



## La photographie de portrait, 6 astuces pour bien démarrer

Vous cherchez à vous lancer dans la photographie de portrait ? Si le portrait peut sembler complexe avec tout son jargon, son matériel et ses réglages spécifiques, il n'est pas aussi difficile que vous pourriez le penser. Avec un peu de pratique, une volonté de pratiquer et quelques informations clés, vous pourrez réaliser des portraits étonnants en un rien de temps.

Et si je ne peux évidemment pas vous forcer à pratiquer, je peux vous proposer quelques conseils essentiels sur la photographie de portrait pour les débutants qui amélioreront instantanément vos images. Plongeons dans le vif du sujet !



## 1. Procurez-vous un objectif 50mm



Portrait d'enfant pris au 50mm © Florent Letertre Photographe

[L'objectif à focale fixe de 50mm](#), parfois appelé "nifty fifty" en anglais, est peu coûteux, polyvalent et constitue un excellent choix pour les débutants en photographie de portrait. Ce n'est probablement pas le meilleur objectif pour les séances de portrait, mais il sera performant et ne fera pas fondre votre compte en banque en cours de route. Surtout si finalement ce n'est pas ce type de photos que vous souhaitez réaliser ou que vous aimez.

De plus, une fois que vous aurez pris en main un objectif de 50mm, vous aurez une meilleure idée des autres objectifs dans lesquels vous devriez investir. Même si vous élargissez votre équipement, vous ne regretterez jamais d'avoir un bel objectif de 50mm dans votre sac.



## Les grandes ouvertures

Vous vous demandez peut-être : Ne puis-je pas simplement utiliser l'objectif fourni avec mon appareil photo de débutant ? Quel est le problème de ce modèle ? Bien que ces objectifs "de kit" ne soient pas nécessairement mauvais, ils ne vous permettent pas d'ouvrir le diaphragme aussi grand que la plupart des focales fixes, ce qui limite votre capacité à créer de beaux flous d'arrière-plan. Vous avez probablement admiré des portraits avec un arrière-plan doux et crémeux ([bokeh](#)) comme celui-ci :



Portrait pris à très grande ouverture (f/1.8) créant un joli bokeh © Florent Letertre Photographe

Vous voyez comment le sujet ressort de l'image ? C'est grâce à une très grande [ouverture](#) (entre f/1.2 et f/2.8). Et si vous pouvez obtenir une ouverture suffisamment large sur un objectif primaire de 50mm, vous ne la trouverez généralement pas sur votre objectif de kit. Il ne peut en général pas descendre sous f/3.5, et si vous zoomez l'objectif jusqu'à sa plus longue focale, la plus grande ouverture passera souvent à f/5 ou f/5.6, ce qui est encore pire.

Alors, n'hésitez pas à vous renseigner sur les objectifs de 50mm dans la marque de votre appareil. Je vous recommande d'acheter un 50mm f/1.8, c'est l'un des objectifs les moins chers (rapport qualité/prix) que vous pourrez trouver. Et il vous en donnera toujours beaucoup pour votre argent. Faites-moi confiance ! Pour tout dire, si je ne devais choisir qu'un seul objectif à avoir dans mon sac photo pour le reste de ma vie, ce serait un 50mm.



## 2. Concentrez-vous sur les yeux



Netteté sur les yeux © Florent Letertre Photographe

En photographie de portrait, il est essentiel que vous fassiez la mise au point sur les yeux du sujet. Si les yeux sont nets, l'ensemble de l'image a tendance à être superbe, mais si les yeux sont flous, la photo est souvent gâchée.

Pour cela, je vous recommande de régler votre appareil photo sur [le mode autofocus statique](#) : AF-S (ou One-Shot chez Canon). Ensuite, changez le mode de la zone AF jusqu'à ce que vous puissiez sélectionner un seul collimateur (sélectif). Ajustez le point AF jusqu'à ce qu'il se trouve sur l'œil, puis enfoncez le bouton du déclencheur à mi-course pour verrouiller la mise au point.

Remarque : si l'un des yeux est plus proche de l'appareil photo que l'autre, assurez-vous de faire la mise au point sur cet œil. Surtout si vous utilisez une très faible [profondeur de champ](#). Il est plus important que l'œil le plus proche soit net !



### *Soyez toujours plus fort que la technologie*

Aujourd'hui, de nombreux [appareils photo hybrides](#) (sans miroir) proposent la mise au point automatique avec suivi de l'œil. Elle est conçue pour verrouiller la mise au point sur les yeux, même lorsque votre sujet se déplace dans le cadre. Son efficacité varie toutefois d'un modèle à l'autre et c'est l'appareil qui aura le dernier mot. Si vous avez cette option, je vous recommande de l'essayer dans une situation sans pression. Si vous aimez ce réglage et qu'il est efficace, utilisez-le. Mais s'il ne fonctionne pas parfaitement ou, si comme moi, vous voulez garder le contrôle, fiez-vous à la méthode de mise au point que j'ai exposée un peu plus haut.



Netteté sur l'œil le plus proche © Florent Letertre Photographe

Un autre petit conseil : si possible, essayez de placer votre sujet de manière à ce qu'il ait des reflets (ou des étincelles) dans les yeux. Après tout, les yeux sont la fenêtre de l'âme ! Plus ils sont mis en valeur, mieux c'est.



### 3. Expérimentez différentes distances et orientations



Portrait d'ambiance (un peu plus loin) en format vertical  
© Florent Letertre Photographe



En tant que débutant en [photographie de portrait](#), il est facile de prendre l'habitude de faire les choses de la même manière. Par exemple, vous pouvez toujours prendre des photos à distance pour vous assurer que le corps entier du sujet apparaît dans le portrait, vous pouvez toujours prendre des photos à la verticale ou à l'horizontale, ou vous pouvez toujours essayer de remplir le cadre avec le visage du sujet. Bien qu'aucune de ces approches ne soit mauvaise, il est bon de varier vos images au fil du temps. Je vous encourage donc à expérimenter différentes options, même lorsque vous débutez.

Si vous aimez toujours photographier de près, essayez de prendre un peu de recul pour inclure l'environnement. Si vous aimez toujours prendre des photos à la verticale, tournez votre appareil et prenez des photos à l'horizontale. Et si vous aimez toujours photographier de loin, approchez-vous et voyez ce que vous pouvez capturer. C'est cette mentalité expérimentale qui peut faire une énorme différence !

Quoi que vous fassiez, évitez de tomber dans la routine. Passez régulièrement en revue vos images, et si vous remarquez des similitudes constantes, faites un effort pour changer les choses !



#### 4. Essayez de créer un "vrai" portrait



Un portrait moderne qui représente la personnalité de la modèle  
© Florent Letertre Photographe

Vous pouvez coller n'importe qui devant une belle toile de fond, l'asseoir sur un tabouret, lui dire de sourire et appeler cela un portrait. Mais si vous voulez vraiment impressionner les spectateurs ou vos clients avec vos talents de photographe portraitiste, il est important d'utiliser vos talents pour montrer réellement qui est votre sujet et ce qu'il représente. J'aime les portraits qui racontent une histoire vraie sur mon sujet, car c'est ainsi que je peux capturer quelque chose qui vaut la peine d'être conservé.





### *Faites connaissance avec votre modèle*

Avant d'installer votre matériel et d'appuyer sur le déclencheur, apprenez à connaître votre sujet. Découvrez ses passe-temps favoris, observez son comportement et apprenez comment il se comporte. Utilisez ensuite ces connaissances pour créer un portrait authentique, qui donne au spectateur une idée de qui est réellement le sujet.

Comment créer un portrait qui révèle la vérité ? Vous pouvez le faire avec des accessoires, des expressions ou des poses ! Par exemple, si votre sujet est passionné par la pratique d'un instrument de musique, vous pouvez simplement inclure l'instrument dans la photo avec lui. Et si votre sujet est tout le temps joyeux et optimiste, vous pouvez mettre en valeur son sourire dans vos compositions.



Portrait d'un couturier en plein travail © Florent Letertre Photographe

N'oubliez pas que votre travail consiste à créer un portrait qui sera valorisé par tous ceux qui connaissent votre sujet. Mais votre travail consiste également à créer un portrait qui pourra être apprécié par ceux qui ne connaissent pas votre sujet. Les meilleurs portraits aident le spectateur à comprendre un peu le sujet, même s'ils ne se sont jamais rencontrés.



## 5. Pensez à l'éclairage

Si vous voulez capturer un beau portrait, il vous faut [une bonne lumière](#) sur le visage de votre sujet ; c'est essentiel. En fait, en général, je cherche un bon éclairage avant de chercher un bon arrière-plan ! Si l'arrière-plan est mauvais, vous pouvez toujours ajuster votre angle ou utiliser une grande ouverture pour obtenir de meilleurs résultats. Mais si l'éclairage est mauvais, ça devient très compliqué, vous êtes fichu.

La lumière par temps fortement couvert est probablement le plus facile à gérer pour les débutants, mais une lumière plus forte avec des ombres peut également être agréable. Faites en sorte que votre sujet soit tourné vers la source de lumière, ce qui permettra de créer des accroches dans les yeux et d'éviter les ombres désagréables. Si vous n'êtes pas sûr de l'emplacement de la source de lumière principale, faites simplement pivoter votre sujet jusqu'à ce que la lumière soit parfaite.



Portrait urbex réalisé par temps couvert pour réduire les forts contrastes et les ombres disgracieuses © Florent Letertre Photographe

Si le soleil est fort et que la lumière est dure, il est souvent préférable d'attendre plus tard dans la journée, mais vous pouvez essayer de déplacer votre sujet dans une zone ombragée. Veillez simplement à éviter d'inclure une lumière rasante ou une demi-ombre sur le visage de votre sujet. Et faites attention aux grimaces ou aux yeux plissés qui peuvent se produire si votre sujet finit par regarder vers la lumière vive du soleil.



Enfin, veillez à exposer pour le visage, même si cela donne à votre arrière-plan un aspect trop clair ou trop sombre. En photographie de portrait, le sujet est le plus important !

## 6. Ne vous préoccupez pas des règles



Portrait d'enfant pris à la verticale, prenant les règles de composition totalement à contre-pied © Florent Letertre Photographe

La photographie de portrait s'accompagne de nombreuses règles : [la règle des tiers](#), utilisation de [l'espace négatif](#), la règle des impairs,... Et c'est vrai : les règles sont très utiles, surtout pour les débutants. Je vous encourage à les apprendre, à les pratiquer et à les utiliser. Mais ensuite...

Soyez créatif et amusez-vous sans trop vous soucier des règles. Votre composition n'a pas toujours besoin d'être divisée en tiers, et votre sujet n'a pas toujours besoin de regarder en direction d'un espace vide. Vous pouvez prendre plaisir à enfreindre les règles ; en fait, cela peut créer des photos d'une beauté unique !



Portrait original, ne respectant pas les règles de composition © Florent Letertre Photographe

Et ne vous inquiétez pas de ce que font les autres photographes. Ne vous sentez pas obligé de copier les styles de mise en scène, les poses, les distances focales ou les accessoires les plus populaires. Il n'y a rien de mal à essayer des effets qui vous plaisent, mais ne les laissez pas vous limiter. En d'autres termes, lorsque vous réalisez le portrait d'une personne, vous pouvez prendre des photos comme vous le souhaitez sans suivre la tendance du jour. Assurez-vous que chaque image représente ce que vous voulez être en tant que photographe !

### **Photographie de portrait pour débutants : derniers mots**

Ça y est, vous voilà en possession de six conseils pratiques pour vous permettre de commencer à réaliser de magnifiques portraits. J'espère que vous vous sentez maintenant prêt à sortir votre appareil photo et à capturer des résultats étonnants.

A votre tour... faites-vous du portrait ? Quels types de portraits aimez-vous ou aimeriez-vous réaliser ? Lequel de ces conseils utiliserez-vous en premier ? Partagez vos idées dans les commentaires ci-dessous !