

## Buchempfehlung: Das Posing Handbuch – Lindsay Adler

### Fehler beim Posing:

#### 1. Perspektive

Der Unterschied in den folgenden Bildern besteht nur in einer Hüftverlagerung von vorn nach hinten. Brennweite und Kamerawinkel sind gleich. Veränderung macht ein Drittel der Hüfte aus. Der Kamerastandort ist tief, das verstärkt den Effekt. Man kann die Aufmerksamkeit so auf bestimmte Körperteile lenken oder umgekehrt.

Einfügen Bilder Seite 19 unten



Ein anderes Beispiel zeigt eine positivere Darstellung eines kräftigeren Models. Im ersten Bild steht das Model gerade, Augenmerk liegt fast mehr auf den Hüften. Im zweiten Bild wurde Gesicht und Brustbereich näher an die Kamera herangeführt. Objektiv und Kamerawinkel blieben gleich.

2 Bilder Seite 20



## 2. Die Brennweite

Es kommt jetzt die Betrachtung der Brennweite dazu. Prinzipdarstellung / Wirkungsweisen unterschiedliche Brennweiten. Wollen wir Elemente im Bild überzeichnen, verwenden wir die kurze Brennweite. Bei diesem und dem nächsten Beispiel sieht man, dass auch größere Brennweiten als 70mm relevant werden können.

Einfügen Bilder Seite 17

50mm – 24mm – 135mm



Abb. 1–5 50 mm

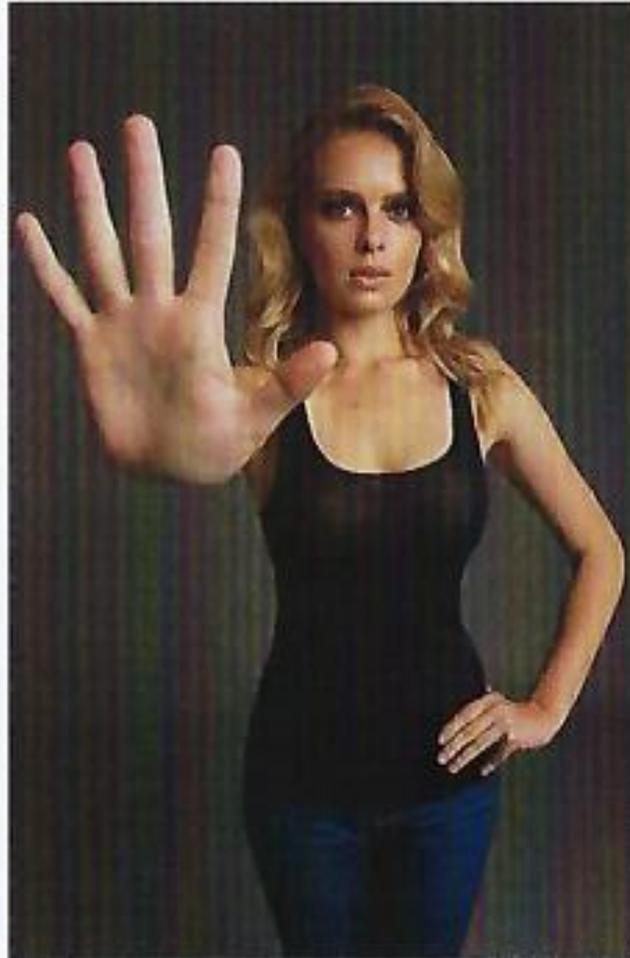


Abb. 1–6 24 mm, Weitwinkelobjektiv

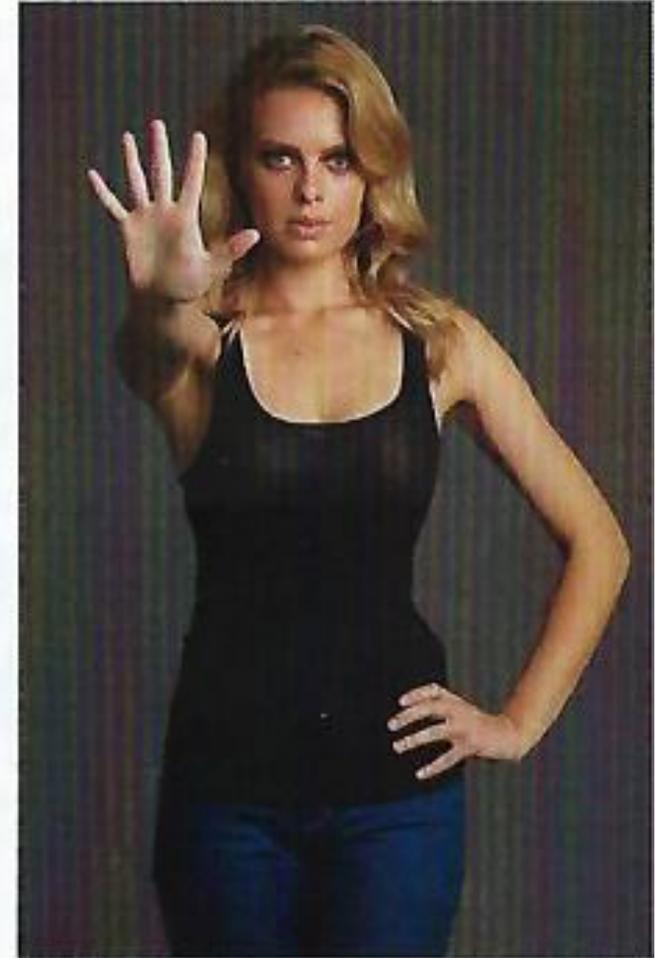


Abb. 1–7 135 mm, Teleobjektiv

Das Paar sitzt bei beiden unverändert. Bild oben 70mm unten sind es 180mm

Einfügen Bilder S. 16



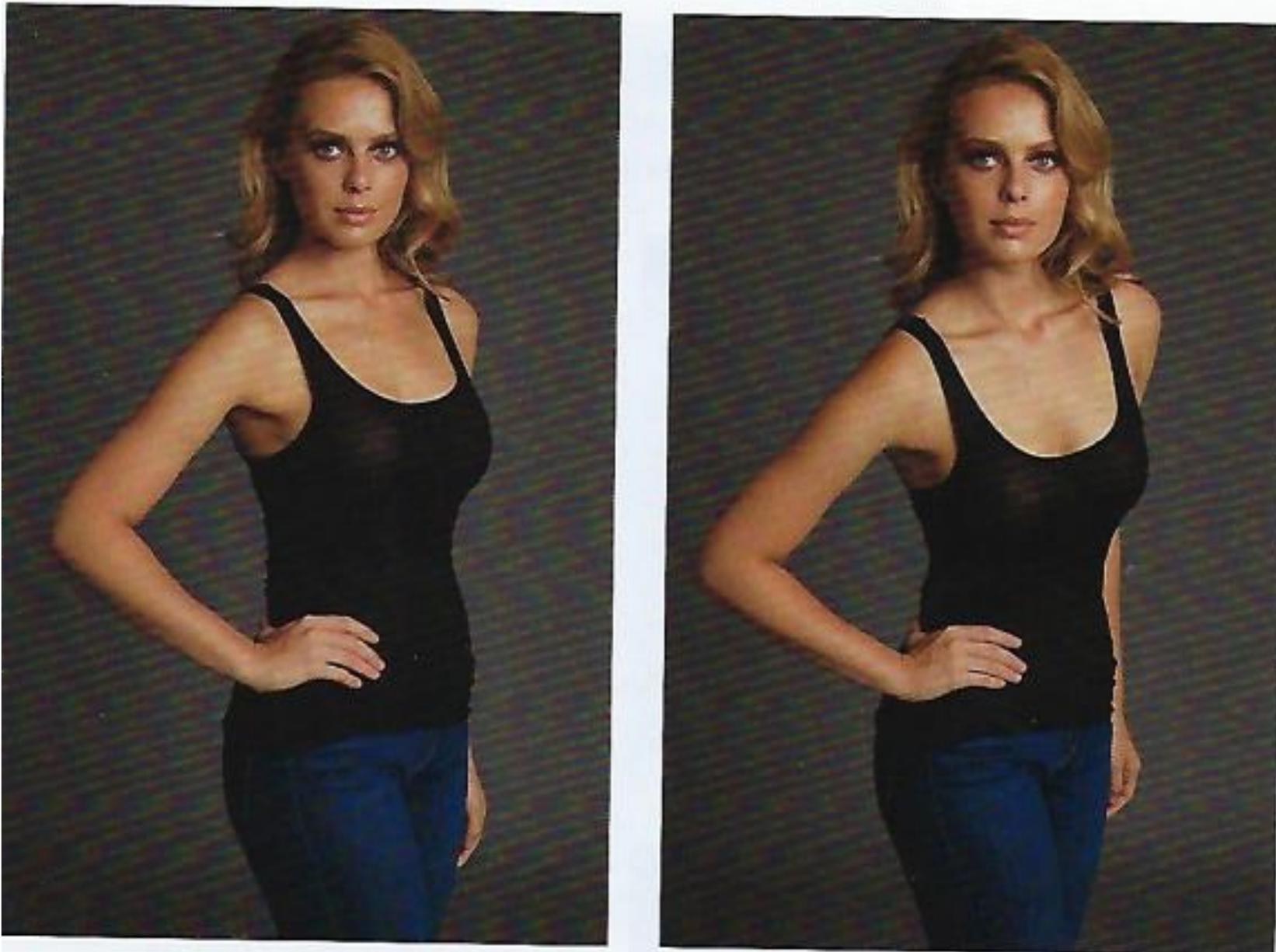
Abb. 1-3 70 mm



Abb. 1-4 180 mm

Bei einer Weitwinkelaufnahme werden Proportionen schnell übertrieben. Bei den ersten beiden Bildern wurde zunächst mit 70mm fotografiert, einmal mit Verlagerung des Oberkörpers nach vorn. Der Unterschied ist nicht so stark.

Bilder Seite 21 oben



Die gleichen Bilder noch einmal mit 35mm ergeben bei gleicher Positionsveränderung einen überbetonten Abstand zum Oberkörper und Kopf.

Bilder Seite 21 unten



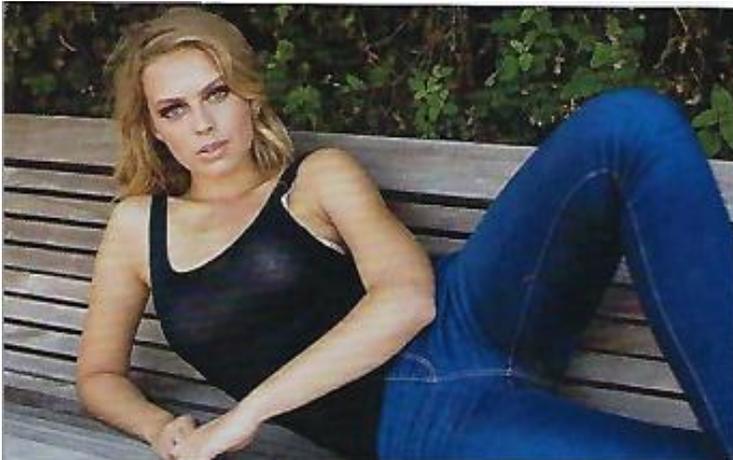
### 3. Relative Abstände

Beim Portraitieren mit dem Weitwinkelobjektiv verändert der Abstand das Bild. Die übertrieben dargestellten Proportionen werden deutlich geringer, wenn man nur 30 bis 60 cm nach hinten geht. Ein 35mm Objektiv ist sicherlich nicht unbedingt für Nahaufnahmen geeignet, aber durchaus einsetzbar bei größeren Abständen von über einem Meter.

### 4. Perspektive und Kamerawinkel, Kamerahöhe

Die folgenden drei Bilder sind alle in gleichem Abstand, mit gleicher Höhe und mit 50mm Brennweite entstanden. Die Perspektive entscheidet über eine negative oder positive Wirkung. Alle drei Bilder entstanden mit 50mm Brennweite. Der Abstand zum Model ist immer gleich.

Bilder Seite 22



Die Höhe der Kamera betont ebenfalls ein Model sehr unterschiedlich, im Folgenden mit Weitwinkel in 4 Positionen dargestellt: Unterhalb der Hüfte – knapp Tallienhöhe - Schulterhöhe und aus erhöhter Position von einem Tritt aus. Der Abstand spielt hier natürlich auch eine Rolle für die Wirkungsweise der Bilder.

Bilder Seite 24



Im Folgenden Bild wurde mit ca. 30mm Halbformat /Crop = 50mm Vollformat in Hüfthöhe fotografiert. Abstand ca. 3,5m.



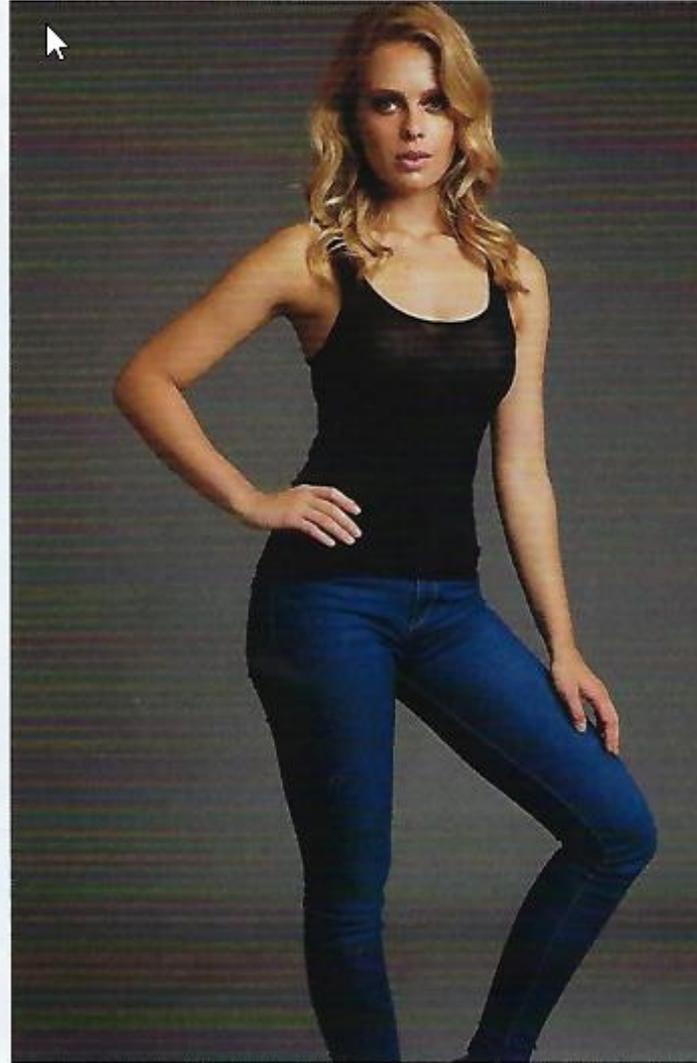
## 5. Schnitt

Nicht schneiden durch Gelenke oder im nahen Bereich der Gelenke. Füße, Hände usw.

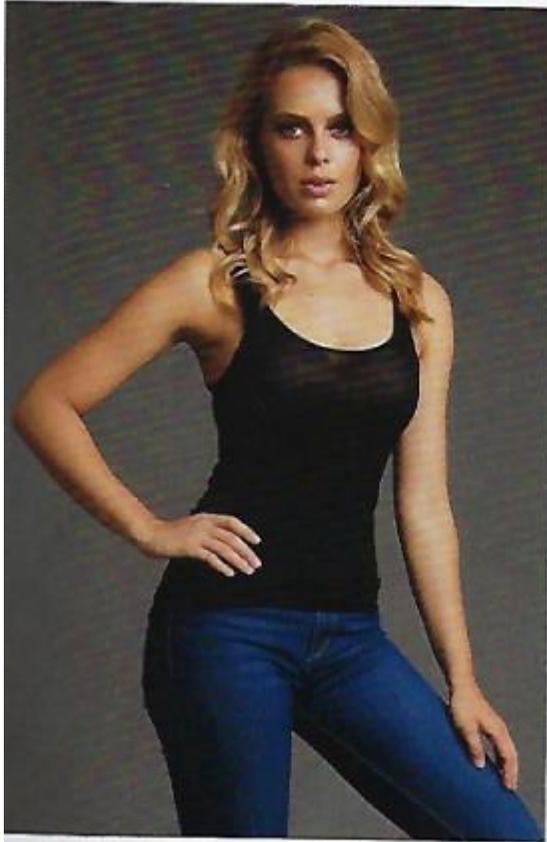
Bilder 32 und 33



✔ **Ausschnitt 1** Dieser Ausschnitt funktioniert, denn alle Elemente sind im Bild enthalten. Problematisch wäre es nur geworden, wenn dabei der Zeh entfernt worden wäre.



✘ **Ausschnitt 2** Dieses Bild wurde leider an einem Gelenk (nämlich am Fußgelenk) beschnitten. Das Modell steht quasi in der Leere. Hierdurch wirkt die Aufnahme amateurhaft und instabil.



✔ **Ausschnitt 3**  
(links) Dieser Ausschnitt funktioniert, weil das Bild an keinem Gelenk beschnitten wurde.

✘ **Ausschnitt 4**  
(rechts) Der Schnitt durch den Arm wirkt willkürlich und unterbricht den Bildfluss.

## 6. Gesicht / Nase

Einen nur geringen Nasenüberstand bei seitlichem Bild vermeiden. Entweder weniger, oder mehr als im linken Bild.

Bild Seite 55



Abb. 2-31

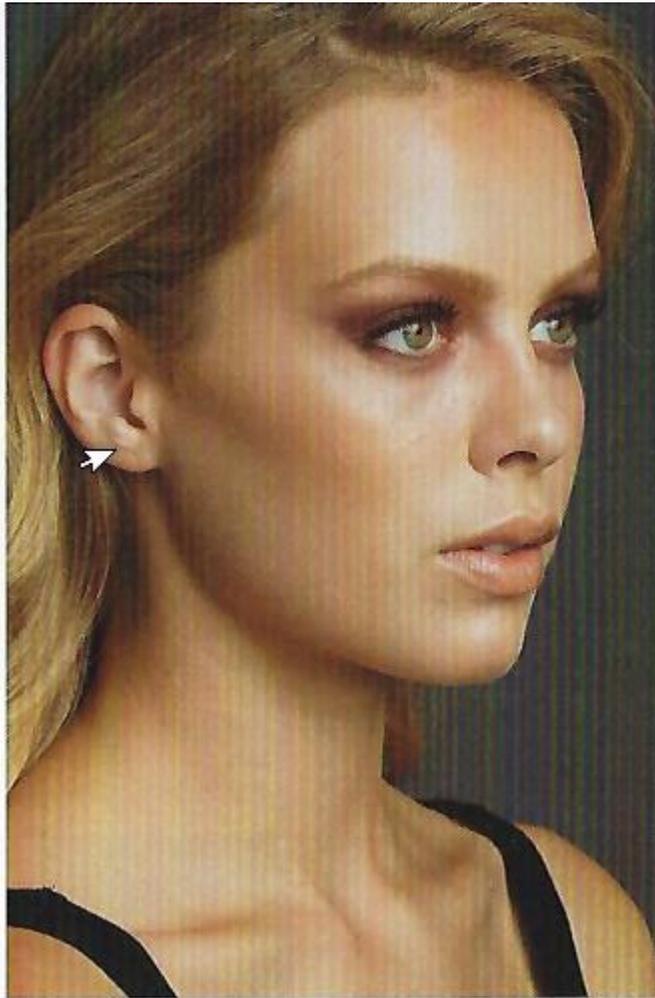
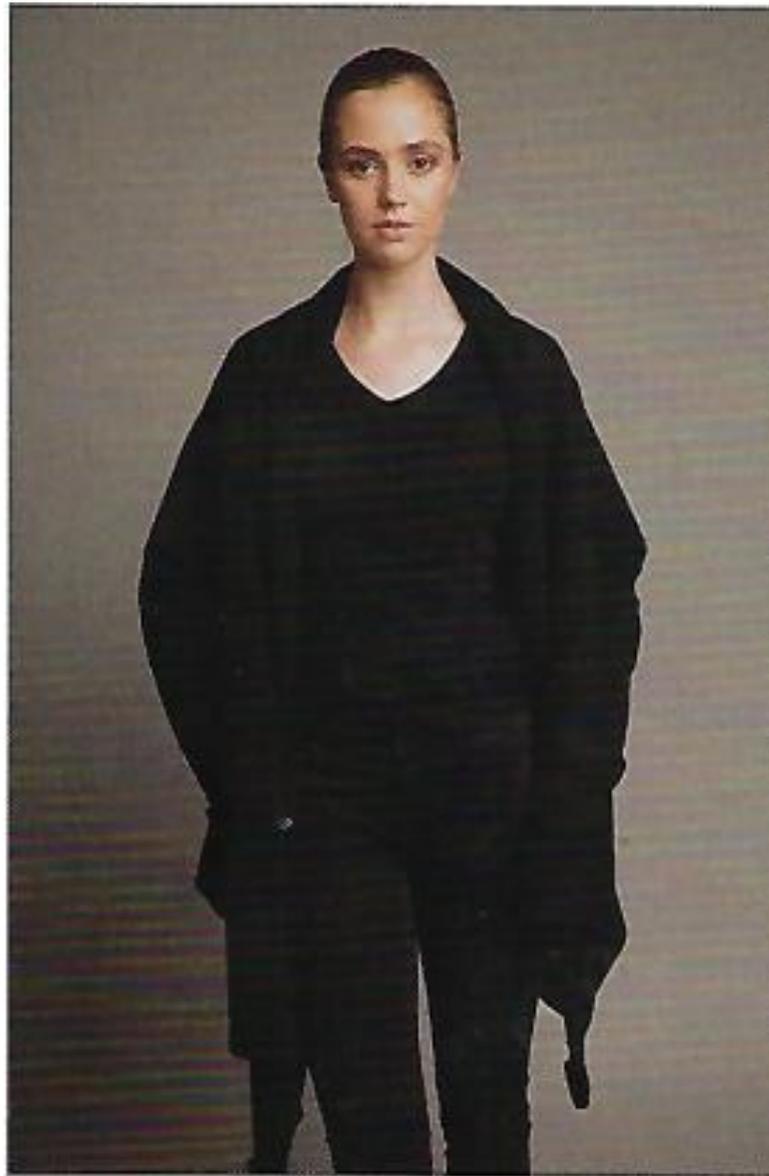


Abb. 2-32

## 7. Raum schaffen

Zu viel Verschmelzung und Unförmigkeit durch angelegte Arme oder durch formlose, weite Kleidung.

Bilder S72, 73 und 78



Stattdessen negativen Raum schaffen. Alternativ ist die Armhaltung innerhalb des Körpers.





Das gilt auch für unförmige bzw. weite Kleidung



**Weiter im Buch sind tolle Tips mit extrem vielseitigen Beispielen für:**

Posing für Damen

Posing für Herren

Gesichtsfotografie

Posing im Sitzen

Portraits mit liegendem Model

Posing von kräftigeren Models

Boudeurfotografie

Ventilatoren

Posing von Paaren

Posing bei Hochzeitsbildern

Posing bei Familien- / Gruppenfotos

Fotografieren von Schwangeren