

FOTOSKOLAN SJÄLVPORTRÄTT STÄLL DIG PÅ ANDRA SIDAN KAMERAN

Syns du inte finns du inte sägs det. Har du inte gjort det förut är det hög tid att du börjar rikta kameran mot sig själv. Två fotografer som arbetat med självporträtt under flera år delar med sig av sina tankar kring motivet som går ända tillbaka till 1400-talet.

TEXT AMY LAGERMAN

Vad gör du när du kommer på en fantastisk idé för ett porträtt, men inte har någon i närheten som vill hoppa in som modell? Du gör naturligtvis det enda rätta och ställer dig själv framför kameran.

Bilderna kan du använda efter tycke och smak, allt från att spara dem på din hårddisk, visa dem på internet eller använda dem i ditt arbete. Men ett självporträtt är inte bara en bild av ditt ansikte. Det är också en bild av vem du är, just i ögonblicket du tar fotografiet. En större samling bilder kan liknas vid ett pussel. Ju fler bitar du har, desto klarare träder den stora bilden fram.

Ytterligare bonus som kommer med självporträtten är att du fritt får välja hur mycket tid och engagemang du orkar lägga på jobbet – utan att behöva slita med prestationsångesten. För blir bilden inte som du tänkt dig är det bara att göra om. Eller så gillar du

Använder du en systemkamera underlättar ett vidvinkligt objektiv. Men se upp för förvrängning.



FOTO: SEVERUS TENENBAUM

läget och tycker det är spännande att följa din bildutveckling.

Självporträtt kan vara både abstrakta och konkreta. Du kan fokusera på en leende mun eller ett tårfullt öga eller ta en bild av hela dig i en spännande miljö. Du kan fota dig själv när du åker buss till jobbet, eller bygga upp en studiomiljö i ditt hem. Med lite fantasi och tålamod är möjligheterna oändliga. Egentligen behöver du inte ens ha någon särskild utrustning. Till en början räcker kameran du har i mobiltelefonen.

Närhet skapar närhet

En fotograf som jobbat med självporträtt under flera år är fotografen bakom pseudonymen Severus Tenenbaum. Hon har gett ut en bok med bilder av sig själv och är också aktuell med en utställning på Fotomässan nu i november. Urvalet är en blandning av självporträtt och bilder av hennes nära och kära.

– Jag växte upp i Östersund och började fotografera när jag var 14 år. Jag ville fota människor, men jag vågade inte fråga om någon ville ställa upp som modell. Så jag tog det som jag hade – mig själv, säger Severus Tenenbaum. Det är ett lättjobbatt sätt att ta bilder på. Jag tycker dessutom att det är kul att förändra mig själv och ta bilder på olika tillstånd.

Något av det Severus gärna återkommer till är vikten av att inte låta sig hållas tillbaka av några regler och måsten. Fota ska var lustfyllt och vågar du ta ut svängarna kommer du att utvecklas och lära dig massor om fotografi. Men det finns en viktig detalj som det kan vara bra att ägna lite tid åt.

– Ljuset. Ljuset är viktigt. Jag fotar enbart i naturligt ljus, både om jag är inne eller ute. Det kan vara värt att testa att både fotografera i ljuset som faller in genom ett fönster som att gå ut och fota på din altan.

Bilderna lade hon upp på internet. Hennes webbsidor blev välbesökta och hon sålde sina bilder världen över, även om svenskarna inte var så intresserade. Det var först när formgivaren Lars Sundh på Modernista förlag såg hennes bilder och tog kontakt som tanken på en bok slog henne. Eller två böcker, eftersom samlingen delades upp i tvillingböckerna »Suspended« och »Emotions«. Arbetet med formgivningen tog inte mer än två månader och den svarta boxen med böckerna kom ut i våras.

– Tyvärr råder jantelagen i Sverige, och det är rätt gnälligt kring just självporträttet. Ingen ska tro att de får se snygga ut, och ett bra självporträtt blir inte lika uppskattat som till exempel en bra djurbild. Jag har fått riktigt elaka mejl, men tänker samtidigt att »om jag inte har någon annan att fota är det lika bra att jag fotar mig själv«. Det är svårt för en

Fotar du ute kan kontrasterna bli hårda. Använd ett vitt papper som reflektor och lätta upp skuggsidan.



FOTO: CALLE HOGLUND

del att bara se bilden utan att lägga vikt vid att den är ett självporträtt. Fast om någon annan tagit samma bild hade det varit en helt annan sak. Man får helt enkelt bestämma sig för att strunta i vad omgivningen tycker. Alla ska göra som de själva vill.

Bland Severus Tenenbaums bilder återfinns en massa stilar. – Lek med formen. Testa 50-tal, att vara ledsen, att vara glad, att se ut som en modell. Prova olika vinklar i olika miljöer. Jag har stått avklädd utomhus mitt i vintern och frusit, men man får helst enkelt offra sig för konsten. När du tittar på dina samlade bilder är det jättekul att se hur många olika uttryck du har.

Severus Tenenbaum tycker inte att det finns några generella do's or don'ts, men för att få spännande självporträtt är det bra med variation.

– En bra bild är en bild som inte ser likadan ut hela tiden. Lek med kameran, testa att se både ful och snygg ut. Alla vill väl se sexiga ut någon gång, men det är bra att inte fasta i en viss pose.

Just det utlämnande kan kännas jobbigt, att visa hur man ser ut också när man inte känner sig på topp. Severus Tenenbaum

Fotar du inne intill ett fönster och solen skiner in kan du mjuka upp ljuset med hjälp av en gardin. Eller genom att tejpa upp smörpapper på rutan.

har fått hatmejl, men bara för bilderna där hon gestaltat sig som vacker.

– Ett tag visste jag inte hur mycket jag skulle lämna ut. Fast jag har upptäckt att ju mer av mig själv som jag lämnar ut, desto mer får jag tillbaka. Jag har fått mejl från personer som vill berätta att

de blivit berörda, eller som har upplevt samma sak. Det är inte de jobbiga bilderna som jag får skit för, det är de snygga. Samtidigt får jag tillbaka mer positiv respons än negativ. Det gäller att veta vad man vill skapa och visa och stå för det.

I dag när digitalkamerorna finns i de flesta hushåll är det lätt att snöa in på tekniken.

– Gör inte det! Det är klart att du behöver kunna din kamera, men tekniken bakom bilderna är inte allt.

Severus Tenenbaum jobbar helst privat med en Olympus c-8080 eftersom hon helt enkelt gillar sättet den fångar ljuset på. Med brännvidden motsvarande 28-140 millimeter ger den goda förutsättningar att fota både på nära och långt håll. Fast kom ihåg att rejälare vidvinkel dessutom ger dig ett skevt perspektiv i bilderna. Äger du en systemkamera och skulle vilja köpa ytterligare ett objektiv kan en normalzoom på 50 millimeter vara ett bra komplement. Men i huvudsak

använder du vad du har. Och ha roligt medan du fotograferar.

– Man blir aldrig perfekt. Men genom självporträtten lär man sig acceptera sig som den man är.

Viktigt med känslan

Calle Höglund började fotografera med en systemkamera för ungefär tre år sedan, och det har blivit ett och annat självporträtt under den tiden. När vänner inte jublar över att behöva agera fotomodeller är det enklast att rikta kameran mot sig själv.

– Jag använder oftast ett stativ och trådutlösare i naturligt ljus. Eftersom jag har tre stora fönster i min lägenhet – på solsidan – brukar jag oftast fota när det är mulet, eller på förmiddagen eller på kvällen. Direkt solljus blir för hårt.

Färg eller svartvitt spelar ingen roll, även om Calle gärna ser att bilderna efterbehandlats med eftertanke.

– Om du har vackra ögon, eller rött hår och ljus hy är det kul om färgerna får komma till sin rätt.

En annan detalj Calle känner är viktig är skärpan. Oavsett om han riktar kameran mot sig själv eller mot vacker natur ska motivet gärna vara skarpt.

– Jag tycker om bilder där ögonen är skarpa och syns tydligt. De flesta självporträtten som jag fastnar för får man lätt ögonkontakt med.

Många av Calles idéer till självporträtt har kommit till honom när han legat sjuk hemma. Och haft tråkigt.

– När jag fick idén till kollaget med mig själv som tittar ut genom en ram hade jag 40 graders feber.

Han skriver ner idéerna och låter dem ligga om han inte har tid eller utrymme att förverkliga dem direkt, och plockar fram anteckningsblocket igen när andan faller på. Även om det händer att han plåtar sig själv utanför lägenheten föredrar han att jobba inomhus, under kända förhållanden.

– Senast jag var ute och fotade ställde jag upp kameran vid Katarinahissen med tio sekunders slutartid, och rusade fram

och tillbaka till kameran.

Folk tyckte nog att jag var koko, men det bjuder jag gärna på. Dock är det lättare att slappa av inomhus.

Det viktigaste med självporträtt enligt Calle är att de förmedlar någon slags känsla och inte bara är fotade rakt upp och ner. Självporträtt kan vara så mycket mer än ansiktesavbildningar – de kan föreställa en person i en situation eller bara en skugga eller en form. Viktigast av allt är en bra produktion.

– Jag återkommer till skärpan hela tiden, men det är för att jag själv gillar skarpa bilder. Gärna kort skärpedjup med fokus på ansiktet medan bakgrunden är suddig.

Bästa sättet att få de bra bilderna är att slösa med exponeringar.

– Sätt skärpan, ställ dig på plats framför kameran och fyll av med hjälp av trådutlösare eller självutlösare. Kolla av resultatet. Blev det inte rätt är det bara att göra om. Viktigast är att testa, vara prestigelös och prova sig fram.

Bilderna sparar Calle i huvudsak på hårddisken och visar ett urval på olika forum på nätet.

– Jag har faktiskt tänkt printa ut någon och ge till föräldrarna i julklapp. Men hittills har det inte blivit av.

De som tror att självporträtt bottnar i en förkärlek att se sig själv på bild får tänka om.

– Att se utvecklingen, hur stilen förändras under åren. Det är riktigt kul att se. Och du vet hur det är när man fotar andra, hur de oftast väljer ut bilder man själv inte tycker hör till de bästa? När du själv står modell vet du att modellen kommer dela fotografens smak.

En historisk tillbakablick

Eva-Lena Karlsson, intendent vid Statens porträttsamling, Nationalmuseum, berättar att de första självporträtten dök upp under renässansen.

– I mycket grova drag kan man säga att människosynen förändrades i Italien under 1300- och 1400-talet. Hon började i högre grad än tidigare att betraktas som en individ med ett eget värde i stället för att bara vara satt på jorden av Gud. Därmed gestaltades människor i konsten till annat än avbildningar i religiösa sammanhang. En kung kunde till exempel avporträtteras med avsikten att tavlan skulle hänga publikt och med den påminna undersåtarna om sin makt som härskare. Konstnärernas roll förändrades, en del fick högre status och hade därmed större anledning än tidigare att måla av sig själva. Vissa av självporträtten såldes till samlare, som dåtidens idolkort.

I dag när vi fotograferar oss själva med digitalkameror går det snabbt att kolla resultatet av exponeringen. Tycker vi inte att det ser ut som vi tänkt oss raderar vi det med några få knapptryck och gör om. Det är både billigt och effektivt. Den lyxen hade inte renässansmålarna, vilket är förklaringen till de intensivt stirrande ögonen. Har du gått igenom Nationalmuseum eller porträttsamlingen på Gripsholm någon gång vet du att blickarna från väggarna följer dig medan du passerar genom rummen.

Innan vi avslutar skolan för denna gång är det lämpligt att prata om hur bilderna kan användas. Hur många självporträtt som ligger uppe på olika forum och mötesplatser på internet är omöjligt att

Se ut var du vill fota dig själv. Använd till exempel en stol för att sätta skärpan, och markera med tejp på golvet för att veta vart du ska stå.



FOTO: SEVERUS TENENBAUM



FOTO: CALLE HÖGLUND



FOTO: CALLE HÖGLUND

Anna-Lena Karlssons boktips till dig som vill lära dig avkoda porträtt:

- Richard Brilliant »Portraiture«
- Shearer West »Portraiture«
- Cecilia Widenheim »Självporträtt på Gripsholm«
- Görel Cavalli-Björkman »Ansikte mot ansikte«

svara på. Men en ny undersökning som Nikon beställt av Opinion matters visar att vi är långt ifrån ovilliga att stå framför kameran. Under en månad tar 30 procent av européerna mellan 25-100 bilder. 22 procent av svenskarna fotar självporträtt. Och av de sparade bilderna publicerar vi 42 procent på internet.

Självporträtt är vanliga, enkla att ta, och kan användas i flera olika sammanhang. Du behöver som sagt ingen dyr utrustning. Det kan vara förståeligt att tänka på vilka bilder man väljer att visa för andra. Kanske särskilt på internet, eftersom material som en gång publicerats på webben aldrig försvinner. Men med gott omdöme, intresse och vilja att utvecklas kan ditt egna projekt bli precis hur bra som helst. Och vet du? Du kan börja precis just nu. ■

FOTO: CALLE HÖGLUND



CALLE HÖGLUND

Född 1977.
Bor Stockholm.
Webbplats www.callehoglund.se
Utrustning Canon Eos 40D, med Canon-objektiven 50mm f/1.4, 17-85mm f/4-5,6 och SIGMA 10-20MM f/4-5.6.

FOTO: SEVERUS TENENBAUM



SEVERUS TENENBAUM

Född 1984.
Bor Stockholm.
Webbplats www.severustenenbaum.com
Utrustning Olympus E-30, Olympus Pen E-P1 och Olympus C-8080. Bokbox innehållande »Suspended« och »Emotions«.



FOTO: ANNELIE ROSENCRANTZ

ANNELIE ROSENCRANTZ

»SÅ LÄNGE JAG KAN MINNAS har jag varit intresserad av bild, och så fort jag har haft en kamera i närheten har jag fotat, och väldigt ofta använt mig själv som objekt. Men jag började nog bli mer medveten om estetiska i en bild någon gång runt 2005 - 2006. 2007 fick jag min första digitala kamera och sen dess har mitt intresse bara växt.

Jag har alltid varit intresserad av porträtt och av att fånga människor och uttryck. Men jag saknade någon som ville ställa upp framför kameran, eller som jag kände skulle passa för känslan jag ville få fram. Eftersom jag vet exakt hur jag vill att bilden ska vara är det lätt att bara ställa sig själv framför kameran. Då får jag bilden jag vill ha, när jag vill ha den - utan att behöva blanda in andra personer. Det är även rätt intressant att se hur olik sig själv man kan se ut beroende på ljus, vinkel med mera.

Mina självporträtt använder jag inte till något speciellt. Det är mest som övning för mig. Att testa lite idéer och se vad som funkar och vad som inte funkar.

Jag fotar med Pentax K20D och använder tre olika objektiv; Pentax 31mm f/1.8 Limited, Tamron 90mm f/2.8 Di Macro och Sigma 10-20mm f/4-5.6. För självporträtt blir det oftast 31mm, ett stativ och en fjärrutlösare. Redigerar gör jag i Lightroom och Photoshop.

Bilden är alltid klar i huvudet innan jag tar den. Jag fixar i



FOTO: ANNELIE ROSENCRANTZ



FOTO: ANNELIE ROSENCRANTZ

ordning mig och bakgrunden innan jag sätter kameran på stativet och ställer in rätt exponering. Därefter tar jag ett par bilder på raken, tittar hur de blir, om jag behöver ändra något, om jag behöver flytta mig och så vidare tills jag känner mig nöjd. Mycket av arbetet gör jag i efterhand framför datorn. Jag kan spendera flera timmar med att testa olika redigeringar för att hitta rätt.

När du ska ta självporträtt är det lättare om du redan har en idé om vad du vill göra, vilken känsla du vill få fram och vilka färger och vilket ljus du vill ha. Det blir inte alltid som man tänkt sig, men det är alltid lättare att ha något att utgå ifrån. Ett stativ och en fjärrutlösare underlättar mycket men är inte nödvändigt. Har du inget av det så kan du bara ställa kameran på en plan yta och sätta på självutlösaren. Ska du fota med självutlösaren är det bäst att ställa fokus innan du en ställer dig framför kameran. För att få rätt fokus kan man ställa något framför kameran och ställa och låsa fokus på det. Sen ställer du dig själv där. Strukna lakan och stora enfärgade t-shirtar funkar utmärkt som bakgrunder. Men stå gärna en bit framför tyget så att bakgrunden kommer ur fokus - då slipper man bli distraherad av eventuella skrynklor och texturer i bakgrunden. Att fota ute eller i närheten av ett fönster är absolut bäst om man inte har studioblixtrar. Ett sista tips är att stå framför spegeln en stund och lära sig sina bästa vinklar och uttryck, även fast man känner sig jättefäinig. Testa att överdriva dina uttryck. Ofta blir det som bäst när man känner sig som larvigast. « ■



FOTO: ANNELIE ROSENCRANTZ

FOTO: ANNELIE ROSENCRANTZ



ANNELIE ROSENCRANTZ

Född 1988.

Bor och jobbar fotografi i London.

Webbplats www.anuli.co.uk

Utrustning Pentax K20D med Pentax 31mm f/1.8 Limited, Tamron 90mm f/2.8 Di Macro och Sigma 10-20mm f/4-5.6. För självporträtten använder Annelie ofta 31mm.