

ZENTRUM WISSEN 2018

THEMA: INSIDE MAKES OUTSIDE – DAS GEHEIMNIS, FOTOGEN ZU SEIN

Anzeigensonderveröffentlichung

www.HNA.de

„Glück ist immer fotogen!“

Zentrum Wissen: Florian Beier zeigte, was Fotogenität eigentlich bedeutet und wie man sie lernen kann

Von Natalie Fischer

Die wenigsten lassen sich gern fotografieren. Tatsächlich halten sich 90 Prozent aller Menschen für unfotogen oder entwickeln sogar Angst vor der Kamera. Dass sich das auch stark auf unseren Selbstwert und damit auf unser Leben auswirkt, ist den meisten jedoch nicht bewusst. Doch diese Blockade kann man überwinden und dadurch ein vollkommen neues Gefühl der Freiheit erlangen, wie der Fotograf und Lifecoach Florian Beier in seinem Vortrag am 26. November in der EAM-Eingangshalle in Kassel zeigte.

Mit einem strahlenden „Schön schaut ihr aus heute Abend“ begrüßte Florian Beier sein Publikum. Auf seine Frage, wer sich denn gern fotografieren ließe, gingen nur wenige Hände hoch. Denn tatsächlich lassen sich nur 10 Prozent der Menschen gern fotografieren. Der Rest scheut die Kamera. Zu groß sei die Gefahr, wieder einmal „furchtbar“ auf einem Bild auszusehen. Doch warum ist das so und was kann man dagegen tun? Mit diesen Fragen hat sich Florian Beier in seiner Tätigkeit als Fotograf auseinandergesetzt. Denn Fotogenität sei viel mehr als nur die Fähigkeit, auf einem Foto hübsch auszusehen.

„Ein Foto ist ein Türöffner“, so Beier, „und zwar in jeder

Lebenslage.“ Es entscheide darüber, ob wir zu einem Bewerbungsgespräch eingeladen werden oder nicht, ob man uns kennenlernen möchte oder nicht. Denn ein Foto sagt viel über unsere Persönlichkeit aus. „Je eher wir jedoch versuchen, auf Knopfdruck schön zu sein, desto mehr verkrampfen wir“, erklärte Beier und ergänzte: „Dieser Moment vor der Kamera ist wie ein Mikrokosmos. Er ist stellvertretend für alle Situationen, in denen wir uns unwohl fühlen.“

„Je authentischer wir sind, desto schöner wirken wir!“

FLORIAN BEIER

Und genau hier läge das Problem. Denn sobald sie eine Kamera sähen, fingen viele an, zu schauspielern, um ihr Unwohlsein zu verdecken. Eine Maske zu tragen und zu lächeln, obwohl sie sich unbehaglich fühlen. Und genau das fängt die Kamera ein. Das enttäuschende Ergebnis bestätige wiederum unsere Meinung von uns selbst. Ein Teufelskreis.

„Wir müssen unsere Maske ablegen“, fordert Beier. „Je authentischer wir sind, desto schöner wirken wir.“ Auch der Verkrampfung ließe sich entgegenwirken. Wenn man etwa die Hände bewusst entspanne, entspanne auch das Gesicht.

Ein weiterer Grund für die Kamerascheu sei, dass sich viele Menschen auf Fotos fremd vorkämen. Dies hat eine einfache Ursache. Denn wir selbst wissen gar nicht, wie wir wirklich aussehen. Wir kennen uns schließlich nur aus dem Spiegel. Ähnliches gilt für unsere Stimme.

Natürlich sähen wir beim Blick in den Spiegel auch nur selten das Positive. „Wir sind so fest davon überzeugt, dass wir nicht schön sind, dass wir nur auf die Fehler schauen“, so Beier. Wie oft habe man im Leben schon eine Gelegenheit sausen lassen, nur aus Angst davor, nicht gut genug zu sein oder sich zu blamieren?

Kinder hätten uns da einiges voraus. „Kinder sehen immer großartig aus, denn sie zweifeln nicht daran, dass sie wertvoll sind“, erklärt der Fotograf. „Wir sollten es wie die Kinder machen und mit uns selbst glücklich sein. Denn Glück ist immer fotogen. Und Fotogenität ist, das zu lieben, was man macht.“ Und das strahlt von innen nach außen.

Wenn wir uns wieder selbst bewusst werden und lernen, uns zu lieben, ist so vieles möglich. Also Hände entspannen, Glücksmomente abrufen und dem fantastischen Foto steht nichts mehr im Wege. Dabei sind tolle Fotos natürlich nur das kleinste Wunder. Was wäre alles möglich, wenn wir glücklich sind?

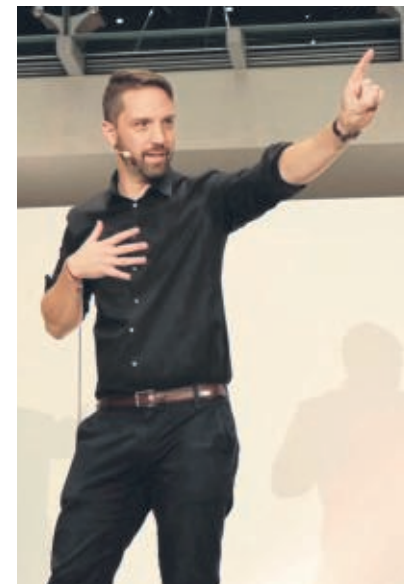


„Fotogenität ist, das zu lieben, was man macht“: Florian Beier (links) und Jakob Marek inspirieren in Vorträgen und beim Fotoshooting dazu, sich wunderschön zu fühlen.

Fotos: Natalie Fischer



Möchten schöne Selfies machen: Steffi Schülbe (links) und Ulrike Wahl wollten wissen, wie man auf Fotos entspannt aussieht und auch ohne Filter tolle Fotos hinbekommt.



„Hauptberuflich mache ich Menschen glücklich“: Fotograf und Lifecoach Florian Beier erklärte, warum wir uns als unfotogen empfinden und welche Freiheit es ist, dieses Gefühl zu überwinden.



Zum Fotografieren motiviert: Ulrike Jorzik (links) und Christiane Müller konnten viele interessante Anregungen mitnehmen.

Zentrum Wissen 2019

Persönlichkeitsentwicklung – ein Weiterbildungsangebot Ihrer Tageszeitung

Präsentiert von der Hessischen/Niedersächsischen Allgemeinen (HNA), dem Exklusivpartner EAM und in Zusammenarbeit mit der Veranstaltungsagentur SPRECHERHAUS® werden 2019 erneut prominente Top-Referenten nach Kassel eingeladen, die Ihnen das Expertenwissen für Ihren Vorsprung durch Wissen bieten.

Preise: Einzelkarte 49,- Euro* | 59,- Euro || 8er Abo 343,- Euro* | 413,- Euro *Vorteilpreise für Abonnenten der HNA

Veranstaltungsort: EAM GmbH & Co. KG, Unternehmensleitung, Montevedistraße 2, 34131 Kassel – Jeweils von 19.30 bis 21.00 Uhr. (Einlass ab 19.00 Uhr)

Infos und Buchung bei der Veranstaltungsagentur: SPRECHERHAUS® | +49 (0) 2561 69 565 170 | www.sprecherhaus-shop.de



Das perfekte Weihnachtsgeschenk!



FRÜH-
BUCHERPREIS
bis zum 22.01.2019
für Abonnenten der HNA:
Preis für das 8er-Abo nur
299,- Euro!

Exklusivpartner:



HNA Immer dabei.

www.meineHNA.de

1 Do., 28.03.19 | Selbstmotivation
Prinzipien effektiver Selbstmotivation
So zähmen Sie Ihren inneren Schweinehund
Dr. Marco Freiherr von Münchhausen
Experte für Persönlichkeit, Motivation und Kommunikation
www.vonmuenchhausen.de

2 Mi., 17.04.19 | Schlagfertigkeit
Schlagfertigkeit
Souverän kontern
Christian Lindemann
Cirque du Soleil Star, King of Pickpockets, internationaler Showexperte
www.christianlindemann.com

3 Do., 23.05.19 | Humorfaktor
„Hurra ein Problem!“
Humor als Kraftquelle im Alltag
Eva Ullmann
Humor-Expertin, Expert Member Club 55, Gründerin Deutsches Institut für Humor
www.humorinstitut.de

4 Do., 27.06.19 | Veränderungsfähigkeit
Abenteuer Veränderung
Aufbruch · Motivation · Wachstum
Cristián Gálvez
„Deutschlands führender Persönlichkeitstrainer“ (SAT.1), Speaker des Jahres 2017, Executive-Coach
www.galvez.de

5 Do., 29.08.19 | Handlungsfähigkeit
Die Strategien der Profi-Piloten
Sicher entscheiden in turbulenten Zeiten
Philip Keil
Berufspilot, Speaker, Sachbuchautor und TV-Luftfahrt-experte
www.philipkeil.com

6 Do., 26.09.19 | Klarheit
Klarheit
Wissen, was zählt – und darüber reden
René Borbonus
Rhetorikspezialist; Der, der Ihrer Überzeugung Kraft schenkt.
www.rene-borbonus.de

7 Di., 29.10.19 | Lebenskraft
Lebenskraft statt Burnout
Prävention statt Therapie
Slatco Sterzenbach
Extremsportler, Diplom-Sportwissenschaftler, 17-facher IRONMAN, mehrfacher Bestsellerautor
www.slatco-sterzenbach.com

8 Do., 21.11.19 | Empathie
Empathie
Fundament haltbarer Beziehungen
Mahsa Amoudadashi
Wirtschaftspsychologin, Expertin für Empathie
www.mahsa-amoudadashi.de