

راهنمای جامع عکاسی از کودکان ، برای پدر و مادرها

اگر تجربه عکاسی از کودکان را داشته باشید حتما با من هم عقیده هستید که کار سخت و در عین حال شیرینی پیش رو دارید.

اما طبیعتا مهمترین نکته برای عکس گرفتن از کودکان این است که به نحوی غیرمستقیم، آن‌ها را مجاب کنید کاری را انجام دهند که شما می‌خواهید. قطعا به صورت طبیعی نمی‌توانید کودک را مجبور کنید در جایی بنشیند تا شما از او عکس بگیرید، مگر اینکه این کار را تفریحی و همزمان با کاری که دوست دارد ، انجام دهد.



حتی اگر بتوانید او را در جایی بنشانید ، باز هم کار مشکلی است که او را مجاب کنید به دوربین نگاه کند، مگر اینکه چیز جالبی به سمت دوربین توجهش را جلب کند. سخت‌تر از همه این موارد، گرفتن لبخند زیبا و معصومانه از او است و قطعاً می‌دانید فقط زمانی به این هدف سخت می‌رسید که بتوانید او را با خود همراه کنید، یا بهتر است بگوییم ، شما بتوانید با او همراه شوید.



بازی کردن کودکان در فضاهای باز مثل باغ و پارک‌ها مزایای زیادی برای روح ، مغز و حتی جسم آن‌ها دارد. بودن کودکان در باغ باعث می‌شود حس کنجکاوی و خلاقیت آن‌ها بیدار شود و در کنار پرسیدن سؤالات بی‌شمار راجع به گیاهان، محیط و نور آفتاب، به انجام کارهای جالب و خاطره‌انگیز با گیاهان، محیط و ابزارهای ایمن اطرافشان بپردازند. این امر نه تنها باعث بیداری حس کنجکاوی و تحرک آن‌ها می‌شود، بلکه حس شادی و نشاط را در آن‌ها برمی‌انگیزد و شروع به کنکاش و جنب‌وجوش می‌کنند.

در همین حین می‌توانید دست به دوربین شوید و از آن‌ها عکس‌های جالب و ماندگاری بگیرید. در ادامه چند نکته بیان می‌کنیم تا به شما در گرفتن عکس‌های طبیعی، پر شور و جالب از کودک دل‌بندتان کمک کند :

آن‌ها را به دوربین عادت دهید

حتی در مورد افراد بالغ هم، وقتی دوربین به سمتان گرفته می‌شود، احساس معذب بودن می‌کنیم. پس تعجبی ندارد که کودکان هم در مواجهه با دوربین، رفتار غیر طبیعی داشته باشند و خجالت بکشند.

وقتی می‌خواهید از کودکان عکاسی کنید، باید مصر و صبور باشید و هر از گاهی دوربین را به کودک نشان دهید تا کم‌کم به آن عادت کند. بعد از مدتی کم‌کم یادشان می‌رود که اصلاً دوربینی وجود دارد و آن موقع است که فرصت دارید تلاشتان برای ایجاد موقعیت مناسب برای عکاسی را آغاز کنید.

در زاویه و ارتفاع هم سطح با آن‌ها عکس‌برداری کنید

این نکته ساده، باعث می‌شود عکس‌های شما از کودکان خیلی بهتر و باکیفیت‌تر شوند. سعی کنید اکثر عکس‌هایی که می‌گیرید، هم‌سطح با چشمان آن‌ها باشد. برای این منظور، باید خم شوید یا حتی روی زمین دراز بکشید. اگر می‌خواهید از چند کودک عکس بگیرید، خودتان را هم‌سطح با بلند قدترین آن‌ها بکنید.



یک پشت‌زمینه ساده انتخاب کنید

معمولا کودکان لباس‌های رنگارنگ می‌پوشند، یا تی‌شرت‌هایی با الگوها و کاراکترهای کارتونی دارند. بنابراین، سعی کنید پشت‌زمینه‌ای پیدا کنید که خیلی پیچیده نباشد و مراقب باشید که اشیاء موجود در پشت‌زمینه شما (مثل نیمکت‌ها، صندلی‌ها یا سیم‌کشی‌های برق) با سر یا بدن شخص تداخل نداشته باشند.

صورتتان را نشان دهید

مطمئناً، گرفتن یک شیء سیاه عجیب جلوی صورتتان، اصلاً روش مناسبی برای دریافت واکنش‌هی طبیعی از کودکان نیست. سعی کنید دوربین را کمی از چشمانتان پایین‌تر بیاورید تا کودک بتواند چهره شما را ببیند، بعد عکس بگیرید.

حتما از حالت عکس برداری پشت سر هم استفاده کنید

اگر دوربین شما این قابلیت را دارد که چندین عکس پشت سر هم بگیرد، حتما از آن برای عکاسی از کودکان استفاده کنید. این قابلیت، به خصوص زمانی که کودک را به کارهای مختلف وامی دارید و فرصت عکس گرفتن با دقت ندارید خیلی مفید واقع خواهد شد.



مهم ترین نکته، زمان بندی است

قطعا می دانید منظورم چیست. باید بفهمید که چه موقع کودک خوشحال تر از همیشه است. زمان مناسب را، هوشمندانه انتخاب کنید و آن موقع دوربین را بالا بیاورید و عکس خوشحالی طبیعی کودک را بگیرید. در چنین لحظاتی، حتی لازم نیست حقه و سیاستی برای خنداندن کودک به خرج دهید.

از یک شخص دیگر، کمک بگیرید

اگر شخصی همراه شما است، از او بخواهید پشت سر شما و هم‌سطح شما قرار بگیرد. این نکته خیلی مهم است، اگر آن فرد هم‌سطح شما قرار نگیرد، کودک گیج می‌شود و نمی‌توانید زاویه دید مناسبی از او بگیرید.

از نمای نزدیک، عکس بگیرید

این نکته‌ای است که برای همه حالت‌های عکاسی و به خصوص عکاسی از کودکان صدق می‌کند. وقتی از کودکان عکاسی می‌کنید، هیچوقت دوربین را زوم نکنید، مگر اینکه به دلایلی مجبور شوید. در عوض، به صورت طبیعی به کودک نزدیک شوید و یک عکس زیبا و معصوم از نمای بسته و نزدیک از او بگیرید.



از پشت سرشان عکس بگیرید، چهره را نشان ندهید

در عکاسی از کودکان، لازم نیست که همیشه از جلو عکس بگیرید. گاهی محض تغییر هم که شده، عکس کودکان را وقتی در حال دویدن و دور شدن از دوربین هستند بگیرید، یا وقتی دارند به منظره یا چیزی نگاه می‌کنند، از پشت سرشان عکس بگیرید. لازم نیست در عکستان همیشه چهره مشخص باشد.

و اما برویم سراغ نکاتی که کمک می‌کنند واکنش‌های طبیعی از کودک بگیرید:

با سرگرم کردن کودک، او را در جایی بنشانید

این نکته به خصوص برای کودکان با سنین کمتر که تازه یاد گرفته‌اند راه بروند صدق می‌کند. کودکانی که ذوق راه رفتن دارند، به محض بیدار شدن از خواب تا زمانی که دوباره به خواب بروند، در حال راه رفتن هستند. باور کنید، می‌دانم که تعقیب کردن یک کودک ۱۸ ماهه در اطراف خانه برای گرفتن عکس قشنگ و با کیفیت از او چقدر سخت است. اما در محیط باغ، شما خیلی راحت می‌توانید توجه او را به جاهای مختلفی (مثل تخت سنگ‌های مسطح، نیمکت‌ها، تاب‌ها، صندلی‌های زیبا) جلب کنید تا بودن در آن مکان‌ها، برای کودکان جالب شود و این امر به شما دقایقی هر چند کوتاه برای گرفتن عکس نشسته بدهد.



چیزی به او بدهید که در دستانش نگه دارد

این تکنیک بیشتر به درد کودکان بسیار کوچک و کم سن می‌خورد. این که به نحوی کودکان را به محلی بکشانید که نتواند خودش را از آنجا نجات دهد، بنابراین مجبور شود در آنجا بنشیند. اما باز هم به این معنا نیست که به شما لبخند می‌زند و اجازه می‌دهد از او عکس‌های زیبا بگیرید! وقتی مرحله نشستن را با موفقیت انجام دادید، باید بلافاصله یک اسباب‌بازی یا شیء ایمن (مثل برگ یا گل و...) آماده داشته باشید تا توجه کودکان را به آن جلب کنید، وگرنه مطمئن باشید قبل از اینکه بتوانید دوربینتان را آماده عکس گرفتن کنید، موقعیت مناسب را از دست خواهید داد. توجهش را به اسباب‌بازی یا شیئی جلب کنید و آن را به دستانش بسپارید و چند لحظه اجازه دهید آن را کنکاش کند، به آن عادت کند و شروع به بازی با آن بکند.

در این لحظات، باید دوربیتان در حالت آماده‌باش باشد و منتظر لحظه مناسب برای گرفتن عکس باشید.

توجه کودکان را به چیز جالبی جلب کنید تا به آن نگاه کند

قطعاً حس کرده‌اید که کودکان می‌دانند شما از او می‌خواهید به شما نگاه کند، اما از عمد هر کاری می‌کند تا کاری که شما از او می‌خواهید را انجام ندهد. مطمئناً روش‌هایی مثل گول زدن، تهدید کردن و رشوه دادن به کودکان را امتحان کرده‌اید و گاهی به نتیجه رسیده‌اید، اما اگر بتوانید توجه آن‌ها را به چیز جالبی جلب کنید که لبخند به لب آن‌ها بیاورد یا باعث شود خواسته شما را فراموش کنند و به شیطنت خاص خودشان مشغول شوند، آن لحظه، ارزش عکس گرفتن دارد.

اگر می‌خواهید مستقیماً به شما نگاه کنند، کافی است شیء جالبی که می‌دانید توجه کودکان به آن جلب می‌شود را در بالای دوربین قرار دهید، یا می‌توانید چهره خودتان را خنده‌دار کنید تا کودکان به شما نگاه کند و توجهش جلب شود و در همان لحظه به صورت نامحسوس عکس بگیرید.



اجازه دهید خودش را در دوربین ببیند

نشان دادن عکس خود کودک، به کودکانی که دوست دارند بیشتر این طرف و آن طرف بدوند و شیطنت کنند، مثل آب روی آتش است. مهم نیست که کودکان با شما همکاری کند یا نه، فقط تعدادی عکس در حالت‌های مختلف از او بگیرید و آن‌ها را نشانش دهید. احتمال خیلی زیادی وجود دارد که دیدن خودش در عکس‌ها، توجهش را جلب کند و از آن به بعد بخواهد هر عکسی که از او می‌اندازید را تماشا کند و شاید حرف‌شنوی بیشتری از شما داشته باشد.

از کودکان بخواهید کار شما را تقلید کند

این نکته، بیشتر برای کودکان بزرگ‌تر (۲ و ۳ ساله) که خواسته شما را متوجه می‌شوند، کاربرد دارد. بنشینید، دراز بکشید یا هر ژست ساده دیگری بگیرید، سپس از کودکان بپرسید که آیا می‌تواند او هم همین کار را بکند؟ به هر روشی،

سعی کنید او را مجاب کنید تا از شما تقلید کند. موقعیت‌های خنده‌دار یا شکلک‌های جالب درآورید و وقتی سعی می‌کند مثل شما رفتار کند، از او تعریف کنید که چقدر کارش جالب و عالی است. سپس ژست‌های بی‌حرکت‌تری که مهلت عکس گرفتن به شما بدهد به خودتان بگیرید تا او هم همین کار را کند، به این ترتیب می‌توانید عکس‌های جالب و خاطره‌انگیزی بگیرید که هرگز فکرش را هم نمی‌کردید.

سؤالات خنده‌دار بپرسید

نمی‌توانید از کودکان بخواهید به شما نگاه کند و لبخند بزند تا بتوانید یک عکس قشنگ از او بگیرید و انتظار داشته باشید او هم دقیقاً همین کار را بکند. برخی کودکان خیلی خجالتی هستند و حتی دوست ندارند با شما ارتباط چشمی برقرار کنند، چه برسد به اینکه برای شما بخندند. در چنین شرایطی، ابتدا کمی پیش او بنشینید، بازی‌هایی که در فضای آشنا و گرم خانه با هم انجام می‌دهید را انجام دهید، با هم حرف‌های همیشگی را بزنید تا به قول معروف یخ کودک باز شود. بعد با پرسیدن سؤالات خنده‌دار کم‌کم سعی کنید خنده به لبش بیاورید و وقتی به فضا عادت کرد، شروع به عکاسی کنید و لحظات خنده او را ثبت کنید.



گاهی، کمی باج بدهید

اگر کودک شما به قدری خجالتی است که حرف زدن و بازی کردن با او باعث نمی‌شود به فضای جدید عادت کند، پس یک راه‌حل دیپلماتیک تر را پیش بگیرید، گاهی یک باج کوچک می‌تواند یخ کودک را بشکند.

چیزی مثل شکلات‌های کوچک که ضرری برای کودک نداشته باشد به او بدهید و در مدتی که کودکشان شروع به خوردن آن می‌کند، فرصت دارید تا عکس‌های جالب و خاطره‌انگیزی بگیرید.

از او نخواهید لبخند بزند، به صورت ناگهانی او را به خنده بیندازید

اگر از یک کودک لجباز و یک‌دنده بخواهید برای شما بخندد، در نهایت نه تنها به خنده مورد نظرشان نمی‌رسید، بلکه ممکن است کار به اخم و گریه هم ختم شود.

در عوض، کاری انجام دهید که می‌دانید باعث خنده او می‌شود، یا مثلاً از او بخواهید به روش تقلید از شما، چشمانش را ببندد و ناگهان صدای بلند و خنده‌داری درآورید، ممکن است کمی بترسد، اما به احتمال زیاد، شروع به خندیدن می‌کند و تا چند دقیقه می‌توانید از این ترفند استفاده کنید و عکاسی کنید.

از او بخواهید چهره غمگین به خود بگیرد

گاهی بد نیست که با لحنی دوستانه و دلگرم‌کننده و در عین حال محکم و قرص از کودک بخواهید لبخند نزند و چهره غمگین به خود بگیرد. اکثر کودکان وقتی بر خلاف میلشان از خنده بازداشته شوند، چند ثانیه بعد به صورت خودکار شروع به خندیدن می‌کنند و فرصتی برای شما پیش می‌آید تا هم چهره غمناک و هم شاد آن‌ها را ثبت کنید.



اگر همه تلاش‌های شما با شکست مواجه شد، از کودکان بخواهید فریاد بزنند

این کار کمی نیاز به تشویق و ترغیب او دارد، اما اکثر کودکان کم سن، عاشق فریاد کشیدن هستند و بعد از فریاد کشیدن، لبخند می‌زنند.

یکی از قوانین طبیعت این است که نمی‌شود بدون دلیل فریاد بزنید، اما نخندید. کودکان نیز از این قانون مستثنی نیستند.

به یاد داشته باشید که عکاسی کودکان کار بسیار مشکلی است و نمی‌توان انتظار تماس چشمی عالی و یک لبخند از سر همکاری و بی‌نقص از کودکان داشته باشید. گاهی روزها انگار کودکان از دنده چپش بیدار شده و اصلاً این کار شدنی نیست.

اما لبخند، تنها زیبایی قابل ثبت شدن و ماندگار کودکان نیست، گاهی دیگر عکس‌العمل‌ها مثل کنجکاوی، غم، لجبازی، شیطنت‌های مختلف و حتی حالت عادی آن‌ها نیز زیبا و خاطره‌انگیز می‌شوند.

فقط کافی است به نوعی آن‌ها را به وجد آورید، حالا یا با انجام کار خاصی یا بردن آن‌ها به محلی خاص و تحریک کردن حس کنجکاوی و نشاط آن‌ها، به هر حال می‌توانید با استفاده مناسب از امکانات در دست‌رستان، کاری کنید تا کودکان خودش ژست‌های عکاسی مناسبی برای شما خلق کند.