对于不常拍婚纱照的新人来说，拍婚纱照绝对是一件幸福的事，但同时也是很痛苦的事。因为在拍婚纱照的时候很多新人不知道怎么摆姿势，表情应该怎么表现。很多新人在面对镜头的时候就像定住了一样，只会傻傻地站在那。小伙伴们不用担心，下面小编就告诉你上镜怎么拍好看，相信看完这篇攻略，新人们上镜就不会那么紧张啦！

攻略一：表情

01.充满自信

拍婚纱照摆姿势另一个重要的方面就是一定要自信。很多新娘怕自己太胖或者是怕自己不够丰满，不敢摆姿势；还有一些新娘比较内向，在镜头面前很羞涩，不能大方地展现自己。因此要想拍好婚纱照，首先要放下这些包袱，勇敢面对镜头，展现自己的独特气质。想象自己是最漂亮的，不要老担心自己样子不好看，一定要神情放松，充满自信。

02.自然微笑

拍婚纱照最重要的表情就是笑。不要刻意去笑，只要想想自己开心的事，想想以后和心爱的人一起生活，那么自然就会从心底泛起一丝微笑。这是最真的微笑，也是最美的微笑。微笑是最上镜的表情，但婚纱照里最好别大笑，以免双眼周围的细纹明显，失了仪态。

攻略二：道具

01.巧用双手

双手是拍婚纱照的时候最好用的道具了。在拍照片的时候，新郎和新娘运用双手做出拥抱，拉手和搂腰等不同的动作，就能拍出不同感觉的婚纱照片。同时双手还可以遮掩身体的某些缺陷（比如脸部的痘痘、宽大的脸颊等），进而使婚纱照拍得更加完美。

02.借助道具

拍婚纱照摆姿势除了充分利用人体的各个部位，有时候还需要借助一些道具，比如

一束手捧花不仅可以将新娘妆点地更加典雅，而且放到肚子前面还可以挡住新娘肚子的赘肉；再比如新娘带着花环坐在秋千上，不仅可以拍出清纯的气质，还可以掩饰矮个子新娘身高的劣势。因此借用道具拍婚纱照往往可以摆出别样的姿势，出奇制胜。

攻略三：注意事项

01.把头部稍向上仰，鼻子看起来会显得较小。把鼻子对着比镜头稍高一点的位置，可使脸部轮廓看起来更美，并减少眼睛下部的阴影。

02.自然的站直、挺直腰背，那么长腿、臀部曲线自然会出来，表情也会随着神采奕奕。身体也可以略微前倾，如此一来，脸部的视觉会更加有立体感，整个脸庞面积会相对地缩小。

03.收紧下巴，让脸孔呈现出优雅的姿势，眼神略微由下往上看，会更加炯炯有神，眼睛更大。通过自己的方式让下巴变尖，可以是简单地稍扬嘴，有的人会动耳朵，当你把耳朵提起来的时候，下巴也同时尖出来了，通常专业模特都会用舌头顶着上颚前牙齿的背面，这样会令嘴部和脸下部更好看。

不知道看完这些攻略你们学会了吗？如果你们真的不会摆姿势，可以听摄影师的指导哦，可能自己感觉别扭，但是会拍出你意想不到的效果哦！掌握了上镜秘诀，选择一个靠谱的摄影团队更重要哦
。给大家安利一家青岛
的小众旅拍工作室吧，纱洛希全球旅拍，他家的摄影团队是一群有想法有创意的年轻人，新人完全不用担心不会摆拍姿势，想要拍什么风格的直接和摄影团队沟通就行，以客户为中心，消费比较透明价格也很合理，服务很周到，直到拍到客户满意为止。还在犹豫的新人可以考虑一下哦！