

Taking pictures  
with family

# 带着家人 玩儿摄影

—梁宏武

（编者按）很多人拿起相机都是从拍家人、孩子开始的，但发烧到一定“级别”后，家人就从他们的镜头前消失了。拍人像的，怕配偶看到自己拍年轻漂亮的异性；拍风光的，家人很难跟着自己起早贪黑……家人的抱怨越来越多。

2008年，我和太太带两个女儿到北京郊区一个农家乐里玩儿。晚上爬到老乡家的房顶上，两个女儿开心地挥舞着手电在房顶上蹦蹦跳跳。我忽然想起毕加索曾经玩儿过的光绘。就把光绘的要领和孩子们说了一遍。让她们自己设计，玩儿了起来。

那时起，我突然意识到，相机就是个玩具，带着父母、爱人、孩子一起，边玩儿边摄影，自己和家人都会很开心。

这里介绍几个经常遇到的小方法，既能为家人留下美丽的影像，也能让他们参与进来一起玩耍。



## 光绘

对环境时间没有什么特殊的要求，简单易学。既启发了孩子的想象力，又有和父母的互动，也让她们有成就感。这比让她们呆坐在景点前合影有趣多了。

简单说，光绘就是在一个暗的背景条件下，利用较长的曝光时间，用一个点光源（手电、蜡烛、Ipod、手机等）在传统相机的胶片或数码相机的感光器上作画。

◎ 把相机在三脚架或相对平稳的平台上支好。

◎ 在较暗的背景条件下，调整光圈、ISO，以相机能捕捉住手电或其他点光源的光为准。

◎ 打开相机的B门。让小孩子开始用手电等光源绘画。等她画好后，让她摆个姿势，手动触发闪光灯，把小孩的姿势摄入镜头。最后关闭B门。一张光绘就完成了。

① 晚上坐在公交车上。B门打开，先对着窗外的路灯上下摆动制造光轨。最后对准家人，手动触发闪光灯定格。最后关上B门。曝光完毕。

② 二女儿坐在海边的一块礁石上。老人在身边为她画出一只小马。

③ 日落后，二女儿摆了孔雀舞姿势，大女儿用她的IPod为妹妹画上翅膀。我用手动闪光把二女儿的姿势定格住。



## 烛光

这大概是技术难度最小，最容易讨好“领导们”的一种家庭照。光源单一，很容易突出主体。弱光条件下容易出气氛，也容易将杂乱的背景隐藏起来。

还有个推荐理由——女性的皱纹在烛光下可以被隐藏得很好。

◎ 室内的灯光最好全部关掉。蜡烛离被摄者的脸尽量贴近。

◎ 把相机设成点测光模式。针对被摄者脸部受光面的颧骨、脸蛋附近测光。

◎ 建议用较短焦距镜头，30mm左右即可。这样保证脸部不会变形，在弱光、快门速度比较低的情况下，能尽量保证清晰。

◎ 根据相机情况，把ISO尽量调高，以不出噪点为原则。

◎ 如果没有大光圈镜头，请用手调焦。

◎ 用三脚架、快门线帮助稳定相机。

◎ 快门速度最好在1/4秒以上。太慢了，人可能会模糊。

◎ 以人脸曝光准确为原则，不必过于拘泥烛光是否过曝。

① 这样的照片一般ISO1600就可以。利用桌子等家具的边缘形成对角线构图，会活跃人像画面。

② 大光圈拍摄时的光斑常可以打造浪漫的气氛。

③ 俯拍的角度新颖、神秘，与地上的烛光有了一种呼应。



## 抓拍

相信大家都有一家人在某一著名景点前合影的照片。如何把家庭旅游照片拍出新意是一大挑战。

景点“呆照”易拍却很难出彩，如果在家人没有意识到的情况下抓拍，常常会有惊喜。

◎ 根据景深、光线随时设置好相机的快门速度。当“决定性瞬间”出现的时候，摄影师已经准备好了。

◎ 一张好的照片，通常都由好看的前景和远景组成。一般这两个元素中总有一个元素是可控的。摄影师可以根据这个可控的元素摆好机位，等待另一个不可知元素的出现。

◎ 在为孩子拍摄时，采用低机位、高机位，会拍出不同的瞬间，此时带翻转屏的相机就会大显神通，如果没有翻转屏，三脚架或独脚架也是很好的工具。

① 一家人在门口散步，我看到路边白色栅栏蜿蜒的曲线很好看。就随手拍了一张。除了家里的狗狗，没有人意识到她们已经为我充当了前景。

② 小女儿在沙滩枯树上蹦蹦跳跳，刚好一对情侣在远处走过。我把相机放在沙滩上。因为机位太低，只能“盲拍”了几张。当然，虽是“盲拍”，实际上摄影师脑子里还是有画面感的。很多数码相机的显示屏可以翻到各个角度，非常适合“盲拍”。

③ 带狗狗和两个女儿在家门口的山坡上散步。狗狗跑过来做前景，两个女儿在背景里。

④ 日落前，孩子们在海滩上玩水，我在远处架起三脚架等待日落。当时脚架架得很低，几乎贴着沙子。刚好一个浪头打来，我按下了快门。快门速度是1/6秒，恰到好处地把冲过来的海水拉成丝状，又足够让远处孩子们的身影清楚。

⑤ 沙丘的纹路和天上的云纹都很有动感，并形成一种相互呼应的关系。我趴在沙丘上拍风光，小女儿恰好跑进画面，当她大概走到画面黄金分割点时，我按下了快门。这些纹路形成一组视觉引导线，既简单，又生动。





## 摆拍

家人通常不太会摆姿势,也没有模特们的耐心。摄影师要提前选择好背景甚至可以设计好构图,但尽量不要设计家人的动作、表情,自然状态下的神态往往最感人。

◎ 设计好场景、灯光后,要把相机也设定好。曝光以人脸的曝光准确、背景尽量不过曝为原则。一般我会把相机设定为手动模式。这样相机的曝光组合不会因为镜头的移动而变化。

◎ 给家人几个基本的提示后,就让她们自由搞怪。千万不要嘴里念着,“一、二、三”,那时的表情往往是最僵硬的。

◎ 拍摄过程中,摄影师要随时注意和家人的交流,互动。语言以鼓励为主。

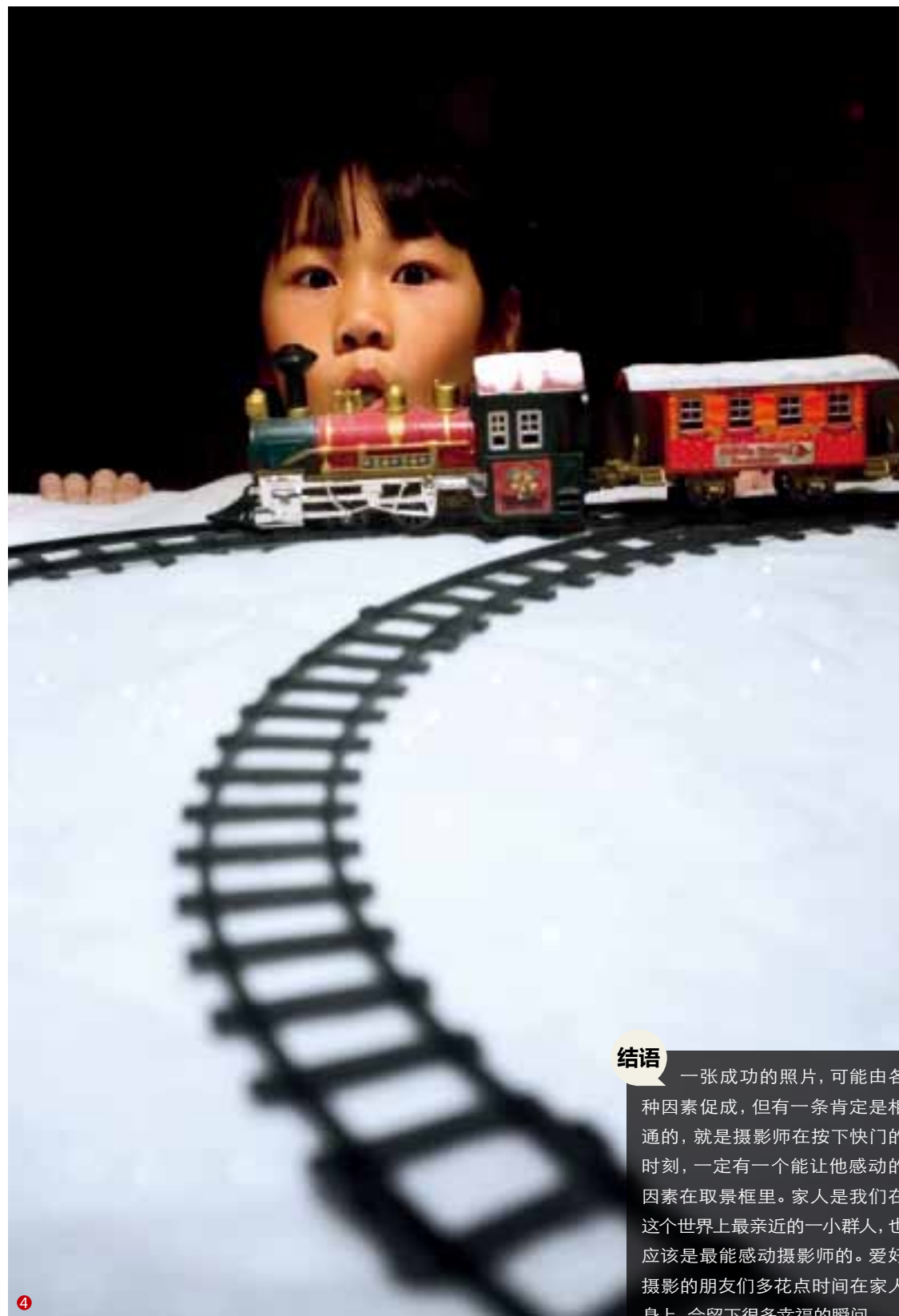
◎ 给家人拍照,时间稍微长一点,她们就会失去兴趣和耐心。这就要求摄影师在选择背景、灯光、调整相机等前期工作尽量细致准确一些。

① 这张是母亲节当天,在家的后院拍的。用了两盏灯。一盏在后边,把从龙头里喷出来的水丝照亮。另一盏打在女儿脸上。摆好灯光后,由女儿自由地搞怪。手里举的是送给妈妈的玫瑰。

② 原片背景比较杂乱,但我觉得孩子的神态很可爱,就利用数码后期把画面的边框调亮,变成一组高调黑白作品。数码后期中的许多小工具对于家庭摄影而言都是增加趣味点的好帮手,尤其是孩子们很喜欢。

③ 当时的背景很杂乱。我就干脆把相机举起来,叫小女儿的名字。趁她一抬头的瞬间,“盲拍”了这张。有很多时候,换个不同的角度来拍,往往有让人惊异的效果。

④ 圣诞节,太太在壁炉上为孩子们搭的小火车轨道。我拍的时候有意识把孩子的头放在上端1/3的黄金分割位置上。留出画面的下半段由小火车的轨道形成视觉引导线,把注意力引导到孩子的脸上来。



### 结语

一张成功的照片,可能由各种因素促成,但有一条肯定是相通的,就是摄影师在按下快门的时刻,一定有一个能让他感动的因素在取景框里。家人是我们在这个世界上最亲近的一小群人,也应该是最能感动摄影师的。爱好摄影的朋友们多花点时间在家人身上,会留下很多幸福的瞬间。