



Fotolektion zum Fototraining

# Kontraste ausgleichen

Mario Ciceri

Fotogestaltung  
mit Licht und Schatten

Ist wo mehr Licht als anderswo  
und/oder ist das Eine heller als das Andere,  
so zeigt sich ein Kontrast.

**fototraining**

# Licht und Schatten

## Fotogestaltung



Ohne Licht gibt's keine Fotografie und wo Licht ist, ist Schatten.

So ganz stimmt für mich der zweite Teil obiger Aussage eigentlich nicht. Er ist zwar richtig, doch dort wo Licht ist, kann kein Schatten sein. Licht aber bewirkt, dass Schatten entstehen kann: wenig Licht = wenig (schwacher) Schatten, viel Licht = viel (starker) Schatten.

Je mehr Licht also da ist, desto wahrnehmbarer, desto bildbestimmender wird der Schatten. Da der Unterschied zwischen Licht und Schatten der Kontrast ist, zeigt sich dieser kleiner oder grösser. Wird er zu gross, dann beginnt für uns der Kontrastausgleich, die Kontrastbewältigung.

# Motiv Objekt Licht

## Definition

Was Kontrast ist.

Motivkontrast  
+ Objektkontrast  
= Lichtkontrast, Kontrast

Das Foto zeigt in sich  
den Motivkontrast  
und im Geparden  
den Objektkontrast,  
zusammen also  
den Lichtkontrast,  
sprachgebräuchlich  
Kontrast.



# hohe Kontraste

abschwächen

müssen so verändert werden, dass sie von den gewählten Medien mediengerecht aufgenommen und wiedergegeben werden können.

Ist der Kontrast zu hoch, so können die Lichter überstrahlen oder die Schatten (Tiefe) zulaufen oder auch gleich beides.

mögliche Massnahmen:  
Aufhellung der Schatten (Tiefe) mit Lichtquellen oder/und Abdunklung der Lichter



# tiefe Kontraste

verstärken

müssen so verändert werden, dass sie von den gewählten Medien mediengerecht aufgenommen und wiedergegeben werden können.

Ist der Kontrast zu tief, so können kontrastfordernde Motive flau, flach, fade, «mit Grauschleier», kraftlos aussehen.

mögliche Massnahmen:  
Abdunklung der Schatten (Tiefe) oder/und Aufhellung der Lichter mit Lichtquellen



# Kontrastausgleich

## Kontrastumfang

Massnahmen zum Kontrastausgleich

tiefer Kontrast evtl. kontraststeigernd

durchschnittlicher Kontrast nicht notwendig

starker Kontrast evtl. kontrastmildernd

hoher Kontrast Kontrastausgleich im RAW-Workflow

sehr hoher Kontrast Kontrastausgleich im HDR-Verfahren

# Kontrastausgleich

hoher Kontrast im Motiv:  
Belichtung mit Spotmessung auf Licht  
um ein Überstrahlen der Lichter zu verhindern



# Kontrastausgleich

hoher Kontrast im Motiv:  
Belichtung mit Spotmessung auf Licht  
um ein Überstrahlen der Lichter zu verhindern

Aufhellung der Schatten (Tiefe) und Mitten,  
wie partielle Verstärkung der Farbsättigung





# Kontrastausgleich

## Kontrastumfang

in Aufnahme und Wiedergabe

Helligkeitswert einheitlich

1:1 • 0 Blendenstufen • 0.0 logD

Zeitungspapier, Papier maschinenglatt

1:8 • 3 Blendenstufen • 0.9 logD

Papier satiniert

1:16 • 4 Blendenstufen • 1.2 logD

Papier gestrichen

1:32 • 5 Blendenstufen • 1.5 logD

Farbbildschirm, Beamer, Screen

1:500+ • 8+ Blendenstufen • 2.2+ logD

Ein Kamerasensor wies «früher» etwa einen Kontrastumfang von 1:32 auf. Heute ist er grösser und wird in Zukunft noch grösser sein.

Alle diese Angaben verstehen sich als Richtwerte. Sie sind eher auf eine visuelle Wahrnehmung als auf die mathematische Exaktheit ausgelegt.

A close-up, artistic photograph of a camera lens. The lens is the central focus, showing its internal elements and the glass surface. A vibrant rainbow light flare is visible, emanating from the right side of the lens and spreading across the background. The background is dark, making the lens and the light flare stand out. The overall composition is dynamic and visually appealing.

Mario Ciceri

# Fotolektionen im Fototraining

Versuchen Sie nicht, das bessere,  
sondern das andere Foto zu machen,  
das dann ein besseres werden kann.  
[www.ciceri.ch](http://www.ciceri.ch)

**fototraining**