

مقطع تحصیلی: کاردانی\* کارشناسی رشته: عکاسی ترم 3 : سال تحصیلی 1399- 1398 :  
نام درس : عکاسی مستند نام و نام خانوادگی مدرس : زهرا رنجبر  
آدرس email مدرس [zahrranijbarfashami@gimal.com](mailto:zahrranijbarfashami@gimal.com) : تلفن همراه مدرس 09123041596 :

جزوه درس : عکاسی مستند مربوط به هفته : اول دوم سوم چهارم پنجم  
text: دارد\* ندارد: voice دارد ندارد ششم هفتم هشتم نهم دهم\* : power point  
ندارد\*  
تلفن همراه مدیر گروه 09382780052 :

به نام خدا و با سلام



#### روز چهارم عکاسی از کنار

عکاسی از کنار روشی فوق العاده برای شروع کار و احساس راحتی در عکاسی خیابانی بدون اجازه مردم، است. اما عکاسی از کنار چیست؟ معمولاً این نوع عکاسی تکنیکی است که در آن شما یا دوربین خود از گوشه و کنار و بدون آوردن نمایاب<sup>۱</sup> در مقابل چشم خود، عکاسی می کنید. مزیت این روش این است که افراد متوجه نمی شوند که شما از آنها عکس می گیرید.

فرصت‌هایی که دوربین را مقابل چشمان خود ببرید، مردم به سرعت متوجه می شوند که در حال عکس برداری از آنها هستید. پس چگونه باید از کنار و بدون اینکه دیگران متوجه شوند، عکس برداری کنید؟

در گام اول، باید دوربین خود را با دو دست گرفته و موقعیت آن را با مج خود تنظیم کنید. نکته دیگری که باید به خاطر داشته باشید این است که هنگام عکس برداری نباید به طور مستقیم به دوربین نگاه کنید، بلکه باید به جای دیگری نگاه کنید. همچنین مطمئن شوید که تنظیمات را به درستی انجام داده‌اید و از لنز به صورت صحیح استفاده می کنید.

اگر با یک DSLR عکس برداری می کنید، بهتر است از طول کانونی ۳۵

میلی متر یا وسیع تر استفاده کنید (فول فریم). بنابراین در صورتی که یک DSLR با معیار برش  $1.6x$  داشته باشید می‌توانید حداقل با یک لنز ۲۴ میلی‌متر یا ۲۸ میلی‌متر بر دوربین خود، عکس برداری کنید که در این حالت هم‌ارز با یک نوع ۳۵ میلی‌متری خواهد بود. در صورتی که یک دوربین فول فریم (فریم کامل) دارید، می‌توانید با ۳۵ میلی‌متر یا  $28/24$  میلی‌متر نیز عکاسی کنید. دلیل این مسئله این است که هنگام عکاسی از کنار، ترکیب و فریم‌بندی تصویر دشوار خواهد شد. اگر از یک لنز ماکرو استفاده می‌کنید، نخواهید توانست سوژه‌ها را به درستی فریم‌بندی کنید.

سپس تنظیمات دوربین خود را درست کنید. معمولاً من همیشه فاصله دلخواهم با سوژه‌ها را با فوکوس دستی، محاسبه می‌کنم. بنابراین در صورتی که به عنوان مثال بخواهید از فردی که در پنج فوتی شما ایستاده است عکس بگیرید، پیش فوکوس لنز خود را با استفاده از فوکوس دستی به ۵ فوت تنظیم کنید. بعد از این کار، دوربین خود را در حالت اولویت دیافراگم در  $f/16$ ، قرار دهید. این کار به شما اجازه می‌دهد تا یک عمق میدانی مناسب داشته باشید و لذا خواهید توانست با سخاوت بیشتری فوکوس کنید. بعد از این مرحله، می‌توانید تنظیمات ISO را بسته به اینکه هوا تا چه حد تاریک است، بین ۸۰۰ تا ۱۶۰۰ قرار دهید. می‌توانید ISO خود را به اندازه کافی بالا تنظیم کنید به طوری که سرعت دریچه یا شاتر<sup>۲</sup> بالای  $320^{th}$  s/second باشد (که باعث می‌شود بتوانید از مردم حتی در حال حرکت نیز عکس بگیرید).

حال که دوربین خود را تنظیم کردید، تنها کاری که باید انجام دهید این است که عکس بگیرید. در حین عکاسی از کنار، هنگامی که به مردم نزدیک می‌شوید به صورت مستقیم به آنها نگاه نکنید. نزدیک شوید و خیلی آرام دوربین خود را در حین عکاسی بالا بیاورید. این کار را با زاویه‌ها و موقعیت‌های مختلف نیز بررسی کنید. با دوربین از افرادی که روی نیمکت‌ها نشسته‌اند عکس برداری کنید یا تا سطح قفسه سینه از سوژه‌های خود عکس بگیرید.

عکاسی از کنار، یک روش بسیار خوب برای به دست آوردن احساس آسودگی در عکاسی خیابانی است، به ویژه هنگامی که می‌خواهید داوطلبانه این کار را انجام دهید. با این حال، هنگامی که در عکاسی خیابانی توانایی بیشتری کسب کردید و توانستید بر ترس خود غلبه کنید، کمتر از این روش استفاده کنید زیرا داستان شما هیچ‌گاه نمی‌تواند یک صحنه را مانند چشمانتان فریم‌بندی و ترکیب‌بندی کنند.

## روز پنجم

### وانمود کنید که از چیز دیگری عکس می‌گیرید

یک تکنیک مناسب کار با لنزهای واید این است که به اندازه کافی به افراد نزدیک شوید و وانمود کنید که از چیز دیگری عکس می‌گیرید. بخش کلیدی این کار استفاده صحیح از زبان بدن است، به گونه‌ای که وانمود کند در حال عکاسی از شیء یا سوژه دیگری هستید.

برای مثال، در صورتی که شخصی را می‌بینید که کنار یک پوستر جالب ایستاده است، از یک فاصله مشخص به پوستر نگاه کنید (درعین حال نیز به شخص نگاه کنید). سپس آرام‌آرام به سمت آن شخص حرکت کنید درحالی‌که به صورت خیره به پوستر نگاه می‌کنید. آرام‌آرام خم شوید و چارچوب تصویر خود را به گونه‌ای تنظیم کنید که شخص و پوستر در یک فریم یا چارچوب باشند. سپس آرام بلند شوید، مجدداً به پوستر خیره شده و از محل دور شوید. پس از این کار، حرکت افراد را زیر نظر بگیرید؛ آنها برمی‌گردند، نگاهی به پوستر می‌اندازند، شانه‌های خود را بالا می‌اندازند و به زندگی روزمره خود ادامه می‌دهند.

## روز ششم

### عکاسی با هدفون روشن

یکی از توصیه‌هایی که از عکاسان خیابانی برای غلبه بر ترس از عکاسی خیابانی شنیده‌ام، این است که در حین عکاسی هدفون در گوش خود بگذارید.

اگرچه در حالت ایدئال بهتر است این کار را انجام ندهید زیرا ممکن است فرصت‌های بالقوه عکاسی را که با شنیدن صدای اطراف به وجود می‌آیند، از دست بدهید، اما این روش برای ماندن در یک منطقه و حفظ آرامش هنگام عکاسی مفید است.

از طرفی دیگر، زمانی که مردم شما را در حال عکاسی با هدفون می‌بینند، پیش خود چنین فکر می‌کنند که شما صدایشان را نمی‌شنوید و این احتمال کمتر وجود دارد که آنها را هدف خود قرار دهید. همچنین در صورتی که افراد نسبت به عکاسی که از آنها گرفته‌اید ناراحت شده و شروع به بددهانی کنند، می‌توانید با گوش دادن به موسیقی این بازخوردهای منفی را نادیده بگیرید.

## روز هفتم

### لبخند

در جوامع کنونی به ندرت می‌توانید از یک غریبه «سلام» بشنوید و یا لبخندی ببینید. باین حال، هرگاه این اتفاق افتاد، آن را به فال نیک بگیرید. به یاد می‌آورم روزی در مسیر خانه، شخصی را دیدم که با حالتی خشن و محکم بر روی نیمکتی نشسته بود و به صورت خیره به افراد نگاه می‌کرد. به صورت ناخودآگاه به او لبخند زدم و سلام کردم و درحالی که اصلاً انتظار آن را نداشتم، آن شخص که تقریباً ۲۵۰ پوند عضله داشت به سمت من برگشت و مانند یک کودک لبخند زد. او ناگهان تغییر موضع داد و رفتار گرم خود را به من نشان داد.

ما به عنوان انسان و به صورت غریزی، دارای موجودیتی اجتماعی هستیم. در صورتی که به شخصی لبخند بزنید، به او نشان می‌دهید که خطری برای او ندارید و می‌خواهید با او به شکلی انعطاف‌پذیر رفتار کنید. در صورتی که به تعدادی از مردم لبخند بزنید آنها نیز پاسخ شما را با لبخند خواهند داد.

هنگام عکاسی، مرتب لبخند بزنید. اگر شخصی که از او عکس‌برداری می‌کنید متوجه لبخند شما شد، آنگاه باز هم لبخند بزنید و به او بگویید «متشکرم». این لبخند ساده باعث می‌شود شک آنها نسبت به شما از بین برود و اعتماد بیشتری به شما به عنوان یک عکاس، پیدا کنند. سعی کنید این درس را

نه تنها در عکاسی خیابانی، بلکه در زندگی نیز پیاده‌سازی کنید؛ آن وقت متوجه خواهید شد که نتیجه حرکت چند ماهیچه دهان شما چه نتایج شگفت‌انگیزی می‌تواند داشته باشد.

## روز هشتم

### با مردم صحبت کنید

آلفرد ایزنستادت<sup>۱</sup> می‌گوید:

کلیک بر مردم از کلیک بر شاتر نیز مهم‌تر است.

به همان اندازه عکاسی از مردم در خیابان، از هم‌صحبتی با آنها لذت می‌برم. در صورتی که از شخصی عکس بگیرید، در واقع بخشی از روح او را ثبت کرده‌اید. اگر بعد از عکاسی از مردم با آنها صحبت کنید، با آنها ارتباط برقرار کرده‌اید و می‌توانید داستان زندگی خارق‌العاده بعضی از آنها را نیز بشنوید. اگرچه من با تمام افراد صحبت نمی‌کنم، ولی سعی می‌کنم این کار را تا آنجا که می‌توانم انجام دهم.

بعد از عکس‌برداری از یک شخص، به او لبخند بزنید و از آنها بپرسید که روز خود را چگونه گذراندند یا اینکه در مورد آب‌وهوا صحبت کنید. اگرچه این موضوعات بسیار پیش‌پاافتاده و عادی هستند، ولی تقریباً همه می‌توانند سر صحبت را با استفاده از این دو موضوع، باز کنند. البته من فقط به خاطر صحبت با افراد به آنها نزدیک نمی‌شوم. بهتر است سعی کنید با مردم صادق باشید و بیشتر از اینکه صحبت کنید، به حرف‌های آنها گوش بدهید.

## روز نهم

### عکاسی با یک دوربین کوچک (یا یک iPhone)

هرچقدر که دوربین شما بزرگتر باشد، در معرض خطرات و آسیب‌های بیشتری

1. Alfred Eisenstaedt

قرار خواهد گرفت؛ بنابراین، اگر می‌خواهید تا آنجا که ممکن است در امان باشید، سعی کنید با یک دوربین کوچک عکس بگیرید. یکی از دوربین‌هایی که توصیه می‌کنم Ricoh GRD III است، زیرا تنها دوربینی است که لنز کانونی آن 28mm f/1.9 است و به‌صورت مجازی هیچ تأخیر شاتر یا فوکوس محدوده‌ای ندارد. این دوربین، تمام مشکلی و نامحسوس است و تصاویر خوبی ثبت می‌کند. همچنین با استفاده از لنز 28mm، شما را به اشیاء نزدیک‌تر می‌کشد و خواهید توانست شات‌هایی با زاویه‌ای وسیع از آنها بگیرید.

یک پیشنهاد دیگر برای عکاسی خیابانی، استفاده از یک iPhone است. این پیشنهاد عالی است زیرا می‌توانید وانمود کنید که در حال پیام دادن یا جست‌وجوی وب هستید، ولی در واقع از افراد مقابل خود عکاسی می‌کنید. نه تنها این مزیت را دارد، بلکه می‌توانید تلفن همراه خود را به هر موقعیت مناسبی برای عکاسی خیابانی، منتقل کنید.

## روز دهم

### عکاسی با یک دوست (یا یک گروه)

هنگامی که با گروهی از افراد به عکاسی خیابانی می‌روید، شجاعت شما بیشتر می‌شود. اگر «توزیع مسئولیت» به‌دستی اتفاق بیفتد و هریک از افراد گروه کار خود را به‌خوبی انجام دهد، در هنگام عکاسی از غریبه‌ها احساس راحتی بیشتری خواهید کرد و این امر در شجاعت شما نقش به‌سزایی دارد. علاوه بر این، عکاسی گروهی یک حس امنیت نیز به‌وجود می‌آورد زیرا اگر افراد در هنگام عکاسی به کار شما واکنشی نشان دهند، می‌توانید از پشتیبانی دوستانتان یا گروه، استفاده کنید.

تعداد ایدئال افراد در یک گروه برای عکاسی خیابانی، سه نفر است. اگر تعداد عکاسان در یک گروه زیاد باشد، ممکن است حساسیت مردم را برانگیخته کند. در صورتی که می‌خواهید عملکرد بهتری داشته باشید و یک همکار عکاس دارید، فرد دیگری را نیز که با شما احساس راحتی می‌کند، با خود همراه کنید.

عکاسی در یک گروه و یا همراه با یک دوست، باعث می‌شود یکدیگر را برای چالش‌های عکاسی و نزدیک‌تر شدن به سوژه‌هایتان، تشویق کنید. برای پیدا کردن یک همکار عکاسی، می‌توانید از شبکه‌های اجتماعی مانند فیس‌بوک، فلیکر، گوگل پلاس، 500px و غیره استفاده کنید و با افراد دارای علاقه‌های مشترک آشنا شوید و در کنار هم به عکاسی بپردازید. گروه‌های عکاسی خیابانی در سراسر جهان نیز وجود دارند که می‌توانید با یک جست‌وجوی ساده آنها را پیدا کنید.