



跟随大师 迈向专业  
人像摄影师必备摆姿技巧

# 人像摄影师的摆姿指南

(第2版)

[美] 比尔·赫特尔 著 刘红刚 许瑗玲 译

The Portrait Photographer's Guide to Posing, 2nd Edition



人民邮电出版社  
POSTS & TELECOM PRESS

更多资料请关注我的网易博客<http://htccy2009.blog.163.com/>



跟随大师 迈向专业

# 人像摄影师的摆姿指南 (第2版)

[美] 比尔·赫特尔 著  
刘红刚 许瑗玲 译



人民邮电出版社  
北京





## 图书在版编目 (C I P) 数据

人像摄影师的摆姿指南 : 第2版 / (美) 赫特尔著 ;  
刘红刚, 许瑗玲译. -- 北京 : 人民邮电出版社, 2013. 1  
ISBN 978-7-115-29046-5

I. ①人… II. ①赫… ②刘… ③许… III. ①人像摄影—摄影艺术 IV. ①J413

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第281576号

## 版权声明

*The Portrait Photographer's Guide to Posing*

Copyright © 2011 by Bill Hurter

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, by photocopying, recording or otherwise, without the prior permission in writing from Amherst Media, Inc. CHINESE SIMPLIFIED language edition published by POSTS & TELECOMMUNICATIONS PRESS Copyright ©2012.

本书中文简体版由美国芝加哥评论社独立出版集团 (IPG) 授权人民邮电出版社独家出版。

未经出版者书面许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书内容。

版权所有, 侵权必究。

## 内 容 提 要

本书作者手把手教你人像摄影的摆姿技巧, 同时会带你一起去打破陈规, 学习随性的摆姿风格。全书汇集了众多顶级摄影师的先锋理念, 对人物身体各部分的姿态从局部到整体进行讲解, 其中包括了面部表情与姿势的关系, 以期摄影师在指导拍摄对象的摆姿时能协调配合, 达到摆姿的观赏性和艺术性。另外, 书中还对与客户沟通的技巧、缺陷姿态的矫正、构图与摆姿的关系、相机技巧、人物造型处理、团体人像摆姿、儿童人像摆姿等方面进行了全面的讲解, 阅读本书将使你的摄影作品风格更富有变化, 从清新自然到动感十足, 在赢得客户喜欢的同时达到前所未有的艺术高度。

本书适合人像摄影师、婚礼摄影师、儿童摄影师以及摄影爱好者阅读参考。

## 人像摄影师的摆姿指南 (第2版)

- ◆ 著 [美] 比尔·赫特尔
- 译 刘红刚 许瑗玲
- 责任编辑 李 际
- 执行编辑 刘 祺
- ◆ 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 电子邮件 315@ptpress.com.cn  
网址 <http://www.ptpress.com.cn>  
北京盛通印刷股份有限公司印刷
- ◆ 开本: 889×1194 1/16  
印张: 7.5  
字数: 222千字 2013年1月第1版  
印数: 1~3000册 2013年1月北京第1次印刷  
著作权合同登记号 图字: 01-2012-3535号  
ISBN 978-7-115-29046-5

定价: 59.00元

读者服务热线: (010) 67132786 印装质量热线: (010) 67129223

反盗版热线: (010) 67171154

广告经营许可证: 京崇工商广字第0021号



# 前言

## 人像摄影的真谛

正如希腊神话中的美少年纳西索斯在泉边掬水喝时，突然为水中年轻而俊美的倒影深深吸引并疯狂地迷恋上它一样，一幅优秀的人像摄影作品同样能展现出主体理想化及无与伦比的人格魅力。最佳的人像摄影还能捕捉到人眼无法看到但能通过情感体验感受到的人性，摄影师使用布光、构图尤其是摆姿技巧传达人性的力量、真诚及脆弱。

David Williams创造了这幅以春天为主题的精美人像摄影作品，我们来看看画面中细微的摆姿及构图技巧。母子二人面向对方并呈45°角在构图中营造了视觉友好的对角线。母亲身躯强壮而挺拔，但面颊孩童般的天真却与她的宝宝无异。再看一下光是如何射向两人的，一小束顶光打在他们的身后。画面色彩丰富、浓度高，并有浓浓的暖色调，尤其是在人物面部。他们的头发颜色和地面上树叶的颜色几乎一样。苍翠繁茂的绿色背景形成天然的画框，好像大自然要将他们二人包裹保护起来一般





## 永恒的画面

几个世纪以来，伟大的人像摄影创作一直在引人入胜、激发遐想。澳大利亚摄影师 David Williams 在描述他看到一幅由 19 世纪法国艺术家 Gustav Courtois 创作的人像摄影作品时的真实感受时说：“我看到一位年轻漂亮身着中式礼服的女士站在金色的织物背景前，她如此迷人，瞬间吸引了

我的注意，我甚至能想象她的一举一动，一颦一笑。她是谁？她的思想、态度、品味如何？她过着怎样的生活？她活了多久？接连不断的问题引发我的无限遐想，仿佛耳边还有沙沙的织物声，鼻息间还有淡淡的香水味——细致的笔触描摹一个长逝灵魂的去，让人不禁叹息斯人已去。”



儿童肖像不是只为父母拍摄的，当孩子成人后，这些图片将成为追忆童年无法比拟的缩影。

David Williams 摄

天才摄影师善于把握永恒的画面，他们的作品多年来仍让人惊叹不已。当代摄影界传奇人物 Don Blair，描述他的摄影技巧就是拍摄人物的个性。“对我来讲，每个人都很美。我的工作就是激发美并捕捉它们。这已成为我一生的追求及无止境的旅程，每天对我来说都是这旅程的延续。”在 Blair 苦心经营的人像摄影中，人们可以看到几近完美的瞬间，被摄者的美及个性都被深情地展现出来。

David Williams 延续了 Don Blair 的理念并将其进一步拓展，“我最近的儿童肖像作品是以纪录片的风格拍摄，就是为了展现人物的力量及恒久性，因为我意识到我并不是仅仅在为孩子的父母拍摄照片，而是为长大成人后的孩子提供他们童年回忆的线索，让他们看看当初自己的模样和父母年轻时的容颜，这难道不就是人像摄影意义及价值所在吗？”





长发飘飘及偏离中心的构图是这幅照片吸引人的地方。David Williams为他18岁的侄女——一个外貌清秀、性格文静、纯真无邪的姑娘拍摄的肖像。这幅作品还有个切题的名字叫“我心飞扬”，率直的摆姿及现代的构图定格了永恒的画面

## 摆姿的演变

在早些年，摆姿是拍照必不可少的环节，因为没有人造布光，曝光时间和快门速度慢得离谱，被摄者需要长时间保持一个摆姿。当时拍摄人像时都要使用一个头部休息的小装置以保证长时间曝光过程中被摄者姿势保持不变。用这种方法拍摄，要么摆姿僵硬，要么表情不自然。

技术的飞速进步令摆姿技巧不再僵化，允许摄影师自由随意地抓拍。当然凡事有利必有弊，随着对摆姿要求的放松，几个世纪来都在持续的严谨摆姿工作也几乎消失殆尽。摄影师苦心孤诣调整人体造型的创作方式被可爱、自然、舒适甚至散漫的摆姿打破了，柔光灯下没有经过精心调整的画面有时也能刺激观者想象并将人像摄影提升到艺术层次。

当然，今天顶级的人像摄影师并没有忽略已经存在的摆姿法则，他们善于将这些法则融入到一个更加自由闲散的构图内，换句话说他们并没有摒弃传统摆姿的基本原理，只是选择了更为灵活的方式进行诠释。



## 现代摆姿

Tim Kelly: 艺术呈现。Tim Kelly 是一位著名的人像摄影师，他非常了解摆姿的精妙之处，但是他选择设定一种不同的标准来衡量优秀的人像摄影。Kelly 乐于捕捉被摄者“处在完全自我表达，即将用摆出姿势呈现自我”的瞬间时刻，他一般不会告诉他的客户他何时会开始拍摄。他说，“我不相信人们自然的表现状态可以虚构出来，每张照片都包含着一些独特而又无法塑造的东

西。”Ketty 戏称他们为“抓拍时刻”，并同意所有婚纱杂志摄影记者的观点，即自然的、真实的表情常常要好于一个精巧的漂亮摆姿。“一个有美感的肖像应该能够引起欣赏者的注意，使他做出对于艺术的评论，或者能够激发他情感的反应。一幅精美的艺术肖像能够穿越时间，远远超越刻画人物的现实用途。”

Tim Kelly 清楚知道被摄者的闪光点。在这幅作品中，他着力表现小姑娘美丽的长发，但他要确保头发烘托出了她的脸部，并且有了头发的映衬使脸部更加有质感。“我分析了脸部和头发，以便决定如何开始我的设计。”他说，“我一般都是从被摄者的两侧拍摄最基本的三分之二视角的头部特写开始，在我有更喜欢哪一侧面部的感觉后，我就会把我剩下的时间都用在这一侧。如果一个人有好看的一面和不好看的一面（或者好看的一面和更好看的一面），很显然你会很聪明地把你的时间用在更好的一面。如果你在开始的三分钟内可以评估这些，那么你为什么不去做呢？”







上图——手部、胳膊、脚部、腿部以及面部表情等细节在这幅团体人像中得到很好的处理。被摄者的表情都很忧郁，若非真情流露，很难在团体摄影中捕捉到这样的细节。Martin Schembri 摄

右图——从这位老人饱经风霜的脸部和双手可以看出岁月的沧桑，但是他的目光却很清澈和透亮，背景中的房子虽旧却很整齐，干净有序。Martin Schembri 摄



Martin Schembri：顺其自然。人像摄影师 Martin Schembri 用蒙娜丽莎来作为完美人像的标准，他说，“透过她的表情你看到的是人物的内心世界。” Schembri 以一种古典或闲散的方式拍摄人像，他要求所有被摄者处于舒服和自然的状态，摆姿不能有故意设计之态。他认为独特的人像作品应让每个被摄个体的个性得到充分表现，决不能把拍摄当成一种程序性的工作。





这幅著名的作品是由Yervant Zanzanian拍摄的。画面通过讲故事的方式展现情境，所有的男人（注意没有女人）都在忙于讲授或者倾听：年大的人在给年轻人长篇大论讲故事，男孩正在专注地倾听老人讲述一些很久以前的故事。它展现了在许多宗教和社会中历史及传统传承的方式。这是一幅获奖的作品



Yervant Zanzanian: 情境引导。来自澳大利亚的 Yervant Zanzanian 被认为是当今世界的顶级摆姿大师之一。然而他并不主张完全遵循传统摆姿的方式。“传统摆姿的方式设有很多条条框框，但是我更喜欢打破这些规则，不然，那么多新婚夫妇早就就会厌倦拍摄的，这是每个摄影师最不想看到的。我想让他们在整个拍摄的过程中和我保持互动。忘记传统的摆姿吧，让他们在任何位置上自然地进入摆姿的状态。同时，我也想让摆姿变得有趣、充满活力。”他继续说，“我把他们打扮成时尚摄影中的经典。”与传统的摆姿不同，Yervant 喜欢对人物进行引导，以一个电影导演的精准来阐释其指导内容。他从不打破氛围，他对画面要表达的内涵有清楚的认知，他的指导意见中或多或少暗示了正确的摆姿方式。

左图——现代化设备如高能量电池、闪光灯以及复杂的TTL照明系统，可以让摄影师随时随地拍摄具有摄影棚效果的作品。这里 Nick Adam 重塑了一位唯美中年妇女的经典形象。请注意她下巴偏向镜头一侧肩部的动作，肘部远离镜头让胳膊呈现出的斜线条以及手部虎口卡放的位置。所有这些构图元素早在50年前就广为使用了，它们在今天仍然很受用



## 第1章 摆姿基础

头部与肩部·····	15
肩部·····	15
头部倾斜·····	16
从脚部开始·····	18
面部视角·····	19
正面视角·····	19
八分之七视角·····	20
四分之三视角·····	20
三分之二视角·····	20
侧面视角·····	21
身体·····	22
身体与镜头保持角度·····	22
■ 显胖光、显瘦光及时尚照明·····	23
背向主光·····	24
摆姿·····	24
人像长度·····	25
头带肩人像·····	25
四分之三人像·····	26
全身像·····	26
手臂的摆姿·····	26
与身体保持距离·····	26
三角形构图·····	26
手部摆姿·····	27
男士与女士手部摆姿·····	29
坐姿·····	30

## 第2章 脸部

脸部分析·····	32
眼睛·····	33
明眸善睐·····	33

目光投向·····	34
瞳孔与虹膜·····	34
眨眼·····	34
斜视·····	35
眼镜·····	35
大小眼·····	36
嘴巴·····	36
自然微笑·····	36
湿润的嘴唇·····	37
紧绷·····	37

Kevin Jairaj摄







Jerry Ghionis摄

唇隙 .....	37
笑纹 .....	37
鼻子 .....	37
下巴的高度 .....	38
表情 .....	39
微笑或严肃 .....	39
如何逗乐 .....	39
■ 迷人的微笑 .....	39

## 第3章 如何与客户沟通

拍摄前咨询 .....	41
客户心理 .....	42
赞美客户 .....	43
客户满意度 .....	44

Jerry Ghionis: 快速摆姿 .....	45
动感摆姿 .....	47
示范摆姿 .....	47
Tim Kelly: 场景摆姿 .....	48
Jennifer George: 无声鼓励 .....	48
Marcus Bell: 慢条斯理 .....	50
Martin Schembri: 摆姿清单 .....	51

## 第4章 矫正特型的摆姿技巧

谨慎小心地处理这些问题 .....	53
超重 .....	55
消瘦 .....	55
秃顶 .....	56
额头宽大 .....	56
眼睛：凹陷或凸起 .....	56
■ 奇特的环境 .....	57
大耳朵 .....	58
嘴巴：过窄、过宽或不对称 .....	58
鼻子：过长或过短 .....	59
脖子：过长或过短 .....	59
下巴：双下巴、过长或过短 .....	59
■ 润色 .....	60

## 第5章 构图技巧

人物布局 .....	61
三分法则 .....	61
黄金法则 .....	61
方向 .....	62
线条 .....	63
线条的位置 .....	63
相框边界 .....	64
隐含线 .....	64



■ 避免从关节处裁切图片 .....	64	四分之三及全身人像 .....	80
令人愉悦的构图形式 .....	65	相机高度与视角 .....	81
形状 .....	66	头带肩人像 .....	81
张力与平衡 .....	67	四分之三和全身人像 .....	81
主体色调 .....	69	举高或放低相机 .....	84
设计概念 .....	71	照相距离 .....	84
		光圈 .....	85
		运动中的主体 .....	86

## 第6章 影响摆姿的相机技巧

焦距与视角 .....	72
常规镜头 .....	72
长焦镜头 .....	73
广角镜头 .....	75
■ 打破规则 .....	78
景深 .....	78
聚焦 .....	78
头带肩人像 .....	78
■ 快速镜头 .....	78

## 第7章 人物造型

发型及化妆 .....	88
化妆 .....	88
发型 .....	89
服饰 .....	90
团体人像 .....	90
鞋子 .....	92

Mark Nixon摄







Jennifer Geoge摄

## 第8章 团体人像摆姿

摆姿层级	94
头部高度	95
头部距离	95
团体摆姿指导	96
小团体	96

夫妻	96
三人	99
四人	101
五人或更多人	102
■ 聚焦技巧	104
大团体	104
团体中手部的摆姿	104
有用的摆姿工具	106
扶手椅、情侣椅及沙发	106
■ 团体表情	106
楼梯、梯子及斜坡	107
最后检查	107

## 第9章 儿童人像摆姿

初次见面	108
顺其自然	108
抚摸	108
面部摆姿	108
面部视角和头部倾斜	108
眼睛	110
表情	110
胳膊与双手	110
坐姿中的腿部和双脚	113
不同年龄摆姿技巧	113
新生儿	113
婴儿	113
6~11个月的婴儿	114
两岁的儿童	115
大一些的儿童	115
摆姿道具	116
摆姿台阶	116
椅子	116
运动中摆姿	116
结语	118
摄影师介绍	119



# 致谢

首先要感谢所有帮助完成本书编写工作的天才摄影师们，他们中的很多人像Bill McInstosh，已故的Don Blair和Monty Zucker从事人像摄影已达60年之久。其他摄影师如David Williams和Martin Schembri也是这个领域的新生力军，他们对于各自流派的贡献不亚于当代的米开朗基罗和达芬奇。再次衷心感谢为这本书无私提供摄影作品和专业指导的摄影师们。

# 关于作者

1972年, 比尔·赫特尔 (Bill Hurter) 在华盛顿开始了他的摄影生涯，为一家报社拍摄图片，曾经记录下不少重大政治场面，其中就有1976年的水门事件。1972年，比尔毕业于美国大学并获得文学学士，3年内完成了布鲁克斯摄影学院的培训课程，之后就职于彼得森摄影杂志，负责杂志出版的主要工作。他不仅拥有自己的创意咨询公司，摄影室还常年为知名品牌拍摄专辑，这其中就有洛杉矶道奇。在过去30年里，他专注于摄影，深感摄影技术的日新月异，从未放弃，在1988年布鲁克斯摄影学院授予比尔名誉理学硕士学位，2007年他获得该学院名誉美术硕士学位。他撰写了近40本专业摄影书籍，目前是知名杂志《Rengfinder》和《AfterCapture》的编辑。



# 第1章 摆姿基础

摆姿的基本原理在经过一个多世纪的实践总结后基本确立，它用于指导摄影师如何在二维媒介中生动展示三维人物。

在任何有关现代人像摆姿的一般讨论中，应该记住两个要点，一是摆姿的自然表现即被摄者没有被摆姿，另外就是人物的特征没有被扭曲。如果摆姿看起来自然并且人物的特征得到真实诠释，那么你已经达到主要目的了，这样的一幅作品会给摄影师和被摄者带来艺术体验般的愉悦感觉。

如果摆姿看起来自然并且人物的特征得到真实诠释，那么你已经达到主要目的了。



选择拍摄视角及主体的摆姿，让他们看上去尽量自然。这张有趣的照片是Julia Woods用佳能EOS-1Ds Mark II 24mm超广角镜头拍摄的



这幅作品通过头部和颈部的摆姿在构图中营造斜线，另一条美丽的斜线是通过头部的倾斜达到的，同时还产生了眼部的斜线。摄影师Jeffrey和Julia Woods 在整个构图中大量使用不重样的三角形构图



没有这些元素，其他的艺术元素将不会得到认可，甚至不会被注意到。

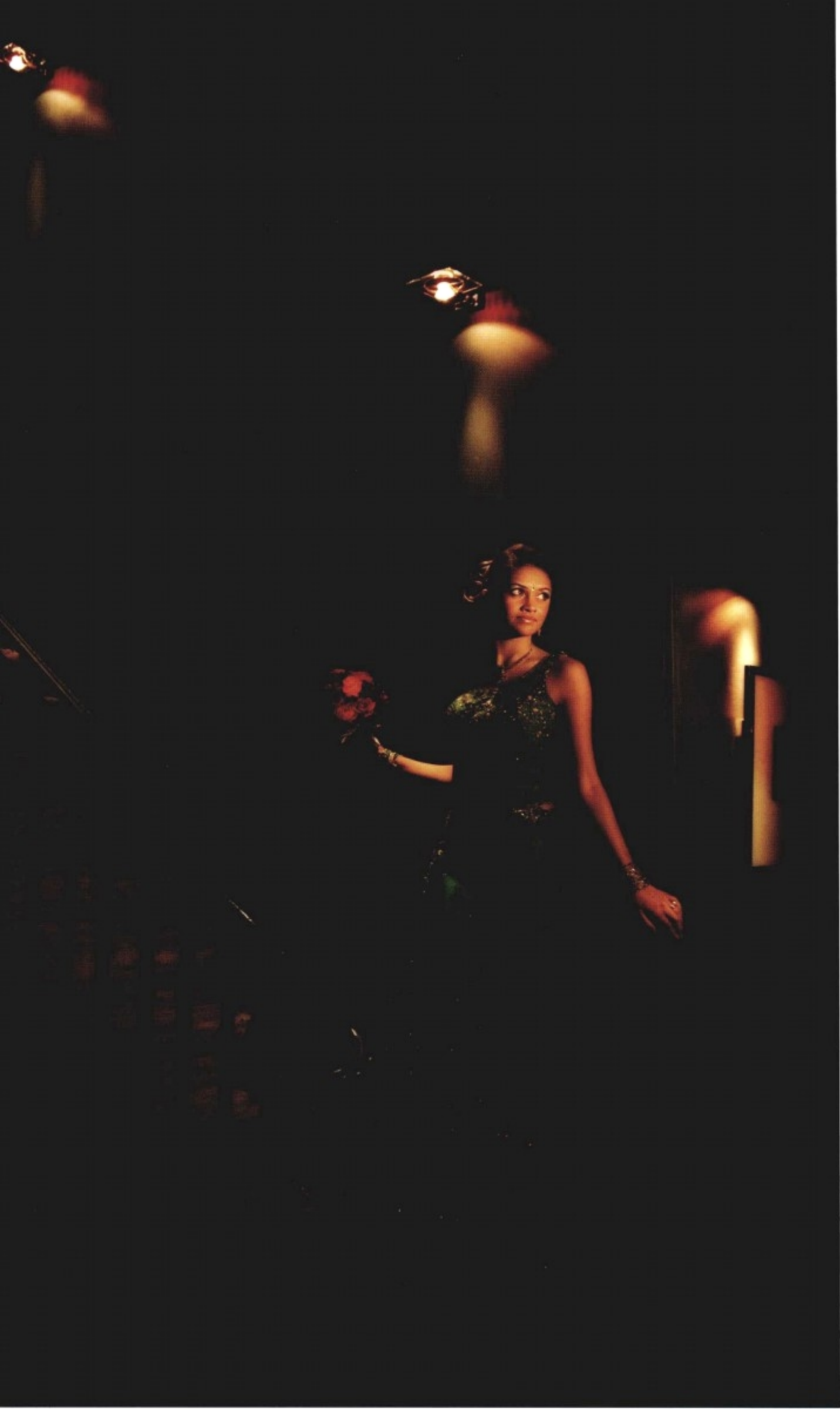
可以肯定的是，要成就一幅伟大的人像作品，仅仅有完美的摆姿是不够的，但是没有这些作为基础，其他的艺术元素将不会得到认可，甚至不会被注意到。

我们不可能在摄影时遵守所有的摆姿原则，只要记得这些原则是为了辅助摄影师实现拍摄意图、自然展示人物形象，避免人物特征扭曲。

## 头部与肩部

**肩部。**好的人像作品首要遵从的法则是让被摄者的肩部和镜头呈一定的角度，肩部正对镜头会使它们看起来比正常的肩部宽而让人物显得过于壮实。





这种直面镜头的模式在时尚界非常流行，因为模特们一般比较瘦且比例协调。对于普通人，这种拍摄方式并不常用。

另一涉及肩部的摆姿原则，无论被摄者是坐着还是站着，避免让他们的肩部与地面水平，尽量让两肩在画面中形成明显的斜线。

不仅两肩与镜头成角度，头部也要有一个角度。这样穿过两肩的肩轴和顺鼻梁向下的头轴的假想线就会处于不同的平面和角度。头轴线绝对不能和肩轴线垂直，同样无论是头轴线还是肩轴线，都不能和镜头的中轴线垂直，尽管该条原则在时尚人像摄影中经常会被打破。简而言之，我们要通过构图避免单调的垂直线并创造更加有趣、吸引人的斜线。

**头部倾斜。**如果肩部与镜头呈一定角度，头部会自然地转向或翘起，这样会让人物的双眼形成自然斜线。如果头部保持正直，双眼线条就会和照片的底部平行，产生看起来非常静态的形象。

对女性而言，头部通常会转向和斜向高耸的肩部。画面中的这位女士顺着肩部的线条看向远处并流露出愉悦的表情。Stuart Bebb摄



通过使人物面部向左或向右倾斜，肢体内在的线条会形成对角线，对观赏者而言，这样的摆姿会更具有动态感，也会更有趣。



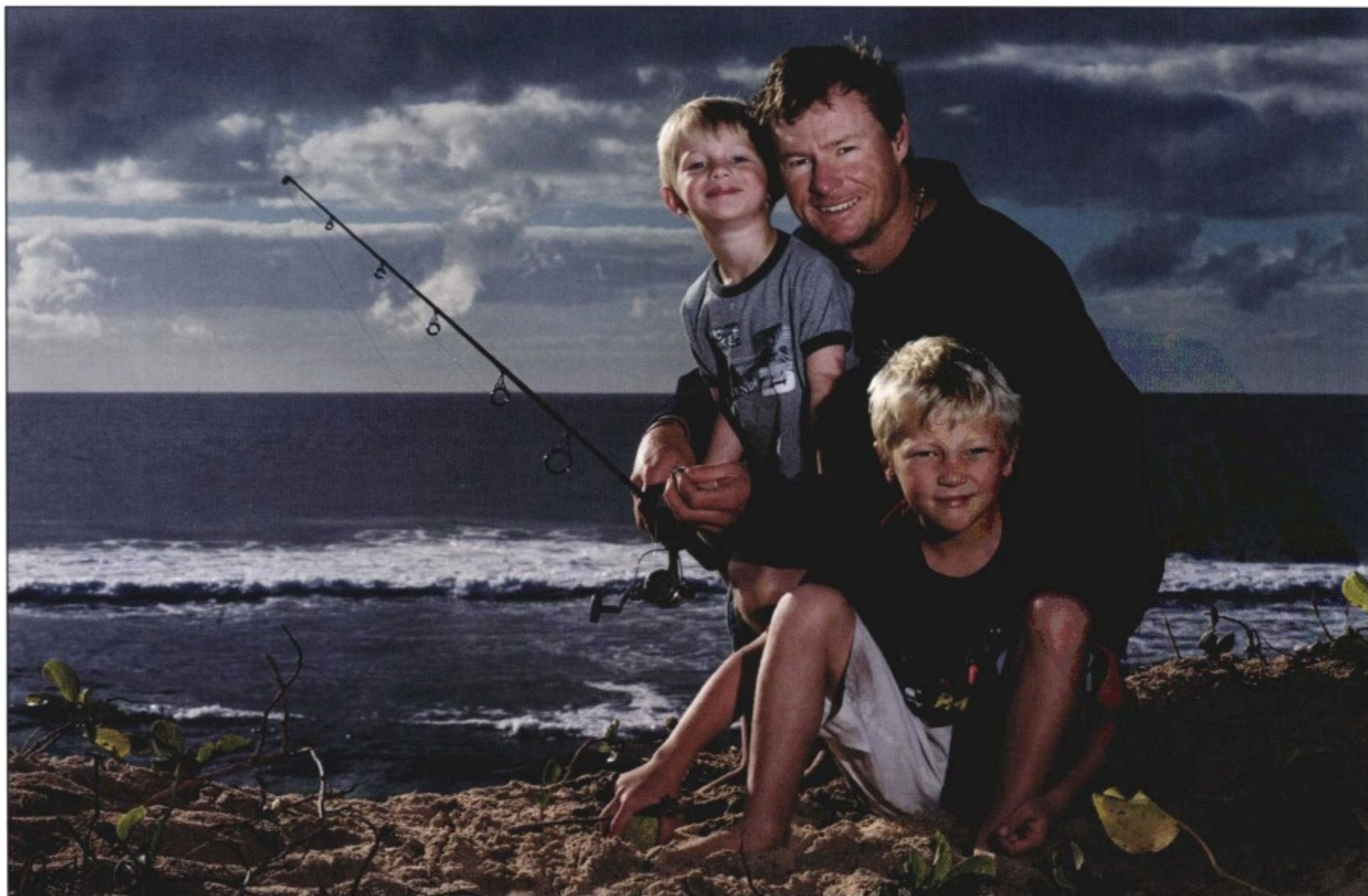
对男性而言，头部经常向低沉的肩部倾斜，并且头部和身体都转向相同的方向——常常朝向光源的方向，身体与镜头形成  $45^\circ$  角。在坐姿中如果要表现阳刚气概，男性通常会靠向镜头，这被认为是一种自信的摆姿。

对女性而言，头部通常会转向或斜向高耸的肩部，身体要稍微向前倾倒，并且轻微斜靠向面部的反方向。例如，如果被摄者正在看着她的左肩，则身体应该稍稍向右倚靠。在娇俏的摆姿中，身体通常朝向远离光源的方向，而面部则转向光源。

还是那句老话，男性头部倾斜给人一种力量感，能够凸显男儿阳刚本色。

左图——你看到的这幅由Kevin Jairaj拍摄的新娘人像作品中，新娘头部和肩部的角度很细微，但这种不经意的斜线已足以使摆姿自然而具有吸引力了

下图——Brett Florens 的这幅作品是为他的书《完美周末》拍摄的，该书描绘了南非人典型的休闲生活方式。请注意父亲的头部向远离镜头的肩部倾斜，这是一个很阳刚的摆姿





## 从脚部开始

相反，女性头部稍稍倾斜会产生一种神秘、柔弱的感觉，尽显女性的柔美。但要记住头部的倾斜角度要适中不能夸张，这样才能达到自然的效果，否则就过犹不及了。

不同的人像摄影师对被摄者头部的向近肩还是远肩倾斜的观点不尽相同。上述提到原则不必一一遵循，个体特性及布光决定摆姿类型，摄影师需要灵活抉择。

要在一幅站姿人像中完成肩部的正确摆姿，你要从脚部摆姿开始。让被摄者站立时双脚和镜头保持一定的角度。当脚对着镜头时会使它们看起来呆板异常，当双脚和镜头保持角度时，身体也会自然转动并和镜头成一定角度。

下一步，要让被摄者把一只脚向前迈出，然后把重心放在后面的一条腿上，这会让前面一条腿的膝盖弯曲，后面的肩部低于前面的肩部。你只需要对被摄者说“请把重心放在您的后脚上，”就可以在作品中引入一系列动态的斜线条来打破原本平庸的画面了。



左上图——“从脚部开始”对人像摄影师而言意义重大。让被摄者移动脚步，你可以非常快速地使他们的肩部转向远离镜头。同时，你能够引导被摄者把身体的重心放在后脚上，弯曲的膝盖在裙摆处形成美丽的线条。Stuar Bebb 摄



左下图及下图——这两张由Michael Greenberg拍摄的作品成功地运用了“请把重心放在您的后脚上”法则。在极具风格的地平线上，你可以看到新娘向前迈出的腿撑起了结婚礼服的下摆。在下图彩色鞋子的特写中，可以看到虽然被摄者两腿并拢在一起，通过让她把重心放在后腿上，向前稍稍迈出的前腿为画面增加了动感的线条







上图——苗条并具有吸引力的被摄者是拍摄正面照最好的人选。这位大四的女学生双肩正对着镜头看起来漂亮极了——这种摆姿不一定适合其他人。TriCoast 摄



左图——南非摄影师Brett Florens 运用正面照视角拍摄了在随意摆姿时新郎率直且极具张力的摆姿

在坐姿人像中，如果被摄者不是正对相机，让他们的上身前靠将会产生一条横穿肩部的斜线，为画面添加动态感。

## 面部视角

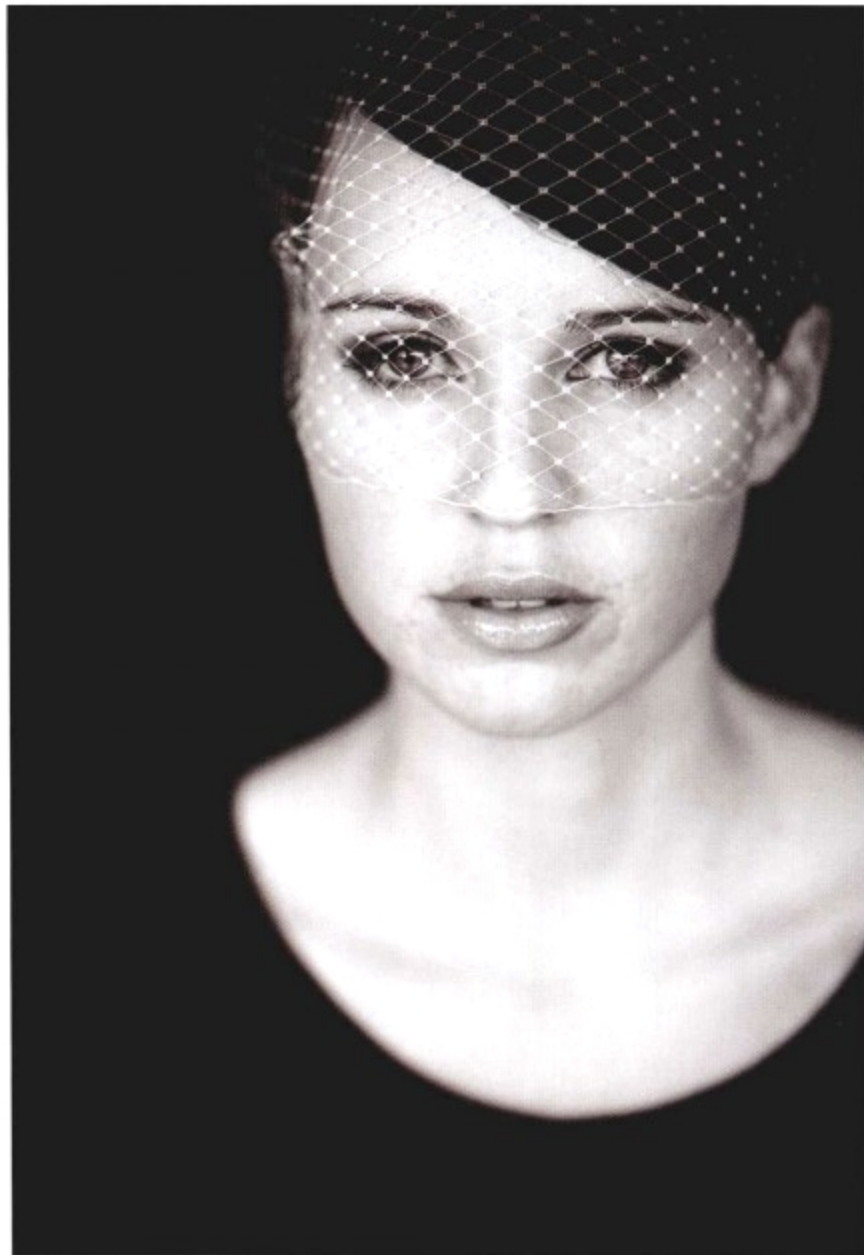
除了控制头部和肩部的垂直角度，你还要决定面部和镜头的角度。常见的有以下几种基础的面部视角。

**正面视角。**正面视角中，被摄者直面镜头。在这种视角中，两侧脸部都可以在画面中展现出来，它在免冠照片或时尚杂志中很常见，但在人像摄影中并不常用。





八分之七视角是在被摄者的视线稍稍偏离镜头的瞬间完成的。你从取景框中可以看到一侧脸要稍微大于另一侧。 Brett Florens摄



Marcus Bell的这幅肖像作品以八分之七视角完美地展现了被摄者面部特征。这种视角不太适合拍摄宽脸

正面照能让被摄者看起来自信而率直，如果被摄者选取得当可以成功表现极具吸引力和魅力四射的人物形象。

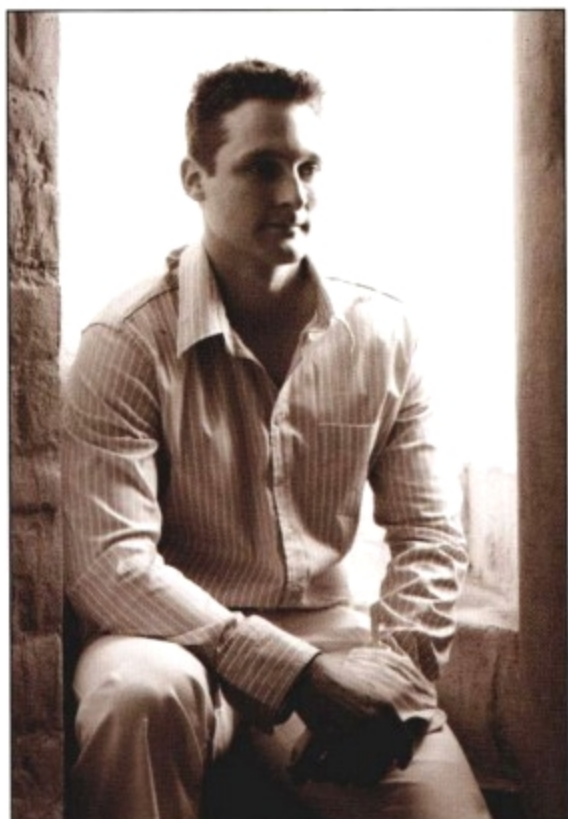
**八分之七视角。**八分之七视角是在被摄者的视线稍稍偏离镜头的瞬间完成的。你从取景框中可以看到一侧脸要稍微大于另一侧。它具备正面照的率直特征，但是总体上要柔和一些。

**四分之三视角。**在四分之三视角里面，远侧耳朵是

看不到的，靠近镜头那一侧的脸部看上去更大，这种摆姿根据远小近大的法则会让远侧的眼睛看起来较小。在使用四分之三视角拍摄坐姿时，尽量让被摄者的小眼睛（大多数人的眼睛都一大一小）靠近镜头，这样可以让双眼在最终的作品中看起来是等大的。

**三分之二视角。**三分之二视角可能是最常用的人像拍摄角度。与四分之三视角一样，你能同时看到被摄者的双颊，清晰表现他们的面部轮廓、尺寸和表情。





让被摄者的头部比八分之七视角转得更远但是还没有到侧面的程度。无论是三分之二视角还是四分之三视角（许多摄影师并不区分），远侧的眼睛看起来都是完全包含在面部的。

**侧面视角。**在侧面视角里，头部几乎与镜头呈  $90^{\circ}$ ，只能看到一只眼睛。在引导被摄者摆姿时，让他们的头部慢慢转离镜头，直到远侧的眼睛和睫毛在取景框中消失。

左图——Brett Florens 拍摄的这张四分之三视角作品中，靠近镜头那一侧的脸部看上去更大

下图——三分之二视角和四分之三视角没有太大的差别。在这里，Micheal Greenberg 让新娘目光偏离镜头看向远方，这样可以产生偶然而又友好的摆姿。同样要注意，摄影师在摆姿过程中使用了极具视觉冲击的三角形构图来避免其右侧窗外的景色转移观众注意力

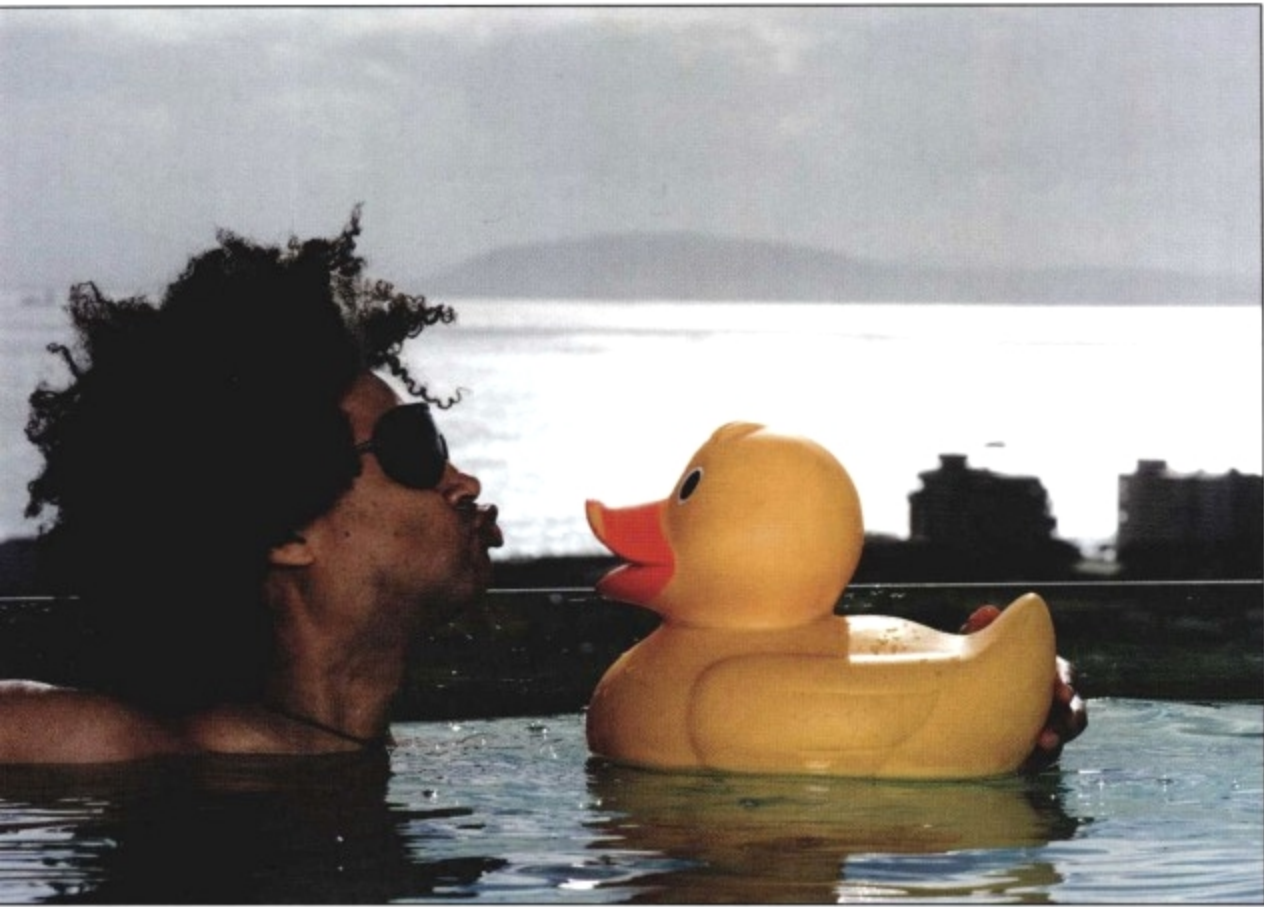




# 身体

在一些情况下，尤其针对女性，当她们完全侧脸时，仍然能够看到远侧的睫毛，这可以在后期处理照片时进行修饰。

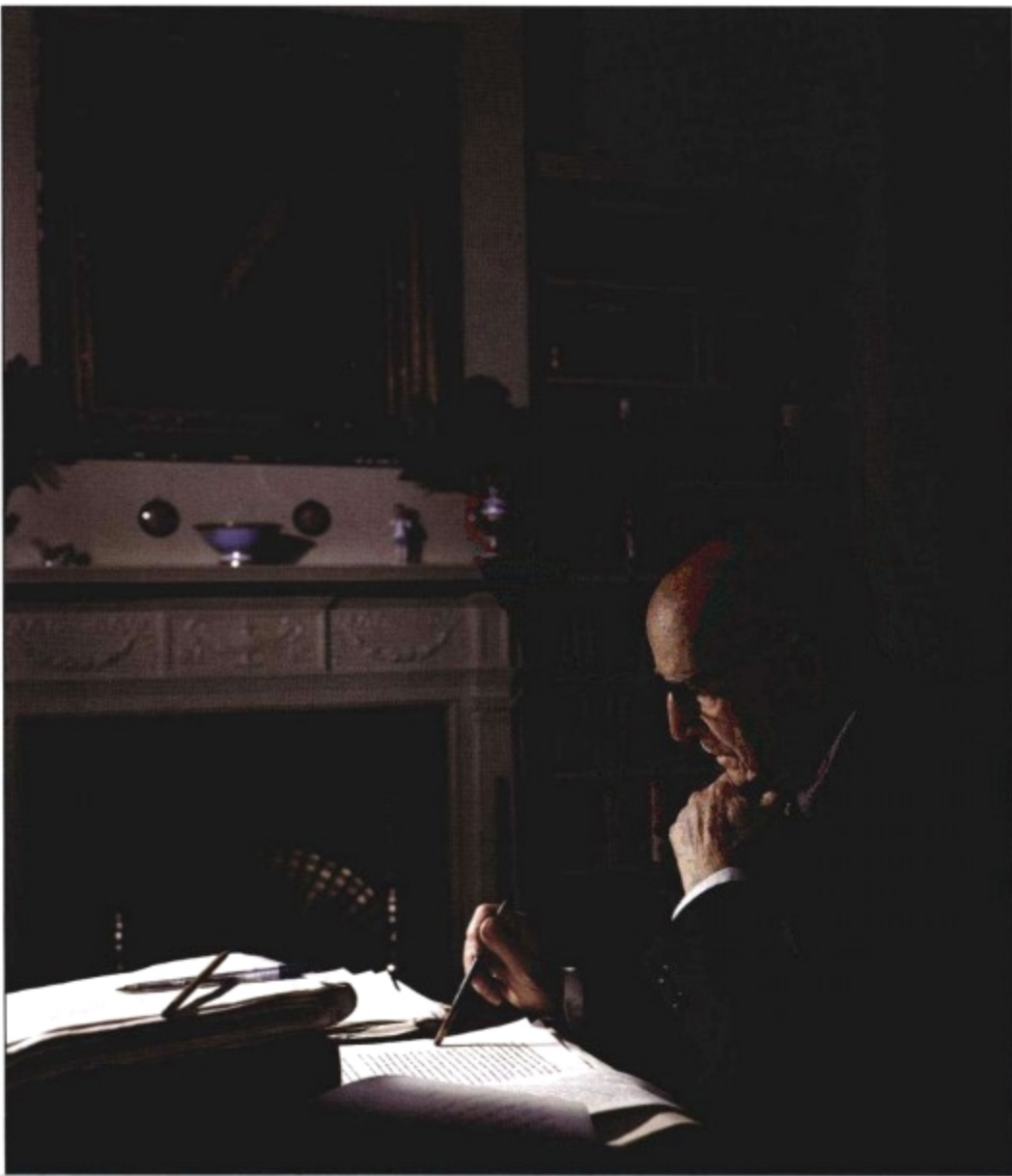
**身体与镜头保持角度。**面朝镜头让身体稍稍侧转和镜头形成一个角度，能产生一种动态的效果，同样也会增强身体的曲线和体量感。



左上图——Brett Florens为他的书《完美周末》拍下了这幅幽默的侧面人像

左下图——侧面摆姿时让被摄者向前看是非常重要的，但视线不能太远否则会看不到虹膜，指引他把视线靠近镜头

右下图——Bill McIntosh为1962年普利策奖获得者Lenoir Chambers拍摄的人像，画面中Bill 努力追求的是一种投入的表情，他通过使用侧面摆姿达到了这个效果







优秀的模特穿什么外套拍摄都不显胖。在这幅作品中，Anthony Cave 运用侧光拍摄突出了模特衣服的质地



Anthony Cava 让模特身着宽松雪纺裙，采用转向镜头45° 角的摆姿，通过光线增加了衣服的质感和细节

当然也有例外，如果你想强调被摄者强壮的身躯，比如对象是运动员或是小孩、模特身躯娇小。对优秀模特最基本的要求是苗条，这样从正面拍摄才不会显胖。

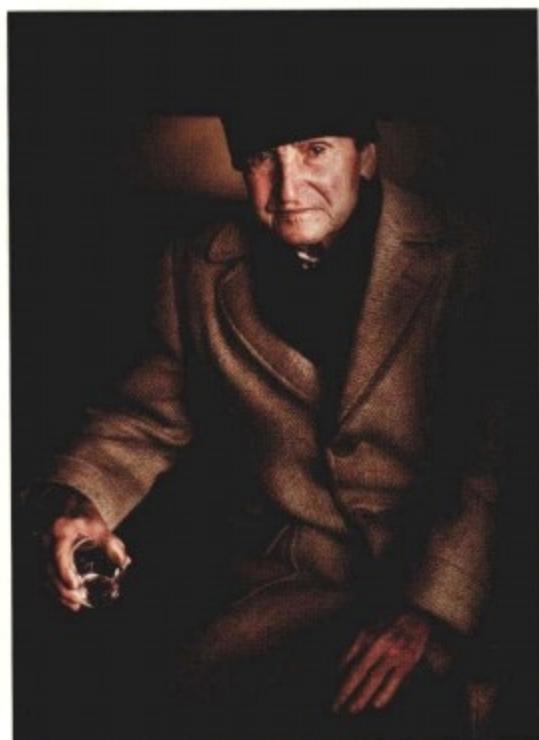
**背向主光。**转动身体背向主光能最大限度提升主体身躯的线条并强调衣服的细节，如新娘婚纱上的精巧的珍珠装饰。如果你使被摄者的身体转向光源，将会弱化身体的曲线及衣服材质的细节。

**摆姿。**好的摆姿对表达身体曲线非常关键，能够瞬间使被摄者的身躯显得修长挺拔。除非摄影师亲自示范或上手指导，一般被摄者不会有意识地去调整动作。



## ■ 显胖光、显瘦光及时尚照明

根据摆姿的不同，一般有两种基本的人像布光法。显胖光是指让主光照在被摄者靠近镜头这一侧的脸上，让靠近镜头的脸颊处于高光。显胖光使用频度不高，因为它会让面部看上去比较平并削弱面部轮廓特征，它可以用来让过瘦或过长的脸看上去饱满一些。



左图是应用显胖光拍摄的实例，你可以看到靠近镜头这一侧的脸颊处于高光。Anthony Cave摄



上图是显瘦光的例子，主光投射在远离镜头一侧的脸部。Tim Kelly摄



上图是时尚布光的例子，主光直接投射在被摄者脸部。Anthony Cave摄

显瘦光让主光照在远离镜头那一侧的脸上，让靠近镜头一侧的脸颊处于暗部。显瘦光强调了脸部轮廓并且能够用来修正圆脸或大脸盘。如果使用的主光比较微弱，它能营造动感的布光、突出的高光以及浓重的阴影。

时尚布光是传统布光发展而来的，主光非常柔和地向前照射在被摄者面部。时尚布光无需考虑模特脸部阴影的缺失，因为这些都可以通过化妆来弥补。



## 人像长度

在人像中涉及的身体部位越多，遇到的摆姿困难就会越多。当你选择四分之三或全身像拍摄时，你需要统筹考虑胳膊、腿、手和身体其他部位的整体形象，以及最重要的面部表情。

**头带肩人像。**头带肩人像经常只展示头部和肩部，但是也经常包括手臂和上身，这取决于摄影师的个人偏好。这类人像的特点就是面部占主要位置，所以面部表情，头部以及肩部的摆姿表现非常重要。

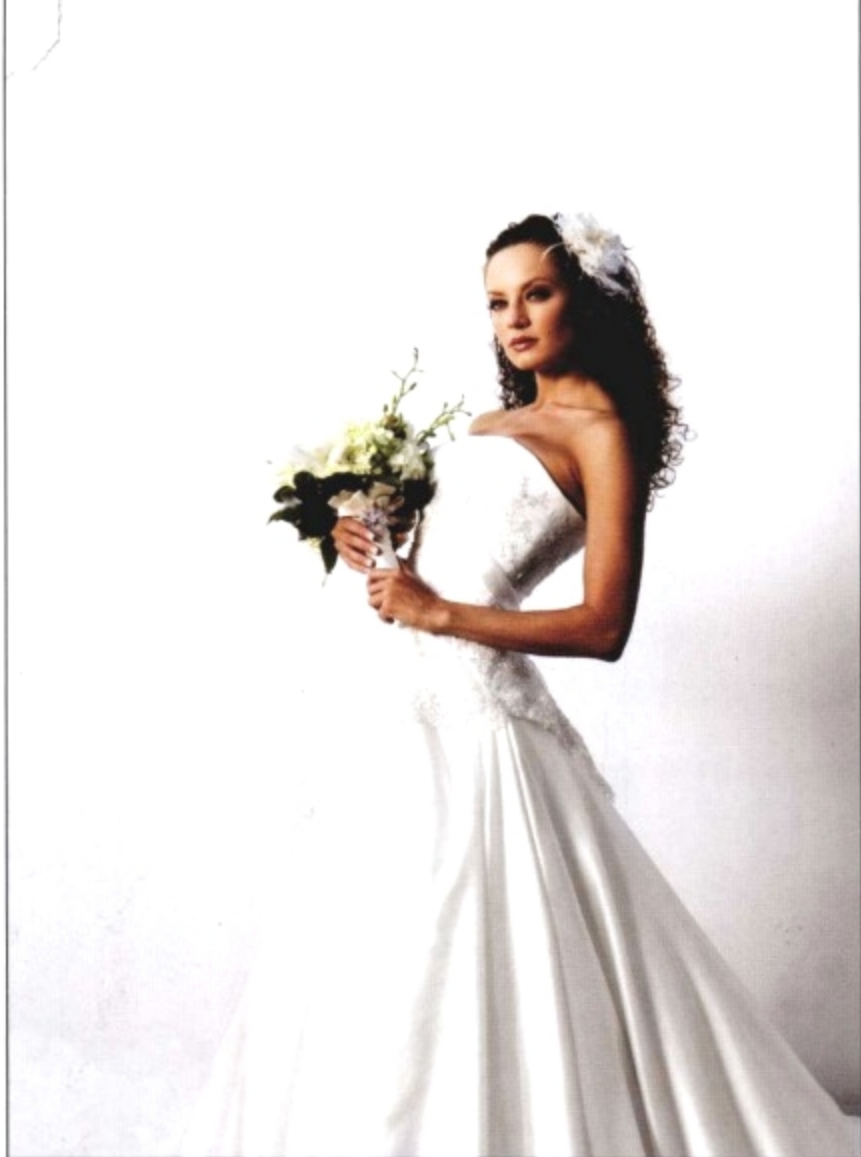
---

在人像拍摄中涉及的身体部位越多，遇到的摆姿困难就会越多。



Tim Schooler 设计的这种摆姿属于混搭风格。让女学生的脸部接近弯曲的膝盖，使这幅头带肩作品也包含了身体较低的部位





在这幅四分之三人像中，画面下框落在模特小腿肚儿的位置。Nick Adams摄



全身像凸显出人体动感的线条。在这幅作品中，Jim Garner 捕捉到了完美的新娘全身像，注意她背部的弧线以及婚纱柔和的线条

**四分之三人像。**四分之三长度的人像表现主体从头部一直到腰部以下部位——一般到小腿肚儿或者大腿中部。在拍摄过程中不要让画面的边框落在关节处（比如肘部、膝盖部或者脚踝部），否则会给欣赏者一种不安的心理感觉。

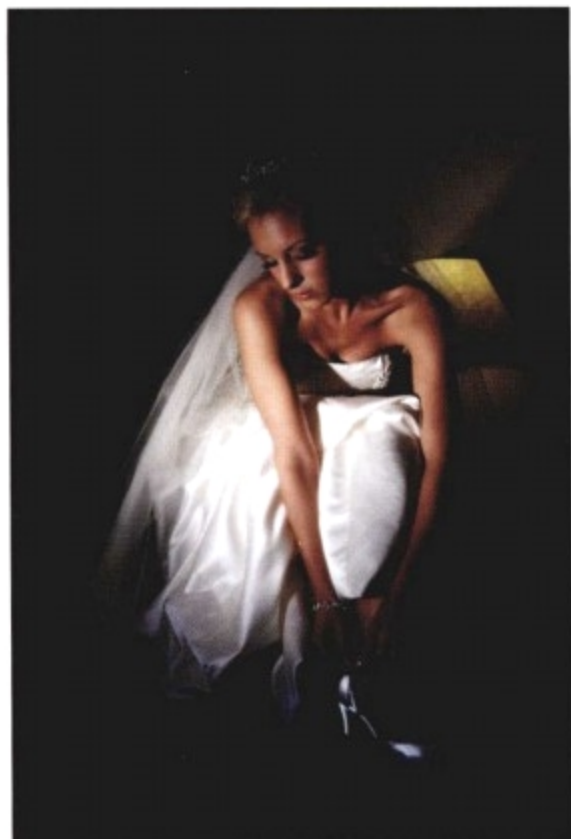
**全身像。**全身像表现从头到脚的整体形象——通常也会包含一些背景或环境。全身像包括坐姿和站姿，但是记得让被摄者与镜头保持一定的角度，形成三角形构图（本章后面会有详细描述）是非常重要的。应该避免正面拍照，因为这样会增加人体的块头和重量感而削弱摆姿中的动感线条。动感的线条——斜线、三角形以及其他的不对称的图形——会在画面中形成视觉中心点，它应该是任何全身摆姿中致力追求的元素。

## 手臂的摆姿

**与身体保持距离。**主体不应该将双手垂于两侧或松散地晃着。在人体和胳膊之间保持适当的距离让腰部看起来更为苗条。如果胳膊和人体贴得太近，就会使腰看上去很粗。让胳膊和身体保持距离也是为了让上臂看起来不那么单调和松弛无力。

**三角形构图。**另外，让手臂离开人体能够形成三角形构图，引导欣赏者的注意力到主体的脸部。三角形是所有照片中最令人愉悦的动感构图形式，它能营造画面方向感和视觉动感。





在这幅人像中，Michael O' Neill 让新娘身子向前倚，将她苗条但强健的手臂作为构图的一部分。这样的摆姿对于体格健壮的新娘尤其适合

在摆姿的过程中，构造三角形和挖掘潜藏的三角形是一名优秀人像摄影师应有的最基本的技能。

形成三角形构图最常见的方法是让主体弯曲他们的手腕，使胳膊和身体分开。在站姿人像中，你可以让男士把手放在裤兜里以产生三角形构图；女士则把手放在臀部或者大腿附近。

在坐姿人像中，被摄者要把手移向腰部，这样手臂会轻微向前突出。另一种方法是让手臂扶在旁边的桌子上，手臂向外伸出而形成斜线以及三角形构图，这对好的造型而言非常关键。作为摆设的桌子通常是黑色的，在最终的人像照片中几乎是看不到的，在进行画面裁切时也可以将它裁掉。

## 手部摆姿

手是极具个性表现的部位，就像嘴和眼睛一样。在人像中手的摆姿比较困难，因为它们比头部离镜头更近，所以看起来会显得更大。如果要表达手部的正常视角，建议使用变形效果不明显的长焦镜头。

手牵手是Frank Frost拍摄这幅人像作品的基本构图。左少女的左臂为画面增添了一个像书挡一样的图形元素，即暗示观者她在这个小组右侧最后一位，同时也形成了画面的三角形构图





尽管使用长焦镜头同时聚焦手部和脸部是比较困难的，但是手臂和脸部的大小比例关系会看起来更正常。如果眼睛或脸部线条柔和，手部稍微模糊一些也没关系。

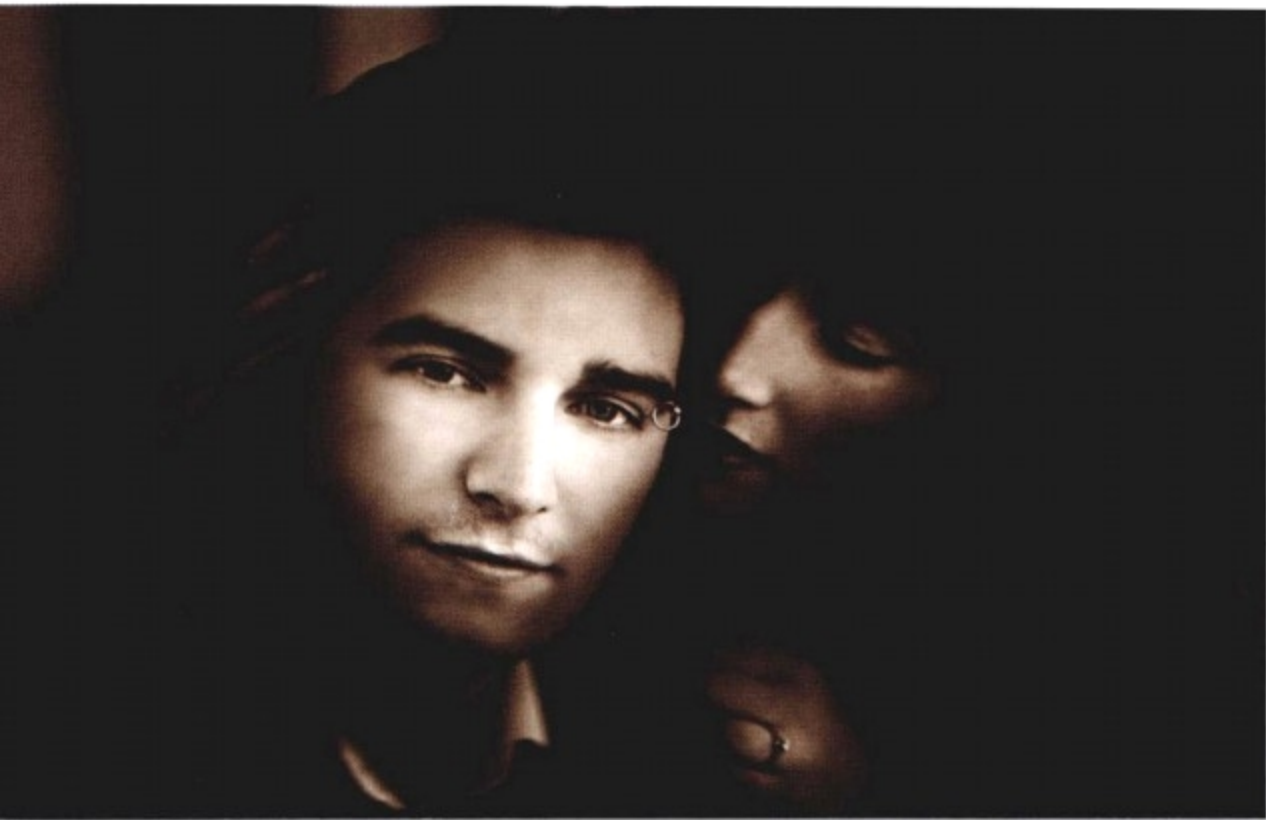
一个基本的原则是不要直接用镜头对准主体的手部，这样会扭曲手部的大小和形状，手应该和镜头形成一定的角度。另一个原则是尽量拍摄手掌的边缘，这将使手部的线条看起来自然、流畅，消除在手的手部或正面拍摄时可能产生的扭曲现象。

你应该尝试让主体轻微地弯曲手腕，这样前臂与手腕的线条就会更平缓。同样你应该尝试拍摄手指时让它们彼此稍微分开，让手指的线条看起来更加清晰。当手指握在一起时，手看起来像是一个二维的团状物。



上图——当拍摄手部时，尝试让手指张开——就像Anthony Cana做得一样。同样要注意，模特只是轻轻地握住胳膊，这样不会让人看起来她在使劲抓自己的胳膊或者感觉她很冷

左上图——让你的男性主体把手放进裤兜里可以在画面中营造明显的三角形构图。用拇指搭住裤兜是一个不错的主意，双手完全放进口袋只露出袖子效果也不错。Sal Cincotta摄



左下图—— Tero Sade创作了这幅浪漫而又轮廓分明的人像。特别之处就是Tero对女性的摆姿上。注意女性的右手手指是互相分开的，手指的线条看起来更加清晰。当手指握在一起时，手看起来像是一个二维的团状物。左手的摆姿为了展示订婚戒指



优美的手部摆姿是Tero Sade塑造完美形象的关键，演绎乐器时自然的手势让摆姿看上去更真实，对手掌边缘的表现使手部的线条看起来很优美



让男性主体双臂交叉抱在胸前也是一个强有力的摆姿。

**男士与女士手部摆姿。**根据常识,女人的手是优雅的,男人的手是有力的。

当拍摄男性主体握紧的手时，建议让他手握一些像钢笔笔帽的小道具，这样既能显示手的造型和尺寸，又不会让拳头看上去握得太紧。让男性主体双臂交叉抱在胸前也是一个强有力的摆姿。稍微地转动手部让手部线条比单纯从上部拍摄时更凸显，在这类摆姿中，让他轻轻收紧二头肌而不要过于用力，否则就让人感觉他很冷需要保暖。别忘了引导主体环抱在一起的胳膊稍微离开身体一点距离，避免胳膊看起来单调，并稍微地张开手指。





“主体着无袖装时，挑战更多——但是我总是能够应付。” Tim Kelly 笑着说。在这幅人像中，Tim 选择了方形构图。他让女孩把胳膊摆成方形，让她的左手举到脸部，引导目光转移到她的脸部。“一般来说，这种摆姿很难出彩，但是通过叠套方形的构图效果还不错，” Tim 说

女性标准站姿是一只手放在唇边，另一只手放在身体的一侧。不要让手自然垂下，转动一下手臂让手掌的边缘朝向镜头。腕关节的弯曲也能够创造极具动感的线条。

## 坐姿

当主体摆姿的时候，凳子或椅子能使他们舒服地保持正直的摆姿。在室外，你必须找到有看头的景点——如树下草坪或者篱笆旁——这会让场景更加耐看。

坐立的主体，特别是女性，应该坐在椅子或凳子前端，凳子或椅子要和镜头成一定角度。

一旦坐定了，主体的重心应该向前移；坐在椅子的边缘要比正坐在椅子上要看起来舒服。你还会发现这种摆姿更好看一些，身体的重量不能全压在大腿部，这会让拍摄对象看上去比实际偏重。主体的重心应该转移到远离镜头的腿上，这样就让腿部显得轻盈。主体上身坐直腰部稍微向前挺。

当主体坐着的时候，交叉一下双腿是必要的。压在上面的腿要和镜头形成一定的角度，不要正对着镜头。针对坐着的女性，最好把靠近镜头的腿肚子隐藏在后面的腿下，这样可以让小腿肚子显得细一些，而远离镜头的腿也不会显得过细。如果有可能的话，在腿和椅子之间留出些空间，这样可以使大腿和小腿肚子看起来更苗条。这就是女性自然摆姿的方式。





Tim Kelly的这幅人像中，主体的身体朝向主光，但是头却保持正直。摄影教材反复强调头部倾斜，无论被摄者是男性还是女性，“在实际拍摄中如果你选择使用这些准则确实管用，但是除此之外还有更高的准则。我发现倾斜的身体是常用的技巧，任何人如果能保持头部竖直，能够把身体转向在你所需要的任何方向上，这也是我打破常规的必备利器。”

端坐在椅子上的小姑娘美极了。鲜花不仅是道具而且是自然摆姿的辅助，给予了小女孩双手以某种亲切感，让小姑娘知道该怎么摆放她的双手。Deanna Urs摄

当男性坐着的时候，检查一下他的着装是非常必要的。如果他穿着一件夹克或者西装，衣服扣子要解开，避免坐下时看起来太紧。不要让他把外套坐在身下，把它拽到前面来。一些衣服，特别是非正式的衣服，应该看起来舒服合身，不能在坐下后被拉长或拽开。衬衫袖口可以稍微从夹克中露出来。





## 第2章 脸部

### 脸部分析

专业的人像摄影师会用简单的方法分析人物的脸部。在平光下，从正脸开始，逐渐向右移动从不同角度观察脸部特征。接着从左侧重复上述过程。



如果你在与别人交谈的时候不动声色地进行上述分析，被摄者就不会感觉到被观察。在你的分析中，应该确定下面这些事情。

1. 被摄者的最佳拍摄角度。通常最好的视角是在八分之七或者四分之三的面部视角，与之相反的是正面或者侧面视角。

2. 双眼尺寸的差异。大多数人的眼睛不是完全一样大小的。然而，通过使用推敲摆姿，可以使它们看起来一样大小。

3. 当你从一边移到另一边观测时，注意脸部形状和特征的变化。变化角度时，注意观察颧骨的高低变化。高颧骨或者突出的颧骨使男人和女人更上相。

4. 当你从不同角度观察时，注意他们相貌的变化。从另外一个角度观察时，方形的下巴也许会变得柔和；圆形的脸也许看起来是椭圆形的；消瘦的脸也许看起来更健康圆润。

这幅美丽的新娘人像是从略高于头部的上方拍摄的，面纱从长对角线方向遮住新娘脸部。双眼形成的是另外一条对角线，表现出新娘的优雅美。Michael O'Neill摄





这对双胞胎看起来非常严肃，但是他们的眼睛明显地显露出喜悦并且包含了场景的每一个方面。Mark Nixon摄

5. **被摄者的最佳表情。**你可以选择笑、微笑，或者不笑，这取决于最适合被摄者的面容和人像的用途（一个房地产代理商的职业肖像和闺房中的个人写真的表情是不同的）。

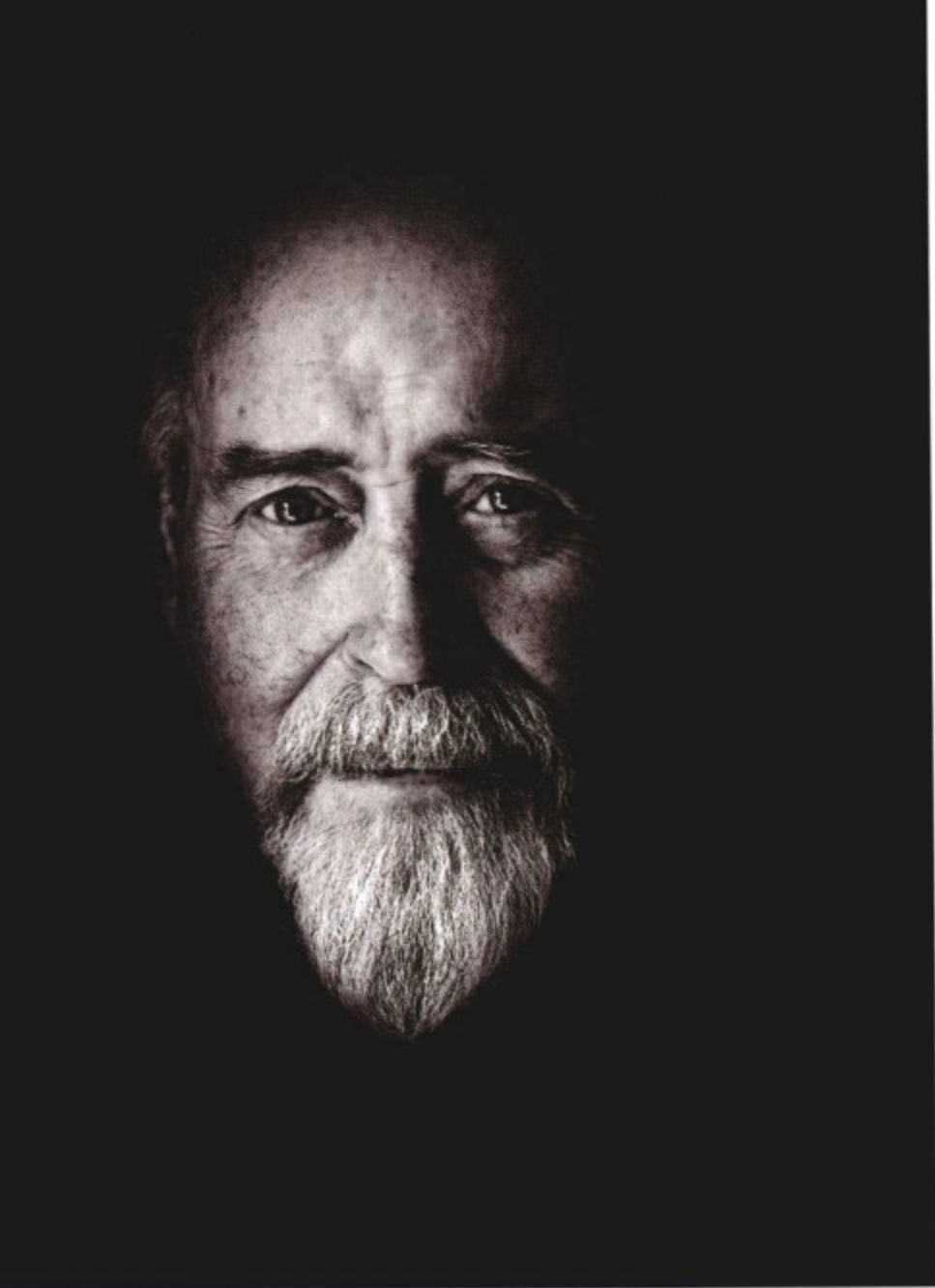
## 眼睛

眼睛是人的脸部最有表达力的部位。被摄者厌倦或者不舒适，你都可以从他们的眼中很明显地看到。让被摄者的眼睛看起来是有生机的很重要，你肯定不想他们

呆若木鸡。尽量让眼睛在构图和摆姿中处于显著地位，这会让他们更具吸引力。通常，被摄者头部有微小的斜度将会使眼睛更明显。

**明眸善睐。**使被摄者眼睛保持看起来积极和活泼最好的方法是与他一直对话。当你与他对话时，要引发和试图找到双方共同的兴趣点。每个人都喜欢涉及自己的谈话，因此可以询问每一个被摄者的喜好、厌恶、爱好、家庭和宠物等。如果你说话时，对象并不看你，说明他们感到不舒服或者害羞。





Mark Nixon创作的这幅精彩的人像作品中，男士三角形的胡须与其他三角形构图元素和谐贯穿整幅人像。你可以看到灯光下男人的脸部、衬衣的衣领和V字领羊毛衫都是三角形的

无论哪种情况，你得想办法使他们放松或者让他们对你产生信任。尝试变化不同的谈话主题直到你发现他们感兴趣的那个，并继续谈论下去。当你抓住被摄者的兴趣点后，你就成功地将他们的思维从拍摄中转移了。保持被摄者眼睛充满活力最好的方法是给他们讲述有趣的故事，如果他们喜欢听这个故事，眼睛里会流露出微笑的神情——这种表情是非常难能可贵的。

**目光投向。**在大多数优雅的摆姿中经常被忽略的原则是：被摄者的目光应该顺着鼻子指向的线条望去。

摄影师光顾着在图像中加入动态线条常常忽略这个原则——事实上无论拍摄不对称还是对称人像，这都是一个有用的技法。

人物的注视方向同样非常重要。让被摄者从注视你开始拍摄，用电缆或者安装在照相机三脚架上的无线遥控可以帮助你控制场面，允许你借助肢体语言吸引被摄者的注意力。拍摄一些人们直面镜头的照片是一个好的开始，但是大多数人欣赏有变化的照片，而且长时间盯着机器缺少人与人之间的交流，也会使被摄者感到厌倦。许多摄影者不想离取景器太远，他们会在曝光瞬间从相机上探头出来调动被摄者情绪。

关于眼睛，Monte Zucker 经常说：“当通过镜头观察时，检查被摄者的眼睛是否完全睁开。我拍照时，常常让他们看着镜头上面，但最终照片中看起来他们是盯着镜头的。你可以透过镜头告诉他们要看向哪里。”

**瞳孔与虹膜。**眼睛的彩色区域——虹膜应该与眼睑相连。换句话说，不应该让虹膜与眼睑之间留有太多的眼白，可以让被摄者降低或者抬高视线来调整眼白的面积。

瞳孔的尺寸也是重要的。如果在亮光下工作，瞳孔是缩小的，这时被摄者的眼睑看起来像“念珠眼”。为了改善这种状况，让被摄者在曝光之前闭上一会儿眼睛。这样可以使瞳孔恢复正常尺寸。如果在昏暗的灯光下工作，瞳孔将会变大，这时被摄者看起来显得茫然。在这种情况下，让被摄者看看附近有光亮的地方可以使瞳孔缩小。

**眨眼。**有些人紧张时会连续眨眼，有时他们越想控制不眨眼反而会让情况变得更糟。



通过音乐、幽默或者轻松的对话让被摄者放松，在他们每次眨眼之后再拍摄。

**斜视。**有关眼睛的另一个问题是人们常常在笑的时候斜视而又无法控制，斜视总是和微笑相伴。一个有效的矫正方式是选择不笑或者不要笑得太开。

**眼镜。**有些人不戴眼镜会感到不舒适，但是戴着眼镜拍出的照片常常像在瞪着眼睛，最有效避免这种问题的方法是让他从验光师那里借一副眼镜框来戴。

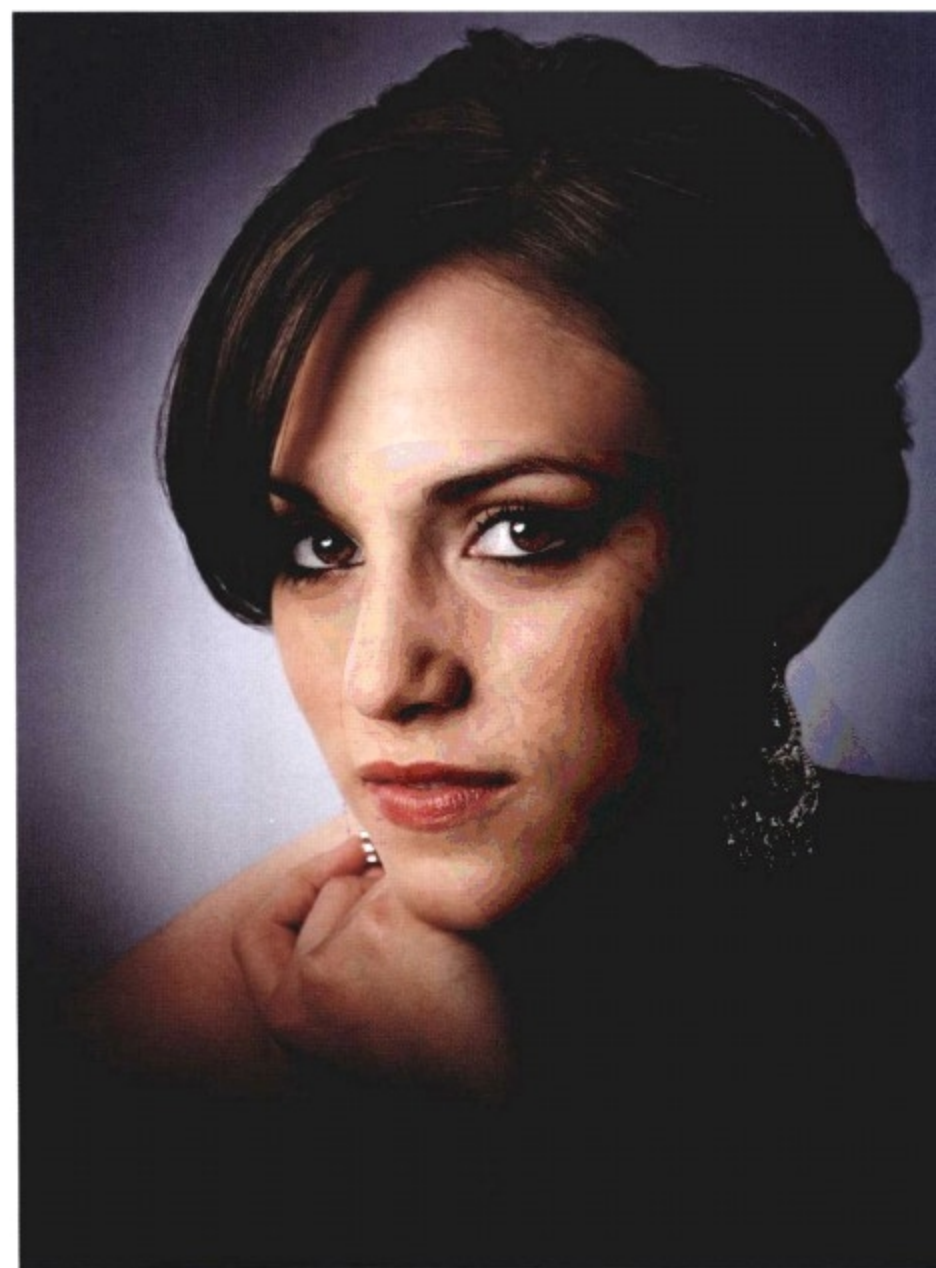
如果手头没有眼镜框，那就得用传统的老办法来应对了。仔细调节灯光朝向，尝试让被摄者把眼镜稍稍往下拨到鼻翼。另外一种方法是让被摄者转向主光，并且稍微向前倾斜眼镜。这两种方法都有助于使反射降到最低。

当被摄者戴着厚镜片时，眼部比脸部其他部分暗是再常见不过的，这是因为玻璃的厚度减少了进入到眼睛的光线强度。当出现这种情况时，可以在后期处理时调亮眼镜区域以减少眼部与脸部其他部分的亮度差。

如果被摄者戴墨镜或者使用其他任何会对灯光有反应的镜片，让他们先别戴，等你完全做好了拍摄的准备，再让他们拿出眼镜来。这样可以防止闪光点让镜片变暗。如果这类镜片对光线实在太敏感，还是建议被摄者不要戴为好。



右上图——眼睛的虹膜应该与眼睑相连，在虹膜上面或者下面有太多的眼白不好。这幅奥运会拳击教练Aonny Duncan的人像中，主人公的双眼炯炯有神，完全没有要眨眼的感觉。Greg Phelps摄



右图——正如Monte Zucker所言，“当通过镜头观察时，检查被摄者的眼睛是否完全睁开。” Greg Phelps的作品不仅展现了完全睁开的双眼，而且对瞳孔放大和缩小的处理也与这种有意味而又迷人的摆姿相得益彰



**大小眼。**大多数人一只眼睛比另外一只小。这是你首先应该注意到的事情，如果你想让两只眼睛看起来一样大，可以让被摄者摆姿与镜头呈八分之七或者四分之三视角，也可以让他们坐下让小眼靠近镜头。距离镜头越远看起来越小，距离近看起来更大，通过调整摆姿可以让两只眼睛看起来同样大。

## 嘴巴

通常来说，拍摄一组有变化的人像是个好主意，有些是微笑的，有些是严肃的（至少是不笑的）。人们会非常在意他们的牙齿和嘴，如果你看到被摄者露出迷人的微笑时，不妨多拍几张。

**自然微笑。**激发自然微笑最好的方法是赞美被摄者，饱含激情地告诉被摄者他们看起来棒极了。

Tim Schooler拍青少年被摄者很有一套。请注意画面中被摄者的脸部和嘴是完全放松的，嘴角有一种似笑非笑的感觉，既自然又非常迷人。大部分年轻女孩都担心她们看起来不够美丽，Tim对她们大加赞赏并且给予细心的引导以确保拍摄成功





如果只说“笑一笑!”那拍出的效果和让人喊“茄子”没什么区别。通过真诚地沟通和恰如其分地赞美,你完全可以获得被摄者自然真诚的微笑,他们的双眸也会变得专注而生动。

**湿润的嘴唇。**提醒被摄者定时湿润他们的嘴唇。这将使他们在照片里看起来是健康的,尽管湿润会在嘴唇上产生微小的反射强光。

**紧绷。**人们的嘴唇与眼睛一样会受情绪影响。确保他们的嘴唇周围的肌肉处于放松状态;紧张的唇部会使人像显得做作。轻松的氛围是释放紧张最好的方法,与被摄者交谈让他们放松心情。

**唇隙。**有些人在放松的时候双唇之间有着自然的距离。他们的嘴既不闭合也不张开,而是处于两者之间的状态。如果你观察到这种状况,请用友好的而非批评的方式让他们知道,也可以有礼貌地说“请把嘴合上,谢谢”。平时这一细节不会引起人们的注意,但在定格的照片中看到被摄者唇隙间露出的牙齿效果就太糟了。女性主体常常轻启双唇营造性感的表情,在这种放松的状态,会使嘴唇看起来丰满而性感。

**笑纹。**问题也会偶尔出现在面颊上,当笑起来的时候,鼻翼两侧会起褶儿,有些人称做皱纹或者笑纹,拍照时一笑就会使它们的深度增加而显得不那么自然。因此你应该注意脸部这一区域。如果有必要,可增加主光亮度来避免这个部位的皱纹产生阴影;另外也可以拉近主灯和被摄者的距离。如果笑纹非常严重,就尽量避免让被摄者笑得太开。

**鼻子。**鼻子的外形和大小可以在拍照时得到修正。在侧面照中应避免把鼻子拍得又大又长这是显而易见的事情。不过,长鼻子可以通过从下面拍摄来缩短(或者让被摄者轻抬下巴)。相反地,短鼻子可以采用高的拍摄



年轻女子丰满而微张的嘴唇是如此性感以至于摄影师决定把它作为这种新娘人像的焦点。Yervant摄影

角度来拉长(或者让被摄者轻垂下巴)。

如果被摄者是鹰钩鼻,可用四分之三视角来拍摄,这样弯曲部分就不会那么明显了。





另外一个修正特殊鼻形的拍摄技巧是使用透视效果不明显的长焦镜头并且在鼻尖指向相机的瞬间完成拍摄，这能够减少鼻子在视觉上的突兀感。

## 下巴的高度

下巴太高会让人看起来很傲慢，下巴太低看起来会显得怯懦或者缺少自信。

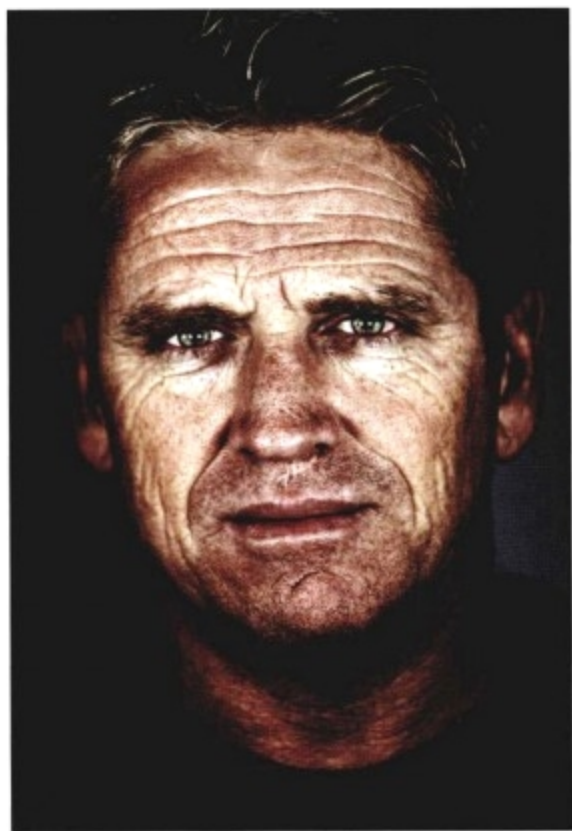
左图——目光直视和炫耀式的摆姿烘托出被摄者超凡的魅力，这也是你在拍摄人像作品时要追寻的感觉！

Mark Nixon摄

下图——这幅有趣的照片中一列火车正在驶出车站，Jerry Ghionis使用低速快门拍摄下了被摄者流露自大神情的瞬间，请注意抬高的下巴是如何进一步烘托这种态度的







Tero Sade抓拍了著名的偶像人物澳大利亚摄影师Tony Hewitt的脸庞，并且对所有时间在他脸上刻下的皱纹和痕迹做了自然的渲染，这些特征在灯光下更加明显。Tony目不斜视的眼神交汇与自然的神情传递着他真诚坦荡的个性

除了暗示被摄者的个性之外，如果下巴太高，还会使脖子看起来被延伸和拉长。与此相反的是，下巴太低，也许看起来会有双下巴或者完全看不到脖子。如果遇到这种情况，请通过摆姿纠正被摄者下巴的高度，直到找到一个合适的高度。可以问一下被摄者是否感到舒适放松，这可以提醒他们摆出更自然的姿势。

## 表情

人像摄影成功的要素是被摄者的表情。除了捕捉到自然的微笑，总体考虑表情在画面中的效果也很重要，它并不是单纯的面部特征而是揭露人性的线索，高水平的人像作品能够表达个性、品德甚至思维。人像摄影之所以能够吸引各个年龄段的人是因为它借助凝固的画面定格人物内心世界，这是人像摄影作为一种艺术形式存在的真谛。

**微笑或严肃。**有经验的摄影师知道微笑是最能够讨人喜欢的表情，但是很多人笑起来并不上相。在这种情况下，需要让他们表现出沉思、严肃的表情或者不要让他们笑得太开——看起来像被强迫似的，年纪大一些的人比较偏爱拍摄严肃的表情。

比起大笑，大多数摄影者更希望在照片中看到自己微笑的表情，并认同表情能够产生愉悦的心情，因为微笑时脸部表情是放松并讨人喜欢的。还需要提防“假笑”，当被摄者认为你想看到他，他们就会刻意去笑，真心的微笑与做作假笑是完全不同的，微笑使整个面部自然放松，假笑只会让嘴周围肌肉上提而使面部僵硬。

总之摄影师要尽量鼓励人们展现真实的自己，尽量拍摄不同的表情，因为大多数人都不喜欢一成不变的面部表情。

**如何逗乐。**想要被摄者表现出你希望的表情就要获得他们的信任并帮助他们放松心情。

### ■ 迷人的微笑

迷人的微笑要被摄者露出上排的牙齿，不然就会看上去很假。一些摄影师会说：“让你的眼睛笑起来。”这么做是为了让被摄者放松心情从而展现最自然的表情。



如果你在拍摄前对被摄者做过咨询（有关这方面内容会在下一章详述），那么就可以避免初次见面就拍摄的尴尬，也会让被摄者放松心情。

知名人像摄影师 Bill MacIntosh 通过与被摄者愉快地对话建立和谐的拍摄节奏，与他们进行互动式平等交流。Bill 说：“拍摄时，可以通过声音和肢体语言将被摄者带入到一种轻微被催眠的状态，不动神色地拍摄，尽最大的努力让他们的思维不拘泥于被拍摄的场景。”



知名肖像摄影师Bill MacIntosh通过与被摄者愉快地对话建立和谐的拍摄节奏。

对于成年人，和蔼、平静的表情通常比咧嘴大笑看起来更好。在这幅由Kevin Jairaj拍摄的人像中，恬静的年轻女子看起来幸福而美丽



## 第3章 如何与客户沟通

关于如何创作讨巧的摆姿和兴奋的表情沟通通常在拍摄活动之前就开始了，并一直持续到拍摄完成。随着被摄者逐渐习惯了你的工作步调，要不断尝试突出他们优点的拍摄方式，努力使他们在镜头前表现得更加放松，这有助于你拍出最有可能展现他们魅力的姿势和表情。

### 拍摄前咨询

当计划拍摄家庭照或者团体照时，事前的商讨是必不可少的。根据人像类型的不同（日常或者正式），要确定服装风格和拍摄地点，确保与每个人都达成共识。Drake Busath摄

拍摄前的咨询为良好交流奠定基础，简短的会面会非常有助于摄影师与被摄者达成共识，还有助于了解客户对拍摄风格及拍摄预算的想法，你可以借此为他们介绍拍摄费用和洗印成本以确保拍摄完成后不会因为费用问题引起纠纷。



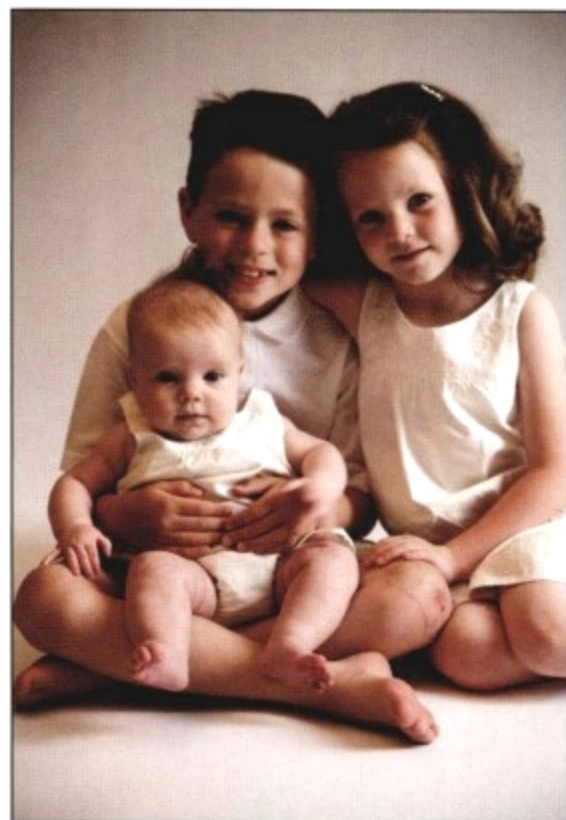


## 客户心理

下面是一些增进交流和提高摄影质量的小贴士。

- 避免长时间的沉默，即使你在技术细节上需要集中注意力。
- 消除顾客可能担心的任何疑虑。
- 请助理设定必要的摄影参数并根据拍摄场景准备灯光和背景，可以为摄影师和顾客争取更多的交流机会。
- 对被摄者的外表和衣着给予肯定和赞许。
- 快速工作，不断提出新鲜而富有想象力的摆姿建议。
- 认真听取被摄者提出的建议。

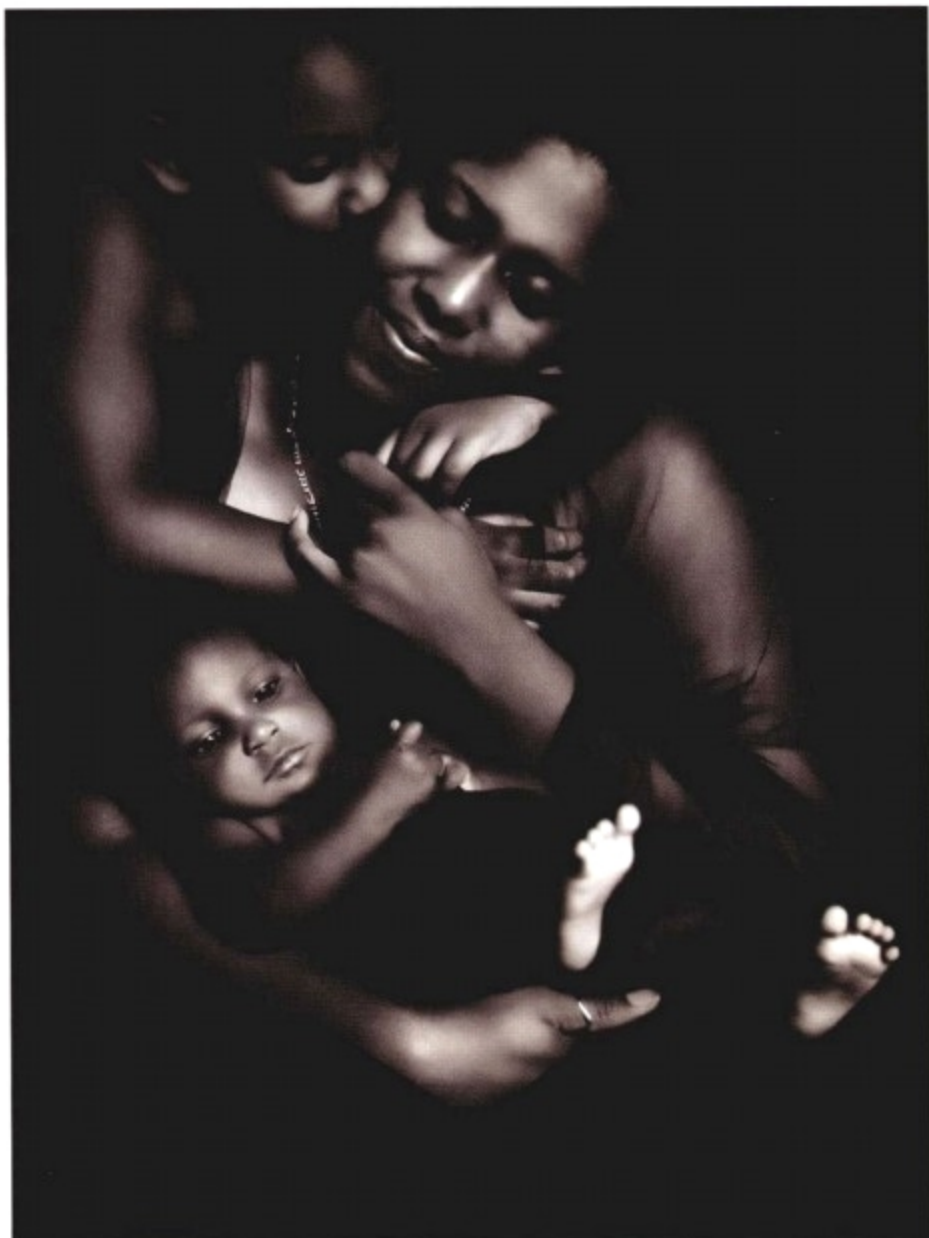
Jim Garner的这幅作品中，小女孩的摆姿极具动感，刚从金属雕塑后面突然跳出来的瞬间让她看起来像飘浮在空中一样



Jim Garner和每个年龄段的被摄者都能相处得很好。他成功地捕捉到了三个兄妹间的彼此关爱的摆姿——不单单如此，他还逗他们露出了愉快的表情







一幅表现出灵性和爱的照片，Jennifer George拍摄的家庭照以情动人

- 多微笑让被摄者感到你很享受拍摄过程，特别是在你进行一次成功的拍摄之后。大多数人会对诚恳的微笑做出友好的回应。

## 赞美客户

太多奉承会让人感到虚伪，过少会让人觉得你冷漠甚至不友好。最好是每次拍到满意的照片时，可以说：“哇，太美了！”表达出你的激动情绪，这样可以消除绝大多数被摄者的疑虑。记住与客户的互动也是拍摄体验中重要的环境，拍摄过程中一个潜在的目标是让顾客对他们自己感到满意。



Skip Sroka是一名华盛顿室内设计师，他实践了突出每名顾客个人品味和生活方式需求的设计原理。这幅照片由Bill McIntosh在Sroka的办公室拍摄完成。注意设计师双手的摆姿给人强健而笔直的形象。McIntosh在被摄者左手边放置了两本书，使得肩膀一高一低，在被摄者左臂和身躯之间营造了一小块空白空间，打破人物躯干部位的重色调，添加了通透感

Bill McIntosh, 是来自弗吉尼亚州弗吉尼亚比奇的著名人像摄影师，他为城里的许多富人和精英拍照，对于调动被摄者情绪很有一套。

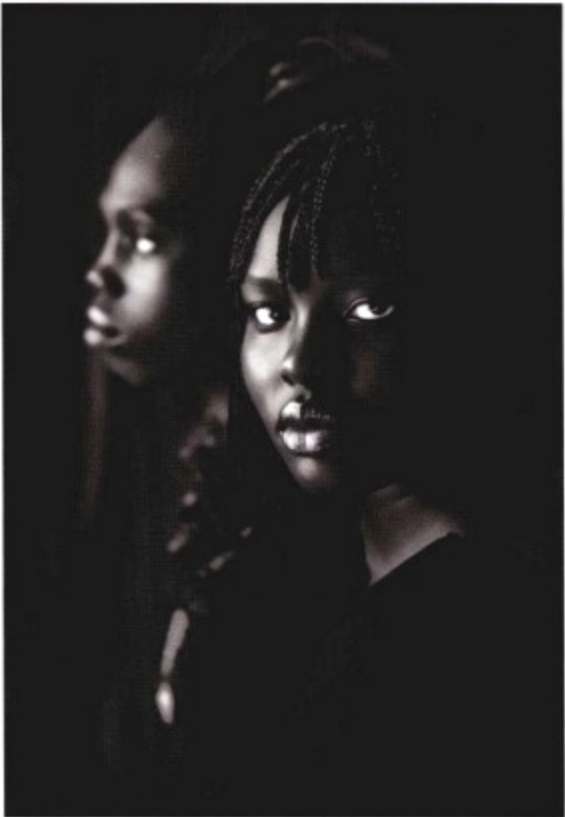


他会一口气说出一连串言过其实的恭维话，这些话疯狂而夸大以至于听起来滑稽好笑。他的顾客都很喜欢他这种放下年长南方绅士架子的无厘头幽默感，并且被他深深吸引。

## 客户满意度

如果被摄者感到不自在就很可能在照片中看起来也不舒服。普通人并不能像那些职业摆姿模特能够对面部表情收放自如。因此要试图选择一个让被摄者感到舒适的摆姿，最好是他们日常生活中常见的。

右图——画面中黑色调的运用让这幅作品脱颖而出。摄影师Jennifer George借助强光照射在两个女孩前方为画面提供了一个深邃的场景，被摄者略带忧郁的摆姿传递出强烈的情感联系



下图——Bill和Leslie McIntosh设计了在自家农场放马的场景，让兄妹俩轻松进入一种舒适的状态。Bill和Leslie利用iPhone记录了的马嘶声，引起了马儿的注意并且使它们竖起了耳朵。注意观察白色围栏上随意但正式的手势及被摄者略带兴奋的表情





从花篮中抛向空中的花瓣已经足以助兴和活跃整个团体照，有时最简单的创意可以产生最强烈的效果。Annika Metsla摄



### Jerry Ghinonis: 快速摆姿

这样你的工作就主要集中在微调摆姿——扭动腰肢，重心放在后脚，身体与镜头保持角度，挺腰等——但记得调整后的摆姿要与被摄者气质相符。

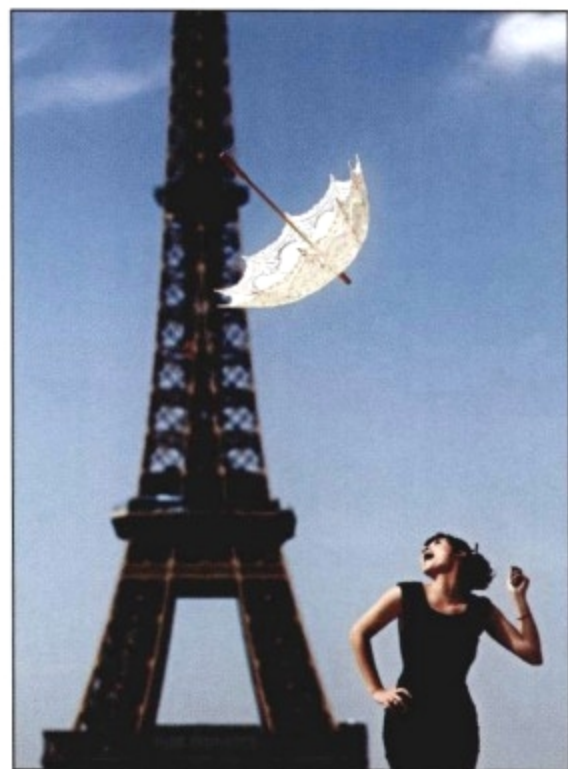
大多时候，被摄者摆出的是日常生活中处于放松状态的姿势，如手臂支撑在腿上，头由手来支撑等。在前期沟通时请注意被摄者在日常生活中如何走路、坐姿及站姿，这样可以为你设计出自然的摆姿提供一些线索。

Jerry Ghinonis 说：“当我为婚礼拍摄时，我认为让新人看上去自然与光彩耀人同样重要。我们常听客户反映照片拍得太美都不真实了——光彩照人就难免要提前摆姿，不可避免会显得做作，但抓拍就很自然。我不让客户摆姿，只给他们很短的时间完成我想要让他们自然呈现的动作。我会快速选择光源，然后是背景和前景，再催促我的客户进入场景即兴发挥，如浪漫拥抱、随意的漫步、新娘调整婚纱等。这样拍出的照片往往能真实反映被摄者的个性并能很好地调动他们的参与感。”



“我常常问自己这样是不是更好。新娘大笑是不是会更好，然后闭上双眼，让新郎站在她身后。也有人说拍出来的照片是捏造的没有内涵，我认为这不是凭空想出来的，而更像是电影中的场景，没人会在意你是怎么拍出来的，结果比过程更重要。”

Ghionis 还提出一个观点：被摄者不仅根据手指摆放的方式、迷人的布光或背景来判断照片好坏，他们更注重看到这些照片的时候感觉如何。如果你能让灯光和构图完美，主体看上去又很棒，将当时自然的瞬间完美呈现出来，那么这样的照片就是叫卖的。



上图——这是另外一幅屡获殊荣的作品。在这幅作品中Jerry Ghinonis将埃菲尔铁塔和女孩融合在一起。他在女孩开心的表情及雨伞的位置同时到位的瞬间按下快门

左图—— Jerry Ghinonis不教被摄者如何摆姿，而是“鼓励”他们。结果是自然产生的瞬间展现出了被摄者的不同个性特点





上图——澳大利亚婚纱摄影师Yervant极其擅长将他的新娘们放置在与现代婚礼截然不同的特定的场景及情绪中。他的技巧酷似电影制片人。在这幅画中，新娘被塑造成国际象棋中的皇后，而每个角色都精心布局成为棋盘上的一枚棋子



右图——在这里Yervant指导新娘和伴娘跳起芭蕾并抓住了运动中的瞬间。Yervant经常将相机交给助理，亲自给主体示范摆姿，为拍摄过程留下欢快的回忆

## 动感摆姿

运动中摆姿在最近非常流行，是一种从一连串连续的运动中定格优雅的摆姿的拍摄方式。这种摆姿对于拍摄专业模特很常见，如果用在年轻的被摄者上也能产生不错的效果，可以放些音乐调动情绪让人物看上去更具感染力。

## 示范摆姿

给主体示范你描述的摆姿是一项与主体互动非常有效的方式，它能让被摄者放松警惕。你的幽默感在给异性展示摆姿时暴露无遗，示范不同的摆姿，主体看到你摆出来了那么也会觉得动作不是那么难了。



## Tim Kelly: 场景摆姿

Tim Kelly 是美国人像摄影艺术家，他观察到当你将注意力转移到换胶卷或其他杂事中时，你可以看到你的主体处于一个完全自我的状态，这种转瞬即逝的瞬间在 Kelly 的工作室被命名为“第十三个画框”——这个瞬间常常被忽略，（出自柏林十二曝光画廊及 Hasselblad 电影杂志），而他现在格外注意拍摄休息的间隙。

对他的学生，他建议说：“在拍摄前观察你的主体。有时他们做的一些常规动作会成为极具艺术性的摆姿。

不要把主体带到场景中就教他们摆姿，而是让他们自己创作。这可以让他们更自然地表现自我。”事实上 Kelly 将他这种独特的摄影风格称为“被捕捉的瞬间”，一种类似于图片记者的抓拍方式。

这和那些从头到尾控制每个摆姿细节的人像摄影师截然不同。传统的婚纱摄影师将 90% 的传统模式套用在所有婚纱照，而婚纱记者则依靠快速镜头、胶片以及反射镜去捕捉婚礼当天的气氛。

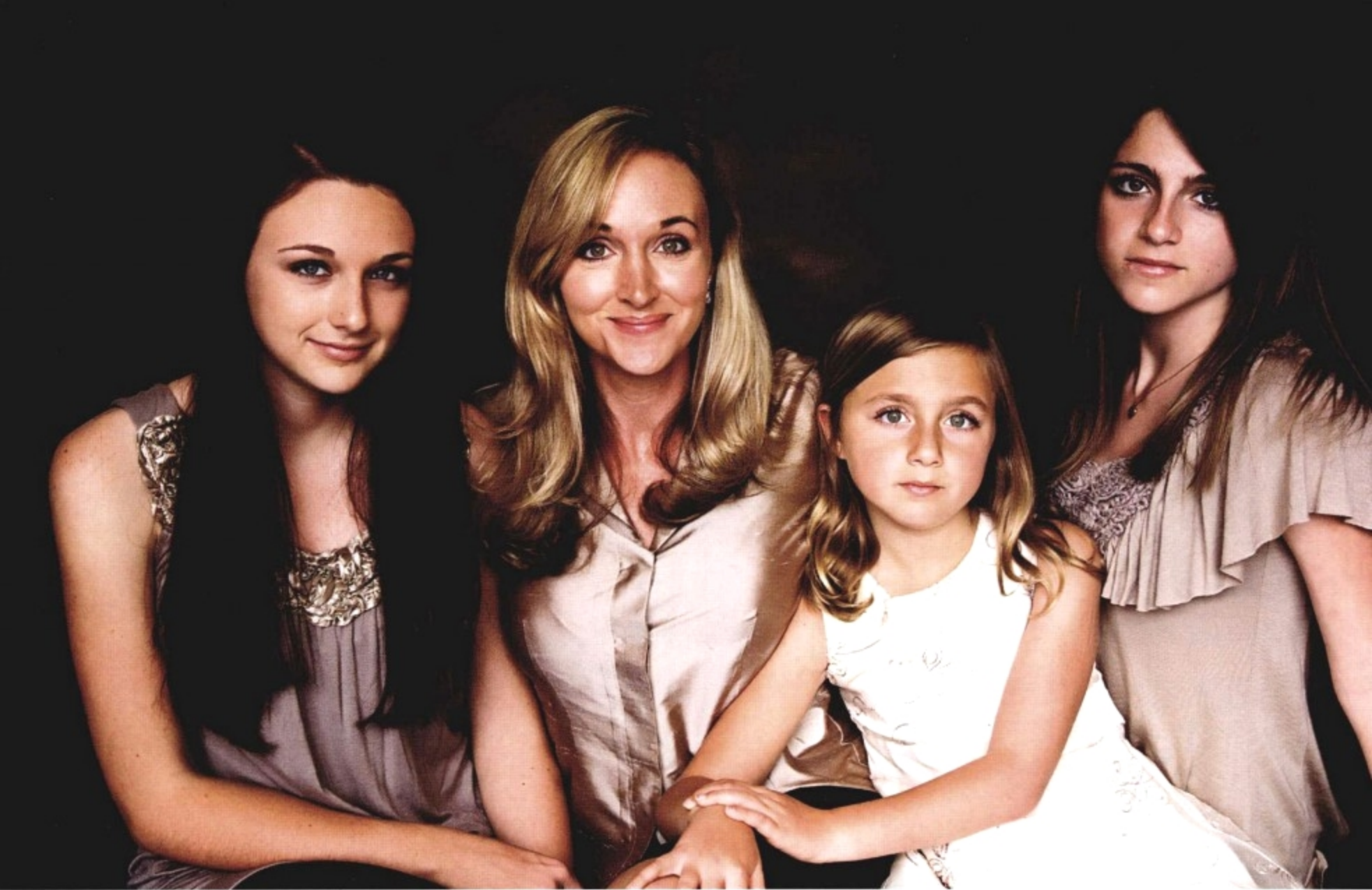


## Jennifer George: 无声鼓励

Jennifer George 因为创新及触动心灵的摆姿风格著称。她说：“与客户初次接触，我最先做的是让他们放松心情。一个率直、热情和乐观的态度对顺利拍摄非常重要。我的兴奋之情从开门瞬间便表露无遗。我告诉他们我是多么高兴他们能来，我给他们展示我之前的作品，告诉他们我们共同配合能创造出美丽的艺术作品。”

Tim Kelly 受舞者祖母的委托为她拍摄。Tim 说：“大部分这样的题材往往涉及芭蕾摆姿，舞者要着戏服，我也抓拍了很多舞动中的姿态，但是当我看到这身舞者用来中场休息的黑色外套时，我被它的简洁吸引住了。我为舞者创造了一个简单的场景。”请注意她的右手紧紧攥着舞鞋暗示它们对她有多重要，她手部的曲线被完美地展现出来，她的微笑可以从眼眸中瞥见，这幅作品曾多次获奖



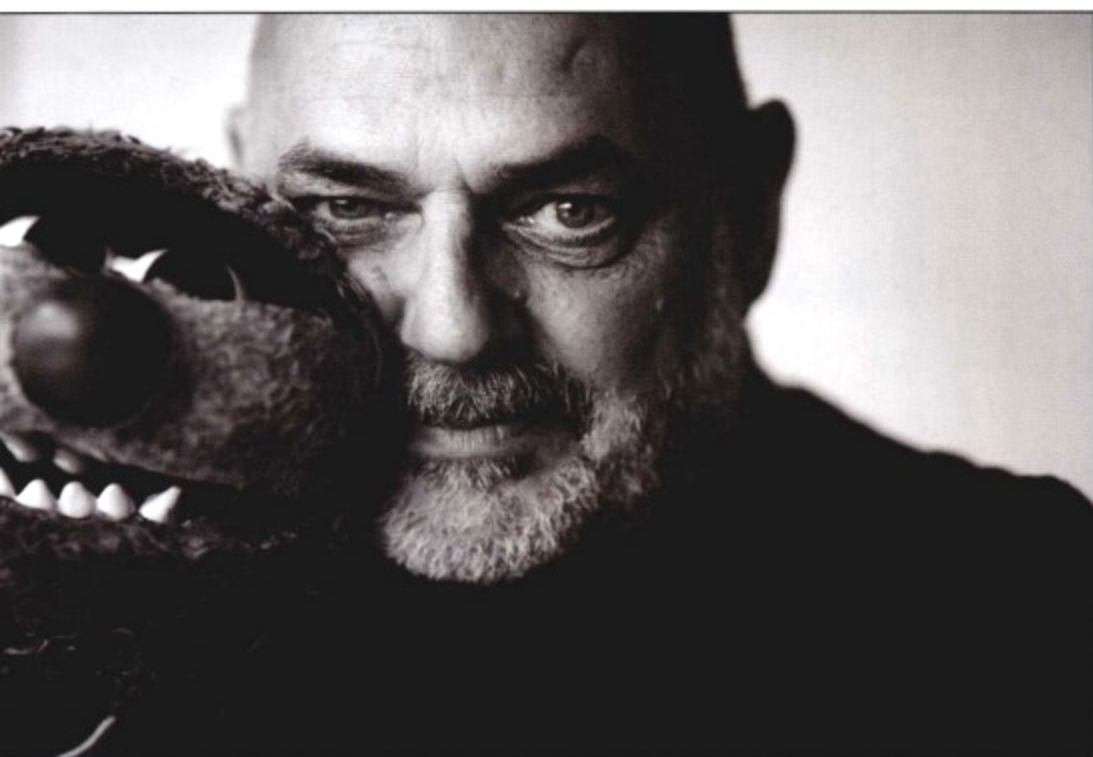


Jennifer George无声地鼓励她所希望看到的造型及态度，为被摄者示范每一个摆姿，然后从相机另一侧对摆姿进行微调

她继续说：“在拍摄前，我总是布好光，选择好落脚点，设置好相机参数。这样主体就知道如何以及往哪里移动。除此之外，最重要的元素是指导主体，并鼓励我想看到的造型及态度。我会亲自示范如何摆姿，我像模特一样摆出造型让他们模仿。一旦我走到相机后面便开始快速微调摆姿，轻声告诉他们应该怎么做。为了调动他们的情绪，我与他们分享拍摄重点及需要展现的神情。安静无声的引导帮助我激发出他们的情绪并且展现出艺术性的表情。”

她的同事说：“我看到 Jennifer 用身体语言及眼神调调主体情绪。她的声音温柔，引导被摄者向她想要表达的方向努力，直到他们找到合适的情绪并通过生动的表情和光辉的眼眸表达出这种情绪。通常人们会喜欢饱含感情的音乐作为背景在耳边轻声唱响。她从一种欢愉的情绪出发并且调动主体向最终的目标努力，为他们绘制一幅心中的思维图画，告诉他们用双眼去讲故事。”





## Marcus Bell : 慢条斯理

Marcus Bell 是澳籍摄影师，拍摄起来不紧不慢——无论是在工作室还是在婚礼上。他的亲和力及现场控制力极易与人亲近，然后让他们轻易将自己的个性释放到摄影作品中来。他善于抓住每次偶然的机会，当然他也会让主体自己决定摆姿方式。他认为：“摆姿应符合人物个性，而不是远离真我。我使用很多技巧来保证摆姿和主体个性相关，但之前要做一些准备工作来引导主体进入情境。”

Bell 在与客户沟通上很注意技巧——如在带主体去拍摄前先来一杯咖啡——努力和主体建立良好的关系。“无论在哪我都尽力让主体发挥自己最大的主观能动性。因为这种关系，我希望给予指导时让他们感觉我们是在交谈，而不是简单地我告诉他们怎么做，他们就怎么摆。这样在整个拍摄过程中，他们也会更有参与感。”

上图——Marcus Bell之所以花大量时间在前期沟通是因为他希望在真正拍摄时能够和被摄主体成为好朋友而不是客人或参观者。这里Marcus让被摄者Alasistar McLeod——一名餐厅总厨完全地放松并在他的厨房和员工面前表现出绝对的自信。这张照片来自Bell的书《Faces of Queensland》

中图——Jamie Dunn是澳大利亚喜剧演员，曾在Agro卡通频道工作。Marcus在拍摄Jamie时让他和木偶Agro在一起因为他觉得他们俩很相似。正像Marcus所说，他希望作品能够表达人的特性，事实上他已经做到了

下图——Nick 是澳大利亚布里斯班的一位知名小说家，他擅长通过日常生活表达大众幽默。你可以在这幅人像中看到，在背后繁忙的街角主体看上却完全放松并冷静。他的静止无疑是借助了Marcus的摆姿技巧。这张图片是为Bell的书《Faces of Queensland》而拍摄的

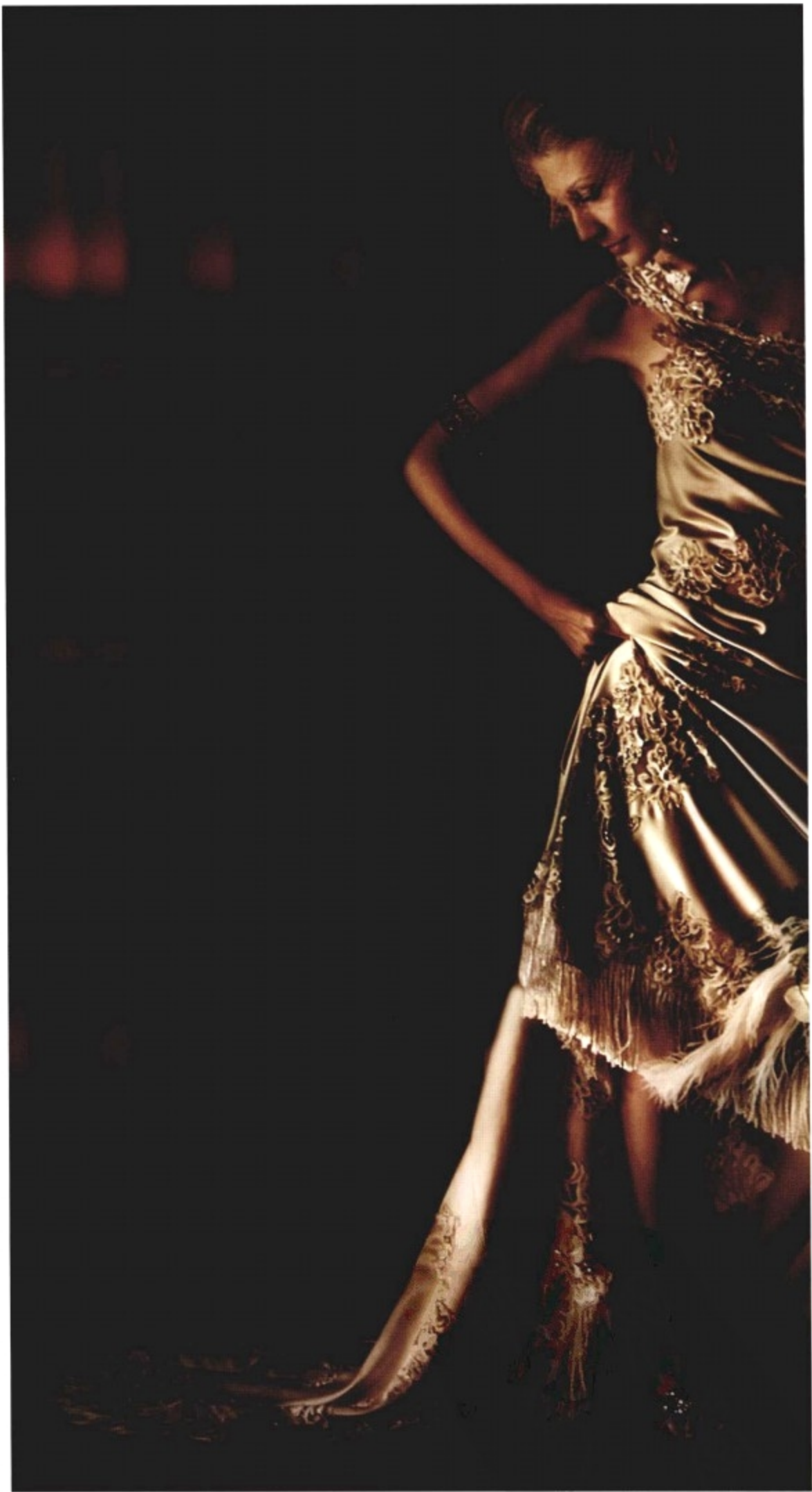


Bell 首先观察主体，在脑海构思他想看到的场景。他会让主体反复无意识的动作。如他看到新娘低头走路很有意思，然后向上看微笑的时候非常好看，他就让新娘重复低头走一回，再让她向上看一下——这些都是在她无意识的情况下做出的。他保持这样的工作方式，并且抓住每个自然流露出的机遇，这些是大作之所以是大作的关键点。

Bell 使用有大 LCD 屏的单反相机，给客户们展示目前的拍摄状况，并提供改善摆姿的方案。他常常拍摄出场景的照片给客户看，让他们知道将要融入的场景以及他希望表达的意境。按照 Marcus 的想法，这样的工作方式帮助他和客户建立了亲密感、信任感和一致性，并调动了他们的合作精神及热情。

### Martin Schembri : 摆姿清单

澳籍摄影师 Martin Schembri 在拍摄人像时要浏览一下他的摆姿列表，这样能保证摆姿不会不着调。他认为正确的摆姿是拍摄中最难把握的事情，无论你的布光或技巧多正确，如果你的摆姿不舒服或者不自然，那一切都是徒劳。



Martin Schembri拍摄了这幅美丽的女士然后裁剪了画面，让画面整体呈暗调。被摄者的摆姿形成了三角形构图，让你的目光集中到她的脸部，提高的礼服露出精致鞋子和小腿的曲线





Martin Schembri用高光对比拍摄下这对夫妇面容上的风霜，正是这些有意思的特征让这幅人像变得很有吸引力。他打破了自己一直以来严谨的摆姿态度，让二人照自己的意思来摆姿以凸显他们的个性

人像摆姿有多种方式，有正式的、放松的、运动的或时尚的，无论你的主体选择哪类风格，基础性的摆姿不能或缺。”

Martin Schembri 从不让他的主体肩部正对镜头，而是让它们和镜头呈 30° 角左右。这样能够创造动感，对于坐姿拍摄尤其适用。避免让双肩正对镜头，之后再将面部调整到朝向镜头的角度。

无论什么样的脸型，请确保相机的高度与主体的双眼相平。为避免鼻子的变形，Martin 建议将相机高度降

低到鼻子处，让坐着的主体扭动脸部直到鼻尖指向镜头的中部，这样可以避免侧影或者让鼻子看上去挤在面部的感觉。通过使用这个技巧，能够有效遮掩鼻子尺寸或形状的变形。

接下来重要的是手部，手是营造气氛最重要的部位。让主体的手靠近身体并呈自然状。如果要拍摄正式的人像，请让你的主体想象手中攥着笔帽将手搭在腰间。旋转手部，让拇指朝向身体，永远不要让手或者膝盖直指向镜头。



## 第4章 矫正特型的摆姿技巧

请注意人们的自我认知与别人眼中的自己截然不同。

本章详细介绍如何通过摆姿让主体看上去更完美。请注意人们的自我认知与别人眼中的自己截然不同。潜意识里，他们认为自己的鼻梁挺拔、头发浓密……简而言之，人们倾向于认为自己很美。好的摄影师知道人们存在这种潜在的心理暗示，不会上来就揭穿这种自我蒙蔽的心理假象，而是通过客观分析脸部和身体摆姿以及布光技巧，逐步引导主体改善摆姿以矫正身体夸张部位的造型。

### 谨慎小心地处理这些问题

有些问题只有在你开始考虑造型的时候才会出现，如果你认为会带来拍摄困扰的部位恰恰是主体为之自豪的特质怎么办？如果你面临的问题不止一个又怎么办？

对于第一个问题可以通过和主体沟通解决，你可以通过这样的言语来评论他们的面部表情：“你有一双明亮的大眼睛，鼻子的曲线很优美。”如果他们能够意识到你提到的这些问题，也许他们会说：“不，我的鼻子有些长，我希望能够改善一下。”这样你就知道他们对于自己的眼睛很满意但是希望改善鼻子的造型，这样工作就可以推进了。

第二个问题有些难于解决。要靠经验决定哪个造型问题是最重要的并且需要改进。通过尝试不同的灯光、摆姿和相机角度，你应该能够找到折中办法。这些需要经验，因此熟练掌握本章中的技巧并将他们运用于实践，下次当你真的面临两难选择时，你的判断将出奇得精准。

除了布光、摆姿和构图，成功的人像摄影师知道如何处理不同的面部与身体。所有伟大的摄影师都知道他们的成功依赖于将普通的人们拍摄得不普通。







上页图——Tim Kelly强调使用道具摆姿时不仅要看上去自然还要精致，每个细节都会受到关注。即便没有道具，你也要这么做，不然画面就会看上去过于草率。注意与提琴接触的手指是彼此分开的，双手的摆姿完美地诠释现实与艺术的交锋

右图——Jennifer George的作品中没有哪个细节不是精雕细琢的。双手的摆姿是为了展现手指的细节，身体的摆姿凸显主体的运动气质和削瘦的体形。George使用了三角形的构图给画面增添了视觉吸引力



## 超重

主体超重就让他们穿深色衣服，这会让他们看上去轻 10~15 磅（1 磅 $\approx$  0.4536 千克）。你可以让主体和相机呈  $30^{\circ}\sim 45^{\circ}$  角，这样可以让主体看上去更苗条。不要从正面或八分之七视角拍摄超重主体。最好让主体站在画面中，坐着会让腰围显得过于臃肿。

## 消瘦

瘦人一般比胖人好拍。正面或八分之七视角可以让他们看上去尺寸正常。太瘦不适合穿无袖衫了。对于男生，白色运动外套能够让他们看上去健壮一些，对于女士宽松款式的裙子或衬衫可以辅助遮挡过于骨感的手臂。



# 秃顶

如果主体秃顶，请降低相机高度这样就看不到他的头顶。使用遮光布挡住投向主体头部的光减少反射，另外一个技巧是使用漫射光做主光源，这样光能够很快消散在主体头部上方及后方。秃发区域越暗，越不会引起人们的注意。不要使用顶光,最好使用背景点光源。尽可能让背景和主体头顶融合。

# 额头宽大

宽大的额头可以通过放低镜头并让主体抬高下巴得到缓解。如果你发现上述技巧成效甚微，那么将镜头靠近主体再看一下效果。

另外一个技巧是使用漫射光做主光源，这样光能够很快消散在主体头部上方及后方。

# 眼睛：凹陷或凸起

克服眼部凹陷，可降低主光高度，让光线填充眼窝，并降低曝光率，这样能让眼窝处光照充分。抬高下巴也能缓解眼部凹陷的问题。如果眼部凸出，抬高主光高度并且让主体向下看，这样能看到更多的眼睑。



这幅Tony Pollard的肖像是由Christian Lalonde为Hotelier杂志拍摄的。当拍摄秃顶主体时，降低相机高度或抬高主体下巴是个好方法，这样你可以淡化主体的头顶



## ■ 奇特的环境

水下拍摄是人像摄影的新潮流，水下摆姿不仅要保持吸引力，还要保证适当的浮力，不然主体看上去会像下沉的石头。在这两个例子中，上图在Photoshop里进行了后期处理，给画面赋予了神秘质感。下图中的男孩摆姿更接近现实没有使用后期。Larry Peters摄





# 大耳朵

要让耳朵看上去小一些，最好通过四分之三摆姿将另一只耳朵藏起来。如果可能的话使用遮光板弱化照射在耳朵上的光。如果主体的耳朵太大，就拍摄主体的侧面，侧面能够消除耳朵看上去过大的问题。

# 嘴巴：过窄、过宽或不对称

如果主体嘴巴不对称，或者笑起来有邪气，让他们的头稍微偏转一下，让高的一侧朝向镜头，或者稍微歪下头这样两边就看上去一致了。如果主体嘴太大，可以拍四分之三脸。对于太小或过窄的嘴唇，让他们正面镜头并保持大笑。



凸显主体特征最好的方法是使用黑色。这里Bill McIntosh让他的主体着黑色衣服，用一块黑色天鹅绒作背景，让主体的身体与背景完全融合在一起，弱化对主体肩部的线条表现，让美丽的脸颊和发型成为画面构图的焦点



## 鼻子：过长或过短

如果主体鼻子过长，可以放低镜头高度，让下巴微微上扬，同时降低主光高度，淡化鼻子下面阴影。你应该使用正向摆姿，如正面或者八分之七视角摆姿，以掩饰主体过长的鼻子。对于短鼻子，提高镜头高度让鼻子看上去更长，让主体稍微向下看让高光照在主体的鼻梁上，高光及鼻子下方的阴影会让短鼻子看上去有增长的效果。

## 脖子：过长或过短

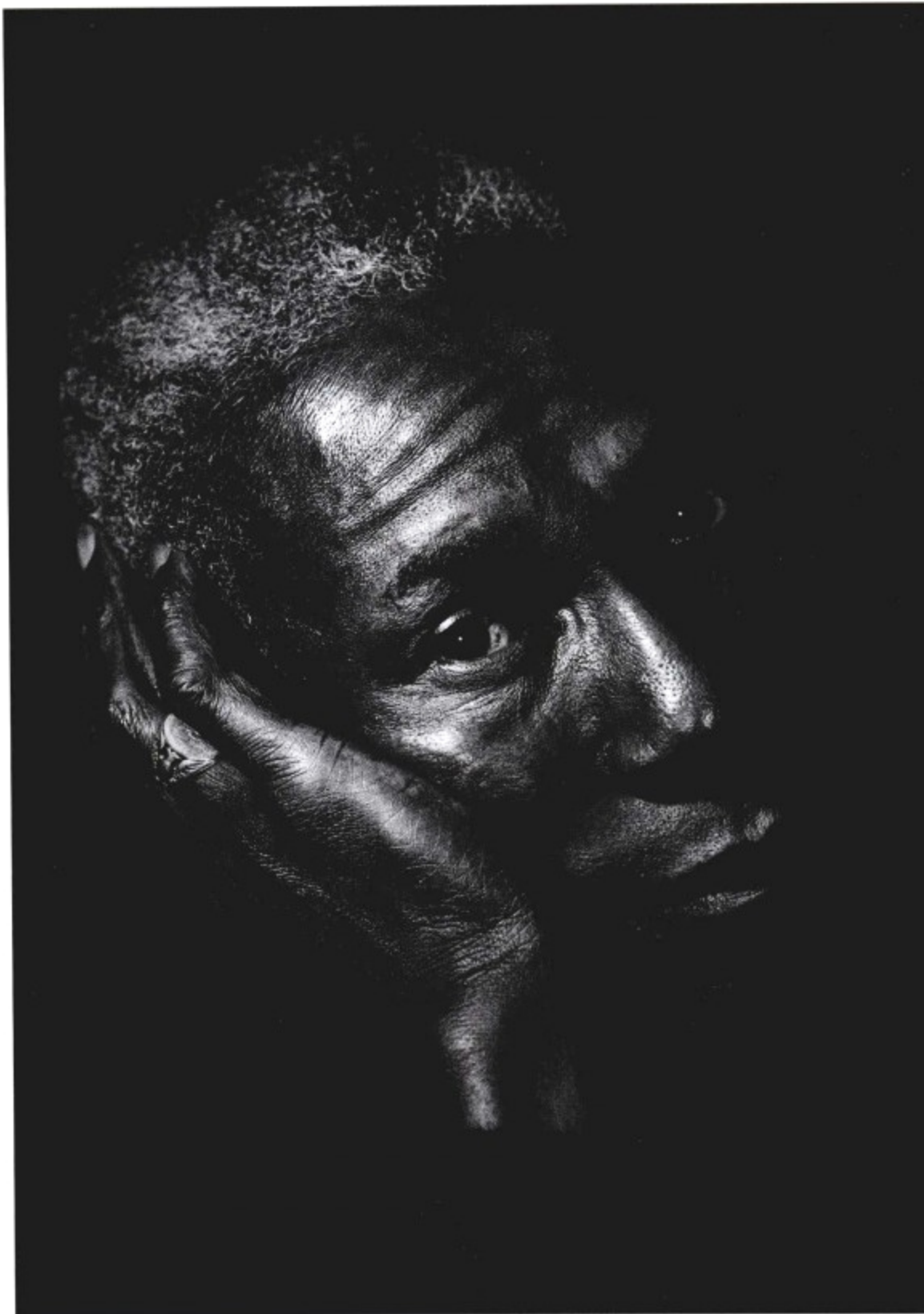
长脖子看上去很睿智，但是有时也会显得不自然，尤其是在头带肩人像中。通过提高相机高度，降低头部高度，让脖子一部分在阴影中，再把衣领竖起来能够让长脖子看上去短一些。如果你发现主体的脖子很优雅，让他们身体后靠拍一张四分之三或全身像来强调颈部的优雅的曲线。

对于短脖子，将主光打在颈部，这样可以让脖子阴影的部分变淡，让它显得长一些，降低相机高度或穿 V 形领也可以起到修饰作用。

## 下巴：双下巴、过长或过短

很瘦的人有时候看上去也会有双下巴。如果你发现这个问题，提高相机高度，减少颈部褶皱堆积在画面中的面积，你也可以让他们抬高下巴或稍微往前伸来舒展颈部的褶皱。

对于长下巴，抬高相机高度，让脸部歪向一侧。对于短下巴，降低相机高度，从正前方拍摄主体。



Bill McIntosh拍摄这幅人像时着力凸显男人脸部丰富的质感和肌理，可以看到他面部所有的细节都是清晰的。在这类角色塑造中最重要的是要知道刻画的着力点在哪。在此例中，男人饱含岁月沧桑的脸部无疑是画面的重点





## ■ 润色

拍摄一幅精美人像作品最令人愉悦的环节是后期看不见的润色工作。润色最高的境界是当客户拿到照片时看不出任何修改的痕迹，当然他们也会承认有些特型需要修饰。

润色工作在过去几年发生了重大变化。Tim Schooler 拍摄了这些照片，他使用 RAW 模式拍摄，并且用 PhaseOne's CaptureOne 的默认设置来处理这些 RAW 文件，用默认的 CaptureOne 7% 的凹凸效果来给画面色彩添加一些动感。Tim 之后运用 Photoshop 人像滤镜以及 Aperture 插件 ([www.imagenomic.com/pt.aspx](http://www.imagenomic.com/pt.aspx))，让人物皮肤看上去细腻光滑，同时保留必要的纹理及重要的细节，比如毛孔、头发、睫毛和眉毛。

当客户选中样片后，在 John Harman 的快速指南中 ([www.prophotohome.com](http://www.prophotohome.com)) 会教你如何快速除去瑕疵及白头发，这些都是在润色环节需要完成的工作。





### 人物布局

人像摄影构图涉及在画框中合理摆放主体。对于主体摆放的合理性，不同学派想法各异，没有哪个学派对这个问题给出唯一的答案，一般有两种常用的模式辅助摄影师决定在图片的哪个区域摆放主体。

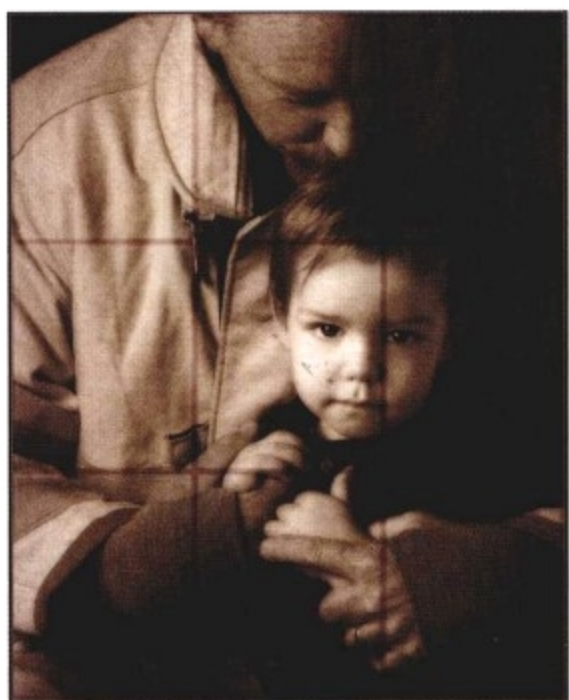
**三分法则。**许多摄影师不知道在哪摆放主体，结果经验较少的艺术家倾向于将人物放在画面的中间，而这样的布局略显呆板。

改善构图最简单的方法是使用三分法则。这是一套将不对称性引入人像设计的理论。按照三分法则，长方形的画面被四条假想线分为井字格。任意两条线的交点可以视为是动态视觉兴趣区域，相交的点是摆放视觉兴趣点的理想位置，当然你也可以将兴趣点放在任何一条分割线上。

此法则适用于所有打印方向。在纵向构图中，头部或眼睛通常从底部起在三分之二的部位。在横构图中，眼或面部通常在画框顶部三分之一处。

三分法则还适用于所有长度的人像，在头带肩人像中，眼睛是中心兴趣点，因此将他们安排在分割线或两条分割线的交点最好不过。在四分之三人像或全身像中，脸部是视觉中心，因此面部应该位于分割线或交点上。

**黄金法则。**黄金法则是最早由古希腊提出的概念，它与三分法则构图方法类似。简而言之，黄金法则确定了画面中心兴趣点的位置；它是一种人像摄影的理想构图方式。黄金法则的确定是通过在画面取两对角画对角线，然后从剩下的两个对角向对角线分别作垂线。这样就确定了画面的黄金比例，同样横纵构图均适用。



三分法则在这幅由Deborah Ferro拍摄的人像中得到很好的体现



透过重叠的假想线，你可以观察Ken Skute是怎样将黄金法则运用在人像摄影构图中的



## 方向

无论主体在摄像时面向何方，他前方应该留有稍微多一些的空间（主体面朝的方向）。例如，当他看向右方，在你从取景器观察场景时，画面中右侧的空间应多于左侧。这能够给画面赋予方向感。即便你很想将主体摆放在画面中心，也应该将主体面朝一侧的空间留得大一些。

同样的原则也适用于当主体正向面对摄像头时。你应该在某一侧预留多一些的空间，营造出人像的方向感，而不是将其放在画框中心。



摄影师Beth Forester有意在画面左侧祖母的前方留出多一些的空间来实现构图的完整性。这样营造了一条潜在的对角线——沿她的目光到画面的左侧。再看看婴儿的身体也形成了与祖母角度几乎一致的对角线，只是方向正好相反



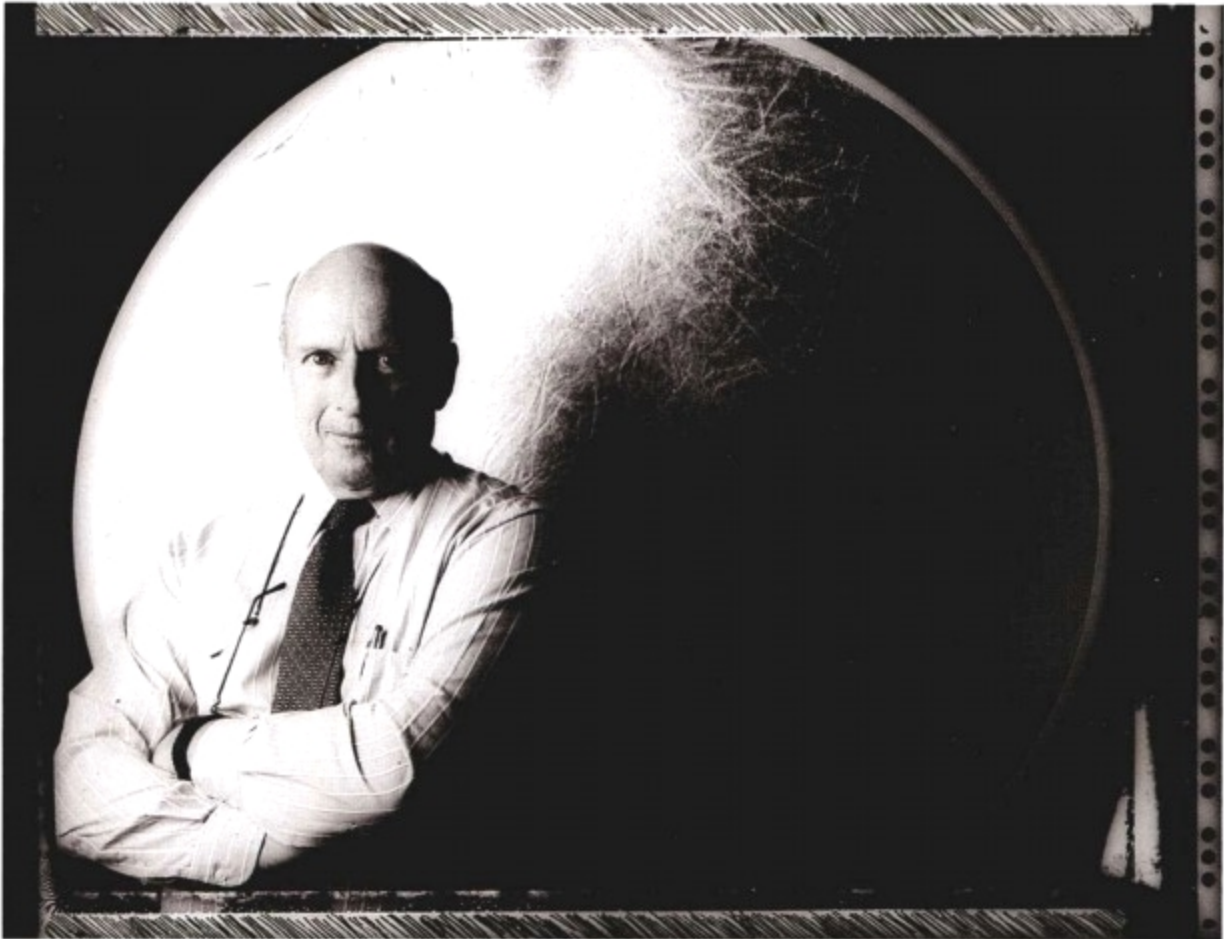
这幅由Alycia Alvarez拍摄的人像作品几近完美——从摆姿表情到构图布光及后期润色，还包括一些在Corel Painter里加的一些涂料彩画笔触。注意两个小伙伴是如何扣紧双手紧抱在一起，沿着三分法则的垂直线让他们成为画面的主要关注点



上图——Bruce Dorn的作品由背景的垂直线分割而出，但它们没有将画面分半或三分，而是作为背景中的斜线装饰、新娘斜角的面纱及V形礼服的对比元素。

中图——Mauricio Donelli拍摄宇航员 Charles Conard时，模拟太阳照射地球万物的光源效果，让主体偏离中心位于高光区域，并给背景添加了偏振光正负胶卷的肌理效果

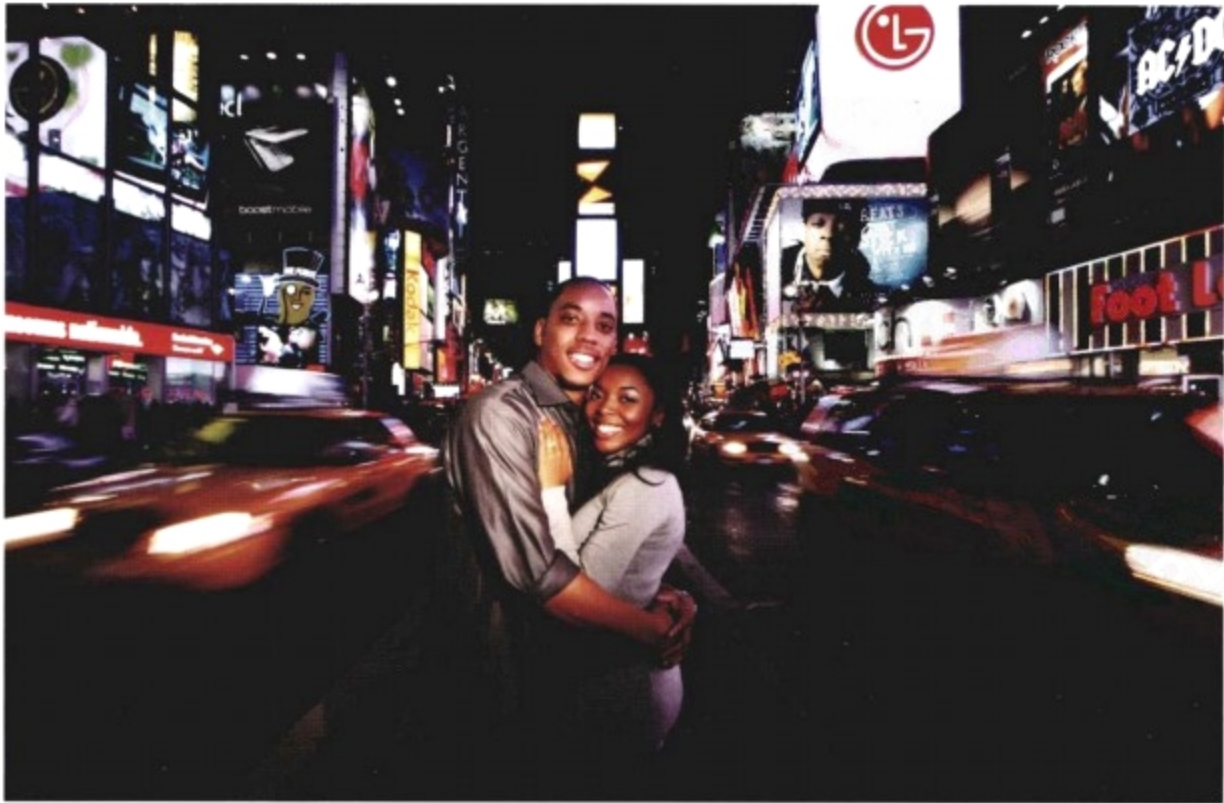
下图——Kevin Jairaj在纽约时代广场拍下了这张照片。中心主体在这里凑效的原因是构图对称，所有的线均向主体汇集，确保他们是整个场景的中心



## 线条

只有掌握构图和摆姿才能识别画面中真实及潜在的线条。真实的线显而易见——如地平线或门框。潜在的线不那么容易发现，如由双眼在面部构成的斜线。

**线条的位置。**真实的线不应该在画框中部，这样会将画面分成两半。最好将真实的线放在画面三分之一处，这样让画面看上去更有趣。







在这幅动态摆姿中，主体的身体形成无数的对角线并沿着画框形成一个纵向的S曲线。注意所有的元素是如何指引你的眼光关注到她的面部。Robert Lino摄

**相框边界。** 在画面边缘的线条，无论是真实或虚拟，都应该引导目光进入画面并将注意力引向主体。最好的例子就是在前景中宽阔的乡村小路，在远处汇聚成一点并引向行走中的主体，这些牵引线将目光引向主体。

**隐含线。** 隐含线如手臂，主体的腿部曲线要适应主体，不要和构图的方向或重点相悖。这些线条的细微变化引导视线集中于画面重点——面部或眼睛。在画面构图中引导观者视线沿预设的路径移动的内在逻辑要素是创造视觉兴趣、保持画面张力的关键。

## ■ 避免从关节处裁切 图片

永远不要在主体的关节点如胳膊肘、膝盖或脚踝处裁切画面。而要在关节中间裁切，如在大腿中部或手臂中部。如果在关节处裁切，会造成令人不安的感觉。



# 令人愉悦的构图形式

构图中的线条能提供视觉运动感，观者的目光随着这些形态的曲线及角度有序地移动，达到与作者共鸣的效果。通过摆姿有意识地运用或发现线条能够塑造充满动感的人像。

S 曲线也许是所有形态中最令人愉悦的。这种构图的视觉中心往往会落在三分法则或黄金法则交点处，构图的其余部分会形成一个倾斜的 s 形，引导观者的目光向主体移动。此外 L 形或倒置的 L 形是拍摄斜靠或坐姿主体的最佳选择。C 和 Z 形在人像中也很常见，同样能产生视觉愉悦感。



上图——新娘稍稍歪头形成一个S形的起点，S形由她的躯干一直延伸到腿部，并通过婚纱延展至壁炉前方。

Bruce Dorn摄

下图——S曲线是所有形态中最令人愉悦的。你可以看到S形被微妙地嵌入这张人像作品中。Stuart Bebb摄





# 形状

形状是指构图中的几何形。它通常是由隐藏线或真实的线条构成。一个典型的例子是让三个人摆出三角形或金字塔的造型。你应该记得在任何构图良好的人像作品中身体的基本形态是三角形。形状比线条更重要，它主要可以用来统一及平衡构图。

经典的金字塔造型是在所有艺术中最基本同时也是最有动感的形态，因为对角线与水平线形成了视觉冲击，马路延伸到远方并逐渐消失就是运用金字塔形状的场景。

有时形状可以彼此相连并共享共同元素。例如一个人可以将两组呈金字塔造型的三人小组联系起来，这是一种常见的团体摆姿技巧。

有很多种引入形状、连接形状或暗藏形状的方式，形状和线条在构图好的作品中很常见，它们是在人像中营造强烈视觉兴趣的重要工具。

Bruce Dorn拍摄的这幅美丽的人像是典型的三角形构图，女孩的腿、书包以及身边的拉布拉多犬是三角形的底边。女孩的头部、身体及手臂形成一个细微的S形。后期润色时Bruce给画面添加了油画布的肌理质感





曲线建筑“通向西方的大门”在画面中形成巨大的金字塔构图，建筑的顶部甩尾一般冲入灰蓝的天空，在画面顶部形成一个“S”形曲线。Sal Cincotta摄

平衡就是两个形态及色调各异的物体放在一起并营造出和谐感。



## 张力与平衡

正如真实与假想线条和形态是设计画面的重要部分，统治这些形态曲线的法则同样也很重要：那就是张力及平衡。

平衡就是两个形态及色调各异的物体放在一起并营造出和谐感，使他们具有均衡的视觉强度。





张力则是在画面中打破平衡感，也可以被认为制造视觉对比。例如将四个小孩放在一边，把小木马放在另一边，两组主体会因尺寸、形态各异而产生视觉均衡。

如果孩子穿上鲜亮的衣服，让小木马颜色稍暗，视觉的冲击加剧，注意力将主要转移到孩子身上——上述例子说明可以通过体量或鲜亮的色彩吸引注意。

画面中张力与平衡往往是相得益彰的，任何构图中都同时存在制造张力及平衡的元素。

这些艺术元素的视觉组合能创造出极富吸引力的视觉效果。因此平衡与视觉张力往往是杰出人像作品中常见的元素。

在这幅画中，娇小的伴娘与健壮的白马形成视觉张力及平衡。马的体量很大但是色调单一，视觉上不够吸引人，伴娘尽管体量小但是因为衣着鲜亮，手中握着的装饰风格麻绳在视觉上很吸引人。Salvatore Cincotta摄



## 主体色调

经验法则显示浅色调形成视觉前进而暗色调形成视觉后退的效果。因此画面中比主体色调浅的元素会将观者的注意力分散。当然也有人像摄影中主体是场景中最暗的部分，比如在一幅高调白色背景人像作品中。在实践中这一原则同样适用，人们总是喜欢关注对比最鲜明的区域，如白色或者亮色的背景。无论主体是浅色还是深色，都应该通过亮度或对比主导画面的其他区域。

熟悉色调在营造视觉中心中的重要作用后，摄影师应该提前和被摄者沟通拍摄服饰的选择。例如黑色的衣服能够帮助身体与背景融合，使脸部成为画面最突出的部位。深色显苗条，浅色显胖。衣服的颜色不宜太跳，因为亮色会转移对面部的注意力。印花无论大小都会转移注意力。

为什么摄影师将背景中的标识纳入画面？

答案很简单：因为目光会注意到它，尽管它不是重点，却给画面带来了不对称与张力，打破了被摄者摆姿稍显对称的格局。Sal Cincotta摄







上图——Marcus Bell将新郎新娘纳入宏大的景观中，让他们看上去很小却极具吸引力。这幅画中我们再次认识到色调的重要性，大幅的画面中新娘白色的婚纱凸现出来，将注意力吸引到远方这对新人身上



右图——在这副人像中，色调总体是浅色的。注意黑色区域在画面中的进深感将目光引向新娘细微的摆姿及可爱的表情。

Marcus Bell摄

70 人像摄影师的摆姿指南(第2版)



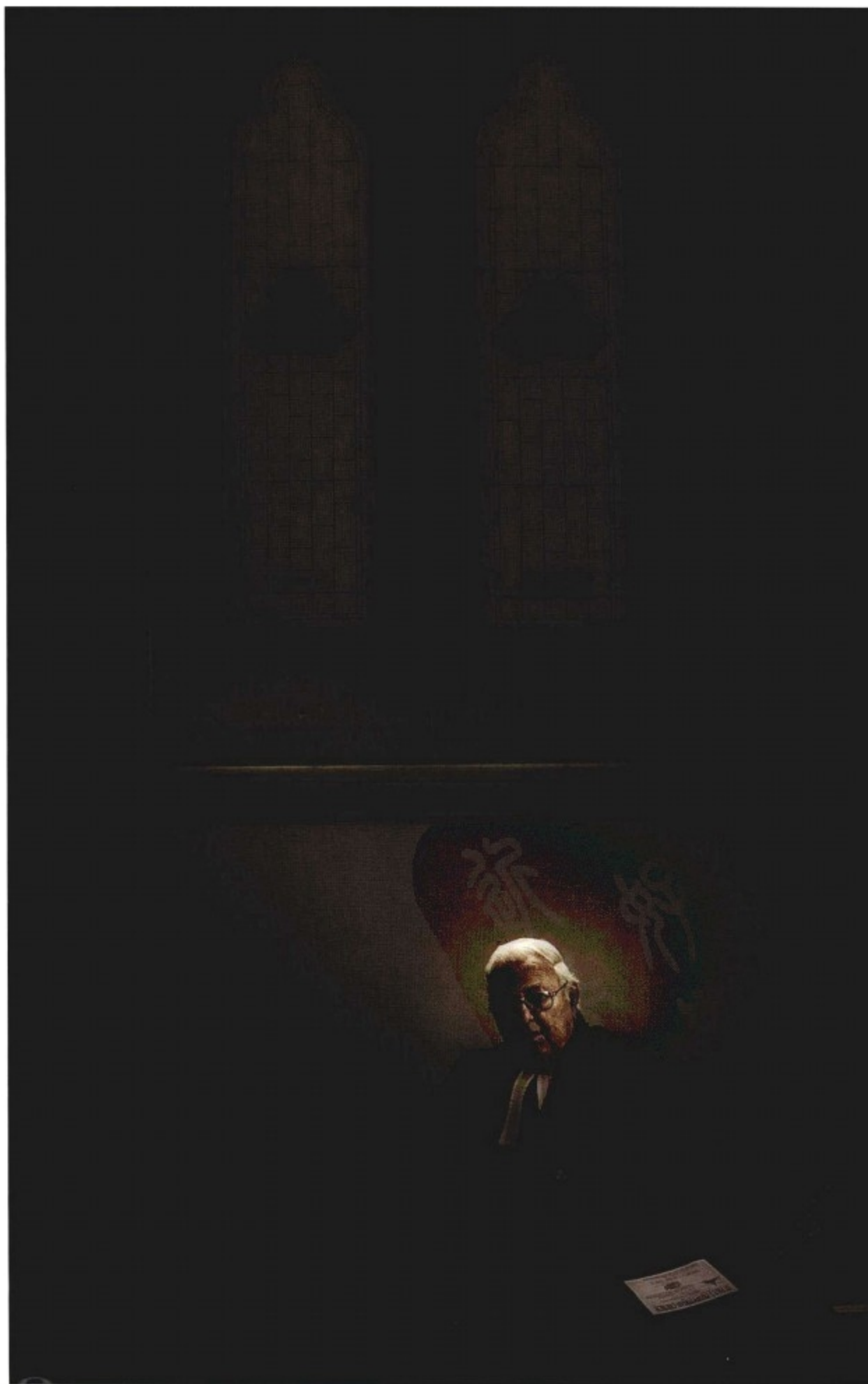
## 设计概念

设计概念对于摄影师来说并不陌生，所有视觉表达形式中无不蕴藏设计，对设计的研究甚至可以追溯到古希腊文明。但不是所有摄影师都能意识到这一点，大多数情况下他们只是无意识地运用这些设计法则。没有人生来就禀赋超强，需要在实践中学习并借鉴其他艺术形

态，随着你对视觉韵律法则的深入认知，就会不自觉地将这些元素融入到你的作品中去。在设计法则及构图中，你会发现创造吸引人的人像摄影奥秘，研究是什么让人们长时间凝视画面并为之动容。

在被摄者顶部的光线吸引了你对他的注意，光线使他成为了画面中最亮的部分，光晕在墙上渐变并在他身边汇集。这些都引导你将注意力放在这个尺寸略显小的主体上。

Marcus Bell摄





# 第6章 影响摆姿的相机技巧

## 焦距与视角

**常规镜头。**在拍摄四分之三或者全身像时，最好使用常规焦距的镜头。在你和被摄者的距离比一般拍摄头带肩照片时远的情况下，这个镜头能够提供常规视角。你所面临的唯一问题就是使用正常镜头无法将主体和背景剥离，正常镜头的景深很大，即便使用大光圈也很难将主体从背景分离。最好能够让背景稍微在焦距外，这样观者的目光会注意到主体，而不是背景。这种情况在户外拍摄尤其明显，光线或其他背景元素都会干扰到被摄主体。

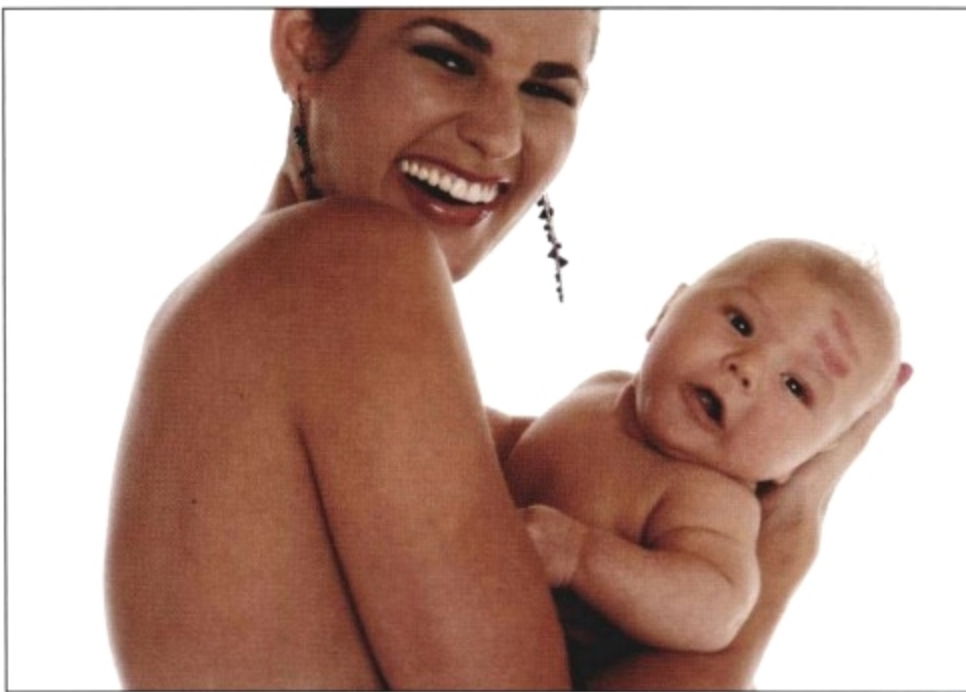
拍摄四分之三或者全身像最完美的焦距是50-55mm。Michael Costa用24-70mm变焦镜头55mm焦距设置记录了这一有趣的瞬间，视觉效果很棒





上图——这张照片使用了Nikon D200 外加46mm镜头，有效焦距69mm（相当于一个中长焦镜头）。Cherie Steinber Cote在工作室拍摄了模特和她刚出生的小孩，妈妈和Cherie都没有预料到小孩额头上的口头印会如此清晰。中长焦距非常适合进行小组拍摄

下图——使用105mm长焦镜头，如高级单反相机Nikon D200，能够保证了正常的透视。超长焦距即保证画面理想尺寸同时不用距离被摄者太近而干扰到人物表情。Cherie Steinber Cote拍摄



**长焦镜头。**对于近距离拍摄，长焦镜头不会让被摄者面部变形。如果你使用正常焦距镜头，可能需要距离被摄主体相当近来保证图像尺寸，而视角的改变及近距拍摄往往会夸大主体的表情——鼻子变长，下巴突出，后脑勺显得比正常尺寸小。选择长焦镜头可以进行远距离拍摄，同时保证画面尺寸及人物五官正常，在团体人像中，选择长焦镜头可以让前后排人的尺寸大小基本保持一致。

摄影师常用的人像镜头是 80-200mm f/2.8（尼康）或 70-200mm f/2.8（佳能或尼康）。有很多快速镜头提供很多有用的焦距。这些镜头通过内部调焦，能够快速实现自动聚焦。80mm 镜头是拍摄全身或四分之三人像的绝佳选择，200mm 镜头非常适合拍摄头带肩人像。

另一个常用的镜头是 85mm(f/1.2 佳能；f/1.4 或 f/1.8 尼康)，在短距摄影时有很强的锐化效果，镜头速度及根据主体距离镜头的距离虚化背景的性能极强。











上页图——Anthony Cave 用70-200mm镜头在76mm焦距拍摄了这幅人像。适中的长焦设置排除了任何可能引起这对迷人且动感的新人的变形

上图——Jennifer George使用70-200mm镜头在130mm焦距拍摄了这幅独特的人像。即使在f/5.6光圈长焦距仍创造了淡淡的景深，背景中的女孩面目模糊可辨，但是前景中的女孩却清晰可见

如果你有工作间，你可以使用更多的镜头。在200mm镜头是拍摄35mm胶片的最佳选择，它浅浅的景深能将背景完全置于焦距之外，保证背景不会转移主体的注意力。使用大光圈时，可以用来集中表现面部特征如眼睛，或者前额。

超长镜头（300mm 或者更长用于拍摄35mm胶片）是理想的抓拍镜头，但你可能会距离主体太远而不得不通过呼喊来给主体摆姿建议。

**广角镜头。**另一个常用镜头是广角镜头，定焦或者大角度变焦。17-35mm 焦距适宜拍景因此也适合拍团体照，可以通过使用高ISO设置来提高镜头的快门速度。

注意要避免主体变形。用广角镜头最好将主体放于镜头中间，这里变形是最微小的。主体离画框越近，变形越明显，头部会被拉长，手臂胳膊会变得很长。





广角镜头可以是很好的人像镜头如果你保持主体远离画框边缘。广角镜头让前景模糊，能够将背景融入构图。这幅画中澳大利亚摄影师Marcus Bell将这个美得让人窒息的背景融入构图形成一幅美丽的全景图

广角镜头还能将环境感带入构图营造更多的性感气息，这在工作室同样适用。注意背景及背景灯光是如何突出表现主体的。Cherie Steinber Cote摄







在船甲板上拍照距离近，需要用到广角镜头。Cherie Steinberg Cote 使用了D2X的17mm镜头，但是请注意她让这组主体远离画框边界，避免了扭曲变形

如果你发现这些变化，最佳的解决方案是保证主体在画框中间，远离画框。

在进行团体拍摄时，你不得不使用广角镜头。在这种情况下，上述的变形问题可能会更明显，另外在前排的主体会显得比后排的人大很多。而且广角镜头常常是你在固定拍摄距离拍摄团体照的唯一办法。提高相机高度，这样可以将主体置于距镜头相对相等的距离以减少变形，因此许多团体摄像师会用梯子或寻找制高点进行拍摄。尽量让人们靠近画框中心来减少变形。

Marcus Bell 常常使用35mm镜头，f/1.4光圈拍摄昏暗中惊艳的人像。不同的光影混合在一起既有钨光灯也有日光，他将白平衡设置在日光这样钨光灯会显出暖色调。他倚在台阶高处，用1/15秒的快门速度拍下了这张照片。他让新郎靠在扶手上而新娘靠在他胸膛，这样能保证主体在长时间的曝光中保持固定不变的位置



使用短焦镜头，将背景和主体有效结合在一起。在这幅作品中，Michael Costa想将新人与美丽的海岸线连接，因此他使用了一个24-70mm镜头，f/2.8光圈并将焦距设置在24mm





## ■ 打破规则

规则就是用来打破的这句谚语被改良后有了新的意思。优秀的人像摄影师知道哪些法则可以被打破而不必扭曲人体。摄影师都是广角镜头特效及视角的痴迷者，他们乐意看到前景通过全景视野展现在面前，水平线变弯，天空自然地晕开在画面的边角。但是使用广角镜头拍摄人像也带来很多问题。如果主体不在画面中间，那要么是头部要么是脚部就会变形。如果使用广角镜头近距拍摄头带肩人像，则被摄者鼻子会像导弹一样指向镜头，而眼睛和额头则显得扁平。然而在有经验的职业人像摄影师手中，广角镜头可以非常有效，既正常表现主体特性又能通过特殊视角反映他周围的环境。

## 景深

关于景深，除了光圈设置，还有两个重要的因素要记住。第一，相比长焦镜头短焦镜头有更大的景深，这就是为什么需要关注长距镜头如何在拍摄人像时准确对焦。第二，主体离你越近，景深越小。当你拍摄严肃表情的人像时，确定你使用镜头的光圈有足够的景深能够将主体面部控制在焦距内。

景深在人像摄影中很重要，你要知道画面中的景深是大还是小，大多数的单反相机提供景深预览，大的 LCD 屏像素高、导航及放大功能能够帮助你更好地检查景深。

同样也要记得画幅不同，景深是不一样的。在小尺寸图像中，景深会大一些。在全幅（24mm×36mm）中景深会小一些，全尺寸景深等同于全幅 35mm 相机。

## 聚焦

**头带肩人像。**聚焦最难得就是头带肩人像。在这类画像中，最重要的是眼部和前脸，有时耳朵也要清晰呈现。

当使用广角镜头时景深减弱，你必须小心聚焦保证关键部位清晰呈现，这是手持相机最好的办法。一些镜头将景深设置在焦点之后，一些将大部分景深设置在焦点之前。

## ■ 快速镜头

快速镜头（如 f/2.8, f/2, f/1.8, f/1.4, f/1.2 等）有很多用途，相比慢速镜头，他们可以包容室内更多的光线。Marcus Bell 视他的佳能 35mm f/1.4L USM 镜头为最爱。高 ISO 设置实现在黑暗中拍摄，通过长时间曝光，混合各种灯源制造独一无二的效果。他还喜欢 400mm f/2.8 及 300mm f/4.0（佳能）以及 300mm 和 400mm f/2.8L（佳能）高速长距镜头，它们都是拍摄细微场景剥离精彩瞬间的利器。比 80–200mm 镜头优秀的地方在于，300 或 400mm 镜头将背景漂亮地甩出焦距，当使用大光圈短焦距时能够很好地突出细节。不足之处是这些镜头又重又沉，如果要全天拍摄最好配有支架。



右图——在光线昏暗处需要调整拍摄距离保证画面关键要素在景深内。这幅人像中，由于光线不足摄影师Anthony Cava向后移动将主体脸部及婚纱控制在景深内，聚焦区域从新娘鼻尖一直延续到她的肩部



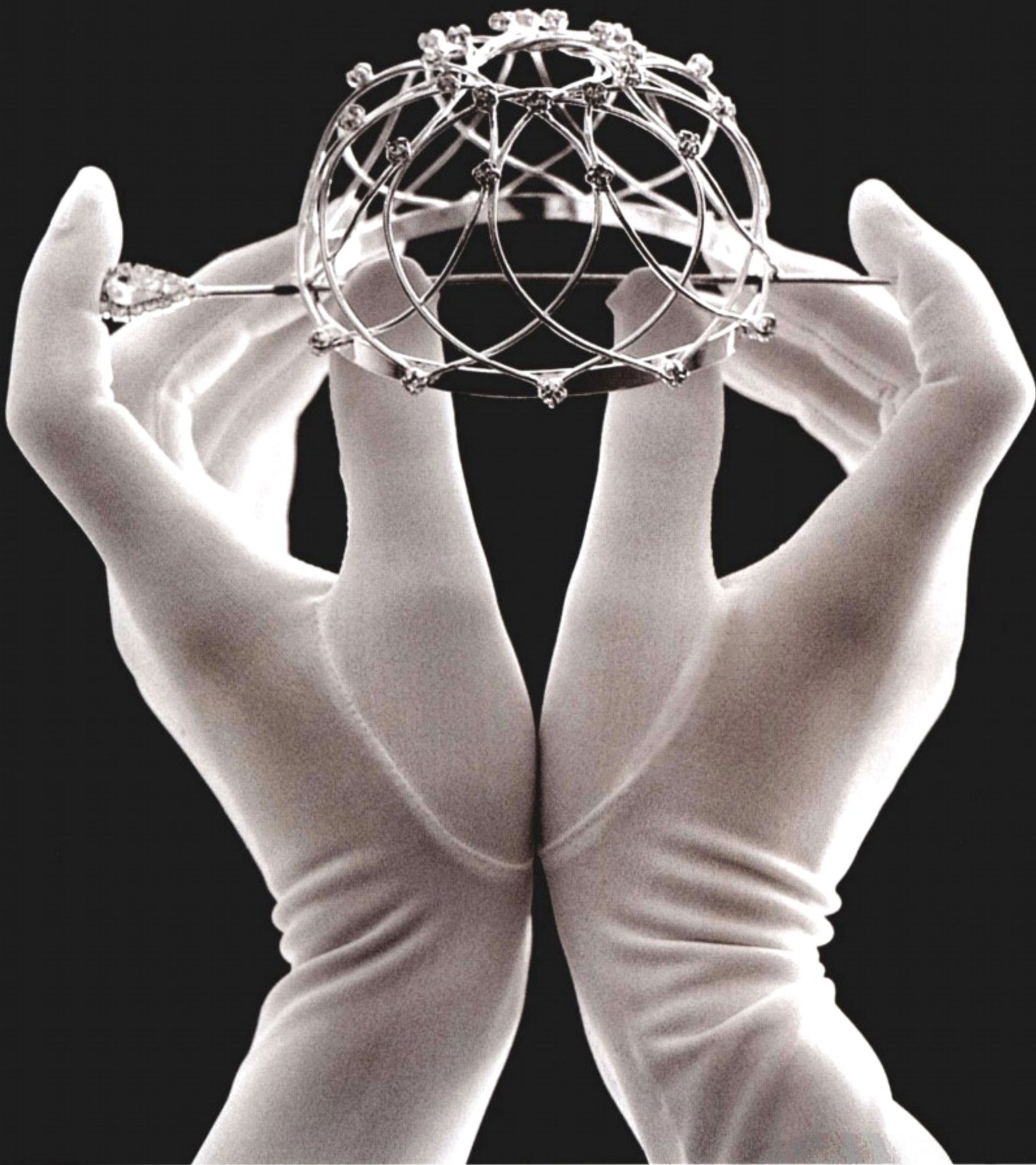
右图——知道你的镜头如何划分景深很重要。Jennifer George通过控制前景深让男孩看上去很清晰，同时将大部分的景深落在焦点后方让母亲也在清晰聚焦的范围内。这类拍摄要掌握寸劲，焦点的位置很重要



在大多数情况下，景深是平均分配的，前景、背景各一半。

在头带肩人像中，假设你的景深一半在前，一半在后，最好聚焦在主体的眼睛上。这样就会保证眼部和面部在焦距内。





眼睛是很好的聚焦部位，因为它们是面部对比最明显的部位，比较容易对焦。这对寻找对比区域进行对焦的自动聚焦相机尤其适用。

**四分之三及全身人像。**聚焦四分之三或全身人像比较容易，因为你距离主体较远，景深很大。同样需要分割焦距，将焦点放置在你想要保持清晰的最远与最近点之间。如果背景会干扰主体，最好能用大光圈或较大光圈来模糊背景。

当拍摄目的是捕捉人或物体的细节，最好谨慎处理景深。这里Dan Doke捕捉到了新娘戴手套托举皇冠的姿势，每个细节都清晰地展现出来



# 相机高度与视角

当拍摄正常相貌的人像时，需要遵循一些相机高度的普适原则以保证正常视角。

**头带肩人像。**对于这类人像最重要的是相机的高度要摆在和鼻尖水平或者稍微高一些的位置。当主体前脸与相机保持平行时（或数码取景框），相机将记录下这个视角的最佳图像。

**四分之三和全身人像。**对于四分之三人像来说，相机应该在与被摄者上身（颈部到腰部）相平的位置，在全身像中相机高度与四分之三人像一致，这样拍摄的视角最真实。

右图——摄影师在可以营造分离的前景与背景时，会使用强行透视法，让观者可以在前景与背景之间游离目光。在这张Marcus Bell拍摄的人像中，视觉的跳跃是由画框中餐桌旁的新娘和妈妈营造的。而前景中男士面露有趣的表情，对背景中的两人毫不在意，为画面添加了强烈的视觉对比

下图——Cherie Steinber Cote想要用清晰的对焦拍摄模特的面纱及可爱的脸庞，她使用了一个28-105mm的镜头，焦距设置在50mm，光圈f/3.5~f/4.5,为画面提供了足够的景深保证所有要拍摄的物体清晰可见











上页图——移动的主体和景深如果拍不好效果会很糟糕。Peter Ellis在画面中安排了斑驳的阳光使画面富有层次。摄影师知道他必须在三位主体将画面中最后一块阳光的阴影遮挡前完成拍摄。难能可贵的表情是高超摄影加分的重点——幸运自己会来敲门

上图——主体离相机越近变形越明显，但在拍摄体现细节的人像时，最好还是让主体离相机近一些。Peter Ellis捕捉到了新娘迷人的微笑及独特的瞳孔颜色

右图——最好的角度就是让相机的高度正好在画面的中心，这样主体在画面可以被等距分离。Brett Florens选择了与下巴相平的相机高度平分了画面。请注意焦点的位置让肩部模糊但让离得近的眼睛及面纱很清晰





**举高或放低相机。**在上面举的例子中，相机放在可以将主体在画面平分的位置。这样镜头上下的五官就是等大的，可以用来拍摄正常的视角。当相机抬高或降低时，视角就会变化。通过控制视角，你可以改变主体的面部特征。

在四分之三人像中举高相机镜头，你放大了主体的头部和肩部，但是他们的腿和臀部则显得很苗条。相反如果放低镜头，你减小了头的尺寸却放大了腿以下部位的尺寸。在抬高或降低相机高度的同时倾斜相机能够加剧这些效果。

在头带人像中抬高或降低相机高度，这些效果会更明显。在鼻子上下调整相机高度是矫正面部变形最常用的方法。抬高相机，下颚显得消瘦；放低相机，鼻子变短，额头不明显，下颚变宽，下巴凸显。

**照相距离。**相机离主体越近，相机的视角变化越大。如果调整相机高度后，没有达到预期效果，试着将相机拉近主体再看一下效果。

在拍摄小朋友时，同样遵循拍摄全身像时的相机高度及视角原则。这里 Brett Florens从比腰略高的视角拍到了这张几乎没有任何变形的全身人像







David Beckstead的这张照片令人惊异。建筑的造型看起来像女人的高跟鞋一字排开。身穿红纱的美丽女人引人注目，但是Beckstead又引入了修长的长纱让构图更震撼人心。广角镜头（16–35mm）用f/2.8光圈拍摄让画面距离显得比实际要远得多

## 光圈

在选择光圈大小时，光学专家告诉您选择镜头最大光圈的 1.5 或 2 倍的档位，如 f/2.8 的光圈，最佳选择就是 4 挡。许多使用 80–200mm f/2.8 光圈的摄影师，或者 70–200mm f/2.8 都选择使用 4 挡光圈。最佳光圈拍摄的图像清晰没有虚影，同时它还能提供细微的景深弥补自动聚焦产生的误差。

但是有时候最佳光圈并不能提供足够的景深来满足头带肩人像的要求，因此需要调低光圈。小光圈会产生大景深并将背景放在焦点内，光圈越小也会让快门速度变慢，因此需要调高 ISO 设置。注意使用最佳光圈取决于光的整体水平和你所使用的 ISO 设置。

体育摄影师及其他旅游摄影师的技巧是使用高速快门及大光圈。



## 运动中的主体

这样可能排除运动的干扰，并且根据主体距相机的距离，把背景置于焦点之外。当使用长焦镜头近距离拍摄时，这一效果更加明显，能够在面部刻画很小的聚焦面，与焦点外区域形成清晰的分界线，这是一种最近很流行的特效风格。

当拍摄运动中的主体时，或者主体在移动，选择足够快的快门速度拍摄下主体运动。如果不知道选择什么速度，请选择第二快的快门速度保证图像的清晰度。比起景深准确拍摄主体行动更重要。如果你使用三脚架，1/30 秒到 1/60 秒在拍摄人像时应该够用了。



左图——Michael O' Neill 想要凸显三个聚焦区域：嘴唇，礼服的手套以及钻戒。由于昏暗的光线，必须选择较快的快门同时让钻戒看上去质感很强。他的镜头是AF-S VR Micro Nikkor 105mm f/2.8光圈 IF-FE，他选择的曝光是1/500秒，光圈f/3.2，二者配合得相得益彰

下页图——上图 Jerry D 在一个非常昏暗的酒吧拍摄了这张无声的照片，用的是尼康D700镜头(24-70mm f/2.8)，ISO6400，曝光设置是1/50秒，光圈在2.8，快门速度正好捕捉到了主体的动作

下页图——下图 尽管景深足够，聚焦在眼部也是很棒的策略。请看Vichi Taufer将两个小姑娘的眼睛放在同一水平上让她们美丽的绿眼睛看上去是整个画面中最耀眼的元素







# 第7章 人物造型

## 发型及化妆

毫无疑问精美的人像作品离不开发型及化妆。对于女士，珠宝也同样重要。

Bill McIntosh 大部分拍摄在客户家进行，他拍摄前会先去拜访客户。除了决定在哪间屋子拍摄，使用哪些家具，他还花时间和客户讨论衣着、珠宝、发型以及化妆。细节的讨论能够避免拍摄当天出现意外情况。

**化妆。**对于女人来说，许多摄影开始于化妆师造型。很多工作室雇佣全职或兼职化妆师，因为他们认为妆容对于拍摄效果非常重要。妆容的色调取决于拍摄主体及服装。训练有素的化妆师能够起到锦上添花的效果，如改善脸型或眼形等。

化妆还可以遮掩面部瑕疵。例如色斑很容易被遮盖，遮瑕膏就可以搞定。如果要涂粉底液请均匀涂抹，并保证下巴和颈部都涂上，尤其要避免脸部和颈部的色差。



在Hernan Rodriguez的人像作品中可以看到造型带来的优势。头发及妆容完美无缺；毫无疑问是一支训练有素的化妆团队打造。许多给顶级人物拍摄的工作室，现在都将化妆造型作为拍摄的一部分并收取服务费用。它能打造完美造型及完美画面，为拍摄带来个性元素



Robert Lino 是美国顶级摄影师，  
这张照片是在他迈阿密的工作室拍  
摄，请看年轻女士手指和背景的分  
割刻画出她手臂的曲线以及身后精  
心布置的礼服拖尾



眼影应该是融合的没有色块  
的明显对比。

眼影应该是融合的没有色块的明显对比。它让眼部看上去更有立体感又不让人注意到眼影的颜色。睫毛膏非常重要，即便平时不化妆的女士也应该适当涂抹一些。高光唇膏也很重要。

一旦化好妆最好使用定妆粉减少面部不必要的高光和反光。

**发型。**无论在室内还是室外工作，发型必须考虑到气候变化。既不能用发胶定死发型，也不能过于散乱，当主体在微风中漫步，发型不能过于凌乱。

建议您的客户不要在拍摄前理发，修剪或做过造型的头发要隔几天才能看出效果。



## 服饰

深色服装能够帮助主体融入深色背景，让脸部成为最吸引人的部位。深色衣服显瘦，浅色显胖。颜色的衣服不应该太艳。亮色衣服将注意力从面部吸引开。印刷及纹理都会吸引人对面部的关注。

休闲装最好用纯色，褐色、白色、黑色或土地色都不错。需要避免条纹、夸张的纹理和印刷，荧光色或有字母纹样的，都会吸引人的注意力。

**团体人像。**团体构图中主体的衣服可能影响注意力。最好能将人们按家庭小组分开，这样可以让他们彼此亲近。着卡其色裤子、黄色上衣的家庭可以和牛仔裤及红色毛衣放在一起。

Bill McIntosh 是色彩协调方面的专家。他对色彩搭配的说法是：“无论你的拍摄多有艺术性和技巧，色彩都是让人像摄影作品出彩不可或缺的元素。”

在 McIntosh 的人像作品中，风格和色彩融合。他说：“我要确定主体与环境的协调。” Bill 确保每样东西都合理搭配。“在服饰风格上花时间琢磨非常必要，正装还是休闲装，最重要的是要让客户感觉喜欢的颜色才能营造和谐人像。”

白色是摄影师的最爱，但要求摄影主体的体重正常或者苗条。如果你拍摄的人群很多，都穿白色会让他们的脖子和身体看上去比真实的大。一般的规则是这样，穿白色或浅色增加 10 磅（1 磅  $\approx$  0.4536 千克），穿深色或中性色减轻 10 磅。

纯色衣服，无论是冷色还是中性色长袖的，都不错。冷色像蓝色和绿色营造距离感；暖色有前进感。冷色或中性色能够强调面部，让他们看上去成暖色调，因此更受欢迎。

家庭成员都穿牛仔裤黑T恤——常见的团体人像着装。注意枯树干将他们包围在一起形成三角形构图。Frank Frost摄







落日的颜色很温暖，这一家的颜色也很温馨。请看他们的着装并不统一，但是由于颜色很浅，花纹也不是很夸张，因此看上去很搭，构图造型别具一格是一个心形。Frank Frost 摄





Bill McIntosh的家庭人像一向以衣着得体著称。这里他让妈妈和孩子都穿白色的T恤和裤子。他选择在黄昏时来拍摄，因为他喜欢拍摄这时天空的颜色。他在一个海浪退潮时拍摄，营造出白色的背景，黄昏时分画面中所有的元素都呈现出暖暖的色调

## 鞋子

主体着装风格要一致，要么正装要么都休闲装。在婚纱摄影中所有人都着正装因此很好把握，但是要让一些穿西装革履和牛仔T恤的人在一起造型就没那么容易了。

在全身像中可以看到鞋子，不幸的是鞋子是最可能搞糟整幅作品的元素，在儿童、青少年及女性人像中这一问题尤其突出。没有受过专业训练的人也能一眼看出鞋子的风格不一致或款式老旧。因此最好能通过裁切或者摆姿的方式让鞋不再成为问题。如果非要把它放进画面，请务必保证鞋子的颜色和服饰的搭配，记住深色外套配深色鞋和袜子。



## 第8章 团体人像摆姿

团体摆姿，无论人多人少，不只是纯粹的摆姿，更是通过设计和技术解决问题，一般有以下几种方式处理团体摆姿可能出现的问题。

团体摆姿过程中，使前面和后面的人处在同一个镜头的平面内是比较困难的，Dennis Orchard在拍摄这幅照片时找到了一个阳台，在阳台上他就一些细小的摆姿进行微调，喊着告诉每一个参与者，如果想在照片中可以看到自己，必须让两只眼睛都能看到镜头，否则将有可能被前面的人挡住

首先要考虑的是技术。你要使后面的人和前面的人离得尽可能近，这样就可以确保相机镜头前面的人与后面的人的大小相近，并且所有人都在焦距内。

其次在设计团体摆姿过程中要考虑的是审美问题。团体人像是空间造型的设计，如一些摄影师喜欢把团体人像中的成员设计成簇拥着的鲜花。当然并不是所有的团体人像都要让大家脸凑脸，根据你的设计意图也可以让他们彼此之间有更多的空隙。







## 摆姿层级

摆姿是按照年龄、重要性还是按照尺寸大小？这是团体人像摄影师经常讨论的问题。一些人说，重点是把大家庭成员分成有逻辑的小家庭；另一些人认为如果家庭成员按照年龄排位（爷爷奶奶在中间，周围是他们的子女，他们孙子孙女以及他们的家庭成员在人群的四周），家庭会感觉比较融合。无论哪种情况，摄影师都可以在小家庭的内部通过按照尺寸大小来安排摆姿以获得令人满意的构图。

许多摄影师感觉到按照尺寸大小和体型摆姿能够创造令人感兴趣、吸引人的摆姿，尤其是在婚礼现场时存在的，无论是正式和非正式的团体都有很多种安排方式，只要使新郎、新娘处在中间的位置。这种方式同样能够为摄影师提供更为灵活的创想空间来突出个体。

上图——我最喜欢Frank Frost这幅作品的地方，除了人物表情自然，就是不同高度的头部位置，就像五线谱中跳跃的音符。我同样喜欢画面中浓浓的情感和那种好像完全忽视摄影师存在的摆姿方式



下图——要尽可能地控制头部的高度。这幅图中，Stephen Pugh把最高的女孩放在最后面，较小的女孩在最前面，重在符合摆姿的层级性，注意Stephen是怎样让她们在仓库门口偷窥。Stephen把通过聚焦场景的三分之一至二分之一处，使景深一半在前部，一半在焦距的后面



## 头部高度

两人紧挨对方时，头部是不能在同一水平线上，也不能在垂直的上方（仅在团体摄影中适用的摆姿原则）。例如，一个 5 个人的团体，你应该让每一个人的脸部处在不同的高度上，一个人坐着，一个人站在左边或右边，一个人坐在椅子的扶手上，一个人跪在椅子的另一侧，还有一个人跪在前部。人物头部高低起伏形成的线条让人像作品更具观赏性。

## 头部距离

头部的亲近经常涉及到热情及关系的远近。如果你拨开人群，你有更多的自由来介绍作品中流畅的线条和形状。一个安排紧密的团体，成员之间互相接触，关系亲近，气氛温暖。

但当选择距离时，要标准统一。不要两人的头部挨着，另外两个人离得很远。如果你遇到一种情况，一个人坐着，一个人站着，第三个人坐在椅子的扶手上（要使坐着的两个人的头部最大程度地靠近），这时要往后迈一步尽量取全景，这样能将站着的人的头部远离其他人的变形效果降低到最小。

Deanna Urs 的这幅手工上色的人像作品中，前面女孩是用手臂支撑向后倾斜，效果非常的优雅，形成人像的水平方向的延伸。姐妹俩头部挨得很近，但是高度不同、倾斜角度也不同，所以人像中的线条是生动的、亲密的





# 团体摆姿指导

告诉每一个人你希望他们如何摆姿要比你描述你的想法更为容易，也更节省时间。一旦他们处在你想要的摆姿，就要想法让他们不把思维拘泥在拍照片这件事儿上，一旦他们释放自我就可以放手拍照了。在整个拍摄中摄影师要表现得积极乐观，控制好步调。一旦失去对大团体的控制，重新获得控制是很困难，甚至是不可能的。和你的被摄者对话并赞美他们，感受到他们的特殊感情（或者其他一些听起来合适的评论等），让他们知道你欣赏他们独一无二的个性等。如果你追求的是一种亲密的感觉，那么

试着说服他们表现得暧昧一些也无妨，这看似比较做作，但如果能够让被摄者放松，就会让拍摄事半功倍。

## 小团体

**夫妻。**最简单的团体就是两个人。无论团体是一个新郎和新娘，还是哥哥和妹妹，或者是祖母和祖父，最基本的原则就是让一个人稍微高于另一个人。一般来说，头部较低的人嘴部要在较高的人下巴的高度。许多摄影师建议“嘴部到眼部”作为理想的起始点。

左图——虽然新娘直接看着镜头，但新郎往下注视她的目光使图像有一种亲密的感觉。注意由两人脸部和新娘胳膊构成的钻石形状。你的眼睛沿着看新娘弯向新郎胸部的胳膊又回到他们脸部。David Williams摄

右图——看到这幅人像你会感觉兄弟之间不可分割的情谊。Jim Garner 让两个人从一个沙丘上朝着他跳下来，同时他按下闪光灯来捕捉他们上升的过程。没人知道这个摆姿的效果会怎样，只有不停地拍摄，直到他们疲惫了







上图——无法想象Dennis Orchard在花丛中没被注意，但是这对夫妻看起来好像完全没有意识到他的存在，可能是因为他做的事情、说的话让他们忽视了他的存在。这是拍摄两个人的时候（父亲和儿子、新郎和新娘、哥哥和妹妹），摄影师应该追求的时刻，也是一个完全放松、完全被对方吸引的时刻

右图——当Ken Sklute在长岛学习的时候，一年最多拍摄了200场婚礼。在这过程中，他学习到了如何在团体人像摄影中使用扶手椅子，在这幅照片中，就有两个扶手椅子。在这幅照片中，每个扶手椅子和把手坐着两个人这样既保持了两侧的对称性，又在同一侧构成了水平落差





两个主体可以互相平行摆姿——肩膀和头部都朝向同一个方向（如拍摄双胞胎常摆的动作）——但通过使两人之间呈 45° 角可以达到更为生动有趣的效果，这样可以让他们肩对肩。这种摆姿能够通过距离的远近创造出各种丰富多彩的不同。另外一个亲密感觉的摆姿是让两人的侧面对着，一个人要比另一个人高，这样你就可以在两人的眼部构成一条暗含的斜线，让人像作品具有方向感，由于这种形象两人非常靠近，请确保让他们额平面大致平行，这样你才能确保在每一个人的脸上聚焦。

你可以使用扶手椅让一个人坐在上面，通常是男士，另一人在扶手的旁边或坐在扶手上，靠在扶手上。这样就能够使他们的脸部最大程度地靠近，但又不在统一高度。一个不同的摆姿就是让女士坐着，男人站着，当他们的头部距离比较远，你可以往后退，照一张全景。同样，当女士坐在椅子上，她的手部应该放在大腿上，这样会表现腰部、腿部以及臀部的柔美线条。她应该和镜头保持角度，远离镜头的那条腿的脚应该把前腿勾起来——这是一种让女性看上去更为自然的姿势。



上图——这幅图中，Dawn Shields 选取角度之外男士注视妻子的目光作为构图元素，焦距虽在妻子脸上，但可以看到她的情绪和反应都是受丈夫主导的。思考一下，如果两人的脸部在同一水平上，这幅照片是否还会有这样的震撼力



左图——加入第三个人可以在构图里形成三角形。在这幅图中，通过使两边的妹妹贴向中间的姐姐，摄影师Brian Shindle 生动呈现了姐妹间的亲昵和深厚感情





这是一幅非常标准的婚礼现场团体人像，拍摄的细节让照片看起来非常特别。Dennis Orchard 设计的摆姿角度非常适合，让伴娘们从自己两侧向不同方向望，使头部和颈部与镜头形成不同的角度。同样要注意她们手臂以及手持花束的精巧姿势。手臂和身体的距离也非常完美，合适的视角让姑娘们看起来非常苗条

**三人。**三个人的团体人像同样比较小和亲密。三个人的摆姿常常形成金字塔状或倒立的三角形，这两种方式都是比较悦目的。不要简单地为了不在同一高度上调整脸部的高度，站在边上的人可以让他们转动肩部形成环抱小组的摆姿。

一旦要加入第三人，你需要好的团体人像中的线条或图形的相互作用的内在规律。可以做这样的视觉训练，把贯穿于三个人肩部和面部的线条绘制出来，如果线条是陡峭或起伏较大的，就要试着调整组合确保线条的流畅性和边缘柔和，最简单的方法是让最后一个或最矮的那个人向内朝向团体，这样效果很棒。

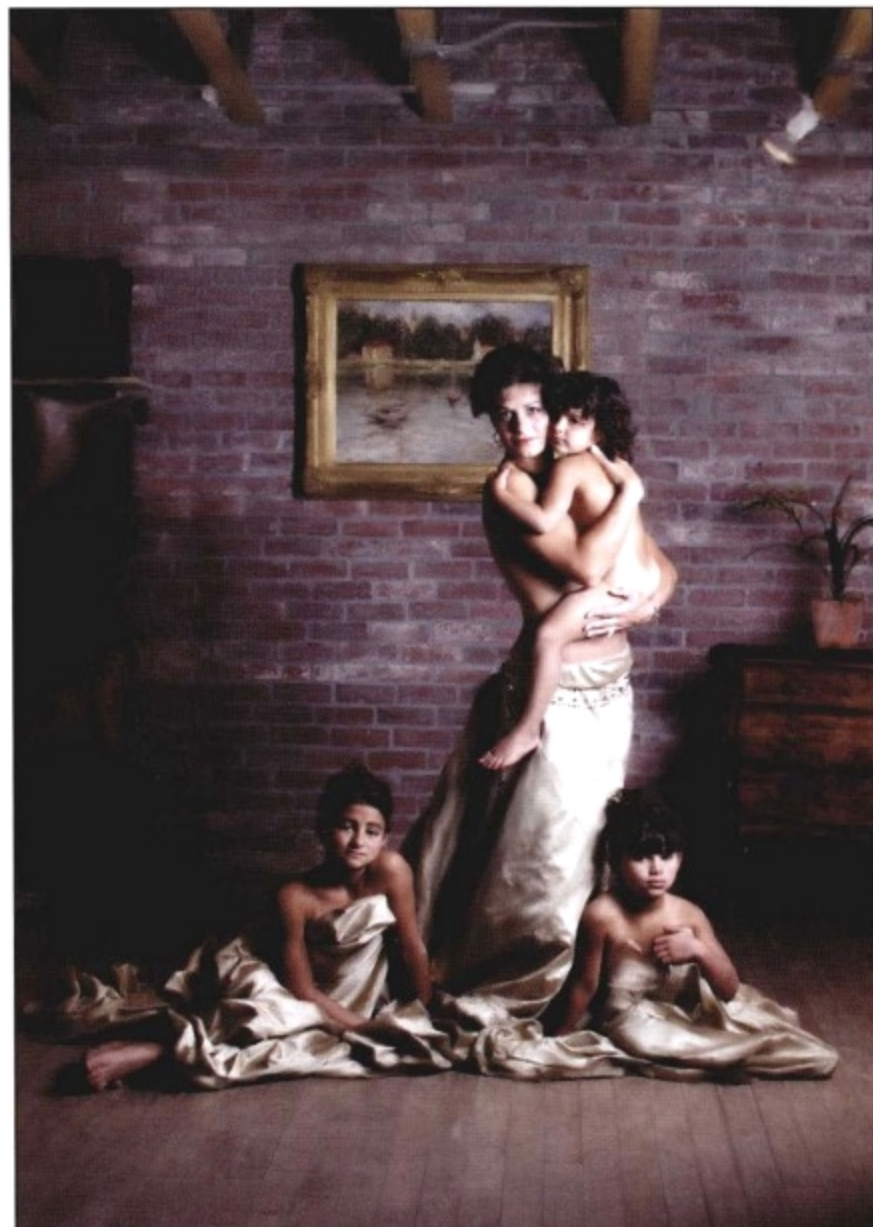




看看这幅由Slycia Alvarez拍摄的四入团体作品。她的构思是让他们组合在一个吸引力的C形构图中，构图并不像是设计过的，看起来非常自然。每一个孩子发自本能地靠向母亲，真是一幅亲密而又有魅力的作品

尝试不同的设计。例如，通过不同高度的面部构成的斜线贯穿参与拍摄的所有人。这种设计非常简单但非常悦目。精心设计的斜线条能够使观赏者在看完图片的表象信息后仍情不自禁盯住图片。也可以尝试鸟瞰视图，让三个人聚在一起，站在梯子或者其他制高点进行拍摄，为画面增加了更多的变化元素。

当在团体中增加第三人时，手和脚的处理变得非常关键。



这是一幅精心设计的作品。摄影师Deanna Urs 使用了一个三角构图来展现这个美丽的家庭。她使用了一个精美的丝织物来抱住母亲和孩子，通过细腻的细节表现和四处弥漫的柔和色调让人完全没有注意到这是一幅拍自工作室的作品

一种解决方式是每一个人只露出一条肩膀和一条腿。这在团体的人着装简洁的情况下非常有用。如果展现太多的手，往往分不清楚手是谁的。一般来说，站在外侧人的手（最靠近镜头的手）应该露出来，站在内侧的人可以轻而易举把手背在身后。

三人或更多人团体摄影允许摄影师使用更多的要素来参与设计。老练的摄影师会把建筑元素——树、门、家具等——融入到这些人像中。



**四人。**好戏刚刚开始，随着拍摄人数的增多，你会发现偶数团体的摆姿要比奇数团体难。三个人、五个人、七个人或者九个人的摆姿要比偶数个数人的摆姿容易，相对于偶数主体，人眼和大脑更倾向于接受无序的奇数主体。

拍四个人的时候，你可以在我们上面介绍的三个人摆姿的基础上增加一个人——但是要遵循以下的说明：要保证四个人眼睛的高度要彼此不同。同时关注构图中形成图形，如金字塔、三角、钻石以及曲线。注意身体不同的部位构成的视觉路径（例如，从一个人胳膊往上，经过几个人的肩部，到沿着离镜头最远距离人的胳膊往下）所形成的隐藏线条，这和塑造主体面部形状同样重要。

四个人的完满摆姿是在三个人横向曲线的基础上，在第一人和第二人之间或之下加入第四个人。第四个人，如果同其他人的装饰不一样（这经常会发生）可以在没有影响其他人色彩统一的基础上，被放在团体外侧。

如果四个人中有两个儿童，可以让他们站在成人的两侧以形成令人愉悦的三角形构图。如果儿童在紧挨着成年人的团体两侧，让他们尽量往里靠紧，这样他们才能成为整个构图的一部分。

这是一幅四人人像照，Mark Nixon将新娘和伴娘摆成一条线——但是头部不同的高度在框架内形成了一道温柔的曲线，大胆泼辣的眼神以及夸张的表情令人难忘







左图——这幅五人的人像中通过两种方式达到视觉均衡。首先相对于儿童，新娘的体量看起来大一些，所以你在衡量这两组主体时就得到了一种平衡；其次新娘和离镜头最远的小女孩都在朝构图的中心看，而下身则偏离中心，构图上小下大，营造了簇拥感。David Beckstead摄

下图——如果你能在一幅团体人像作品挖掘各个主体的个性并将它们有效表达出来，那么你就是最棒的团体人像摄影师了。Mark Nixon摄

**五人或更多人。**随着团体人数的不断增多，让主体保持不同水平的方法能够创造视觉愉悦感，让观赏者的目光像乒乓球一样从一张脸跳跃到另一张脸上（只要安排的线条符合逻辑、令人愉悦）。脸部的摆姿而不是身体决定构图的好坏和吸引力。上小下大的构图看起来比较好，四、五个人合影应尽量让底部看上去宽一些。

记住，照片中每一个隐含的线条和形状都应该是有

意识的设计，对于不符合逻辑的（比如，线条或图像没有意义），要重新构思。让观赏者在浏览图像被你在构图中创造的线条和形状所吸引。

尝试在你构图中创作S图形和Z图形。这些都是非常愉悦的图形，能够帮助你在构图中吸引住观赏者的目光。同样，记住斜线在图像中有非常强的视觉效果，是摄影师常用的设计技巧。







上图——这是“花束式团体照”的最好例子。从头顶拍摄，团体紧密地站在一起，一起向上看，如果用广角来拍摄，尽量把人群放在构图中央，远离构图的边缘。Dennis Orchard作品

右图——Frank Frost 是一位利用图形构图的天才——在这幅图中，看看你能发现多少三角形。这些构图创造出潜意识的视觉中心点，吸引观赏者沉浸于作品中



上图——这位小家伙是他五位姐姐眼中的明星，不仅因为她们富有爱心的目光，还有Mark Nixon有意将他设定为构图中最亮的人物，姐姐们组成的漂亮金字塔形状是作品的又一大亮点



当进行四个人或更多人摄影时，你应该同样在构图中创造形状。例如，七个人的团体中，可以构成两个钻石形，中间的一个人成为两个钻石形的连接部分。能够使这些复合构图效果更好的办法是让每个人都稍微朝向画面的中心。

当在图形中加入第六个人或第八个人时，尽量让构图看起来不要太对称，最好可以通过构造流线条，并通过线条的自然延伸来包容新加入团体的人。



## ■ 聚焦技巧

1. 要使相机的背面同主体平行。在团体拍摄过程中提高照相机的高度（照相机的角度朝下，这样胶片的平面和团体的平面更为平行）优化聚焦平面来减少团体照中前后排的纵深，使前面和后面的人都处于焦距内。达到这种效果最简单的方式是站在梯子上往下拍摄，如果你经常拍摄团体摄影的话，这会是个很有用的工具。确保有人扶住梯子，防止你摔倒，安全第一。

2. 调整焦距。镜头以近似直线的路径聚焦物体——但并不是完全的直线。如果你让主体排成一条直线，然后向后退取全景拍摄，你可以在任何光圈上清晰地呈现所有的主体。不过距离太远了构图中的景物就显得太小。为了让主体保持适中的尺寸，你必须靠近团体，此时镜头的变形会让团体两边的人显得比站在中间更远，那些离镜头较远的主体很难纳入焦距。解决的办法就是让人群站成弧线，中间的人群往后退，队尾的人群向前，这样团体里的所有人距离镜头都有一个相对相同的距离。从相机看团体的人就像站成一条直线，事实上为了照顾画面所有主体你不得不牺牲掉画面的清晰度。

3. 让面部处在同一个平面内。使每一个人的脸部处在一个狭窄的平面（距离照相机远近），使团体中后面的人群向前倾斜，团体中前面的人向后倾斜。对一个大的团体而言，这能够让所有的人紧密地站在一起互相接触。这会最大程度缩小团体之间的距离，允许每个成员的头部尺寸更大更清楚。

## 大团体

一旦一个团体超过九个人，摆姿和灯光就会变得更加复杂——如果你控制不住，麻烦将不断。头脑中有一个事先的针对团体的拍摄计划是非常关键的。

团体的摆姿经常需要你整合站着和坐着以及跪着的姿势。站着的人应该转向镜头 $20^{\circ}$ ，这样他们的肩膀和镜头的平面就不平行。（一个例外是，当较小孩子们正对着镜头时，他们将会在视觉上更突出。）

你指导主体摆姿时，自然、舒适是非常重要的。即使是有经验的摄影师带着助手指导一个二十人甚至以上的团体时也要用十多分钟。这就要求你的主体摆姿是非常舒服且自然的。自然的摆姿不需要过多的引导就能让主体进入状态并能够长时间保持。

团体要保持灵活，随时准备对你的指令做出反应，随时准备变换摆姿。尽量让团体每个人倾听你的指导，当然不应该对他们大吼大叫，要表现得自信、积极，行为举止要得当。

在自然摆姿上，要时刻对一些错误的拇指以及手部姿势保持警惕。要从横向、纵向分开检测团体中每个部位，排查不合适的摆姿。

## 团体中手部的摆姿

在团体人像中，手部的摆姿是一个问题。除了手部的体积较小，手部本身也会引起注意——特别是在黑色衣服的对比下。手部在坐着的团体人像中是个问题，你第一眼扫过就会感觉手太多了。

手部摆姿的一般原则是不要全部展现出来，也不要一个都不展现。不要让大拇指或者部分手指展现。要尽量把手部隐藏在花束下、帽子里或者其他人身后。要意识到这些潜在因素可能转移注意力，对手部的摆姿的检测是构图检查的重要部分。



上图——摄影大团体是Dennis Orchard的强项。他每次都会占据一个制高点，那样他就能控制景深。从上部拍摄，从任何角度清晰度都要比从平地高度拍摄的范围大。在这幅图中，Dennis的问题是阳光和背阴的调和。他通过调低亮光值级别达到不完全曝光，这样他就能在后期的制作中保留阴暗值。这幅图片用的是佳能E0S5D 17mm镜头。你能看到，因为他站得不够高，一些距离图像边缘太近的人物有些变形



下图——团体中手部的摆姿应该是精心设计的。在Frank Frost这幅美丽的团体人像中，每个人至少有一只手被展现出来而且是得体的。把手放在裤兜里应该用拇指勾住，那样你就能看到手部而不是拇指。其他的手应该被隐藏起来以简化构图。在曝光前你反复检查主体，消除手部的摆姿问题



男士可以把手放进裤兜里，把袖子放下来（如果有的话），用拇指别在裤兜的外面，这样就和弯曲的胳膊之间形成一个三角形，同时让人看到手是放在裤兜里的。对女士，可以把手放在膝盖下或藏在其他人身后。





Micheal Greenberg是一位创作全景图的天才。这幅作品他先拍摄单个团体，然后在Photoshop将他们整合到一起，并小心地处理掉相片中的缝隙。在照片中形成不同小团体中各种形状和线条的组合值得借鉴，和谐的组合让观赏者的目光在一组组构图完美的小团体中愉悦地游移

## 有用的摆姿工具

扶手椅、情侣椅及沙发。随着人数的增加，你的一个最重要的选择是增加扶手椅、沙发以及情侣椅子。宽扶手、吸引人的装饰表面，是增加人数非常理想的道具。

扶手椅应该排放在和镜头成  $30^{\circ} \sim 45^{\circ}$  角的地方。对两个人而言，一个人坐着，另一个人要么朝着椅子站着（全图拍照）或者另一个人坐在扶手上，身体转向坐椅子的人。坐在扶手上的人应该在坐在椅子上人的后面，胳膊下垂在后面。

当增加第三个人时，你可以让他坐在另一个椅子上或者站在一侧。如果站着，这个人应该把重心放在后脚上，放低肩部。所有三个人的头部应该距离相等。第四个人可以保持站姿朝向团体的中心。

之后的工作就是增加面孔让他们延续构图的连续性。

你能够使人蹲在人群的中间，挡住其他人的双腿，也可以让两侧的人跪在地上（或者坐在地上）形成金字塔构图。

## ■ 团体表情

一个创造自然笑容的最好方式是赞扬你的主体。告诉他们看起来是多么的棒，你是多么喜欢他们的某些特征。通过真诚的褒奖能够帮助人们塑造自信，你将会使主体笑得很自然，他们的眼睛也将会神采奕奕。Dennis Orchard 摄。





只要遵循团体摄影的原则,可以轻松地把小团体扩大到十四人的大团体。寻找头部之间的三角形、斜线以及脸部之间相等的距离。

**楼梯、椅子及斜坡。**在户外或者在驻地,比如在招待会上,你必须找到类似山坡、台阶或者楼梯的地点,可以相对舒服地进行拍摄。这些都能够达到椅子的效果:使拍摄的主体在整个构图中处于不同的高度,为画面制造流动感。

## 最后检查

摄影师在创作一幅团体人像中最大的失误可能就是图像中的背景元素看上去好像是从拍摄主体身上长出来的一样。虽然这是一个低级失误,但即使是顶级的摄影师偶尔也会出现这种错误,主要原因是摄影师没有做最后检查。这就要浏览团体轮廓,确保没有忽视背景元素对主体的影响,尤其要注意有大的纵向的物体,比如灯光柱、柱子,以及一些斜线。即使这些元素不在焦距内,但如果他们的光色突出了,就会干扰甚至是破坏原本美丽的构图。

在这幅照片中,Michael Greenberg以剪影的方式拍摄主体,选择在光亮的墙壁上曝光。不同高度的头部、看向不同的方向,好像五线谱上的音符。这是一幅获奖作品

有效控制构图的背景方式就是在拍照之前检查一下拍摄地点。在一天中合适的时候检测光线,每隔一两个小时后重新检测一下光线变化对背景的影响。





## 第9章 儿童人像摆姿

儿童摆姿和成年人不同。即便两岁儿童能够坐正，但让他们多做一秒钟都是很难的事情。另外婴儿是无法进行语言沟通的，根本无法进行摆姿说明。本章将介绍如何指导小孩摆姿，特别是婴幼儿。

### 初次见面

在第一次接触小孩并开始交谈之前，先要和其父母交流。小孩的表现受母亲的影响很大，往往根据母亲的态度判断一个陌生人是朋友还是威胁。专家建议不要尝试和小孩成为“朋友”，否则小孩的压力就太大了。相反，给他们一些玩具，让小孩知道这些玩具就是放在那里供他们玩的。

### 顺其自然

让孩子做自然的事情是非常重要的。逗乐他们，像孩子一样，给他们一个玩具或其他的东西吸引他们的注意力，但是要给一些最基础的引导。小孩如果感觉他们在被指挥的时候，他们就会变得不合作了。用玩具玩一个游戏，那样小孩就会表现得自然和快乐。需要微笑时，不要告诉他们要微笑（如果你让他们微笑，他们将不会顺着你的意思做）。让母亲和父亲一起配合拍摄，婴幼儿一般不动，但有时也会爬来爬去，需要父母把他们抱回来。

让父母守在旁边就会让拍摄更容易一些，在陌生的环境中给小家伙一些安全感。这同样能够帮助摄影师引导特别的表情和动作。摄影师可以对小孩说，“看看你的爸爸，是不是很笨啊？”这时父亲可以做一些可笑的动作或用其他方式来逗乐小孩。

### 抚摸

有时候，无论你说得多么简单，孩子就是不懂。最好的解决方式就是温柔地抚摸孩子，梳理一下孩子的卷发，或者暂时把拍摄放在一边换换思维——总之可以采用任何有利于拍摄的纠正方法。据说，抚摸可以让孩子感到亲近，特别当你是一个陌生人的时候。先询问，然后再温柔地解说你正在做什么。如果小孩非常害羞，就让母亲或父亲引导孩子做每一个动作。

### 面部摆姿

**面部视角和头部倾斜。**头部摆姿在第1章介绍过了，即使小孩也可以轻易做到。转移他们的注意力，让他们看向需要的方向。你可以让助手在孩子的视野里举着一些有趣的东西（像羽毛）来调整孩子头部的线条，引导孩子转动头部。

下页图——有时候母亲或者父亲需要参与做一些逗乐的动作。否则，摄影师就应当采取主动。Jim Garner摄









头部倾斜比较复杂。你可以让助手倾斜他的头部，然后告诉小孩，“能这样做吗？”但是你会常常得到过于夸张的效果。

**眼睛。**使孩子的眼睛保持明亮而又有活力的最好方式就是让孩子沉浸在对话或一些小游戏中。如果孩子在你说话的时候没有看你，那么他要么是感到不舒服，要么是害羞。在特殊的情况下，你应该让母亲做一些诱导工作。她的声音是安详的，将会引导积极的表情。

**表情。**孩子一般会模仿你的表情。如果你需要一个温柔的、甜蜜的表情，就要通过温柔的、轻轻的语气。如果你需要一个夸张的笑容，那么就把逗乐的级别提高一些。

不要告诉孩子要笑。相反，让他们重复一些好笑的词语，或者问他们喜欢的冰激凌等。不要害怕拍到一些严肃的照片——最好的表情不仅仅是夸张的笑容。父母们喜欢不同表情的人像照片，既有开怀大笑的，又有绅士、文静的。

## 胳膊与双手

孩子的小手小巧漂亮，任何时候都要尽可能让它们包含在照片中。让孩子纠正手部的摆姿基本上不可能——除非给他们一些东西攥着——你可以通过调整主体距相机的距离以及焦距来适当控制手势。如果你用短焦镜头，如手部离照相机比较近，手部就会比正常尺寸要大。使用稍长的焦距会牺牲和孩子近距离拍摄的亲密感但能纠正扭曲。

上图——Jennifer George 在拍摄的时候通过镜头对小女孩的摆姿进行了细微、低调的调整，即使针对小孩，这种技巧也是可以采用的，但不要像拍摄成年人那么严肃。注意手部精巧的摆姿和头部、颈部美丽的线条

下图——Jennifer George 擅长儿童摄影。她能够吸引她们的注意力，让她们的目光表现出沉浸在这种经历中的喜悦。这幅作品中，Jennifer捕捉到了这位金发小美女奇异的蓝色眼睛，并通过互补色搭配的方式凸显了这一特点





这个小孩的头部和镜头形成了一定的角度。毫无疑问摄影师采取了特殊手段激发了孩子天真的笑容和动作。Frances Litman摄



使用稍长焦距会牺牲近距离拍摄小孩的亲密感，但可以纠正扭曲。

当小孩站着的时候，手的摆姿就成为一个难题。如果你在拍摄一个小男孩，让他的小手放在口袋里，你也可以让宝宝们合上手臂，尽管这种姿势有时候看起来有点目中无人的味道。让一个小女孩把一只手放在腿上，这样你就能看到她的手指。拍摄儿童站姿时，成人椅是最好的道具，因为孩子的双手可以方便地扶在椅子扶手上，或者椅背上。





有时，简单的道具，如鲜花，就足以吸引孩子的注意力让他们乐呵一阵子。Kersti Malvre 摄



这幅人像的名字叫“完美宝宝”，Tim Kelly为大家展示了儿童人像也可以拍得很奢华，当然作品也表现了一些基本的摆姿原则，如宝宝双手的摆姿方式。它们看上去是圆嘟嘟的右手食指有意识地伸出来与其他的手指分开。有时在拍摄儿童肖像时，最好能给他们一些圆形的把手之类的东西握在手中，这样能给他们安全感，同时也能展现小手的圆实感。画面中宝宝的表情也经典至极



## 坐姿中的腿部和双脚

当坐着时，让孩子的一条腿弯压在另外一条腿上，这样就形成了一个三角架的形状，比较稳固、挺直。孩子们在这种摆姿下会很舒服，并且可以充分运用他们的双手去玩玩具或道具。最重要的是除非他们很活跃，不能让他们随心所欲地变动姿势。

## 不同年龄摆姿技巧

**新生儿。**婴儿在一天里一般都不会太警觉。在出生后的几个星期他们要么睡要么吃。拍摄的时间可以选在喂宝宝的时间左右，拍摄前最好让妈妈喂一下宝宝。

**婴儿。**这时候的宝宝喜欢趴着，拍照时你可以买个U形宝宝摆姿器（在任何一个宝宝用品零售店都可以买到），帮助他们把头立起来。让宝宝的脸向上扬起，双脚拖在后下方。镜头最好比宝宝的头部低，这样宝宝就不用仰头看镜头而产生面部变形了。

6~7个月大宝宝大部分时间都要用来学习如何坐着不摔倒。这时候最适合给小孩拍照，因为他们已经学会观察周围的事物，但是还不会绕着屋子乱跑。Jim Grarner拍下了这个小姑娘好奇地揣摩镜头后面是什么名堂的瞬间







两岁的小孩喜欢和他们的玩具一起拍照，这个小女孩和自己卧室里的小木马拍照就很开心。Amer Holtritz摄



兄妹两人如果年纪相仿，一般喜欢整天在一起。这样的交流一般有利于好的摆姿，就像Jim Garner拍摄的这幅宝贵的作品一样

如果和妈妈分开，宝宝不能很好地配合拍摄，你可以近距离拍摄一些人像，不让妈妈扶着宝宝的手进入镜头。比如你可以让妈妈躺在宝宝的身边，这样不会让宝宝有和妈妈分开的感觉。大多数妈妈可以让宝宝坐在大腿上，让后身子后仰形成一个清晰的拍摄视角。

**6 ~ 11 个月的婴儿。**一般父母会在宝宝六个月的时候去给宝宝拍摄第一次正式照片，也有可能在6个月末或7个月大的时候拍摄。宝宝在这个年龄开始学习关注周围的事物。他们渴望交流，很高兴，但动作不大，这样会使拍摄进行得更顺畅。大部分宝宝乐意坐着玩不哭不闹，使拍摄很容易。



**两岁的儿童。**孩子长大一些就不好再把他们困在小场景里拍摄了。两岁的孩子可以随心所欲地做他们想做的事情，更为好动并开始学习说话。两岁的孩子正在尝试着人生中第一次的独立，所以建议给他们一个宽松的环境(在室外更好，这样他们就有更大的活动范围)。当然，你可以通过耐心和沟通能力，来指导执拗的两岁的儿童，但是别指望他们能坚持很长时间。

**大一些的儿童。**孩子再大一些，最好的方法是和他们聊天。许多孩子不认生，可以谈任何事情。好的话题要融入周围的环境，尤其在室外。你可以谈谈他们的兄妹、宠物，当然不需要一直聊天，但是要记住长时间的沉默会破坏气氛，并会产生防备心理。尝试让聊天节奏变缓，这样你既可以保持谈话，同时也可以随时设置相机参数。

运动中的摆姿——比如绕着树追赶小女孩——总是很有趣的，是捕捉好照片的好机会，只要孩子没有筋疲力尽。Dan Doke摄







像这幅照片中的特写镜头往往能够经历时间的检验，成为家庭最喜爱的照片。Jim Garner摄

孩子们也希望同样获得平等的对待。他们不喜欢被命令去做一些事，他们尊重事实。你应该坦诚地告诉他们你希望他们做什么，拍照时让他们完全参与其中。甚至如何拍摄你也可以询问他们的意见。孩子们喜欢被询问，而且他们可能还会想出很棒的点子。

## 摆姿道具

**摆姿台阶。**许多儿童摄影师使用一系列的可移动台阶或者方块。台阶和方块是很好的支撑物，学步前儿童在上面爬行很安全。而且，这些道具在同时拍摄很多儿童的时候也很好用，不同儿童的头部处在不同的水平面，这是一幅很好的构图。

**椅子。**小孩在被围住的时候会更老实一些，所以小椅子是很好的摆姿道具。在椅子上放个小靠枕，然后让妈妈把宝宝放进椅子上，当一切就位时，妈妈就可以唤宝宝的名字让他望镜头看了。

## 运动中摆姿

在拍摄小孩子时，摆姿就是让孩子进入他们日常自然的生活状态。孩子们在运动的照片中表现得最为积极。在一个典型的摄影场景中，助理会在镜头之外的地上和小孩一起玩。拍摄前要准备很多道具，包括吹泡泡瓶、荧光笔、长的羽毛、哨子以及一两本故事书等。当摄影师布好光并设定好相机参数时，助理就开始逗小孩子活跃气氛。长的羽毛能够带来视觉和触觉的刺激。大部分孩子都会很激动，表情也会由好奇变得分外开心。

大部分儿童摄影师都会有许多道具和玩具供孩子玩。妈妈也可以再带一些孩子最喜欢的东西，比如小动物、小老鼠或者一些其他的宝贝玩意儿。这些玩具能够用来吸引或转移孩子们的注意力。

通常需要使用许多道具来逗孩子坚持完成拍摄。在这种情况下，玩扮演游戏是最好的主意。孩子天生好奇心强，你可以说“假装你是一个……”，用这种方式你会发现孩子能够很快按着你的设定进入角色。

有时和小孩子在一起，你需要装得傻傻的，说说你的宠物犀牛，或者你那辆粉黄条车身紫色座椅的小汽车。我认识的一个摄影师喜欢问小孩：你结婚了吗？这个问题总是能把小孩逗乐。另一个小孩喜欢的游戏是躲猫猫，藏在相机后面，然后从另一侧出来，孩子们都笑得很开心。

下页图——Tamara Lackey在拍摄儿童人像时添加了一份智慧的气息。在这张简洁的人像中，柔和的色调和浅浅的表情让观者完全沉浸于画面中，欣赏着小女孩个性中的美好气质







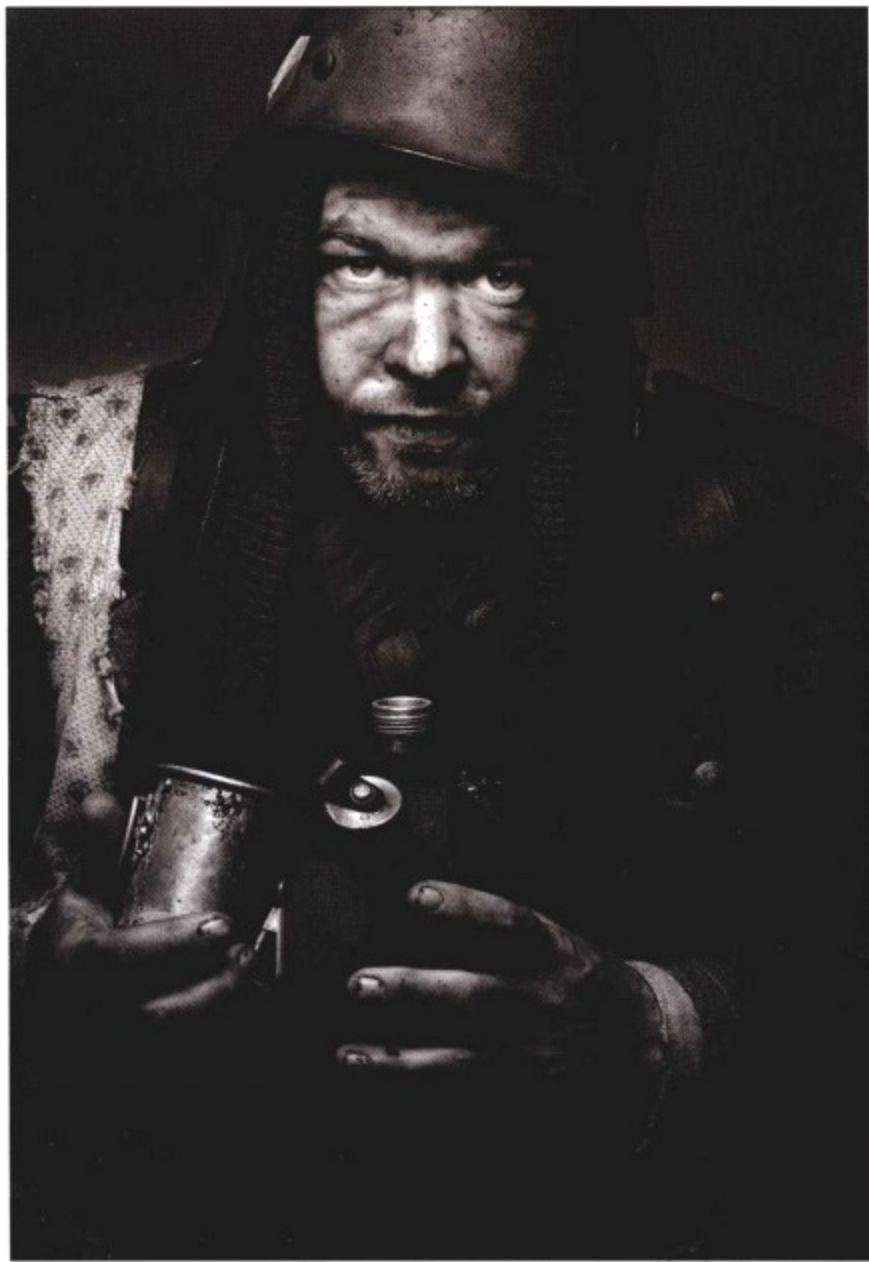
# 结语

极具禀赋的人像艺术家 David Williams 对于人像艺术有着自己的理解，最近他总结了什么是伟大的人像作品。他说，摄影就是生活。画面中有生命力吗？生命力是人像摄影保持历久弥新吸引力的统治因素。

在优秀的人像作品中，我们无论是个体还是整体，都会重新发现让我们感觉存在与伟大的元素，发现让我们成为人以及性格脆弱的元素，发现让我们喜怒哀乐、

感觉彼此依存元素。

最棒的人像摄影作品会展现出设计的简洁感和历代完美技艺的整体特性。总之，成百上千的人像作品，无论是当代的还是古代石刻画，表明我们从没有停止过对自我认知的追求。人像摄影是一个当代的艺术形式。像纳西索斯（Narcissus）一样，我们从没有疲于看见我们自己的反思。



人像摄影有超越文学的能力，是一门艺术。这是一张由David Williams命名的俄国大兵的照片，拍摄于1943年。主体表达了在二战俄国战场溃败后的、曾经有过荣耀的德国士兵。他的衣服显示他的生活很艰难。他手上的东西显示他的生活基本维持在生存水平。Williams喜欢在当代的人像摄影中重塑历史时刻，为了重新吸收在那艰苦年代学到的教训



David Williams有能力将戏剧风格融入到他的历史人像中——像这幅人像，名称是“你是新时代男性？” David说，“这个形象表达了一个冷酷的、恶毒的狄更斯小说的职员形象。我尝试想象自己就是那位营养不良、遭人虐待的小男孩，从事着那份工作



# 摄影师介绍

**Nick Adams.** Nick 在美国犹他州和设计师妻子 Signe Adams 一起工作。Nick 以前是一位音乐家，后来在加利福尼亚大学取得人类学学位后成为犹他州一位摄影记者。Signe 在南加利福尼亚做服装设计师，热衷于时尚。2004 年他们在犹他州合开了一家工作室（St.George），开始了共同创业的生涯。

**Alycia Alvarez.** Alycia Alvarez 对摄影很痴迷，成为母亲后，她意识到她的孩子在眼皮底下长得很快，她就开始记录他们的成长过程，捕捉他们真实和天生的性格。Alycia 多次获得 WPPI 摄影大奖，她的作品获得了大家的广泛认可。Alycia 的工作室在佛罗里达，埃尔迈拉河，工作室网址是 [www.alyciaalvarezphotography.com](http://www.alyciaalvarezphotography.com)。

**Stuart Bebb.** Stuart Bebb 是伦敦摄影协会会员，曾两次获得年度婚纱摄影师称号。2001 年，Stuart 赢得大都会的年度婚纱摄影奖，同时还是富士婚纱摄影师获奖者。Stuart 在过去 20 多年拍摄了无数精彩的婚纱摄影作品，他和妻子 Jan 一起工作，Jan 负责设计和制作所有相册。

**David Beckstead.** David Beckstead 在阿桑娜的小镇生活了 22 年，借助网络、相册、数码相机、论坛、WPPI、Pictage 和其艺术背景的帮助，他的激情广泛扩展到国内、国外的婚纱摄影领域。他将他的婚纱摄影风格称为“艺术摄影主义”。

**Marcus Bell.** Marcus Bell 的创造远见、流动的自然风格及敏锐的观察，使之当之无愧成为澳大利亚最有影响的摄影师之一。他让人在镜头前完全放松的天赋让他的客户为之深深吸引。Marcus 的作品曾在澳大利亚和海外无数杂志发表，包括《Black White》、《Capture》和《Portfolio Bride》等，还有无数其他婚纱杂志。

**Drake Busath** (摄影大师，工匠)。Drake Busath 是其家庭第二代的摄影师，也是一位世界闻名摄影师，在专业摄影的众多杂志上都有他的作品。Drake 在意大利北部也经营了一家连锁摄影工作室。

**Anthony Cava** (BA, MPA, APPO)。Anthony 和其哥哥 Frank 拥有一家工作室。Anthony 在三十岁时就成为加拿大最年轻的摄影艺术大师。他凭借他的第一幅参赛作品荣获 WPPI 大奖。

**Salvatore Cincotta.** Salvatore Cincotta 是一位屡获殊荣的摄影师，他是土生土长的纽约人，现在路易斯大街工作，他的客户都是那些找乐子不循规蹈矩的年轻夫妇。Salvatore 还是《快门背后：数码婚纱摄影师财务成功指南》的作者，该书由 Amherst 出版。

**Michael Costa.** Michael Costa 从世界著名的布鲁克斯摄影学院毕业，并获得了 Still 摄影项目的大奖。他和妻子 Anna 在其在布鲁克斯学习的最后一年，成功开始了他们的创业。

**Jerry D.** Jerry D 有一家叫印象的工作室，从事人像及婚纱摄影。Jerry D 的经验非常丰富，他曾经是黑带化妆艺术总监，是 WPPI 重磅级摄影师，曾经获得很多国家级殊荣。

**Daniel Doke.** Daniel Doke 是一位完美主义者，他创意丰富，对于光和形态有着特殊的视角。Daniel Doke 是一位现代的摄影师，但他的技艺很传统。目前他主要从事商业时尚人像摄影，凭借专业技能创造了无数令人难忘的婚纱照片。

**Mauricio Donelli.** Mauricio Donelli 是来自迈阿密的世界闻名的婚纱摄影大师。他的作品融合了时尚和传统的图片记者风格。他的婚纱照以纪实著称。Mauricio Donelli 的作品曾经刊登在 Vogue, Town&County, 以及国内外其他知名杂志上，他在全世界范围都拍过婚纱照。

**Bruce Hamilton Dorn.** Bruce Hamilton Dorn 有二十多年好莱坞电影制片经验，这为他目前极具电影风格的婚纱摄影奠定了深厚基础。作为美国大师指导协会的一员，Bruce 的企业客户设计遍布麦当劳、索尼、Budweiser 以及福特等世界知名大公司。Bruce 的妻子 Maurea Dutra 是他的艺术伴侣，他们凭借专业技能屡获殊荣，并给高端艺术品味的结婚客户提供服务。

**Peter Ellis.** Peter Ellis 是一名以风格独特著称的国际知名摄影师。他的作品在美国以及其故乡英国都很受欢迎。因为他在婚纱摄影取得的杰出成绩，他曾经获得专业摄影师英国最高荣誉奖，他的网址是 [www.ellisphotography.com](http://www.ellisphotography.com)。

**Deborach Lynn Ferro.** Deborach Lynn Ferro 在 1996 年成为专业摄影师，她在此之前是画水彩画的。她是一名时尚达人，也是《Photoshop 和 Corel Painter 艺术技巧》一书的作者，该书由 Amherst 出版。

**Brett Florens.** Brett Florens 一开始是一名图片记者，有一次在从家乡南非旅游途径欧洲、澳大利亚和美国的途中，Brett Florens 为追求专业和独特性的年轻夫妇拍摄婚纱照，后来成为一位杰出的婚纱摄影师。凭借风格与众不同的相册，他很快成为全球炙手可热的摄影师。

**Beth Forester.** Beth Forester 是麦迪逊一家叫 Forester 摄影室的老板，她是维吉尼亚专业摄影协会的会员，2006 年 2007 年分获国家中东部摄影师称号。Beth 还赢得无数柯达画廊及富士艺术大奖。

**Frank A. Frost, Jr.** (PPA, APM, AOPA, AEPA, AHPA)。Frank A. Frost, Jr 在阿尔伯克基从事传统人像摄影二十多年。他曾获得 WPPI 和 PPA 大奖。他的摄影技术全面扎实，从摆姿、构图到布光无所不精。

**Jim 和 Katarina Garner.** Jim 和 Katarina Garner 夫妇俩在 1999 年创办摄影婚纱工作室。通过为时尚摄影注入更多方式和甜蜜元素，两人为前来拍照的每对夫妇都拍摄了一系列让人惊艳的作品，让他们对婚礼的记忆不可磨灭。

**Jennifer George.** Jennifer George 在 Del Mar, CA 工作。她曾获得加利福尼亚最佳摄影师称号，2001 年获得加利福尼亚专业摄影师人们最喜爱的作品，同时她还是《数码摄影师自然光家庭人像摄影之南》一书作者，更多详情可访问：[www.jwalkerphotography.com](http://www.jwalkerphotography.com)。

**Michael Greenberg.** Michael Greenberg 靠自学成立了自己的摄影工作室，他在生活中还是一名医生和项目经理，但是他热爱婚纱摄影。2008 年 Michael 获得杂志照片第一名，他的其他 23 幅作品被授予 WPPI 杰出奖，他的网址：[www.weddingpicture.info](http://www.weddingpicture.info)。

**Amer & Nathan Holriz.** Amer 和 Nathan Holriz 是一对夫妻，他们在 Chattanooga 经营一家高端现代摄影室。Amer 为 Rangefiner 杂志拍摄了很多作品，他同时还是婴儿摄影论坛的发言人。



**Kevi Jairaj**。Kevi Jairaj 是一名时尚摄影师，后转行婚纱摄影，创新视角为他赢得 Dallas/Fort Worth 声誉，他的网址：[www.kjimages.com](http://www.kjimages.com)。

**Tim Kelly**。Tim Kelly 是一位屡获殊荣的摄影师，他的工作室在佛罗里达州。从 1988 年 Tim Kelly 开始给全世界专业人像摄影师提供培训，2001 年获得佛罗里达最佳人像摄影，曾获得无数柯达杰出奖和画廊艺术奖。

**Tamara Lackey**。Tamara Lackey 在北加利福尼亚有一家工作室。她的作品曾是 *PremierBaby*、*CarolinaParent* 和 *Adoptive Family* 杂志的封面。她自己的婚礼作品刊登在 *Knot* 和 *Wedding Unveiled* 杂志及新娘系列书籍。她还是《儿童摄影艺术》一书的作者，该书由 Amherst 出版。

**Christian Lalonde**。Christian Lalonde 是渥太华人，他经营一家商业摄影工作室。他的客户集中在公司、建筑业、食品业、产品业以及编辑行业。2002 到 2003 年他获得享誉很高的加拿大最佳商业摄影奖。

**Robert Lino** (PPA APM AOPM AEPA FDPE FSA)。Robert Lino 是一位迈阿密摄影师，擅长人像和社会事件拍摄。他的风格正式而优雅，每一份作品都能抓住人心。Lino 是一位享有很多荣誉的摄影师，经常出席各种摄影巡回论坛及研讨会。

**Frances Litman**。Frances Litman 是一位屡获殊荣的 Victoria, BC 摄影师，多次为柯达和富士胶卷拍摄广告作品。她曾获得柯达艺术长廊奖，获得 BC 职业摄影协会的年度最佳摄影师奖。

**Kersti Malvre**。Kersti Malvre 因独特、敏感的拍摄风格著称。她的艺术视角将黑白照片与油画触感结合起来。她精心用色和对细节的关注，让她的作品呈现出经典弥久的质感。

**William S.McIntosh**(F-ASP)。William S.McIntosh 为美国许多重要人物及他们的家庭成员拍照，偶尔也会因工作任务到英国拍照。他在全世界做讲座，是《经典人像摄影》一书的作者，该书由 Amherst 出版。

**Annika Metsla**。Annika Metsla 住在东欧的一个小城镇上，她是 WPPI 的活跃会员，经营了一家生意很好的摄影工作室，同时获得 WPPI 多项摄影奖，她的网址：[www.annikametsla.com](http://www.annikametsla.com)。

**Mark Nixon**。Mark Nixon 在爱尔兰开了一家工作室，他是 2006 专业最佳摄影师，同时还赢得了柯达以及富士婚纱摄影大奖，获得 WPPI 高级摄影年度最佳奖，他的网址：[www.marknixon.com](http://www.marknixon.com)。

**Michael O'Neill**。Michael O'Neill 是一名广告和杂志摄影师，他曾经服务过 The New York Jets, Calvin Klein, Avis 等公司。他以拍摄杂志人物见长，不仅为大型企业提供服务，偶尔也客串一些零售超市等。

**Dennis Orchard**。Dennis Orchard 是一位屡获殊荣的英国摄影师，他是英国人像婚纱摄影协会会员，是 WPPI 的代言人和获奖人。他的独特婚纱摄影多次获奖，包括 WPPI 最佳生活方式摄影等。

**Larry Peters**。Larry Peters 是国内最成功的高级摄影师之一，他的网站有很多好的信息 [www.petersphotography.com](http://www.petersphotography.com)。

**Greg Phelps**。Greg Phelps 屡获殊荣，25 年来他凭借高超技艺和独特视角一直为财富 500 强企业提供照片。他的人像作品有飞行员、CEO、议员，还有很多数码巨擘，他的邮箱是 [greg@giphelps.com](mailto:greg@giphelps.com)。

**Stephen Pugh**。Stephen Pugh 是一位英国知名摄影师，他是 WPPI 和英国摄影协会会员，曾获得国家举办的摄影大奖。

**Hernan Rodriguez**。Hernan Rodriguez 以商业摄影和人像见长，多次获得国内外大奖。他独特的风格融入了艺术与摄影，为他赢得

了 25 项专业摄影大奖，包括在时尚摄影界为优秀摄影师设立的黑与白蜘蛛奖，他的重要客户包括 Guess, Playboy, Corona, EMI 和 Sony 唱片等公司。

**Tero Sade**。Tero Sade 是一位澳大利亚顶级摄影师。2003 年他卖了 Brisbane 产业，重返塔斯马尼亚致力于希望工程，更多作品可见：[www.tero.com.au](http://www.tero.com.au)。

**Martin Schembri**(AIPP)。Martin Schembri 在 20 多年连续获得许多国内大奖，并取得了 AIPP 摄影双学位，他是国际知名人像、婚纱及商业摄影师，在世界范围内举办过巡回展出。

**Tim Schooler**。Tim Schooler 屡获殊荣，以时尚拍摄高中生人像见长。她的作品在国内外许多书籍和杂志中刊登。她的工作室在 Lafayette。她的网址：[www.timsschooler.com](http://www.timsschooler.com)。

**Dawn Shields**。Dawn Shields 在 8 岁开始就给 Shutterbug 和 Popular 供稿。在她的第二个孩子出生后，她决定追寻自己的摄影之梦，创建了同名工作室，6 年后该摄影工作室成为当地顶级的婚纱和人像摄影室。

**Brian & Judith Shindle**。Brian 和 Judith Shindle 共同创建了创意工作室，下设摄影工作室、艺术馆和会展策划等部门。Brian 的作品多次获得 WPPI 国际竞赛大奖。

**Kenneth Sklute**。Kenneth Sklute 在爱尔兰创建了他的事业，在亚利桑那州开了工作室。他获得了爱尔兰最佳婚纱摄影，PPA 年度最佳摄影师，APPA 最佳婚纱摄影，还曾多次获得柯达和富士大师奖。

**Cherie Steinber Cote**。Cherie Steinber Cote 作为一名摄影记者在 Toronto sun 开始了她的摄影生涯，她是该公司的第一位女摄影师。现在在洛杉矶，其作品刊登在 *Times*、*Los Angeles Magazine* 以及和 *Town & Country* 上。

**Vichi & Jed Taufer**。Vichi 和 Jed Taufer 一起开办了 V 画廊，这是一个有名的人像摄影工作室。Vichi 的作品在国内获得了广泛认可，曾获得 WPPI 奖。Jed 是 V 画廊的老板。他们的网址：[www.vgallery.net](http://www.vgallery.net)。

**TriCoast Photography**。TriCoast Photography 是一个包括艺术家、作家以及世界大奖获得者的摄影师组成的团队（成员有 Mike Fulton, Cody Clinton Jordan Chan, Suzy Roberts 和 Cindy Williams），因高效无线动画高科技，时尚编辑的风格和量身定做的态度而出名。前“Eastman Kodak 全球摄影师观察”TriCoast 在“热爱生活”的基础上创办了这个组织。

**Deanna Urs**。Deanna Urs 热爱摄影，经过多年不懈努力，成为一名国内外知名人像摄影师。Deanna 使用自然光，喜欢细微的表情，创造的人像艺术品具有震撼力，她的网址：[www.deannaursphotography.com](http://www.deannaursphotography.com)。

**David Anthony Williams**。David Anthony Williams 在澳大利亚维多利亚开了一家工作室。1992 年他获得英国皇家摄影协会会员称号，2000 年获得 WPPI 杰出摄影奖。

**Jeffery & Julia Woods**。Jeffery 和 Julia Woods 两人共同创业，赢得 WPPI 2002-2003 年度最佳婚纱摄影集，获得两次富士大师奖，一次柯达艺术长廊奖，更多请看 [www.jwweddinglife.com](http://www.jwweddinglife.com)。

**Yervant Zanzanian**。Yervant Zanzanian 出生在东非 Ethiopia，在那里他毕业后就在父亲的摄影工作室工作。他在澳大利亚拥有最出名的摄影工作室，客户遍及国内外。



# 传统人像摆姿的概念已发生悄然变化，你是选择特立独行还是墨守陈规？

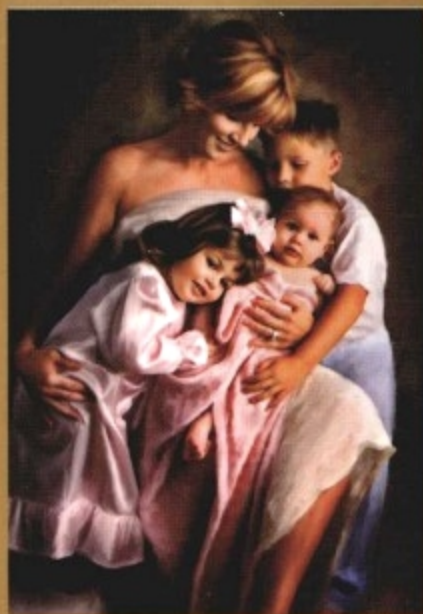
传统的人像摆姿一直被冠以优雅刻板的印象。尽管今天的顶级摄影师没有忽视过去几百年积淀下来的基础摆姿原则，但却更喜欢拍摄随性的摆姿风格，他们的作品风格多样，从清新自然到动感十足。本书中《RangeFinder》的杂志主编比尔·赫特尔（Bill Hunter）会手把手教你传统的人像摆姿技巧，但重点是他会带你一起去打破陈规。大量美图汇集了众多顶级摄影师的先锋理念，让你的作品赢得客户喜欢的同时达到前所未有的艺术高度。

## 本书将告诉你：

- 婚礼、家庭、学生及儿童摄影的技巧；
- 摆姿基础、调整及针对不同年龄段的拍摄策略；
- 拍摄不同寻常作品的技巧；
- 通过摆姿掩饰拍摄对象有缺陷的身体部位；
- 工作室及外景拍摄中的摆姿技巧。

## 本书技巧及图片来自：

Nick Adams	Jim Garner
Alycia Alvarez	Jennifer George
Stuart Bebb	Jerry Ghionis
David Beckstead	Michael Greenberg
Marcus Bell	Kevin Jairaj
Anthony Cava	Tim Kelly
Salvatore Cincotta	Kersti Malvre
Michael Costa	Bill McIntosh
Daniel Doke	Dennis Orchard
Mauricio Donelli	Larry Peters
Bruce Dorn	Tero Sade
Peter Ellis	Martin Schembri
Brett Florens	Dawn Shields
Beth Forester	Ken Sklute
Frank Frost	



装帧设计：胡萍丽

分类建议：艺术 / 摄影

人民邮电出版社网址：[www.ptpress.com.cn](http://www.ptpress.com.cn)

更多资料请关注我的网易博客<http://ntccy2009.blog.163.com/>

ISBN 978-7-115-29046-5



9 787115 290465 >

ISBN 978-7-115-29046-5

定价：59.00 元