

A young child with light hair and blue eyes stands on a sandy beach. The child is wearing a light-colored patterned shirt under bright blue denim overalls. They are looking directly at the camera with a neutral expression. In the background, there is a wooden pole supporting a thatched umbrella, and the ocean stretches to the horizon under a clear blue sky. The overall scene is bright and serene.

Christian Scherrer

7 astuces pour mieux photographier vos jeunes enfants

Ce livre va vous
aider à réussir des
photos dont vous allez
être fier.

N'avez-vous jamais cherché à photographier les petits détails de la vie quotidienne de votre enfant, le joli minois de votre bébé, ses premiers sourires, ses premiers pas ?

Mais n'avez-vous pas souvent regretté que les images n'étaient pas toujours à la hauteur de vos espérances ? Expressions peu intéressantes, sourires figés, photos sur lesquelles votre enfant paraît minuscule !

Ce petit livre va vous aider à réussir des photos dont vous allez être fier.



Pas besoin d'un appareil sophistiqué

Contrairement à ce qu'on pense généralement, vous n'avez pas besoin d'un appareil photo sophistiqué pour réussir de belles photos.

Quelques astuces toutes simples vous permettront de faire des photos qui présentent votre enfant à son avantage.

Quand on photographie des enfants, il est même préférable de s'encombrer au minimum. Ce n'est pas l'appareil qui fait la photo, c'est vous !

Je vais partager avec vous mon expérience et vous livrer mes petits secrets qui vont vraiment vous aider, quel que soit l'âge de votre enfant à réussir à susciter des expressions authentiques, de capturer leur vraie personnalité, sans sourires forcés, sans « OUISTITI » ou « CHEESE » crispés !

Quand vous photographiez votre enfant, habillez-le simplement. Les cheveux au naturel, pas de coiffure particulière, pas de chapeau ni d'accessoires.

Le plus important c'est que vous vous amusiez, vous et votre enfant !

La séance de photo ne devrait jamais être une séance de torture ! Si lorsque vous photographiez votre enfant vous lui répétez continuellement « souris, regarde l'objectif, cesse de bouger... » il va rapidement devenir allergique à votre appareil photo. Et si vous réfléchissez bien, il en fut certainement pareil pour vous dans votre enfance.

Une photo réussie c'est le résultat d'un instant, d'une émotion. Amusez-vous pour de vrai pour créer cette émotion. Si vous voulez que votre

enfant sourie, ne lui demandez pas de le faire, mais souriez, riez vous-même avec lui. Créez du jeu, du plaisir et prenez du plaisir vous même.

Si vous sentez le moindre énervement chez votre enfant, cessez immédiatement la séance et rangez votre appareil photo. Vous éviterez que votre enfant ne fuie systématiquement chaque fois qu'il voit votre appareil photo.

Prendre une photo ne dure qu'une fraction de seconde, mais le souvenir de ce moment s'il est désagréable pour l'enfant durera beaucoup plus longtemps.



Promettre une récompense

Vous serez parfois tenté de promettre à votre enfant un bonbon ou toute autre récompense. Attention ! D'une part, vous associez la séance de photo à une récompense et il est fort probable que par la suite l'enfant ne se laisse plus photographier sans cette récompense !

Il est aussi extrêmement difficile de différer la remise d'une récompense. L'enfant n'aura jamais la patience d'attendre que vous ayez terminé de réaliser les photos que vous envisagiez de faire et chaque photo supplémentaire que vous ferez créera un sentiment de frustration grandissant qui ira inévitablement jusqu'au conflit. Si votre enfant n'est pas très enthousiaste à l'idée de se faire photographier, laissez-le tranquille.

Créez plus tard un moment agréable pour lui, jouez aux devinettes, demandez-lui de deviner des cris d'animaux que vous imitez. Avec un enfant plus petit, chantez-lui des chansons qu'il aime. Il oubliera très vite votre appareil photo et vous aurez tout le loisir de déclencher de temps à autre sans qu'il s'en offusque.

Attention une photo ne mérite pas que vous perdiez la confiance de votre enfant. Ne lui promettez jamais un cadeau qu'il ne recevra jamais. La manipulation pour obtenir la photo que vous souhaitez n'est vraiment pas une bonne stratégie ! L'enfant se fera avoir une fois, mais pas deux.



Où photographier votre enfant ?

Le lieu privilégié pour photographier votre enfant c'est chez vous. C'est un endroit qui lui est familier et c'est là qu'il sera le plus détendu, le plus naturel. Cependant, cet endroit n'est pas toujours éclairé favorablement et vous obligera souvent à devoir utiliser le flash, ce qui n'est pas toujours l'éclairage le plus heureux pour des portraits d'enfants.

Si le temps le permet, vous pouvez préférer faire les photos en extérieur. La lumière y sera plus abondante et facilitera la prise de photos.

Choisissez de préférence un endroit où il vous sera possible encore une fois de provoquer le jeu avec votre enfant. Une aire de jeux peut être idéale.

Comment habiller votre enfant ?

Si vous cherchez à faire des photos souvenirs qui immortaliseront le quotidien de votre enfant, photographiez-le tel qu'il se présente.

N'endimanchez pas votre enfant ! La meilleure façon d'avoir des clichés guindés est de mettre à vos enfants des vêtements qu'ils ne portent habituellement pas et dans lesquels il ne sera pas à l'aise.

Les vêtements du quotidien sont à préférer.

Évitez cependant les vêtements sur lesquels se trouvent de grands logos ou des dessins de personnages de dessins animés. Ces illustrations risquent de devenir le principal point d'attention de la photo et de détourner le regard du visage de votre enfant.

Les vêtements à carreaux ou grosses rayures peuvent provoquer le même effet. Préférez les vêtements simples.



Comment photographier un nouveau-né ?

Vous voudrez certainement capter, des images de ces tout premiers jours qui passent très vite.

Sécurité avant tout !

Vous vous êtes probablement déjà attendri devant ces photos sur lesquelles un bébé est enveloppé dans un tissu suspendu à une branche ou perché sur une pile de serviettes de toilette.

Ne vous y trompez pas ! ces images sont des montages. Elles sont truquées avec un logiciel et le résultat n'a rien à voir avec la façon dont elles ont été prises.

Ne vous amusez surtout pas à tenter de réaliser ce genre d'images ! Vous mettriez votre enfant en danger !

Privilégiez le naturel. Observez votre bébé pour déterminer le moment où il sera le plus serein.

Évitez les moments où votre bébé a faim, a sommeil ou n'a pas les fesses propres.

Un nouveau-né passe le plus clair de son temps allongé sur le dos. C'est dans cette position naturelle qu'il vous sera le plus facile de le photographier.

Les vêtements

Sa peau nue est souvent son meilleur habit. Photographiez-le seulement avec une couche. Attention lorsque vous prenez les photos à ce que la température de la pièce soit confortable pour l'enfant !

Évitez les photos au flash ! Pour avoir suffisamment de lumière, photographiez à proximité d'une grande fenêtre, mais évitez la lumière directe du soleil.

Photographier votre enfant lorsqu'il n'est plus nouveau-né, mais qu'il n'a pas encore atteint 6 mois demande une approche un peu différente.

Soyez attentif à ses expressions.

C'est sans doute ce qu'il y a de plus intéressant à immortaliser. Chaque jour vous allez en découvrir des nouvelles.

Parmi ces expressions nouvelles va apparaître le vrai sourire.

Il est facile de le susciter : si vous souriez vous même, vous aurez la chance que l'enfant vous le renvoie.

Évitez de rester caché derrière le viseur de votre appareil, communiquez avec l'enfant et soyez prêt à déclencher lorsque le sourire apparaît.

Comme pour le nouveau-né, la position sur le dos sera la plus confortable. Placez-vous au-dessus de l'enfant à la hauteur de ses yeux si vous vous placez en dessous de la ligne de ses yeux, vous aurez une vue en contre plongée vers ses narines ce qui n'est pas très flatteur et ses yeux regarderont vers le bas. Il vaut mieux que vous vous placiez soit à la hauteur de ses yeux, soit légèrement au-dessus.

Lorsque votre bébé deviendra un peu plus costaud et qu'il arrivera à soulever sa tête, il va être intéressant que vous le photographiez en le plaçant sur le ventre et en appui sur ses bras. Abaissez-vous à sa hauteur pour le photographier. Certains enfants n'aiment pas cette position, ne prolongez pas la séance si l'enfant se met à pleurer et consolez-le rapidement en le prenant dans vos bras. Il ne faut jamais rien forcer !

L'enfant de 6 mois à 1 an

Entre 6 mois et 1 an, vous allez pouvoir photographier votre enfant dans une position assise. C'est un moment idéal où vous aurez tout le loisir de prolonger les séances de photos. L'enfant ne se déplace pas encore et vous pouvez soit vous-même, soit avec l'aide d'une tierce personne provoquer quantités d'expressions, car à cet âge, il adore qu'on lui parle, qu'on lui chante des chansons, qu'on le regarde.

De 6 mois à 12 mois, ce sera l'âge où vous n'aurez pas besoin de grand-chose pour provoquer sourires et rires.

Il suffira de lui montrer comment applaudir, jouer à coucou/caché, faire des petits bruits avec votre bouche.

Vous allez avoir l'occasion de capturer la personnalité de votre enfant qui s'exprime un peu plus chaque jour.

Pensez toujours de vous placer à hauteur des yeux de l'enfant, ni au-dessus et surtout pas en dessous, ce qui provoquerait un regard vers le bas peu souhaitable.

N'hésitez pas à vous coucher par terre pour être toujours à la hauteur de votre enfant et voir le monde comme lui le voit.

Prenez beaucoup de photos et n'ayez pas peur d'anticiper. Beaucoup d'appareils photo numériques présentent un décalage entre le moment où vous appuyez sur le déclencheur et le moment où la photo est réellement prise. En prenant beaucoup de photos, vous aurez beaucoup plus de chance de capter le bon moment. La magie de la photo numérique c'est qu'elle permet de prendre autant d'images qu'on le souhaite sans s'inquiéter pour son budget !

La bonne heure

Choisissez la bonne heure pour faire vos séances de photos. Le matin est souvent le moment le plus favorable ou le tout début de l'après-midi. Dès 15 heures, l'enfant est toujours plus difficile à photographier !



L'enfant de 1 an à 2 ans

En l'espace d'une année, votre bébé se transforme en jeune enfant qui marche, qui commence à manger seul, découvre le monde et commence à balbutier ses premiers mots.

Il faudra toujours vous abaisser et vous placer à son niveau pour capturer tous ces moments magiques.

A cet âge, ne comptez pas sur la coopération de votre enfant. Ne pensez pas que vous allez pouvoir le contraindre à poser pour vous et faire la photo parfaite que vous souhaiteriez. Vous risquez une grosse déception et beaucoup de frustration pour vous, mais aussi pour votre enfant.

Photographiez votre enfant tel qu'il est, dans ses activités, ses jeux. Vous allez ainsi faire des images authentiques.

Si vous voulez absolument qu'il tienne en place quelques minutes le temps de faire quelques photos, un peu plus facilement, trouvez quelque chose qui va occuper son attention. Un objet inhabituel que vous lui mettez à sa portée peut vous aider à le garder immobile quelque temps. Mais ne vous y trompez pas : à cet âge, l'attrait de la nouveauté ne dure jamais bien longtemps.

L'enfant de 2 à 4 ans

De 2 à 4 ans, votre enfant va faire valoir son indépendance. Et cette crise d'indépendance va souvent se transformer en crise tout court.

Il refusera parfois catégoriquement de coopérer lorsque vous voudrez le photographier. Ou pire, il prendra la pose et vous fera son sourire crispé chaque fois qu'il verra votre appareil photo.

A cet âge, la psychologie inversée est votre meilleure arme : Dites-lui de prendre un air très sérieux et il fera le contraire : il vous gratifiera d'un joli sourire naturel !

Une astuce qui marche bien : chantez-lui une chanson qu'il connaît bien et trompez-vous volontairement dans les paroles. Mélangez-y des mots absurdes. Cela fait rire les enfants aux éclats quand un adulte se trompe !

N'hésitez pas à faire avec lui un concours de grimaces, entre deux grimaces, vous aurez l'occasion de déclencher l'appareil et obtenir des photos on ne peut plus naturelles.

Demandez-lui de vous faire peur et simulez d'avoir très peur. Rires assurés une fois de plus.

Faites quelque chose qui vous amuse aussi pour de vrai. Le rire est communicatif : plus vous allez rire, plus votre enfant rira aussi.

Supplément réservé aux photographes confirmés :

La photo avec des enfants nécessite souvent de travailler rapidement et de déclencher à répétition pour capter un instant privilégié.

A ce moment il ne faut pas que vous soyez gêné par la lenteur de la mise au point de votre appareil.

Pour cela une fonction très pratique existe mais qui est souvent peu ou pas du tout utilisée par les photographes: c'est le petit bouton AF-ON situé à l'arrière de l'appareil photo.

Quand vous prenez une photo avec votre reflex, vous appuyez d'abord sur votre déclencheur à mi-course pour faire la mise au point par autofocus, puis lorsque celle-ci vous convient vous appuyez une 2e fois, pour déclencher.

Il existe une autre solution que celle que je viens de décrire : paramétrer un autre bouton (le fameux "bouton arrière AF-ON) pour gérer votre mise au point et gagner un temps précieux.

Utiliser ce bouton va vous permettre de séparer la mise au point du déclenchement.

Au lieu de demander à votre index de faire deux choses consécutives, vous ne lui en demanderez plus qu'une (déclencher au bon moment) tandis que votre pouce gèrera la mise au point grâce au bouton arrière.

Avec un sujet en mouvement tel qu'un enfant qui peut courir, sauter, bref se déplacer par rapport à vous, si vous placez le collimateur actif sur le modèle, appuyez sur votre déclencheur à mi-course pour faire la mise au point, puis déclenchez, il se passe une fraction de seconds entre ces deux gestes.

Ce laps de temps pourtant très court peut être suffisant pour que l'enfant

sorte de la zone de netteté. Particulièrement si vous utilisez une très grande ouverture, ce qui implique que votre profondeur de champ soit très courte. Le résultat sera une image qui manque de netteté.

Si par exemple vous faites des photos d'un enfant qui marche ou court vers vous, en utilisant un mode autofocus dynamique (AF-C de Nikon) il suffira de laisser votre pouce appuyé sur le bouton AF-ON pour que la mise au point se fasse en continu, en suivant le mouvement de votre petit modèle.

Le résultat sera des photos dont la netteté est parfaite.

Ce bouton arrière vous garantira donc une mise au point plus fiable pour toute image incluant un mouvement rapide de votre sujet

Les photographes sportifs qui ont besoin de figer des mouvements extrêmement rapides et les photographes animaliers utilisent régulièrement cette technique.

Pour paramétrer ce fameux bouton arrière, reportez-vous à votre manuel, c'est variable d'un modèle à l'autre. Sur un Canon 5D Mark II le réglage se trouve dans le menu C.FnIV, et il faut sélectionner la 3e option (AE lock / Metering + AF start). Si vous êtes un utilisateur Nikon, il faut vous rendre dans votre menu Réglages personnalisés, sélectionner A (autofocus), choisir A5 (AF Activation) et choisir AF-ON seulement.

Il vous faudra sans doute quelques jours pour vous habituer à cette technique et prendre de nouveaux réflexes, mais dans peu de temps vous vous demanderez comment vous avez pu vous en passer aussi longtemps.

