

Entspannt vor der Kamera

Ein Spickzettel fürs Shooting – ihr müsst nichts können.

Fast alle sind zu Beginn etwas nervös – das legt sich nach wenigen Minuten. Ihr müsst nicht posen; das Führen ist meine Aufgabe. Dieser Spickzettel nimmt euch nur die häufigsten Unsicherheiten vorweg.

WOHIN MIT DEN HÄNDEN? GEBT IHNEN EINE AUFGABE

- | | |
|---|--|
| ☐ Haltet euch an den Händen, Finger ineinander | ☐ Ein Arm um die Taille, Hand auf Schulter oder Brust |
| ☐ Eine Hand locker in der Hosentasche, Daumen aussen | ☐ Streicht euch eine Haarsträhne aus dem Gesicht |
| ☐ Haltet etwas: Strauß auf Hüfthöhe, Jacke über der Schulter | ☐ Bewegte Hände wirken natürlicher als abgelegte |

BLICK: IN DIE KAMERA ODER NICHT?

- | | |
|---|--|
| ☐ Beides ist gut – oft schöner ohne Blick ins Objektiv | ☐ Schaut euch an oder auf einen gemeinsamen Punkt |
| ☐ Ein Blick in die Ferne wirkt ruhig und ehrlich | ☐ Fürs klassische Bild sage ich kurz Bescheid |

NÄHE & BEWEGUNG – KLEINE AUFGABEN

- | | |
|---|--|
| ☐ Stirn an Stirn, Augen zu, kurz so bleiben | ☐ Ganz langsam näher kommen – nicht gleich küssen |
| ☐ Flüstert euch etwas Lustiges ins Ohr | ☐ Geht zusammen, Hand in Hand, im eigenen Tempo |
| ☐ Beim Gehen lockern sich die Schultern von selbst | |

SO LÄUFT ES AB

- | | |
|---|--|
| ☐ Wir starten locker und aus Distanz (langes Objektiv) | ☐ Ihr geht, redet, seid für euch – kein Objektiv im Gesicht |
| ☐ Je entspannter ihr werdet, desto näher komme ich | ☐ Die besten Bilder kommen, wenn ihr die Kamera vergesst |

DAS WICHTIGSTE

- | | |
|--|---|
| ☐ Nervös sein ist normal und geht vorbei | ☐ Ihr müsst nichts vorbereiten und nichts richtig machen |
| ☐ Lachen ist erlaubt – echte Reaktionen sind das Ziel | ☐ Einmal vorher üben nimmt die Unsicherheit |

Unsicher? Wir gehen alles vorher in Ruhe durch – meldet euch einfach.