

STUDIO DE PHOTOGRAPHIE
MARIE-JOSÉ HAINS



artiste photographe

NOTE

Le contenu de cette présentation et les photos incluses sont la propriété de Marie-José Hains. Toute reproduction et diffusion sans consentement préalable est strictement interdite

Marie-José Hains

B.Sc. Double Majeur Mathématiques / Informatique, PMP

1983 à 2011: Bell, Bell Sygma, CGI (Dir. Projet, Développement des affaires, Évaluation de risques)

Depuis 2003: Photographe

Propriétaire studio de 1500 pc **disponible pour location**

Formatrice: En studio, Loisirs Renaud Coursol, Tous Azimuts

Coach et mentor: revue de portfolio, perfectionnement, démarrage et perfectionnement entreprise

Pour me joindre: 514-835-0867 ou info@studiomjh.com

Présentation Portfolio et Studio

<https://my.matterport.com/show/?m=uje6ZGBTPWs>



AVANT-PROPOS -définition

La lumière naturelle:

la lumière du jour, non artificielle

AVANT-PROPOS

La particularité et la complexité de la
photographie de portraits

CONTENU

Note: Le contenu de cette présentation et les photos incluses sont la propriété de Marie-José Hains ou de tierces parties. Toute reproduction et diffusion sans consentement préalable est strictement interdite

- Préambule

- **Les 3 grands axes de la photographie de portrait**

- Le sujet: Comment mettre en confiance notre modèle, comment le poser pour qu'il soit mis en valeur
- La lumière: L'importance de la compréhension de la lumière naturelle pour le portraitiste
- La technique: les objectifs, les paramètres de prise de vue, la composition

- Préparatifs et considérants pour portraits en lumière naturelle

- Gérer les problématiques, solutions

- Le post-traitement

CONTENU

- EXCLUS DANS LA CONFÉRENCE D'AUJOURD'HUI
 - Notions de lumière flash studio, flash cobra, créativité portrait en studio
 - Notions avancées de poses et direction de modèles
 - Retouches portraits dans photoshop

Anatomie d'un portrait réussi

TOUS les critères d'une photo réussie PLUS...

- ▣ Choix du modèle / sujet adéquat
- ▣ Pose esthétiquement plaisante
- ▣ Proportions corporelles respectées
- ▣ Émotion palpable et sincère
- ▣ **En lumière naturelle: La lumière sur le sujet est homogène et en relation avec le concept**

Anatomie d'un portrait réussi **en** **extérieur - problèmes**



Anatomie d'un portrait réussi **en extérieur - problèmes**



LE SUJET

- Types de sujets / ou les trouver ?
 - Amis et connaissances
 - Modèles
 - Clients

LE SUJET

- Mettre en confiance le modèle
 - Avant la séance:
 - Le premier contact, langage professionnel, guider et diriger le modèle, en mode écoute, observation de votre sujet
 - La séance: coaching - conseils et trucs (cours de modèle 101), faire rire le modèle
 - Après la séance: visionnement, conseils et sélection

LE SUJET – le menton



LE SUJET

- Préparatifs
 - Commande ou créatif ?
 - Concept
 - Location
 - Lumière
 - Vêtements
 - Maquillage et coiffure
 - Décors
 - Poses

LE SUJET

- Les poses
 - Concepts plutôt que poses spécifiques
 - Un mot sur les catalogues de poses et les inspirations
 - Étudiez les formes de visages et des corps

3 options pour camoufler les problèmes (les problèmes pour qui ?)

- Vêtements, Poses, Lumière

LE SUJET – Forme de visage



LE SUJET – Forme de visage



LE SUJET

- Diriger la séance
 - Évitez les silences
 - Montrez au modèle quoi faire
 - Donnez des consignes précises
 - Langage professionnel
 - Confiance et assurance

un apprentissage à perfectionner

LA LUMIÈRE - INTRODUCTION

- La lumière est évidemment essentielle – c'est la base
- La lumière crée l'ambiance – qui crée l'essence même de votre portrait
- Faites attention aux détails
 - Source, Type, Couleur, Qualité, Direction, Quantité
- **NOTE: LUMIÈRE AMBIANTE:** lumière qui existe à l'endroit où nous sommes et dont nous ne pouvons généralement pas en modifier la source (peut inclure des sources de lumière artificielle, e.g. néon, éclairage de nuit, etc.)

DÉVELOPPEZ VOTRE SENS DE L'OBSERVATION de la lumière partout et en tout temps – Devenez un posemètre vous même!

LA LUMIÈRE - SOURCE

■ NATURELLE

- Soleil

■ Sources secondaires en extérieur:

- Lune, surface qui réfléchit beaucoup la lumière:
e.g. neige, sable blanc, édifice blanc, eau,
réflecteur

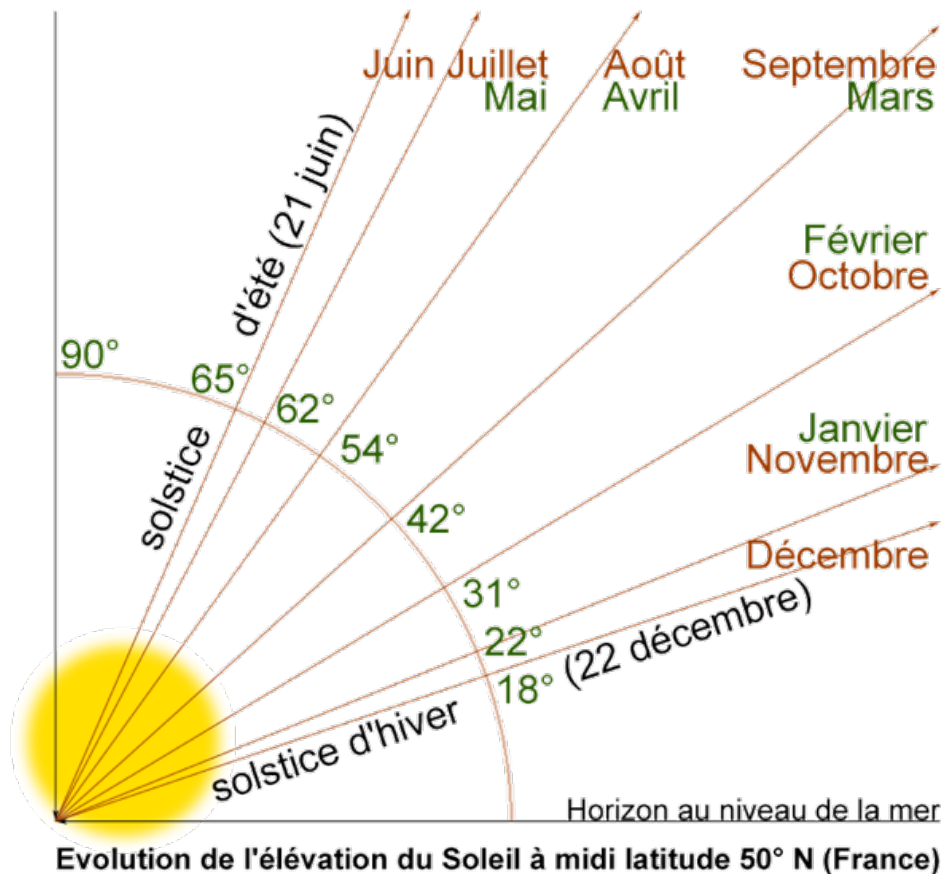
■ ARTIFICIELLE

- Flash COBRA ou STUDIO (ou autres...)

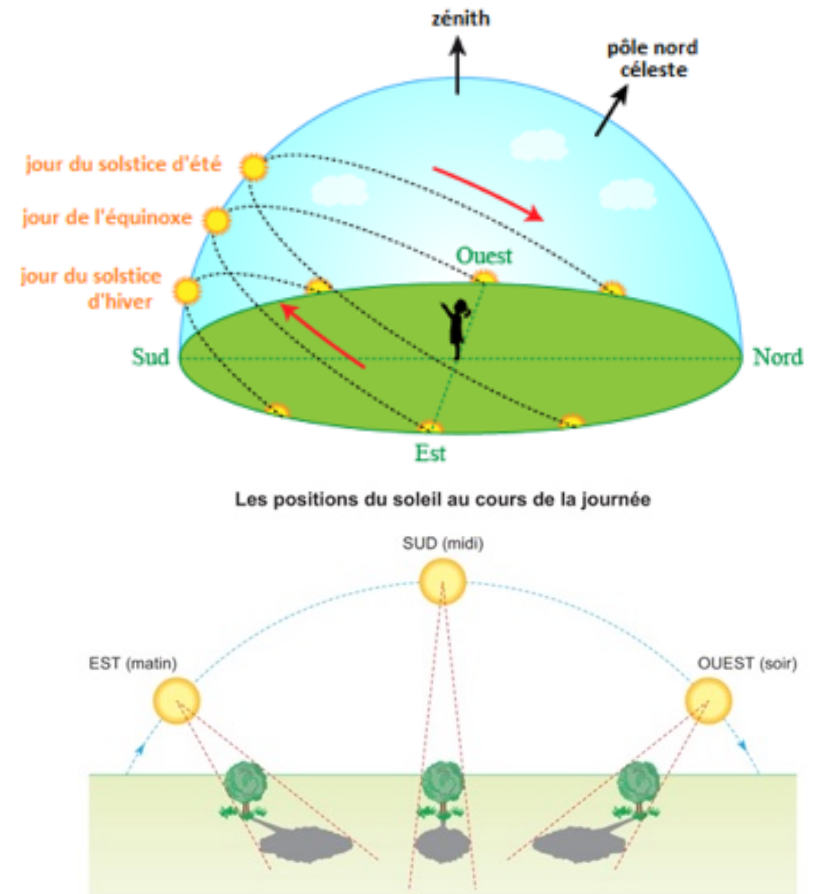
LA LUMIÈRE – Position du soleil

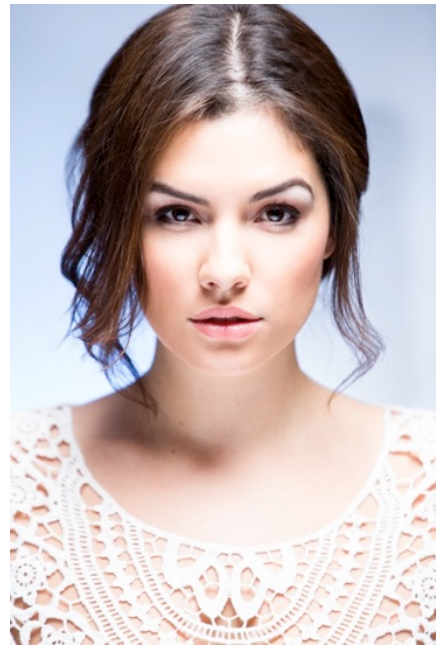
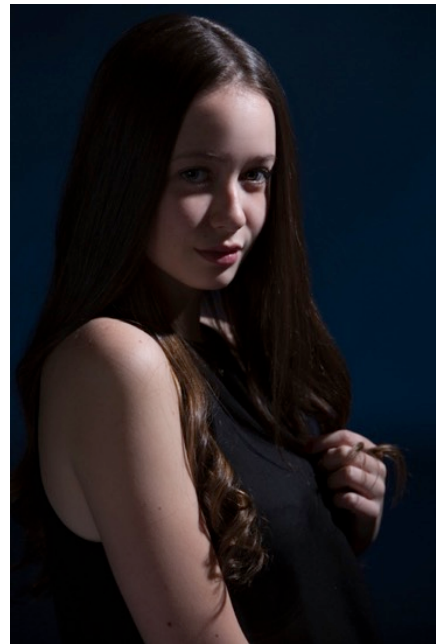
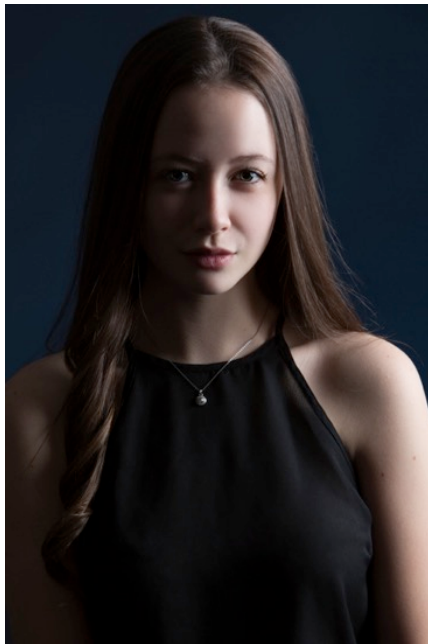
- La position du soleil varie selon:
 - Emplacement sur la terre (hémisphère nord vs hémisphère sud, latitude)
 - Montréal: latitude Nord 45deg
 - Moment de l'année (Saison)
 - Moment de la journée

LA LUMIÈRE – Position du soleil



Pour montréal : ajouter environ 3deg





Lumière – Direction

■ DIRECTION DE LA LUMIÈRE

- La direction de la lumière influence l'interprétation d'une scène en créant plus ou moins d'ombres et de contrastes
- Frontale : révèle la symétrie
- Latérale: révèle la texture / la forme
- De haut et de bas: trop cela crée des 'mauvaises ombres'

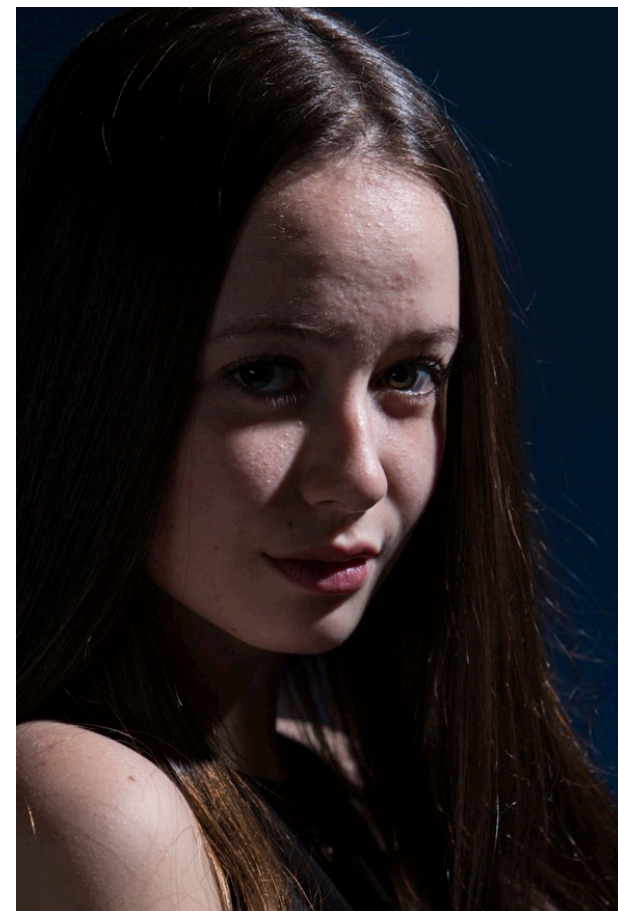
Lumière – Direction



Frontale



45 degré



Rembrandt

Lumière – Direction



Lumière – Direction



De trop haut:
mauvaises ombres

Lumière – TYPE et Qualité

- Type de LUMIÈRE sur mon sujet

- Lumière directe

- La lumière arrive directement de la source sur mon sujet, et ce avec un certain angle (de face, d'en haut, latéral, etc..)
 - Les contrastes et les ombres sont très prononcés
 - La différence entre les hautes et basses lumières est accrue (grande plage dynamique)

- Lumière diffuse

- La lumière arrive de nombreuses directions
 - Les contrastes et les ombres sont peu prononcés
 - La différence entre les hautes et basses lumières est réduite

- Lumière réfléchie

- La lumière est réfléchie sur une surface, eg. Un mur, un objet
 - Similaire à la lumière diffuse mais tributaire de l'objet de réflexion

Lumière – TYPE et Qualité

■ QUALITÉ DE LA LUMIÈRE

- Lumière dure – lumière directe non diffusée
 - E.g. Journée tout soleil en plein soleil – beaucoup de contraste et beaucoup d'ombre
- Lumière douce – lumière réfléchie (nuage, ou objet)
 - E.g. Journée ennuagée – moins de contraste et moins d'ombre, éclairage diffus
 - E.g. Lumière réfléchie sur un objet tel un réflecteur blanc, ou un mur gris pale, ou blanc
- Lumière dure ou semi-dure – lumière réfléchie avec objet très réfléchissant
 - E.g. miroir, réflecteur argent, papier aluminium, etc

Lumière – Directe vs Diffuse



Lumière – Directe vs Diffuse



Directe



Diffuse

Note: La diffusion diminue la quantité de lumière sur mon sujet (différence d'environ 2 stops), mais ceci permet de modifier la vitesse d'obturation pour aller chercher plus de lumière ambiante et obtenir un fond bien éclairé

Lumière – Directe: Frontale vs Latérale



MOMENT: 7 sept, 18h10
Face au soleil ou de côté



Lumière – Avec et sans réflecteur



Lumière – Avec et sans réflecteur



Sans réflecteur



Réflecteur Blanc



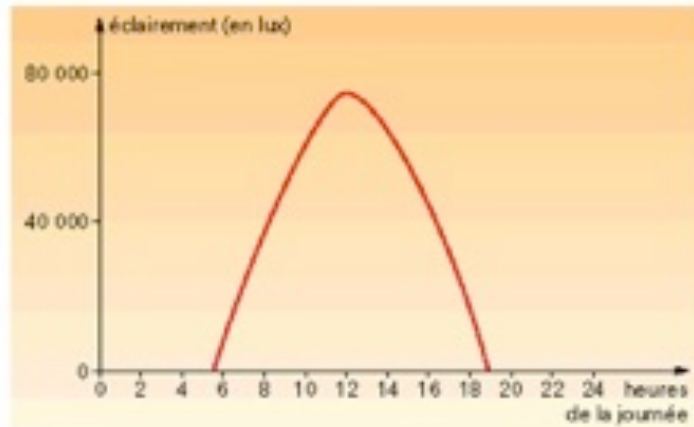
Réflecteur Doré

Réglages: ISO 100, 2.8, 1/800

NOTE: Il est possible aussi évidemment de mettre un diffuseur à droite pour diminuer la plage dynamique, l'effet sera plus homogène

LA LUMIÈRE – Quantité

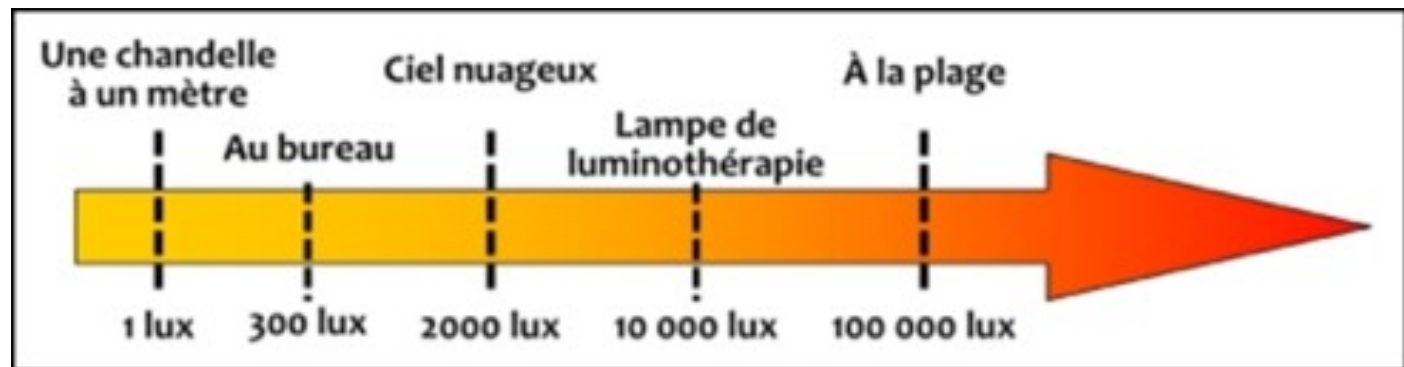
Les variations de l'éclairement au cours d'une journée d'été



CONSTAT NO 1: La quantité de lumière varie tout au long de la journée (position du soleil)

CONSTAT NO 2: La quantité de lumière varie selon la couverture nuageuse

CONSTAT NO 3: La quantité de lumière varie selon mon environnement



LA LUMIÈRE – Quantité et IL

LUX	IL	Scène - Extérieur
130000	16	Plein Soleil - neige /sable blanc
65000	15	Plein Soleil - ombre nette
32500	14	Soleil voilé
16250	13	Ciel nuageux mais éclairage assez brillant (pas d'ombre)
8125	12	Ciel très Nuageux
4050	11	Coucher ou Lever de soleil
2025	10	Aussitôt après le coucher du soleil , ou avant le levé du soleil
1000	9	Environ 10 minutes après le coucher du soleil, ou avant le levé du soleil
500	8	Time Square, Las Vegas, Devanture de magasins la nuit, Stades
250	7	Foret très dense
125	6	Parcs d'attractions la nuit
60	5	Feu de camp
30	4	Monuments et fontaines éclairés
15	3	Feux d'artifice
8	2	Foudre
4	1	
2	0	
1	-1	
0,5	-2	
0,25	-3	Pleine lune

CONSTAT NO 1: Par des journées de passages nuageux: jusqu'à 4 stops de différences en quelques secondes

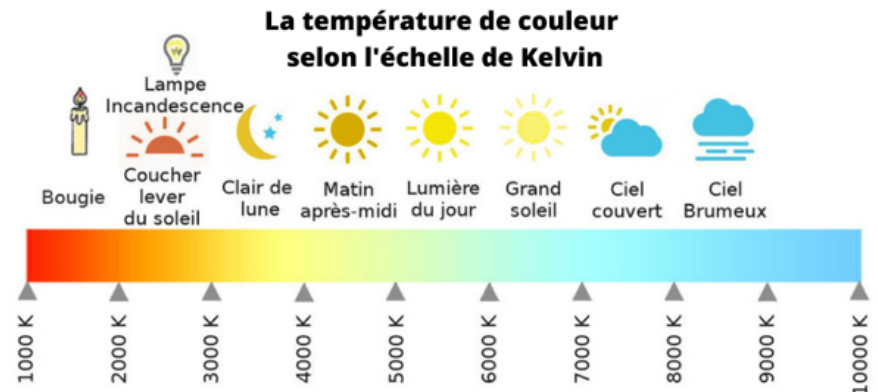
CONSTAT NO 2: La plage dynamique est accrue lors de journées ensoleillées sans nuages entre les zones éclairées et les zones très ombragées

NOTE: En intérieur la quantité de lumière varie selon l'orientation de la fenêtre, le moment de la journée, la grandeur de la fenêtre, le type de verre, la distance de mon sujet de la fenêtre... Ouf! ;-)

Lumière – Balance des blancs

■ BALANCE DES BLANC:

- Très important en extérieur car les conditions de couverture nuage et le temps du jour donnent différentes dominantes de couleurs
- **En portrait** – Évitez AWB car cela peut donner des résultats plus ou moins bons selon la couleur et la tonalité de peau. Sur toute une série on veut aussi obtenir une façon de corriger de façon rapide et uniforme



Lumière – Balance des blancs

- En portrait – assurez vous de comprendre l'effet sur votre sujet surtout pour l'heure dorée et l'heure bleue
 - L'Heure Dorée (heure magique): Après le lever ou avant le coucher du soleil pendant laquelle la lumière du soleil a des qualités particulières: Douce, Rouge, et les ombres s'allongent
 - L'Heure Bleue: Avant le lever ou Après le coucher du soleil quand le soleil est à environ 4 à 8 degré sous l'horizon, et où la lumière indirecte du soleil a une prédominance de bleue
 - La lumière est plus douce et le contraste est moins fort pendant ces moments → les ombres sont moins foncées, les tons clairs moins propices à une surexposition
 - <http://www.golden-hour.com>
- En portrait – assurez vous de comprendre l'effet sur votre sujet des dominances de couleurs à proximité

LA TECHNIQUE

- Objectifs:
 - Mes objectifs de choix
- Paramètres de prise de vue
 - L'importance de la distance du modèle
 - Un mot sur la profondeur de champs
- Composition
 - Attention à la déformation de perspective, la distorsion des objectifs et les erreurs de poses

COMPOSITION – quelques erreurs



EQUIPEMENTS – caméra et outils

- Objectifs: 70-200, 24-105, 105, 50, 85
- Pare-Soleil – pour gérer le contraste (à moins de vouloir faire des effets de flare)
- FLASH Cobra et gel pour effet
- Filtre ND pour gérer la trop grande quantité de lumière afin de permettre l'ajout d'un flash
- Filtre polarisant: A éviter, donne des couleurs non souhaitable sur la peau
- 'Shine shine go away!'
- Trousse cheveux / maquillage
- Couvertures
- Tout pour la pluie, la chaleur ou pour le froid, au cas ou!

CAMÉRA - Paramètres de prise de vue

- Conseils pour portrait – autres considérants techniques
 - **Vitesse:** A main levée, sujet immobile: ne pas descendre plus lent que 1/100 pour figer votre sujet (flou de sujet et/ou flou de bougé)
 - Et établir aussi une vitesse ne dépassant pas la focal, e.g. 1/200 et plus rapide pour 200mm (si pas de flash)
 - **Mode:** Manuel
 - Utilisez Av pour les journées variables
 - ajuster avec la compensation d'exposition pour gérer la quantité de lumière – **attention que la la vitesse soit tout de même appropriée pour le portrait**
 - **Mode et Zone Autofocus:**
 - One shot (Canon) ou AF-S (Nikon) pour les sujets immobiles, zone autofocus point unique
 - A tester les autres modes pour les sujets immobiles et si vous avez le mode détection du visage
 - **Mode de mesure de l'exposition:**
 - Spot ou evaluative pour CANON, Spot ou pondéré central pour NIKON
 - **Balance des blancs:**
 - Tout sauf AWB

LA LUMIÈRE – SOLUTIONS en extérieur

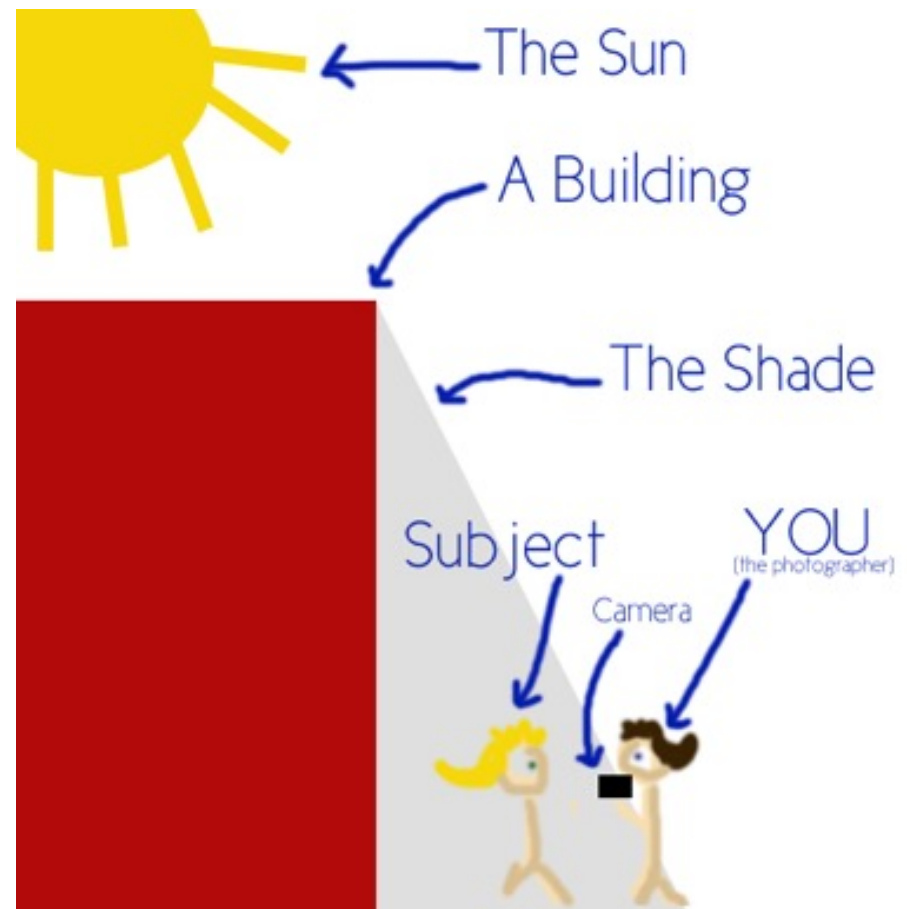
- PLEIN SOLEIL : problème lumière dure et mauvaises ombres
 - Chercher l'ombre ('open shade' – voir diapo suivante)
 - Diffuser la lumière
 - Ajouter un réflecteur ou un flash cobra pour déboucher les ombres
 - Attention aux différences entre les zones de hautes lumières et de basses lumières (plage dynamique)
- NUAGEUX : problème de lumière et/ou manquant de contraste
 - Créer des contrastes et des ombres en ajoutant de la lumière avec un flash ou des réflecteurs
- PASSAGE NUAGEUX : problème lumière changeante
 - C'est le plus difficile, Éviter le plus possible car lors un même photoshoot les résultats seront variés d'une photo à l'autre
 - Régler pour priorité à l'ouverture

LA LUMIÈRE – OPEN SHADE

- Chercher l'endroit où l'ombre rencontre la lumière (voir la ligne sur le sol)
- Placer votre sujet dans la partie qui est à l'ombre directement au bord de la partie au soleil, le visage tournée vers la lumière



Peux avoir jusqu'à une différence IL d'environ 4 stops près du tronc ou au pourtour de l'arbre



LA LUMIÈRE – Mix avec Flash LOOK NATUREL

- Régler pour la lumière ambiante d'abord
 - Éviter de mettre trop de lumière dans le background pour avoir des belles couleurs / une belle saturation/ un beau contraste
 - Utiliser une vitesse d'environ 1/100 ou 1/160
 - Utiliser un filtre neutre pour réduire l'exposition si trop de lumière
- Ajouter un flash
 - Régler l'exposition manuellement, faible dose
 - Bounce sur un réflecteur (blanc, argent ou doré selon l'effet souhaité) ou sur réflecteur blanc en ajoutant un gel sur le flash
 - Attention: Vérifier si ajoute trop de lumière flash sur le background

LA LUMIÈRE – Mix avec Flash LOOK NATUREL

Réglages: 1/160, ISO 200, 2.8

En haut à gauche: sans flash

En bas à gauche: avec flash indirecte

En bas à droite: avec flash indirecte et
gel orange



Lumière – Avec réflecteur et avec flash



LA LUMIÈRE – Bounce du flash



LA LUMIÈRE – Mix avec Flash LOOK DRAMATIQUE



Flash direct

A gauche: 1/125, f8, ISO200

En bas: 1/125, f6.3, ISO200



LA LUMIÈRE – SOLUTIONS en extérieur

- SOLEIL TRÈS BAS SUR L'HORIZON : problème lumière dure et intense
 - Utiliser en background pour de beaux paysages
 - Surveillez pour les zones sur-ex – surtout sur les cheveux ou les vêtements
 - Ajouter un flash pour déboucher en avant
 - Utiliser un Filtre ND si nécessaire

LA LUMIÈRE – SOLUTIONS en extérieur



En haut à gauche: sans flash, réflecteur

En bas à droite: avec flash indirect



EQUIPEMENTS – LE PARE SOLEIL!



Si vous n'avez pas votre pare-soleil, changez votre angle par rapport à la lumière



Réglages: 1.8, 1/200, ISO 160 avec réflecteur doré

POST-TRAITEMENT

- Corriger certains problèmes difficiles à gérer à la prise de vue
 - Ajouter/Enlever de la lumière ambiante
 - Enlever la dominante de couleur sur la peau
 - Enlever les cheveux fous , frisottis (habituellement très visible pour les contrejours)
 - Retouches usuelles sur portraits (cernes, marques, boutons, etc....)

AMÉLIORATION CONTINUE

- Pratique! Faire des photoshoots très souvent avec des sujets différents et d'expérience différente
- Inspirez vous!
- Socialisation groupes
 - Club photo, Sites de photographie (critique de photos), Groupes sur média sociaux
- Formations
 - Creative Live, YouTube , Ateliers

SUITE et FIN

▣ Mes services

▣ **Coaching/Revue de portfolio:** \$150/hr, forfait disponible pour plusieurs heures

▣ **Prochain cours:**

▣ Retouches portrait PHOTOSHOP – **4 décembre 2021** \$259

▣ Trilogie Portrait en **STUDIO** - Avant midi théorique et démo, Après-midi pratique avec modèles

▣ HIVER 2022 – Dates à venir

▣ ATELIER PRATIQUE supervisé – **A déterminer** TBD

* Prix taxes en sus