

## اصول عکاسی پرتره و چهره

در این مقاله سعی شده در مورد مبانی و اصول پایه ای عکاسی پرتره صحبت کنیم. باید توجه داشت این نکات: از شروع مورد استفاده قرار خواهد (Classic Portraits) اصول اولیه و اصلی میباشد و برای اکثر پرتره های متعارف و متداول گرفت. در مورد نکات ساده ولی موثری صحبت خواهیم کرد که میتواند عکس های شما را از دوستان و فامیل و .. را بهتر کند. هدف ما عکاسی از صحنه ای میباشد که ارتباط احساسی با مدل در آن مشهود باشد. اگر سوژه جذاب نباشد، یا بی حوصله یا ناراحت باشد در تصویر نهایی این موضوع منعکس خواهد شد و بستگی به این ندارد که شما چقدر در مهارت داشته باشید PhotoShop

### راحتی و آرامش مدل

سعی کنید لحظه ای را شکار کنید که چشمان مدل با دوربین 'ارتباط' پیدا میکنند. دوربین های دیجیتال این خاصیت را دارا هستند که شما میتوانید شات های متعددی بگیرید تا موقعی که به این 'ارتباط' دست پیدا کنید

این ارتباط میتواند به راحتی بوجود آید. کفایت مدل راحت و آرام باشد یا با تغییر در نحوه قرار گرفتن دستها و یا با داشتن تعامل با محیط و اطراف خود

### زاویه درست:

با تغییر زاویه ای سر میتوان از گرفتن عکس های بی حس شناسنامه ای پرهیز کرد. منبع نور را در مکانی تنظیم کنید که صورت مدل به طور واضح و کامل نمایان باشد ولی جزئیات صورت نیز به تصویر کشید شوند.

### ایجاد سایه ها:

به مدل زاویه ای بدهید و با استفاده از زوم، تصویری با وضوح بالا و دارای پرسپکتیو طبیعی بوجود آورید. به منبع نور هم زاویه ای بدهید که علاوه بر پوشش کل سطح صورت سایه هایی ریزی را در پشت بوجود آورد.

پرتره های جذاب احتیاج به فهمیدن مفاهیم ابتدایی تاثیر نور نیز دارد:

استفاده خلاقانه از نور طبیعی و استفاده از نورهای استودیو میتواند تاثیر زیادی روی نتیجه نهایی داشته باشد. در پایان میتوانید ایده های نو و جدید خود را نیز مورد استفاده قرار دهید. بدترین چیزی که ممکن است اتفاق بیوفتد این است که !!مدل شما خسته و بی حوصله خواهد شد

### تمام قد

حالت: برای صلابت و استحکام بخشیدن به مدل، او را در حالتی قرار دهید که دست ها به پایین کمر متصل باشد و پاها عکاسی کنید wide کمی از هم باز باشند و کمی خم شده باشند. سعی کنید از زاویه های پایین تر و با استفاده از لنزهای

## عکسبرداری پرتره

پرتره از آغاز اختراع عکاسی تاکنون تغییرات فراوانی پیدا کرده است. برای گرفتن یک پرتره خوب باید موارد زیر را مد نظر داشته باشید:

1) صورت و خصوصیات صورت مدل را تجزیه و تحلیل کرده و بهترین حالت صورت را برای عکاسی در نظر بگیرید. برای این کار مدل را بررسی کنید، اول با او صحبت کرده تا بتوانید بهترین حالتی که معایب او به نظر نرسد را انتخاب کنید. به عنوان مثال اگر کسی دارای چانه چاق می باشد نباید سر خود را به پایین بیاورد.

2) یکی از مهمترین وسایلی که برای عکسبرداری پرتره مورد نیاز است استفاده از عدسی های خاص پرتره می باشد که ویژگی نرم کردن تصویر را دارا می باشند. این ویژگی را نباید با واضح نبودن عکس به دلیل نامیزان بودن عدسی اشتباه گرفت. این عدسی ها خطوط چهره مثل چین و چروک را محو می کنند. البته لازم به توضیح است که گاهی اوقات عکاس پرتره ممکن است بخواهد به عمد، چین و چروک پوست را بیشتر هم نشان بدهد

### (Soft Focus) تاثیر فیلتر نرم کننده

این عدسی ها بیشتر در دوربین های قطع . عدسی های نرم کننده قابل کنترل بوده و می توان شدت نرمش را کنترل کرد بزرگ قابل استفاده می باشند. اگر از دوربین های قطع کوچک استفاده می کنید برای اعمال این ویژگی از شیشه های مخصوصی استفاده کنید که مانند فیلتر بر روی عدسی بسته می شوند و با شکست نور نرمی را ایجاد می کنند. به این شیشه ها ((فیلتر نرم کننده)) یا پخش کننده می گویند

3) گرفتن پرتره در فاصله نزدیک باعث اعوجاج و کج شکلی می شود. لذا نباید بیشتر از ۱/۵ متر به مدل نزدیک شد

بنابراین بید از عدسی هایی استفاده کنید که فاصله کانونی بلندتری دارند تا بدون نزدیک شدن به مدل، نمای درشتی از چهره اش بردارید. بهترین لنز برای عکاسی پرتره، لنزی است که فاصله کانونی آن دو برابر فاصله کانونی لنز نرمال باشد. به عنوان مثال در یک دوربین ۳۵ میلیمتری، یک عدسی با فاصله کانونی ۸۵ تا ۱۳۵ میلی متر برای پرتره مناسب است

### تاثیر لنز واید در عکسبرداری پرتره

4) نوع و اندازه دوربین برای عکاسان حرفه ای که عکس را روتوش می کنند بسیار مهم است. در کادرهای کوچک مانند دوربینهای ۱۳۵ امکان روتوش نگاتیو بر راحتی وجود ندارد. همچنین هنگام استفاده از دوربینهای دیجیتال، هرچه رزولوشن سنسور بیشتر باشد، برای عکاسی پرتره مناسبتر است.

5) زمینه باید متناسب با موضوع باشد

6) دوربین باید در جایی تعبیه شود که بتواند مناسب ترین زاویه ها را دارا باشد

7) فاصله طوری تنظیم شود و دیافراگم تا جایی بسته شود که نقاط اصلی موضوع که مد نظر عکاس است، در داخل میدان وضوح واقع شود.

## تأثیر تغییر عمق میدان وضوح

8) سوژه نباید تا آماده شدن عکاس تکان بخورد. در زمان های قدیم که حساسیت شیشه های عکاسی کم بود از آلاتی برای نگهداری و ثابت نگه داشتن موضوع استفاده می کردند. باید دقت کرد که سوژه با تکان خوردن از میدان وضوح خارج نشود. در صورت استفاده از دوربین های انعکاسی سوژه دائماً در منظره یاب دیده می شود و تغییر وضوح آن مشخص است.

9) نورسنجی از مواردی است که دقت بسیار زیادی را می خواهد. نور باید به قدر کافی به فیلم بتابد. اگر موضوع نمی تواند بی حرکت باشد بهتر است با دیافراگم بازتری عکس گرفت تا با سرعت عکسبرداری بالا از تکان خوردگی موضوع جلوگیری شود؛ مانند پرتره کودکان.

10) نور بی شک از مهمترین مسئله ای است که عکاس با آن روبروست

به طور کلی دو نوع نور وجود دارد:

نور عمومی که همه جای مدل را در روشنایی لطیف قرار می دهد

نور اختصاصی که فقط به نقاط لازم تابانده می شود

نور عمومی به تنهایی موضوع را تخت و مسطح نشان می دهد. بهتر است نور اختصاصی برای القای عمق و بُعد استفاده شود. می توان به وسیله کاغذ یا پارچه سفید سایه ها و انعکاس های دلخواه را به وجود آورد. قابل ذکر است که در عکاسی سیاه و سفید تلفیق دو نور مصنوعی و نور طبیعی مانعی ندارد. اما در عکاسی رنگی به علت تأثیرات آبی و زرد (موجود در این نورها باید نورسنجی بسیار دقیقی انجام شود و از یک نوع نور (مصنوعی یا طبیعی با کلوین یکسان استفاده شود.

## نورپردازی پرتره:

نور روبرو:

تصویری کاملاً مسطح و بی عمق ایجاد می کند

نور مایل:

برجستگی ها را بهتر نشان می دهد ولی قسمتی از چهره در تاریکی است

نور مماس:

برای برخی از حالت های چهره در وضع نور مایل می توان چنان پیش رفت تا نیمی از صورت را روشن کند و با آن مماس شود

نور پایین:

از پایین به موضوع می تابد و حالت خاصی را به چهره می بخشد که بیشتر برای ایجاد جلوه های ویژه نوری کاربرد دارد. در این حالت سوژه کمی ترسناک بنظر می رسد

## شرایط موضوع:

- صورت گرد یا چاغ: سوژه را نسبت به دوربین در حالت سه چهارم رخ قرار دهید، از نورپردازی کوتاه استفاده نمایید، زاویه دوربین را کمی بالا ببرید.
  - صورت لاغر: سوژه را تمام رخ قرار دهید
  - صورت پرچین: از نورپردازی مات و روبرو استفاده نمایید
  - صورت لک دار یا با اثر سوختگی: نواحی دارای مشکل را در سایه قرار دهید یا موقعیت سوژه را طوری قرار دهید که مشکل در عکس دیده نشود.
  - بینی بزرگ: کمی چانه را بالا ببرید، لنز دوربین را در راستای بینی قرار دهید
  - بینی کوچک: لنز دوربین را نسبت به بینی با زاویه نگه دارید
  - فک مستطیلی: از حالت سه چهارم رخ استفاده کنید، زاویه دوربین را بالاتر ببرید
  - غیب: گردن را بکشید، سر سوژه را به طرف دوربین کج کنید
  - چشم های غیر هم اندازه: چشم بزرگتر را نزدیک به دوربین و چشم دیگر را در سایه قرار دهید
  - چشم های گودافتاده: نور را روبروی چشم ها بتابانید
  - پلک زدن: عکس را بلافاصله بعد از یک پلک زدن بگیرید
  - گوش بزرگ: موقعیت سوژه سه چهارم رخ، فقط یک گوش را نشان دهید. گوش دیگر را در سایه قرار دهید، با عینکی با فریم خالی عکس بگیرید، عینک را در موقعیت دور از نورها قرار دهید، ارتفاع نور را زیاد کرده و یا از بازتاب سقف استفاده نمایید.
  - موی تیره: بررسی کنید که پس زمینه در موها محو نمی شود، از نور جداگانه مخصوص موها استفاده کنید تا موها برق بزنند.
  - موقعیت مردان: بالای سر را به طرف شانه دورتر متمایل کنید
  - موقعیت زنان: بالای سر را به طرف شانه نزدیک تر متمایل نمایید. (البته برای زنان از هر دوی این موقعیت ها می توان استفاده نمود)
- در مورد دستها:
- هیچگاه نواحی صاف دست را نشان ندهید، لبه های انگشتان را نشان دهید
  - انگشتان نباید در مقابل لنز قرار گیرند
  - انگشتان را در تمام مفاصل کمی خم کنید

دست مردان بهتر است بسته تر و دست زنان بازتر باشد ■

انگشتان را در هم نیچید ■

سر را در حالت تکیه داده به مشت قرار ندهید ■

**گرفتن عکس گروهی :**

- به عنوان یک قاعده کلی، در عکس باید طیف یکنواختی در گروه دیده شود، هم از لحاظ شرایط فیزیکی گروه و هم شرایط بصری.

- تمام افراد گروه بهتر است دارای طیف یکنواختی از رنگها باشند، طیف گرم یا سرد

- افرادی که رنگهای روشن و درخشان پوشیده اند باید در میانه گروه قرار گیرند

- مردان را کمی بلندتر از زنان قرار دهید

- ارتفاع قدها را به صورت منظم و به ترتیب تنظیم کنید

- یکبار افراد گروه را بر اساس ارتباطشان با یکدیگر قرار داده و بار دیگر مردان را در یک سمت و زنان را در سمت دیگر کادر قرار دهید.

استقرار بسته به عکسی گفته می شود که استقرار باز به عکسی می گویند که بین افراد فاصله فیزیکی یا بصر باشد بعضی از قسمت افراد در عکس روی هم بیفتد و فاصله بصری بین آنها نباشد. با ترکیب استقرار باز و بسته در گروههای بزرگ می توان عکسهای جالبی گرفت.

**ژست مخصوص زوجها :**

ژست روبه روی هم: افراد روبروی هم قرار می گیرند یا همدیگر را لمس می کنند ■

ژست رو به دوربین: در این حالت دو نفر به صورت پشت سر هم با زاویه ای رو به دوربین به صورتی که جلوی بدنشان دیده شود می ایستند و به روبرو نگاه می کنند. ■

برای ایجاد صمیمیت فاصله بین سرها را کم کنید

فضای اطراف زوجها را در کادر، زیاد بگیرید

پیشنهاداتی برای نورپردازی

حالت تصویر را با نورپردازی هماهنگ نمائید

القای شادی. در این حالت اکثر قسمتهای تصویر و سوژه روشن است: (High key) نورپردازی بالا ■

القای غم و حالت درام. در این حالت کنتراست نورپردازی بالا می باشد: (Low key) نورپردازی کم ■

### مثالی برای نحوه نورپردازی بالا:

میزان نور اصلی و نورپرکننده را به هم نزدیک کنید (نسبت ۱:۱ یا حداکثر ۱:۲) ■

لباس روشن، زمینه روشن ■

بدون سایه ■

نور را بر اساس مرکز زمینه تنظیم کرده و نور زمینه را یک گام بالاتر از نور اصلی قرار دهید ■

سوژه باید در میانه راه بین زمینه تا دوربین قرار گیرد ■

نور اصلی باید از دو منبع چتری با قدرت مساوی و در حالت ترکیبی باشد ■

با توجه به مطالب گفته شده:

الف) اگر از یک لامپ استفاده کنید جزییات چهره مشخص می باشد و با کمک صفحات منعکس کننده یا نور یک پنجره می توان سایه های شدید را ملایم کرد.

ب) در پرتره با دو لامپ در صورتی که از یک صفحه منعکس کننده استفاده کنید می توانید تصویری با عمق و برجستگی ایجاد کنید. مهم ایجاد تعادل بین این دو نور می باشد. نباید نورها با هم مساوی باشند بلکه یکی بر دیگری برتری داشته باشد.

ج) در پرتره با سه لامپ، یک نور را نور اصلی، یک نور را نور پر کننده و نور سوم را از بالا برای کتفها و مو قرار دهید.

**تهیه و تنظیم: سایت ایرانیان گرافیک**