



Funded by
the European Union

PRZEWODNIK PO FOTOGRAFII

3...2...1......1...2...3

**JAKO NARZĘDZIU ZWIĘKSZANIA MOŻLIWOŚCI
ZATRUDNIENIA MŁODZIEŻY**



„Przewodnik po fotografii jako narzędziu zwiększania możliwości zatrudnienia młodzieży” został opracowany w ramach projektu Erasmus+ „Capture The Future” nr ref.: 2024-I-LT02-KAI53-YOU-000238563, który miał miejsce wiosną 2025 roku na Litwie, przez pracowników młodzieżowych z Litwy, Estonii, Polski, Słowacji, Węgier, Łotwy, Czech i Rumunii. Uczestnicy zakończyli kurs szkoleniowy wyposażeni w niezbędne narzędzia, które umożliwią im wspieranie swoich podopiecznych w osiąganiu maksymalnych rezultatów w poszukiwaniu pracy, i dzięki którym sami mają szansę stać się lepszymi pracownikami młodzieżowymi dla przyszłych pokoleń. Celem projektu było rozwijanie wiedzy, umiejętności i postaw 32 pracowników młodzieżowych z 8 organizacji non-profit z Litwy, Estonii, Polski, Słowacji, Węgier, Łotwy, Czech i Rumunii w zakresie fotografii, aby wesprzeć młodych ludzi w zwiększaniu ich zatrudnialności. W trakcie projektu udało się osiągnąć następujące cele: zwiększenie poziomu wiedzy, umiejętności i pozytywnych postaw uczestników w angażowaniu młodych ludzi w fotografię, ułatwiając im tym samym dostęp do rynku pracy, a także zwiększenie zdolności 8 organizacji partnerskich do organizowania wydarzeń, działań i warsztatów dla młodzieży na temat fotografii, które mogą zwiększyć ich szanse na wejście na rynek pracy. Chcielibyśmy podziękować naszym uczestnikom za uczynienie tego projektu takim sukcesem!

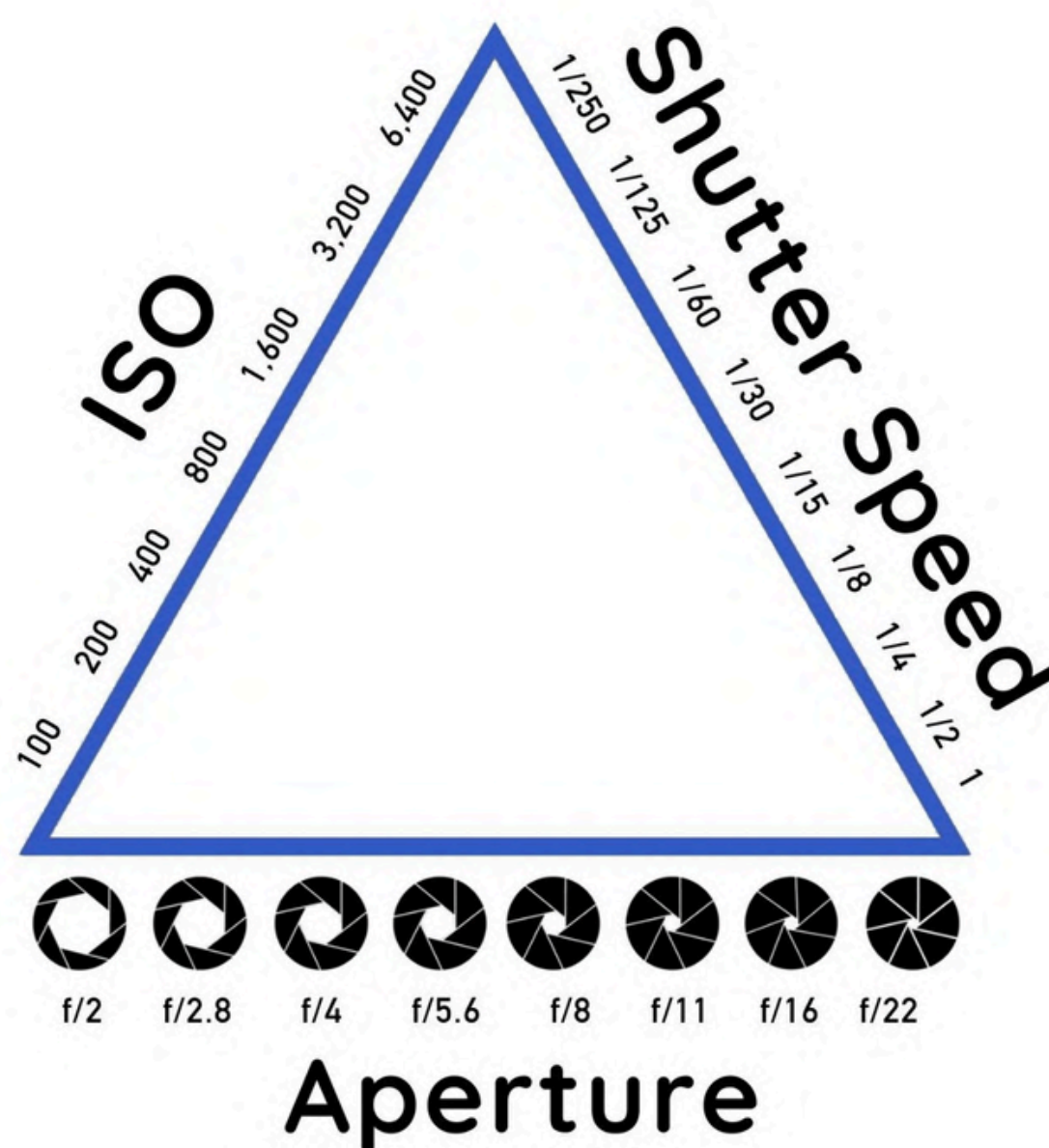
Stowarzyszenie „Keliauk pirmyn”, Litwa



USTAWIENIA APARATU

W fotografii zrozumienie trójkąta ekspozycji jest kluczem do uzyskania idealnie zrównoważonych i profesjonalnie wyglądających zdjęć. Trójkąt ekspozycji składa się z trzech podstawowych komponentów: przysłony, czasu naświetlania i ISO (czułości). W tym artykule dowiesz się, jak każdy z tych czynników wpływa na Twoją fotografię i jak je prawidłowo dostosować, aby uzyskać optymalne rezultaty.

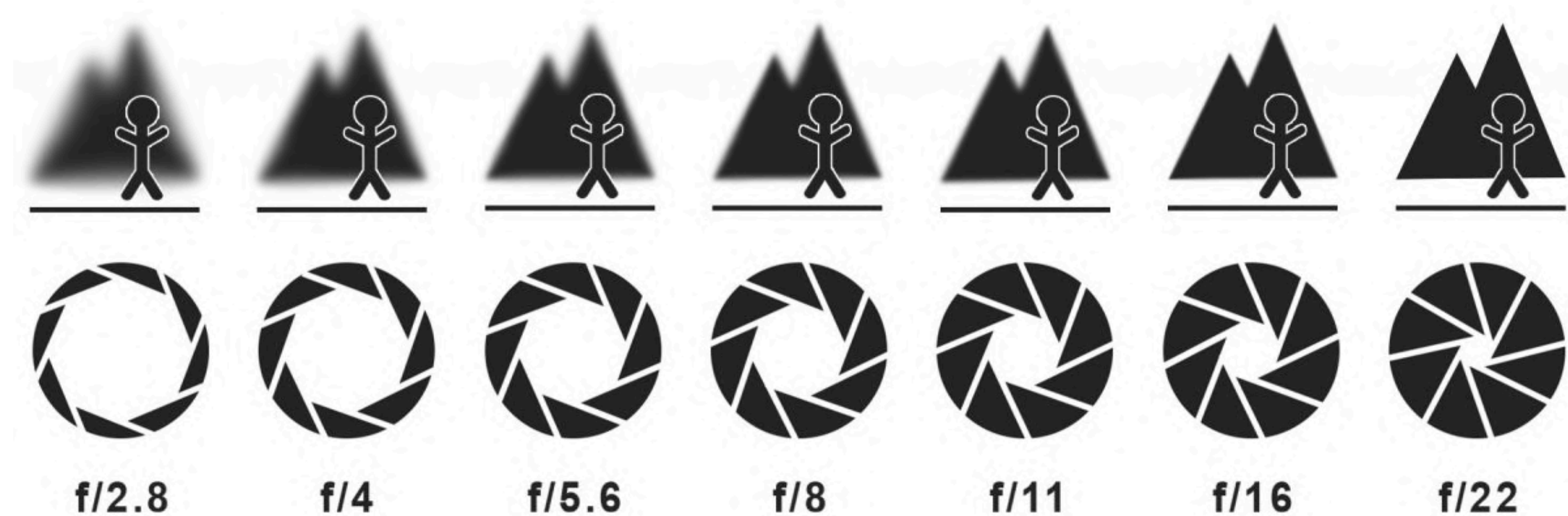
Trójkąt ekspozycji: PRZYSŁONA (OSTROŚĆ), CZAS NAŚWIETLANIA (RUCH), ISO (CZUŁOŚĆ).



PRZYSŁONA

Przysłona jest to otwór w obiektywie, który kontroluje i reguluje ilość światła wpadającego do aparatu. Przysłona jest wyrażana liczbą f , a jej wartości różnią się w zależności od rodzaju obiektywu. Im wyższa liczba przysłony, tym mniejszy otwór przysłony. Podczas fotografowania w jasnych warunkach oświetleniowych należy ustawić wyższą wartość przysłony, aby ograniczyć ilość światła wpadającego do

aparatu. Przy wyższej liczbie przysłony tło jest tak samo ostre jak pierwszy plan. Natomiast podczas fotografowania przy słabym oświetleniu należy użyć niższej liczby przysłony, w celu otworzenia przysłony tak, aby uzyskać jak najwięcej światła na zdjęciu. Niska liczba przysłony powoduje efekt rozmytego tła. Niższą wartość przysłony stosuje się najczęściej w przypadku zdjęć portretowych, w których aparat jest wystawiony na działanie największej ilości światła. Uzyskujemy efekt rozmytego tła i wyostwienia obiektu na pierwszym planie.



ISO

IPod skrótem ISO kryje się International Organization for Standardization. Organizacja ta ustala standardy reprezentujące czułość światła danego zdjęcia. Wyższa wartość ustawienia ISO oznacza wyższą czułość na każde źródło światła uchwycone na zdjęciu, co może skutkować bardziej ziarnistym zdjęciem. Natomiast niska czułość ISO jest sposobem na adekwatnie oświetlone fotografie. Większość fotografów opowiada się za tym, aby zawsze wybierać niską liczbę ISO (najczęściej około 100), ze względu na naturalny efekt uzyskiwanych w ten sposób fotografii.

Zastosowanie ISO w różnych warunkach:

ISO 100 – Najlepszy wybór w jasnych warunkach, najczęściej na zewnątrz w słoneczne dni.

ISO 400 – Najlepiej stosować w pomieszczeniach przy niewielkim niedoborze światła lub na zewnątrz w pochmurne dni.

ISO 800 – Przydatne podczas fotografowania w pomieszczeniach bez dodatkowego oświetlenia.

ISO 1600 – W ciemnych warunkach lub słabo oświetlonych wnętrzach wysoka czułość ISO jest niezbędna. Aby wyraźnie uchwycić ruch, połącz ją z krótkim czasem naświetlania.



Czas ekspozycji

Czas ekspozycji (lub prędkość migawki) to czas, w którym czujnik aparatu jest wystawiony na działanie światła. Czas jest wyświetlany w ułamkach sekundy w aparacie, zwykle od 30 sekund do 1/4000 sekundy. Ten czynnik jest kluczowy przy uchwyceniu ruchu. Krótki czas ekspozycji (np. 1/400) nadaje się do uchwycenia ruchu bez rozmycia, podczas gdy długi czas ekspozycji (np. 1/15) może być użyty do stworzenia dynamicznego obrazu ruchu z efektem rozmycia. Ważne jest, aby pamiętać, że długie czasy ekspozycji mogą również powodować niepożądane rozmycie zdjęć, jeśli aparat jest trzymany niestabilnie w rękach. W takim przypadku zaleca się użycie statywu, aby uniknąć niepożądanego rozmycia.



ISO 800



ISO 125

Kompozycja

Kompozycja w fotografii oznacza sposób, w jaki układamy zdjęcie i jak rozmieszczamy obiekty w kadrze, aby uzyskać jak najbardziej estetyczne i przyjemne dla oka fotografie. Celem dobrej kompozycji jest zwiększenie wpływu wizualnego na każdego odbiorcę poprzez fotografię. Aby to osiągnąć, należy skupić się na precyzyjnym kadrowaniu, układzie i rozmieszczeniu elementów.



Oto 9 technik kompozycyjnych, które pomogą opanować sztukę fotografowania:

I. Zasada trójpodziału – polega na podzieleniu obrazu na siatkę 3x3 i umieszczenie kluczowych elementów wzdłuż linii lub na ich przecięciach, aby uzyskać zrównoważoną i dynamiczną kompozycję.



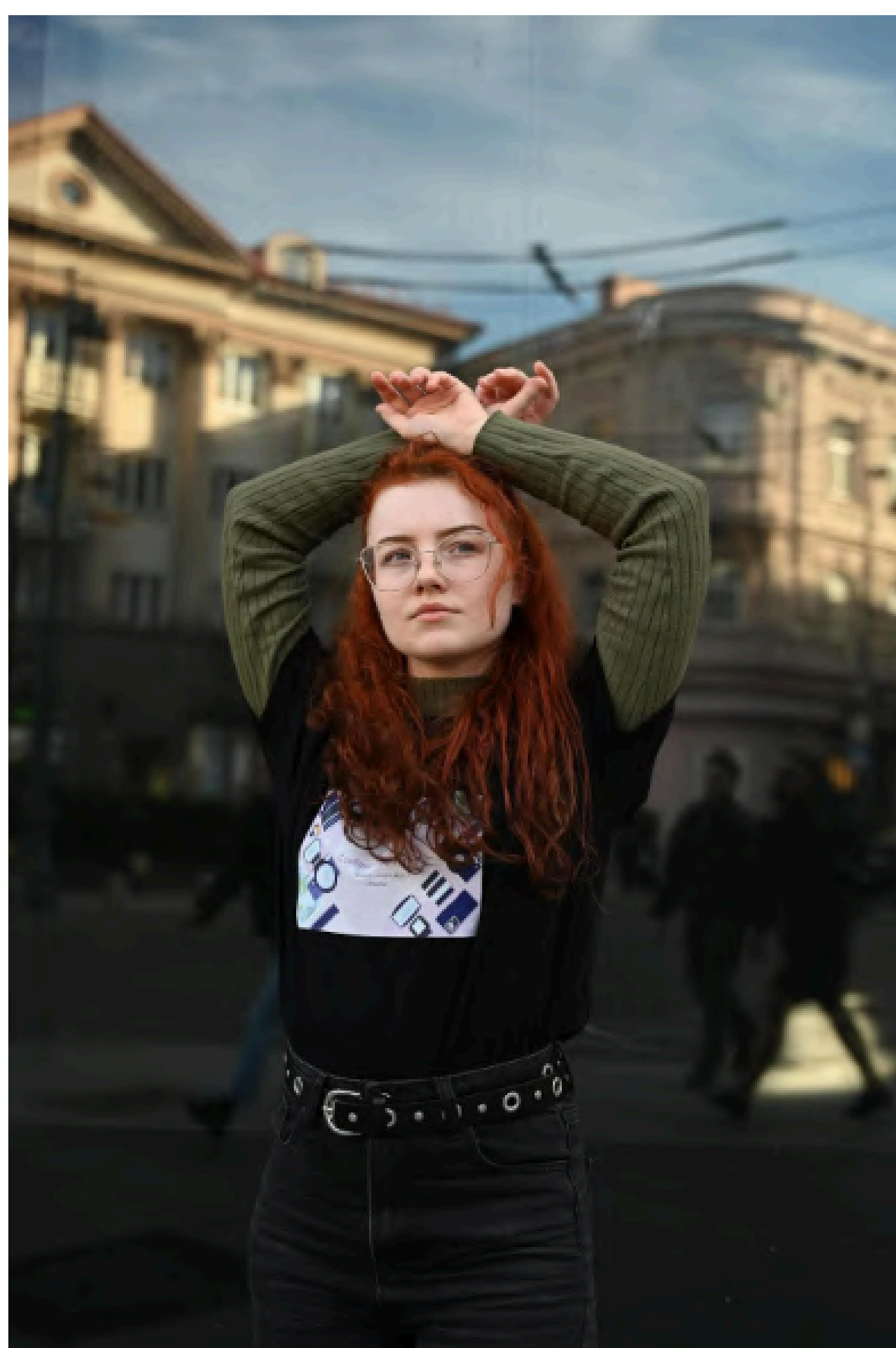
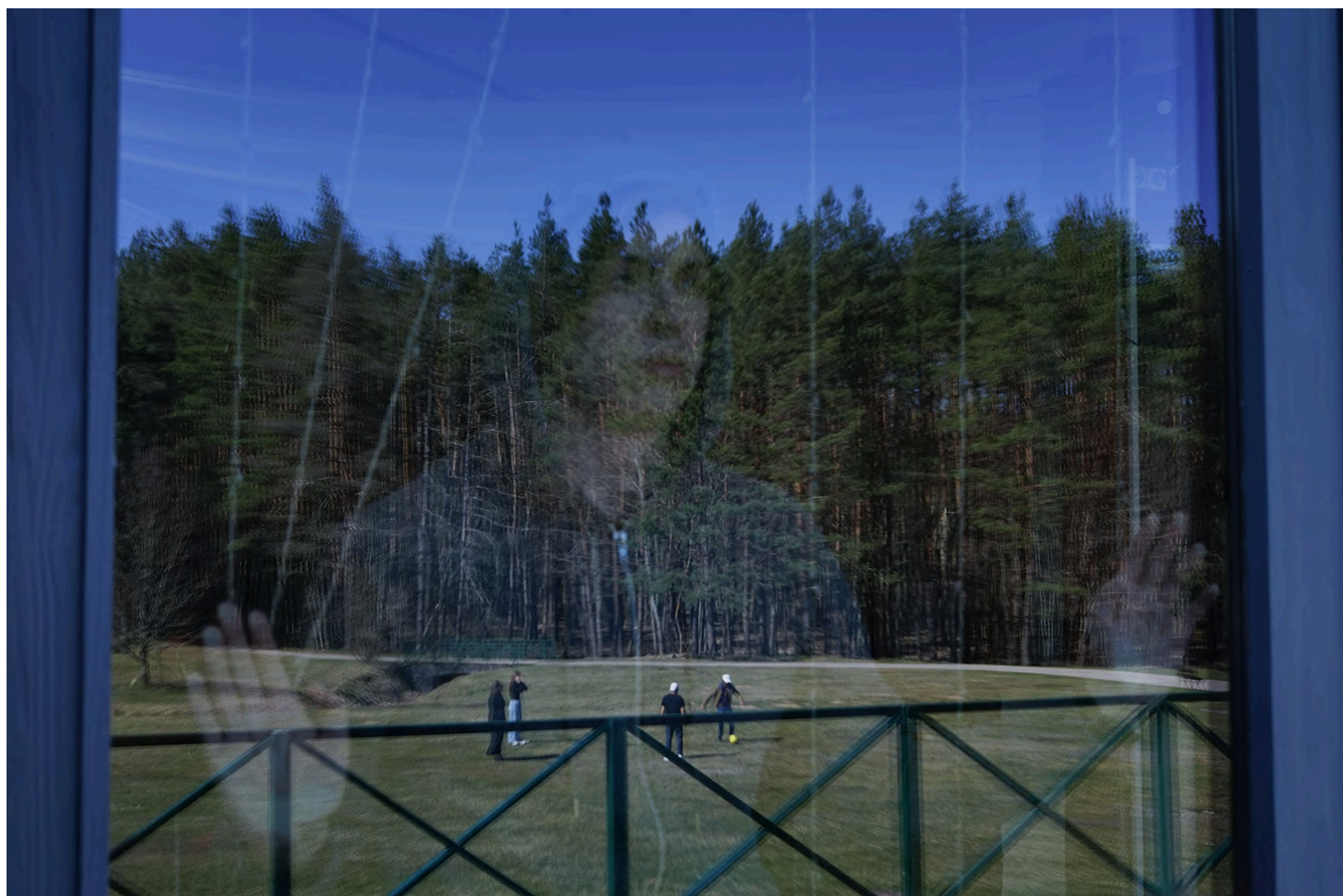
2. Linie wiodące – Wykorzystanie linii (np. dróg, rzek, ogrodzeń, cienia) do skierowania wzroku widza w stronę głównego obiektu lub punktu centralnego zdjęcia.



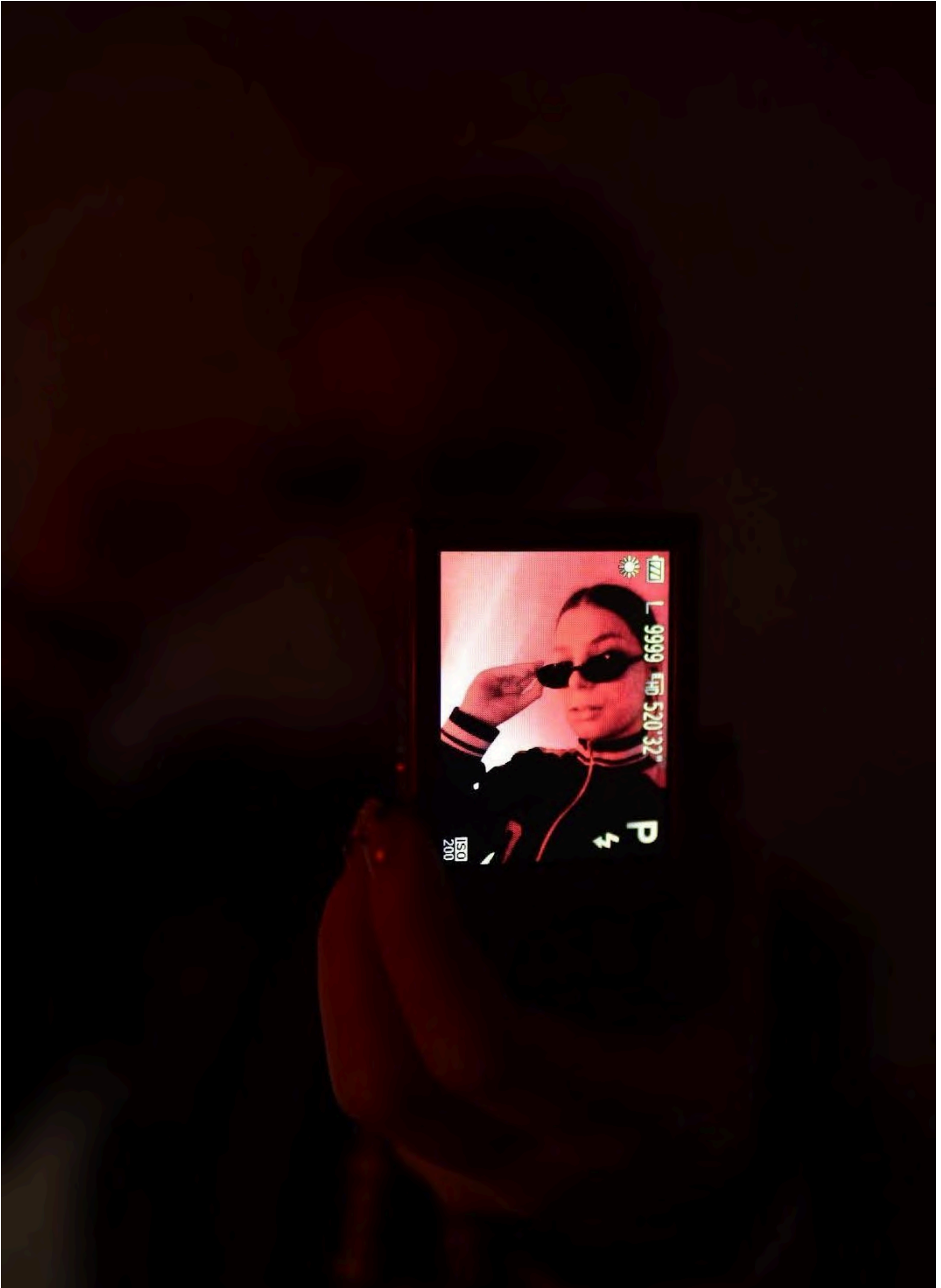
3. Symetria – polega na utworzeniu lustrzanego balansu na zdjęciu, często z centralnie umieszczonym obiektem, aby uzyskać harmonijny i przykuwający uwagę efekt.



4. Odbicia – można do nich użyć wodę, szkło lub inne powierzchnie odbijające, aby stworzyć symetrię lub dodać walory wizualne.



5. Kadr w kadrze – polega na wykorzystaniu elementów (takich jak okna, ekrany, drzwi czy łuki) do stworzenia naturalnej ramy wokół głównego motywu, co dodaje głębi i skupia uwagę.

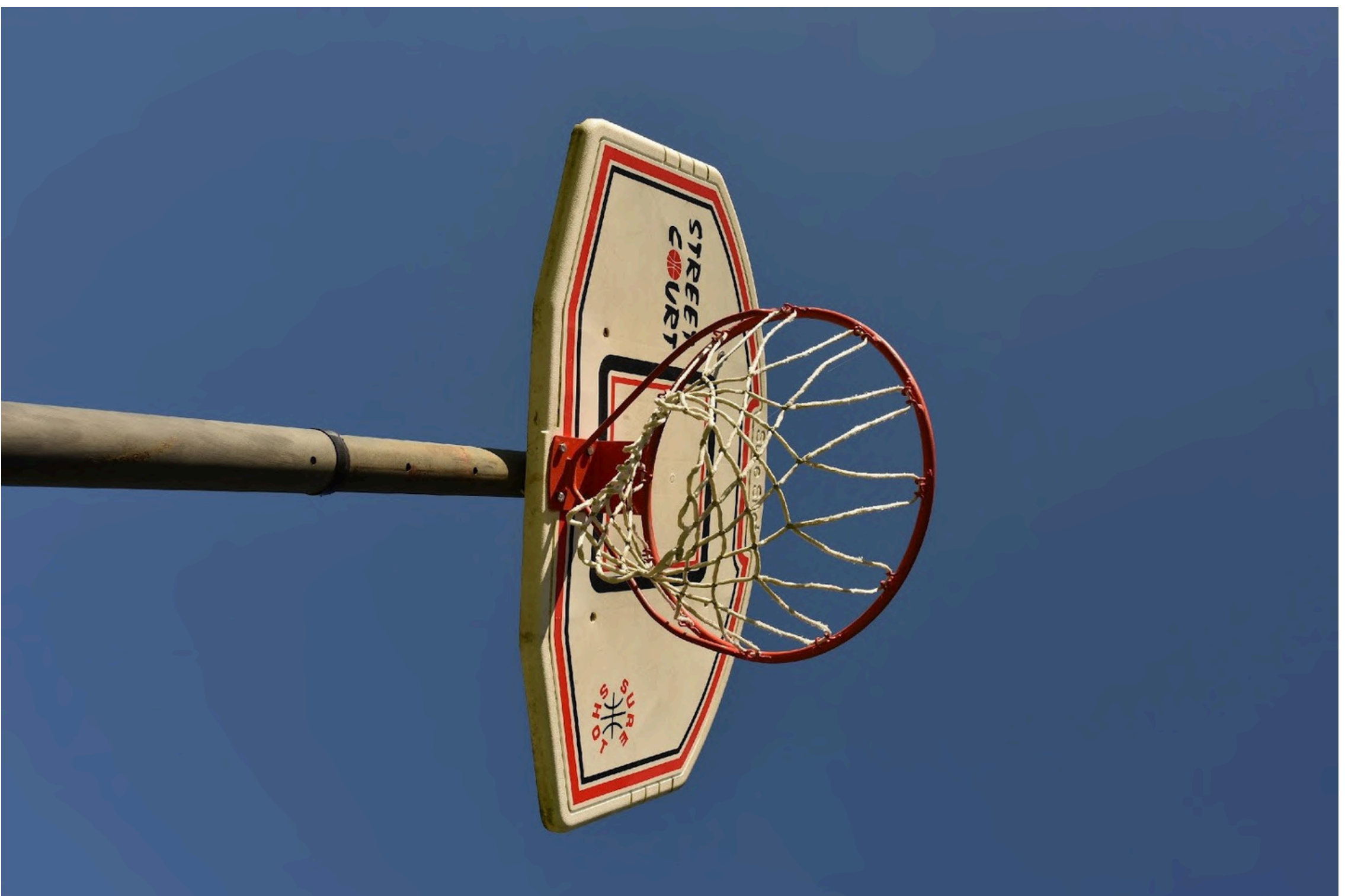


6. Wypełnienie kadru – polega na zbliżeniu się do obiektu lub użycia zoomu, aby wyeliminować rozpraszające elementy i stworzyć silniejsze wrażenie.

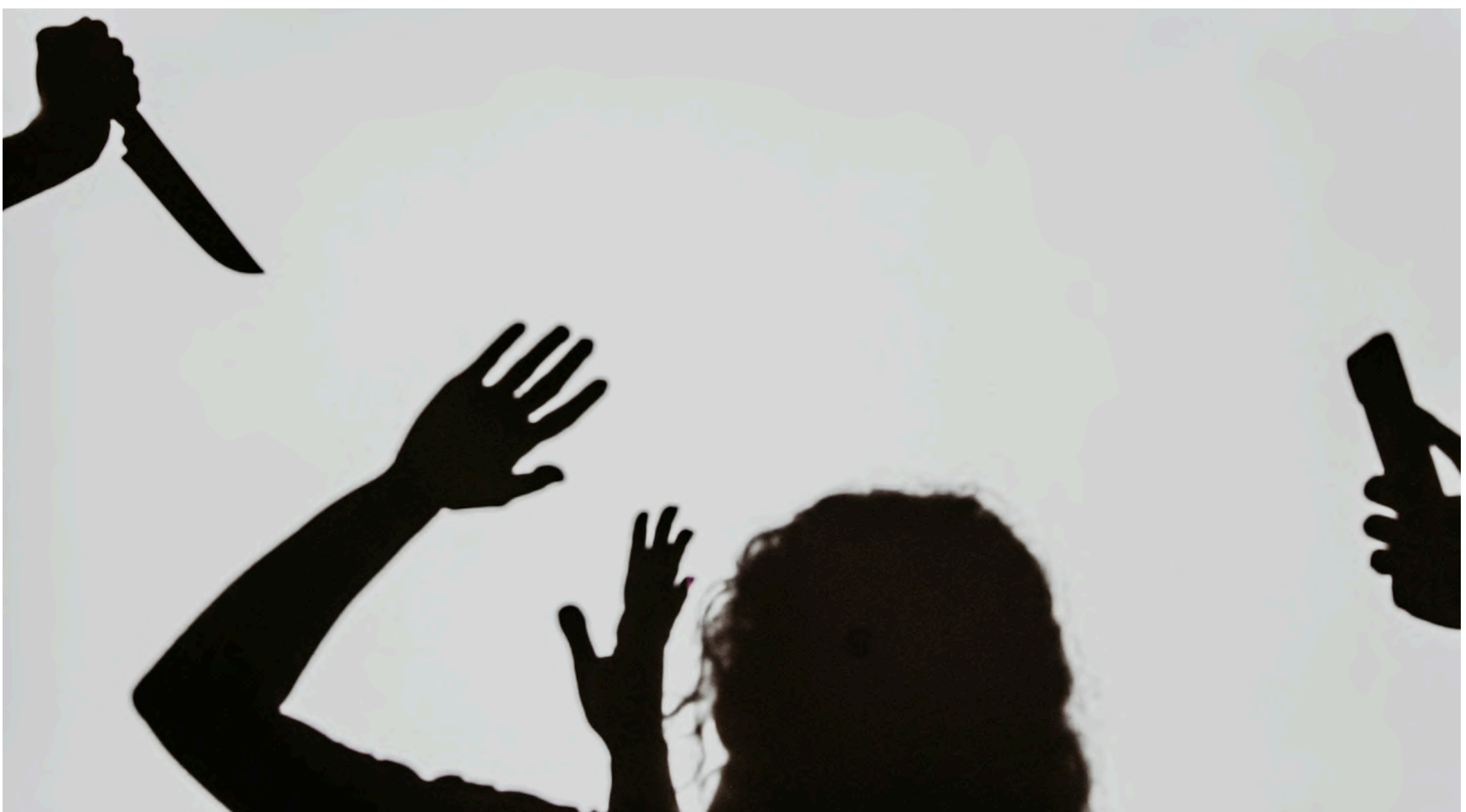




7. Przestrzeń negatywna – opiera się na pozostawieniu pustej przestrzeni wokół obiektu, aby podkreślić prostotę i skierować uwagę na główny punkt zdjęcia.



8. Kontrast kolorów – bazuje na wykorzystaniu przeciwstawnych barw (dopełniających lub mocnych kontrastów), aby wyróżnić główny obiekt i zwiększyć atrakcyjność wizualną zdjęcia.



9. Złoty podział – ta kompozycja oparta jest na spirali, która w naturalny sposób prowadzi wzrok widza przez obraz (znana też jako spirala Fibonacciego). Technika szeroko stosowana w sztuce (np. Mona Lisa) i architekturze (np. Partenon).



OŚWIETLENIE

Fotografia pochodzi od greckich słów „photos” oznaczającego światło i „graphie” oznaczającego linie lub rysowanie, co razem oznacza „rysowanie światłem”. Oświetlenie w fotografii, niezależnie czy pochodzi z naturalnych czy sztucznych źródeł, ma na celu poprawę jakości obrazu i przygotowanie końcowego ujęcia w jak najlepszy sposób. Istnieją różne techniki oświetlenia, z których każda tworzy inny efekt na fotografowanym obiekcie, pomagając odzwierciedlić różne nastroje, kolory i emocje. Istnieją dwa główne źródła światła: naturalne i sztuczne. Każde z nich ma swoje zalety i może prowadzić do podobnych rezultatów, ale kluczowe jest wiedzieć, które, kiedy i jak wybrać. Światło naturalne jest nieprzewidywalne i trudne do kontrolowania, natomiast światło sztuczne to bardzo przydatne narzędzie, niezależnie od pory dnia czy zjawisk atmosferycznych.

Rodzaje oświetlenia:

I. Oświetlenie Rembrandta – znane z małego trójkąta światła na jednym policzku. Zwiększa głębię i dramatyzm w portretach.

- Umieść główne źródło światła pod kątem 45 stopni względem modela.
- Podnieś światło powyżej poziomu oczu i skieruj je w dół.
- Cień rzucany przez nos powinien łączyć się z cieniem na policzku, tworząc mały, jasny trójkąt.

2. Oświetlenie motylkowe – tworzy symetryczny cień pod nosem, często używane w fotografii beauty.

- Umieść główne światło bezpośrednio przed i nieco powyżej modela.
- Użyj blendy poniżej podbródka, aby zmiękczyć cienie.
- Idealne do zdjęć glamour i portretowych.

3. Oświetlenie dzielone (split lighting) – dzieli twarz na dwie równe części: jedną w pełni oświetloną, drugą w cieniu. Używane do uzyskania dramatycznego i nastrojowego efektu.

- Umieść główne światło pod kątem 90 stopni względem modela.
- Utrzymaj zacienioną stronę w dużej mierze ciemną, z minimalnym światłem wypełniającym.
- Stosowane w artystycznych lub kontrastowych portretach.

Jak można zauważyć, nie ma zdjęcia bez światła – to ono pozwala nam wpływać na różne aspekty naszej fotografii, od nastroju, kolorów, kontrastu po emocje. Gdy zrozumiesz te cechy światła i nauczysz się, jak z niego korzystać, będziesz mógł być tak kreatywny, jak tylko chcesz – bez ograniczania się do ustawień czy innych narzędzi.

POZOWANIE

Pozowanie jest jednym z kluczowych elementów w fotografii, który robi o wiele więcej niż tylko aranżowanie sposobu, w jaki ludzie stoją lub siedzą. Pomaga ono ukształtować cały wygląd i atmosferę zdjęcia. Jest ważne, ponieważ może pokazać osobowość modela, stworzyć równowagę na zdjęciu i sprawić, że ludzie poczuć coś, patrząc na nie.

Oto dlaczego pozowanie jest ważne:

- **Wyraża osobowość:** Dobre pozowanie może wydobyć unikalny charakter modela i podkreślić jego najlepsze cechy. Sprawia, że zdjęcie staje się bardziej osobiste i wyjątkowe.
- **Tworzy emocje:** Sposób, w jaki ktoś jest ustawiony, może opowiedzieć historię lub pokazać uczucia, takie jak szczęście, pewność siebie czy zamyślenie. Pomaga to widzowi zidentyfikować się ze zdjęciem.
- **Sprawia, że zdjęcia wyglądają lepiej:** Pozowanie pomaga tworzyć korzystne kąty i poprawia całość zdjęcia. Na przykład, lekkie obracanie ciała lub dodanie ruchu może uczynić portret bardziej interesującym.
- **Pomaga modelom czuć się komfortowo:** Nie każdy wie, jak pozować naturalnie. Kiedy fotografowie ustawiają swoich modeli w zrelaksowanych i naturalnych pozycjach, sprawia to, że czują się pewni siebie i wyglądają autentycznie na zdjęciach.



Dobre pozowanie może zamienić proste zdjęcie w silny i znaczący obraz. Niezależnie od tego, czy to spontaniczna chwila, czy zaplanowany portret. Wiedza o tym, jak dobrze ustawiać ludzi, pomaga fotografom tworzyć zdjęcia, które wyróżniają się i opowiadają historię. Pamiętaj, jeśli model wygląda niekorzystnie na zdjęciu, to nie jego, ale twoja wina.

I. Zadbanie o komfort modeli

Ważną rolą fotografa jest sprawienie, by model poczuł się zrelaksowany. Jeśli model jest zestresowany lub spięty, zdjęcie będzie wyglądać na wymuszone i nienaturalne. Najlepszym sposobem jest komplement dla modela lub przeprowadzenie otwartej, szczerzej i przyjemnej rozmowy, możesz poprosić go, by opowiedział jakąś historię itd. Po tym model się zrelaksuje, uśmiechnie i fotograf będzie mógł uchwycić prawdziwe i szczerze emocje. Ten moment pozwala uchwycić prawdziwą ekspresję i uczynić przekaz silniejszym.



2. Pozowanie mężczyzn

Męska poza powinna podkreślać pewność siebie, siłę i naturalną obecność. Kluczowe elementy, na które warto zwrócić uwagę, to kąty ciała, ułożenie rąk, ustawienie głowy oraz rozmieszczenie wagi.

- Kąt ciała i definicja linii żuchwy

Odpowiedni kąt jest kluczowy, aby stworzyć silną, męską pozę. Mężczyźni zazwyczaj wyglądają lepiej, gdy są fotografowani z nieco niższego kąta, co podkreśla linię żuchwy i nadaje bardziej dominujący wygląd.

- Pokazanie ramion dla siły

Ramiona powinny być zrelaksowane, ale lekko ustawione w kierunku aparatu, aby stworzyć szeroką i potężną sylwetkę. Lekki skłon do przodu lub przesunięcie jednego ramienia w stronę obiektywu może wzmocnić poczucie kontroli i bycia tu i teraz.

- Ułożenie rąk w celu uzyskania swobodnego, ale pewnego wyglądu

Pozowanie rękami odgrywa kluczową rolę w wyrażaniu męskości i swobody. Skuteczne pozy to: ręce w kieszeniach dla swobodnego, beztroskiego wyglądu; skrzyżowane ramiona dla bardziej asertywnej i silnej postawy; jedna ręka w kieszeni, a druga oparta na biodrze lub dotykająca podbródka, dodając różnorodności i głębi.

- Rozmieszczenie wagi dla stabilnej postawy

Przesunięcie ciężaru ciała lekko do przodu lub utrzymanie równomiernego rozkładu wagi pomaga, by poza wyglądała na zrównoważoną i naturalną.



3. Pozowanie kobiet

Pozowanie kobiet w fotografii to sztuka, która łączy kreatywność, technikę i zrozumienie, jak podkreślić naturalne piękno. Celem jest stworzenie równowagi między pochwałą modelki a przekazaniem pożądanego nastroju lub historii zdjęcia. Pozowanie kobiet często koncentruje się na krągłościach i elegancji. Niezależnie od tego, czy chodzi o fotografię mody, portrety czy spontaniczne chwile modelki, odpowiednia poza może podnieść jakość obrazu, wydobywając z niej to, co najlepsze.

- Elegancja i krągłości

Pozowanie kobiet często podkreśla elegancję i krągłości. Dlatego dobra postawa ma ogromne znaczenie. Dobra postawa nie tylko podkreśla pewność siebie, ale również pomaga stworzyć korzystną sylwetkę. Proste plecy i zrelaksowane ramiona zapobiegają wyginaniu się ciała lub sztywności, co może odciągnąć uwagę od ogólnego efektu zdjęcia. Dodatkowo, lekka zmiana wagi, np. przeniesienie

większej wagi na jedną nogę, może stworzyć naturalne krągłości i dodać poczucie ruchu do pozy. Tego typu pozowanie tworzy sylwetkę w kształcie litery S i podkreśla krągłości.

- Ułożenie rąk

W pozowaniu kobiet, ułożenie rąk odgrywa kluczową rolę, ponieważ może znacznie wpłynąć na ogólną kompozycję, wyrazić emocje i wzmocnić naturalny ruch ciała. Prawidłowe ustawienie rąk może złagodzić pozę, stworzyć krągłości i zapobiec sztywności ciała, ostatecznie pomagając w równowadze i harmonii na fotografii. Ręce często układają się na biodrze, bawiąc się włosami lub wchodząc w interakcję z otoczeniem, co również sprawia, że zdjęcie staje się bardziej interesujące.



4. Siła kątów

Aby wyrazić koncepcję i podkreślić emocję, doskonałym narzędziem jest znajomość odpowiednich kątów. Lekka zmiana kąta ciała (45 stopni) tworzy wrażenie głębi. Wykonanie zdjęcia z niższej perspektywy – nawet z poziomu ziemi – nadaje modelowi bardziej dominującą postawę. Ten kąt może być idealny do ukazania pewności siebie lub dodania więcej wysokości, długości do sylwetki modela itd.

Idąc w przeciwnym kierunku – robienie zdjęcia z góry ma efekt skracający i sprawia, że modelka wygląda na bardziej wrażliwą i małą.



NARZĘDZIA OBRÓBKI ZDJĘĆ

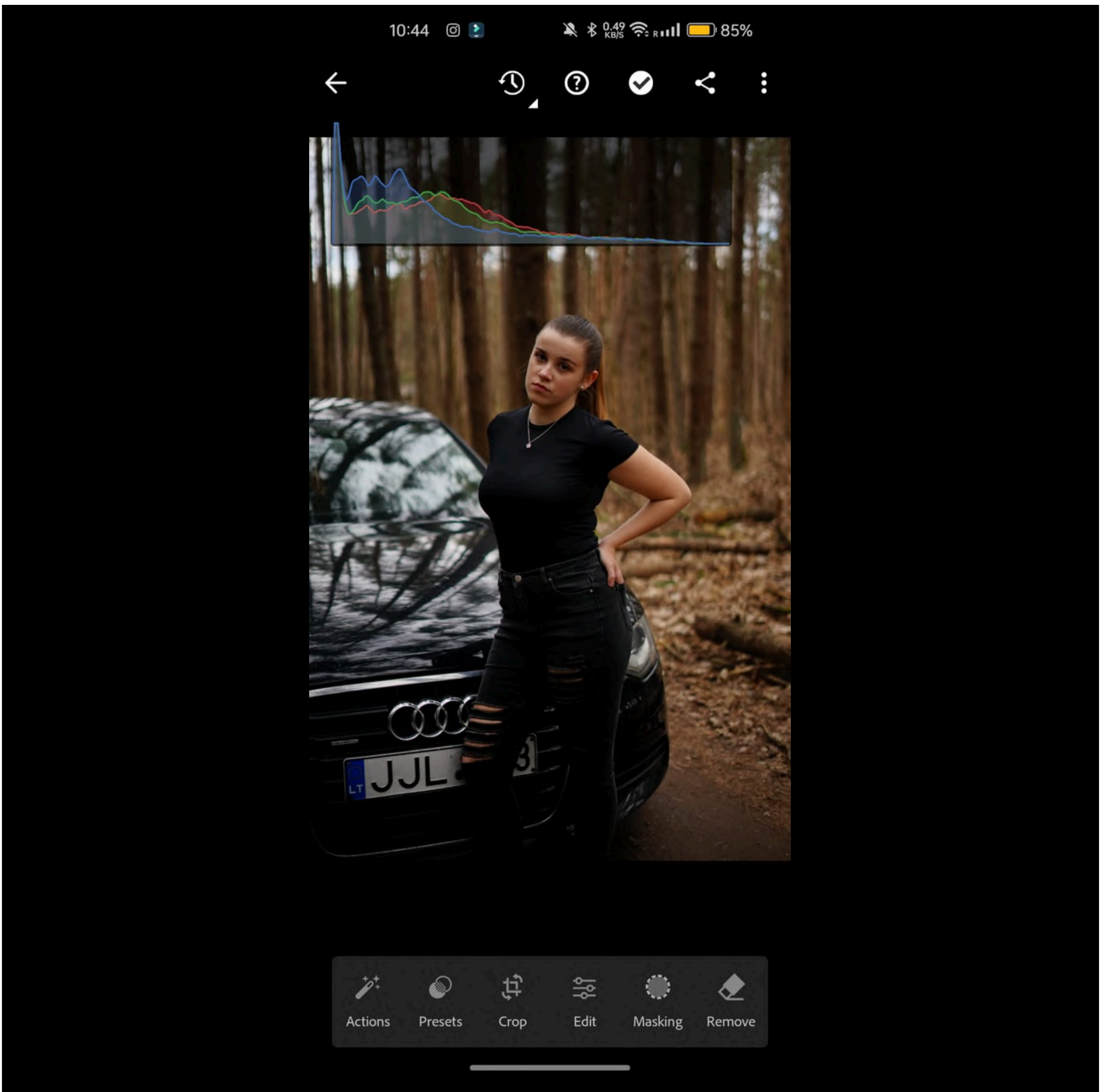
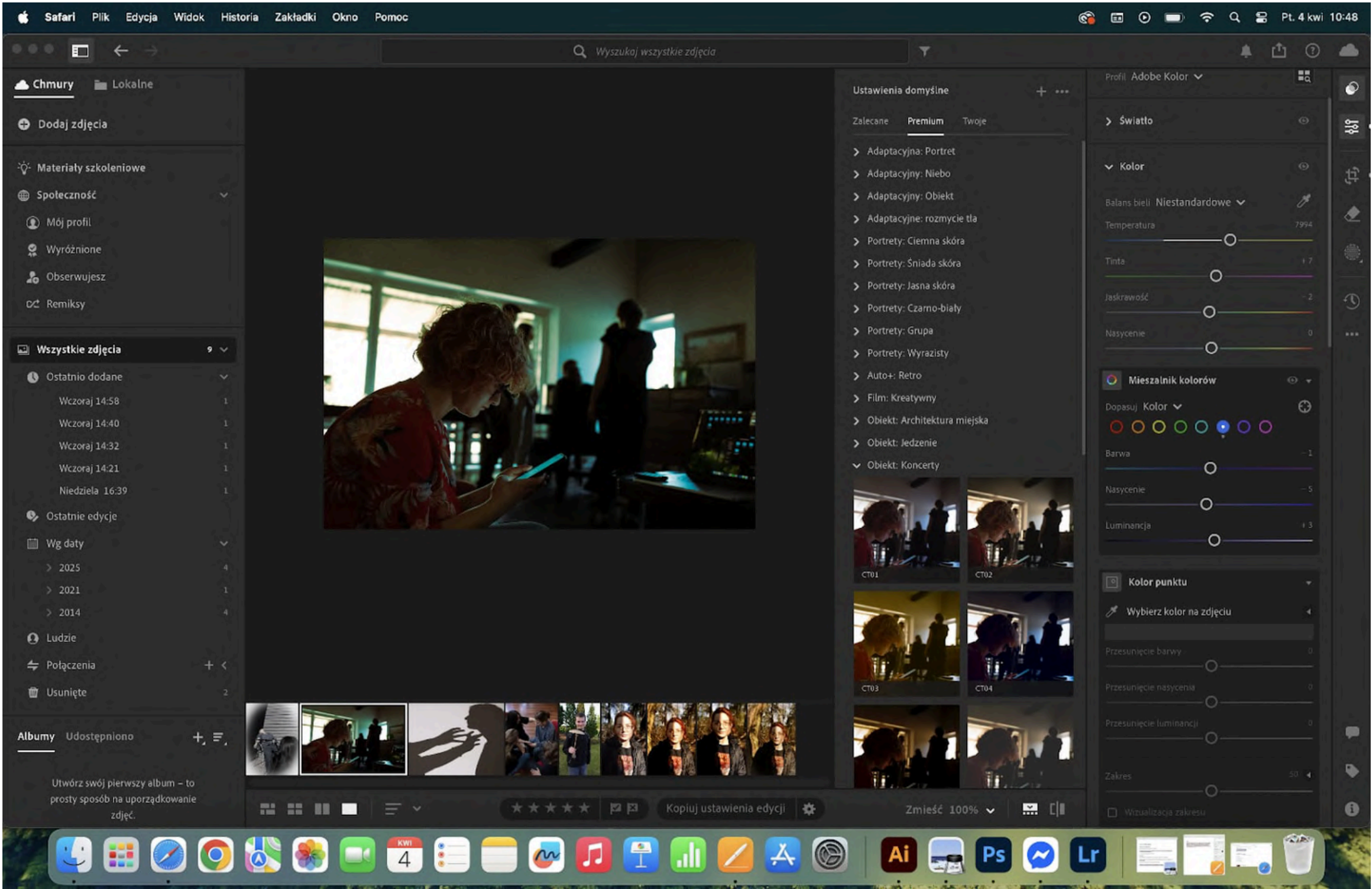
Lightroom

Adobe Lightroom jest popularnym programem do profesjonalnego edytowania zdjęć.

Głównymi narzędziami używanymi w programie Lightroom są:

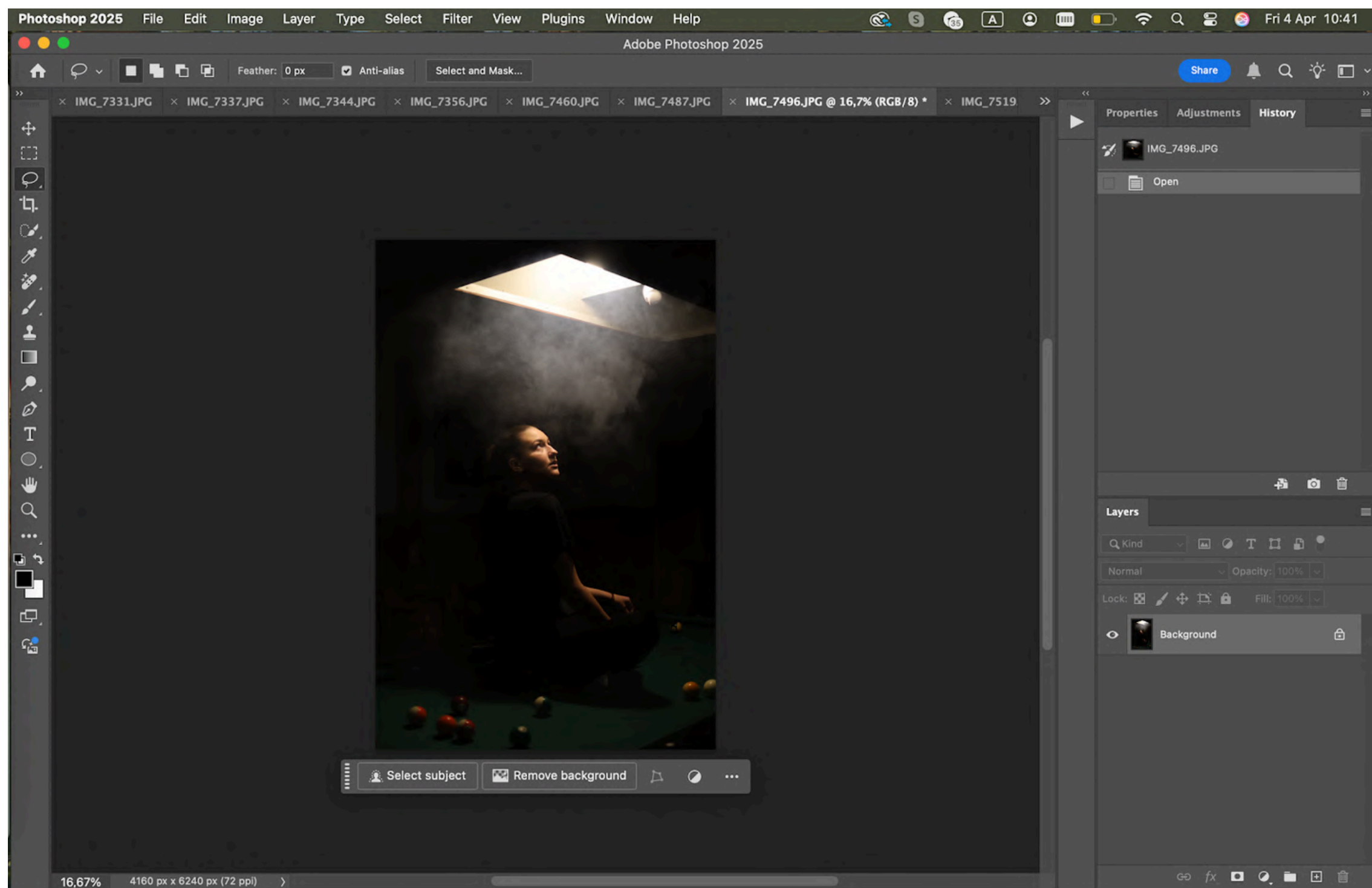
- Ekspozycja
- Kontrast
- Podświetlenia
- Cienie
- Ustawienia koloru

Istnieją możliwości dodania efektów do zdjęcia, między innymi tekstury, przejrzystości, ziarna, winiety. Można również zmieniać szczegóły fotografii poprzez dopasowanie ostrości, szumu, czy kontrolę koloru. Ponadto istnieją dodatkowe narzędzia, takie jak korekcje obiektywu. Bardziej szczegółowej edycji można dokonywać podczas wybierania konkretnego obiektu na zdjęciu i tworzenia maski - w ten sposób zmieniamy właściwości zamaskowanych obiektów bez naruszania reszty fotografii. Program Lightroom daje możliwość przechowywania zdjęć w Creative Cloud.



Photoshop

Program ten można wykorzystywać do wielu zadań – począwszy od korekcji kolorów aż po retusz.



Podstawowe kroki, aby uzyskać idealną wersję zdjęcia:

1. Otwórz zdjęcie w Photoshopie. Jeśli otworzysz:

- format RAW, plik otworzy się w filtrze Raw i możesz zacząć z nim pracować.
- JPEG, plik otworzy się bezpośrednio w głównym obszarze roboczym.

2. Zaczynaj od korekcji kolorów, jeśli nie zrobiłeś tego w programie Lightroom. Przejdź do Filtr > Filtr RAW aparatu i dostosuj swoje zdjęcie. Główne funkcje do użycia:

- Światło (ekspozycja, kontrast, światła, cienie, biele, czernie).
- Kolor (dostosuj temperaturę, żywość, nasycenie).
- Efekty (aby dodać ziarno/winietę dla efektu vintage lub wyostrzyć zdjęcie za pomocą Tekstury i Przejrzystości).

- Krzywe (aby ręcznie kontrolować jasne i ciemne punkty, przeciągając krzywą w górę lub w dół, oraz intensywność różnych odcieni, takich jak zielony, różowy, niebieski lub żółty).
- Mikser kolorów (aby edytować nasycenie kolorów, jasność i odcień).
- Grading kolorów (aby zmienić kolory dla określonych części zdjęcia, na przykład dodać zieleni do cieni).

3. Wróć do obszaru roboczego i rozpocznij retusz za pomocą narzędzia Punktowy pędzel korygujący, aby oczyścić zdjęcie z rozpraszających uwagę elementów, niedoskonałości, itp.

4. Dostosuj cienie i światła metodą Dodge and Burn. W tym celu:

- Przejdź do warstw dopasowania, wybierz opcję Krzywe.
- Zmień ustawienia krzywej w górę lub w dół, w zależności od tego, czy chcesz rozjaśnić, czy przyciemnić miejsca.
- Naciśnij command + I, aby odwrócić warstwę.
- Wybierz narzędzie Pędzel, upewnij się, że w domyślnych kolorach tła i pierwszego planu masz biały kolor na górze.
- Maluj plamy, klikając po kolei w miejscu, które chcesz zmienić.

5. Użyj AI, aby usunąć lub zmienić szczegóły:

Aby usunąć:

- Wybierz narzędzie Lasso i zaznacz obszar.
- Naciśnij generatywne wypełnienie, zostaw pasek tekstowy pusty i poczekaj.
- Wybierz wariant, który najbardziej Ci się podoba.

Aby zmienić:

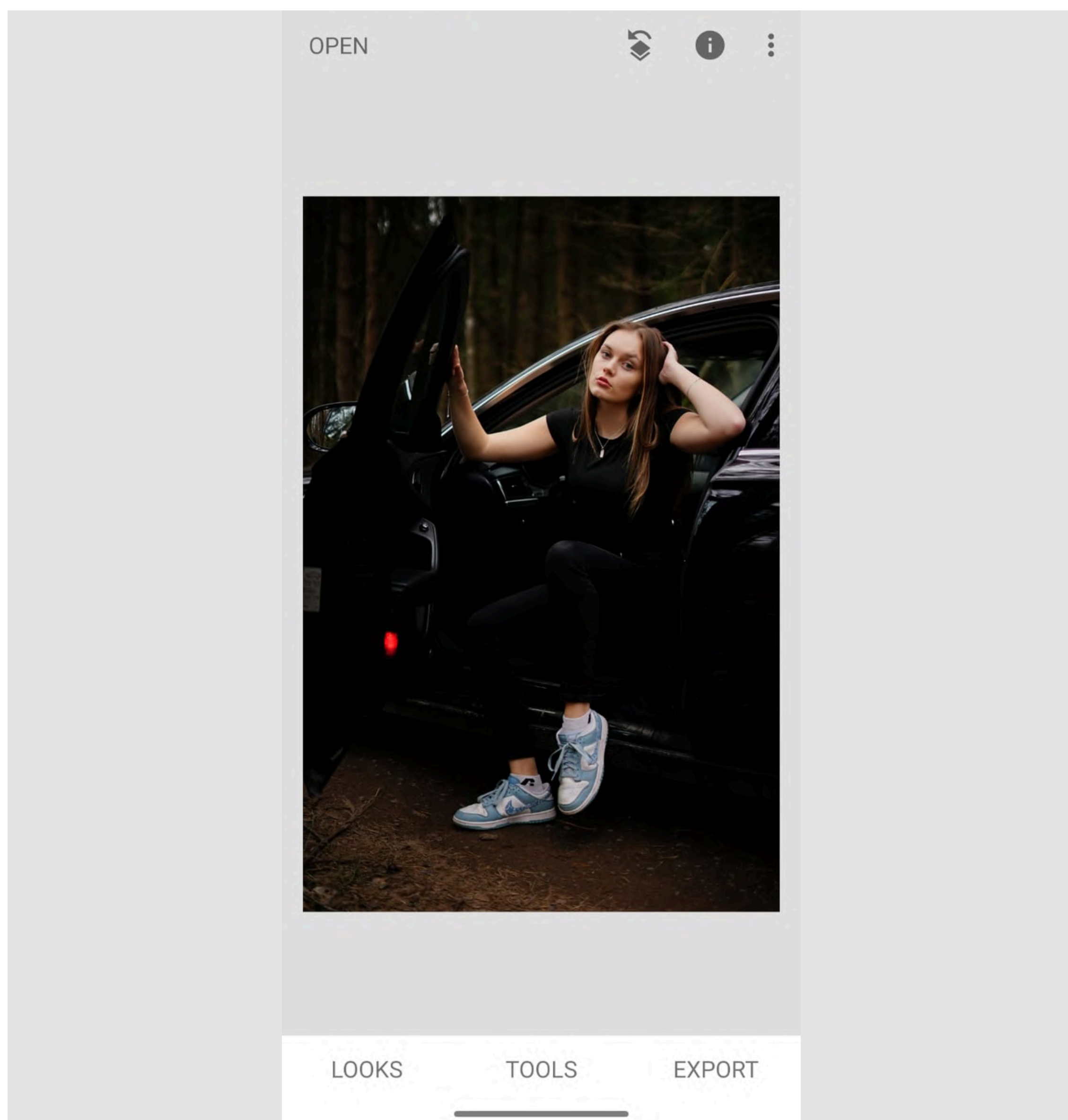
- Wybierz narzędzie Lasso i zaznacz obszar.

- Naciśnij generatywne wypełnienie, wpisz w pasku tekstowym zadanie.
- Wybierz wariant, który najbardziej Ci się podoba.

6. Możesz zmienić kształty ciał, twarzy itp. za pomocą funkcji Formowanie. W tym celu przejdź do Filtr > Formowanie i zmień potrzebne narzędzie, a następnie wprowadź zmiany.

Snapseed

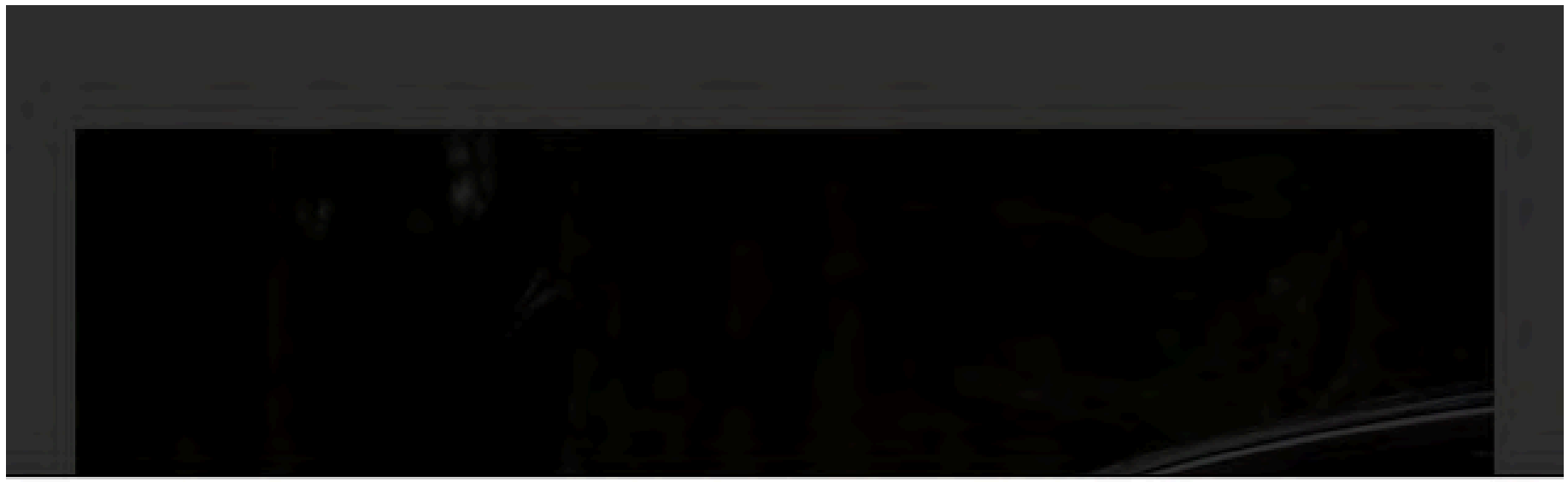
Snapseed to proste, lecz wydajne narzędzie do edycji zdjęć używane w telefonach komórkowych. Snapseed jest rozwijany przez Google, dostępny zarówno na urządzenia z systemem Android, jak i iOS.



Narzędzia tego oprogramowania są szerokie – od podstawowej edycji, takiej jak jasność, nasycenie i narzędzia HSL, do bardziej zaawansowanych, np. podwójna ekspozycja. Plusem Snapseed jest to, że obsługuje również format RAW.

Oto kilka kluczowych narzędzi do edycji w Snapseed:

- Strojenie obrazu – pozwala na dostosowywanie obrazów za pomocą podstawowych elementów sterujących światłem, takich jak jasność, kontrast, nasycenie, cienie itp.
- Krzywe – to zaawansowane narzędzie do edycji, które umożliwia precyzyjną kontrolę nad tonem obrazu.
- Rozszerzenie – możemy rozszerzyć zdjęcie za pomocą narzędzia rozszerzania. Nie zawsze jednak działa ono idealnie.
- Healing – to narzędzie służy do usuwania niechcianych obiektów.
- Pędzel – dzięki któremu zaznaczamy jeden obszar i kontrolujemy w jego zakresie m.in. nasycenie, temperaturę i ekspozycję.
- Selective – możemy wybrać jeden punkt ze zdjęcia i dostosować jego jasność, kontrast, nasycenie i strukturę. Możemy dostosować rozmiar tego punktu i skopiować go, aby wkleić w dowolnym miejscu.
- Rozmycie soczewki – to narzędzie pomaga rozmyć obszar, a nawet kontrolować siłę rozmycia.
- Podwójna ekspozycja – to kreatywne narzędzie, które pozwala łączyć ze sobą wiele obrazów, aby uzyskać efekt warstwowy.



Tune Image	Details	Curves	White Balance
Crop	Rotate	Perspective	Expand
Selective	Brush	Healing	HDR Scape
Glamour Glow	Tonal Contrast	Drama	Vintage
Grainy Film	Retrolux	Grunge	Black & White
Noir	Portrait	Head Pose	Lens Blur
Vignette	Double Exposure	Text	Frames

TON ZDJĘCIA I JEGO PRZEKAZ

Poprzez ton zdjęcia można połączyć opowiadanie historii z fotografią, aby wzmocnić głos marginalizowanych społeczności, pokazać ich doświadczenia, problemy oraz zwiększyć świadomość społeczną na temat trudności, z jakimi się mierzą. Stanowi również narzędzie do dzielenia się swoim indywidualnym doświadczeniem, ujawnia kwestie ukryte lub pomijane. Może budować wzajemne zrozumienie oraz motywować do działania.

Przekaz

Przekaz stojący za każdym zdjęciem jest najpotężniejszym elementem tzw. "photovoice", ponieważ pozwala wyrazić emocje, których nie da się przedstawić w inny sposób. Fotografia daje wyjątkową możliwość pokazania swoich myśli i uczuć w sposób wizualny.





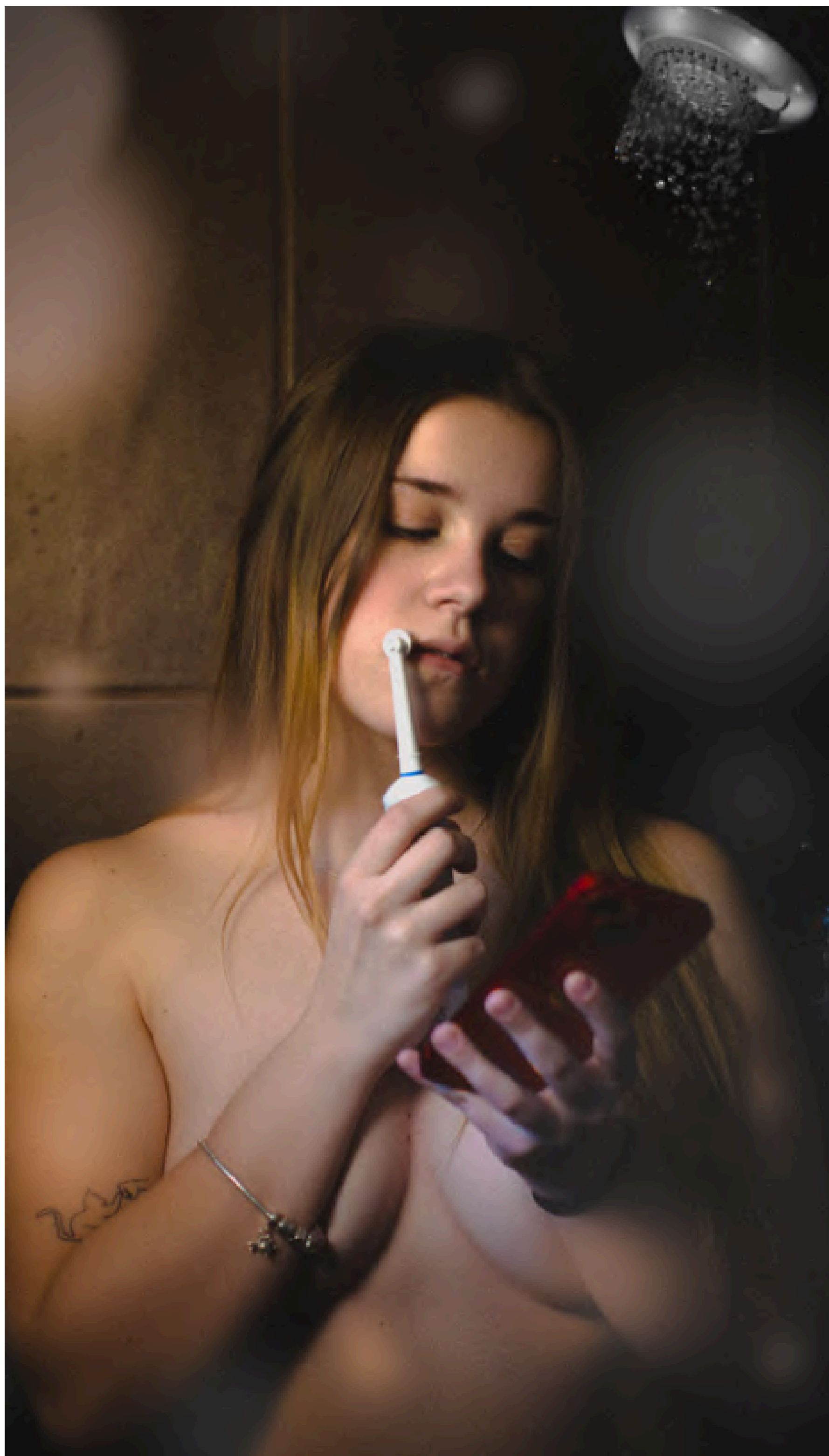
Światło

Kontrast światła podkreśla znaczenie fotografowanych obiektów – może uwypuklić lub ukryć konkretne elementy zdjęcia. Cienie mogą symbolizować tajemnicę, ucisk, podczas gdy światło często oznacza nadzieję.



Temperatura

Ciepłe lub zimne tony światła na zdjęciu również przekazują emocje – ciepłe barwy pokazują radość, spokój lub miłość, zimne wyrażają smutek bądź dystans.

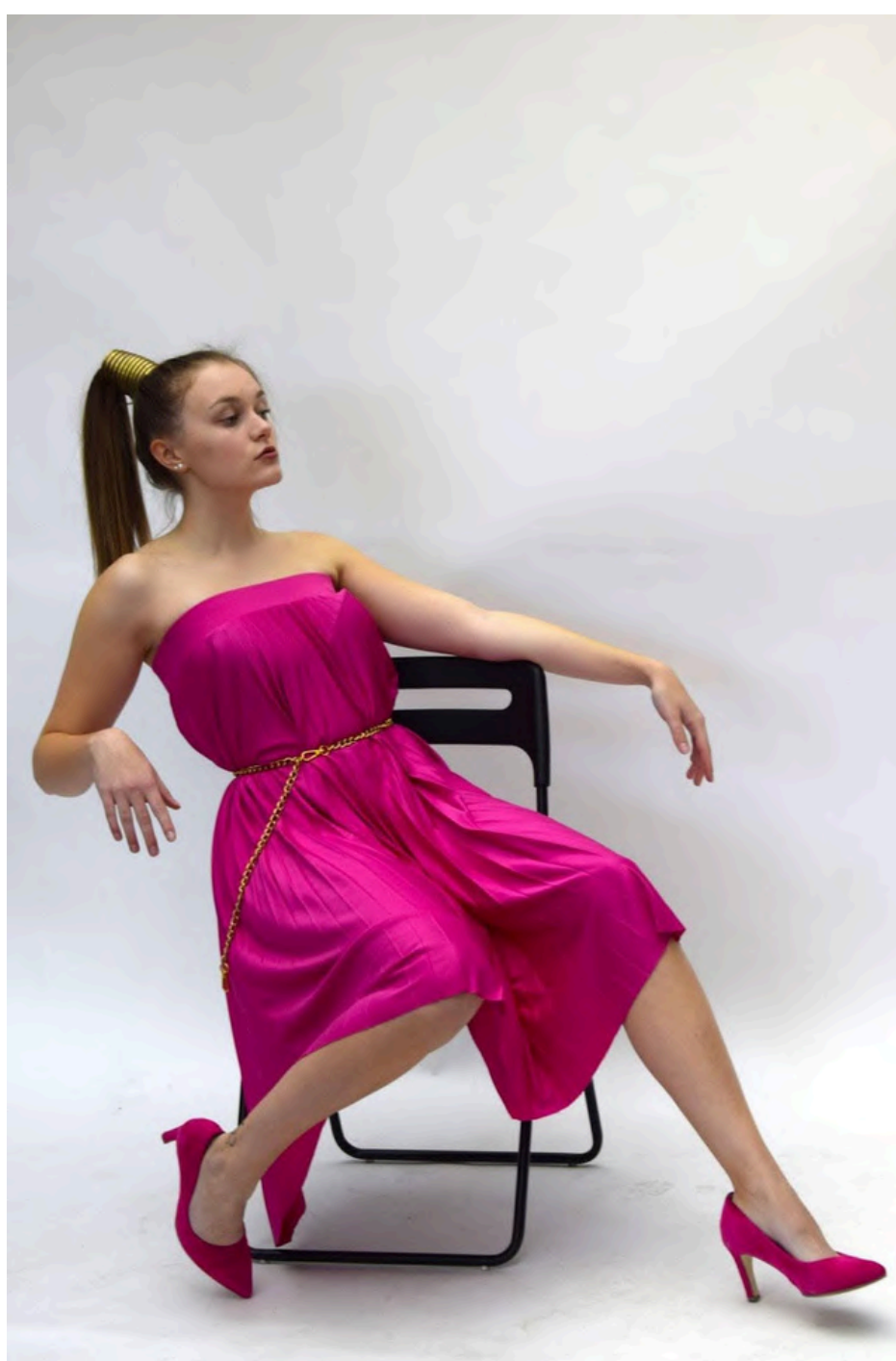


Pozowanie / Ekspresja

Wyraz twarzy modela lub jego mowa ciała mają duże znaczenie w przekazie emocji, ponieważ w skrótowny sposób wizualny ukazują głębsza znaczenie zdjęcia zaplanowane przez fotografa.



Pozowanie jest kwestią fundamentalną w fotografii ludzi, ponieważ język ciała jest częścią komunikacji niewerbalnej – to właśnie ona stanowi jeden z filarów porozumiewania się między ludźmi



Kolory

Jasne kolory zazwyczaj wyrażają pozytywne emocje, natomiast stonowane barwy działają kojąco i tworzą spokojną atmosferę.



Zdjęcia czarno-białe mogą podkreślać dramatyzm – czerń symbolizuje siłę i wyrazistość, natomiast biel tworzy równowagę i przestrzeń.



MOŻLIWOŚCI ROZWOJU ZAWODOWEGO

Umiejętności z zakresu fotografii i edycji zdjęć mogą otworzyć drzwi do wielu różnych ścieżek kariery – od pracy w firmach publicznych i prywatnych, aż po działalność freelancerską. W dzisiejszych czasach wiele firm opiera swoją promocję na wysokiej jakości treściach wizualnych, szczególnie w mediach społecznościowych i na stronach internetowych. Oznacza to, że utalentowani fotografowie i edytorzy zdjęć są pożądanymi na rynku pracy. Przy odpowiedniej dyscyplinie i wstępnej inwestycji w sprzęt, możesz zbudować swoje portfolio i rozpocząć poszukiwania sposobów zatrudnienia.

Praca na określonej umowie w firmie może zapewnić ci stabilność finansową i stałe dochody, często może jednak wiązać się z mniejszą swobodą twórczą. Znajomość własnych preferencji dotyczących stylu pracy pomoże ci lepiej zaplanować swoją ścieżkę zawodową. Możesz pracować w prywatnych firmach, mediach, organizacjach, a nawet instytucjach państwowych (na przykład jako specjalista ds. PR w zespole kreatywnym).



Freelancing daje większą wolność wyboru klientów i projektów, ale wymaga również silnych umiejętności autopromocji i prowadzenia działalności gospodarczej. Jedną z kluczowych umiejętności freelancera jest zidentyfikowanie swojej niszy, aby przyciągać odpowiednich klientów. Nisza to konkretny obszar fotografii (na przykład portrety, śluby, moda, podróże etc.), na którym się skupiasz i wokół którego budujesz swoją reputację. Dzięki specjalizacji pokazujesz klientom, że jesteś ekspertem w danej dziedzinie, co pomaga ci wyróżnić się na konkurencyjnym rynku. Na tym etapie warto również zadać sobie pytanie, w jakim stopniu chcesz rozwijać się artystycznie, a w jakim komercyjnie. Odpowiedź na to pytanie pomoże ci określić, czy szukać klientów indywidualnych, firm, galerii sztuki czy kuratorów.

Gdy już znajdziesz swoją niszę, kolejnym krokiem do rozwoju kariery jest budowanie silnej marki osobistej. Marka osobista to sposób, w jaki prezentujesz siebie i swoją twórczość światu. Obejmuje ona twój styl wizualny, sposób komunikacji, obecność w Internecie oraz wartości, które stoją za twoimi zdjęciami. Aby ją zbudować, możesz skorzystać z mediów społecznościowych lub stworzyć własną stronę internetową. Będziesz prezentować tam najlepsze prace, opowiadać historie stojące za zdjęciami i nawiązywać kontakt z odbiorcami. Dotarcie do odpowiednich ludzi wymaga cierpliwości. Spójność stylu i przekazu pomaga odbiorcom zapamiętać cię i zrozumieć, czym się zajmujesz. Łatwiej przyciągniesz właściwych klientów i zdobędziesz ich zaufanie.

Z czasem jasno określona nisza i silna marka osobista mogą prowadzić do coraz większej liczby zleceń, stałych klientów i stabilnych dochodów, pozwalając ci zarabiać na robieniu tego, co kochasz.



Ilustracyjne zdjęcia do „Przewodnik po fotografii jako narzędziu zwiększania możliwości zatrudnienia młodzieży” zostały wykonane przez uczestników podczas realizacji projektu.

WYKORZYSTANE MATERIAŁY

- <https://visualeducation.com/understanding-the-exposure-triangle/>
- <https://www.outdoorphotographyschool.com/what-is-aperture-in-photography/>
- [Adobe, What is ISO in photography and how to use it. Ivy Chen](#)
- [25.8.2023 Skillmea Tím](#)
- <https://www.liveabout.com/photographer-525676>
- <https://www.unitemps.com/career-advice/careers-in-photography/>