部..... 168
- 04 尝试不同角度的拍摄..... 170
- 05 大胆与现场的观众进行互动，融入环境..... 174
- 06 制造一点小别扭..... 178
- 07 拍摄一些非规范性的状态..... 180
- 08 充分利用光影..... 182
- 09 充分利用环境的色彩、结构、线条..... 186
- 10 情感的自然流露..... 192

Chapter

09

简单而实用的后期入门

- 01 简单几步搞定后期，树立信心之旅..... 198
- 02 唯美人像摄影后期必修功课——磨皮..... 200

目录 CONTENTS

- 3 最容易被忽略的，色彩空间设置..... 204
 - 如何在RAW格式中设定图片的色彩模式.....204
 - 如何将Adobe RGB色彩空间的图片转换为sRGB色彩空间，以便在网络上展示.....205

Chapter

10

后期关键技术的全面解析

- 1 小清新路线的若干种可能..... 208
- 2 “无损调节明暗之利器”，调整画笔的应用..... 214
- 3 通透的色调..... 218
- 4 金色麦田..... 222

Chapter

11

了解各种具有鲜明特色的后期流程

- 1 胶片小复古..... 228
- 2 逆光的调整..... 231
- 3 低饱和度..... 235
- 4 强烈的色彩..... 238
- 篇后..... 244

013061129

J413
62



解密
唯美

人像摄影

摄影师绝不告诉你
的摄影与后期秘笈

吴俊辰著



北航

C1667959

中国青年出版社
CHINA YOUTH PRESS



摄影 摄影网

试读结束 请下载全本在 www.ertongbook.com

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
010-65233456 65212870
<http://www.shdf.gov.cn>

中国青年出版社
010-59521012
E-mail: cyp_law@cypmedia.com MSN: cyp_law@hotmail.com

图书在版编目(CIP)数据

解密唯美人像摄影：摄影师绝不告诉你的摄影与后期秘笈 / 吴俊辰著. —北京：中国青年出版社，2013.7

ISBN 978-7-5153-1760-1

I. ①解… II. ①吴… III. ①人像摄影—摄影艺术 IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第150875号

解密唯美人像摄影： 摄影师绝不告诉你的摄影与后期秘笈

吴俊辰 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
策划编辑：柳 琪
责任编辑：刘稚清 柳 琪
书籍设计：六面体书籍设计
封面设计 姜懿针苏
版式设计 张旭兴

印 刷：北京建宏印刷有限公司
开 本：787×1092 1/16 印张：15.5
版 次：2013年10月北京第1版
印 次：2013年10月第1次印刷
书 号：ISBN 978-7-5153-1760-1
定 价：69.90元（附赠超值光盘，含教学视频与丰富素材）

本书如有印装质量问题，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

“北京北大方正电子有限公司”授权本书使用如下方正字体。
封面：方正清刻本悦宋简体 方正心报宋简体 方正兰亭刊黑简体

前言 PREFACE



唯美人像题材给了广大摄影爱好者更加方便快捷的创作可能，不需要昂贵的器材道具，不需要跋山涉水去寻找让人目眩神迷的瑰丽景色，身边的朋友、自己的亲人都可以成为拍摄对象，找一身自己喜欢的服装，化一个随意的淡妆，就能在镜头前自然地表达，并拍摄成为作品。每一个拍摄对象都是独一无二的，每一个镜头前展现的青春记忆都是无可取代的，这也是唯美人像作品能够拥有这么多喜爱者的原因。但正如所有其他摄影题材一样，唯美人像题材的拍摄有自己相对独立的审美体系和表达方法。虽然风光、静物、纪实题材的拍摄理念可以无限制地融入到唯美人像作品的拍摄中，但如果你想拍好这个题材，就必须要把握这个题材的特点，学习把握其所必须的技法和理念。

很多初学唯美人像拍摄的朋友，会把很多注意力放在摄影师的器材选择上，这实际上是一个很常见的认知错觉。在这些朋友看来，拥有了一台优秀摄影师所用的器材就可以拥有和他一样优秀的拍摄作品。各类的器材评测会让初涉摄影的朋友目眩神迷，关注于焦外、色彩、锐度等系列参数，但当他们拿起相机面对拍摄对象时，依然会陷入深深的迷惑。

拍摄唯美人像作品，首先要懂得，一幅人像作品感动人的往往不是色彩、锐度，而是照片中所传达出的情感，人像作品难拍的在于情感，情感不可捉摸、控制、伪装，一个摄影师能够在作品中表达出独特、真实、自然、强烈的情感，那么他就是成功的。而这种情感的获得，更多的是依靠摄影师与拍摄对象间的沟通能力，营造轻松、融洽、信任拍摄氛围的能力，发掘场景与拍摄对象互动深度以及相互融合的能力。这些能力往往不是靠某一本摄影教程，某一部顶级器材，某一套后期方法就能获得的，而这些能力又恰恰是拉开作品拍摄档次的关键。

好的摄影师应该开放自己的思维，广泛汲取各方面的知识和给养。摄影师的积累越丰厚，头脑中独特想法就会越丰富，就会有强烈的表达意愿，这个时候，他的作品就会体现出独特的风格和想法。唯美人像摄影最终是通过画面表达作者的情绪、情怀，感动观赏者的也是如此。当被拍摄对象的个性、心境与摄影师的表达诉求完美融合，并通过镜头真实表达的时候，一幅优秀的作品也就诞生了。

毕竟，摄影是表达一个人对世界的看法。

本书结合了我多年的拍摄经验，从相机基础操作、人工光辅助配件、创新拍摄突破点、现场实战拍摄等多个方面让读者能够较为直观地了解唯美人像拍摄的各种技巧和细节。同时，也提供了许多后期处理的流程案例，帮助读者更好地学习和掌握后期的主要操作手法及参数控制。希望这本书能对所有喜欢摄影的读者有所启发和帮助，早日创作出让人眼前一亮的人像作品。

吴俊辰

目录 CONTENTS

Chapter

01

人像摄影零基础快速入门

- 01 写给零基础的读者.....014
- 02 拍摄前先搞定你的相机.....016
 - 曝光模式，选择光圈优先自动曝光模式.....016
 - 测光模式，选择评价测光.....018
 - 对焦点，选择中心点对焦.....019
 - 感光度，设置为100.....020
 - 曝光补偿，选择0补偿位置.....020
 - 白平衡设定，选择自动AWB.....021
 - 画质设置，RAW+JPEG.....022
 - 设置清单综述，给你一个快餐单.....023
- 03 设置闪光灯，让闪光灯快速投入实战.....024
 - ETTL模式，闪光灯的“自动”模式.....024
 - 高速同步模式，高速快门下的完美补光利器.....026
 - 闪光灯使用常识，经典的“跳灯”技法.....027
- 04 上手拍第一张片.....028
 - 固定焦距拍摄.....028
 - 变焦拍摄.....030
 - 变焦拍摄技术注意事项.....031

Chapter

02

提升照片魅力的秘密武器

- 01 辅助人工光设备.....034
 - 反光板.....034



灯头反光板·····	036
柔光盒·····	037
离机引闪设备·····	038
无线引闪设备·····	039

02 更丰富的柔光设备····· 040

便携柔光罩·····	040
便携柔光箱·····	041

03 其他闪光配件····· 042

束光筒·····	042
蜂巢片·····	043
环闪·····	044

Chapter

03

跟着光线拍摄

01 利用环境的遮挡获得理想的光线·····	048
巧妙利用自然遮挡，驾驭正午顶光·····	048
弱光区域寻找光影趣味点·····	050
制造趣味光比，丰富画面构成·····	051
02 要创造有趣的光线首先要创造有趣的阴影·····	053
03 选择更有特色的光线角度·····	054
04 顶逆光的拍摄·····	056
05 正逆光的拍摄·····	058

目录 CONTENTS

Chapter

04

如何充分利用现场光线

- 01 逆光拍摄中的轮廓光运用.....064
- 02 利用玻璃制造视觉趣味.....067
- 03 让光影有点“小别扭”.....068
- 04 带入大场景的拍摄.....070
- 05 强化光影效果，营造富有视觉冲击力的画面氛围.....074
- 06 尝试另类的视角.....076
- 07 利用场景的线条，对比营造画面氛围.....078
- 08 室内弱光环境下，闪光灯反光板的应用.....082

Chapter

05

温暖午后，发现场景的光影潜力

- 01 选择场景中最能展现光线特色的拍摄位.....086
- 02 鱼和熊掌，遮光罩选择与不选择的自由决定.....090
- 03 提升画面情绪的小细节.....092
- 04 天空与人物面孔的曝光均衡控制，
解决人像拍摄的老难题.....094



05 不同的时段产生不同的光影， 不同的光影产生不同的情绪	096
06 暗调场景中寻找光影的突破	098
07 让有特性的光影独立成画	102
08 抓住最后的光影	104
09 拍摄细节，调节整套作品节奏	106

Chapter



夜色阑珊，夜景环境人像的拍摄

01 夜景人像摄影支招	110
夜景人像的拍摄时间选择	110
拍摄夜景人像的相机设置	110
曝光补偿	111
02 合理理解曝光，保持夜景应有的光影氛围	112
03 利用慢门，拍摄动静结合的画面	114
04 充分利用夜景的环境光源	116
05 不同的取景范围，带来不同的环境感染力	118
06 适当的角度，避免杂乱环境的干扰	122
07 弱光环境下的拍摄技巧	124