



掌握必要的摄影技巧，理解专业的光影控制，
捕捉童年的美好瞬间，创作隽永的人像作品。

儿童摄影手册

CHILDREN'S PORTRAIT
PHOTOGRAPHY
HANDBOOK

【美】Bill Hunter 著
施于人 林苹 译



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



CHILDREN'S PORTRAIT
PHOTOGRAPHY
HANDBOOK

儿童摄影手册

【美】Bill Hurter 著
施于人 林苹 译

人民邮电出版社

北 京

图书在版编目(CIP)数据

儿童摄影手册 / (美) 赫特尔 (Hurter, B.) 著; 施于人, 林莘译. —北京: 人民邮电出版社, 2008.8
ISBN 978-7-115-17838-1

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

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 035538 号

版 权 声 明

Children's Portrait Photography Handbook, 1 Edition

Copyright © 2007 by Bill Hurter

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording or by any information storage retrieval system, without permission from Amherst Media, Inc. CHINESE SIMPLIFIED language edition published by POSTS & TELECOMMUNICATIONS PRESS Copyright © 2008.

本书中文简体版由美国芝加哥评论社独立出版商集团 (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。

儿童摄影手册

- ◆ 著 [美] Bill Hurter
译 施于人 林 莘
责任编辑 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>
北京盛通印刷股份有限公司印刷
- ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 7.75
字数: 190 千字 2008 年 8 月第 1 版
印数: 1—5 000 册 2008 年 8 月北京第 1 次印刷

著作权合同登记号 图字: 01-2007-5566 号

ISBN 978-7-115-17838-1/TP

定价: 48.00 元

读者服务热线: (010)67132705 印装质量热线: (010)67129223
反盗版热线: (010)67171154

内容提要

本书是一本颇具实战性及可读性的实用摄影技巧教程，作者在书中以全新的数码摄影策略讲述了如何拍摄婴幼儿和青少年。本书提供了大量翔实的儿童摄影全程解决方案，其中包括设备的选择、对年幼被摄者身体和行为的控制、黑白照曝光、RAW模式与JPEG模式的评估，以及通过评估过曝和曝光不足来计算数码曝光量。通过本书的学习，你将掌握影棚用光的方法，包括从运用光线的直射和漫反射技巧，到使用柔光伞和柔光箱，以及如何在阳光和暮色环境下拍摄的技巧和注意事项。无论你是初学摄影的爱好者，还是从事摄影创作的职业摄影师，都能从本书中汲取到丰富而宝贵的摄影知识。

关于作者

Bill Hurter于1972年在华盛顿特区开始从事摄影，他时任新闻摄影师，曾报道政治领域的新闻，包括水门事件听证会。1972年，Bill Hurter从美洲大学毕业，并获得文学学士学位，之后赴布鲁克斯摄影学院学习，于1975年完成培训课程。在Pertersen的PhotoGraphic杂志工作期间，除了艺术总监的职位，他尝试了其他所有的工作。他曾拥有自己的创意代理、图片库，还曾受雇于美国棒球职业大联盟洛杉矶道奇队，工作了约一年左右。在过去30年中，他亲历了摄影技术的变革。1998年，Bill Hurter获得布鲁克斯摄影学院颁发的理学硕士学位。至今，他创作了十几部关于专业摄影的指导图书，现担任美国《摄影世界》（RangeFinder）杂志编辑。

前言

对所有职业摄影师来说，为婴儿、幼儿以及青少年拍照都可能是一件让人抓狂的事，所有年龄段的孩子看起来都不可捉摸。前一分钟事情还是进展顺利、好端端的，可没有任何明显的缘由情形突然变了——下一分钟你就得面对一个再也不肯合作的拍摄对象，甚至，更恐怖的、一个尖叫着的、情绪完全失控的对象。

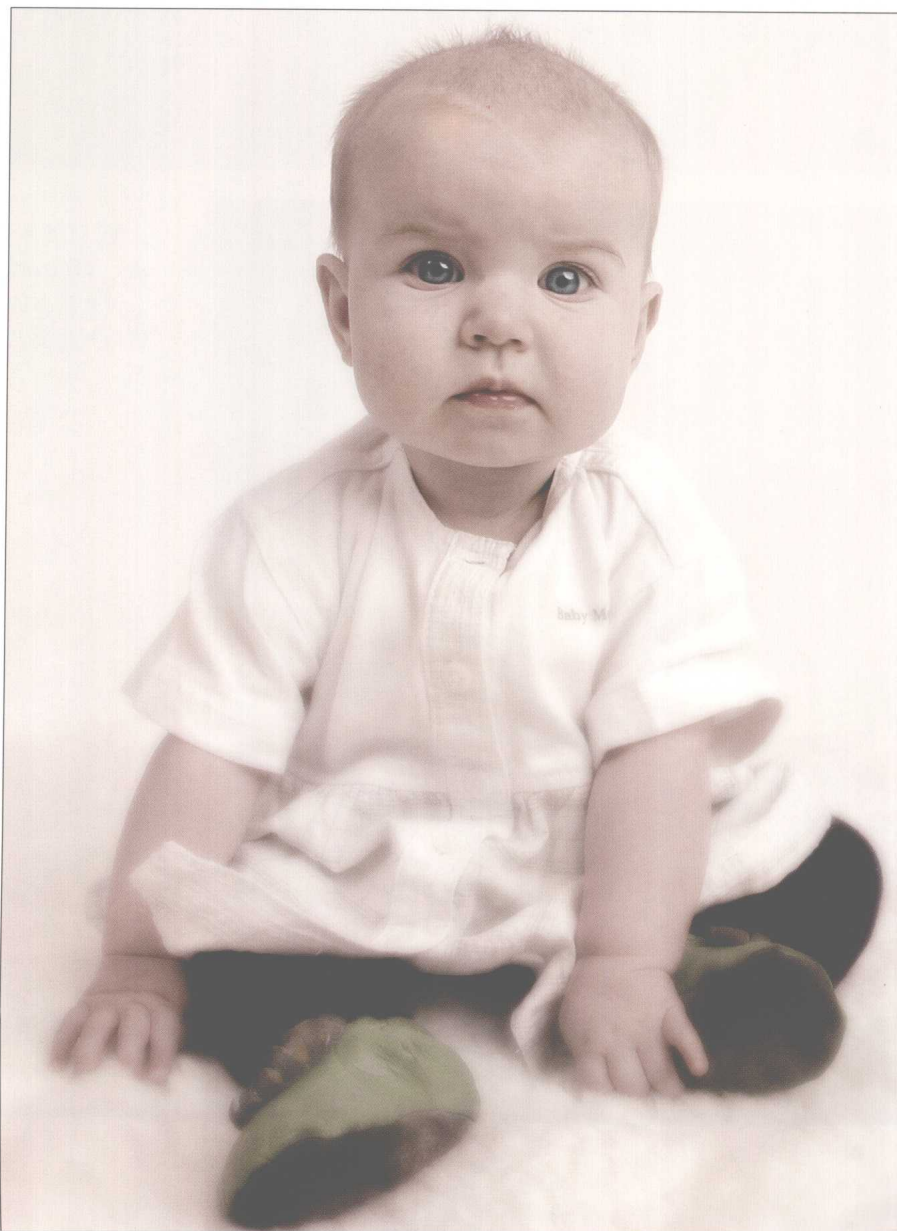
这看起来与你作为一个摄影师的个性没有任何关系——孩子们对你要么基本配合，要么不；很难预测下一秒会发生什么；我认识的摄影师们大多时候都声音啞哑、脾气暴躁，这似乎看起来不可思议，理由很简单：

“他们对成年人都这么糟

糕，孩子们怎么可能容忍？”但是至少有一个特例：态度粗暴的摄影师Gus看起来蛮受孩子们喜欢，他们在他的镜头前完全放松。

挑战

即使你把一切都做得很完美（布置出完美的造型和灯光、生动



Marcus Bell综合运用了许多他获奖的婚礼摄影中的技巧去拍摄儿童。例如，他用广角镜头贴近拍摄以获得与众不同的透视，然后用选择性对焦虚化出面部元素之外的其他，其独特的表现力令人惊叹。



上图：为不同年龄段儿童拍照是一项非常特殊的技巧。像Suzette Nesire这样的摄影师有能够捕捉儿童内心深处欢乐的工作诀窍。这里她拍摄了两位姐姐和她们的新生婴儿弟弟，一位给她们带来特别欢乐的新成员。



左图：Suzette Nesire可以把自己像个孩子般地融入活动中。这里，两位小伙伴一边飞奔一边追逐嬉闹，这只有孩子们可以做到。Suzette以一个顶级运动摄影师的敏捷反应，定格了他们梦幻世界的高潮。

的表情、有广泛可选的图片……) 父母们还是会说:

“哇, 这看起来不像我们那个小宝贝啊”。这是父母们脑海中总是将自己孩子形象理想化的缘故。看到孩子照片的时候, 父母们有时并不能从感情上接受, 他们眼里看到的是他们心目中完美的孩子, 而不是印在照片上的那个。

另外一个难题是孩子们, 尤其是年幼的孩子, 都容易受到惊吓。所以, 需要额外的关爱以营造一个安全、有趣的工作环境。拍摄的过程本身必须有趣, 让孩子们乐在其中。关键是要认识到成年人可以左右环境而孩子们不能。据Stacy Bratton (一位老练的儿童摄影师而且是调动情绪的高手) 的说法: “孩子们不会说是你影室里的空调声吓到了他们 (即便对大部分人来说是很安静的) 他们只会简单地表现为烦躁、哭闹或者两眼发呆。”

回报

柯达公司的开山鼻祖, George Eastman曾经说过

右图: 像这样的肖像超越了父母们对孩子成长记录的意义而成为一幅艺术品, 这幅肖像表达了孩子与生俱来的纯真和美丽, 也代表了所有儿童摄影师所追求的理想境界。
摄影者: Drake Busath。

“拍一张照片可能出160种状况”。显然, 他说的不是拍儿童肖像——因为在一个典型的儿童坐像拍摄中, 你可能碰到的状况是这个数字的两倍。可要是给孩子们拍照是如此不可能, 那这个世界上就不会还有这么多儿童摄影师。而要是精于此道的话, 你会有许多回报。一位成功的儿童摄影师说过, 拍摄儿童让他自己有机会重温孩童时光, 就仿佛他自己的一部分从未长大。毫无疑问, 这种机会如此诱人: 一遍又一遍地重享童年的纯真。

澳大利亚摄影师Suzette Nesire, 在澳洲本土和海外都享有很高声誉, 在她个人网站上这样谈到她的工作: “我记得多年以前, 妈妈告诉我, 孩子只是上天寄存在你这的。作为一个摄影师, 我觉得没有什么比给你的小宝贝和他们的幼年时光留影更重要的事了——他们的脸, 他们的表情, 他们不断变化的行为举止。一幅孩子年幼时的照片是已经流逝时光的最好纪念品, 选择珍藏一幅你的孩子的肖像, 所能承载的远超过任何语言所能表达。”



目录

1. 拍摄技法.....	0
镜头.....	0
标准镜头	2
中焦镜头	3
长焦镜头	3
对焦.....	3
对焦点	3
自动对焦	4
影像防抖	5

光圈.....	5
景深范围	5
拍摄光圈	5
最佳光圈	6
快门速度.....	6
户外.....	6
手持.....	6
移动的物体.....	6
配合闪光灯.....	6

2. 数码摄影.....	7
LCD液晶屏.....	7
电池电量.....	7
相机设置.....	8
ISO	8
反差.....	8
黑白模式	8
白平衡	9
色彩管理空间	9
曝光.....	11
宽容度.....	11
判断测光	11
测光.....	12
反射式测光表	12
入射式测光表	13
闪光测光表.....	13
点测光表	14
文档格式.....	14
JPEG	15
RAW.....	15
METADATA (元数据)	16



由JEFF WOODS拍摄



重新格式化你的存储卡..... 16

3. 影室灯光..... 17

三维与立体..... 17

光的质地..... 17

光源的大小..... 17

到被摄者的距离..... 17

聚射光与散射光..... 17

灯光位置和功能..... 19

主光和辅光..... 19

发型光..... 20

背景光..... 20

强聚光..... 20

光的类型..... 21

顺光与侧光..... 21

基本布光模式..... 21

眼神光..... 22

光比..... 22

计算光比..... 22

适用儿童的光比..... 23

一些推荐配置..... 24

大柔光箱..... 24

柔光箱和银色反光板..... 24

Fran Reisner的影棚..... 25

4. 户外和自然光..... 26

常见问题..... 26

阳光直射..... 27

逆光..... 27

斜射光..... 27

用纱罩柔光..... 27

闪光灯补光..... 29

顶光..... 30

遮挡顶光..... 30

为顶光补光..... 30

微光..... 31

窗户光..... 34

窗户的尺寸..... 34

衰减..... 34

时机..... 34

背光/逆光..... 34

柔化的窗户光..... 36

补光/辅光..... 36

5. 造型..... 38

基础..... 38

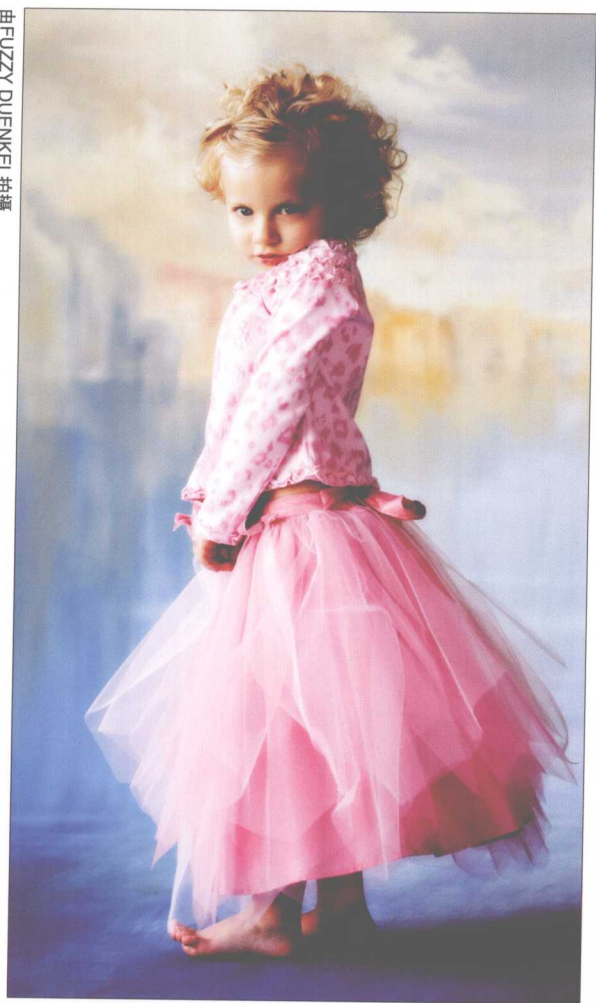
面部分析..... 38

找一个助手..... 38

安全第一..... 38

让父母参与..... 40





顺其自然	40
相机高度	40
抚摸	40
面孔	41
头部的面位置	41
倾斜头部	41
眼睛	42
表情	44
躯体	44
头肩轴线	44
手臂和手	44
大半身像和全身像	45
各个年龄段的造型技巧	48
婴儿	48
两岁左右	48
少儿	48

造型辅助物	50
造型台阶	50
椅子	50
动态造型	51
道具和游戏	52
过度刺激	54
奖品	54
6. 构图	55
九宫格	55
方向性	57
赏心悦目的构图方式	57
线条	57
张力感和平衡感	58
拍摄对象的色调	59
焦点	59
7. Stacy Bratton的心得	60
感官刺激和儿童肖像拍摄手法	60
拍摄经验日记	61
其他观点	61
摄影师的准备	62
摄影棚设置和时间表	62
拍摄前	63
父母的准备	63
完成布景设置	64
Stacy的6条法则	64
法则1 Stacy小姐是老大	64
法则2 摄影室禁止入内	64
法则3 孩子待在摄影台上	65
法则4 父母在场	65
法则5 听一个人的	65
法则6 没收玩具	65
不同年龄段的提示	65
新生儿	65
6周大的孩子双倍地难把握	67
3~6个月大的孩子	67
6~11个月的孩子	68
1~3岁的孩子	70
8. 服饰	75
高级或中档	75
商谈见面	75



深色和浅色的衣物.....	76	10.像故事书一样的相册.....	90
眼镜.....	76	Patti Ander的签名相册.....	90
鞋子.....	76	页面设计和版面.....	104
帽子.....	76	左页或右页.....	104
道具和化妆.....	76	多样化.....	104
奇幻装束.....	76	从左到右.....	104
纺织品.....	78	连续镜头.....	104
树林布景.....	78	摄影师们.....	105
古董.....	78	术语表.....	108
背景.....	78		
9.儿童、少年和高中生.....	82		
面谈.....	82		
父母不在现场.....	82		
高年级学生的高端影室.....	82		
姿势.....	82		
放松及自然.....	82		
活力.....	85		
心理状态.....	85		
不同面孔.....	89		

A photograph of a baby sitting on a light-colored upholstered chair. The baby is wearing a white lace-trimmed dress with a large bow at the waist and a matching white lace bonnet. The baby is looking directly at the camera. To the left of the baby is a large, dense bouquet of pink roses. The background is dark and out of focus. The lighting is soft, highlighting the baby's face and the details of the dress and bonnet.

如果你的拍摄对象是个蹒跚学步的孩子，用一只中焦变焦镜头有助于让被摄者和相机之间保持一个适当的工作距离。这里，Deborah Lynn Ferro使用了一只90mm的镜头保证了良好的透视感，又成功地将主体从背景中分离出来；Deborah使用了f/8光圈确保有足够的景深范围，让椅子、孩子还有全部用品都在焦点内。



Stacy Bratton拍了这个小美人一系列表情和姿势。尽管接受了广泛的训练并且很有经验，但Stacy说她的特长不在摄影，“能让走进门来踢我的脚胫骨并且对我要他们做的任何事情大声说‘不’的两岁小孩完全合作，拥抱我，喜欢我，这才是我的特长。”

人肖像更靠近被摄者。这些“标准”镜头可以在这样的距离内保持不失真的透视。

你唯一可能遇到的问题是标准镜头不能将被摄者从背景中明显地分离出来，这就有必要将背景置于稍微远一点的焦外，以便观众的注意力落在孩子身上而不是背景上。标准镜头

和短焦镜头的景深有稍许增加，所以在使用广角镜头的时候，甚至很难将被摄者从背景中分离出来，这在户外拍摄的时候尤其明显——阳光的碎片或者其他能够转移注意力的元素将你的眼球从被摄者身上吸引开。

还好，在数码时代，在后期处理工作中虚

化背景元素是件常见而且简单的工作。

中焦镜头：在给成年人拍照时，长于标准镜头焦距的镜头可以保持正确的透视。因为儿童们看起来比成年人“小”多了，使用标准镜头或者比标准镜头焦距稍长一点的变焦镜头与给成年人拍照时使用长焦变焦镜头有同样效果。然而，中焦变焦镜头可以提供一个合适的工作距离，这在给孩子们拍照的时候尤其有用，它更短的景深范围还可以进一步虚化背景。

长焦镜头：如果你有自己的工作室，你可以使用焦距更长一点的镜头。例如一只200mm镜头或者非常流行的80~200mm f/2.8变焦镜头（尼康和佳能都生产）都是出色的人像镜头，因为它有很浅的景深范围可以让背景在焦外完全虚化，制造一个不与被摄者争夺视线的背景。这类镜头还拥有非常窄的视角范围，当使用大光圈的时候，这种焦距可以提供极浅的景深以突出诸如眼睛或者孩子的面孔。80~200mm变焦镜头的便捷性允许你随意使用，像105mm或者120mm这样的中间焦距，让你能像完美控制背景和构图一样控制透视。

有几个你应该避免使用超过300mm焦距镜头的理由：首先，透视被扭曲，面孔像被压扁了；由于拍摄距离的缘故，拍出来的鼻子通常看起来像贴在孩子脸上，而耳朵和眼睛则在同一个平面上。其次，使用这类镜头，你必须在离孩子很远的地方拍摄，彼此沟通交流几乎是不可能完成的任务，而实际上为了与他们正常交谈，你应该靠近孩子们。

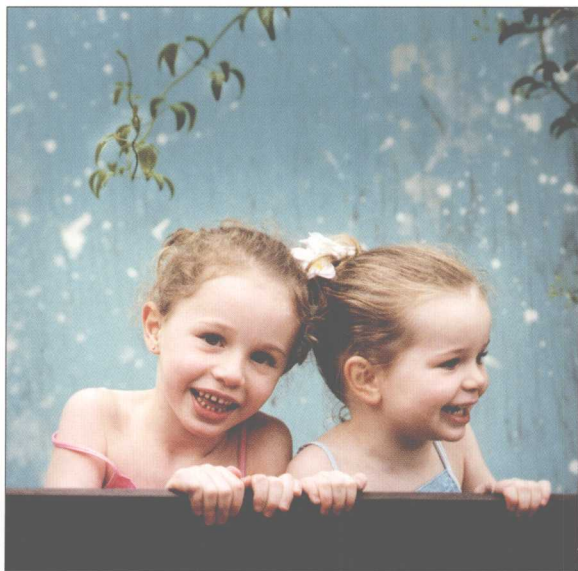
当然有些情况下你的逼近会让孩子们分散注意力，在这时候你需要一个助手来扮演“好警察”，长焦镜头就可以让你离现场稍微远点儿。

在今后的人生路上自尊自重

Stacy Bratton 相信早期的拍摄经历对孩子的未来生活在心理上有着重大影响。“我总是非常关注孩子在婴幼儿时的拍摄过程有怎样的记忆，”她说，“我认为这种记忆会定型孩子将来怎样看待照片中的自我，也可能对孩子的自尊产生影响。你曾多少次听一个19岁的女孩说她自己在照片中显得多么可笑或多么不上相？那么试着回顾她5岁的拍摄经历吧，听听她母亲是如何对她尖叫——‘停止那种假笑，笑得自然可爱点！’”

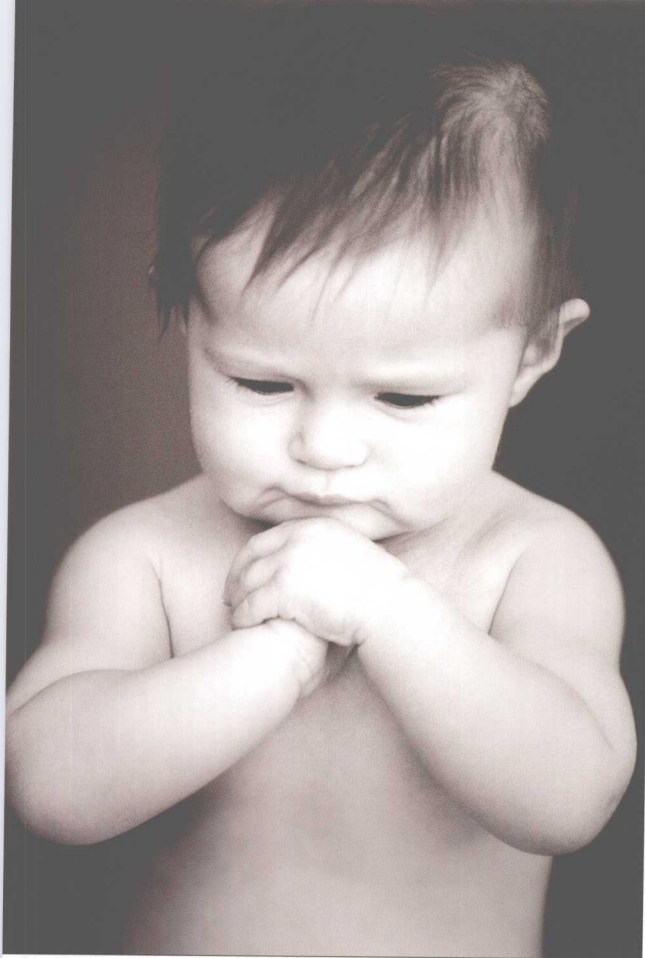
对焦

对焦点：在“大头像”（肩以上）中，眼睛和面部保持清晰是很重要的。当使用大光圈以至景深很浅时，你必须小心对焦以保证眼睛、耳朵和鼻尖对焦准确，这是你的镜头早晚会用得上的诀窍；一些镜头标注了在对焦点后景深的范围，而另外一些镜头则标注了对焦点之前的景深范围，你需要了解镜头焦点前后的不同景深；除此之外，使用你相机上“景深预览”功能检查你的镜头在光圈设定完毕时的景



始终精确地对焦在眼睛上。不必在意背景是否清晰，甚至在这张图中的手也不必在意——只需要在意眼睛，其他事物全不相干。拍摄者：Suzette Nesire。

1. 指起指挥协调作用。——译者注



自动对焦，尤其是多点自动对焦，在拍摄活动起来飞快而且不可预测的小孩时简直就是一个无价之宝。摄影者：Suzette Nesire。

大；但同样，你需要在最近点和最远点之间选择一个中间对焦点以确保影像清晰。在这类肖像中，使用大光圈虚化背景始终是个不错的主意。

自动对焦：自动对焦，一度是那么不可靠，那么不可预知，现如今非常先进。一些相机以多点自动对焦为特色，你可以轻触一个拇指转轮就能够在取景框内的不同范围之间切换自动对焦点（中央或者四周），这让你的影像可以更富动感地“非中心”构图。

自动对焦和移动被摄体的问题在过去几乎是无法逾越的障碍，你可以预见到运动的节奏并相应地做出对焦反应，早期的自动对焦系统可做不到。然而，现在几乎所有的自动对焦系统都采用了预先自动对焦的结构，这就意味着这些系统可以感知被摄主体的运动方向和速度，跟踪运动中的被摄体并作出反应。这是一项在无法预知被摄体动态时抓拍动态肖像的完美功能。

一项新加入的自动对焦技术是密集的多点自动对焦，多个自动对焦传感器阵列（在写这本书的时候已高达45个）密集排列在取景框中，使得精确对焦既快又精准。这些自动对焦区域可以由用户自主选择，也可以为更快速的自动对焦动作而同时激活。

深范围也是非常重要的。

你的主对焦点应该始终保持在眼睛上，并且也能将嘴唇（面部的另一个部位）包含在焦平面上，眼睛是面孔上反差最强烈的区域，容易对焦，尤其符合自动对焦相机合焦的反差要求。

当被摄者的面孔与相机有一个角度的时候，眼睛并非与成像平面平行，这时候你需要小心地控制景深、对焦在鼻梁上，让两只眼睛都保持清晰——尤其是在使用大光圈的时候。

大半身像或者全身像的对焦通常比较容易，因为你离被摄者比较远，景深范围也比较

快速变焦镜头的普及

随着小型影像传感器的出现，镜头及相机制造商有能力提供更经济的设计及更快速的镜头。比较受欢迎的镜头光圈为 $f/2.8$ ，光圈小于这个则让摄影师抱怨取景器太暗，比这个大的光圈则无可避免地贵得惊人，因为要达到足够的变焦长度。因此恒定光圈为 $f/2.8$ ，变焦范围为 $70 \sim 200\text{mm}$ 和 $80 \sim 200\text{mm}$ 的变焦镜头得到压倒性的广泛普及。所以无论是 Canon 还是 Nikon 都制造这些焦长范围的镜头，保持价格的同时它们确实蛮好用的。两个系列的镜头都应用内部调焦，所以镜头的长度在聚集和调焦时都不改变。内部调焦还能够很有效地提高自动聚集的速度。这些镜头在设计时使用稀有的晶体元素而且采用艺术级的技术，包括减少光偏振。

影像防抖：影像防抖镜头通过光学和机械作用来修正相机的抖动，允许你手持使用长焦镜头和相应的慢速快门进行拍摄。现在佳能和尼康两家公司都在它们的镜头上附加了这种功能，都提供多种变焦防抖镜头和长焦防抖镜头。例如，使用一只最大光圈为f/4的变焦镜头时，你甚至可以在微弱的光线下以1/10s或者1/15s，手持拍摄到出人意料的清晰影像，你也可以在一天之内更长时间地一直用高质量的ISO 100或者ISO 400拍摄。

光圈

景深范围：长焦距镜头的景深范围比短焦距镜头更小，这就是使用长焦镜头精确对焦时需要更注意的原因；你越贴近被摄体，景深范围越小。当你拍摄一张充满画面的面孔时，要注意你设定的工作光圈是否有足够的景深范围让脸部的重要部位在焦平面上。

拍摄光圈：传统上，选择镜头的工作光圈只是决定曝光量的一个方面，但在许多情形下它是需要优先考虑的问题。例如，许多摄影师宁愿使用f/8，也不愿意f/11光圈，尽管f/11所拥有的景深范围要比f/8的景深范围大那么一点点，这通常是因为不同拍摄距离中被摄体和背景之间的关系所致。

许多摄影师有首选某一种光圈的癖好。有些人全开光圈拍摄，尽管许多镜头（甚至是很贵的那些）在全开光圈的时候需要忍受球面色差。首选大光圈是因为追求创造一种精美焦平面的效果，在构图上突出某一个对焦点。

上图：摇动相机有助于模糊背景，1/8s的慢速快门还模糊了被摄体的边缘。由于相机保持与被摄主体同样的相对速度，“跟拍法”让被摄主体相对清晰。拍摄者：Brian Shindle。

下图：当使用标准镜头且相机至被摄体的距离可以拍全身像时，用相对大的光圈以f/4或f/5.6可以相当容易地捕捉完整的拍摄对象。这张优雅的影棚肖像由Brian Shindle拍摄。

另外一些摄影师，多半是使用大画幅相机摇摆俯仰控制对焦的传统主义者，选择小光圈将被摄体的一切包含在景深范围内。这种选择在背景距离可以控制、保证被摄体清晰的影室内最常见。

也有这样一些摄影师，几乎在任何时候都只使用同样的光圈；在镜头上的光圈几乎有无穷多种变化的时候，为什么有人会在任何时候都只使用同样的光圈呢？因为这些摄影师充分了解光圈的里里外外并且在几乎所有拍摄距离

