4.5 Oberkörperporträts

Wird nicht nur der Kopf, sondern der gesamte Oberkörper einer Person abgebildet, spricht man von einem Brustporträt. Die einzelnen Bereiche wie Schultern, Arme, Dekolleté, Brust und Bauch treten – was den Kampf um die Aufmerksamkeit des Betrachters angeht – im Bild gegen das Gesicht und damit gegen den individuellsten Bereich des Modells an. Die Dominanz des Gesichts wird durch die geringere Fläche, die es jetzt im Bild einnimmt, reduziert. Dennoch handelt es sich immer noch um stark individuelle Porträtaufnahmen, in denen der Gesichtsausdruck das Bild mitträgt. Doch nicht mehr nur allein die Mimik der fotografierten Person charakterisiert sie, sondern auch deren Körperhaltung und vor allem die Gestik.

Gestik

Wenn wir von der Gestik einer Person sprechen, meinen wir die Körpersprache, die durch den ganzen Körper – also durch Arme und Hände sowie durch Schultern und Oberkörper – ausgedrückt wird. Damit bildet sie einen bedeutenden Teil der nonverbalen Kommunikation.

Anders als bei der Mimik, die nicht vollständig zu kontrollieren ist, können einzelne Gesten durchaus bewusst eingenommen, eingeübt und somit gefälscht werden. Die Gesamtheit der Gestik ist jedoch über einen längeren Zeitraum hinweg nur sehr schwer bewusst steuerbar. Je besser das schauspielerische Talent Ihres Modells ist,

Links: Hier wirkt die Gestik des Modells ruhig und beständig. Beide Arme geben der Pose den nötigen Halt.
105 mm, Blende 3,2, 1/200, ISO 500, Tageslicht
Unten: Bei besonders starken Gesten – wie hier den angedeuteten Teufelshörnern – treten die individuellen Besonderheiten des Modells dahinter zurück.
85 mm, Blende 2,5, 1/200 s, ISO 160, Tageslicht

Cora Banek / Georg Banek, Porträtfotografie 1, dpunkt.verlag, ISBN 978-3-86490-225-3

Gesten, die eher ungewohnt und nicht natürlich wirken, unterstreichen den inszenierenden Charakter eines Porträts. Wenn sie in sich stimmig sind, irritieren sie den Betrachter auf den ersten Blick und machen ihn auf den zweiten neugierig. 85 mm, Blende 2, 1/500 s, ISO 100, Tageslicht

desto gezielter können Sie die Gestik einsetzen, um eine bestimmte Wirkung zu erzielen. In einem Brustporträt wird ein großer Anteil der Stimmung des Modells durch Gestik transportiert. Um nun eine glaubwürdige Wirkung beim Betrachter zu erzielen, sollte der Fotograf die Grundzüge der Körpersprache kennen und erkennen. Nur so kann er ein passendes Ganzes inszenieren, bei dem sich Ausdruck und Haltung gegenseitig unterstützen.

Einzelne, aus dem Zusammenhang gerissene Gesten sind in ihrer Bedeutung noch nicht eindeutig. Erst die Gesamtheit aller Gesten in Verbindung mit Haltung und Mimik erzielt Authentizität im Bild. Gekünstelte und nicht stimmige Kombinationen aus Mimik und Gestik können ein ansonsten einwandfreies Porträt sogar schnell stören, da die Ungereimtheiten beim Betrachter sofort als zu unnatürlich wahrgenommen werden.

Körpersprache richtig deuten

Die Körpersprache bezieht sich auf alle Teile des Körpers und umfasst somit auch die Gestik. Auch für sie gilt, dass sehr gute Schauspieler und Modelle einen sehr großen Teil davon willentlich steuern können, was für die Fotografie oft ausreicht. In der Gesamtheit und über einen längeren Zeitraum hinweg verrät die Körpersprache dem aufmerksamen Beobachter jedoch immer die tatsächliche Stimmung einer Person. Um einem Modell eine stimmige Pose vermitteln zu können, müssen Sie selbst ein

Gefühl für Körpersprache entwickeln. Dazu empfehlen wir Ihnen, sich Ihre Mitmenschen genauer anzusehen, sie zu beobachten und ihre Gesten zu deuten.

Achten Sie einmal bewusst darauf, wie sich die Körperhaltung eines anderen Menschen in unterschiedlichen (emotionalen) Situationen verändert: Der aufrechte, lockere Gang einer gut gelaunten Person unterscheidet sich beispielsweise stark von der gebückten, introvertierten und eingefallenen Haltung einer verängstigten oder traurigen Person.

Beginnen Sie erst einmal, sich etwas ausführlicher mit diesem Thema zu beschäftigen, fällt Ihnen das Deuten von »körpersprachlichen Alltagssituationen« immer leichter. Und Sie können diese dann in Ihren Bildern bewusster einsetzen und inszenieren.

Gesten dirigieren

Doch egal wie gut bestimmte Gesten wahrgenommen werden, für ein Porträtshooting ist es entscheidend, sie dem Modell auch erklären zu können. Denn dieses weiß nicht, welche Bildidee der Fotograf verfolgt. Also entwickeln Sie die Bilder in Ihrem Kopf und – ganz wichtig – bleiben Sie diesen Ideen so lange treu, bis das einzelne Bild stimmig ist und genau Ihren Vorstellungen entspricht.

Die vielleicht einfachste Methode, dem Modell eine Körperhaltung nahezubringen, ist, sie selbst vorzumachen. Dabei kann ein Spiegel hilfreich sein, da man manchmal die Außenwirkung einer Pose vergisst. Genauso vermeidet ein Vormachen Posen, die an anatomische Grenzen stoßen. Sie merken ja selbst, wie Sie sich bewegen können, und sollten vom Modell nicht allzu artistische Einlagen erwarten.

Oben: Die stimmige Kombination aus Pose und Blick lebt in erster Linie durch die Armhaltung. Die dominanten Armlinien bilden dabei eine geschlossene Blickführung. 85 mm, Blende 5,6, 1/250 s, ISO 200, Studioblitz
Unten: Klare, einfache und natürliche Gesten wie hier die entspannt verschränkten Arme werden als normal empfunden und lenken nicht weiter vom Gesichtsausdruck ab, sondern unterstützen ihn. 105 mm, Blende 3,2, 1/640 s, ISO 200, Tageslicht

Cora Banek / Georg Banek, Porträtfotografie 1, dpunkt.verlag, ISBN 978-3-86490-225-3

Im zweiten Schritt muss dann meistens an der Kopf- und Körperhaltung des Modells noch etwas gefeilt werden, da das Modell sich weder von außen noch durch den Sucher sieht. Millimetergenaues Dirigieren ist hier unbedingt notwendig (siehe »Porträtfotografie 2 – Das Shooting«). Geben Sie dem Modell klare, eindeutige Anweisungen und denken Sie nicht einmal daran, es anzufassen. »Hände weg!« ist eine der absoluten Grundregeln der Porträtfotografie!

Natürlich erfordert das richtige Dirigieren einer stimmigen Gestik Übung. Doch wenn Sie schon während des Fotografierens kleine Variationen der Pose einfangen und sich Ihre Bilder nach dem Shooting kritisch (vielleicht auch im Austausch mit anderen Fotografen) ansehen, werden Sie die kleinen Unstimmigkeiten in Gestik und Körperhaltung entdecken und beim nächsten Mal vermeiden können.

Körperspannung

Wichtig bei einem Körperporträt ist die Spannung im Körper. Eine schlaff eingenommene Pose wirkt auch so: schlaff! Erinnern Sie das Modell vor jedem Auslösen daran: Muskulatur anspannen, Rücken gerade, Schultern zurück, Brust raus und Bauch rein!

Stimmungen umsetzen

Eine andere Möglichkeit, authentisch wirkende Bilder zu inszenieren, besteht darin, dem Modell eine Situation zu schildern, in die es sich hineinversetzen kann. Die Grundidee des Bildes wird somit nicht als Pose vermittelt, sondern als Stimmung.

Stimmige, vetraute Gesten geben einem Porträt schnell eine zusätzliche Tiefe, die der Gesichtsausdruck allein nur schwer transportieren könnte. 105 mm, Blende 8, 1/125 s, ISO 100, Studioblitz

Das Hineinfühlen in eine Emotion verlangt vom Modell allerdings ein gewisses schauspielerisches Talent. Und der Fotograf wird eher zum Zuschauer, der beobachtet, vielleicht minimal nachdirigiert und im richtigen Moment auslöst. Meist wirken diese Bilder echter, ehrlicher und lebendiger in ihrer Authentizität, da die Emotion tatsächlich gefühlt und nicht allein durch stereotype Gesten inszeniert wird. Doch birgt

Die folgende kleine Auswahl möglicher Gesten und Haltungen für Oberkörperporträts vermittelt Ihnen vielleicht eine Ahnung von ihrer Wirkung im Bild. Denn ganz unabhängig vom Gesichtsausdruck des Modells werden schon allein durch die Körperhaltung bestimmte Stimmungen vermittelt.

Cora Banek / Georg Banek, Porträtfotografie 1, dpunkt.verlag, ISBN 978-3-86490-225-3

Modellen, die noch nicht so häufig vor der Kamera standen, hilft es in der Regel, wenn sie sich festhalten können. Durch die Handhaltung wird der helle Raum außerdem mit Inhalt gefüllt, denn auch wenn sie nicht zu erkennen ist, muss da eindeutig eine Mauer oder etwas Ähnliches sein. 85 mm, Blende 2, 1/800 s, ISO 100, Tageslicht

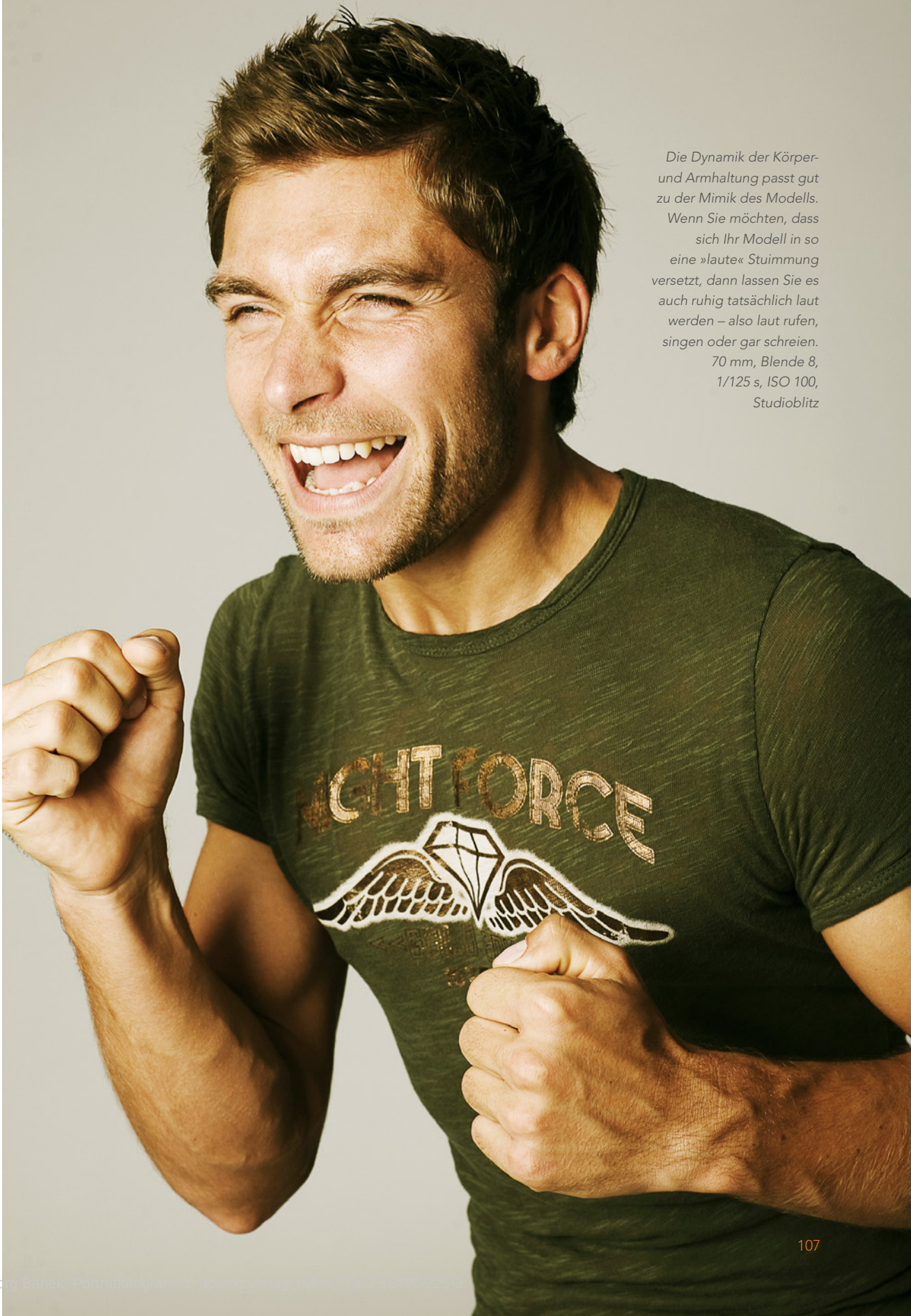
diese Methode auch die Schwierigkeit, dass insbesondere Laienmodelle häufig nervös sind und die Situation vor der Kamera als ungewohnt empfinden. Hier geben manchmal erst klare Anweisungen die notwendige Sicherheit. Dieses Vorgehen funktioniert vor allem für die Mimik, aber durchaus auch für die Gestik beziehungsweise die ganze Körpersprache.

Die Schulterpartie

Nicht nur im Brustporträt, auch bei reinen Kopfporträts oder einer Ganzkörperaufnahme bestimmen die Schultern den Grundtenor des Bildes. Diese Tatsache wird von vielen Fotografen häufig unterschätzt, etwa wenn sie sich bei einem Kopfporträt ausschließlich auf das Gesicht konzentrieren.

Eine gerade und aufrechte Schulterpartie führt insgesamt zu einer spannungsreicheren Körperhaltung. Hängende Schultern hingegen lassen den Körper labiler und weniger trainiert erscheinen. Dies führt zu negativen Assoziationen wie Unsicherheit, Angst, Labilität, Kraftlosigkeit, Krankheit, Mutlosigkeit, Trauer.

Um diese Wirkung zu vermeiden und für eine lebendige, dynamische Anmutung des Porträts zu sorgen, heißt es darauf zu achten, dass das Modell nicht in sich zusammensackt. Je nach Modell müssen Sie als Fotograf während eines Shootings die kleine Erinnerung meist sehr häufig wiederholen: Spannung in die Schultern!



Die Dynamik der Körper- und Armhaltung passt gut zu der Mimik des Modells. Wenn Sie möchten, dass sich Ihr Modell in so eine »laute« Stuimmung versetzt, dann lassen Sie es auch ruhig tatsächlich laut werden – also laut rufen, singen oder gar schreien. 70 mm, Blende 8, 1/125 s, ISO 100, Studioblitz

Cora Banek / Georg Banek, Porträtfotografie 1, dpunkt.verlag, ISBN 978-3-86490-225-3

Wenn die Gesamtheit aller »Wörter« der Körpersprache zueinander passt, ergibt das ein einheitliches Bildergebnis. Hier wirkt alles an dem Modell natürlich und entspannt. 300 mm, Blende 2,8, 1/640 s, ISO 100, Tageslicht

Und noch eine andere Falle steckt in den Schultern, insbesondere wenn sie unbekleidet sind. In der Regel bilden nämlich Schultern und der obere Teil des Armes zusammen eine im Vergleich zum Gesicht sehr große Fläche, die oft sehr hell ist und so viel Aufmerksamkeit auf sich zieht. Gleichzeitig weist sie inhaltlich kaum wichtige Bildinformationen auf, es sei denn, sie ist zum Beispiel mit Sommersprossen bedeckt. Mit entsprechender Kleidung, Posing und Lichtführung können Sie dies vermeiden.

Arme bilden Linien

Ein besonderes Augenmerk sollte der Fotograf auch auf die Armhaltung des Modells legen: Arme werden meist als dominante Linien wahrgenommen. Achten Sie darauf, dass Sie die Wirkung dieser Linien in den Bildergebnissen nicht unterschätzen. Wichtig ist, dass die Linien, die unter anderem ja auch durch die Arme gebildet werden, eine geschlossene Komposition bilden und nicht aus dem Bild hinausführen. Der Betrachter soll möglichst im Bild bleiben, wenn er den Linien folgt *(s. Seite 253)*.

Um die optische Dominanz der Arme zu reduzieren, lassen Sie das Modell die Arme anwinkeln, so dass diese an Länge und Fläche verlieren. Im Extremfall können Sie die Arme auch hinter dem Körper verstecken. Ebenso funktioniert ein beherzter Anschnitt. Dabei ist es allerdings wichtig, die Linienführung nicht zu durchbrechen. Kleidung mit langen Ärmeln lässt die Arme ebenfalls stärker in den Hintergrund treten, als wenn sie sich unbekleidet von beispielsweise dunkler Kleidung abheben. Und achten Sie darauf, dass Ihr Modell die Arme nicht vor lauter Nervosität an den Körper presst, sondern sie etwas davon abhebt. So wirken die Arme nicht plattgedrückt und damit optisch dicker, als sie sind.

Hände reden ständig

Die Hände bilden den gehaltvollsten Teil der Gestik. Deren Ausdruckskraft ist aufgrund ihrer Flexibilität enorm. Kurz, die Hände sind für die Körpersprache das, was die Augen für die Mimik sind: Sie sind redselig.

Allerdings sind sie auch ständig in Bewegung und ändern ihren Ausdruck sehr viel schneller als jeder andere Aspekt der Körpersprache. Um die Handhaltung einer Person zu verstehen, ist es besonders wichtig, das Gesamtbild der Körpersprache nicht aus den Augen zu verlieren. In dem Sinne sind sie auch besonders schwierig zu

dirigieren, denn eine natürliche Handhaltung entsteht meist aus einer Bewegung heraus. Insbesondere bewegte Handgesten, die in der Realität gut und stimmig aussehen, wirken – in einem Sekundenbruchteil eingefroren – in der Fotografie oft genug merkwürdig. Das macht die Hände zu einer sehr häufigen Fehlerquelle für Porträts.

Während des Shootings kann es deshalb hilfreich sein, das Modell die Hände noch einmal lockern und dann entspannt und unverkrampft an die richtige Stelle legen zu lassen. Achten Sie außerdem darauf, dass einzelne Finger nicht abgespreizt werden oder der Handrücken beziehungsweise die Handfläche keine zu große, helle und damit zu auffällige Fläche bildet.

Kleidung einbeziehen

Nicht nur die Körperhaltung und die Gestik des Modells treten in Konkurrenz zum Gesicht und damit zum wichtigsten Teil des Bildes. Auch die Kleidung (Ausnahme: Aktporträt) kann den Blick ablenken. Aufgrund der großen Fläche, die sie bei einer Aufnahme des Oberkörpers automatisch einnimmt, hat sie schnell eine starke Dominanz im Bild – nicht zuletzt auch deshalb, weil sie zusätzliche Bildinformationen auf der Inhaltsebene mit sich bringt. Daher gilt für ein klassisches Porträt, das nicht die Grenze zur Modefotografie berühren (oder überschreiten) soll, dass das Modell weder stark gemusterte noch grellbunte, beschriftete oder sehr auffällige Kleidung tragen sollte *(s. Seite 118)*. Oder achten Sie darauf, Posen zu wählen, welche die Kleidung nicht als ununterbrochene und große Fläche zeigen.

Diese Beispiele zeigen, wie eigentlich relativ dezente Kleidung und Posen zusammen dafür sorgen können, dass die Persönlichkeit des Modells in den Hintergrund tritt – und damit das Genre des klassischen Porträts verlassen wurde.
Links: 105 mm, Blende 3,5, 1/125 s, ISO 200, Tageslicht
Rechts: 50 mm, Blende 4, 1/125 s, ISO 200, Tageslicht

Cora Banek / Georg Banek, Porträtfotografie 1, dpunkt.verlag, ISBN 978-3-86490-225-3