



日系清新人像摄影

文艺风写真技法与后期

芥茉 著

中国工信出版集团



电子工业出版社
PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY
<http://www.phei.com.cn>

日系清新人像摄影

文艺风写真技法与后期

芥茉著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

日系清新人像摄影：文艺风写真技法与后期 / 芥茉著. — 北京：电子工业出版社，2019.1
ISBN 978-7-121-35580-6

I. ①日… II. ①芥… III. ①人像摄影—摄影艺术IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第263348号

责任编辑：赵英华

印刷：北京富诚彩色印刷有限公司

装订：北京富诚彩色印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开本：720×1000 1/16 印张：17 字数：439.2千字

版次：2019年1月第1版

印次：2019年3月第2次印刷

定价：99.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888 或 88258888。

质量投诉请发邮件至 zltz@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式：(010) 88254161~88254167 转 1897。



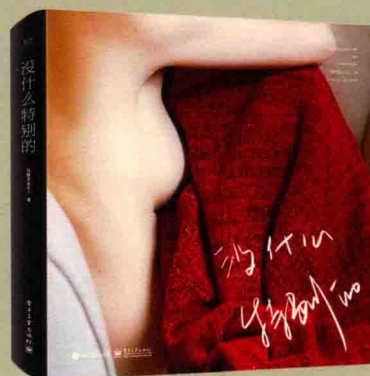
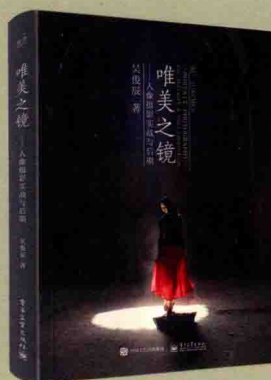
芥茉

90后自由人像摄影师，现居湖北武汉，擅长清新少女人像题材的拍摄及后期处理，致力于打造自然、舒服的少女人像摄影作品。

公众号/微博：芥茉在拍照

特殊说明：

本书采用不露背锁线装，封面与书脊之间不刷胶、不粘连，便于全书摊平，有助于提升图片观看体验。翻阅时，书脊与封面之间会形成空隙，为正常现象，并非质量问题，请安心阅读。



目录

第一章

摄影审美的提升

如何培养审美

我是如何培养审美的

第二章

摄影误区解读

相机参数重要吗

模特的颜值真的那么重要吗

摄影教程有用吗

小结

第三章

如何摆动作

拍照动作解锁

拍照动作——“撩”

拍照动作——折叠

拍照动作——灵活的手

拍照动作——靠

拍照动作——躺

第四章

打破常规拍摄角度

拍照角度全解

如何拍摄特写镜头

镜头的旋转

第五章

7 清新写真的色彩搭配

8 色彩搭配 54

9 如何拍出清透的静物风景照 57

配色参考 58

清新人像如何搭配色彩 63

10 小结 70

11 第六章

12 服装的选择 71

13 如何选择日系风格服装 72

14 如何选择日常风格服装 77

15 第七章

16 道具的选择 85

16

19 第八章

24 拍摄场景的选择 99

27 如何选择拍摄场地 100

30

第九章

如何引导你的拍摄对象 123

如何引导模特 124

35

36

38

51

第十章

拍摄手法与思路

- 拍摄思路一：故事型拍摄
- 拍摄思路二：明确风格定位
- 拍摄思路三：提升感染力
- 拍摄思路四：细节捕捉

第十一章

画面布局和构图

- 中央直线布局
- 半圆布局
- 对角线布局
- 前景虚化
- 二次构图

第十二章

后期思路

- 后期调色思路 184
- 后期处理 192
- 拯救灰暗小清新 198
- 如何修出暖秋少女清新色 203
- 欠曝照片的调整 207
- 小结 212

第十三章

13/ 拍摄实战 213

- 日常实拍——游街少女的一天 215
- 校园日系写真——体育馆和室外 225
- 泳装少女——清凉夏日泳池实拍 239
- 风格化内景——教室场景拍摄 249
- 小结 258

169

第十四章

174 静物和风景的基础调色 257

- 静物和风景的后期调色基础 260
- 小结 264

182

183



日系清新人像摄影

文艺风写真技法与后期

芥茉著

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。

版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

日系清新人像摄影：文艺风写真技法与后期 / 芥茉著. -- 北京：电子工业出版社，2019.1
ISBN 978-7-121-35580-6

I. ①日… II. ①芥… III. ①人像摄影—摄影艺术 IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第263348号

责任编辑：赵英华

印刷：北京富诚彩色印刷有限公司

装订：北京富诚彩色印刷有限公司

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开本：720×1000 1/16 印张：17 字数：439.2千字

版次：2019年1月第1版

印次：2019年3月第2次印刷

定价：99.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：(010) 88254888 或 88258888。

质量投诉请发邮件至 zltts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至 dbqq@phei.com.cn。

本书咨询联系方式：(010) 88254161~88254167 转 1897。

前言

最初接触摄影，倒不是因为追求梦想、记录美好生活这样特别“神圣”的原因，也谈不上怀有一种势必拍出大片的信仰。2015年5月的某一天，突然想给自己拍一组写真，那时候我还不了解摄影，想给自己拍一组日系风格写真，却选了一位婚礼摄影师，最后自然没有拍出我想要的效果。后来才知道摄影分多种风格，而每一个摄影师都有自己擅长的固定风格，所以决定拍照之前，选对摄影师的风格很重要。

看着不太满意的成片，我开始疑惑，那种活泼、干净的日系风格照片是如何拍出来的？去哪里才能找到合适的摄影师？后来实在找不到，才想起来，那就把自己变成这个摄影师吧，就这样开始了自己的摄影之路。

从懵懂摸索到能够熟练策划每一次拍摄，期间走过不少弯路，也有过很多不为人知的艰辛，到现在能有幸写一本属于自己的摄影书，想来那些辛苦熬过了就都是值得的。

摄影让我对生活充满感恩，相机让我有机会记录每一个我喜欢的瞬间，照片让我的情感有了安放之处。它像灯塔一样，充实我的生活，指引我前进的方向，让我在平淡的生活中更接近自己的英雄梦想。

本书将总结我三年的摄影经验，毫无保留地完整呈现我所有的拍摄过程和方法，分别从审美培养方法、前后期技巧、拍摄思路、风格定位等方面对清新人像的拍摄技巧进行解析，帮助你迅速掌握清新人像的拍摄技巧。

如果你也是一位人像摄影爱好者，请不要错过这本书。

目录 |

第一章

摄影审美的提升

- 如何培养审美
- 我是如何培养审美的

第二章

摄影误区解读

- 相机参数重要吗
- 模特的颜值真的那么重要吗
- 摄影教程有用吗
- 小结

第三章

如何摆动作

- 拍照动作解锁
- 拍照动作——“撩”
- 拍照动作——折叠
- 拍照动作——灵活的手
- 拍照动作——靠
- 拍照动作——躺

第四章

打破常规拍摄角度

- 拍照角度全解
- 如何拍摄特写镜头
- 镜头的旋转

第五章

清新写真的色彩搭配

- 色彩搭配
- 如何拍出清透的静物风景照
- 配色参考
- 清新人像如何搭配色彩
- 小结

第六章

服装的选择

- 如何选择日系风格服装
- 如何选择日常风格服装

第七章

道具的选择

-

第八章

拍摄场景的选择

- 如何选择拍摄场地

第九章

如何引导你的拍摄对象

- 如何引导模特

第十章

拍摄手法与思路

- 拍摄思路一：故事型拍摄
- 拍摄思路二：明确风格定位
- 拍摄思路三：提升感染力
- 拍摄思路四：细节捕捉

第十一章

画面布局和构图

- 中央直线布局
- 半圆布局
- 对角线布局
- 前景虚化
- 二次构图

第十二章

后期思路

- 后期调色思路
- 后期处理
- 拯救灰暗小清新
- 如何修出暖秋少女清新色
- 欠曝照片的调整
- 小结

第十三章

13/ 拍摄实战

- 132 日常实拍——游街少女的一天 215
- 145 校园日系写真——体育馆和室外 225
- 150 实拍 239
- 166 泳装少女——清凉夏日泳池实拍 249
- 风格化内景——教室场景拍摄 258
- 小结

169

第十四章

- 172 静物和风景的基础调色 259
- 174 静物和风景的后期调色基础 260
- 178 小结 264
- 182

183

- 184
- 192
- 198
- 203
- 207
- 212



To:you

只有好照片，
没有好照片的准则。

by: 安塞尔·亚当斯



摄影审美的提升

第一章

如何培养审美

拍摄者的审美水平决定了其作品的水平，这里所指的“审美”不仅仅是对颜值的判断，还包括环境、光线、构图、调色等一切会出现在你所拍摄的图片中的元素。

审美水平的高低，除了天赋，完全可以靠后期培养，所以大可不必为了非艺术类科班出身而否定自己的审美水平。

2015 年刚接触摄影的时候，我对审美完全没有概念，不知道怎么能让一张照片更好看，只分得清“美”和“丑”，这一定是所有人都可以做到的。

但为什么普通人和摄影师拍出来的照片会差别这么大呢？

因为普通人的“审美”只是大脑里抽象的感觉，而摄影师知道怎么将“美”最大程度地保留下来，具化为图像。

举个例子。眼前有一朵花，普通人拿相机拍照时，心里想的是：只要它出现在我的镜头里，证明我看见过它就好了。但是摄影师在拿起相机的时候，心里想的是：我之前看过类似的图片，这种花应该从上方 45 度角拍摄，花身占满屏幕 2/3 时，拍出来最美。拍完一张，摄影师会继续想：这张还没达到理想的效果，我还看过另一种拍法，再来一张试试。你能看到的九宫格成片，都是在上百张图片里脱颖而出的。

所以，以上两种人拍出来的照片会一样吗？是什么造成他们之间的差距的？因为对照片的高要求？可普通人做不到时刻要求自己怎么办？但如果你能把“高要求”变成一种“习惯”，你会不由自主地想要拍出好照片，也就是“刻意练习”带来的习惯性条件反射。简单来说，摄影师就是时刻在练习对“美”的习惯。

“因为看过太多美的图片，所以不允许自己拍的照片如此差劲”，秉持这种态度，才能拍好照片。

保持学习的心态非常重要，浏览足够多优秀的作品，不停思索自己的不足，提炼优秀作品中的精华之处，融入自己的审美观，在拍照时，才能条件反射地知道如何将拍摄对象的美最大化。培养审美就是培养对“美”的习惯。

怎么培养审美？其实很简单，就是要多看美的事物，并且长期坚持下去。当你看过一定数量的优秀图片后，量变会产生质变，你对“美”的欣赏水平一定会在潜移默化中得到提升。就像那些搭配达人之所以会搭配，除了天生的时尚敏感度，还因为他们时刻关注时尚潮流，让“时尚”成为“潜意识”的行为。

我是如何培养审美的

初学摄影时，我每天会看两千多张图片，把每个摄影网站的热门图片全部看一遍，反反复复地看，有时候会看到两眼昏花（你们可别学我）。当然图片不是看得越多越好，也要有选择地看，不然就成了“无效的努力”。两千多张图片里也许只有一千多张是我喜欢的风格，而真正能让我停留的照片也许只有几十张，喜欢的照片细看，其他的略过就好，如此每天坚持看一定数量的优秀摄影作品，审美水平开始有了明显提高。

怎样才能知道自己审美水平提高了呢？我的理解是，当你开始变得挑剔的时候。你会发现，当你再回看自己以往的作品时，总能挑出一堆毛病；当初那些让你仰慕的摄影师和作品不再那么遥不可及，你关注的摄影师越来越少，打动你的作品也在变少；你开始珍惜每一次快门，开始注意拍摄前期的每一个细节……这都代表你的审美在提升。

大部分摄影学习者的茫然源于想要的太多却思考得太少。想要拍出好照片，除了追求美好事物，还应该时刻保持思考，当你被某一张图片吸引的时候，要在心里问自己：这张图片为什么会吸引我？我能不能拍出这样的效果？如何才能拍出来？这些问题的答案就是你要去学习的拍摄方法。



第二章

摄影误区解读