



PROFI-TIPPS
FÜR EIN ENTSPANNTES
FOTOSHOOTING

Van den Broek
PHOTOGRAPHY

PORTRAITFOTOGRAFIE FÜR BUSINESS-PERSÖNLICHKEITEN

”

Gute Portraitfotos sind die effektivste Art, dich als **kompetente Persönlichkeit** zu zeigen und **Sympathie und Vertrauen** auf zu bauen.



**Hi, ich bin Corrine,
Expertin für Fotografie und Branding**

Bei meinen Fotoshootings, merke ich immer wieder, dass Menschen verunsichert sind. Dann höre ich Sätze wie: „Ich will aber nicht künstlich lächeln.“
“Ich sehe auf Fotos immer doof aus.“

Und wen wundert's...

Der (digitale) Körperkult in den Medien gaukelt uns leider völlig obskure Schönheitsideale vor. Das verunsichert.

Wer sieht schon aus wie Heidi Klum und Co.??

Der erste Schritt zu einem gelungenen Portrait ist es sich von diesen unrealistischen Vorstellungen zu verabschieden. Du bist nicht angeregt um als Fotomodel zu arbeiten. Hier geht es um dich als Experte.

Außerdem sollte dir bewusst sein, dass ein Großteil der Arbeit eines Fotomodells schlichtweg erlerntes Handwerk ist. Du musst nur „wissen wie“. Dazu gibt es hier den Foto-Shooting-Guide mit Tipps & Tricks und kleinen Checklisten. Dann mal los...

1

RICHTIG PLANEN

Rechtzeitig:

- Die richtigen Outfits besorgen (siehe Punkt 5)
- Einen Frisörtermin vereinbaren. (siehe Punkt 6)
- Beispielfotos recherchieren und mitbringen. An Hand von Beispielen ist es einfacher zu erklären was du dir (nicht) wünschst. (Negativ-Beispiele können sehr hilfreich sein!)

Der Abend davor:

Sorge bitte dafür, dass du ausgeruht bist. Am Abend vor dem Fotoshooting solltest du dich entspannen. Wenn du am Vorabend bis tief in die Nacht feiern gehst und auf den letzten Drücker, inklusive Kater (und Bartstoppeln), bei mir auftauchst, dann fotografiere ich dich eben, so wie du gerade bist. Das ist dann zwar authentisch, kommt aber nicht so gut an

Am Tag selbst:

Bitte Pufferzeit einkalkulieren. Wenn du unter Stress oder Zeitdruck stehst, ist es schwierig sich vor der Kamera zu entspannen. Und das sieht man. Plane genügend Zeit ein, für die Anreise und das Fotoshooting selbst.



2

KLARHEIT SCHAFFEN

Ein Personal Brand aufzubauen, fängt bei dir an.

Schau, welche Tonalität zu DIR passt. Hier geht es nicht darum, es Anderen recht zu machen. Deine Community folgt dir, weil du eben anders, einzigartig oder sogar polarisierend bist.

Schaffe Klarheit über dein Personal Brand.

Hier ist eine kleine Checkliste:

Welche Begriffe würden eher zu dir passen?

- | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ elegant | ☐ romantisch |
| ☐ sportlich | ☐ rockig |
| ☐ humorvoll | ☐ casual, lässig |
| ☐ frech | ☐ technisch |
| ☐ klassisch | ☐ poppig |
| ☐ trendy | ☐ streetstyle |
| ☐ natürlich | ☐ sonstiges ... |

**YOU CAN'T BE
EVERYBODY'S
DARLING?**

Was für ein Umfeld passt zu dir?

- ☐ Natur: Wald, Wiesen, (Wein)Bergen oder Wasser?
- ☐ Großstadt, Architektur, Rooftop
- ☐ Büro, Werkstatt oder Zuhause
- ☐ Abstrakt: Marmor, Beton, Grunge, Holz, Metall, Fine Art usw.)
- ☐ Flexibel für alles. Du willst „Freisteller“.

Was für ein Fotostil gefällt dir?

- ☐ Hell oder Dunkel
- ☐ Farbenfroh, Ton in Ton oder schwarz-weiß
- ☐ Ganzkörper oder Close Up
- ☐ Romantisch, Business, Reportage, realistisch

Je genauer du weißt, was du willst, desto besser werden deine Fotos. Wenn du unsicher bist, dann können wir gemeinsam besprechen, was am besten passt.

3

EIN BISSCHEN SPASS „MUSS“ SEIN

Für eine erfolgreiche Wirkung deiner Fotos ist ein entspannter Ausdruck immer besser, als der krampfhafteste Versuch, gut auszusehen.

Wenn du also haderst mit „Spaßbremsen“ wie:

A. Ich darf mich nicht im Vordergrund stellen oder

B. Ich bin nicht fotogen

dann ist jetzt der Zeitpunkt, mit Zweifeln und limitierenden Ansichten dir selbst gegenüber aufzuräumen.

Lass dich nicht verunsichern durch das, was du in den Medien siehst. Sei dir bewusst, dass es bei deinen Portraitfotos NICHT darum geht, dich zu verstellen, anzugeben oder unrealistische Schönheitsidealen nachzulaufen. Deine Businessfotos sollen zeigen, wer du bist und wofür du stehst.

Ich möchte dir MUT machen zum „Altsein“, „Frechsein“, „Unperfektsein“, „Nichtschlanksein“, „Fröhlichsein“ und „Dusein“.

Lass dich bei deinem Fotoshooting von nichts zurückhalten. Gib dir Raum, etwas auszuprobieren, loszulassen – und vor allem: Spaß zu haben.



4

LÄCHELN???

Ich will aber nicht lächeln ...

Du *musst* nicht lächeln, aber ein natürliches Lächeln ist der perfekte Türöffner. Lächeln ist die Königsdisziplin, um Sympathien zu gewinnen. Überall auf der Welt wird dieses Signal verstanden.

Das heißt nicht, dass du breit grinsend posieren musst. Nein, es geht vielmehr um die Feinheiten. Menschen sind nämlich unfassbar gut darin, Mimik zu interpretieren. Innerhalb von 100 Millisekunden zieht das Unterbewusstsein aus einem Gesicht **Schlussfolgerungen auf Charakter, Kompetenz und Absichten**.

Das beste Werkzeug um deine Mimik zu beeinflussen, sind deine Gedanken. Wie wirkst du, wenn du an etwas denkst, das dich verärgert? Und wie, wenn du an einen kleinen tollpatschigen Welpen denkst? Und wann hast du das letzte Mal so richtig laut gelacht? Denke an schöne Momente, und das Lächeln kommt von allein!



5



DAS RICHTIGE OUTFIT MITBRINGEN

Das Wichtigste gleich zuerst: Bleib dir treu!

Das beste Fotoshooting ist sinnlos, wenn du ein Outfit trägst, das nicht deinem Stil entspricht. Wenn du ständig an dir rumzupfst und kontrollierst, ob alles an der richtigen Stelle ist und du dich total unwohl fühlst, wirst du auch auf den Fotos nicht entspannt wirken.

Hier ist eine kleine Checkliste für deine Outfits:

- Bring auf jeden Fall 2-4 Outfits mit. Am besten zwei Hosen oder Röcke mit unterschiedlichen Oberteilen.
- Überlege dir, ob du dunkle oder helle Outfits (oder beides) für deine Wunschinszenierung brauchst.
- Vermeide (feine) Muster. Einfarbige Stoffen wirken besser.
- Wähle NUR Outfits in denen du dich wohlfühlst. Es darf nichts zu eng sitzen, oder dich anderweitig behindern.
- Bringe Accessoires und eventuell verschiedene Schuhe mit.
- Transportiere deine Outfits so, dass sie faltenfrei bleiben.
- Wenn du für dein Business bestimmte Werkzeuge nutzt, dann bring auch die mit. Egal ob Bohrmaschine, Laptop oder Luftballons, die Props werden dir beim Posing helfen. siehe Punkt 7

6

MAKE-UP

Und nochmals: Bleib dir treu!

Verwende nur Make-Up, das du immer verwendest. Wenn du täglich knallroten Lipstick aufträgst, dann nur zu. Du liebst Eyeliner oder Smokey Eyes, dann bitte schön. Du verwendest gar nichts? Auch prima!

Hauptsache, du verstellst dich nicht, insbesondere nicht beim Make-up. Hier möchte ich nachdrücklich darauf hinweisen: Ich mache keine „Glamour-Fotos“. Bei meinen Fotos geht es darum, dich als Profi und Persönlichkeit zu zeigen.

Dennoch gibt es ein paar Tricks um „besser auszusehen“:

- Trinke an dem Tag vorher sehr viel. Das tut deiner Haut gut.
- Verwende eine Feuchtigkeitscreme. Bringe eventuell Hyaluron-Serum mit.
- Glänzende Haut – kein Problem, Ich habe immer „Puderpapier“ dabei.
- Auf Fotos wirkt das Make-up weniger stark als in der Realität. Du darfst also ruhig etwas mehr auftragen, als du es normalerweise tun würdest.
- Deine Haare 1-2 Wochen vor dem Shooting schneiden lassen.



- Gepflegte Hände wirken auf alle Fälle schöner als schwarze abgekaute Fingernägel. (Wenn du barfuß bist, die Füße nicht vergessen.)
- Für die Herren: Eine gute Rasur und Entfernung von Nasenhaaren und Co. ist angebracht.
- Bitte keine Experimente am Tag vorher.

7

POSING

Posen ohne Posen

Ich schaue mir immer an, wie sich jemand von Natur aus bewegt. Es ist für jeden unterschiedlich, wie man zur vorteilhaften „Pose“ kommt. Manche Leute lassen sich besser in der Bewegung einfangen, und anderen kommen besser im Sitzen oder Stehen zurecht. Man muss auch nicht immer in die Kamera schauen. Das ist ganz individuell.

Nur ein paar kleine Kniffe sind allgemeingültig:

- Egal ob frontal oder in 45 Grad zur Kamera: Wenn du ein Bein abknickst, wirkt das gleich viel besser.
- Hohlkreuz statt Rundrücken. Hier hilft es den Solar Plexus anzuheben.
- Die „Schildkröte“ statt Doppelkinn. Denk an eine Schildkröte und streck dein Kinn etwas nach vorne.
- Der einfachste Trick für entspannte Schultern und geraden Rücken: Die Handflächen nach oben drehen.



- Bringe „Props“ mit. Dann weißt du, wohin mit deinen Händen.
- „Dreieckchen machen“: Wenn du deine Ellenbogen leicht nach draußen drehst, entstehen kleine Dreieckchen am Körper. Dadurch strahlst du mehr Kraft und Dynamik aus.

Selbstverständlich führe ich dich durch die unterschiedlichen Posen, sodass du immer weißt, was zu tun ist, und dich nicht verloren fühlst.

WIE GEHT'S WEITER?

Du kannst weiterhin Fotos verwenden, die deiner Persönlichkeit und deinem Expertenstatus nicht gerecht werden. Damit wirst du höchstwahrscheinlich die falschen oder gar keine Kunden anziehen.

Oder möchtest du mehr darüber erfahren, wie du hochwertige Porträtfotos für dein Business bekommst? Fotos, auf denen du dir gefälltst und die dein Branding stärken?

Dann buche jetzt einen Kennenlernertermin.
30 Minuten zum Kennenlernen und Fragenstellen.
100% unverbindlich!

In dem Zoomcall kann ich mir einen ersten Eindruck von dir als Person und als Unternehmerin machen. Du erzählst mir, was dir wichtig ist und was du dir für deine Fotos wünschst. So kann ich dir eine Empfehlung für dein Fotoshooting geben.

Buche jetzt einen Termin:
www.vandenbroek.de/kennenlernertermin-fotoshooting/

