

● Zo maak je een goede portretfoto ●

Isja Nederbragt

Het maken van een portret is altijd populair geweest. Tot nog niet zo lang geleden moest je ervoor naar een schilder of een fotograaf. Nu pak je een smartphone, al of niet met selfie-stick. Een selfie is technisch niet altijd fraai. Een goed portret vraagt meer aandacht. Over dat laatste gaat dit artikel. In het eerste deel komt wat theorie over licht en lichtbronnen aan de orde, in het tweede deel de praktijk met voorbeelden en tips.

Inleiding

Een portret is een foto van iemand die daarin herkenbaar is. Meestal wordt iemand herkend doordat het gezicht is gefotografeerd, soms aan andere kenmerken, zoals een houding. Een portret kan dus een foto zijn van een gezicht, het kan ook de hele persoon zijn en je hoeft dus niet altijd het gezicht te zien.

Een portret kan ook een foto zijn van een persoon in een ruime omgeving, zoals in een huiskamer of in de natuur.



Een gezinsportret. Daglichtopname met invulflits.

Fotograaf, geportretteerde, toeschouwer, iedereen vindt wat van de foto en de meningen kunnen verschillen. Er zijn echter geen goede en slechte portretten. Een portret is goed als je het goed vindt. Bovendien hangt het ervan af waarvoor het portret is bedoeld. Een trouwfoto vraagt een andere benadering dan een officieel portret. En een pasfoto is weer anders.

Licht

Fotografieren gaat over licht: zonder licht geen foto. Dat kan kunstlicht zijn of natuurlijk licht. Een fotograaf let op de manier waarop het licht op zijn model (en de achtergrond) valt. Ook kiest hij het soort licht: zacht licht (bijvoorbeeld bij een pasfoto), hard licht of tegenlicht. Portretfotografen werken vaak in de studio en gebruiken dan kunstlicht, modefotografen werken vaak buiten en maken gebruik van daglicht, vaak aangevuld met flitslicht. Maar portretten kun je natuurlijk ook maken met bestaand licht (daglicht) of licht van een lamp.

Daglicht is natuurlijk licht dat, direct of indirect, van de zon afkomstig is. De maan is ook een natuurlijke bron, al is die minder sterk dan de zon. Kunstlicht is afkomstig van een lamp of (studio)flitser.

Licht heeft een kleur. Midden op de dag zien we de kleur anders dan bij ondergaande zon. Bij kunstlicht is dat weer anders. Bij portretten is daglicht prettig, omdat de kleur van de huid dan goed wordt weergegeven. Een lamp van 5500°K heeft datzelfde effect. Een andere kleur van het licht heeft

geen probleem te zijn. Er is later correctie mogelijk. Helaas blijkt het daarbij niet altijd mogelijk de kleur van de huid natuurgetrouw weer te geven.

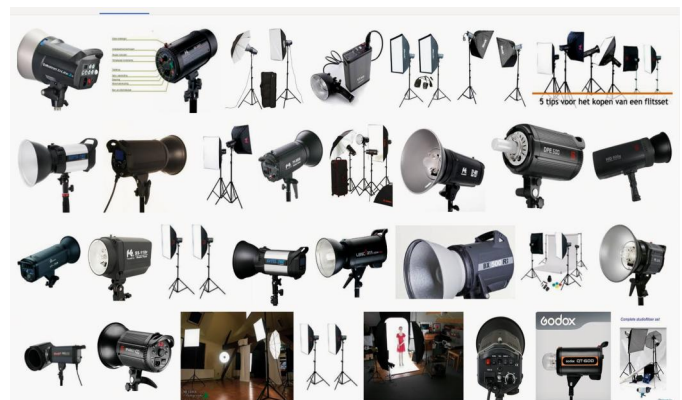
Lichtbronnen

Direct zonlicht dat op een model valt is scherp, soms te scherp. Indirect zonlicht ontstaat door gebruik van een reflector. Zo kan een model dat in de schaduw staat uitgelicht worden. En bij een model dat in de zon staat kan de schaduwkant van het gezicht beschadeld worden, zodat het contrast minder scherp wordt. Reflectoren zijn er in alle soorten en maten. Een blad wit papier of wit piepschuim werkt vaak net zo goed als een reflectiescherm. Alleen ziet het er minder professioneel uit.



Reflectiescherm. Ze zijn er in vele maten en kleuren. De achterkant is te gebruiken als grijskaart.

Een gewone lamp kan ook als lichtbron gebruikt worden. Meestal is het licht dan aan de rode kant (4000°K). Dat kan via de kleurbalans van de camera gecorrigeerd worden, of later via een bewerking. En, zoals al eerder genoemd, niet altijd kan door correctie een goede huidskleur worden bereikt.



Studioflitsers en toebehoren zijn in velerlei soorten en maten te koop.

Iedereen kent natuurlijk de flitser. Die heeft de kleurtemperatuur van daglicht. Het bereik van de meeste flitsers is genoeg voor een portretfoto. Je kunt de flitser op de camera bevestigen. Dan valt het flitslicht recht van voren op het model.

Indirecte aansturing van de flitser (strobist-fotografie) maakt het mogelijk het flitslicht van bijvoorbeeld opzij te laten komen. Meestal ziet de foto er dan beter uit.

Ten slotte is er dan ook de studiolamp, als continu licht of als studioflitser. Vaak is er een instellicht, zodat je het effect van een bepaalde lichtkeuze 'live' kunt bekijken. Studioflitsers zijn er in vele uitvoeringen en prijzen.

Ze werken plezierig, maar zijn groot, zwaar, duur en je hebt stroom nodig (of een zware accu). Studioflitsers worden óf met een kabel aan de camera verbonden, óf ze worden draadloos aangestuurd.

Voor alle lichtbronnen geldt dat er talloze hulpmiddelen zijn om de kwaliteit van het licht te beïnvloeden. Er zijn flitskappen, softboxes (ook voor op de flitser), kleurfilters, reflectiekappen en nog veel meer.

De lichtintensiteit van een flitser is vaak instelbaar, zowel bij de 'gewone' flitser als bij de studioflitser. Is de lichtbron niet instelbaar, dan kun je de intensiteit van het licht regelen door de lichtbron dichterbij de te fotograferen persoon te zetten of juist verder weg. De regel hierbij is dat de lichtintensiteit afneemt met het kwadraat van de afstand (of toeneemt als je de lichtbron dichterbij zet).

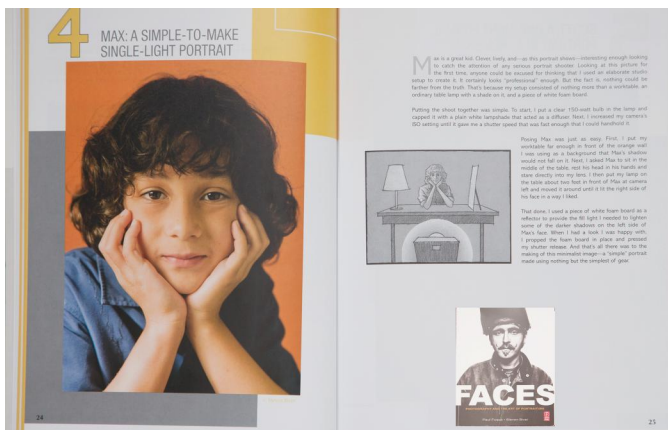
Over de portretfotograaf

Een goed portret is een portret dat de maker en het model goed vinden. Het is een momentopname. En het portret weerspiegelt emotie, zowel die van het model, als die van de fotograaf. Een portret is eenmalig.

Dat vraagt allemaal nog al wat van een fotograaf, want het maken van een goed portret is niet alleen een kunde, maar ook een kunst. Het gaat niet alleen om het beheersen van de apparatuur en het positioneren van het model, maar vooral om de interpretatie en creativiteit van én het model én de fotograaf. Heel belangrijk daarbij is dat je als fotograaf contact maakt met het model. Hoe beter dat contact, hoe meer het model (m/v) op zijn/haar gemak zal zijn en des te beter wordt de foto. Contact hebben met je model vraagt niet veel tijd, wel aandacht. En die aandacht kun je niet geven als je de apparatuur (nog) niet goed kent.

Een 'gewoon' portret

Ingewikkelde belichting met diverse lichtbronnen is natuurlijk erg spannend, maar met een basisopstelling kom je al een heel eind. Je gebruikt een lamp of flitser met diffuus licht en een reflector. Die reflector kan een stuk papier zijn, wit karton of een plaat wit piepschuim. Een 'echte' reflector kan natuurlijk ook. De lamp staat zo dat het licht onder een

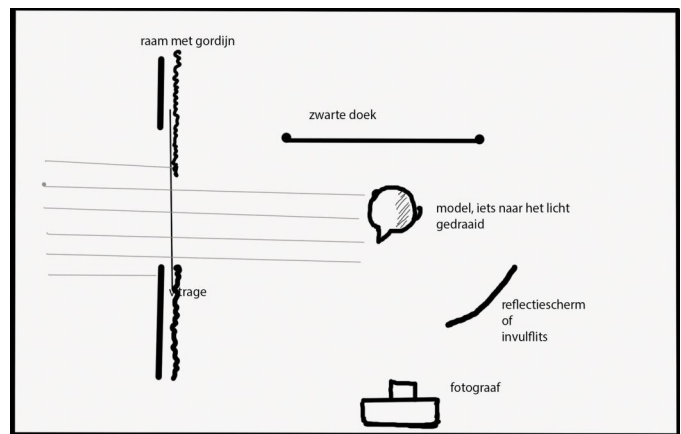


Het boek 'Faces' geeft een voorbeeld van een eenvoudig portret met één lichtbron.

hoek van ongeveer 45 graden op het model valt. De reflector staat er tegenover. Je kunt in plaats van de lamp ook een losse flitser gebruiken, liefst met een flitsshoes om het licht te verzachten. Bij gebruik van de flitser zit je vast aan de flitsynchronisatietijd. Je kunt de camera volledig het werk laten doen door hem op de automatische belichting te zetten. Ik geef zelf aan de voorkeur aan de A-stand, zodat ik de grootte van het diafragma kan kiezen. Is aanpassing van de belichting nodig, dan kan dat via de +/- knop. De kleurbalans kan later op de computer worden aangepast.

Een zelfportret

Dit portret is met daglicht via een raam gemaakt: de situatiekening laat zien welke opstelling ik heb gebruikt. Het raam is op het noorden, waardoor het licht niet zo fel is. Vrij donkere gordijnen houden een deel van het licht tegen, zodat er weinig licht op de zwarte achtergrond valt. Het licht is toch nog vrij fel, met grote contrasten als gevolg. Om die reden heb ik de vitrage dichtgedaan (en ervoor gezorgd dat er geen schaduwen ontstaan door plooiën in de vitrage). Een andere mogelijkheid om een zachter beeld te krijgen is het gebruik van invulflits of reflector.



Opstelling voor het raam, daglichtportret.



Portret met daglicht en invulflits om de linkerkant van het gezicht wat op te lichten.

De achtergrond is een zwarte doek, dat ik heb opgehangen tussen de deuren van de linnenkast. De vouwen erin heb ik weggestreken. Mijn fototoestel staat op een statief. Ik heb de timer ingeschakeld om mijzelf tijd te geven als model op te treden.

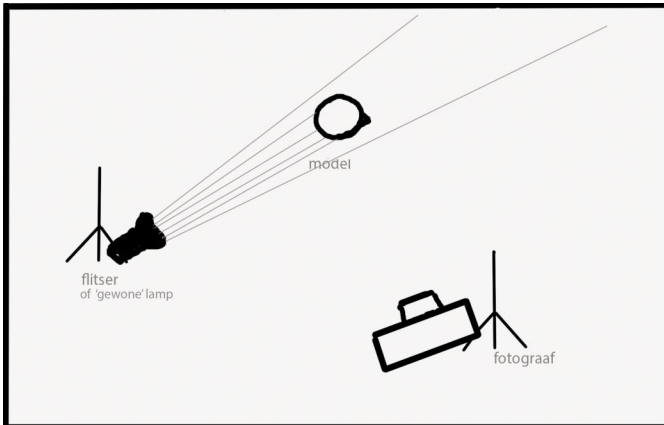
Het moeilijkst aan dit portret was het uitzoeken, via trial and error, van een goede belichting. Daarna moest ik ervoor zorgen dat de scherpstelling goed stond (liefst de ogen scherp).

Ik heb daarvoor handmatig ingesteld en op de grond heb ik een papiertje neergelegd. Op dat papiertje moest ik gaan staan voor een vaste afstand tot de camera. Ten slotte heb ik heel vaak heen en weer gerend, van fototoestel naar papiertje, houding aannemen, timer afwachten, weer terug, foto op scherm bekijken, instelling veranderen, opnieuw beginnen, en dat vele malen.

Nabewerking was nodig om de achtergrond 'echt zwart' te maken. Dat gaat via het aanpassen van schaduwen en zwarte tinten, in mijn geval in Lightroom.

Portret gemaakt met strobist-fotografie

We zijn in deze foto op het strand, bij ondergaande zon. We, dat zijn: ikzelf, een assistent en mijn model.



Deze opstelling hoort bij de foto 'Op het strand'.



Op het strand. Daglichtopname. De achtergrond is als hoofdlicht genomen (met enige onderbelichting), strobosflitslicht als invulflits.

We hebben bij ons: fototoestel, reservebatterij, twee statieven (een voor het fototoestel, een voor de flitser), reflectiescherm, flitser en draadloze triggerset voor de flitser. Ik heb tevoren ge-dacht hoe ik de foto wil maken: een model dat in het zachte zand rent. Er moet beweging in het model zichtbaar zijn (bewegingsonscherpte) door een wat langere belichtingstijd.

We beginnen met de voorbereidingen. Eerst de belichting goed instellen (op de achtergrond), dan uitzoeken waar de flitser moet staan, en hoe hoog, en hoeveel licht de flitser moet afgeven (om overbelichting van het model te voorkomen).

Dan begint het fotograferen. Het valt niet mee precies op het goede moment af te drukken. Dat is vooral hard werken voor het model, want hij heeft heel vaak hetzelfde stukje strand rennend afgelopen.

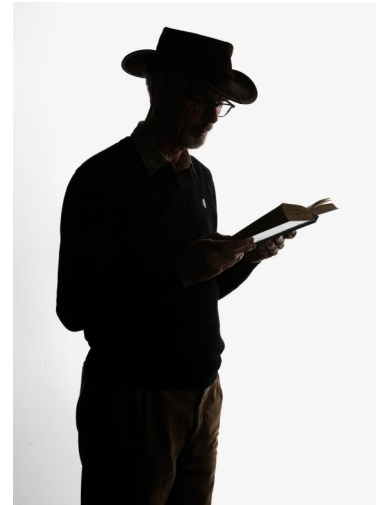
Het gebruik van live view (dus beeld via het schermje en niet door de zoeker) is een goede hulp. Helaas werkt bij mijn camera dan de trigger voor de flitser niet en ik moet dus steeds overschakelen van live view naar zoeker.

Zo is deze foto ontstaan.

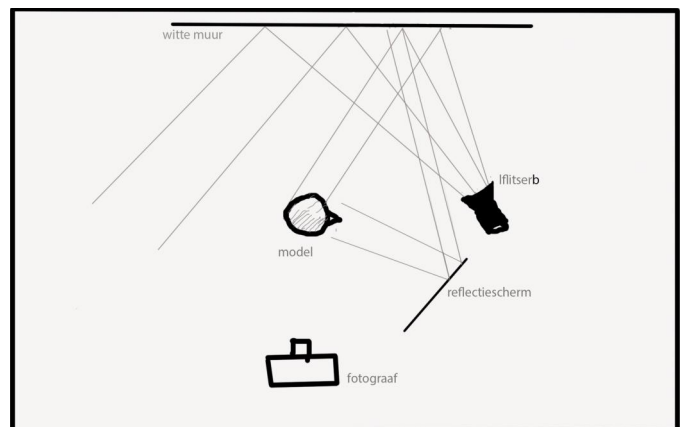
Thuis ben ik nog uren bezig geweest. Niet met bewerken, want dat was niet nodig. Maar wel met het verwijderen van het zand uit mijn statief ...

Silhouet als portret

Ik heb deze foto in een fotostudio gemaakt met maar één studioflitser. De flitser staat rechts en belicht een witte muur. Zo ontstaat diffuus licht. Het model staat op ruime afstand van de muur en wordt belicht door het vanaf de muur gereflecteerde licht. Het is dus een tegenlichtopname. Omdat ik het gezicht van het model een beetje wilde uitlichten, heb ik een reflectiescherm gebruikt. De belichting is lastig en is afgestemd op het gemiddelde licht. Ook hier is het uitproberen via een proefopname en het bekijken van het histogram. Uiteindelijk ontstaat het gewenste beeld: donker silhouet en alleen de randen lichten op. De achtergrond is op de foto niet wit, maar lichtgrijs. Dat vraagt later correctie van de hooglichten. Zou je die achtergrond als wit fotograferen, dan krijgt het model meer licht en verdwijnt het donkere silhouet.



Een silhouet. Geen details en toch herkenbaar.

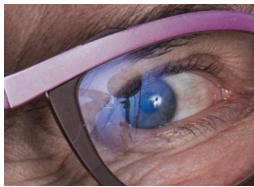


Opstelling van een tegenlichtopname in de studio, waardoor een silhouet ontstaat.

Tips

- Je hebt geen fotostudio nodig om een portret te maken. Daglicht of een reportageflitser, of een gewone lamp gaat ook.
- Het enige wat je niet zomaar moet doen is een portret maken met de zon achter het model. Zoek een andere positie, tenzij je er bewust voor koos.
- Je hebt geen dure spullen nodig; met enige creativiteit kom je een heel eind zonder veel geld uit te geven.
- Ken je camera en de te gebruiken apparatuur. Want als je staat te stuntelen met de camera, hoe kun je dan een goed portret maken?
- Maak vooraf een plan hoe het portret er uit moet gaan zien, welke apparatuur je daarvoor nodig heb en hoe je die gebruikt.
- Neem liever te veel spullen mee dan te weinig, je weet maar nooit. En neem vooral extra batterijen mee.

- Denk er vooraf over na hoe je de camera instelt. Bij flitsen is flitssynchronisatie nodig; dat wil zeggen dat je de belichtingstijd op de flitser afstemt. Hoe je dat doet vind je in de handleiding van camera en flitser. Meestal 1/125. De lichtsterkte van de camera regel je verder met het diafragma, filmgevoeligheid en de hoeveelheid licht van de flitser. Kun je de sterkte van de lichtbron niet aanpassen, dan verander je de afstand van lichtbron tot model.
- Je hoeft geen aparte belichtingsmeter te gebruiken. De camera doet het werk. Via het histogram controleer je of de belichting goed is. Inschakelen van de overbelichtingswaarschuwing is hierbij een hulpmiddel waardoor je over- of onderbelichting snel ziet.
- Automatische belichting is handig. De stand A heeft de voorkeur omdat je dan het diafragma met de hand kunt regelen. Correctie doe je via +/-.
- De automatische kleurbalans werkt meestal goed; eventueel corrigeer je de kleurbalans van de foto in een latere fase.
- Automatische scherpstelling lukt vaak wel, en soms kun je dat beter handmatig doen. En zorg ervoor dat het model op dezelfde plaats blijft staan, anders moet je die scherpstelling steeds aanpassen. In de studio helpt een teken op de grond daarbij.
- Bedenk vooraf of je van statief werkt of vanuit de hand. Beide hebben zo hun voors en tegens.
- Live view kan makkelijk zijn. Nadeel is dat bij een aantal camera's de flitstrigger niet werkt.
- Maak contact met je model, stel het op zijn gemak. Het is meestal voldoende om een model mondelinge instructie te geven wat te doen. Doe het desnoods voor. Niet iedereen vindt het prettig om te worden aangeraakt.
- Een model dat op een stoel zit heeft de neiging onderuit te zakken. Fotografeer daarom bij voorkeur het model 'in stand'.
- Er zijn situaties waarbij het flitslicht gereflecteerd wordt in de ogen. Dat zie je als lichtjes. Als je goed kijkt zie je soms de fotograaf zelf in beeld. Bij brildragende modellen is het lastig de reflectie in het het glas of schaduw door de bril te voorkomen. Soms helpt het als het model wat naar beneden kijkt, of opzij. Soms helpt het om de lamp hoger te zetten. Dat is uitproberen.



Theorie, nu de praktijk

Dit artikel bevat enige theorie, voorbeelden en tips. Nu nog de praktijk, want die is best weerbaar. Het werkt om een foto als voorbeeld te nemen en dat na te maken. Neem er voldoende tijd voor. Zo heb ik veel geleerd van het boek *Faces, Photography and the Art of Portraiture* van Paul Fuqua en Steven Biver (zie eerdere afbeelding). Op de *CompUfair* heb je gelegenheid om portretten te maken. DigiFoto richt een fotostudio in en laat zien hoe je met beperkte middelen en voor weinig geld goede portretfoto's kunt maken. En, om niet te vergeten, je krijgt deskundige uitleg en advies. En ten slotte: de modellen op de foto's bij dit artikel hebben toestemming gegeven voor publicatie in de SoftwareBus.

Strobist-fotografie is sinds een aantal jaren een 'nieuwe tak van sport'. Hierbij gebruik je een of meer reportageflitsers los van je camera. De flitsers worden op afstand bediend. Dat kan met een lang snoer van camera naar flitser, maar draadloos is natuurlijk veel handiger. De draadloze aansturing zit in sommige flitsers ingebouwd, maar er bestaan ook losse triggersets. Draadloze flitsers werken met de camera samen door middel van infrarood of radiogolven.