

New
Riders

畅销全球的数码照片处理类图书

曝光当今顶级数码摄影师的绝密技法

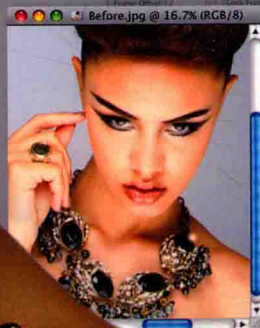
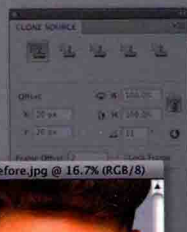
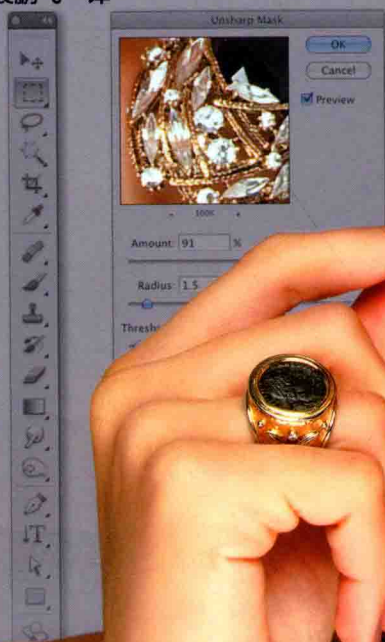
Photoshop CS6/CC

人像照片专业修饰技法

Professional Portrait Retouching Techniques for Photographers Using Photoshop

[美] 斯科特·凯尔比 著

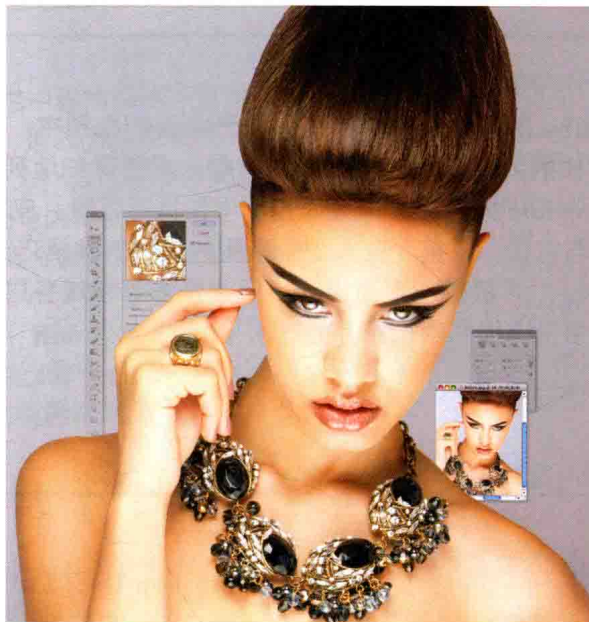
袁鹏飞 译



中国工信出版集团

人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

New
Riders



Photoshop CS6/CC

人像照片专业修饰技法

Professional Portrait Retouching Techniques for
Photographers Using Photoshop

[美] 斯科特·凯尔比 著
袁鹏飞 译

人民邮电出版社

北京

图书在版编目 (C I P) 数据

Photoshop CS6/CC人像照片专业修饰技法 / (美) 斯科特·凯尔比著 ; 袁鹏飞译. — 北京 : 人民邮电出版社, 2016. 12
ISBN 978-7-115-44029-7

I. ①P… II. ①斯… ②袁… 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274841号

版权声明

Professional Portrait Retouching Techniques for Photographers Using Photoshop

ISBN:978-0-321-72554-7

Copyright © 2011 by Scott Kelby

Authorized translation from the English language edition published by New Riders.

All rights reserved.

本书中文简体字版由美国New Riders出版公司授权人民邮电出版社出版。未经出版者书面许可, 对本书任何部分不得以任何方式复制或抄袭。

版权所有, 侵权必究。

-
- ◆ 著 [美] 斯科特·凯尔比
译 袁鹏飞
责任编辑 张 贞
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: 889×1194 1/20
印张: 18 2016年12月第1版
字数: 580千字 2016年12月北京第1次印刷
- 著作权合同登记号 图字: 01-2010-3649号
-

定价: 99.00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



Chapter 1 19

修饰眼睛

1.1 增强虹膜的对比度	20
1.2 变暗虹膜外围轮廓	24
1.3 使眼睛显得更有朝气	30
1.4 增强和创建眼神光	35
1.5 加亮白眼球	42
1.6 消除眼睛脉络	50
1.7 改变眼睛颜色	53
1.8 减少眼睛下方的暗圈	56
1.9 使眼睛变得更大(小)	60
1.10 用一只眼睛替换另一只眼睛	67
1.11 增强睫毛效果	75
1.12 创建美丽的眉毛	86
1.13 使眉毛显得更浓密	93
1.14 变暗眉毛	97
1.15 锐化眼睛,使其显得更有活力	99

Chapter 2 103

修饰皮肤

2.1 消除黑痣	104
2.2 怎样避免塑料状皮肤	107
2.3 基本的皮肤柔和快捷方法	108
2.4 柔和皮肤,保持纹理	114
2.5 柔和皮肤,加回纹理	120
2.6 高反差保留皮肤柔和技术	126
2.7 用通道柔和皮肤	131
2.8 减少或消除皱纹	137
2.9 消除亮斑	145
2.10 平衡皮肤色调	149
2.11 减少须茬	154
2.12 应用数码化妆	158
2.13 创建瓷状皮肤效果	169
2.14 锐化人像	178

Chapter 3 187

面部塑形

目 录

3.1 面部和头部塑形	188
3.2 使面部器官更对称	194
3.3 用减淡和加深塑造面部形状	202

Chapter 4

209

修饰头发

4.1 向头发添加高光	210
4.2 消除飘散的头发分支	214
4.3 校正头发间隙	222
4.4 改变头发颜色	227
4.5 变暗头发分隔线	232
4.6 隐藏发根	235



Chapter 5

241

修饰嘴唇和嘴巴

5.1 使嘴唇变大	242
5.2 创建有光泽的嘴唇	245
5.3 应用或调整唇膏	250
5.4 改变嘴唇颜色的层次	254
5.5 修理牙齿	261
5.6 美白牙齿、减淡黄色	270



Chapter 6

277

瘦身和修剪

6.1 整体瘦身	278
6.2 使群像的一人瘦身	281
6.3 减轻双下巴, 并使面部变瘦	284
6.4 变瘦手臂和腿部	289
6.5 获得出色的腹肌	298
6.6 校正衣服(包块、鼓袋和褶皱)	303



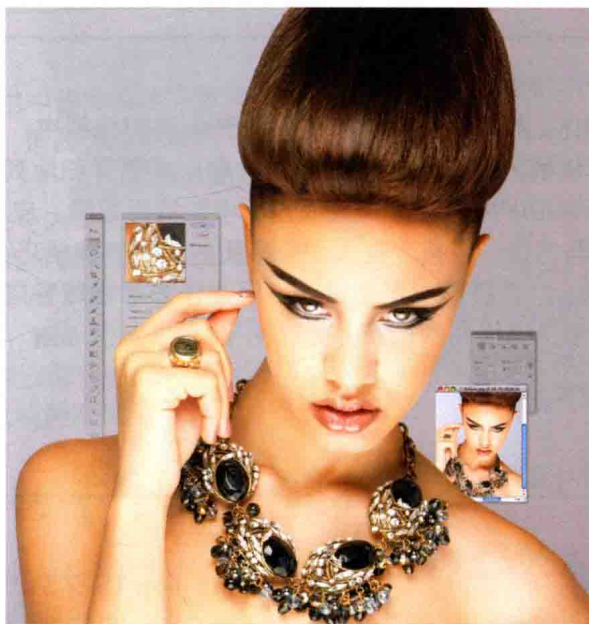
Chapter 7

311

我的5分钟、15分钟、30分钟修饰 workflow

7.1 修饰清单	312
7.2 5分钟修饰	314
7.3 15分钟修饰	328
7.4 30分钟修饰	342

New
Riders



Photoshop CS6/CC

人像照片专业修饰技法

Professional Portrait Retouching Techniques for
Photographers Using Photoshop

[美] 斯科特·凯尔比 著
袁鹏飞 译

人民邮电出版社

北京

致 谢

我编写图书长达 13 年了，但仍然觉得书中最难写的是致谢部分。我在这部分花费的时间比其他任何一页都要长。我认为我之所以这么严肃地对待致谢部分，是因为这时候我要写出对周围这么多好友、出色的图书团队和家人的感谢，是他们让我的生活充满快乐。我也知道为什么写这部分要花这么长时间——满含眼泪时输入文字速度要慢很多。

非常幸运的是，Kelby Media Group 公司内部我自己的图书团队能够处理书中的部分作品，这个公司由我的好友 Felix Nelson 领导并担任艺术总监，他是我迄今遇到的最富创造性的人。他周围的人富有天赋、才气，并且雄心勃勃，能够与他们一起工作，我非常荣幸。

感谢我的编辑 Kim Doty。她非常出色，Kim 是一个做事有条不紊、乐观、专注的人，无论前面的任务有多艰巨，她总是说：“啊，小事一桩”，并让你相信自己能够完成，并去完成它。我无法表达究竟该怎样感谢我的编辑。

Cindy Snyder 是 Kim 的同事，她细致地测试我编写的所有内容，确保不会遗漏任何内容，从而使读者能够执行我所教的操作（这对 Photoshop 图书来说是必需的）。

我同样感到幸运的是，让才华横溢的 Jessica Maldonado 来设计我的图书，她总能向版面和封面设计添加活灵活现的小元素。

非常感谢我的执行助理和首席神奇女超人 Kathy Siler。她管理我的整个商务，以及大量的会议，她出色的工作使我有时间写书和陪伴家人，享受工作之外的生活。

感谢我最好的伙伴 Dave Moser，他是我们的首席运营官，不仅要感谢他对我们图书项目的管理，更要感谢他始终以来对我的关照。

感谢 New Riders 和 Peachpit 出版社的每个人，尤其要感谢编辑 Ted Waitt、出版人 Nancy Aldrich-Ruenzel、营销专家 Scott Cowlin、营销女强人 Sara Jane Todd，以及 Pearson Education 的整个团队，他们竭尽全力的工作，确保我们满足读者最大的兴趣，让我们的作品尽可能到达更多人手里。

感谢 Adobe 公司的以下朋友 John Nack、Mala Sharma、John Loiacono、Terry White、Cari Gushiken、Julianne Kost、Tom Hogarty、Dave Story、Bryan O'Neil Hughes、Thomas Nielsen、Russell Preston Brown 和 Adobe 出色的工程团队（我不知道你们怎么做出它的），以及故去的 Barbara Rice、Jill Nakashima、Rye Livingston、Addy Roff、Bryan Lamkin、Jennifer Stern、Kevin Connor、Deb Whitman 和 Karen Gauthier，你们永远不会被忘记。

感谢 Matt Kloskowski 让我把他的想法和建议写入本书。非常感谢 Corey Barker 开发出一套很酷的睫毛画笔，让我在这本书中介绍给读者。感谢专业化妆师 Shelley Giard 的帮助以及她提出的深刻见解。

我非常幸运，由专业修饰大师和教师 David Cuerdon 作为本书的技术编辑，整本书因他的建议而变得更出彩，非常感谢他的建议和友爱。

我还要感谢多年来让我受益匪浅的那些才华横溢的照片修饰大师们，包括：Katrin Eismann、Jane Conner-ziser、Felix Nelson、Natalia Taffarel、Corey Barker、Christy Schuler、Mary DuPrie、Kevin Ames、Dave Cuerdon、Calvin Hollywood 和 RetouchPRO.com 社区。

感谢我的一些良师益友，他们的智慧和鼓励给我极大的帮助，其中包括 John Graden、Jack Lee、Dave Gales、Judy Farmer 和 Douglas Poole。

阅读本书之前要了解的7件事

对我来说，让您能从阅读本书中学到大量知识非常重要，我能提供帮助的一种方法是让您阅读这7点内容，这些内容是后面的阅读中你希望了解的。例如，这里会告诉您到哪里去下载一些重要内容，如果跳过这一部分，您最后会给我发送电子邮件，询问下载位置，但是，到那时您会生气，而生气容易变老。如果现在花两分钟时间阅读这7点内容就不会这样了。我发誓这部分值得一读。



©ISTOCKPHOTO/gchutka

(1) 本书是为摄影人员而不是照片修饰人员编写的。

大多数摄影师无法去找专门的高端修饰大师来帮他们处理照片，因此我们自己最终必须在 Photoshop 中做人像修饰。我写这本书就是要帮助这样的人——想从自己的人像修饰中获得更好、更快、更逼真效果的人。这里的关键字是“摄影人员”。这本书不是教您怎样成为高端人像修饰大师（这是很困难的工作，这些工作由非常熟练、非常有耐心的专业人士承担，他们不计时间，采取一切必要的步骤创建出绝对完美的图像。我非常敬重这些人，他们一次修饰的平均时间为4小时，处理单幅封面图像的时间为2~3天）。然而，作为摄影人员，我们通常无法从后期的修饰工作得到额外的报酬，因此需要尽可能快地回去拍摄。这就是我只集中讲授最快、最简单修饰方法的原因，以使用尽可能少的时间完成修饰。这些招数也许是高端修饰大师们瞧不上眼的，但你得靠拍摄谋生，要把时间更多地花在拍照上。这就是本书的目的——介绍快速有效的修饰方法，使您和您的拍摄对象看起来更自然，更迷人。

(2) 下载练习图像，以便能够跟着我进行练习。

我提供了本书所使用的所有照片素材供您下载使用，这样您在阅读本书时可以使用与我所用相同的照片进行练习，但对于本书，我添加了一些额外的内容——另一个练习文件，以便您能够在完全不同的图像上尝试同样的技术。修饰图像时，只有反复练习才能提高速度，因此这是另一种把刚学到的方法应用到其他图像上的方法。读者可以从 <http://pan.baidu.com/s/1gfPY6BL> 下载练习图像（看，这就是我说的如果直接跳到第 1 章会错过的事情之一）。

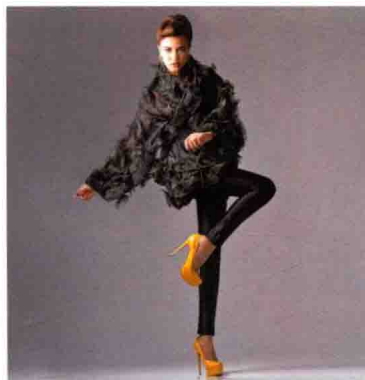
(3) 不必按顺序阅读本书。

本书的设计使您可以跳到您想要学习的任一修饰方法，并在那里开始阅读。我会逐步介绍每一操作，因此如果想要学习锐化眼睛的技巧，则请转到 1.15 节，花 2 分钟时间就知道怎么实现了。





这是本书中唯一的一章，为初学者提供不可缺少的眼睛修饰知识。因为眼睛是脸部的中心，也是面部表情的重要组成部分。眼睛的修饰是面部修饰的重点，也是面部修饰的灵魂。眼睛的修饰不仅关系到眼睛的美观，而且关系到整个面部的美观。眼睛的修饰是面部修饰的第一步。



本书的最后，我用特殊的一章详细介绍我的5分钟、15分钟和30分钟修饰工作流程，但在阅读过本书其他内容之前先不要阅读它，因为这一章放在最后就是认为您已经阅读过本书前面的内容，理解了一些基本概念。因此不会详细介绍所有操作（否则这一章的篇幅就会很长很长）。这一章会引用前面学过的内容，如果您还没有学过它们，就会感到不知所措。因此，请先阅读前6章，之后再阅读 workflow 这一章。

(4) 每章开始的介绍部分并不真正是介绍。

每章开始的介绍部分的设计是为了让您在进入下一章时在精神上得到片刻的放松。说实话，它们与各章内容没有太大关系，但编写这部分是我的传统（我的每本书中都这样做）。因此如果您属于那种“严肃”的人，则可以跳过这部分，因为它们只是为了放松您的神经。然而，每节开始的简短介绍则很重要。如果跳过它们，则可能漏掉一些在这一节中不再提到的内容。因此，在执行一种方法时，如果觉得“我们为什么这样做？”则很可能是因为你跳过了这一简短介绍。

(5) 我用一章篇幅从头至尾介绍我的修饰工作流程，但不要先阅读它。

在本书的最后，我用特殊的一章详细介绍我的5分钟、15分钟和30分钟修饰工作流程，但在阅读过本书其他内容之前先不要阅读它，因为这一章放在最后就是认为您已经阅读过本书前面的内容，理解了一些基本概念。因此不会详细介绍所有操作（否则这一章的篇幅就会很长很长）。这一章会引用前面学过的内容，如果您还没有学过它们，就会感到不知所措。因此，请先阅读前6章，之后再阅读 workflow 这一章。

(6) 我需要执行所有这些操作吗?

绝对不用,事实上,我们的目标是尽可能少地修饰,并且修饰要尽可能细微,因此完成图像修饰可能只用本书介绍的两三种方法。如果自己要用20多种修饰方法,则应该去找更好的模特(开个玩笑)。我只是想让您知道不必把本书介绍的所有方法全应用到每幅照片上。修饰时,首先评价图像需要做哪些修饰。我通常先观察图像,并问自己:“这里我想要改变哪些?”(例如,我希望他的牙齿不要黄,脖子上不要有大痣,头发不要飘散在面部)。之后,转到介绍这些方法的章节,应用所需的方法。修饰要做到“少而精”。



(7) 我创建了一个修饰清单。

摄影师问我最多的问题之一是:“您怎么知道要修饰哪些地方?”因此我创建了一个修饰清单供您查询。现在,您不必执行清单内的所有操作,但有一个清单至少可以确保您不会漏掉需要修饰的内容。我把该清单放在 workflow 一章(第7章)之前。此外,我还进一步创建了一个自定 Photoshop 面板,因此,您不必拿出本书——该面板就位于 Photoshop 之内。您可以从 <http://pan.baidu.com/s/1gfPY6BL> 下载它。看,我说过您花点时间阅读这一部分是值得的。



目 录



Chapter 1 19

修饰眼睛

1.1 增强虹膜的对比度	20
1.2 变暗虹膜外围轮廓	24
1.3 使眼睛显得更有朝气	30
1.4 增强和创建眼神光	35
1.5 加亮白眼球	42
1.6 消除眼睛脉络	50
1.7 改变眼睛颜色	53
1.8 减少眼睛下方的暗圈	56
1.9 使眼睛变得更大(小)	60
1.10 用一只眼睛替换另一只眼睛	67
1.11 增强睫毛效果	75
1.12 创建美丽的眉毛	86
1.13 使眉毛显得更浓密	93
1.14 变暗眉毛	97
1.15 锐化眼睛,使其显得更有活力	99

Chapter 2 103

修饰皮肤

2.1 消除黑痣	104
2.2 怎样避免塑料状皮肤	107
2.3 基本的皮肤柔和快捷方法	108
2.4 柔和皮肤,保持纹理	114
2.5 柔和皮肤,加回纹理	120
2.6 高反差保留皮肤柔和技术	126
2.7 用通道柔和皮肤	131
2.8 减少或消除皱纹	137
2.9 消除亮斑	145
2.10 平衡皮肤色调	149
2.11 减少须茬	154
2.12 应用数码化妆	158
2.13 创建瓷状皮肤效果	169
2.14 锐化人像	178

Chapter 3 187

面部塑形

目 录

3.1 面部和头部塑形	188
3.2 使面部器官更对称	194
3.3 用减淡和加深塑造面部形状	202

Chapter 4

209

修饰头发

4.1 向头发添加高光	210
4.2 消除飘散的头发分支	214
4.3 校正头发间隙	222
4.4 改变头发颜色	227
4.5 变暗头发分隔线	232
4.6 隐藏发根	235



Chapter 5

241

修饰嘴唇和嘴巴

5.1 使嘴唇变大	242
5.2 创建有光泽的嘴唇	245
5.3 应用或调整唇膏	250
5.4 改变嘴唇颜色的层次	254
5.5 修理牙齿	261
5.6 美白牙齿、减淡黄色	270



Chapter 6

277

瘦身和修剪

6.1 整体瘦身	278
6.2 使群像中的一人瘦身	281
6.3 减轻双下巴, 并使面部变瘦	284
6.4 变瘦手臂和腿部	289
6.5 获得出色的腹肌	298
6.6 校正衣服(包块、鼓袋和褶皱)	303



Chapter 7

311

我的5分钟、15分钟、30分钟修饰 workflow

7.1 修饰清单	312
7.2 5分钟修饰	314
7.3 15分钟修饰	328
7.4 30分钟修饰	342

我们为什么要修饰

深入阅读本书之前，我希望您花几分钟时间阅读我对修饰的理解。我认为，这不仅有助于帮助您理解进行修饰的原因，而且也会使您成为更优秀、更有洞察力的修饰人员。让人们能够看到他们最佳或者比最佳更好的一面是令人惊讶的事，因为有些人修饰照片，所以您要对自己的拍摄主体、客户和自己负责。

几年前，我与妻子到意大利的托斯卡纳地区旅行。那是一个非常美丽的地方，一天下午，我拿起摄影装备，驱车到 Asciano 山（我不会让任何家庭成员与我一起，在旅途中不停地拍照会令他们崩溃）。

在一处美丽的小别墅旁，我把车停在路的一侧，它位于小山上，周围环绕着高大的橄榄树和绿草地——风景太震撼人了。我支起三脚架，取出遥控快门线，花了很长时间拍摄这一场景，我真希望家人能够到这里看到该场景。拍摄之后，我在那里站立片刻，深呼吸着新鲜空气，凝视着这座理想中的“托斯卡纳别墅”风景。我迫不及待地想向家人展示该照片。

在回到宾馆房间时，我立即在 Photoshop 中打开这张照片，急匆匆地用全屏向每个人展示图像。但当打开图像后，令我不知所措的是看到有些多余的东西完全毁了这幅照片——电线或电线杆，不只是一两根，大约有 10 根。那地方有一些线缆和大约 6 米高的杆。我站在托斯卡纳这个场景前时没有看到它们，但在 Photoshop 内打开图像时，第一眼就看到这些。我叹气，之后我花了 2 小时细心地消除画面中多余的电线、电缆和电杆，因为我想让这个场景看起来像我站在现场时所看到的那样。

人像照片也完全一样。我们可能花整整 1 个小时与一些人谈话，之后为他们拍摄照片，而当打开图像时，却发现谈话期间完全没有注意到每个瑕疵、污点和小缺陷，可能在其周围有一个大的红圆圈或者一个大箭头正好指向它。我知道这是真的，因为我和无数的摄影师多年来都反复遇到过这种情况。

因此，在修饰人像时，我们的工作是从中找出单调、准确的二维静态图像（这些图像中每个瑕疵不仅突出，而且被放大），并使他们看起来像他们站在我们面前时一样好。

如果修饰过度，人们就会知道照片已经被高度修饰过，他们的感觉就不会那么好。更糟糕的是，他们的朋友和家人会看出照片被高度修饰过。但是，如果细心地使他们在照片中看起来与实际生活中一样好或者只是稍好一点，他们的朋友和家人就会喜欢这样的照片，被拍摄者也会喜欢它。

最后，介绍我不断摸索总结出的一点忠告：您将要学习一些令人惊讶的方法，毫无疑问，您会向被拍摄者吹嘘在 Photoshop 中为他们所做的修饰是多么令人惊讶，使他们看起来多么好。但我这里给出的忠告是：不要这样做。永远不要向他们展示修饰前/后的照片，也不要向他们的朋友或家人展示。要使他们看到自己最佳的一面，而不要让他们感觉到自己最糟的一面。要把糟糕的一面只保留在您和 Photoshop 之间，我发誓，这样做会让您感到高兴。

简化修饰操作需要了解的12件事

我知道您想开始修饰了，但我发誓，如果花几分钟时间阅读这 12 件事，您会更好理解所要执行的修饰，为什么要进行修饰，就会更快地得到更好的效果。真的，我发誓。

第 1 件事：考虑使用小画笔。

如果我只能给您一条忠告，关于成功修饰的一个秘密，那就是使用尽可能小的画笔。当然，作为摄影师，我们大多数人想尽可能快地完成修饰，因此使用大画笔，这样修饰更快，但常常会出现重复图案（重复取样区域的斑点、头发或者瑕疵），或者在一个区域绘图多次后涂污一个区域，逐渐地它成为修饰失败的主要原因之一。请尽可能坚持使用小尺寸或中等尺寸的画笔，这样会使修饰效果看起来更专业。此外，为了更好地控制，使用画笔时请选择低不透明度设置（10% ~ 30%），并一笔一笔地逐渐加强描边。并不是每次使用画笔时都可以这样做，但这样做时，创建出的效果一定会有很大的不同。

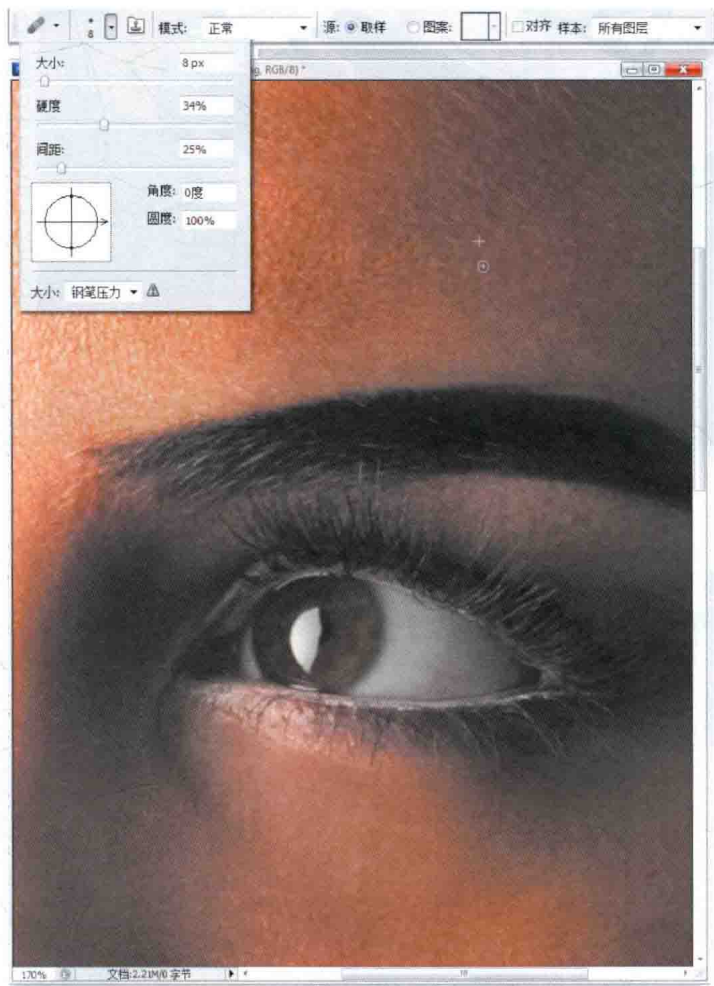


图 0-1



COURTESY OF WACOM; IMAGE WITHIN MONITOR © SCOTT KELBY

图 0-2

第 2 件事：使用压力笔和图形输入板。

如果想成为专业的油漆工，要购买的第一件工具就是滚筒刷，因为它可以简化工作，使您在短时间内能够完成更多的工作。而为了粉刷角落细节，很可能还要购买小边缘刷子。这些是职业工具，您遇到的每个专业人员几乎都有这些工具。修饰也是这样，我还没听说过哪个专业修饰人员不使用 Wacom 笔和图形输入板。这是修饰人员的职业工具，因为这使修饰任务变得更简单，因此在较短时间内可以完成更多的工作。此外，它还使我们能够完成细节工作（就像油漆工的边缘刷），在最终图象中创建出完全不同的效果。您是否购买图形输入板，我得不到任何回扣和报酬，但我们都使用这个工具（我自己使用 Intuos4 中等尺寸图形输入板）。也就是说，执行本书中的方法不需要图形输入板，您可以用鼠标完成。

第 3 件事：使用工具预设节省时间。

我们常常会以相同的自定义设置使用同样的工具，使用工具预设可以节省大量的时间，它能记住所有这些设置。例如，假若我们使用仿制图章工具消除须茬，将该工具的模式设置为变亮，样本下拉列表设置为所有图层，不透明度设置为 40%，并使用中等尺寸的柔角画笔。这些全部设置之后，单击选项栏左端的仿制图章工具图标（如图 0-3 中红色圆圈所示），之后在工具预设选择器中，单击右上角朝右的箭头，从弹出菜单中选择新建工具预设。为您的工具预设起一个描述性的名称（像我这里添加到选择器中的预设一样），单击确定按钮。现在，任何时候需要消除须茬时，就不必再输入（或记住）所有这些设置，只要单击该图标，之后单击您的工具预设，所有设置就完成了。

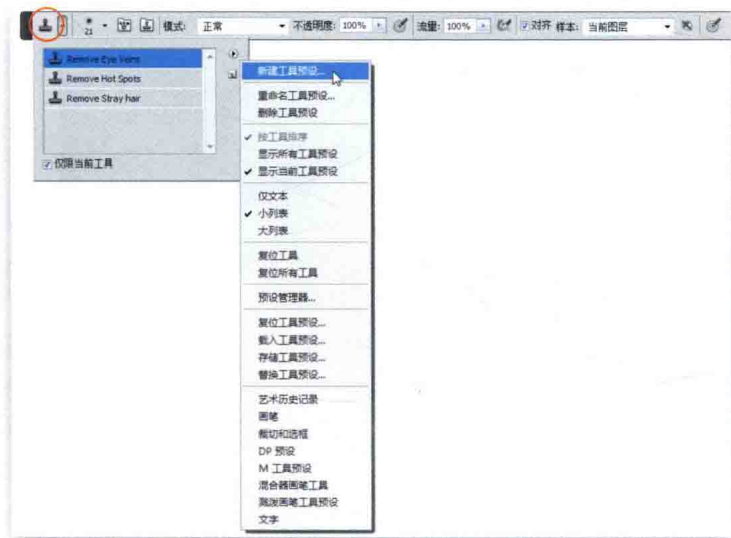


图 0-3