

PHOTOGRAPHY
FAQS



PORTRAITS

数码摄影必读 人像摄影

【英】Duncan Evans 著 林萍 施与人 译



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

图书在版编目(CIP)数据

数码摄影必读. 人像摄影 / (英) 埃文斯 (Evans, D.) 著; 林萍, 施与人译. —北京: 人民邮电出版社, 2009. 10
ISBN 978-7-115-21188-0

I. 数… II. ①埃…②林…③施… III. ①数字照相机—摄影技术②人像摄影—摄影艺术 IV. TB86 J413

中国版本图书馆CTP数据核字(2009)第132946号

内 容 提 要

人像摄影是人们所热衷的摄影主题。本书作者用一种问答的形式向读者展示了人像摄影的方方面面。全书共分为8个部分, 介绍了必备的摄影设备、测光方法、彩色摄影和黑白摄影、自然光和闪光补光、影室灯光、构图和摆姿、外景拍摄以及数码暗房等内容。

这本小巧的手册将告诉你如何去拍好人像, 无论是聚会上的孩子, 婚礼中的人群, 或是影片里的模特; 本书还将告诉你如何更好地去操控相机, 去布光, 去构图并获得理想效果。同时, 你会学到如何利用直方图轻松拍出完美的照片。

本书由资深摄影师撰写, 书中不仅介绍了很多作者的宝贵经验, 而且还附有大量示例图片来加以说明, 让读者更容易理解, 充分掌握人像摄影的精髓。本书图文并茂, 适合摄影爱好者阅读参考。

数码摄影必读 人像摄影

-
- ◆ 著 [英] Duncan Evans
 - 译 林 萍 施与人
 - 责任编辑 李 际
 - 执行编辑 王 琳
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
深圳市精彩印联合印务有限公司印刷
 - ◆ 开本: 889x1194 1/24
印张: 5.8333
字数: 178千字 2009年10月第1版
印数: 1—5000册 2009年10月深圳第1次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2009-2879 号

ISBN 978-7-115-21188-0

定价: 39.00 元

读者服务热线: (010) 67132705 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

PHOTOGRAPHY
FAQS



PORTRAITS

数码摄影必读 人像摄影

【英】Duncan Evans 著 林萍 施与人 译

人民邮电出版社
北京

An AVA Book

Published by AVA Publishing SA

Rue des Fontenailles 16, Case Postale

1000 Lausanne 6, Switzerland

Tel: +41 786 005 109 Email: enquiries@avabooks.ch

Copyright © AVA Publishing SA 2007

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without permission of the copyright holder.

版权声明

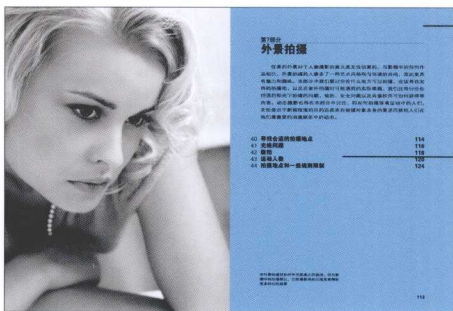
本书由瑞士AVA出版社授权人民邮电出版社独家出版发行。未经版权所有人和人民邮电出版社书面许可，任何组织机构、个人不得以任何形式擅自复制、改编或通过任何方式（包括电子、机械、影印、录音等）传播本书全部或部分内容。

版权所有，侵权必究。

致谢

在此我谨感谢Caroline Walmsley和Brain Morris给予我机会撰写本书，也要感谢AVA出版社的Renee Last的辛苦工作，令本书得以顺利出版。同时，还要感谢Sarah Jameson在相当短的时间内漂亮地完成图片收集工作。感谢Bowens给予的拍摄协助，感谢模特Sophie Smith的严谨工作。最后，衷心感谢Indexing Specialists (UK) Ltd公司及所有为本书提供协助和贡献的人们。

本书以多角度详细介绍人像摄影的方方面面，通过大量样片和技术图表以简单易懂的方式分析常见的曝光问题并帮助用户加以解决。



主题

本书的主题是人像摄影，从摄影器材到拍摄技巧，从构图到后期处理，涵盖了人像摄影的各个方面。本书以简单易懂的方式分析常见的曝光问题并帮助用户加以解决。

部分

本书分为8个部分，分别介绍了人像摄影的不同方面。每个部分用不同的颜色标识。每部分第一页都使用了该部分的颜色标识

部分

本书分为8个部分，分别介绍了人像摄影的不同方面。每个部分用不同的颜色标识。每部分第一页都使用了该部分的颜色标识

彩色标签

颜色标签显示在页面的右上角，清楚标明所属部分

清晰的导航

50个主题以编号的形式显示在页面的上角，方便查找



照片示例

每个问题都配合示例照片进行解释

图示

用简单的图表和图标增加技术层面的知识介绍和分析解释

提示

如果你想要一个独特的效果或者要把一大群人拍进画面，那就用广角镜头吧！

提示

该部分提供各种提示说明

参见

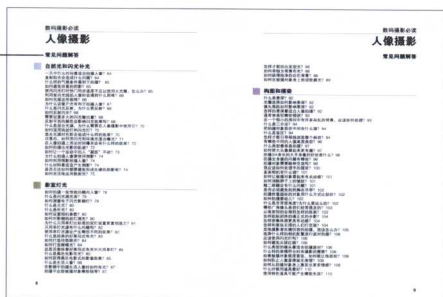
测光的难点（第49页）
反光及散射光（第74页）

FAQS

常见问题列表以及主题索引

参见

该部分内容是本书中其他相关问题或主题的交叉参考



图标索引

图示中所用符号的简单参考



相机



光源



测光表



拍摄对象



辅助光

人像摄影

前言

12

必备硬件

15

- 01 数码相机 16
- 02 胶片选择 20
- 03 人像镜头 22
- 04 广角镜头 24
- 05 长焦镜头 26
- 06 微距镜头 28
- 07 内置闪光灯和外置闪光灯 30
- 08 人工光源 33
- 09 散射物和反光板 35
- 10 影棚配件和道具 37

测光

39

- 11 测光模式的种类 40
- 12 曝光补偿和包围曝光 44
- 13 高调影像 46
- 14 低调影像 48
- 15 测光的难点 49

彩色摄影和黑白摄影

53

- 16 色温 54
- 17 滤镜 56
- 18 色彩影响因素 58
- 19 黑白摄影 60

自然光和闪光补光

63

- 20 室外光线 64
- 21 室内光线 66
- 22 闪光反射 68
- 23 混合光源 70
- 24 长时间曝光 72
- 25 反光及散射光 74

影室灯光

77

- 26 标准布光设置 78
- 27 简单的布光设置 81

- 28 经典的好莱坞式布光 83
- 29 生活人像 86
- 30 混合布光方式 88



构图和摆姿

91

- 31 人像摄影中的景深 92
- 32 人像摄影中的三分法 94
- 33 人像的高度 96
- 34 摆布被摄者 99
- 35 非常规角度 103
- 36 团体摄影 104
- 37 派对 106
- 38 表情和情感 108
- 39 道具和其他装饰品 110

外景拍摄

113

- 40 寻找合适的拍摄地点 114
- 41 光线问题 116
- 42 偷拍 118
- 43 运动人像 120
- 44 拍摄地点和一些规则限制 124

数码暗房

127

- 45 曝光校正 128
- 46 解决常见错误 130
- 47 色彩的问题 132
- 48 人像的后期处理 134
- 49 黑白影像 136
- 50 着色和调色 138

人像摄影

常见问题解答

必备硬件

- 拍摄人像需要什么样的数码相机？ 16
- 什么是快门时滞？ 16
- 我们需要怎样的分辨率？ 18
- 人像模式有什么作用？ 18
- 什么是连拍速度？ 19
- 什么是连拍模式？ 19
- 拍摄人像是用幻灯片好还是用负片好？ 20
- 哪一种胶卷速度更利于拍人像，慢速胶卷还是高速胶卷？ 20
- 你会用什么拍摄婚礼？ 20
- 如何才能得到颗粒感强烈的黑白影像？ 21
- 胶片是否会特别适用于特定的拍摄对象？ 21
- 什么是焦距？ 22
- 什么是人像镜头？ 22
- 什么是光圈？ 22
- 什么是定焦镜头？ 22
- 什么是变焦镜头？ 23
- 什么是焦距延伸？ 23
- 什么是广角镜头？ 24
- 失真如何影响人像拍摄？ 24
- 失真能否转变成别出心裁的效果？ 26
- 什么是长焦镜头？ 26
- 使用长焦镜头有哪些优越性？ 27
- 长焦镜头是否会压缩透视比例？ 27
- 长焦镜头有哪些弱点？ 28
- 什么是微距镜头？ 28
- 如何使用微距镜头拍摄人像？ 28
- 袖珍数码相机是否适合微距摄影？ 28
- 外置闪光灯为什么比内置闪光灯更好用？ 30
- 什么是红眼现象？ 30
- 什么是红眼消减功能？ 30
- 什么是闪光指数？ 31
- 什么是TTL闪光？ 31
- 内置闪光灯最适用于什么情况？ 31
- 什么是环形闪光灯？ 32
- 主要的两种人工光源类型是什么？ 33
- 电子闪光灯有哪些类型？ 33
- 电子闪光灯有哪些优点？ 33
- 钨丝灯和日常的家用照明一样吗？ 34
- 钨丝灯比较适用于胶片摄影还是数码摄影？ 34
- 闪光散射物有哪些不同类型？ 35
- 柔光箱和反光伞哪个更好用？ 35
- 什么是反光板？ 36
- 为什么需要用反光板？ 36
- 什么是束光筒、挡光板和凝胶滤光片？ 37
- 可以用什么做背景？ 37

人像摄影

常见问题解答

测光

- 环境光与直射光有什么区别？ 40
- 为什么要区分环境光和直射光？ 40
- 测光的意义是什么？ 40
- 测光对决定EV值有什么作用？ 41
- 如何从EV值推导出快门速度和光圈？ 41
- 反射光和入射光有什么区别？ 41
- 什么是动态范围？ 42
- 测光模式主要有哪些？ 42
- 什么是曝光补偿？ 44
- 什么时候应使用曝光补偿？ 44
- 曝光补偿能否用于制造特效？ 45
- 什么是包围曝光？ 45
- 什么时候可以使用包围曝光？ 45
- 什么是高调影像？ 46
- 用数码或胶片拍摄高调影像的难度各有多大？ 46
- 能否通过图像编辑制作出高调影像来？ 47
- 如何对白色为主的人像场景测光？ 47
- 什么是低调人像？ 48
- 为什么我的低调影像都显得灰蒙蒙的？ 48
- 如何测光才能拍出好的低调影像？ 48
- 为什么在阳光下用数码相机拍摄白衣金发人像会过曝？ 49
- 如何在阳光下拍摄白衣和金发？ 49
- 如何对逆光场景测光？ 50
- 如何拍摄出剪影效果？ 51
- 为什么逆光拍摄需要使用闪光灯？ 51
- 如何在逆光拍摄中使用闪光灯？ 51

彩色摄影和黑白摄影

- 什么是色温？ 54
- 日光的色温是多少？ 54
- 人造光源的色温是多少？ 54
- 什么是数码相机的自动白平衡？ 55
- 什么时候应关闭自动白平衡？ 55
- 可以灵活地利用白平衡吗？ 55
- 什么是雷登滤镜？ 56
- 使用胶片拍摄时如何校正色偏？ 56
- 使用数码相机时是否需要用色温校正滤镜？ 57
- 拍摄人像应使用哪种类型的滤镜？ 57
- 不同的色彩在人像中表达了什么含义？ 58
- 如何通过色彩运用使简单的场景表达出更生动丰富的意境？ 59
- 如何通过限制过多色彩使用而达到有效的结果？ 59
- 黑白影像最适合拍摄哪些对象？ 60
- 直接使用数码相机的黑白模式拍摄或后期转换成黑白影像，哪一种选择最好？ 60
- 如何拍出质感效果？ 60
- 如何用数码相机拍出胶片的颗粒效果？ 60

人像摄影

常见问题解答

自然光和闪光补光

- 一天中什么时间最适合拍摄人像？ 64
- 直射阳光会造成什么问题？ 64
- 什么样的气候条件最利于拍摄？ 65
- 如何避免浓重的阴影？ 65
- 使用闪光灯时快门同步速度不足以使用大光圈，怎么办？ 65
- 利用室内光线拍人像时会遇到什么困难？ 66
- 如何克服这些困难？ 66
- 为什么说窗户光有利于拍摄人像？ 67
- 什么是闪光反射，为什么要反射？ 68
- 如何反射闪光？ 68
- 需要设置多大的闪光输出量？ 68
- 反射平面的颜色会影响闪光效果吗？ 68
- 什么是混合光源，为什么需要在人像摄影中使用它？ 70
- 如何混用钨丝灯和闪光灯？ 70
- 混合光源对色彩会造成什么样的效果？ 70
- 日落后，如何用闪光和环境光混合曝光？ 71
- 在人像拍摄上用长时间曝光会有什么样的效果？ 72
- 如何拍摄出光影的轨迹？ 72
- 如何让一个运动中的人“凝固”不动？ 73
- 为什么拍摄人像要使用倒影？ 74
- 如何利用倒影拍摄人像？ 74
- 什么材料最适宜产生倒影？ 74
- 是否无论如何都要避免形成生硬的阴影呢？ 74
- 如何灵活地运用散射光？ 75

影室灯光

- 如何拍摄一张传统的棚内人像？ 78
- 什么是闪光测光表？ 79
- 如何测量电子闪光影棚灯？ 79
- 什么是主光？ 80
- 什么是补光？ 80
- 如何设置相机参数？ 80
- 什么是眼神光？ 80
- 如何对影棚钨丝灯测光？ 80
- 为什么只用单灯比标准的双灯设置更富创造力？ 81
- 只用单灯光源有什么问题吗？ 82
- 使用单灯光源会产生哪些不同的效果？ 82
- 什么是经典的好莱坞式布光？ 83
- 如何打造伦勃朗光？ 84
- 如何打造蝴蝶光？ 84
- 这是否意味着好莱坞式布光中只用单灯？ 85
- 什么是黑色电影布光？ 85
- 如何获得黑色电影式的影像效果？ 85
- 什么是生活人像？ 86
- 在影棚中拍摄生活人像时如何布光？ 87
- 拍摄中应给被摄对象哪些指导？ 87

人像摄影

常见问题解答

怎样才能拍出发型光? 88
如何单独为背景布光? 88
如何获得纯净的白色背景? 88
如何在被摄对象身上形成轮廓光? 89

构图和摆姿

什么是景深? 92
光圈选择如何影响景深? 92
镜头焦距如何影响景深? 92
怎样的景深最适合人像拍摄? 92
通常容易犯哪些错误? 93
在一个很小的房间中有许多杂乱的背景, 应该如何处理? 93
什么是三分法? 94
把拍摄对象放在中间有什么错? 94
什么是盲区? 94
怎样才能引导视线浏览整个画面? 94
有哪些不同的人像高度类型? 96
什么类型最容易拍摄? 97
如何使大头像看起来更有趣? 97
拍摄3/4身长的大半身像的好处是什么? 98
拍摄全身像的问题有哪些? 98
拍摄对象需要眼神交流吗? 99
我应该如何处理手的摆放? 100
直面相机有什么错? 101
如何让被摄对象看起来有点动感? 101
如何消除脖子上的皱纹? 101
翘二郎腿会有什么问题? 101
是否必须避免拍到胸衣吊带? 102
拍摄体重超标的对象用什么方式比较好? 102
如何拍摄婴幼儿? 102
什么是非常规角度?为什么要这么拍? 102
哪些广角镜头是我们经常提及的? 103
从地面仰拍会得到怎样的效果? 103
怎样组织团体拍摄正式的合影? 104
怎样使集体照更具有动感? 104
怎样和紧张无措的人们打交道? 104
其他摄影者在模仿我的拍摄, 我该怎么办? 105
选择什么样的相机配置进行派对拍摄? 106
应该使用闪光灯吗? 106
如何避免出现红眼? 106
什么类型的镜头最适合拍摄派对? 106
什么样的表情符合时尚摄影的需要? 108
如果被摄对象极度紧张, 如何能让他放松? 109
如何防止人像显得面无表情? 109
如何从拍摄对象身上激发出更多情感? 109
什么时候使用道具最好? 110
使用特色道具可能产生哪些失误? 110

人像摄影

常见问题解答

外景拍摄

哪些类型的城市外景适合拍摄人像? 114
在市区拍摄有哪些问题需要留心? 114
乡村外景能提供什么? 115
如何将流动的水和人像拍在一起? 115
如何将拍摄对象在强光下眯眼程度降到最小? 116
什么是耀斑? 116
如何避免耀斑? 116
数码相机的自动白平衡功能在外景拍摄时是否会出错? 117
什么时候使用高感光度比较合适? 117
什么是偷拍? 118
什么相机最适合偷拍? 119
如何在街上进行偷拍? 119
需要为拍摄人像付费吗? 119
什么是运动人像? 120
怎样捕捉动作? 120
是否需要快速镜头? 120
闪光能否“凝固”住对象的动作? 122
如何追随拍摄? 123
哪些地方禁止拍摄? 124
哪些人不宜拍摄? 124
是否需要签署肖像权授权书? 124
是否需要签署场地使用授权书? 124

数码暗房

如何处理曝光不足或曝光过度? 128
如何呈现出阴影细节? 128
如何修复过曝的高光部位? 128
如果拍摄对象脑袋上“长”出了一些东西，是哪里搞错了?应该如何处理? 130
结像太“软”，怎样让它变得明锐? 131
影像失焦有救吗? 131
拍摄时相机抖动了，要如何处理? 131
在电脑上如何补救色偏? 132
如何分离出某单一色彩? 133
如何消除斑点和粉刺? 134
如何处理红眼现象? 134
如何使肤色光滑? 134
把彩色影像转换成黑白有哪些不同的方法? 136
哪些拍摄对象适合处理成黑白影像? 137
如何增加颗粒和纹理效果? 137
对图像进行上色可以有哪些选择? 138
为什么双色调影像必须首先转换成灰度模式? 138
如果在家中打印双色调影像应如何处理? 139
给图像上一种单色的最简单方法是什么? 139
是否值得对影像进行单色调色? 139



人像摄影 前言

欢

欢迎阅读摄影常见问题丛书之“人像摄影”。希望你能通过阅读本书，找到你曾有的、关于人像摄影所有问题的答案。人物总是最常见的拍摄对象之一——只要手边有部相机，无论何时何地，你总会想用它来拍摄些人物。当然，如果简单地倚赖相机的自动模式随意拍摄，那每次得到的结果大都只会是些平淡无奇的东西。只有学会运用相机的各种功能、安排布光、合理安排拍摄对象，明确你想要的人像类型是什么样的，你才可能得到比较理想的影像作品。

数码相机行家拍出的影像会具有某些共同的特征，这由特定的相机制造商以及相机类型所决定；而使用胶片单反相机的摄影者，则会通过感光乳剂的选择来决定人像的成像效果和感觉。我们将先讨论以上这些因素，然后再探讨其他，如何选择的镜头类型，还有它们对影像效果的影响等。

布光是人像拍摄的另一个关键因素，所以书中也将回答关于这方面的问题，如外置闪光灯、内置闪光灯、人造光源、散射、反光板及影棚设施配件等。

当然，正确地曝光是影像创作的决定性因素，这方面的话题将在测光这一章节中探讨。我们将讨论环境与直射光的区别，反射光与入射光的测光选择；我们对于测光会作充分的解释，提供行之有效的人像摄影测光模式指南；同时我们兼顾了曝光技巧的介绍，确保你能拍出自己想要的影像。

有一个章节是关于彩色和黑白摄影的，从色温及色温对影像色调影响的角度出发，对二者进行探讨。这部分内容还涉及如何消除色偏这个问题，无论是数码摄影还是胶片摄影里都存在；我们还提到色彩的代表意义，和它们在人像中所表示的意思。

书中还讨论到灯光的性能和延伸应用。晴天似乎是外出拍摄人像的理想日子，但实际上，在阴天更容易拍摄出精彩的人像。



拍摄对象并不一定要看着镜头才能拍出好的人像作品

因为有着各种各样混乱而且难以控制的因素，影棚摄影成了一项必须仔细计划安排的任务，几乎要仔细到军事计划般的精准。还好，只是几乎。大多数业余爱好者无法自行负担一个设备齐全的影棚，但还是有许多价格合适的布光设施可以挑选，包括电子闪光灯还有一系列零碎儿，可以将任何空置的房间布置成临时摄影棚。

一旦你控制住了技术细节，那么下一个难题会是构图和姿势；这是任何人拍摄人像都需要面对的：如何安排被摄对象，站（或者坐，哪怕躺）在什么位置；取景要涵盖多大的范围；被摄对象的手和脚怎么处理；需要避免的错误有哪些；被摄对象究竟要不要有眼神交流，等等。如果你已经将布光和曝光技巧运用自如，那么，构图和姿势就是决定作品是精彩绝伦还是流于平庸的关键点。

本书的最后两个部分描述人像摄影常见的困难、易犯的错误、以及外景拍摄的解决方案，还有上传到电脑中的数码文件如何处理。这些图像处理的技术既适于数码拍摄也适用于胶片摄影。如今，我们生活在数码世纪，将负片和幻灯片扫描成数码文件然后充分利用通行的数码“暗房”工具进行图像处理是非常普遍的做法。

对于不了解人像摄影的人来说，“外面的世界”似乎很简单。但是，就像冰山，当你开始探索海平面以下的部分时，你会了解到，人像摄影远不是单纯地拿相机对准一个微笑的人按下快门那么简单。希望本书对你能有所帮助，提供有用的资讯，启发激励你开始拍摄人像，适时地成为你熟读借鉴的参考书，回答你所有关于人像摄影的问题。



第1部分

必备硬件

毋庸置疑，你需要有一部相机，不然拍不了照片；但人像摄影究竟该要有什么样的相机，该要有哪些配件？虽然 35mm 胶片相机大范围地让位于数码相机，但在某些专业领域和需要核心硬件的支持等方面，它仍然具备一些优势，尤其在婚纱摄影市场。另外，中片幅摄影也仍然存在并有自己的作为。在这开篇第一章中将探讨胶片选择的问题，以及什么样的分辨率和数码相机类型最适合用来拍摄人像。一旦选好了相机，你还要考虑镜头，这将会直接决定你的人像作品呈现出来的结果。还有其他关系重大的配件，例如闪光灯和影棚布光，也需要考虑。你到底需要什么？什么才是对人像拍摄有用的？

01	数码相机	16
02	胶片选择	20
03	人像镜头	22
04	广角镜头	24
05	长焦镜头	26
06	微距镜头	28
07	内置闪光灯和外置闪光灯	30
08	人工光源	33
09	散射物和反光板	35
10	影棚配件和道具	37

大光圈镜头可以将整个背景置于景深范围之外，消除视觉干扰因素