

## “精装朋友圈”中摄影的双重陷阱

■ 杜佳澄

当代社交平台鼓励一种快感式生产。拍摄、发布与获得反馈的循环在极短时间内完成，摄影者逐渐从表达经验转向捕获反馈。拍照的动机不再来自当下的体验，而来自可能获得的关注。

与此同时，能否发布正在成为一张照片的存在前提。摄影从体验的自然延伸变成一种社交动作。一张不能获得观看的照片，在这种机制中几乎没有意义。摄影因此变成一种轻量化的社交仪式，创作过程被弱化，而呈现过程被放大，真实经验逐步退场。

朋友圈摄影还展现了一种更隐蔽的逻辑。它处在私密与公开之间，因此同时承担记录生活与证明生活的双重任务。为了被观看而拍摄，为了看起来“自然”而修饰，为了展示“日常”而筛选瞬间。那些无法体面呈现的瞬间：混

乱、无聊、失败、脆弱都被悄然排除。最终呈现的是一个被选取、修饰、剪裁过的象征性自我。

在这种状态下，摄影者同时扮演观看者与被观看者。他在拍摄时就预想了潜在的观看方式。这使得摄影从记录主体转向塑造主体，镜头不再指向世界，而是指向经过修辞的“我要成为谁”。

比朋友圈摄影更具代表性的，是近年来的“流水线公主”。指的是在不同旅行地套用当地民族或历史服饰进行快速旅拍：香格里拉穿藏袍、平遥古城当少奶奶、泉州簪花……它已经形成一套成熟的旅游影像产业链，也是文化被视觉消费化的典型例证。

旅拍产业将服饰重新解构为拍出来好看的道具。穿法、摆法、构图、色调都被标准化，消费者无需理解服饰蕴含

的历史文化，只需按摄影师的引导完成流程。文化在旅拍的流水线中被抽离原本的意义，只剩下适合发布的视觉外壳。更重要的是，这些拍摄方式并非来源于地方文化，而是来自平台审美偏好：藏袍要配抱小羊，披肩要用昏黄柔光，战国袍必须阴郁破碎……它们呈现的不是文化真实，而是由算法制造的文化幻象。

最终呈现的旅行影像并不是“我在这里的体验”，而是“我复制了这里的网图”。旅行变成一次影像任务的执行，体验被提前设定，身体只是在履行流程。不同景区、不同文化背景、不同旅行者之间的照片趋于惊人的同质化，真正的个人经验被挤压成一张可被关注的流量证明。

在即时快感与自我虚构的双重机

制中，摄影者事实上被平台算法与社会期待共同塑形。大数据重构了图像生产的底层逻辑：我们在追求可被看见的瞬间时，也加速了自我形象的虚构；在不断发布照片时，也被照片规定了我们应当如何生活。

尽管被数据算法重重包围，摄影依然为个体保留着表达的余地。关键在于我们能否放弃展示“完美照片”，重新关注那些无法轻易发布的真实瞬间；能否让影像回到身体、回到情绪、回到生活，而不是成为一个可控的虚构身份；能否在这个充满图像的时代里，重新建立起与世界、与他人、与自己的真实联系。我们仍需要一些不为展示而存在的照片，在一个不断被呈现的世界里，或许真正值得珍惜的是那些不需要被看见的影像。



流水线式旅拍 来源：小红书



平台上可见的“朋友圈”摄影模板 来源：小红书



青岛咖啡店 来源：小红书

## 社交平台的“完美”军备竞赛

■ 董佳谊

如今，社交平台的影像生产已经演变成关于“完美”的军备竞赛，不同社交平台的功能逻辑，直接塑造了差异化的摄影行为：朋友圈的熟人社交催生人设维护型摄影，这种半私密的社交属性让摄影成为年轻人维护个人形象的工具，如阅读时精心摆拍书本+咖啡、聚餐时优先拍摄摆盘精致的菜品；小红书的种草逻辑强化模板化摄影，这种教程化内容生态让摄影沦为按公式操作的任务，如摄影话题首页满是景点拍照模板、打卡姿势甚至修图教程；抖音的短平快流量助推打卡式拍摄，这种短视频流量算法让摄影转为追捧流量的核心动机，如热歌搭配固定文案的卡点视频、“大美颜”滤镜手势舞等。就连前段时间李荣浩也曾在演唱会上对这样的模板式视频提出了疑惑，却仍指导歌迷要从哪一

句开始卡点。但这种为流量而拍的行为让摄影失去了对瞬间的感知，只剩下完成流量任务的机械动作。

在这样的背景下，大多数年轻人会根据不同平台调整摄影风格：发朋友圈侧重生活化的精致感，发小红书追求教程适配性，发抖音注重15秒视觉冲击……这种平台适配式摄影，本质是对社交规则的妥协，而非对自我表达的坚持。

摄影的核心本是捕捉真实光影与情感，但社交平台的点赞反馈机制，让年轻人陷入完美主义陷阱。人像摄影中，磨皮、瘦脸、美白等过度修饰手段已经成为常态，这样过度修饰的美颜照片充斥我们的视线，让年轻人陷入了不P图不敢发的容貌焦虑；风景摄影中，依赖HDR夸张调色的滤镜，不仅让照片

远离现实，更造成了认知偏差——大批年轻人冲着网红打卡照奔赴某一个地点，到了才发现实景与图片相去甚远。

在社交平台的算法驱动下，摄影创作不仅面临真实性的失落，还遭遇了表达方式的高度同质化。当搜索“拍照”时，几乎所有帖子都是关于xx拍照打卡地、xx拍照姿势；当去热门景点时，排队打卡拍照的人大排长龙……无论是景点打卡还是各种模板化的旅拍姿势，这种跟风式创作使摄影似乎陷入了一种创意的贫困，这些行为本身并无不妥，但当它们成为千人一面的视觉复制时，摄影作为个人视角的艺术表达便失去了生命力，也让年轻人失去独立观察能力——没人再关注真正的美景，只关注这个地方是否出片。

值得庆幸的是，真实性审美正在回

归。近期一股反美颜、重原生的浪潮正在社交媒体上席卷开来：原相机直出、live生图等成为新的“社交货币”，博主们开始晒出带有毛孔、细纹甚至瑕疵的照片，并以此为傲引发了无数共鸣。相比美颜和滤镜包装的各种内容，网友反而对原图直出的真实感更加认可。在经历了对完美的盲目追逐后，越来越多的年轻人开始寻求个性化、真实性和情感连接。这种转变不仅反映了审美趣味的成熟，更标志着对摄影本质的重新认知：它从来不是制造完美幻象的工具，而是记录视觉印象、表达人类体验的媒介。

从追逐完美到拥抱真实，或许，我们正见证摄影艺术的螺旋式上升——从真实出发，经历美化的歧路，最终带着对“美”更深刻的理解，回归摄影的真实质。