

INSTRUKCJA WYKONANIA FOTOGRAFII DO ANALIZY KOLORYSTYCZNEJ

Aby prawidłowo wykonać zdjęcia do analizy kolorystycznej, należy zwrócić uwagę na kilka kluczowych elementów: oświetlenie, tło, ustawienie twarzy, ubiór, oraz włosy. Oto szczegółowe wytyczne:

I. Oświetlenie

- **Naturalne światło dzienne** jest najlepsze, zwłaszcza w pochmurne dni lub przy jasnym, ale rozproszonym świetle. Unikaj mocnego, bezpośredniego słońca, ponieważ może tworzyć niekorzystne cienie i zafałszować kolory.
- Zdjęcia wykonaj w **dobrze oświetlonym pomieszczeniu**, najlepiej blisko okna, ale z twarzą skierowaną prosto na źródło światła.
- Jeśli musisz użyć sztucznego oświetlenia, postaw na **lampy o neutralnej lub dziennej barwie (około 5000K)**, aby jak najwierniej oddać kolory skóry.

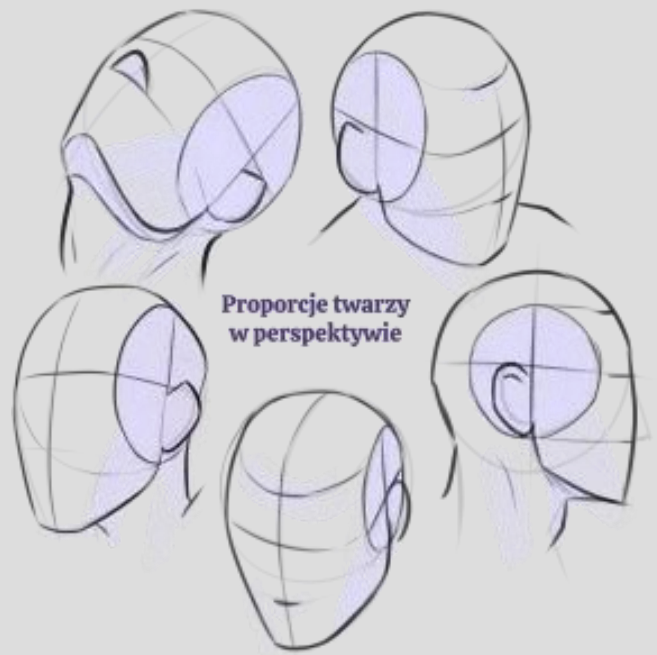
2. Tło

- Najlepiej sprawdzi się **jednolite, neutralne tło** w odcieniach bieli.
- Jeżeli nie masz białego tła to upewnij się, że tło, na którym wykonujesz zdjęcia, nie rzuca barwnego odbłasku na skórę – kolory tła mogą wpłynąć na odbiór kolorystyki cery.

3. Ujęcia twarzy i ustawienie aparatu

- Zrób **zdjęcie twarzy na wprost**, obejmując całą twarz i szyję, jednocześnie zasłaniając włosy białą chustą lub wiążąc je w kucyk/kok. Pamiętaj aby ubranym być w jednolita, białą koszulkę/golf.
- Jak masz naturalny kolor włosów, wykonaj takie same zdjęcia z włosami rozpuszczonymi tak aby nie rzucały cienia na twarz i jej nie zasłaniały.
- **Jak nosisz okulary/soczewki to pamiętaj, aby zdjęcia wykonać bez nich.** Soczewki zdejmij odpowiednio wcześniej aby nie doszło do zaczerwienienia oka, Okulary zdejmij chwilę przed zdjęciami, by uniknąć odcisnięcia „nosków”
- **Zdjęcie z profilu wykonaj w różnych ustawieniu wysokości twarzy.** Wykonaj minimum 3 zdjęcia- buzia opuszczona, buzia na wprost i buzia uniesiona do góry. może być przydatne, aby lepiej ocenić koloryt skóry na różnych partiach twarzy. Wykonaj zdjęcia obu profili.

- Aparat ustaw na **wysokości oczu**, aby uniknąć zniekształceń proporcji.
- Wykonaj kilka zdjęć w **różnych warunkach oświetleniowych**- sztuczne z lampą i bez lampy, w świetle naturalnym z twarzą na słońcu i w cieniu.
- Zdjęcia wykonaj **bez makijażu** skupiając się na swoich niedoskonałościach
- Jak nie jesteś pewny/-a wykonanego zdjęcia, zrób ich więcej.
- Jak wykonujesz zdjęcia telefonem- użyj **tylnej kamery**.



4. Włosy

- **Zwiąż włosy lub odsuń je od twarzy**, zwłaszcza jeśli są farbowane, aby nie zniekształciły odbioru koloru skóry.
- **Jak masz włosy farbowane**- zasłoń włosy białym materiałem.

5. Koszulka i ubiór

- Załóż **gładką, neutralną koszulkę** w kolorze **białym**, szarym lub beżowym. Unikaj wzorów i intensywnych kolorów, które mogą wpłynąć na odbiór kolorystyki skóry.
- Dobrym pomysłem jest również **przykrycie ramion jasnym, neutralnym szalem** lub materiałem, aby jeszcze bardziej zneutralizować wszelkie kolory mogące wpływać na analizę.

Przy zachowaniu powyższych zasad zdjęcia powinny dobrze oddać Twój naturalny kolor, co ułatwi mi wykonanie prawidłowej analizy kolorystycznej.