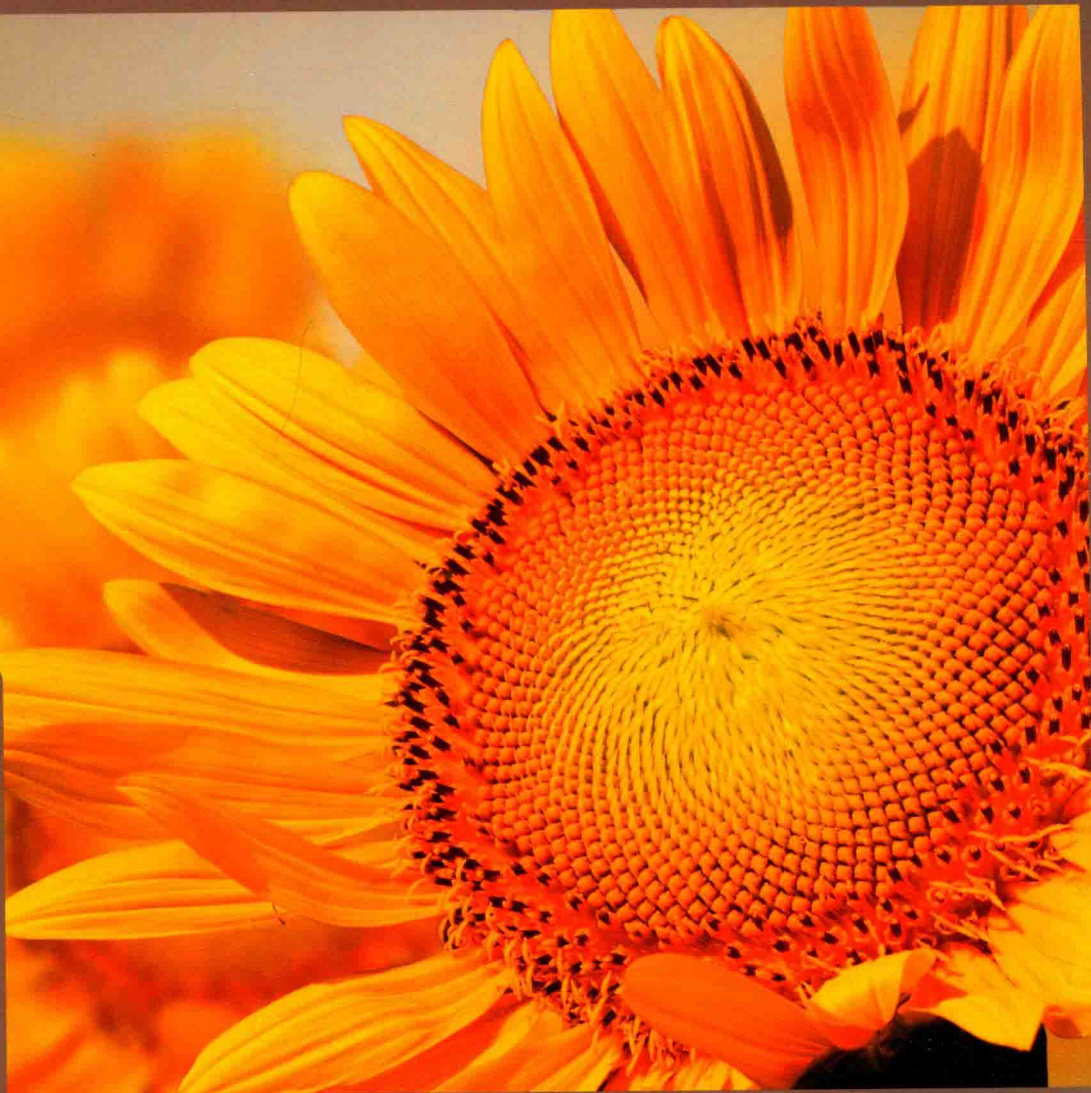


周静 著



超简单！

Photoshop® + Lightroom® 数码摄影后期从入门到精通

拍摄只是起点，学会后期处理才能使作品更完整

Photoshop 和 Lightroom 都是常用的摄影后期软件，各有优势，相互补充。通过本书的 40 个经典技巧案例，读者将学会如何使用这两种软件，为数码摄影后期打下坚实基础。

Ps

Lr



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

超
简
单
!



Photoshop® + Lightroom® 数码摄影后期从入门到精通

周静 著

人民邮电出版社
北京

图书在版编目 (C I P) 数据

超简单! Photoshop+Lightroom数码摄影后期从入门
到精通 / 周静著. -- 北京: 人民邮电出版社, 2017. 1
ISBN 978-7-115-43926-0

I. ①超… II. ①周… III. ①图象处理软件 IV.
①TP391.413

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第272095号

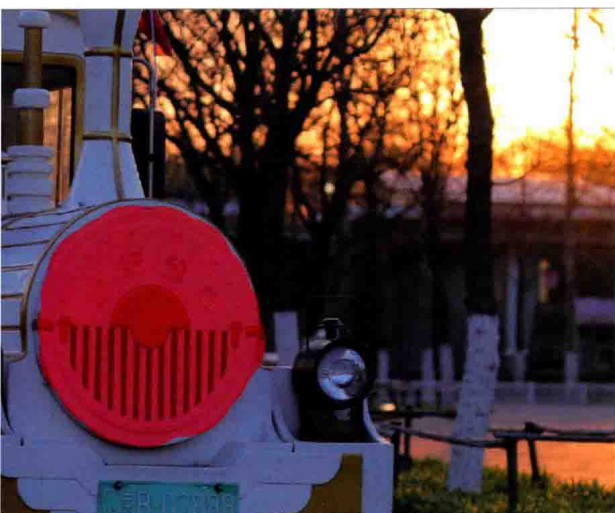
-
- ◆ 著 周 静
责任编辑 陈伟斯
责任印制 周昇亮
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路 11 号
邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京顺诚彩色印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 16 2017 年 1 月第 1 版
字数: 389 千字 2017 年 1 月北京第 1 次印刷
-

定价: 69.80 元

读者服务热线: (010)81055296 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 软件介绍..... 015

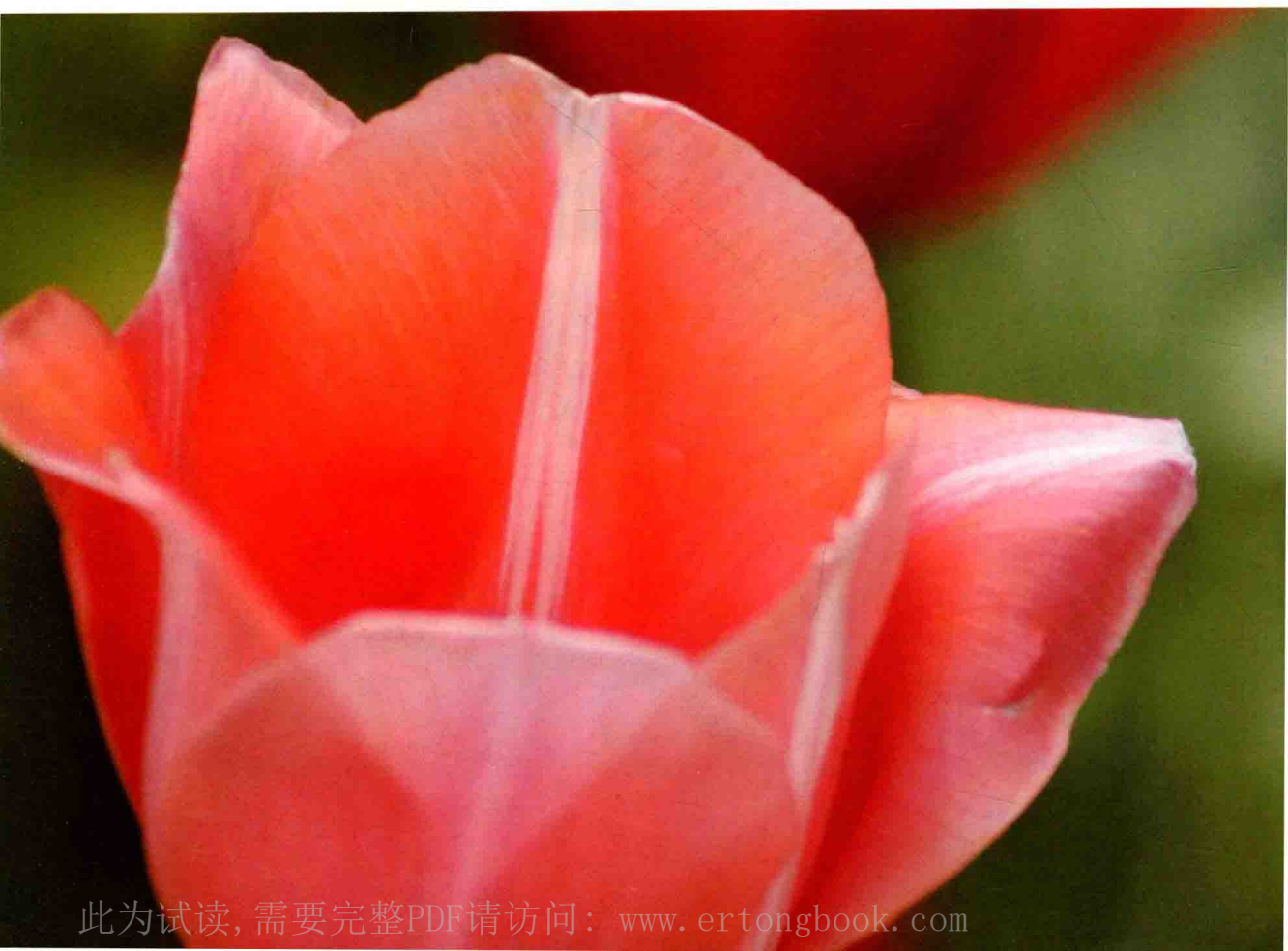
- 1.1 Photoshop 软件介绍 016
- 1.2 Photoshop 工作界面 017
 - 1.2.1 显示面板和菜单..... 017
 - 1.2.2 工具栏..... 018
 - 1.2.3 标尺、网格和参考线..... 018
 - 1.2.4 设置工作区..... 020
 - 1.2.5 首选项..... 021
 - 1.2.6 滤镜..... 021
 - 1.2.7 Camera RAW 插件 022
 - 1.2.8 照片存储..... 022
 - 1.2.9 快捷键..... 023
- 1.3 Lightroom 软件介绍..... 024
- 1.4 Lightroom 工作界面 024
 - 1.4.1 图库..... 024
 - 1.4.2 修改照片..... 025
 - 1.4.3 照片存储..... 026
 - 1.4.4 快捷键..... 027

第2章 Photoshop+Lightroom 软件后期处理思路 029

- 2.1 导入照片 030
 - 2.1.1 Photoshop 软件中，照片导入
方法..... 030
 - 2.1.2 Lightroom 软件中，照片导入
方法..... 031
- 2.2 图层 032
 - 2.2.1 什么是图层..... 032
 - 2.2.2 简单了解图层面板..... 032
 - 2.2.3 图层类型..... 033
- 2.3 选区 034
 - 2.3.1 什么是选区..... 034
 - 2.3.2 常用建立选区的方法..... 034
 - 2.3.3 选区的基本操作..... 035
- 2.4 蒙版 036
 - 2.4.1 什么是蒙版..... 036
 - 2.4.2 简单了解蒙版种类及其创建
方法..... 036

第3章 简单、基本问题的处理..... 039

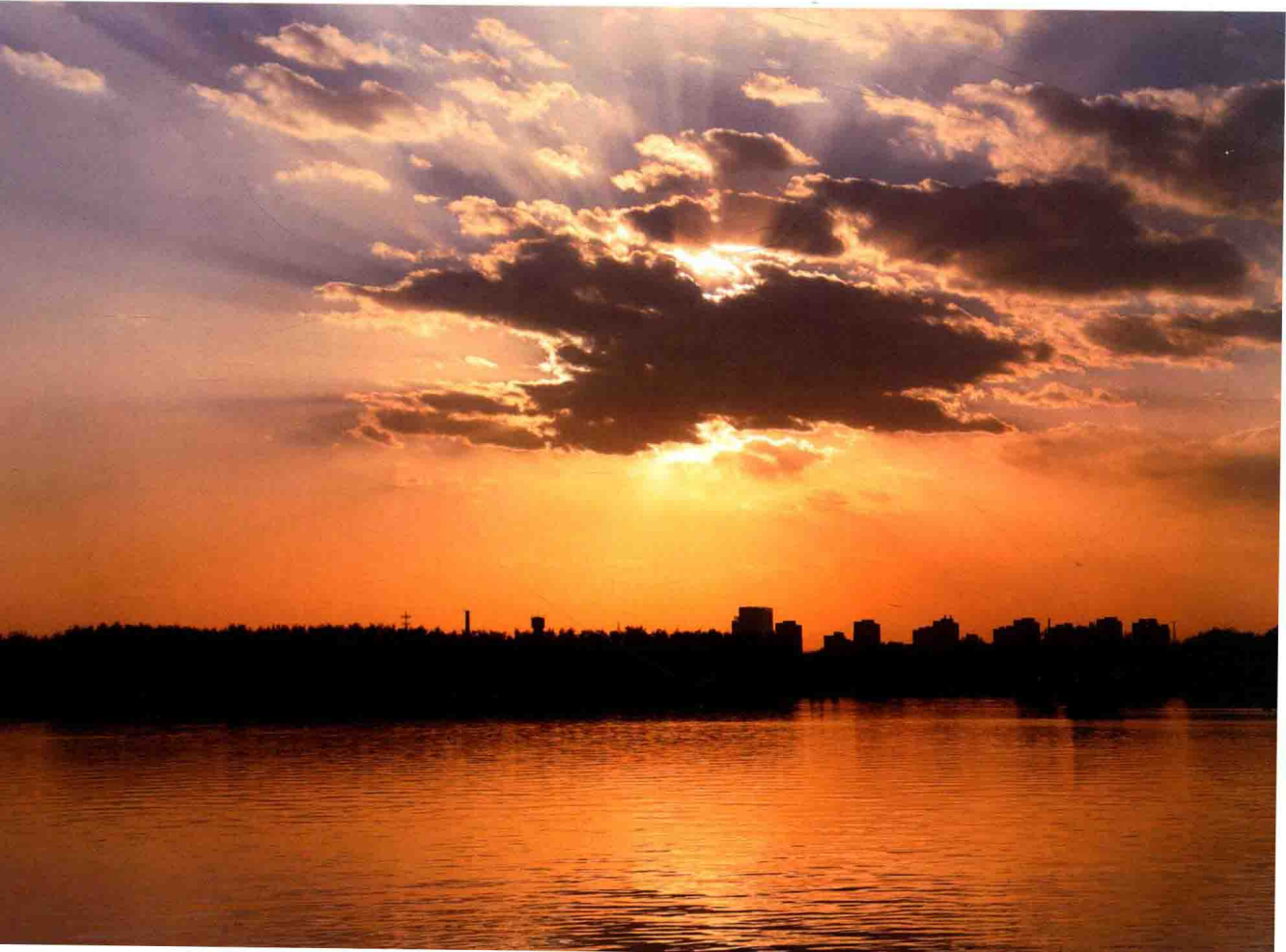
- 3.1 对照片进行批处理 040
 - | 原片分析 | 040
 - | 后期修片思路 | 040
 - 3.1.1 利用Photoshop进行批处理 041
 - 3.1.2 利用Lightroom进行批处理 042
- 3.2 让地平线歪斜的照片变水平 044
 - | 原片分析 | 044
 - | 后期修片思路 | 044
 - 3.2.1 利用Photoshop调整倾斜的照片 ... 045
 - 3.2.2 利用Lightroom调整倾斜的照片 ... 046
- 3.3 纠正曝光不足的照片 047
 - | 原片分析 | 047
 - | 后期修片思路 | 047
 - 3.3.1 利用Photoshop调整曝光不足 048
 - 3.3.2 利用Lightroom调整曝光不足 049



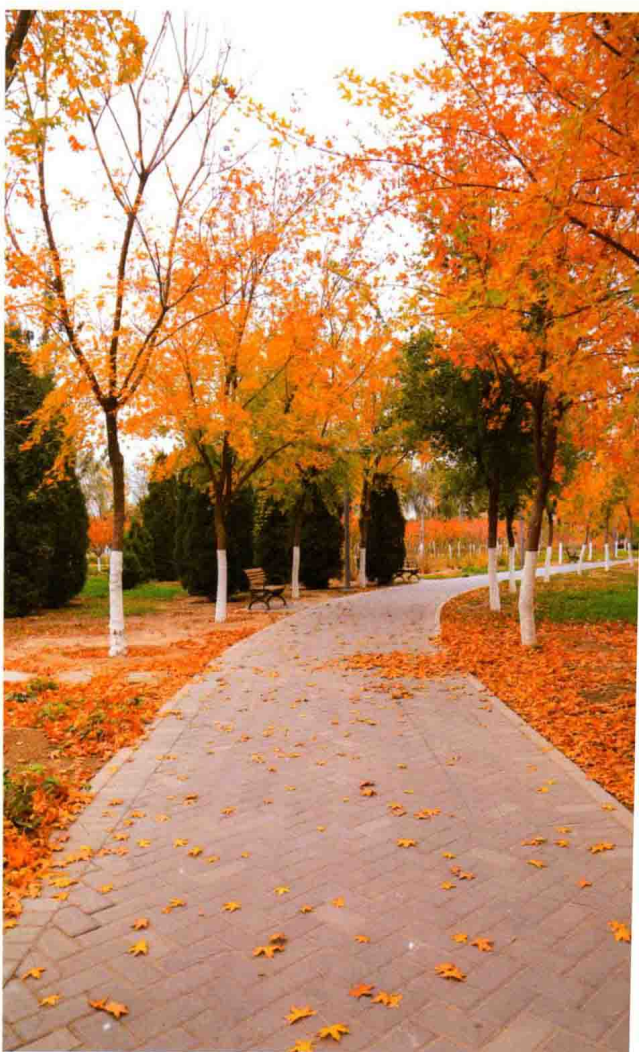


目录

3.4 调整色温营造暖色调效果	050
原片分析 	050
后期修片思路 	050
3.4.1 利用 Photoshop 调整色温	051
3.4.2 利用 Lightroom 调整色温	052
3.5 增加绿色饱和度使照片更为艳丽	053
原片分析 	053
后期修片思路 	053
3.5.1 利用 Photoshop 增加画面饱和度 ...	054
3.5.2 利用 Lightroom 增加画面饱和度 ...	055
3.6 调节色调纠正阴影偏蓝照片	056
原片分析 	056
后期修片思路 	056
3.6.1 利用 Photoshop 调节色调	057
3.6.2 利用 Lightroom 调节色调	058
3.7 调整清晰度使照片更具质感	059
原片分析 	059
后期修片思路 	059



3.7.1 利用Photoshop调整照片清晰度	060
3.7.2 利用Lightroom调整照片清晰度	061
3.8 裁切照片让主体更加突出	062
原片分析	062
后期修片思路	062
3.8.1 利用Photoshop裁切照片	063
3.8.2 利用Lightroom裁切照片	064
3.9 统一照片整体色调	065
原片分析	065
后期修片思路	065
3.9.1 利用Photoshop调整照片色调	066
3.9.2 利用Lightroom调整照片色调	067
3.10 添加暗角突出主体	068
原片分析	068
后期修片思路	068
3.10.1 利用Photoshop为照片添加暗角	069
3.10.2 利用Lightroom为照片添加暗角	070
3.11 全景照片的合成	071
3.11.1 利用Photoshop合成全景照片	072
3.11.2 利用Lightroom合成全景照片	075
3.12 HDR照片的合成	077
3.12.1 利用Photoshop合成HDR照片	078
3.12.2 利用Lightroom合成HDR照片	080
3.13 磨皮让人物皮肤更加柔和细腻	082
原片分析	082
后期修片思路	082
3.13.1 利用Photoshop磨皮	083
3.13.2 利用Lightroom磨皮	086
3.14 降低照片中的噪点	088
原片分析	088
后期修片思路	088
3.14.1 利用Photoshop降低噪点	089
3.14.2 利用Lightroom降低噪点	090
3.15 后期处理中的抠图方法	091
3.15.1 简单抠图——更换天空	091





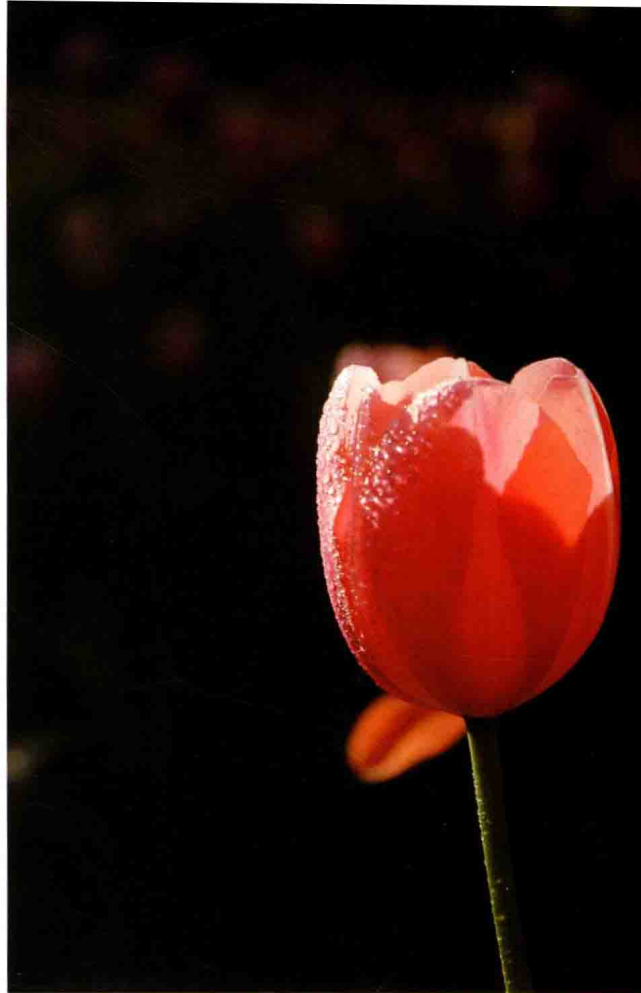
目录

原片分析 	091
后期修片思路 	091
3.15.2 复杂抠图——给人物换上全新的背景	094
后期修片思路 	094

第4章 局部细节的调整..... 103

4.1 让照片中有更多细节	104
原片分析 	104
后期修片思路 	104
4.1.1 用Photoshop恢复画面细节	105
4.1.2 用Lightroom恢复画面细节	106
4.2 精准调整画面局部曝光	107
原片分析 	107
后期修片思路 	107
4.2.1 用Photoshop调整画面局部曝光	108
4.2.2 用Lightroom调整画面局部曝光	110
4.3 去除照片中的污点	112
原片分析 	112
后期修片思路 	112
4.3.1 用Photoshop污点去除方法一	113
4.3.2 用Photoshop污点去除方法二	114
4.3.3 用Lightroom污点去除	115
4.4 让美女肌肤更细腻柔和	116
原片分析 	116
后期修片思路 	116
4.4.1 用Photoshop软件调整	117
4.4.2 用Lightroom软件调整	119
4.5 让人物皮肤更白皙	121
原片分析 	121
后期修片思路 	121
4.5.1 用Photoshop调整	122
4.5.2 用Lightroom调整	124
4.6 提高照片的锐度	126
原片分析 	126
后期修片思路 	126
4.6.1 用Photoshop提高照片的锐度	127
4.6.2 用Lightroom提高照片的锐度	128

4.7 修复镜头缺陷	129
原片分析 	129
后期修片思路 	129
4.7.1 用Photoshop修复镜头缺陷	130
4.7.2 用Lightroom修复镜头缺陷	131
4.8 风光作品局部色彩修饰	132
原片分析 	132
后期修片思路 	132
4.8.1 用Photoshop对局部色彩进行 修饰	133
4.8.2 用Lightroom对局部色彩进行 修饰	135
4.9 调节风光照片的层次	136
原片分析 	136
后期修片思路 	136
4.9.1 用Photoshop调节风光照片中的 层次	137



目录

4.9.2 用Lightroom调节风光照片中的层次	138
4.10 可爱宠物照片的处理	139
原片分析 	139
后期修片思路 	139
4.10.1 用Photoshop处理宠物照片	140
4.10.2 用Lightroom处理宠物照片	142
第5章 调色打造不同照片风格	145
5.1 让曝光不足照片重返小清新	146
原片分析 	146
后期修片思路 	146
5.1.1 在Photoshop软件中的处理方法	147
基本调整步骤 	147
5.1.2 在Lightroom软件中的处理方法	152
基本调整步骤 	152
5.2 打造黑白双色调照片	156
原片分析 	156
后期修片思路 	156



5.2.1 在Photoshop软件中的处理方法	157
方法一:	157
基本调整步骤	157
方法二:	158
基本调整步骤	158
5.2.2 在Lightroom软件中的处理方法	160
基本调整步骤	160
5.3 轻松调出儿童糖水片	162
原片分析	162
后期修片思路	162
5.3.1 在Photoshop软件中的处理方法	163
基本调整步骤	163
5.3.2 在Lightroom软件中的处理方法	166
基本调整步骤	166
5.4 轻松打造日系秋天效果照片	169
原片分析	169
后期修片思路	169
5.4.1 在Photoshop软件中的处理方法	170
基本调整步骤	170
5.4.2 在Lightroom软件中的处理方法	175
基本调整步骤	175
5.5 轻松调出欧美复古色调照片	180
原片分析	180
后期修片思路	180
5.5.1 在Photoshop软件中的处理方法	181
基本调整步骤	181
5.5.2 在Lightroom软件中的处理方法	186
基本调整步骤	186
5.6 轻松调出美式乡村复古怀旧外景	190
原片分析	190
后期修片思路	190
5.6.1 在Photoshop软件中的处理方法	191
基本调整步骤	191
5.6.2 在Lightroom软件中的处理方法	196
基本调整步骤	196
5.7 制造怀旧颗粒照片	200
原片分析	200
后期修片思路	200





目录

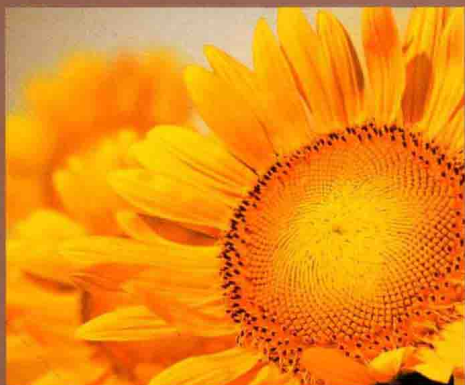
5.7.1 在 Photoshop 软件中的处理方法	201
基本调整步骤	201
5.7.2 在 Lightroom 软件中的处理方法	202
基本调整步骤	202

第6章 不同题材后期实战..... 205

6.1 打造精彩风光照片	206
原片分析	206
后期修片思路	206
6.1.1 在 Photoshop 软件中的处理方法	207
基本调整步骤	207
6.1.2 在 Lightroom 软件中的处理方法	210
基本调整步骤	210
6.2 打造唯美人像照片	213
原片分析	213
后期修片思路	213
6.2.1 在 Photoshop 软件中的处理方法	214
基本调整步骤	214
6.2.2 在 Lightroom 软件中的处理方法	219
基本调整步骤	219
6.3 静物照片后期实战	225
原片分析	225
后期修片思路	225
6.3.1 在 Photoshop 软件中的处理方法	226
基本调整步骤	226
6.3.2 在 Lightroom 软件中的处理方法	229
基本调整步骤	229
6.4 花卉绿植后期实战	232
原片分析	232
后期修片思路	232
6.4.1 在 Photoshop 软件中的处理方法	233
基本调整步骤	233
6.4.2 在 Lightroom 软件中的处理方法	236
基本调整步骤	236
6.5 动物照片后期实战	239
原片分析	239
后期修片思路	239
基本调整步骤	240

6.6 五彩灯光下的夜景	244
原片分析 	244
后期修片思路 	244
6.6.1 在Photoshop软件中的处理方法	245
基本调整步骤 	245
6.6.2 在Lightroom软件中的处理方法	247
基本调整步骤 	247
6.7 建筑摄影后期实战	250
原片分析 	250
后期修片思路 	250
6.7.1 在Photoshop软件中的处理方法	251
基本调整步骤 	251
6.7.2 在Lightroom软件中的处理方法	253
基本调整步骤 	253





超
简
单
!

Photoshop® + Lightroom® 数码摄影后期从入门到精通

周静 著

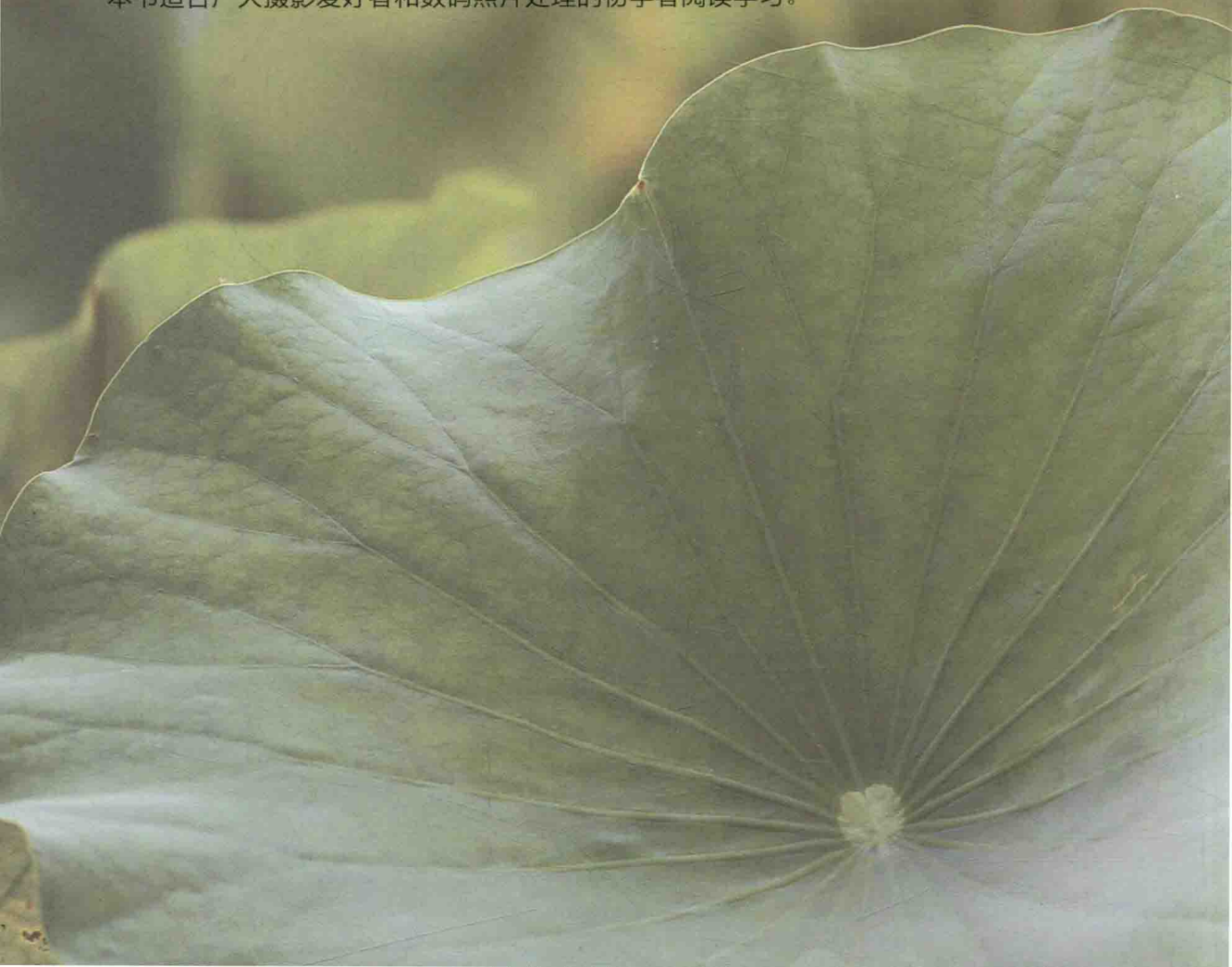
人民邮电出版社
北京

内容提要

刚开始接触后期处理软件的朋友，可能会纠结在我是该学 Photoshop 还是 Lightroom 呢？其实这两个软件各有所长，侧重点不一样，但在功能上又有很多重合的地方。本书内容包含 Photoshop 和 Lightroom 两个软件，同一个案例，书中会分别用这两个软件来讲解，以满足不同需求的读者。

本书内容由浅及深，由易到难，循序渐进地讲述 Photoshop 与 Lightroom 的操作与使用技巧。首先，本书介绍了 Photoshop 和 Lightroom 软件的操作界面；其次，介绍常规问题的处理方法，主要包括对照片整体的构图、曝光等方面的处理；然后，针对照片局部细节的处理进行讲解，包括人像照片面部皮肤的修饰、风光照片局部色彩与层次的调整，污点的去除等。此外，本书还讲解了如何通过后期调色打造不同风格的作品，包括黑白双色调照片、儿童糖水片、色彩绚丽的夕阳美景、日系秋天效果照片、欧美复古色调照片、美式乡村复古怀旧外景、怀旧颗粒照片、清新 LOMO 风格效果等。最后，针对不同题材的后期处理技巧进行讲解，包括风光、人像、静物美食、宠物、夜景、建筑等。

本书适合广大摄影爱好者和数码照片处理的初学者阅读学习。



前言

随着数码相机以及图像后期处理技术的发展，数码暗房技术把隐藏在暗室中的神秘公布于明室之中。无论你是专业的摄影人，还是业余爱好者，即使你拥有高明的摄影技术，掌握一种得心应手的图像后期处理技术，也会让你的摄影作品锦上添花，如虎添翼。

后期处理并不只是数码时代的产物，在胶片时代就有。在胶片时代，摄影师拍摄的原始底片，通过暗房技术最终将影像呈现在相纸上。而在暗房冲洗照片过程中，高水平的技师可以通过多底拼放、制作遮罩、叠放、中途曝光、降级间隔曝光、色调分离、翻转叠底等技法，实现对原始照片的再次处理。这其实就是一个后期处理的过程。只不过到今天的数码时代，这个过程随着数字影像的诞生以及各种后期处理软件的逐步完善和丰富而变得越来越简单易学，并不需要掌握太多高难度的技术，就能实现令人满意的后期处理效果。

即便现在的后期处理操作跟胶片时代相比，已经是越来越简单，但还是会有很多人一提到后期软件，面对那一大堆的菜单、工具栏，还有什么图层、蒙版等等各种专业名词，马上就望而生畏，直接放弃了。这实在太可惜了。

刚开始接触后期处理软件的朋友，可能会纠结在我是该学Photoshop还是Lightroom呢？其实这两个软件各有所长，侧重点不一样，但在功能上又有很多重合的地方。本书内容包含Photoshop和Lightroom两个软件，同一个案例，书中会分别用这两个软件来讲解，以满足不同需求的读者。

首先，由两款软件的基本操作入手，手把手地教你学会操作的基本方法和技巧，并对“图层”、“蒙版”和“选区”等基本知识进行了重点讲解；在此基础之上，以图像处理过程中遇到的简单、常见的实例为载体，对“构图”“曝光”“色彩”调整等摄影常见问题提供解决方法，并对“降噪”“磨皮”“抠图”“合成”等技术进行初步的讲解。细节决定影像的品质。因此，本书专门设定一章节讲述影像局部细节的调整，对“精准曝光”“去污”“肤色精修”、“锐度”“层次”等方面的问题进行探讨。最后，对目前摄影行业流行的图片风格进行梳理，并根据不同题材的案例进行实战分析，详解操作步骤。

此外，本书每一个实例都沿着“原片分析”——“后期修片思路”——“基本调整步骤”三个部分进行编写，帮助读者在实战过程中，既掌握操作方法，又理解原理，做到“知其然，并知其所以然”，有利于在实际工作过程中举一反三，活学活用。总之，本书将赋予你专业的眼光，引领你一步步掌握照片后期处理技术，它一定能成为指导你创作的宝典。

本书特点：

1. 实用性强。书中所选的案例，都是大家在平时的拍摄中经常会遇到的。

2. 简单易学。书中没有涉及过于难懂的后期术语，即便是后期新手，也能轻松阅读，并且快速上手。

3. 内容全面。本书内容包括Photoshop和Lightroom两个软件，适合有不同软件偏好的读者使用。

感谢陈丹丹女士的协助，为本书的编写作出了贡献！同时，也感谢广大的读者和专业的摄影人为本书提出宝贵的意见！



目录

第1章 软件介绍..... 015

- 1.1 Photoshop 软件介绍 016
- 1.2 Photoshop 工作界面 017
 - 1.2.1 显示面板和菜单..... 017
 - 1.2.2 工具栏..... 018
 - 1.2.3 标尺、网格和参考线..... 018
 - 1.2.4 设置工作区..... 020
 - 1.2.5 首选项..... 021
 - 1.2.6 滤镜..... 021
 - 1.2.7 Camera RAW 插件 022
 - 1.2.8 照片存储..... 022
 - 1.2.9 快捷键..... 023
- 1.3 Lightroom 软件介绍..... 024
- 1.4 Lightroom 工作界面 024
 - 1.4.1 图库..... 024
 - 1.4.2 修改照片..... 025
 - 1.4.3 照片存储..... 026
 - 1.4.4 快捷键..... 027

第2章 Photoshop+Lightroom 软件后期处理思路 029

- 2.1 导入照片 030
 - 2.1.1 Photoshop 软件中，照片导入
方法..... 030
 - 2.1.2 Lightroom 软件中，照片导入
方法..... 031
- 2.2 图层 032
 - 2.2.1 什么是图层..... 032
 - 2.2.2 简单了解图层面板..... 032
 - 2.2.3 图层类型..... 033
- 2.3 选区 034
 - 2.3.1 什么是选区..... 034
 - 2.3.2 常用建立选区的方法..... 034
 - 2.3.3 选区的基本操作..... 035
- 2.4 蒙版 036
 - 2.4.1 什么是蒙版..... 036
 - 2.4.2 简单了解蒙版种类及其创建
方法..... 036