

# Comment faire un portrait photo : conseils et exemples

Vous aimez le portrait photo mais vous ne savez pas comment régler votre appareil photo, vous positionner, gérer la lumière pour réussir vos photos. Vos premiers essais ne sont pas satisfaisants.

Qu'il s'agisse de saisir l'instant présent ou de sublimer un sujet, la pratique du portrait nécessite quelques connaissances, voici ce qu'il faut savoir, le matériel utile et les réglages à utiliser ainsi que les principales erreurs à éviter.





Après [la photo de paysage](#), [la photo de rue](#), [la photo en basse lumière](#) et la [photo de vacances](#), voici un nouveau sujet sur le portrait photo. Ces quelques conseils, simples et applicables quel que soit votre niveau, vont vous permettre d'obtenir un bon résultat dans la plupart des cas.

Il ne vous restera plus ensuite qu'à laisser libre cours à votre créativité, à obtenir de vos modèles l'émotion nécessaire pour que la photo soit encore plus intéressante. Vous pouvez suivre un [stage sur le portrait photo](#) ou vous procurer des livres sur la photo de portrait comme [Les secrets de la photo de portrait](#) et [l'éclairage pour la photo de mode et de portrait](#) pour en savoir plus.

## Quel matériel choisir pour réussir un portrait photo

Comme pour chaque pratique photographique, le portrait photo nécessite un équipement particulier. Si le boîtier importe peu, tous permettent de réussir un portrait photo, le choix de l'objectif est plus critique. En effet, l'objectif utilisé définit le rendu de votre portrait, deux paramètres sont à considérer, la focale et l'ouverture.

### La focale

La focale que vous allez utiliser pour faire un portrait photo est très importante (voir [Quel objectif choisir pour le portrait chez Fotoloco](#)). Si vous utilisez un objectif grand-angle avec une focale inférieure à 28 mm, et que votre sujet est proche de vous, vous constaterez une distorsion, plus ou moins accentuée selon la

focale, qui peut dénaturer les formes de votre sujet. Je vous recommande de prendre vos portraits avec un objectif ayant une focale de 50 mm ou plus. Vous n'aurez alors aucun problème de distorsion, et le sujet sera parfaitement restitué.

Si votre sujet est situé à quelques mètres, la distorsion propre aux courtes focales n'entre plus en jeu, ou si peu, et vous pouvez faire des portraits en plan plus large.



*photo (C) Arnaud Pincemin*

Par ailleurs, les objectifs à focale fixe disposent généralement d'un meilleur piqué que les objectifs zoom. Je vous conseille donc de vous équiper d'un objectif fixe 50 mm par exemple, ou 85 mm / 105 mm.



## L'ouverture

L'ouverture de l'objectif est très importante pour la photographie de portrait. C'est ce paramètre qui vous permettra d'isoler votre sujet de l'arrière-plan, ce qui est primordial pour un portrait.

Veillez à utiliser un objectif qui dispose d'une grande ouverture (*jusqu'à  $f/2.8$  ou  $f/1.8$  par exemple*). Là aussi, les objectifs à focale fixe offrent généralement une ouverture plus grande que les objectifs zoom.

Si vous faites des portraits en studio, le flash peut être intéressant, de même qu'un éclairage supplémentaire, pour essayer plusieurs types de lumière. Pour en savoir plus, n'hésitez pas à suivre cette série de [conseils pour faire du portrait en studio](#).

# Comment régler votre boîtier pour réussir vos portraits

Les réglages du boîtier sont forcément différents entre une photo de paysage et un portrait. Mais comment bien choisir ces réglages ? Il existe quelques règles de base pour réussir vos portraits à coup sûr.



*photo (C) Arnaud Pincemin*

Pour un portrait, c'est le sujet qui importe et qui doit dominer sur le reste de l'image. Pour cela, vous devez régler votre ouverture à une grande valeur, par exemple f/2.8. Cela aura pour effet de mettre en avant votre sujet en l'isolant de l'arrière-plan ([en savoir plus sur l'effet bokeh](#)).

Si votre objectif vous permet d'aller jusqu'à f/1.8 ou même f/1.4, la profondeur de champ sera particulièrement courte, et vous n'aurez pas le droit à l'erreur sur la mise au point. Pour simplement isoler votre sujet de l'arrière-plan, une ouverture de f/4 ou f/3.5 peut être suffisante. Si par contre vous souhaitez mettre l'accent sur une partie du visage seulement, par exemple les yeux, alors une ouverture à

f/1.8 est intéressante pour rendre le reste du visage légèrement flou.

La balance des blancs permet de restituer fidèlement les teintes de votre portrait. Selon les appareils photo, plusieurs modes de balance des blancs sont proposés. Dans l'absolu, l'idéal est de reprendre la balance des blancs en post-traitement pour obtenir les teintes que vous souhaitez. Mais si vous n'êtes pas à l'aise avec le post-traitement, vous pouvez utiliser les différents modes. Adaptez la balance des blancs en fonction des conditions d'éclairage.

Faites attention à effectuer correctement votre mise au point, car la profondeur de champ sera très réduite. Pour cela, je vous recommande d'effectuer votre mise au point sur l'œil le plus proche de l'objectif. Ainsi, vous êtes sûr d'obtenir une image où les yeux seront nets et piqués. Selon vos choix créatifs, vous pouvez également choisir de faire la mise au point sur une autre partie du visage, comme les cheveux par exemple.

Les portraits sont souvent faits lors de moments très brefs, où l'expression que vous souhaitez capter ne dure pas très longtemps (*sauf si vous travaillez avec un modèle professionnel*). Si votre modèle est en mouvement rapide, je vous conseille d'utiliser le mode rafale de votre appareil photo pour être sûr d'obtenir une série d'images où l'une d'elles représentera exactement l'expression recherchée. Il est en effet difficile d'obtenir dès la première prise le portrait parfait.

Pour capter le bon moment et obtenir une image nette, vous devez utiliser un temps de pose court. Selon les conditions de lumière, essayez d'utiliser le temps de pose le plus court que vous pouvez, sans pour autant sous-exposer le sujet.

Vous pouvez vous baser sur la règle de l'inverse de la focale, en prévoyant une marge supplémentaire, afin de garantir une netteté parfaite.

Si par exemple vous shootez à 50 mm, vous pourrez obtenir une image nette à partir de 1/50 sec, mais je vous recommande d'utiliser un temps de pose d'au moins 1/80 sec, voire plus court si vous pouvez. L'idéal serait de ne jamais descendre à moins de 1/125 sec.



*photo (C) Arnaud Pincemin*

## Comment bien composer un portrait

La photographie de portrait se doit d'être très bien composée, au même titre que la photographie de paysage. Veillez donc à respecter les règles de composition, afin que vos portraits soient parfaitement soignés.

Tout d'abord, gardez en tête la fameuse règle des tiers. Pour cela, imaginez deux lignes horizontales et deux lignes verticales qui séparent votre cadre en parts égales. Ces lignes sont appelées des lignes de force, et les intersections de ces lignes sont appelées les points de force de l'image. Essayez alors de placer votre sujet sur un des points de force de l'image pour renforcer l'impact visuel et faciliter la lecture de l'image.

En portrait, le cadre et le décor sont très importants. Il est nécessaire de présenter le sujet dans son environnement. Attention tout de même à laisser suffisamment de place au sujet pour qu'il domine et qu'il se détache du reste de l'image. Il ne faut pas non plus que votre arrière-plan occupe trop d'espace.

Vous devez également veiller à remplir votre cadre. A moins que vous ne souhaitiez délibérément isoler votre sujet, il est important que votre image soit remplie, pour obtenir un effet de proximité avec le sujet. Choisissez donc avec attention les éléments qui bordent votre sujet.

Dans un portrait, c'est en général le regard qui est important. Si votre sujet regarde au loin, il est conseillé de laisser de l'espace devant le visage et de ne pas placer le sujet en bord de champ, pour ouvrir l'image et améliorer sa composition.



*photo (C) Arnaud Pincemin*

## Quelques astuces pour réussir un portrait photo

Tout le monde ne s'improvise pas portraitiste. Mais il existe certaines astuces pour vous permettre d'améliorer facilement vos portraits.

Si votre modèle n'est pas professionnel et n'a pas l'habitude d'être face à un objectif, essayez de le mettre à l'aise. Pour cela, n'hésitez pas à lui parler, à le faire rire, afin qu'il se détende. Vous pouvez aussi diffuser de la musique qu'il



---

apprécie. Au bout de quelques instants, il pourra même oublier l'appareil photo en face de lui. Vous obtiendrez alors des poses plus naturelles, plus décontractées, et moins figées.

Pour rendre votre portrait plus impactant, vous pouvez couper une partie du visage. Il est souvent intéressant de couper une partie du front, afin d'obtenir une sensation de proximité avec le sujet.

Les yeux jouant un rôle crucial dans l'expression d'un portrait, il est décisif qu'ils soient bien visibles. Pour cela, vous pouvez demander à votre sujet de baisser légèrement la tête. Cela aura pour effet de donner plus d'importance aux yeux en ouvrant le regard vers l'objectif. En revanche, lorsque la tête est inclinée vers le haut, le visage est moins gracieux et les yeux sont moins visibles.



*photo (C) Arnaud Pincemin*

***Et maintenant, à vous ! Quel est le problème que vous rencontrez en photo de portrait ?***