

Pourquoi un rien peut tout changer (et pourquoi vous vous trompez de problème)

Vous regardez une de vos photos.
Vous sentez que quelque chose cloche.
Mais vous ne savez pas dire quoi.

Ça m'arrive encore. Souvent.

La solution est simple en théorie : montrer la photo à quelqu'un qui a suffisamment de recul pour apporter un argument, pas juste un avis.

Le problème, c'est que ces personnes-là sont de plus en plus difficiles à trouver.
Les clubs photo disparaissent plus vite que les impôts.
Les groupes Facebook ne sont pas des endroits où l'on s'expose sans risque.
Les forums servent surtout à couper les cheveux en millions de pixels.
Et les sites de partage, on y partage, mais on commente rarement.

Alors vous continuez avec ce petit quelque chose qui cloche.
Sans pouvoir mettre le doigt dessus.

Pourtant, comme le dit James Clear dans [son bouquin du même nom](#), sans aucun rapport avec la photo, un rien peut tout changer.

Ce rien, c'est la remarque que vous n'avez pas encore reçue.

Celle que j'ai laissée sur une photo de roues de vélo déglinguées.

Partagée dans la communauté et l'espace PROJET 52.

L'auteur a revu son cadrage. Un rien a tout changé.

Et un autre rien changerait bien plus encore s'il pouvait refaire la photo.

Celle que j'ai laissée aussi sur une image en NB de ce coq perché devant un arbuste.

Bien gérée sur le plan technique. Beau NB.

Mais le coq n'existait pas vraiment dans le cadre.

Son autrice a apporté la petite modification que je proposais. Ce rien a tout changé.

La plupart du temps, vous vous trompez de problème.

Vous pensez manquer de technique, de matériel, de talent.

Ce n'est pas vrai. Vous avez déjà presque tout.

Il vous manque juste ce petit rien que vous ne pouvez pas voir vous-même.

Parce que si vous le voyiez, vous l'auriez corrigé.

C'est exactement de ça dont nous parlons désormais chaque jour dans les espaces Projet 52 et Mini Projets Maxi Déclics de la communauté Nikon Passion.

Quand je passe, je regarde, je prends du recul, je partage ce que je vois.

Les autres font pareil. Un échange s'organise, toujours constructif.

Et surtout, je n'ai pas lu le moindre commentaire déplacé sur une photo.



nikonpassion.com

Deux rythmes possibles :

- une photo à partager par semaine avec PROJET 52
- ou un projet finalisé quand vous êtes prêt avec MINI PROJETS

Chaque programme s'accompagne d'une formation dédiée dans laquelle je vous partage :

- ma méthode pour réussir un PROJET 52 (une photo par semaine pendant 52 semaines)
- ma méthode pour finaliser un PROJET PHOTO publiable à partir d'une simple sortie.

Même communauté, un espace distinct pour chaque programme.

Une même exigence bienveillante.

Aujourd'hui c'est le dernier jour pour rejoindre l'un ou l'autre avec 20 euros de remise sur chaque programme.

L'accès à chacun des deux espaces est bien sûr inclus.

Jean-Christophe

PS : L'offre se termine ce soir à 23h59.

Voici les liens :

PROJET 52 (formation et espace communautaire) :

https://formation.nikonpassion.com/comment_faire_projet_52_photo?coupon=PART

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :
www.nikonpassion.com/newsletter

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

[ICIPER-ESPACE-PROJET52](#)

MINI PROJET PHOTO (formation et espace communautaire) :

<https://formation.nikonpassion.com/formation-mini-projet-photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-MINI-PROJET-PHOTO>

Ce que l'IA ne peut pas faire à votre place en photo

Depuis quelques mois, je vois apparaître dans ma boîte mail des messages d'un nouveau genre.

Des photographes me disent qu'ils ont demandé à ChatGPT comment composer une photo.

A NotebookLM comment régler leur Nikon Z dans toutes les situations possibles.

A Claude de les aider à choisir un objectif.

A Gemini de leur donner les réglages de base pour telle ou telle photo.

Je ne les juge pas. Je fais pareil dans d'autres domaines pour savoir si l'IA peut m'aider ou non.

L'IA peut en effet être utile.

Elle répond vite, ne juge pas, est disponible à 2 heures du matin quand une question vous prend la tête.

Pour chercher une information, tester une idée, débloquer un problème, elle est souvent là.

Mais j'ai remarqué ceci.

Les gens qui me disent utiliser ces outils couramment ne progressent pas plus vite en photographie.

Ils consomment plus. Ils s'informent mieux (parfois).

Ils vérifient les sources (mais pas toujours).

Pourtant leurs photos, elles, n'évoluent pas beaucoup.

Pourquoi ?

Parce que l'IA peut vous décrire la règle des tiers en 3 mots comme en 12 000.

Elle est programmée pour ne jamais vous contrarier.

Alors elle ne vous dira jamais pourquoi votre photo de samedi dernier ne fonctionne pas, bien que vous ayez appliqué cette règle à la lettre.

L'IA peut générer des milliers d'exemples de portraits en lumière naturelle.

Elle ne peut pas regarder vos yeux quand vous visualisez votre photo et que vous ne savez pas encore si elle est bonne.

Même le tri assisté IA de Lightroom Classic se plante à tous les coups pour faire ça.

Ce regard-là, c'est celui d'un autre photographe.

Quelqu'un qui a eu le même doute que vous dans la même situation.

Qui a raté la même mise au point, cherché la même composition, hésité au même endroit.

Et qui vous dit, pas avec un algorithme, mais depuis son propre vécu : "là, tu tiens quelque chose."

C'est exactement ce qui se passe dans PROJET 52 et MINI-PROJETS MAXI-DÉCLICS.

"Les humains parlent aux humains".

Un groupe de photographes passionnés.

Qui produisent, partagent ce qu'ils font et pourquoi ils l'ont fait.

Qui mettent en oeuvre des méthodes simples, applicables par tous, parce qu'ils ne veulent pas remplir leurs journées toujours plus.

Mais un groupe d'humains qui tient à pratiquer la photographie.

Pour progresser. Pour se faire plaisir.

Pour en parler avec des vrais gens en chair et en os.

Ce que l'IA a changé, c'est peut-être ça finalement : elle a rendu plus visible ce qu'elle ne remplace pas.

La relation sociale. Le temps long.

Le fait d'être là la semaine prochaine, et celle d'après, avec les mêmes personnes qui vous connaissent déjà un peu.

Avec un objectif commun : se faire plaisir en photographiant.

Je disais hier que que l'inspiration, ce n'est pas recevoir des informations.



C'est appliquer ce qu'on a reçu.

L'IA donne beaucoup d'informations.

Elle n'applique rien à votre place.

Et elle ne sera pas là pour voir ce que vous avez fait avec.

Cet endroit pour produire, partager, et progresser avec d'autres, c'est la communauté Nikon Passion.

Pas un nième réseau social.

Pas un simple site de partage de photos.

Pas un forum de techniciens.

Un espace convivial, réservé aux seuls membres participants, dans lequel le but commun est de pratiquer.

De recevoir des avis, dont les miens.

De découvrir des compléments aux formations.

De montrer ce que vous faites.

De créer du lien avec d'autres photographes, parfois même de se rencontrer si l'on est proches.

Si vous ne participez pas encore, vous pouvez découvrir les deux premiers espaces.

Toutes les photos et projets finalisés déjà commentés.

Et vous inscrire en profitant du tarif spécial à l'occasion de cette mise à niveau.

Il est valable jusqu'à demain dimanche 23h59.

Je vous laisse décider.



Jean-Christophe

PS : PROJET 52 et MINI-PROJETS MAXI-DÉCLICS sont deux formations distinctes, complémentaires.

Vous pouvez commencer par l'une ou l'autre selon ce qui vous manque : le rythme hebdomadaire ou la méthode de mise en projet.

Les deux donnent accès, dans la communauté, à un espace de partage de photos et de commentaires privé.

Dans lequel j'interviens aussi.

Voici les liens :

PROJET 52 (formation et espace communautaire) :

https://formation.nikonpassion.com/comment_faire_projet_52_photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-PROJET52

MINI PROJET PHOTO (formation et espace communautaire) :

<https://formation.nikonpassion.com/formation-mini-projet-photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-MINI-PROJET-PHOTO>

Derek Sivers avait raison. Et vous le savez déjà parce que l'inspiration, ça vous concerne

« L'inspiration, ce n'est pas recevoir des informations. L'inspiration, c'est appliquer ce que vous avez reçu.

Les gens pensent qu'en continuant à lire des articles, à feuilleter des livres, à écouter des conférences ou à rencontrer des gens, ils vont soudainement trouver l'inspiration.

Mais rechercher constamment l'inspiration est anti-inspirant.

Vous devez faire une pause dans votre consommation d'informations et vous concentrer sur votre production.

Pour chaque parcelle d'inspiration que vous absorbez, utilisez-la et amplifiez-la en l'appliquant à votre travail.

Vous finirez alors par ressentir l'inspiration que vous recherchiez. »

Derek Sivers, dans [Hell Yeah or No](#).

Je reçois chaque semaine des messages de photographes qui me disent lire La Lettre Photo depuis des mois.

Des années parfois (merci !).

Qu'ils ont noté des idées, mis des liens de côté, téléchargé des articles.

Et qu'ils n'ont toujours pas fait ce projet photo qu'ils ont en tête depuis l'an

dernier.

J'ai connu ça lorsque j'ai voulu faire des photos urbaines.

Des mois plus tard, j'avais tous les ebooks, guides, articles et bouquins sur la photo urbaine.

Et aucun projet photo achevé ni même en cours.

Mener un projet photo, ce n'est pas chercher à devenir pro.

C'est chercher à progresser par la pratique.

Ce n'est pas un manque de talent ou de matériel qui freine.

C'est exactement ce que décrit Sivers : une surconsommation d'information qui tourne en rond, faute d'un endroit où poser les pieds et commencer.

Les participants à PROJET 52 et à MINI-PROJETS MAXI-DÉCLICS, eux, ont arrêté d'attendre.

Certains publient leurs séries chaque semaine.

Pas toujours des chefs-d'oeuvre, mais des ensembles cohérents.

Qui racontent quelque chose, qui ont une direction.

Un sujet photographié un dimanche matin, édité l'après-midi, partagé le soir dans la communauté.

Avant que la semaine reprenne.

Ce sont des gens qui ont compris que la méthode n'est pas là pour brider leur créativité.

Elle est là pour qu'il se passe enfin quelque chose.

Ils ne cherchent pas à caser des sorties spéciales photo dans leur emploi du temps déjà bien rempli.

Ils profitent de leurs sorties et activités habituelles pour le faire.

D'autres m'ont dit avoir peur du regard des autres.

Je les ai invités à poster quand même.

Les retours reçus les ont surpris, parfois émus. Ils continuent.

Certains ont essayé seuls pendant des années, avec l'impression de ne jamais passer "un cap".

Aujourd'hui ces personnes progressent.

Pas parce qu'elles ont découvert un réglage magique, mais parce qu'elles produisent régulièrement.

Avec une contrainte gérable et un groupe qui les tire vers le haut dans un espace d'échange dédié.

Le groupe est là pour inciter et motiver. Pas pour forcer à photographier en groupe.

Pourtant, certains ont même trouver le moyen de se retrouver sur le terrain, ou de visiter ensemble des expos.

Sivers dit qu'il faut amplifier chaque parcelle d'inspiration en l'appliquant.

C'est exactement la structure de ces deux programmes de formation et d'accompagnement.

Le programme PROJET 52 donne un cadre hebdomadaire pour sortir, voir, et revenir avec quelque chose.

Le programme MINI-PROJETS MAXI-DÉCLICS donne la méthode pour transformer n'importe quelle sortie, même courte, même banale, en un projet photo complet, personnel, publié.

Je ne suis pas magicien.

Je ne dis pas que vous allez devenir un des plus grands photographes au monde.

Je cherche juste à vous partager une façon de photographier qui force à pratiquer pour votre plaisir.

Et une communauté pour ne pas se sentir seul(e).

Si vous avez un projet en tête depuis trop longtemps, c'est peut-être le bon moment de passer à l'acte.

C'est vous qui décidez.

Jean-Christophe

PS. PROJET 52 et MINI-PROJETS MAXI-DÉCLICS sont deux formations distinctes, complémentaires.

Vous pouvez commencer par l'une ou l'autre selon ce qui vous manque : le cadre hebdomadaire ou la méthode de mise en projet.

Les deux proposent un espace de partage de photos et de commentaires privé.

Convivial, sans réseau social, sans algorithme, sans aigris qui critiquent pour le plaisir de blesser.

Tout l'inverse des réseaux sociaux et de certains forums.

Si vous ne participez pas encore, vous pouvez découvrir ces deux espaces, toutes les photos déjà commentées, et vous inscrire à l'une ou l'autre des formations associées en profitant du tarif spécial à l'occasion de cette mise à niveau.

Voici les liens :

PROJET 52 (formation et espace communautaire) :

https://formation.nikonpassion.com/comment_faire_projet_52_photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-PROJET52

MINI PROJET PHOTO (formation et espace communautaire) :

<https://formation.nikonpassion.com/formation-mini-projet-photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-MINI-PROJET-PHOTO>

Lisez les autres lettres du moment : [**la Lettre Photo**](#)

Le secret des pros pour choisir un cadre sans changer d'objectif

Hier matin, je parcourais l'espace Projet 52.

Dans la communauté liée désormais à mon site de formation.

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés



Une photo intéressante, un sujet pertinent.
Belle technique. Beau NB.
Et ce défaut que je vois si souvent.

Le sujet écrasé.
L'arrière-plan, participant à la composition, délaissé.
L'avant-plan, élément visuel secondaire dans cette image, trop évident.

La raison ? Un cadrage à hauteur d'homme d'un sujet au ras du sol.
"À hauteur de femme" si vous préférez, les conséquences sur l'image sont les mêmes.

J'ai laissé un commentaire que j'espère constructif pour l'auteur.
D'autres participants pourront compléter, c'est le but de cet espace d'échange.

Ce manque de mouvement du photographe à la prise de vue, je le constate très souvent sur les photos partagées dans le programme Projet 52.
Dans le programme MINI PROJET PHOTO aussi, selon le thème des projets.

Pourtant, quand vous photographiez un jeune enfant proche de vous, vous ne le faites pas en restant debout à côté de lui, c'est évident.
Aussi, lorsque vous photographiez un sujet au ras du sol et proche de vous, faites pareil.

J'appelle ça le principe "flexion - extension".

Il vous permet de cadrer votre sujet de façon plus harmonieuse.
Vous fait voir la vie sous un autre angle.



nikonpassion.com

Et si vous ne pouvez pas vous baisser, utilisez l'écran orientable de votre boîtier, il faut bien qu'il serve à quelque chose.

C'est tout bénéf', non ?

Jean-Christophe

PS: Des commentaires comme celui-ci, des principes et des conseils, je vais en partager de plus en plus dans la communauté.

Si vous ne participez pas encore, vous pouvez découvrir ces deux espaces, toutes les photos déjà commentées, et vous inscrire à l'une ou l'autre des formations associées en profitant du tarif spécial à l'occasion de cette mise à niveau.

Voici les liens :

PROJET 52 (formation et espace communautaire) :

https://formation.nikonpassion.com/comment_faire_projet_52_photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-PROJET52

MINI PROJET PHOTO (formation et espace communautaire) :

<https://formation.nikonpassion.com/formation-mini-projet-photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-MINI-PROJET-PHOTO>

Lisez les autres lettres du moment : **[la Lettre Photo](#)**

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :
www.nikonpassion.com/newsletter

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

J'ai grandi dans une station service. Ce que ça m'a appris en photo.

Parlez-vous photo ?

Ce titre n'est pas de moi.

Il est de Valérie Simonnet, la photographe.

C'est le titre de son livre [Parlez-vous photo ? S'exprimer par la photographie](#).

Une belle découverte.

Je vais préparer une chronique de ce livre.

Je l'ai beaucoup aimé car il met en avant le langage photographique.

Celui qui "s'apprend, se structure, se perfectionne" pour reprendre les mots de l'autrice.

Parler photo, c'est penser vos prises de vue, comme un récit.

Je vous l'ai écrit mille fois, vous le savez.

Mais parler photo, c'est aussi porter un regard sur ce que vous produisez.

Pas juste dire "j'ai fait une belle photo", mais vous demander ce que montre réellement cette photo.



Lorsque je fais des photos de [l'ancienne station service](#) de mon village, avec cette 204 garée sous l'auvent depuis des décennies, ce n'est pas la station que je montre.

C'est mon enfance dans une autre station service, mon père garagiste, les voitures qui allaient et venaient, la mécanique, les odeurs, les gens, mes jours de congés passés à servir l'essence et à laver les voitures, une époque révolue.

C'est mon histoire qui remonte à la surface.

Ces deux photos ne suffisent bien sûr pas à raconter quoi que ce soit.

Mais complétées par d'autres, elles le feront.

Je vous parle de ça, et du livre de Valérie Simonnet car dans les espaces photo de la communauté que je viens d'installer sur le site de formation, c'est aussi de cela dont nous allons parler.

Les formations avaient déjà leur zone de questions/réponses.

Mais parler photo ce n'est pas que poser des questions sur les formations.

Lorsque je regarde les images des participants au PROJET 52, ou les projets photo des participants à MINI PROJET PHOTO, je vois des photographes passionnés.

Des regards. Des récits. En construction, ou aboutis.

Pas besoin d'être pro pour arriver à ça, il suffit de le vouloir.

De suivre les consignes données dans chacune de ces deux formations.

Les nouveaux espaces communautaires vont servir à parler photo au delà des

formations.

Mais pas “juste” parler.

Montrer. Commenter. Visionner. Lire. Ecouter. Participer. Echanger.

Ce sera l’occasion pour moi d’apporter des compléments, qui ne sont pas dans les formations, parce que j’ai fait d’autres expériences ou découvertes.

Tout ça entre nous. Entre passionnés. Sans les inconvénients des réseaux sociaux.

Et puisque je vous parle d’un livre aujourd’hui, sachez que j’ai déjà prévu un espace “Livres” dans la communauté.

Qui permettra de commenter bien mieux l’intérêt d’un livre qu’en vous partageant un simple lien dans une lettre.

[Parlez-vous photo ? S’exprimer par la photographie](#) c’est le livre de Valérie Simonnet.

Passer par ce lien vous permet de soutenir soutenir mon travail, sans changer le prix pour vous.

Mais vous pouvez aussi l’acheter chez votre libraire.

C’est vous qui décidez.

La communauté, les espaces, c’est autre chose et c’est sur le site de formation.

J’y travaille encore, les conditions d’accès seront précisées prochainement.

Jean-Christophe

PS: j’ai déjà ouvert un espace communautaire accessible à tous les participants au



nikonpassion.com

programme PROJET 52.

Un autre existe aussi pour tous les participants au programme MINI PROJET PHOTO.

Si vous ne participez pas encore, vous pouvez découvrir ces deux espaces, toutes les photos déjà commentées, et vous inscrire en profitant du tarif spécial à l'occasion de cette mise à niveau :

PROJET 52

https://formation.nikonpassion.com/comment_faire_projet_52_photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-PROJET52

MINI PROJET PHOTO

<https://formation.nikonpassion.com/formation-mini-projet-photo?coupon=PARTICIPER-ESPACE-MINI-PROJET-PHOTO>

Lisez les autres lettres du moment : [la Lettre Photo](#)

APS-C ou plein format ? La

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :
www.nikonpassion.com/newsletter

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

réponse courte existe. La voici

Chaque semaine, je reçois la même question des dizaines de fois.

En ce moment plus que jamais, avec les [promos Nikon de l'été](#).

“APS-C ou plein format ?”

Alors voilà ma réponse. Directe. Cash.

La vraie question n'est pas le format du capteur. C'est votre usage.

Ce n'est pas une question de niveau. Un débutant peut avoir un usage très précis.

Chez Nikon, en 2026, l'APS-C c'est le Z50II ou le Zfc.

Plus léger, plus compact, moins cher.

Idéal pour voyager, débiter, filmer face caméra, photographier sans se charger comme un mulet.

Le Z50II est le meilleur choix pour quelqu'un qui commence ou veut un deuxième boîtier discret.

Le Zfc est le meilleur choix pour quelqu'un qui veut se remémorer sa grande époque argentique.

Si le look rétro vous parle vraiment, le Zfc fera le job.

Mais à fonctions égales, le Z50II gagne sur tous les points techniques.

Mon choix entre les deux ? Z50II. Nouvelle génération, nouvel autofocus.

Le plein format, c'est une autre histoire.

D'ailleurs, ça veut dire quoi “plein format” ?

Ça veut dire "24 x 36".

Le plein format n'est pas supérieur.

Il est différent, et plus exigeant.

Un capteur 24 x 36 vous donne des flous d'arrière-plan plus prononcés.

Une meilleure montée en sensibilité au-delà de 6 400 ISO.

Mais, revers de la médaille, il faut passer à la caisse pour les objectifs.

Surtout avec 45 Mp, une définition qui suppose des optiques (et un ordinateur) à la hauteur, sans quoi cela ne sert à rien.

Acheter un Z5II pour photographier les lapins au fond du jardin, c'est sous-exploiter le boîtier.

Acheter un Z50II quand vous avez besoin de tirages grand format en studio, c'est se tirer une balle dans les 2 pieds.

La bonne question à se poser : est-ce que vos photos actuelles sont limitées par le boîtier, ou par autre chose ?

En clair, le format du capteur n'a d'importance que si votre pratique l'exige.

Ce qui sous-entend que vous savez définir votre pratique avec précision.

"Je veux faire un peu de tout", ce n'est pas précis.

Dans la communauté privée qui arrive bientôt, nous aurons l'occasion d'en reparler en regardant vos photos. Mais voici les grandes lignes à noter.

L'erreur classique : se projeter dans le photographe qu'on veut devenir plutôt que dans celui qu'on est aujourd'hui.

Vous débutez ? Vous voulez progresser sans vous ruiner ? Le Z50II. Point.
Des objectifs NIKKOR Z DX. Re-point.

Vous voulez aller plus loin et disposer d'un boîtier polyvalent pour le quotidien, le reportage et l'animalier courant ?

Le Z5II est le plein format le plus accessible, autofocus au top et meilleur rapport performances/prix de la gamme.

Vous faites de la photo et de la vidéo au niveau expert/pro ? Vous voulez un seul boîtier pour tout ? : le Z6III.

Autofocus au top aussi, 24 Mp très exploitables, et ce petit écran supérieur dont je ne sais pas me passer.

Vous cherchez le meilleur compromis pro sans le prix du (gros et lourd monobloc) Z9 ? Le Z8.

Je ne suis pas dupe, je sais que vous allez encore hésiter entre ces modèles après avoir lu ça.

Aussi notez que la réponse n'est pas dans les fiches techniques.

Elle est dans votre façon de photographier, les photos que vous faites, les objectifs que vous avez ou que vous envisagez.

Vous ne ferez pas le mauvais choix si vous partez de votre usage réel, pas de vos seules envies.

Et surtout, partez du boîtier, pas de la remise. Ensuite vérifiez si ce boîtier est en promo.

Les [remises immédiates Nikon de l'été](#) sont une bonne occasion de faire un choix que vous reportez depuis trop longtemps.

Mais... ne vous fiez pas qu'aux remises les plus importantes.

Les objectifs comptent autant.

La remise la plus importante n'est pas forcément le meilleur choix pour vous.

Jean-Christophe

PS : La réponse longue existe aussi. [Elle est ici](#).

Lisez les autres lettres du moment : [la Lettre Photo](#)

Premiers tournages vidéo avec votre Nikon Z : méthode, réglages et checklist

Vous faites de la photo avec votre Nikon Z. Vous savez gérer l'exposition, mesurer la lumière, choisir une focale. Vous vous dites que pour vos premiers tournages

vidéo Nikon, ça va être pareil. PAS-DU-TOUT. Ce que la vidéo ajoute, c'est le mouvement, le son et le temps. Et ça change tout, sans nécessiter pour autant des dizaines de réglages nouveaux : trois points suffisent pour vos premiers tournages. Respecter la règle du 180° pour la vitesse d'obturation, fixer la balance des blancs manuellement, et stabiliser l'image autrement qu'en photo. Le reste s'apprend en filmant, sur le tas.

En résumé : votre Nikon Z vous permet de filmer en haute définition sans équipement complexe. Pour débiter, concentrez-vous sur trois points : la règle du 180° pour la vitesse d'obturation (1/50 s en 25p, 1/100 s en 50p), la balance des blancs fixée manuellement sur une valeur Kelvin, et la stabilisation complétée par un accessoire dès que vous vous déplacez. Ajoutez un micro externe et un logiciel de montage. Vous avez la base d'une vidéo propre, cohérente et agréable à regarder.

[☐ Toute la vidéo chez MN Photo Vidéo](#)

Ce qui change quand vous passez de la photo à la vidéo

En photo, vous figez un instant. Facile. En vidéo, vous enregistrez une durée.

Moins facile. Votre Nikon Z utilise le même capteur et les mêmes optiques NIKKOR Z, mais pour vos premiers tournages vidéo Nikon Z, la logique change sur trois points précis.

La vitesse d'obturation n'est plus libre : elle dépend de la cadence d'image choisie. **L'autofocus** doit suivre un mouvement continu, pas seulement déclencher une mise au point. Et **le son** devient aussi important que l'image : un plan beau avec un son pourri est inutilisable. C'est peu, mais ça change tout.

En photo	En vidéo
Temps de pose libre	Vitesse d'obturation contrainte par la cadence (règle du 180°)
Autofocus déclenché à la prise de vue	Autofocus continu pendant tout l'enregistrement
Le son n'existe pas	Le son est aussi important que l'image
Un fichier par image	Un fichier par séquence, parfois plusieurs gigaoctets

Les trois réglages fondamentaux avant de

filmer

La vitesse d'obturation et la règle du 180°

En vidéo, la vitesse d'obturation conditionne le rendu du mouvement. La règle du 180° fixe la valeur à respecter : la vitesse d'obturation doit être égale au double de la cadence d'image choisie.

- **À 25 images par seconde** : réglez sur 1/50 s.
- **À 50 images par seconde** : réglez sur 1/100 s.
- **À 120 images par seconde** : réglez sur 1/250 s.

En dessous de cette valeur, le flou de mouvement devient excessif. Au-dessus, l'image paraît saccadée et artificielle. Si la scène est trop lumineuse pour respecter cette valeur, ajoutez un filtre ND : c'est son rôle en vidéo. Une fois cette vitesse d'obturation réglée, ne la touchez plus pendant le tournage.

Exemple concret : filmez une scène en famille à 25p avec une vitesse d'obturation de 1/50 s, puis comparez avec 1/500 s sur le même plan. La différence de rendu du mouvement est immédiatement visible.

Pour approfondir ce sujet : [bases de la vidéo, vitesse d'obturation et cadence](#)

La balance des blancs

Fixez une valeur Kelvin avant de commencer à filmer et **ne la modifiez plus** pendant la prise de vue. La balance des blancs automatique peut varier en cours d'enregistrement et créer des différences de teinte d'un plan à l'autre, impossibles à rattraper proprement au montage.

- **Intérieur sous lumière chaude (tungstène) : 3200 K.**
- **Intérieur sous lumière fluorescente ou LED neutre : 4000 à 4500 K.**
- **Extérieur nuageux : 5500 à 6000 K.**

- **Extérieur en plein soleil : 5200 K.**

Bloquez la valeur avant de lancer l'enregistrement, vérifiez le rendu sur l'écran, ne retouchez plus. C'est la manière la plus simple d'obtenir une cohérence de couleur entre tous vos plans, sans travail de correction au montage.

Pour aller plus loin : [Calibration couleurs et balance des blancs en vidéo](#)

Le profil d'image

Choisissez le profil Standard ou Neutre pour vos premiers tournages. Ils donnent une image propre, équilibrée, directement exploitable au montage sans travail de correction préalable.

Le profil Flat ou le N-Log offrent davantage de souplesse en étalonnage, mais produisent une image intentionnellement pâle et sans contraste. Sans logiciel adapté, sans méthode de correction colorimétrique et sans grande expérience, vous obtiendrez un résultat moins bon qu'avec un profil Standard. Gardez le Log pour plus tard, quand vous saurez quoi en faire.

Profil	Image obtenue	Pour qui
Standard	Contrastée, prête à l'emploi	Débuter, usage web, réseaux sociaux
Neutre	Légèrement plus douce, facile à harmoniser	Débuter avec une petite marge de correction
Flat / N-Log	Pâle, sans contraste, nécessite étalonnage	Utilisateurs maîtrisant la correction colorimétrique

[📖 Le Manuel du survie du vidéaste va vous aider](#)

Stabiliser votre vidéo avec un Nikon Z

L'IBIS intégré des Nikon Z compense efficacement les micro-mouvements et suffit pour les plans fixes ou les panoramiques lents. Ses limites apparaissent dès que vous marchez : les vibrations des pas se transmettent au capteur et aucune stabilisation électronique ne les efface complètement.



Stabilisateur pour vos premiers tournages vidéo Nikon Z

Pour des plans en déplacement, ajoutez une [poignée vidéo](#), une cage légère ou un stabilisateur compact. La différence est immédiate et visible dès la première comparaison.

- **IBIS seul** : plans fixes, légères rotations, panoramiques lents.

- **IBIS + poignée ou cage** : déplacements à pied, suivis de sujet, plans en mouvement modéré.
- **Stabilisateur gimbal ou rig** : travellings, plans en mouvement continu, suivis dynamiques.

Exemple : pour une interview à main levée, l'IBIS seul suffit si vous restez immobile. Pour filmer quelqu'un qui marche en le suivant, ajoutez une poignée pour éviter les saccades.

Les cages SmallRig pour Nikon Z comme les [SmallRig 4520 Cage pour Nikon Z6III](#) et [SmallRig 4519 Cage pour Nikon Z6III](#) permettent de fixer facilement micro, moniteur ou éclairage tout en améliorant la prise en main.

Utiliser les outils vidéo de votre Nikon Z

Votre Nikon Z dispose d'outils conçus pour la vidéo que vous connaissez peut-être déjà en photo, mais qui prennent un sens différent dès que vous filmez. Voici ceux qui changent concrètement votre pratique dès le premier tournage.

La prévisualisation de l'exposition

Contrairement à un reflex, votre Nikon Z affiche le rendu final en temps réel dans le viseur ou sur l'écran, avant même de lancer l'enregistrement. Ajustez la vitesse d'obturation, l'ouverture ou l'ISO et observez directement l'effet sur l'image. Ce que vous voyez avant de déclencher est exactement ce que vous allez enregistrer. C'est l'un des avantages les plus concrets de l'hybride en vidéo.

Le zébra

Le zébra surligne les zones surexposées sur l'écran avant et pendant l'enregistrement. Activez-le systématiquement en extérieur ou en contre-jour : il vous évite de cramer un ciel ou un visage sans vous en rendre compte. Vous avez une lecture directe des limites d'exposition sans interpréter d'histogramme en temps réel.

Le peaking

Si vous travaillez en mise au point manuelle, activez le peaking : il surligne les

contours nets en couleur sur l'écran. Utile pour les plans rapprochés, les portraits ou les séquences où l'autofocus décroche sur le mauvais plan. En vidéo, le peaking est souvent plus fiable que l'agrandissement de l'image pour vérifier la netteté en cours d'enregistrement.

Pour aller plus loin, lisez [Qu'est-ce que le focus peaking ?](#)

L'autofocus en vidéo

Le mode AF-C suit un sujet en mouvement de manière continue. Le suivi des yeux fonctionne en vidéo sur la quasi-totalité des Nikon Z récents : c'est une aide réelle pour garder un visage net même si la personne bouge légèrement dans le cadre. Pour des plans statiques ou des scènes complexes où l'AF décroche, basculez en mise au point manuelle avec le peaking.

Le son : ce que vous ne pouvez pas ignorer

Le micro intégré de votre Nikon Z est utilisable pour des tests ou de la captation personnelle. Pour tout ce qui a vocation à être montré, il ne suffit pas : il capte les

bruits de manipulation et de boîtier, le vent, et ne distingue pas clairement une voix à plus d'un mètre.

Un micro directionnel compact monté sur le boîtier ou sur la cage améliore immédiatement la qualité sonore sans modifier votre workflow. C'est le premier accessoire à acquérir, avant même un gimbal ou un moniteur externe. Le son mauvais détruit une bonne image. Le son propre sauve une image médiocre.

Pour des interviews ou des voix off, un micro-cravate filaire ou sans fil donne un résultat encore plus propre, indépendamment de la distance entre l'appareil et la personne filmée.

Vos NIKKOR Z en vidéo

Tous vos NIKKOR Z fonctionnent en vidéo avec les mêmes caractéristiques qu'en photo. Quelques points à garder en tête pour bien les utiliser en tournage.

- **Focales fixes** : privilégiez-les pour leur piqué et la constance de l'ouverture. Elles obligent à se déplacer pour cadrer, ce qui favorise des

mouvements de caméra plus réfléchis et un cadrage plus travaillé.

- **Zooms à ouverture constante (f/2.8 ou f/4) :** indispensables si vous changez de focale pendant le tournage. Un zoom à ouverture variable provoque des variations d'exposition visibles lors du changement de focale, difficiles à corriger en post-production.
- **Zooms motorisés PZ :** le [NIKKOR Z 28-135 mm f/4 PZ](#) et le [NIKKOR Z DX 12-28 mm f/3.5-5.6 PZ VR](#) sont conçus pour la vidéo. Leur variation de focale est silencieuse, progressive et contrôlable. Ce sont des mouvements de zooms fluides impossibles à reproduire manuellement avec la même régularité.

Vos premiers montages vidéo

Inutile de viser un logiciel professionnel pour vos premiers montages. L'objectif est d'assembler des plans, ajuster légèrement la couleur et exporter une vidéo propre. Trois outils couvrent tous les cas de figure pour débiter.

Logiciel	Pour qui	Tarif	Point fort
DaVinci Resolve	Débutant qui veut progresser	Gratuit	Puissant, 4K, étalonnage inclus
Adobe Premiere Elements	Débutant accompagné	Payant	Interface guidée, intuitive
NX Studio (Nikon)	Utilisateur Nikon	Gratuit	Intégration directe Nikon

[DaVinci Resolve](#) est difficile à battre si vous voulez un outil gratuit et capable. La version gratuite accepte la 4K, offre un montage fluide et intègre un module d'étalonnage. Importez quelques clips, coupez les passages inutiles, harmonisez légèrement l'exposition et exportez votre première vidéo en 1080p. C'est tout ce dont vous avez besoin pour commencer.

[Adobe Premiere Elements](#) est plus guidé et rassurant : ajoutez vos plans, posez un titre, intégrez une musique libre de droits et exportez en quelques clics. Environnement idéal si vous souhaitez apprendre sans être submergé par trop d'options.

[NX Studio](#), le logiciel gratuit de Nikon, permet également de faire des montages vidéo simples. Une option pratique si vous l'utilisez déjà pour le traitement de vos photos RAW : même logiciel, même bibliothèque, pas d'import supplémentaire.

Exemple concret : assemblez une courte vidéo de votre dernière sortie photo. Cinq plans de quelques secondes, un titre, une musique légère, une exportation en 1080p. L'objectif n'est pas la perfection mais de comprendre comment vos images se répondent et comment construire une petite histoire visuelle cohérente.

Checklist avant votre premier tournage

À vérifier avant de lancer le premier enregistrement. Dans cet ordre.

1. **Cadence choisie** : 25p pour un rendu naturel, 50p si vous prévoyez des ralentis au montage.
2. **Temps de pose réglé et verrouillé** : 1/50 s en 25p, 1/100 s en 50p.
3. **Balance des blancs fixée** : valeur Kelvin manuelle adaptée à la scène, non automatique.
4. **Profil d'image** : Standard ou Neutre.

5. **IBIS activé**, accessoire de stabilisation préparé si vous vous déplacez.
6. **Zébra activé** pour surveiller les surexpositions en temps réel.
7. **Micro externe branché** et niveau audio vérifié avant de filmer.
8. **Carte mémoire rapide en place**, batterie chargée, batterie de rechange dans la poche.

Les accessoires utiles pour vos premiers tournages vidéo Nikon

Le boîtier seul ne suffit pas toujours pour obtenir des images stables, un son correct et un rendu uniforme d'une séquence à l'autre. Voici les accessoires que je considère comme fondamentaux.

Cage et poignée

Une cage permet de fixer micro, moniteur, éclairage ou poignée autour du boîtier. Elle protège l'appareil et offre des points d'ancrage multiples pour construire une configuration stable et ergonomique sans bricolage.

- [SmallRig 4520 Cage pour Nikon Z6III](#) : solide, modulable, idéale pour débiter la vidéo dans de bonnes conditions.
- [SmallRig 4519 version compacte](#) : plus légère, pratique si vous cherchez un setup discret.
- [SmallRig Poignée en L pour Nikon Zf](#) : améliore la stabilité à main levée et le confort de manipulation pour les séquences en déplacement.

Trépied ou mini-trépied

Un trépied ou mini-trépied suffit pour débiter, en particulier pour les plans fixes et les interviews. Choisissez un modèle compatible Arca pour plus de modularité avec vos autres accessoires.

- [Mini-trépied Manfrotto Pixi](#) : petit, compact, peut servir de poignée, à réserver aux petits hybrides
- [Mini trépied de bureau avec rotule compatible Arca](#) : idéal jusqu'à 5 kg pour les tournages sans grands mouvements

Micro externe

Un micro directionnel monté sur la cage ou un micro-cravate filaire. C'est le premier accessoire à acquérir, avant tout le reste. La qualité sonore est ce qui distingue le plus nettement une vidéo amateur d'une vidéo soignée.

- [Rode Vidéomicro II](#) : un micro canon

Filtres ND

En extérieur, un filtre ND vous permet de respecter la règle du 180° même en plein soleil, sans fermer le diaphragme à des valeurs qui nuisent à la qualité

d'image. Choisissez un filtre de qualité pour éviter les dominantes colorées ou le flare indésirable.

- [Filtres ND NEEWER](#) : des filtres abordables pour débuter, plusieurs diamètres disponibles

Cartes mémoire rapides et batteries de rechange

La vidéo sollicite beaucoup l'écriture sur carte. Privilégiez des cartes rapides selon votre boîtier pour éviter les interruptions d'enregistrement. Une batterie de rechange est indispensable : filmer consomme rapidement l'énergie, surtout avec l'écran orientable et la stabilisation actifs.

- [carte CFexpress 128 Go Lexar Pro Serie](#) : plusieurs autres capacités pour cette carte compatible 4K pour des tournages amateurs
- [carte CFexpress 1 To Lexar Pro Serie](#) : une carte 1 To pour les longs tournages pros

Moniteur externe

Un moniteur externe comme l'[Atomos Shinobi II](#) vous permet de vérifier netteté et cadrage en temps réel. Particulièrement utile si vous filmez seul, en auto-production, ou avec un angle de prise de vue qui vous éloigne de l'écran du boîtier.

[▢ Les accessoires vidéo pour hybrides](#)

FAQ : premiers tournages vidéo Nikon Z

En photo je règle l'exposition librement. Pourquoi est-ce différent en vidéo ?

En photo, le temps de pose est un choix créatif total. En vidéo, il conditionne le rendu du mouvement. Trop court, l'image paraît saccadée. Trop long, le flou de mouvement devient gênant. La règle du 180° donne un rendu naturel en fixant le temps de pose au double de la cadence. C'est une contrainte technique, pas une limite créative.

Faut-il activer l'autofocus continu ou travailler en mise au point manuelle ?

L'AF-C des Nikon Z fonctionne bien pour suivre un sujet en mouvement : c'est

l'un de leurs points forts en vidéo. Pour des plans fixes ou des portraits rapprochés, la mise au point manuelle avec le peaking actif reste plus précise et évite les décrochages d'AF dans les scènes complexes. Commencez par l'AF-C, basculez en manuel dès que la scène est prévisible.

Le son de mon Nikon Z est-il suffisant pour débiter ?

Pour des tests ou de la captation personnelle, oui. Pour tout ce qui a vocation à être montré, non. Le micro intégré capte les bruits de manipulation et le vent, et ne distingue pas clairement une voix à plus d'un mètre. Un micro directionnel monté sur le boîtier améliore le résultat immédiatement, sans changer votre workflow.

Dois-je filmer en 4K ou en Full HD pour débiter ?

Full HD 1080p en 25p. La 4K consomme plus d'espace, demande des cartes plus rapides et ralentit le montage sur un ordinateur standard. Une fois votre workflow en place et vos réglages maîtrisés, passez à la 4K si votre usage le justifie.

Puis-je utiliser mes NIKKOR Z habituels pour filmer ?

Oui, tous vos NIKKOR Z fonctionnent en vidéo avec les mêmes caractéristiques qu'en photo. Privilégiez les focales fixes pour leur piqué et leur constance d'ouverture. En zoom, choisissez un rapport d'ouverture constant — f/2.8 ou f/4 — pour éviter les variations d'exposition lors des changements de focale. Les NIKKOR Z à zoom motorisé PZ sont particulièrement adaptés à la vidéo grâce à leur variation silencieuse et progressive.

Dois-je filmer en N-Log dès le départ pour avoir la meilleure qualité ?

Non. Le N-Log produit une image intentionnellement pâle et sans contraste, conçue pour être corrigée en étalonnage. Sans logiciel adapté et sans méthode de correction, vous obtiendrez un résultat moins bon qu'avec un profil Standard. Commencez en Standard ou Neutre. Vous passerez au Log quand vous saurez quoi en faire.

Quelle cadence choisir pour faire des ralentis ?

Filmez à 50p pour ralentir par deux au montage en conservant la fluidité. Filmez à 100p ou 120p pour des ralentis plus marqués. La plupart des Nikon Z récents proposent ces cadences en Full HD, certains en 4K. En dessous de 50p, le ralenti donne un résultat saccadé qui perd tout son intérêt.

Premiers tournages vidéo Nikon Z : en conclusion

Votre Nikon Z est déjà capable de produire des vidéos de qualité. Ce qui vous manquait pour vos premiers tournages vidéo Nikon, c'était la méthode pour en tirer parti sans vous perdre dans les réglages. Appliquez cette checklist avant chaque tournage, filmez des scènes simples au début, et observez comment vos images rendent selon la lumière et le mouvement. Les progrès en vidéo arrivent vite si vous pratiquez avec un zeste de bon sens.

Prenez votre boîtier, fixez une poignée ou un mini-trépied, réglez la cadence, bloquez la balance des blancs, et filmez ce qui vous attire. Vos meilleures vidéos naîtront souvent des essais que vous n'aviez pas prévus.

Si vous souhaitez comprendre en détail les formats, les codecs et le vocabulaire technique de la vidéo sur hybride Nikon, tout est dans cet article : [Vocabulaire vidéo Nikon Z, formats, codecs et réglages techniques](#)

[📖 Le Manuel du survie du vidéaste va vous aider](#)

Vos photos : vous éditez ou vous les abandonnez ?

Il y a quelques années encore, lorsque je photographiais la danse, je faisais l'editing des photos moi-même.

Je ne le fais plus.

Par contre, lorsque je photographie le territoire, l'humain, le patrimoine, la nature, l'urbain... je fais toujours mon editing.

Pourquoi cette différence ?

Parce que selon les sujets, un autre oeil que le mien fait un meilleur editing.
C'est le cas avec la danse, quand je fais éditer mes photos par les danseurs.
Ils savent ce qu'ils veulent montrer, ou masquer.

Ce n'est pas le cas quand j'ai une idée en tête, que je l'ai photographiée.
Que je suis seul à savoir ce que je veux montrer.
Il est alors logique que je fasse l'editing.

Ce que je suis en train de vous dire, c'est ça :
Quelle que soit votre pratique photo, il est normal que vous procédiez à un editing personnel
ET
que vous le fassiez faire par une autre personne.
Tout dépend du domaine et du sujet.

Exemple : vous faites des photos d'oiseaux.
Vous avez shooté des centaines d'images avec votre [Nikon Z6III](#) et votre [NIKKOR Z 100-400](#).

Vous avez un profil naturaliste ? Faites l'editing.
Vous ne connaissez que très peu l'univers des oiseaux ? Sous-traitez l'editing.

Autant vous dire que si c'était moi, je sous-traiterais.
Je ne connais rien aux oiseaux.

Cette approche vous permet :

- de mettre en valeur vos meilleures photos, et pas forcément celles que “vous” pensez les meilleures
- de monter en compétence sur le domaine concerné
- d’avoir un regard extérieur sur vos images
- d’apprendre à créer un ensemble visuel plutôt qu’à accumuler des images sans véritable lien

Le métier d’éditeur photo existe, je n’ai rien inventé.

L’éditeur est la personne qui se charge du choix des images et de la production des sujets photo au sein d’une rédaction.

Seulement je sais ce que vous pensez à l’instant...

Vous ne travaillez pas pour une rédaction.

Vous ne connaissez pas d’éditeur. Vous n’avez pas ce besoin.

Vraiment ?

Vous ne voulez pas montrer vos meilleures photos ?

Gagner en compétence dans votre domaine de prédilection ?

Recevoir un avis sur vos photos ?

Apprendre à créer un ensemble pertinent ?

Si, bien sûr, sinon vous ne passeriez pas 5 minutes chaque jour à lire ma prose.

Et pour ça, il y a une étape que beaucoup d’amateurs remettent à plus tard : plonger dans leurs archives.

Vous avez des centaines, peut-être des milliers de photos qui dorment sur un

disque dur.

Des séries entières jamais éditées.

Des images prises il y a six mois, un an, trois ans, qui n'ont jamais été triées, retravaillées, montrées.

C'est là que tout se passe, pourtant.

Pas au moment du déclencheur. Après.

L'editing, c'est là que vous décidez ce que valent vos photos.

C'est là que vous construisez quelque chose de cohérent à partir d'une matière brute.

C'est là que vous progressez vraiment, parce que vous regardez votre propre travail avec un oeil neuf.

Pour faire ça bien, il vous faut un outil conçu pour ça.

Pas un outil qui fait tout à la légère, mais un outil qui vous permet de gérer des milliers d'images, de les retrouver, de les comparer, de les traiter de façon cohérente et de construire un catalogue qui vous appartient.

Lightroom Classic est un de ces outils.

A mon sens, le plus capable.

Pas parce que c'est le plus connu.

Parce que c'est le plus adapté à ce travail précis : gérer une photothèque sérieuse, construire des séries, éditer avec méthode.

Si vous ne connaissez pas encore Lightroom Classic, ou si vous l'utilisez avec



nikonpassion.com

peine, c'est exactement ce que ma formation adresse.

Pas à pas, sans blabla, avec un fil conducteur clair : vous rendre autonome sur Lightroom pour que vous puissiez enfin faire ce travail d'editing que vous remettez depuis trop longtemps.

J'en parle ici :

<https://formation.nikonpassion.com/formation-lightroom-classic>

Jean-Christophe

PS : Dans la communauté qui arrive, il y aura un espace dédié à l'editing.

Pour échanger, partager vos séries, comparer vos approches.

Je vous donne les détails très bientôt.

Les participants à mes formations Lightroom (3 et bientôt 4) seront les premiers concernés.

Lisez les autres lettres du moment : **[la Lettre Photo](#)**

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :
www.nikonpassion.com/newsletter

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Etes-vous geek ou photographe ?

Les deux coexistent souvent.

Le problème, c'est quand le geek prend le dessus sur le photographe.

La technologie, censée nous simplifier la vie, nous la complique souvent.

En photographie, c'est le cas avec chaque nouvel appareil.

Nouveau mode ceci, nouvelle fonction cela, 12 863ème entrée de menu ajoutée...

La différence avec d'autres domaines ?

En photo, la complexité se paye sur le terrain, au moment où vous n'avez pas le temps de réfléchir.

Le but des constructeurs n'est pas de vous faire faire de meilleures photos.

Il est de vous permettre de faire des photos réussies plus facilement.

En sous-traitant à la technologie ce qui vous pose problème, ou vous prend du temps.

Ils ne sont pas de mauvaise foi.

Mais leurs contraintes commerciales et les vôtres sur le terrain ne se recoupent pas.

Prenez la mise au point.

L'autofocus a été inventé pour nous simplifier la vie, c'est cool non ?

Tant que ça marche, tout va bien.

C'est quand ça ne marche pas, et que vous ne comprenez pas pourquoi, que la

complexité se révèle.

Sauf que... ce que les marques ne vous disent pas, c'est que pour dompter un autofocus moderne, il faut y passer du temps. Et pas qu'un peu.

Modes AF, ça va. Modes de zone AF, ça va aussi.

On connaît ça depuis les reflex.

Type, taille et forme de la zone, c'est plus complexe.

Type de détection à l'intérieur de la zone, aussi.

Et si je vous dis que désormais, l'AF peut aussi faire le point à l'extérieur de la zone, vous me croyez ?

C'est fou, pourtant c'est vrai.

C'est le genre de fonctionnement que personne ne vous explique dans les tutoriels habituels.

Parce que ça demande d'abord de comprendre pourquoi ça existe.

C'est ça le piège.

On croit maîtriser parce qu'on a trouvé un réglage qui fonctionne à peu près.

Puis on bute sur une situation que ce réglage ne gère pas.

Lorsque j'ai découvert les premiers Nikon Z en 2018, j'ai potassé toutes les docs que je trouvais.

Posé des tonnes de questions aux experts Nikon. Même au Japon.

Parce que je suis curieux, et que j'aime bien comprendre.

Je ne vous demande pas de faire pareil. Je vous demande de profiter du résultat.



Petit à petit, j'ai appris à faire plus avec moins.

Désormais, j'ai un seul bouton sur lequel presser pour basculer d'un mode de zone AF à l'autre.

Ces deux modes me permettent de faire 99% de mes photos.

Le 1% restant, c'est si je dois photographier le 100m Olympique en 2028 par exemple.

On sait jamais !

Le but ? Plus de photos nettes là où vous voulez qu'elles soient nettes.

Moins de temps à tâtonner dans les menus avant de déclencher.

Etre geek, c'est chercher à comprendre le fonctionnement de TOUS les modes disponibles.

Etre photographe, c'est chercher à réduire à votre SEUL besoin le fonctionnement de cet AF.

Voici un test simple : quand vous êtes sur le terrain, vous pensez encore à vos réglages AF, ou seulement à votre sujet ?

C'est cette seconde approche que je vous apprend à mettre en oeuvre lorsque je parle d'autofocus dans ma formation "5 étapes pour bien (re)débuter avec votre appareil photo".

<https://formation.nikonpassion.com/formation-photo-5-etapes>

Le titre peut sembler mal choisi pour vous. Le mot débiter est trompeur.

Ce que la formation résout, c'est la période de transition : quand vos anciens

réflexes ne s'appliquent plus et que les nouveaux ne sont pas encore là.

Vos années de pratique ne disparaissent pas.

Elles reprennent leur place une fois que votre nouvel appareil est apprivoisé.

L'apprivoiser, c'est ce que la formation vous aide à faire.

Mais bien sûr, c'est vous qui décidez.

Jean-Christophe

PS : Cette formation s'adresse en priorité aux utilisateurs d'appareils Nikon, reflex ou hybride.

Si vous êtes sur une autre marque, les tableaux de correspondance fournis font le lien.

Et je réponds aux questions de façon personnalisée, c'est évident.

Lisez les autres lettres du moment : [la Lettre Photo](#)

J'ai utilisé ce même réglage 249

fois en 6 jours, mais pourquoi ??

Quel réglage utilisez-vous le plus souvent sur votre appareil ?

Bouton, molette, bague, menu, peu importe.

Lequel ?

Je vous pose la question parce que votre réponse en dit plus sur votre façon de photographier que n'importe quelle info technique.

Pour moi, c'est la molette arrière.

Je disais hier que j'avais fait 249 photos pendant mon séjour dans le Lot.

J'ai utilisé la molette arrière 249 fois.

249 fois le même geste. Pas par habitude. Par choix délibéré.

Tout a bien changé depuis le siècle dernier et l'argentique.

Comme depuis la première décennie de ce siècle.

Avec mes reflex argentiques, j'utilisais principalement la bague d'ouverture et la couronne de temps de pose.

Avec mes reflex numériques, les molettes d'ouverture et de temps de pose, et la touche ISO.

Désormais, avec l'hybride :

- la molette avant pour l'ouverture, parfois
- la touche Fn1 pour la bascule de mode AF, parfois aussi
- et SYSTÉMATIQUEMENT la molette arrière pour la compensation d'exposition



Ce qui rend obsolètes les modes d'exposition hérités des reflex, comme les mesures spot et pondérée centrale.

Je ne dis pas que la spot est inutile en soi.

Je dis qu'avec la compensation d'exposition bien maîtrisée, vous n'en avez plus besoin.

Je ne touche même plus au contacteur marche/arrêt.

Un délai de mise en veille de 10 secondes et le tour est joué.

Mon but ? Supprimer tout ce qui peut s'interposer entre le sujet et le déclenchement.

Votre liste à vous sera différente. Mais elle doit exister.

C'est ça qui change tout.

Passer d'un modèle d'appareil à un autre dans une même gamme, c'est simple.

Il suffit de regarder vite fait où sont les réglages s'ils ont changé de place, et basta.

Passer d'une gamme à l'autre, par contre, c'est plus long.

Car il faut accepter de changer ses habitudes.

De réapprendre le fonctionnement de base du nouvel appareil.

Vous le savez.

Mais savoir et en tenir compte sont deux choses différentes.

La plupart des gens essaient de tout répliquer. Et bloquent.

Entre reflex et hybride, c'est le cas.



Ce n'est pas de la nostalgie.

C'est pour vous montrer que chaque changement de système m'a obligé à tout remettre à plat.

Si j'avais un unique conseil à vous donner quand vous changez d'appareil, quel qu'il soit, ce serait : apprenez à changer un réglage à la fois.

Concentrez-vous sur cet unique réglage jusqu'à ce que vous sachiez en jouer les yeux fermés.

Lequel choisir en premier ? Celui qui vous coûte le plus d'hésitations sur le terrain.

Ensuite seulement, passez au réglage suivant.

Sans jamais perdre de vue que le but ultime à atteindre est de ne plus avoir qu'un minimum de réglages à changer pour faire toutes vos photos.

C'est la garantie de ne jamais passer à côté d'un sujet lorsqu'il vous passe devant les yeux.

Car vous n'avez plus qu'à porter l'oeil au viseur.

Et le reste suit, grâce aux réflexes développés lors de votre entraînement, réglage par réglage.

L'oeil, ça se travaille séparément.

Les réflexes techniques, ça se conditionne.

Les deux ensemble, c'est là que vos photos changent vraiment.

La compensation d'exposition, qui sert à déjouer les pièges courants, et à donner



nikonpassion.com

à vos photos un aspect plus personnel, c'est précisément ce que je vous apprend
à gérer dans ma formation SERECA :

<https://formation.nikonpassion.com/methode-exposition-creative-sereca>

Je ne vous parle pas de SERECA parce que c'est ma formation.

Je vous en parle parce que la compensation d'exposition, c'est précisément le réglage que vous ne pouvez pas apprendre seul(e) à tâtons sans perdre des mois.

Si vous maîtrisez votre appareil mais que vos photos ne sont pas ce que vous aimeriez qu'elles soient, c'est la formation la plus adaptée à votre besoin.

Maîtriser votre appareil, ce n'est pas connaître tous ses menus.

C'est obtenir l'exposition que vous voulez, quand vous voulez, en sachant pourquoi.

Jean-Christophe

PS: cette formation n'est pas une Masterclass Nikon Z.

Si c'est votre besoin, ne vous inscrivez pas.

Si vous voulez des photos qui vous ressemblent, hybride ou reflex, c'est pour vous.

Lisez les autres lettres du moment : [la Lettre Photo](#)

Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos :
www.nikonpassion.com/newsletter

Copyright 2004-2026 - Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés