Shooter comme Wes : apprendre la composition photographique avec les films de Wes Anderson

Voilà un livre qui sort des sentiers battus. **Shooter comme Wes** signé Adam Woodward et Liz Seabrook aux éditions Eyrolles, propose une approche originale : s'inspirer de l'univers visuel de **Wes Anderson** pour enrichir sa pratique photographique.

À travers 11 exercices pratiques inspirés de films comme **The Grand Budapest Hotel** ou **Moonrise Kingdom**, ce manuel de 160 pages vous guide concrètement pour perfectionner votre cadrage, votre composition et votre gestion de la lumière.

L'essentiel en bref :
11 exercices photo inspirés de 11 films de Wes Anderson (The Grand Budapest Hotel, Moonrise Kingdom…)
Focus sur composition, cadrage symétrique et palettes chromatiques
Pour photographes confirmés cherchant à renouveler leur créativité

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

160 pages, 21€, éditions Eyrolles (octobre 2025)

 Acheter ce livre sur Amazon

Wes Anderson : un univers visuel reconnaissable entre mille

Si vous ne le connaissez pas encore, le réalisateur américain Wes Anderson s'est imposé comme l'un des cinéastes les plus reconnaissables de sa génération.

Ses films (The Grand Budapest Hotel, La Famille Tenenbaum, Moonrise Kingdom…) se distinguent par une direction artistique tirée au cordeau : compositions symétriques parfaites, palettes chromatiques choisies avec soin, cadrages géométriques précis.

Chaque plan ressemble à une **photographie soigneusement pensée**. A l'opposé des grandes productions hollywoodiennes et de leurs super héros.

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

Un concept qui détonne

L'idée de ce livre est simple mais pertinente : décortiquer les principes esthétiques du cinéma d'Anderson pour les appliquer à la photographie.

Pas de longs développements théoriques : dès le premier chapitre, on entre dans le vif du sujet avec le premier film, les descriptions de scènes en lumière naturelle, l'analyse de la gestion de la lumière, puis l'exercice photographique correspondant.

Shooter comme Wes : 11 exercices photo inspirés de 11 films cultes

Chaque chapitre du livre se structure autour d'un film spécifique et propose un exercice photographique directement applicable sur le terrain :

- **Exploiter l'heure magique** (Bottle Rocket) – maîtriser la lumière naturelle pour le reportage et le portrait

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

- **Agencer les couleurs** (Rushmore) – développer sa charte chromatique comme un directeur artistique

- **Adopter un point de vue en hauteur** (La Famille Tenenbaum) – expérimenter la vue omnisciente pour la photographie de rue et l'architecture

- **Utiliser la mise au point étendue** (La vie aquatique) – créer de la profondeur dans vos compositions

- **Réaliser des portraits de groupe** (À bord du Darjeeling) – composer des photos de groupe équilibrées et narratives

- **Photographier en contre-plongée** (Fantastic Mr. Fox) – donner de la puissance à vos sujets

- **Cadrer les visages** (Moonrise Kingdom) – perfectionner les gros plans et le cadrage de visage pour le portrait intimiste

- **Jouer avec la symétrie** (The Grand Budapest Hotel) – maîtriser le champ/contre-champ

- **Photographier à la première personne** (L'île aux chiens) – créer une

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

immersion narrative

- **Raconter une histoire à l'aide d'accessoires** (The french dispatch) – donner du sens par les détails

- **Saisir des scènes d'extérieur au grand-angle** (Asteroid city) – composer des plans larges narratifs

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



Palette chromatique harmonieuse photographie inspirée film Rushmore Wes Anderson

Une approche pédagogique efficace

Ce qui m'a agréablement surpris, c'est de découvrir à quel point les principes du cinéma d'Anderson s'appliquent naturellement à la photographie. Ce livre le

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

démontre avec une pédagogie efficace : présentation d'un concept de tournage, mise en application directe dans un exercice dont les différentes sections sont clairement détaillées.

Les exercices se concentrent sur les concepts : les principes de cadrage, de composition, la gestion de la lumière et le placement des sujets.

Vous n'y trouverez pas de réglages techniques détaillés (ouverture, vitesse, ISO) puisque le propos part du cinéma. Cette approche oblige le photographe à penser différemment, à développer des qualités artistiques plutôt que de se réfugier derrière la technique.

Shooter comme Wes : des exercices applicables immédiatement sur le terrain

Acheter ce livre sur Amazon

Contrairement à beaucoup de livres théoriques, chaque exercice peut être reproduit avec votre matériel habituel.

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

- L’exercice « vue du dessus » inspiré de **La Famille Tenenbaum** se pratique en photographie de rue ou d’architecture avec un simple objectif grand-angle.

- Le cadrage symétrique du **Grand Budapest Hotel** transforme vos portraits en leur donnant une dimension cinématographique.

- Les palettes chromatiques de **Rushmore** s’appliquent à la photographie de mode ou de produits.

Une qualité éditoriale au rendez-vous

Comme à son habitude, Eyrolles a soigné l’ouvrage. Les reproductions d’images sont fidèles et nombreuses, la mise en page est aérée avec des sections bien identifiées pour les exercices.

Le livre contient plus de 100 reproductions d’écrans de films et exemples

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

photographiques sur ses 160 pages, soit une image toutes les 1,5 pages en moyenne.

Le livre est agréable à parcourir, avec une belle qualité d'impression qui rend justice aux univers visuels riches d'Anderson. Pour 21 euros, le rapport qualité-prix est honnête.



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

Exemple de narration avec des accessoires style Wes Anderson photographie The french dispatch

Les limites à connaître

Soyons clairs : ce livre n’est pas pour tout le monde. Il suppose une certaine familiarité avec l’univers du cinéma et de Wes Anderson.

Si vous découvrez ce cinéaste en même temps que l’ouvrage, vous risquez de vous sentir perdu(e), sans trop savoir quels principes appliquer en priorité. La relation entre cinéma et photographie, bien qu’expliquée, n’est pas immédiate pour qui n’a jamais regardé un de ses films. Se projeter concrètement sur ce que l’on peut faire de ces concepts demande un véritable effort d’adaptation.

Par ailleurs, avec 11 films et des dizaines de concepts abordés, il faut savoir faire des choix pour se lancer. Impossible de tout expérimenter d’un coup. Mais vous avez la vie devant vous !

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

Questions fréquentes sur Shooter comme Wes

Faut-il avoir vu les films de Wes Anderson avant d'acheter le livre ?
Fortement recommandé. Regarder au moins The Grand Budapest Hotel, Moonrise Kingdom et La Famille Tenenbaum vous permettra de mieux comprendre les références visuelles et de savoir si son esthétique vous parle. Sans cette base, les concepts risquent de rester abstraits.

Le livre convient-il aux débutants en photographie ?
Non, il s'adresse aux photographes maîtrisant déjà les bases techniques (exposition, mise au point, composition élémentaire). Les débutants peuvent le consulter pour découvrir une approche artistique, mais risquent de ne pas exploiter pleinement les exercices sans fondamentaux solides.

Quel type de photographie peut bénéficier de cette approche ?
Principalement le portrait, le reportage, la photographie de rue et la photo d'architecture. Les concepts de symétrie, de palette chromatique et de composition géométrique fonctionnent particulièrement bien dans ces domaines.

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

Quel matériel photo faut-il pour faire les exercices ?
Aucun matériel spécifique n'est requis. Les exercices se concentrent sur le regard, le cadrage et la composition plutôt que sur la technique. Un appareil hybride, reflex ou même un smartphone récent suffisent pour expérimenter les concepts.

Pour qui ce livre ?

Shooter comme Wes s'adresse avant tout aux photographes qui maîtrisent déjà les bases techniques et cherchent à élargir leur terrain de jeu créatif. Si vous sentez que votre pratique tourne en rond, que vous voulez explorer de nouveaux styles, ce livre va vous offrir des pistes stimulantes.

Les débutants peuvent y trouver leur compte en découvrant que la photographie ne se résume pas à des réglages, que les concepts du cinéma méritent d'être étudiés. Mais le manque de bases photographiques solides risque de les empêcher de profiter pleinement de l'approche et des exercices.

 Acheter ce livre sur Amazon

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 introduction possible

Si vous n'êtes pas familier avec l'univers d'Anderson ou si l'idée de lier cinéma et photographie vous semble abstraite, une lecture préalable du livre de Gildas Lepetit-Castel, Le regard cinéma en photographie, constituera une excellente introduction avant de vous attaquer à **Shooter comme Wes**.

Shooter comme Wes : le verdict

Voilà un ouvrage atypique, que j'avais hâte de parcourir après l'avoir découvert au Salon de la photo sur le stand Eyrolles. Je ne connais pas d'équivalent traitant de ces principes de cette manière. Rien que pour son originalité, il mérite d'être découvert. Les exercices sont attrayants car ils sollicitent vos qualités artistiques plutôt que vos compétences techniques. Vous savez combien je suis attaché à cette approche.

Un conseil toutefois : regardez quelques films de Wes Anderson avant de vous lancer dans la mise en application des enseignements du livre. Cela vous permettra de comprendre son univers, de vérifier votre affinité avec son style très particulier, et surtout d'identifier les principes qui vous attirent le plus pour vos

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

propres expérimentations photographiques.

Si l'esthétique d'Anderson vous parle, ce livre vous donnera envie de sortir avec votre appareil photo et d'expérimenter. Après 15 ans de pratique et des centaines de livres photo chroniqués sur Nikon Passion, je sais combien cette approche cinéma-photographie reste rare et mérite votre attention si vous cherchez à sortir des sentiers battus.

Shooter comme Wes
Adam Woodward et Liz Seabrook
Éditions Eyrolles
160 pages
Format : 17,3 x 23 cm
Date de publication : 2 octobre 2025
Prix : 21 euros

 Acheter ce livre sur Amazon

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

Comment faire une photo carrée sur un Nikon Z hybride

Vous avez la nostalgie du moyen format ? Vous aimeriez varier les formats d'image ? Pourquoi ne pas tester le format carré ? Voici comment faire une photo carrée avec un Nikon Z sans y passer des heures.

Comment activer le format carré sur votre Nikon Z

Allez dans le menu **Prise de vue photo > Choisir la zone d'image**.
Activez l'option **1:1 (24×24)**.
Validez.

Désormais, votre Nikon Z voit en carré, et cette information est enregistrée dans les métadonnées des fichiers sur la carte.

En savoir plus sur les principes de cadrage en 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



photo carrée obtenue avec un Nikon Z en mode 1:1

RAW ou JPG : ce que change le format carré

Lorsque vous faites des photos au format carré, le format d’enregistrement des

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

fichiers a son importance.

En JPG

Le boîtier convertit l'image au format JPG en respectant le format carré avant de l'enregistrer sur la carte. Lorsque vous ouvrez cette photo dans votre logiciel habituel, elle est bien au format carré.

En RAW

Le boîtier enregistre l'information de ratio dans les métadonnées du fichier et les stocke dans le RAW. Celui-ci contient donc les données image (la future photo) et les métadonnées (les EXIF et le ratio image).

Lorsque vous ouvrez ce fichier RAW dans votre logiciel photo, deux cas s'offrent à vous.

Le logiciel sait lire les informations de ratio et l'aperçu intégré

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

Il affiche alors la photo au format carré. Vous gardez la possibilité de revenir au format natif puisque le RAW contient toutes les données du capteur.

Le logiciel ne sait pas lire les informations de ratio et l'aperçu intégré

Il affiche alors la photo dans son format natif (3:2 avec un Nikon Z). Vous devez utiliser l'outil de recadrage de votre logiciel photo pour passer en carré, rapport 1:1.

En savoir plus sur la différence entre JPG et RAW

 Tous les conseils de réglage et utilisation de la série Nikon Z

3 exemples de cadrages possibles

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

pour le phare de Kermorvan

De passage au Conquet, je ne pouvais manquer le phare de Kermorvan.

Une fois sur place, je me suis pris au jeu du cadrage, toujours au smartphone pour illustrer mon journal, et vous faire un nouveau court sujet.

Voici donc trois exemples de cadrages possibles, en ayant toujours le phare dans votre ligne de mire.

Pensez à faire la mise au point du bout du doigt en touchant la zone précise que vous voulez avoir nette sur l'écran de votre smartphone, puis ajustez l'exposition pour que le ciel garde sa couleur naturelle.

Si vous utilisez un appareil hybride ou reflex, le principe est le même : choisissez le cadre puis la zone de mise au point.

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



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

Cadrage classique avec rocher sur la gauche et phare net en arrière-plan.

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

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



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

Cadrage avec diagonale guidant le regard vers le phare.

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

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



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

Cadrage plus original (c'est celui que je vais garder) avec netteté sur les fleurs à gauche et le phare dans le flou en arrière-plan. Le phare reste le sujet mais le regard est attiré par les fleurs étant de circuler dans l'image.

25 principes de composition et cadrage photo pour transformer vos images

La composition photo désigne l'organisation des éléments visuels dans le cadre pour guider le regard du spectateur et donner du sens à l'image. Elle englobe le cadrage, les lignes, les plans, les contrastes et les espaces vides. Maîtriser la composition, c'est transformer une photo techniquement correcte en image qui raconte quelque chose.

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

Avez-vous déjà eu cette impression étrange en regardant vos propres photos ? Elles sont nettes, bien exposées, techniquement correctes… mais elles n'accrochent pas. Elles ne racontent rien. Elles font flop.

Et oui, même avec le meilleur appareil photo, vos images peuvent sembler plates. La solution ne consiste pas à changer de matériel, mais à changer de regard. Tant que vous penserez technique avant de penser **composition photo**, vos images resteront plates. La bonne nouvelle, c'est qu'il suffit de changer de manière de voir, pas de matériel.

Dans ce guide, je vous montre comment transformer vos photos grâce à **25 principes de cadrage et de composition photo** simples à appliquer. Pas de jargon. Pas de recettes toutes faites. Juste des repères visuels qui feront toute la différence dès votre prochaine sortie photo.

« Mes photos n'ont rien d'exceptionnel »

Je reçois souvent des messages de photographes frustrés : leurs images sont correctes, bien construites, mais elles n'accrochent pas. Elles ne déclenchent rien. Pas d'émotion. Pas d'histoire. Même pas de Likes (!).

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

Et presque toujours, la même conclusion revient, comme une règle absolue : « Il me faut un meilleur boîtier. »

Non. **Ce qu'il vous faut, c'est un meilleur regard.**

Penser que la solution se trouve dans le matériel est une erreur classique. Ce n'est pas votre appareil photo qu'il faut maîtriser, c'est votre façon de voir. La différence entre une photo ordinaire et une photo marquante tient rarement aux réglages. Elle tient à la **composition photo** et au **cadrage**, ces deux fondations qui donnent vie à l'image.

Avant de dépenser des sous dans ce satané matériel, prenez le temps de comprendre comment vos images s'organisent. Apprenez à placer les éléments visuels, à équilibrer les masses, à guider le regard. Peu importe votre boîtier : si vous appliquez les bons principes de composition, vous verrez vos photos changer immédiatement. Comment réagiriez-vous si cela se produisait dès demain pour vous… ?

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



La moto jaune est dans le tiers gauche, tandis que la moto rouge est dans le tiers droit

Qu’est-ce que le cadrage et la composition en photographie ?

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

Qu’est-ce que la composition photo ?

La composition photo désigne la manière dont les éléments d’une image sont organisés pour guider le regard du spectateur. Elle repose sur le cadrage, les lignes, la lumière, les formes et les couleurs pour créer une image harmonieuse et expressive.

Cette organisation, pour être efficace, doit être simple et capturer instantanément l’attention du spectateur. C’est un des secrets des photographes que vous admirez : une photo sans une composition et un cadrage réfléchis n’est pas une image aboutie.

Quelle différence entre composition et cadrage photo ?

La **composition photo** est l’organisation des éléments visuels (lignes, formes, couleurs, lumière) à l’intérieur du cadre pour guider le regard et produire une image lisible et expressive.

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

Le **cadrage photo** est la décision de ce que l'on inclut ou exclut du cadre, indépendamment de la manière dont les éléments s'y organisent.

Ces deux notions sont complémentaires : le cadrage délimite, la composition structure.

Tout comme les Maîtres de la peinture ont su maîtriser l'art de la composition, vous pouvez vous approprier ces principes fondamentaux et les appliquer dès maintenant à vos photos pour de meilleurs résultats.

Ces principes, accessibles même si vous avez débuté ce matin, ne requièrent aucune dépense supplémentaire. Il s'agit de modifier votre approche du cadrage, de repenser la manière dont vous remplissez le champ de votre viseur et de voir votre sujet sous un angle nouveau.

Règles des tiers : utile, mais pas obligatoire

La règle des tiers semble le graal du photographe amateur, pourtant elle est

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

souvent remise en question. Ne reposant sur aucune base établie, mieux vaut la considérer comme une possibilité qui vous est offerte mais pas comme une règle absolue.

1. **Simplification Excessive** : la règle des tiers est trop considérée comme une façon simple de réduire la complexité inhérente à la composition photographique.

2. **Manque de Flexibilité** : elle peut être restrictive et ne pas s'adapter à toutes les situations. Certains sujets ou scènes se prêtent bien mieux à une symétrie parfaite ou à un cadrage centré.

3. **Risque de Banalité** : la règle des tiers conduit à des compositions prévisibles et trop souvent banales (tout le monde fait les mêmes).

4. **Exceptions Notables** : De nombreuses œuvres d'art et photographies célèbres ne suivent pas la règle des tiers, ce qui tend à prouver que vous pouvez faire de même sans aucun état d'âme.

Règle des tiers vs composition centrée : quand utiliser l'une ou l'autre ?

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

Situation	Règle des tiers	Centrage
Sujet en mouvement	Utile (espace de fuite)	Déconseillée
Symétrie forte (couloir, façade)	Peut fragiliser l'image	Recommandée
Portrait expressif	Selon le regard	Efficace si sujet statique
Paysage avec horizon	Horizon sur un tiers	Selon l'ambiance

Les principes essentiels pour composer une photo

Pour maîtriser cadrage et composition en photographie, vous devez connaître les principales règles (*voir les règles de composition*). Et savoir vous en éloigner quand vous les maîtrisez. Plutôt que de parler de règles, je préfère parler de principes à découvrir et à appliquer sans attendre.

J'ai listé quelques références bibliographiques qui vous aideront à en savoir plus car vous allez réaliser très vite en vous intéressant au cadrage et à la composition que vous voudrez en savoir toujours plus !

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

1. Utilisez les nombres impairs pour dynamiser vos images



Trois fenêtres attirent l’attention sur cette ancienne façade de maison en bois

Regardez attentivement une photo avec trois personnages. Votre œil ne cesse de

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

circuler, de l’un à l’autre, comme pris dans un mouvement invisible. C’est tout sauf un hasard.

Un nombre impair crée une tension visuelle naturelle. Il empêche la symétrie plate. Il introduit un déséquilibre qui rend la scène plus vivante. Essayez avec des objets, des silhouettes, des arbres, peu importe : l’effet fonctionne toujours.

2. Donnez de l’échelle à vos photos

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



En plaçant l'enfant entre deux arbres, l'échelle de taille est évidente

Une montagne sans randonneur. Une ruelle sans silhouette. Un monument sans passant. L'image est belle, mais elle est vide.

Sans repère de taille, votre spectateur est perdu. Il ne sait pas si ce qu'il regarde mesure un mètre ou cent. Il admire la forme, mais pas l'ampleur. Ajoutez un

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

personnage, une ombre, une barrière… et soudain, tout prend sens.

En photographie de paysage, faites toujours plusieurs vues avec et sans personnage en variant cadrage et composition. Vous pourrez ainsi choisir la photo qui s'avère la plus intéressante.

3. Servez-vous des lignes directrices pour guider le regard

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



Les lignes jaunes de la route guident le regard vers l'horizon

Votre œil suit naturellement les lignes. Celles d'une route, d'un trottoir, d'un escalier. Elles agissent comme des rails visuels. Vous pouvez les utiliser pour conduire le regard vers un point précis, ou structurer votre image en profondeur.

Pensez à un couloir de métro, à une allée d'arbres ou à des façades urbaines : ce

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

sont des compositions toutes prêtes. Il suffit de vous placer au bon endroit.

4. Laissez les courbes adoucir vos compositions

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

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



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

La barre en bois guide le regard

Les lignes droites structurent, les lignes courbes enveloppent. Une rivière, une colline, un chemin sinueux ou un nuage dans le ciel… Les courbes sont partout et elles adoucissent naturellement la lecture d’une image.

Elles apportent de la douceur, un rythme visuel. Là où une ligne droite impose une direction, une courbe invite à se promener. Servez-vous-en pour raconter autrement.

5. Osez le cadrage serré pour révéler l’essentiel

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



Le cadrage serré permet aux amateurs de reconnaître immédiatement la marque et le modèle de cette voiture

Quand on débute, on veut tout montrer. Alors on cadre large. Trop large. Résultat : l'image est confuse, sans hiérarchie, sans force.

Resserrez. Approchez-vous. Coupez ce qui n'est pas essentiel. Un cadrage serré

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

attire l'attention, concentre l'énergie, évite les distractions. Il n'étouffe pas le sujet, il le révèle.

Lire aussi : 9 raisons d'utiliser un zoom en photo

6. Bougez : le bon point de vue change tout

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



Cadrer les pieds met en évidence la scène alors que mon sujet se fait photographier

Rester debout, appareil à hauteur d'yeux, c'est le réflexe par défaut. Et c'est souvent le plus plat.

Abaissez-vous. Levez les bras. Inclinez-vous. Montez sur un banc. Agenouillez-

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

vous. Chaque angle raconte une autre histoire.
Un enfant vu du sol. Une rue vue d'en haut. Un visage vu de côté. Le changement de point de vue, c'est le début de la création.

Sur les photos de danse que je fais régulièrement, c'est la vue à hauteur des danseurs qui fait la différence. En plongée depuis les gradins, la scène est plate. À genoux, proche du sol, elle prend de la profondeur.

7. Décalez votre sujet pour laisser stimuler l'imaginaire

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



Caler mon sujet à droite laisse un espace à gauche qui permet d'imaginer toutes les hypothèses : que se passe-t-il donc ici ?

Tout le monde centre son sujet. C'est rassurant. Mais c'est souvent banal.

Décalez. Placez votre personnage sur le bord du cadre. Laissez-le sortir ou entrer. Ce vide libéré dans l'image devient espace mental. Le spectateur imagine ce qu'il

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

ne voit pas. Il est impliqué. Un bon cadrage n’enferme pas. Il suggère.

8. Harmonisez les espaces pour équilibrer l’image



Chacun des trois espaces dispose de la même surface dans le cadre, ce qui

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

participe à l’harmonie de l’ensemble

L’expression que nous devons à Anne-Laure Jacquart signifie que si vous prenez la peine de donner le même espace à plusieurs zones proches d’une même photo, vous obtiendrez un résultat plus harmonieux.

Regardez une façade. Si les bords sont déséquilibrés, vous le sentez immédiatement. Ça penche, ça grince, ça gêne.

Prenez le temps de mesurer visuellement les espaces. Donnez autant de place à gauche qu’à droite, au sol qu’au ciel. Cela vaut aussi pour les angles, les diagonales, les coins. L’harmonie naît souvent d’un équilibre discret.

9. Jouez la plongée et la contre-plongée pour donner du relief

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



Le mat et le drapeau cadrés en contre-plongée prennent une toute autre dimension

Vous voulez écraser un sujet ? Prenez-le de haut. Vous voulez le magnifier ? Prenez-le de bas.

La plongée et la contre-plongée transforment tout. Elles changent les proportions,

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

allongent les lignes, exagèrent les volumes.
Avec un grand-angle, c’est flagrant : un personnage devient immense, une ruelle devient décor de cinéma.

À utiliser avec intention. Et avec modération.

10. Cherchez les formes géométriques cachées

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



Le cercle dans un rectangle à droite d’un format rectangulaire

Un rond. Un carré. Un triangle. Un losange. Vous n’êtes pas en classe de géométrie, mais votre appareil photo, lui, adore ces formes.
Un hublot, une bouche d’égout, une table de bistrot, un panneau de signalisation : ces figures simples créent une structure visuelle immédiate. Et elles donnent à votre photo un côté graphique, presque symbolique.

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

Cherchez-les. Elles sont partout.

11. Révélez l’invisible grâce aux reflets



Cette façade se reflète idéalement dans la rivière, créant ainsi une image dans l’image qui occupe plus de place que la vraie façade

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

Un reflet dans une flaque. Une vitrine. Une carrosserie de voiture. Une surface métallique. Ces doubles images ajoutent de la profondeur, de la surprise, du mystère.

Les meilleurs reflets sont souvent symétriques. Sujet et reflet se répondent, comme deux moitiés d'un même monde. Et quand vous les trouvez, ne les laissez pas passer. C'est de l'or visuel.

Les techniques avancées de composition photo

12. Servez-vous du premier plan pour encadrer le sujet

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



Le feuillage flou à gauche guide le regard vers le bâtiment à droite

Un arbre flou. Une rambarde. Une silhouette proche. Le premier plan n’est pas qu’un décor. C’est un outil puissant pour encadrer votre sujet, créer de la profondeur et ajouter une dimension narrative. Pensez-le comme un rideau de théâtre : il s’ouvre sur l’action.

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

Floutez-le volontairement. Jouez avec les ouvertures. Et regardez votre sujet s'en détacher comme jamais.

Pour flouter l'avant-plan, faites la mise au point sur l'arrière-plan, le sujet, et choisissez une ouverture de diaphragme suffisamment grande (*par exemple f/4 ou f/2.8*) pour bien différencier les deux zones de la photo, ce qui va renforcer le cadrage et la composition.

13. Maîtrisez le contre-jour pour créer du drame

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



Utiliser la lumière pour plonger le sujet dans un contre-jour harmonieux

Le soleil en face. L'exposition difficile. L'image bouchée ou cramée. Beaucoup fuient le contre-jour. À tort. Avec un peu de pratique, c'est une arme redoutable.

Il suffit de bien mesurer la lumière, ou d'utiliser le bracketing si besoin. Et soudain, vos photos gagnent en contraste, en intensité, en drame. C'est le clair-

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

obscur moderne. Ne l’ignorez pas.

14. Utilisez les silhouettes pour suggérer plutôt que montrer



Deux personnes, en pleine nuit, mystère garanti grâce à l’effet silhouette

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

Un sujet en ombre chinoise. Aucun détail. Juste la forme. La silhouette, c'est l'abstraction parfaite. Elle raconte sans révéler. Elle intrigue sans décrire. L'effet silhouette aussi un moyen élégant d'éviter les problèmes d'image en photo de rue : pas de visage, pas d'identification.

Cherchez un contre-jour, baissez l'exposition. Et laissez la magie opérer.

15. Changez de format pour changer la lecture visuelle

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



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

Le format carré se prête bien au centrage, attirant ainsi l'attention sur le sujet

Votre appareil propose un ratio. Mais votre œil n'a pas à s'y limiter.

2/3, 4/3, carré… chaque format change la composition de l'image. Un format large évoque le cinéma. Un format carré renforce la stabilité. Recadrez à la prise de vue ou en post-traitement, mais pensez-y dès la composition : ce que vous incluez ou coupez fait toute la différence.

16. Simplifiez vos images : moins, c'est plus

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



Masquer le sol pour laisser la place à la tour et ne pas détourner le regard

> *« A vouloir trop montrer on ne montre rien. A montrer moins on montre mieux.«*
> *Anne-Laure Jacquart dans Composez, réglez, déclenchez.*

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

Trop d’informations noient le sujet. Trop de détails saturent l’image. Montrez moins. Isolez. Simplifiez.

L’œil humain aime comprendre vite. Il cherche un point d’ancrage. Si vous le forcez à tout décrypter, il se perd.
Offrez-lui un message visuel clair. Le reste, il l’imaginera.

17. Coupez pour concentrer l’attention

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



En coupant les jambes, j'attire l'attention sur les chaussures

Pourquoi vouloir tout montrer d'un corps humain ? Une main, un pied, un profil suffisent.

En cadrant sur une seule partie, vous provoquez l'attention. Vous suggérez. Vous laissez au spectateur le soin de reconstituer.

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

Et ce qu'il reconstitue l'implique. C'est là toute la force du cadrage partiel.

18. Inclinez votre cadrage pour créer du mouvement



Ici je profite de la dynamique des lignes pour guider le regard vers cet immeuble

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

coupé

Tout droit, c’est statique. Légèrement penché, c’est vivant.

Inclinez votre boîtier. Pas par maladresse, mais par choix. Pour déséquilibrer. Pour créer une tension.
C’est risqué. Parfois raté. Mais parfois… brillant. Faites des essais. Écoutez ce que l’image vous dit.

19. Centrez… quand cela renforce votre propos

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



Quoi de mieux que ce cadrage centré pour mettre en évidence l'inscription ?

On vous a dit de fuir les compositions centrées ? Parfois, c'est la meilleure option.

Un sujet parfaitement symétrique. Un couloir. Un visage. Un monument frontal. Le centrage peut être d'une puissance graphique redoutable. À condition qu'il soit net, assumé, précis. Et que tout le reste y contribue.

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

Simplifier, équilibrer, raconter : l’art de composer une photo

20. Le pouvoir du point unique



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 fenêtre illuminée attire l'attention quand toutes les autres sont éteintes

Dans une image saturée de détails, l'œil cherche un repère. Un seul. Clair. Net. Ce repère, c'est le point. Il attire. Il magnétise. Il structure toute la lecture.

Ce peut être une silhouette au loin, une lumière allumée, un objet isolé. Supprimez le superflu autour. Le point, seul, suffit à raconter.

Le point n'a pas de place précise en matière de cadrage et composition, il peut être au centre, dans un angle, sur un point fort (voir la règle des tiers).

21. Créez une ambiance avec les couleurs chaudes et froides

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



Quand les couleurs chaudes alternent avec les couleurs plus froides

Les couleurs parlent plus vite que les mots.

L'orange rassure, le bleu apaise, le rouge alerte.

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

Composez une image autour d’un jeu de températures : un coucher de soleil, une lumière de matin d’hiver. Choisissez une dominante. Ou jouez le contraste chaud/froid. Et laissez l’émotion surgir.

22. Exploitez le contraste lumineux pour hiérarchiser

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



Jouer avec les projecteurs pour isoler le sujet dans un joli contraste de lumière

Une scène baignée de lumière uniforme peut être plate. Une scène contrastée est plus lisible. Plus dramatique.

Cherchez les zones d'ombre et de lumière. Intégrez-les à la composition. Cachez une partie du sujet, éclairez-en une autre. Et si nécessaire, accentuez en post-

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

traitement.

Le contraste guide. Il hiérarchise. Il raconte.

23. Osez le contraste de couleur pour donner du rythme

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 borne incendie rouge sur fond bleu, le contraste de couleur attire le regard vers la borne

Une borne rouge sur un mur bleu. Un manteau jaune dans une foule sombre. Une touche vive sur un fond terne.

Les contrastes colorés sont puissants. Ils révèlent. Ils mettent en valeur. Ils créent

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

du rythme. Utilisez-les avec parcimonie. Trop de contrastes tuent le contraste. Un seul, bien placé, suffit à faire vibrer l'image.

24. Pensez vos photos en série pour raconter une histoire



Au fil de mes balades, je crée une série de photos d'arbres que je traite en noir et blanc

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

Une photo isolée peut sembler faible. Mais dans une série, c'est la répétition, la variation, la progression qui créent la force narrative. Un cadrage similaire, un motif récurrent, une couleur dominante.

Pensez vos images comme un tout. Composez une séquence. Et racontez plus large que le cadre.

Dans le triptyque ci-dessus, je joue avec l'inclinaison des arbres, la symétrie de ceux de l'image central. L'ensemble est conçu pour être équilibré.

25. Fermez les bords pour guider le regard

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

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



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

Les montants verticaux et horizontaux de la fenêtre définissent la limite du cadre photographique

Chaque bord d'image est une frontière. S'il est ouvert, le regard peut fuir. Fermez-le.

Un mur flou, un tronc d'arbre, un rideau, une rambarde… Ces éléments peuvent servir de barrière douce. Ils retiennent l'œil. Ils renforcent la mise en scène.

Mais attention : flous, sombres, discrets. Le cadre ne doit jamais voler la vedette.

Les 8 types de plans en photographie

Vos choix de cadrage influencent beaucoup la perception du sujet. Voici les 8 types de plans les plus courants, à utiliser comme un vocabulaire visuel.

Type de plan	Cadrage	Usage principal	Focale conseillée
Plan général	Très éloigné	Montrer le décor, donner de l'échelle	18–24 mm

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

Type de plan	Cadrage	Usage principal	Focale conseillée
Plan moyen	Sujet entier	Portrait en pied, scène de rue	35–50 mm
Plan italien	Coupé sous le genou	Portrait naturel, scène de vie	50–85 mm
Plan américain	Mi-cuisse	Sujet en action	50–85 mm
Plan rapproché	Taille	Portrait narratif	85–105 mm
Plan en buste	Poitrine	Portrait classique	85–105 mm
Gros plan	Visage plein cadre	Expression, émotion	100–200 mm
Très gros plan	Détail (œil, main)	Intensité dramatique	200 mm ou plus

Lire aussi : Comment choisir un objectif pour le portrait photo

Exercices pratiques pour progresser en composition photo

Comment progresser en composition photo : méthode en 5 étapes

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

1. Observez avant de déclencher : identifiez le sujet principal et ce qui l'entoure.

2. Cherchez les lignes, formes et contrastes présents dans la scène.

3. Choisissez un seul principe à appliquer par sortie (lignes directrices, échelle, cadrage serré…).

4. Faites plusieurs variantes d'un même sujet en changeant le point de vue.

5. Analysez vos images a posteriori : qu'est-ce qui attire le regard en premier, et pourquoi ?

FAQ – Questions fréquentes sur la composition photo

La composition photo s'apprend-elle ou est-ce un don ?
La composition s'apprend. Comme pour tout langage visuel, il suffit d'en connaître les codes pour commencer à les appliquer. Les photographes qui semblent « avoir l'œil » ont simplement intégré ces principes au fil du temps,

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

souvent sans les formaliser. Observer les images des autres et analyser ce qui fonctionne est l'exercice le plus efficace pour progresser vite.

Faut-il connaître toutes les règles avant de photographier ?
Non. Choisissez-en une seule, appliquez-la sur toute une sortie, et passez à la suivante la fois d'après. Vouloir tout appliquer en même temps paralyse. La composition se construit par habitudes progressives, pas par mémorisation.

La règle des tiers est-elle indispensable en composition photo ?
Non. C'est un point de départ commode, surtout pour les débutants, mais elle ne repose sur aucune base scientifique. Beaucoup de photos remarquables l'ignorent délibérément. Ce qui compte, c'est l'intention : une composition centrée assumée vaut mieux qu'un tiers mal placé.

Comment savoir si ma composition est réussie ?
Posez une question simple en regardant votre image : où va mon regard en premier ? Si la réponse correspond à ce que vous vouliez montrer, la composition fonctionne. Si l'œil part ailleurs ou se perd, c'est qu'un élément parasite la lecture.

Peut-on corriger une mauvaise composition en post-traitement ?
En partie. Le recadrage permet de corriger des erreurs de placement, de supprimer des éléments perturbateurs ou de changer le format. Mais il ne peut pas créer ce qui n'a pas été pensé à la prise de vue : la profondeur, la lumière, le point de vue. La composition reste avant tout une décision qui se prend avant de déclencher.

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

Références et lectures recommandées sur la composition photo

Pour aller plus loin, voici une sélection d'ouvrages consacrés à la **composition photo** et au **cadrage**.

Ces livres ont inspiré la rédaction de cet article et m'accompagnent régulièrement dans ma pratique comme dans mes formations. Vous y trouverez des approches différentes mais complémentaires : certaines très visuelles, d'autres plus analytiques, toutes axées sur le regard, la construction et l'intention photographique.

Composez, réglez, déclenchez !

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



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

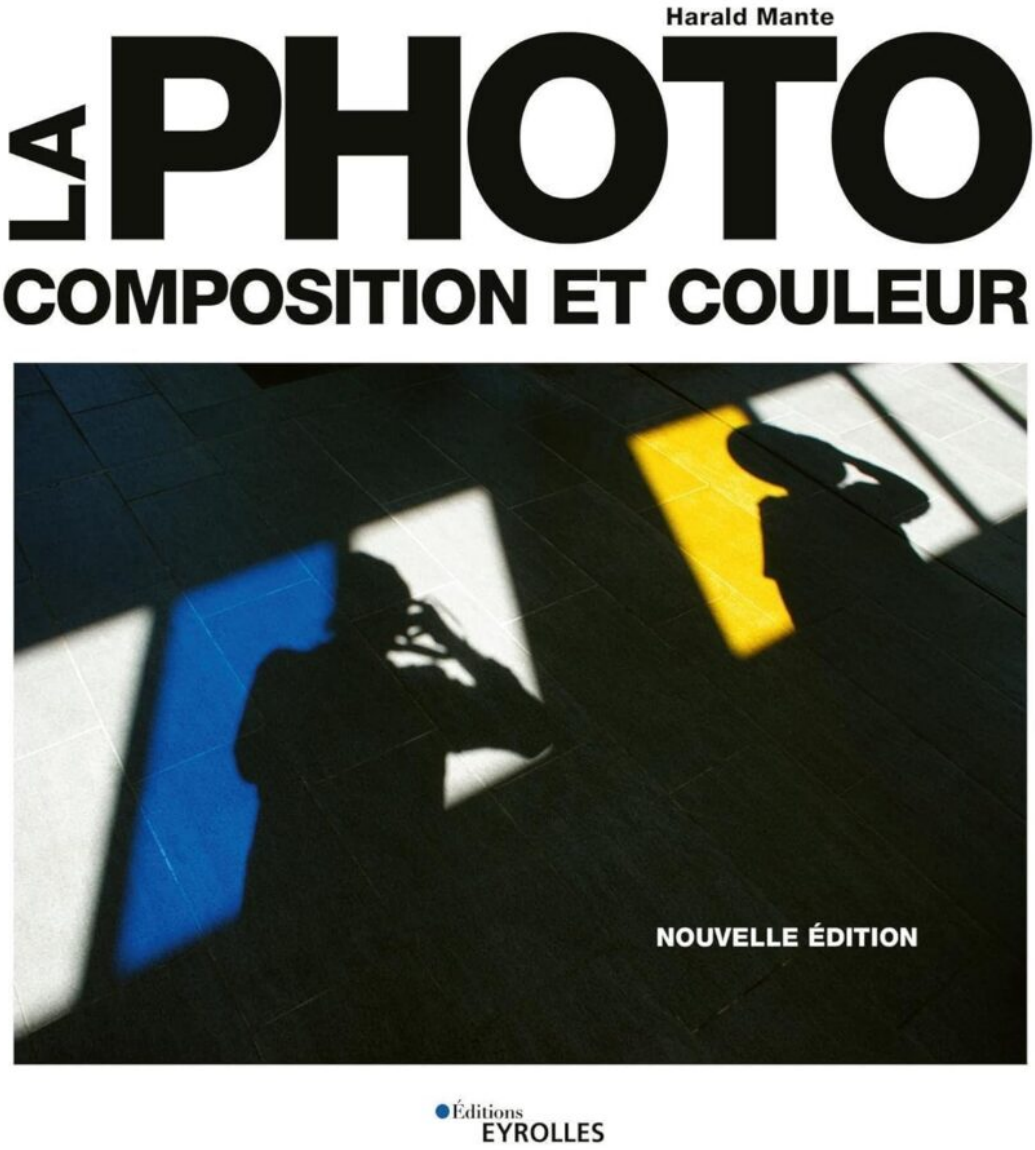
Composez, réglez, déclenchez ! – 2e édition : La photo pas à pas – Anne-Laure Jacquart

Cette nouvelle édition actualisée du best-seller d'Anne-Laure Jacquart reste une référence incontournable pour progresser en photo. Elle guide le photographe pas à pas dans la compréhension du cadrage, de la lumière et de la composition, avec un regard à la fois technique et sensible. Un livre à garder à portée de main pour photographier en conscience et développer son œil.

Découvrez le livre sur Amazon

La photo. Composition et couleur

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

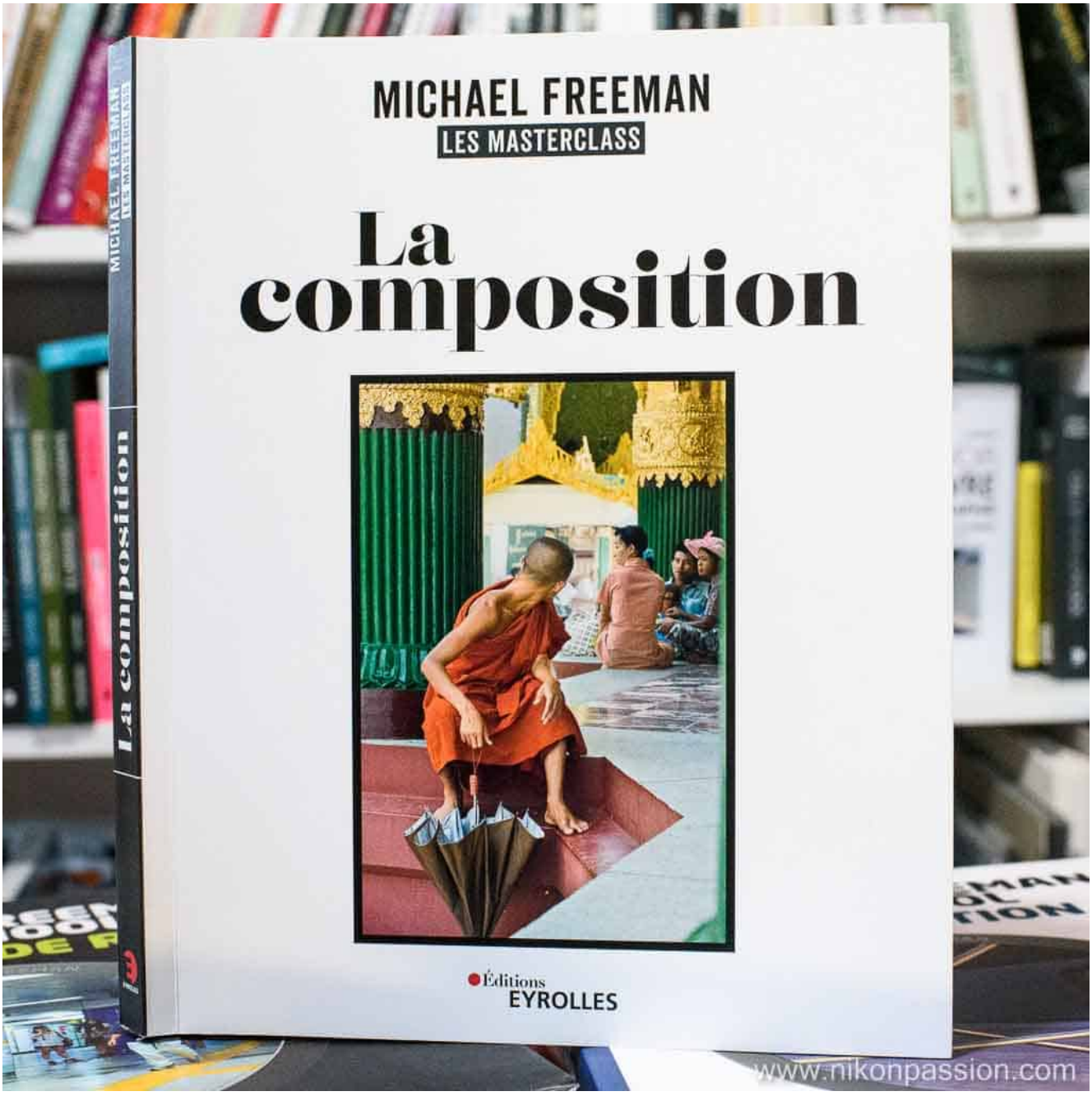


Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2026 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

La photo. Composition et couleur – Harald Mante
Un ouvrage de référence absolu sur la composition photographique. Harald Mante y explore les liens entre forme, structure et couleur pour révéler l'équilibre visuel d'une image. C'est un livre exigeant mais essentiel, qui montre comment penser en termes de lignes, de masses et de contrastes chromatiques avant même de déclencher.
Découvrez le livre sur Amazon

La composition – Masterclass

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



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

La composition : Les masterclass de Michael Freeman
Dans ce livre, Michael Freeman pousse plus loin son analyse de la composition photographique. Il aborde les choix de cadrage, d'équilibre, de rythme et de tension visuelle à travers de nombreux exemples commentés. Une lecture idéale pour ceux qui veulent aller au-delà des règles et comprendre la logique visuelle des images fortes.
Découvrez le livre sur Amazon

L'oeil du photographe et l'art de la composition

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



BESTSELLER PLUS DE 500 000 EXEMPLAIRES VENDUS DANS LE MONDE

TOUS PHOTOGRAPHES AVEC

MICHAEL FREEMAN

DUNOD

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

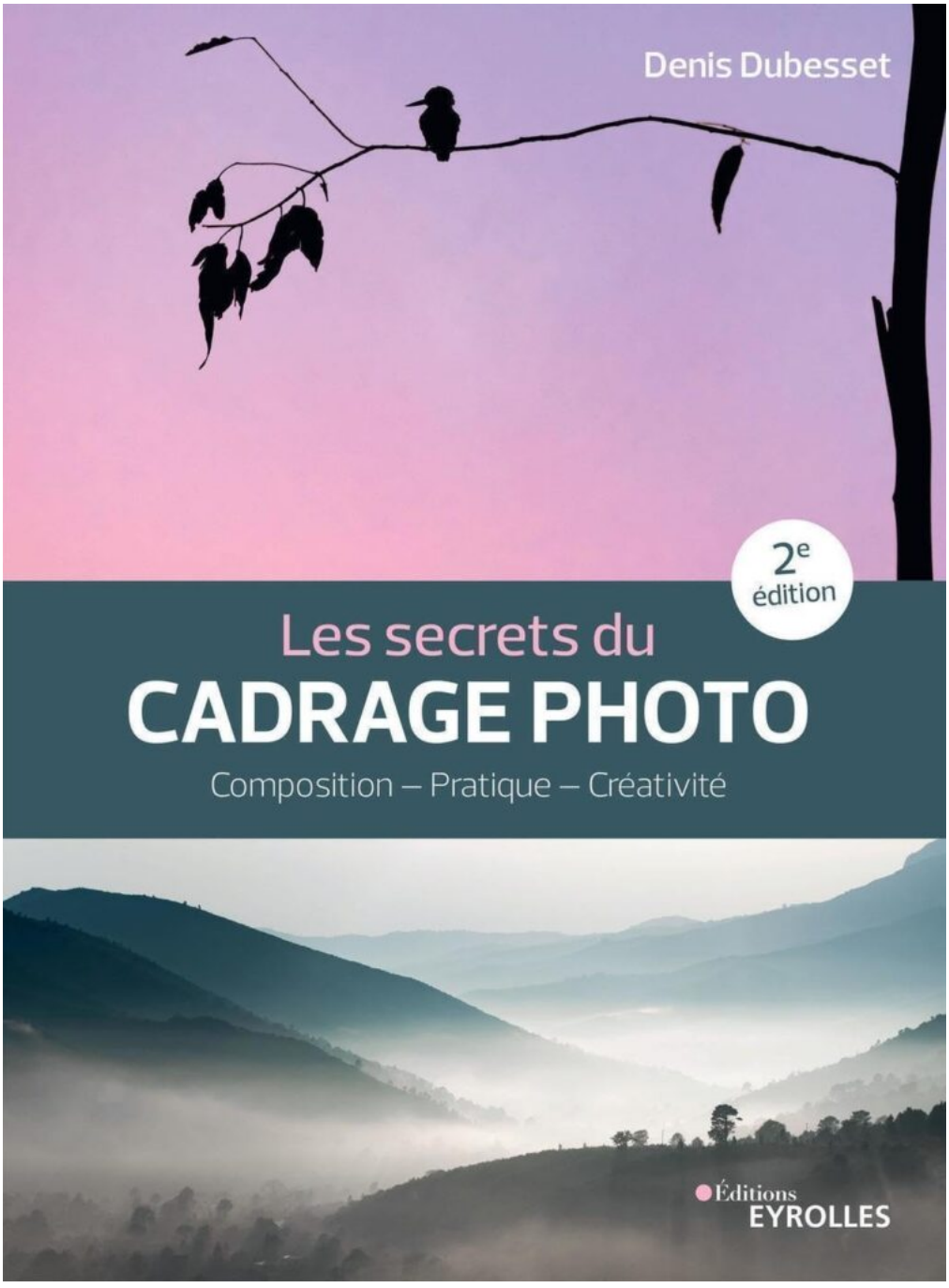
L’œil du photographe et l’art de la composition – Michael Freeman
Un classique absolu de la photographie. Michael Freeman y explore la manière dont le regard se forme, se structure et s’affine pour créer des images fortes. Plus qu’un manuel technique, c’est une véritable réflexion sur la composition, la perception visuelle et l’intention photographique.
Découvrir le livre sur Amazon

Les secrets du cadrage 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

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



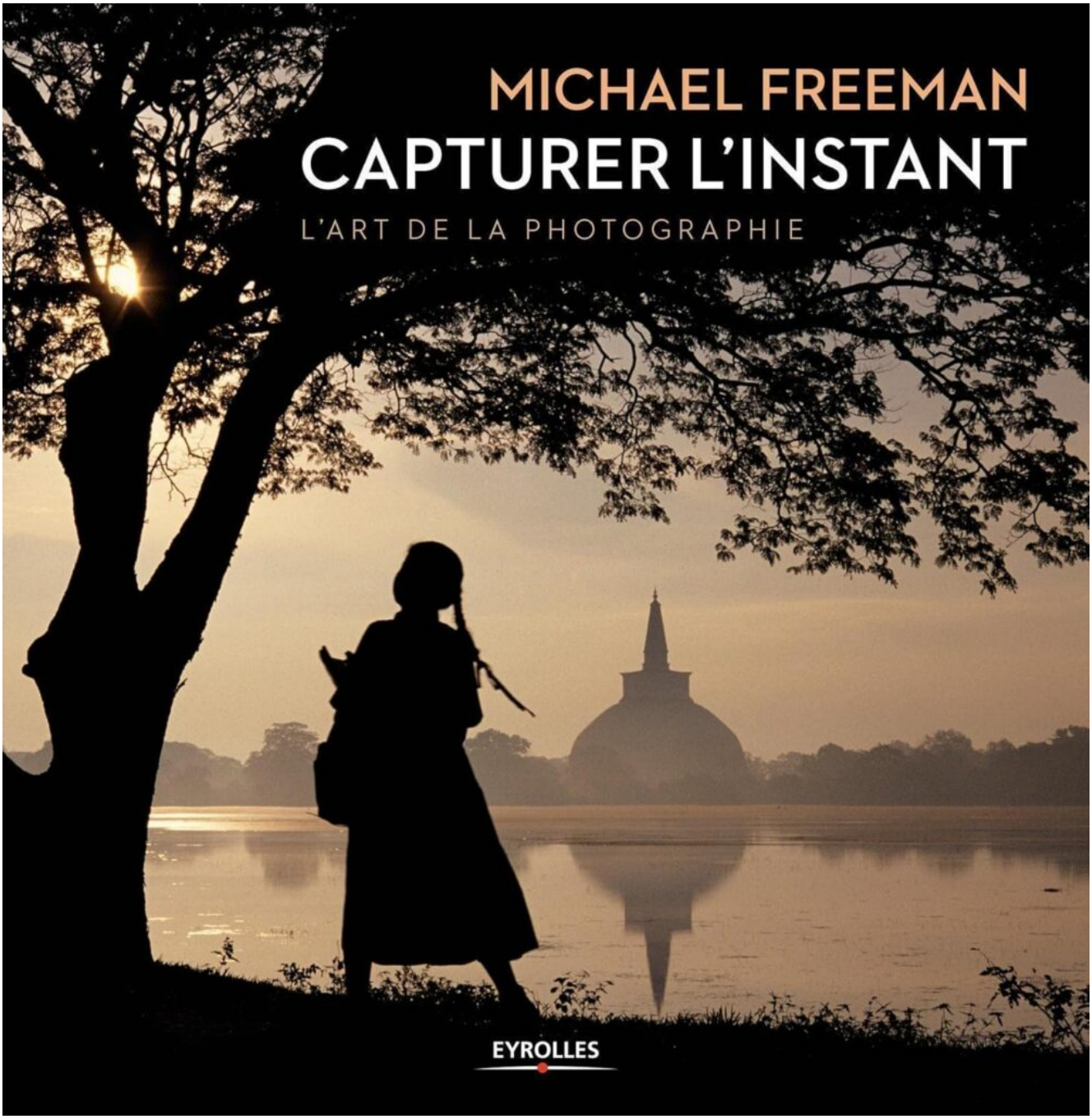
Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2026 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Les secrets du cadrage photo : Paysage – Portrait – Reportage – Denis Dubesset

Un guide clair et accessible pour comprendre les fondamentaux du cadrage en photo. Denis Dubesset aborde les différents types de sujets – paysage, portrait, reportage – et explique comment adapter son cadrage pour renforcer le message visuel. Idéal pour progresser rapidement et donner plus d'intention à vos images.
Découvrir le livre sur Amazon

Capturer l'instant, l'art de la photographie

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

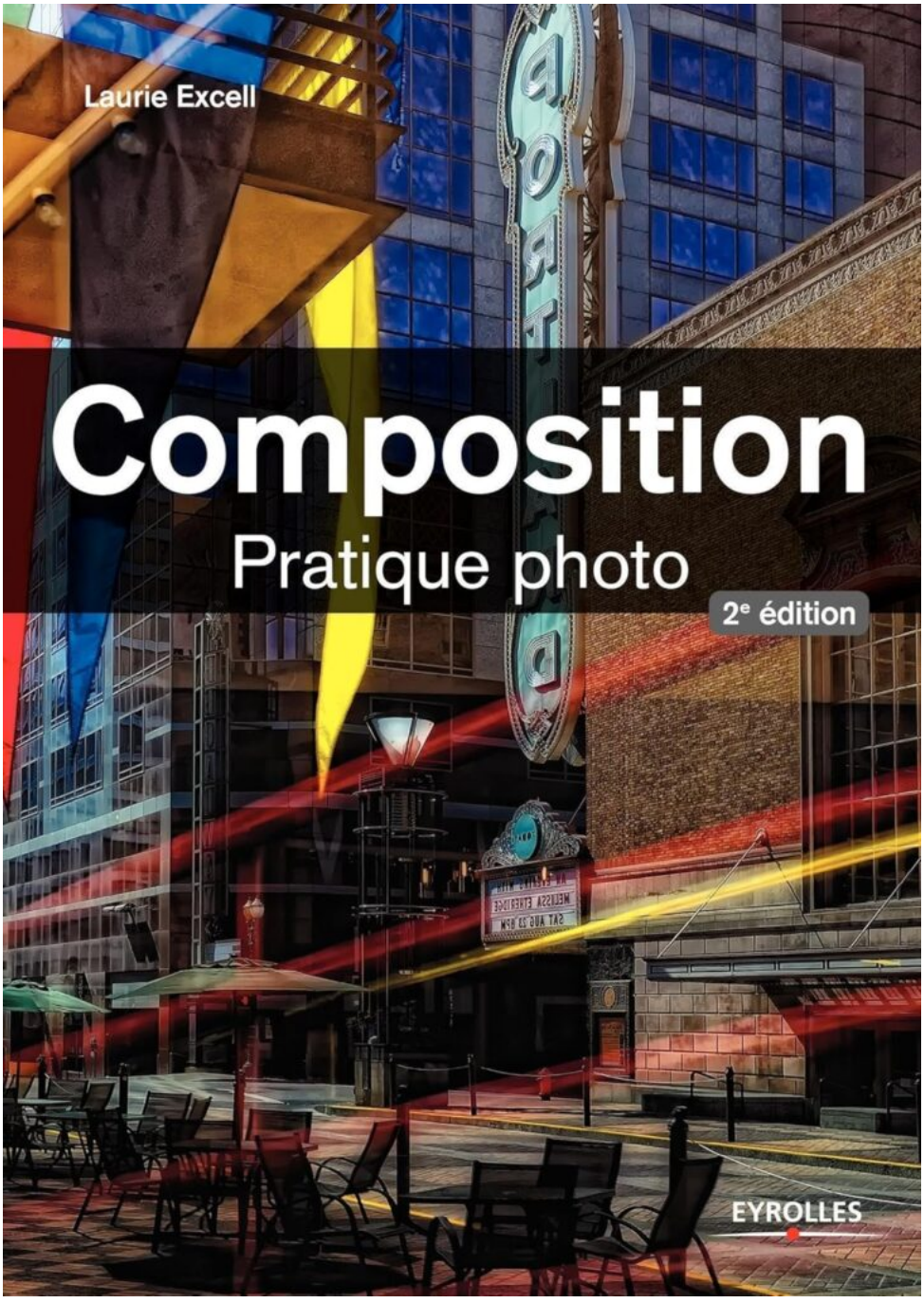


Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2026 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Capturer l’instant : L’art de la photographie – Michael Freeman
Dans cet ouvrage, Michael Freeman explore ce qui fait la différence entre une photo ordinaire et une image vivante. Il y analyse le moment décisif, le rythme visuel et la manière d’anticiper la scène pour saisir l’instant juste. Un livre essentiel pour comprendre comment intention, regard et composition se rejoignent au moment du déclenchement.
Découvrir le livre sur Amazon

Composition : Pratique photo

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

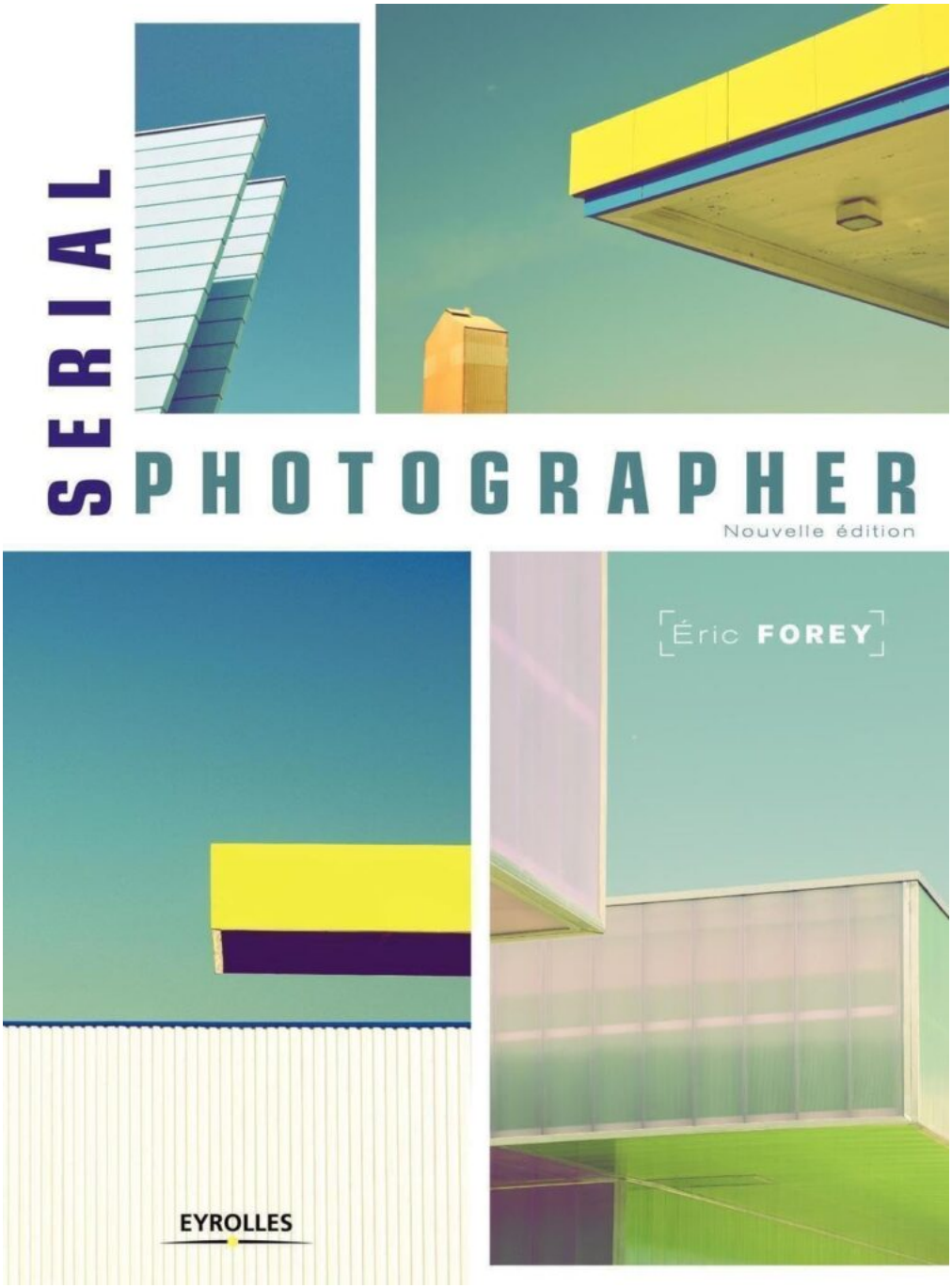


Recevez ma Lettre Photo quotidienne avec des conseils pour faire de meilleures photos : www.nikonpassion.com/newsletter
Copyright 2004-2026 – Editions MELODI / Nikon Passion - Tous Droits Réservés

Composition : Pratique photo – Laurie Excell
Un guide visuel et concret pour comprendre comment organiser vos images et donner de la cohérence à vos cadrages. Laurie Excell explique avec clarté comment simplifier une scène, trouver un point d'équilibre et composer plus efficacement, quel que soit votre matériel.
Découvrez le livre sur Amazon

Serial photographer

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



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

Serial Photographer – Éric Forey
Un livre inspirant pour comprendre la force du travail en série. Éric Forey y partage sa méthode pour construire une cohérence visuelle, développer un thème personnel et créer un langage photographique identifiable. Accessible et stimulant, cet ouvrage aide à dépasser la simple photo isolée pour entrer dans une démarche d'auteur.
Découvrez le livre sur Amazon

Conclusion : regardez avant de déclencher

Vous souvenez-vous de cette question de lecteur citée en introduction : « Pourquoi mes photos n'ont rien d'exceptionnel ? ». Je vous le redis : ce n'est pas votre appareil photo qui est en cause. C'est votre regard.

En apprenant à penser **composition photo** avant de déclencher, vous transformez chaque scène ordinaire en une image forte. Vous ne photographiez plus pour montrer, mais pour raconter. Et c'est ce qui change tout.

Ces 25 principes ne sont pas des règles rigides. Ne cherchez pas à les appliquer à la lettre l'un après l'autre. Ce sont des pistes. Des principes. Des moyens

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

d’éveiller votre regard, de vous faire comprendre pourquoi une image fonctionne… et pourquoi une autre est quelconque. Vous n’avez pas besoin de tout retenir.

Un seul principe appliqué avec intention peut suffire à faire basculer la qualité de vos photos.

La prochaine fois que vous lèverez votre boîtier, oubliez les réglages. Oubliez le matériel. Demandez-vous simplement : **Qu’est-ce que je veux montrer ? Comment vais-je le montrer ?**

C’est ce rapport silencieux entre vous et votre image qui fera toute la différence. Et c’est ainsi qu’une photo correcte deviendra, enfin, une photo remarquée. Ça vaut le coup d’essayer, non ?

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