

Maria Benning Gerald Zörner

Foto- shooting

Das Subjekt
vor dem Objektiv



HUBER



Benning / Zörner
Fotoshooting

Verlag Hans Huber
Psychologie

Wissenschaftlicher Beirat:

Prof. Dr. Dieter Frey, München

Prof. Dr. Lutz Jäncke, Zürich

Prof. Dr. Meinrad Perrez, Freiburg i. Ü.

Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen

Prof. Dr. Hans Spada, Freiburg i. Br.



Maria Benning
Gerald Zörner

Fotoshooting

Das Subjekt vor dem Objektiv

Verlag Hans Huber

Zum Titelbild:

Das Bild entstand im Rahmen der Ausstellung Shoot! Fotografie existenziell im c/o Berlin, International Forum For Visual Dialogues. Die Ausstellung wurde von Clément Chéroux kuratiert und vom Museum für Photographie in Braunschweig und Les Rencontres d'Arles produziert. Um auf die Verbindung der Wortfelder «schießen» und «fotografieren» zu verweisen, hält Clément Chéroux, Kurator am Centre Georges Pompidou in Paris, bei der Pressevorbesichtigung der Ausstellung das Gewehr auf einen Fotografen.

Programmleitung: Tino Heeg

Redaktion: Edeltraud Schönfeldt, Berlin

Herstellung: Karolina Andonovska

Umschlaggestaltung: Claude Borer, Basel

Druckvorstufe: Claudia Wild, Konstanz

Druck und buchbinderische Verarbeitung: Kösel, Altusried-Krugzell

Printed in Germany

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen oder Warenbezeichnungen in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen-Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

Anregungen und Zuschriften bitte an:

Verlag Hans Huber

Lektorat Psychologie

Länggass-Strasse 76

CH-3000 Bern 9

Tel: 0041 (0)31 300 45 00

Fax: 0041 (0)31 300 45 93

verlag@hanshuber.com

www.verlag-hanshuber.com

1. Auflage 2012

© 2012 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern

(E-Book-ISBN 978-3-456-94998-7)

ISBN 978-3-456-84998-0

Inhalt

Warum wir dieses Buch geschrieben haben	7
Das Subjekt vor dem Objektiv	9
Face me – just me	14
Momente für die Ewigkeit	19
Jedes Bild lügt – immer	23
Social-Network-Fotografie	26
Wie es zu der Auffassung kam, ein Foto zeige, wie es ist	30
These Ich und Passform Foto	32
Lichtschreiberei	36
Seelenraub aktuell	40
Sublime Erotik	43
Die Autorität der Kamera	48
Gesehen werden ist existenziell	54
Selbst-Sabotage und mögliche Auswege	61
Dämon Abbild	66
Das Schöne am eigenen Bild	77
Verortung heute	78
Das Bewerbungsfoto	80
Die Kontaktanzeige	91

Gute Miene zum schlechten Bild	99
Ich bin viele	101
Frauen, Männer, Identitäten	103
Die eigene Geschichte zum Bild	104
Perfektion	107
Mimik	108
Spiegelneurotische Erwartungen	111
Der Weg zum Bild	113
Ich bin die Lösung	120
Mit sich selber einig	123
Entwirf ein Bild von dir, bevor es andere tun	127
Ein gutes Porträt	130
Bildnachweis	133
Quellen	134
Literatur	137

Warum wir dieses Buch geschrieben haben

Nahezu jeder möchte sich heute visuell präsentieren. Digitale Bewerbungen, Firmenpräsentationen im Internet und Social-Media-Plattformen wie Facebook haben das Interesse neu entfacht, sich mit einem persönlichen Foto darzustellen. Das Porträt hat Konjunktur.

Doch viele empfinden es als schwierig, vor der Kamera zu stehen. Woher kommt dieser Mulm? Und warum ist es für viele Menschen zweierlei, wie sie auf den Bildern wirken und wie sie wirken wollen? Und lässt sich das eine mit dem anderen nicht besser in Übereinstimmung bringen?

Diesen Fragen gehen der Porträtfotograf Gerald Zörner und die Journalistin Maria Benning nach. Sie stellen die psychologischen Aspekte des Fotografiertwerdens dar. Beleuchtet wird, woher das Unbehagen des Subjektes vor dem Objektiv kommt und welche Strategien sich eignen, um mit Hilfe der Kamera zu einem positiven Selbstbild zu finden.

Ein Bild von sich entwerfen, das fällt vielen schwer. Wer Prüfungsstress, Trennung oder Arbeitsplatzverlust erlebt hat, steht mitunter neben sich oder versinkt im Chaos. Dann gilt es, sich am eigenen Bild aus dem Sumpf zu ziehen und die Krise zu überwinden. Porträtfotografie lässt sich auch dazu nutzen, sich selbst besser kennenzulernen und das möglicherweise angeknackste Selbstbild zu reparieren. Wer mit sich selbst im Reinen ist und weiß, was er will, strahlt dies auch anderen gegenüber aus.

Seit mehr als fünfzehn Jahren arbeitet **Gerald Zörner** am Thema Porträt. Er lebt in Berlin und fotografiert Autoren, Schriftsteller, Mana-

ger und Künstler. Arbeitslose und Menschen, die ihren Job wechseln wollen, kommen ebenso zu ihm wie Leute, die etwas zu feiern haben. Der Mann in der Midlife Crisis lässt sich porträtieren und die Frau, die sich beruflich umorientieren will; Menschen, die in Single-Foren nach einem neuen Partner suchen, und solche, die Trennungsabsichten hegen.

Oft sagen die Kunden: «Mach mich schön.» Dann versucht Zörner zu klären, was die Leute, die er fotografiert, für schön halten. Dabei zeigt sich immer wieder, dass ihre vermeintlichen Schwachstellen, die sie auf keinen Fall sichtbar werden lassen wollen, unwesentlich sind, dass Schönheit eine Sache des Selbstbildes ist. Doch gerade das hängt mitunter ziemlich schief.

Mit der Kamera und viel Einfühlungsvermögen hilft Zörner den Menschen, die zu ihm kommen, ihr Selbstbild geradzurücken. Er versucht, gemeinsam mit ihnen herauszufinden, wie sie auf den Bildern wirken und wie sie wirken wollen – und inwieweit sich das eine mit dem anderen in Einklang bringen lässt.

Ausgehend von dem, was die Leute für ihre Schokoladenseite halten, arbeiten Fotograf und Fotografiertes gemeinsam am Bild. Immer wieder drückt Zörner auf den Auslöser, dann zeigt und bespricht er die Fotos auf dem Bildschirm mit seinen Kunden – bis schließlich Bilder entstehen, mit denen die Porträtierten ihren Frieden schließen und sich wohlfühlen. Die so entstandenen Porträts können zu einem Image werden, zu einem Leitbild, das den Fotografierten dazu verhilft, näher bei sich selbst zu sein, sich selbst zu finden.

Maria Benning hat Germanistik, Geschichte und Philosophie studiert. Geschichten von Gesichtern, Images, Selbst- und Fremdbilder – all diese Spielformen von kulturellem Selbstverständnis und dazugehöriger Pose faszinieren die Berlinerin.

Als freie Journalistin und Lehrerin hat Maria Benning auch Bewerbungstrainings angeboten. Dabei hat sie immer wieder festgestellt, wie förderlich es ist, wenn Menschen ein positives Bild von sich haben. Selbst wenn wir nicht ausdrücklich danach fragen, wer wir sind

und wie wir wirken, müssen wir damit rechnen, Antworten zu erhalten. Die Antworten können erfreuen, ratlos machen oder erschrecken. Auf jeden Fall beeinflussen sie uns.

Sei es privat, sei es beruflich: Menschen sollten ein klares Bild von sich haben, das sie anderen ebenso klar vermitteln. Das erleichtert Prüfungen und die Jobsuche und kann hilfreich sein, wenn es darum geht, neue Freunde oder einen Partner zu finden. Und sollte einmal nichts von alledem anstehen, kann ein gutes Foto auch einfach wohl tun.

Vorbemerkung

Wer über Fotografie schreibt, bemerkt schnell, dass der Bereich «hinter der Kamera» sprachlich mit «dem Fotografen» in Verbindung gebracht wird, während der Bereich «vor dem Objektiv» assoziativ mit Frauen oder Kindern verbunden ist. Die Praxis seit Erfindung der Fotografie hat diese Vorstellungswelt geprägt. Diesem Sprachgebrauch kann die vorliegende

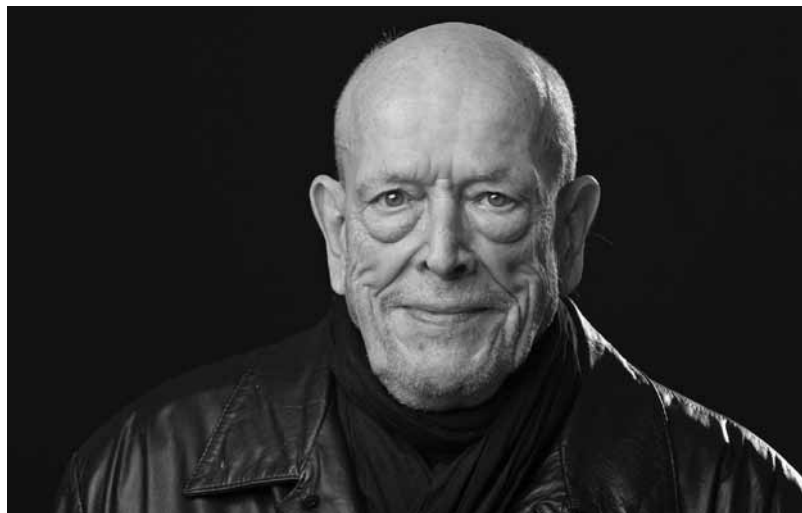
Darstellung nicht immer entkommen. Korrekt wäre es, immer «die Fotografin und der Fotograf» zu schreiben. Auch müsste es «die und der Fotografierte» heißen. Um den Lesefluss nicht allzu sehr aufzuhalten, schreiben wir nicht überall beide Formen aus. Immer aber sind beide gemeint.

Das Subjekt vor dem Objektiv

Man liebt sich – im Großen und Ganzen. Man findet sich schön – mal mehr, mal weniger. Man hat etwas geschafft im Leben – einiges zumindest. Nun kommt es darauf an, sich selbst in diesem positiven So-Sein ähnlich zu werden. Dieses Buch möchte Ihnen zeigen, wie Sie diesem Ziel mit den Mitteln der Porträtfotografie näher kommen oder es sogar erreichen können.

Dass Sie auf Ihre Art schön sind, dass Sie Charisma haben und ein gutes Karma, davon gehen wir aus. Dennoch sind Sie manchmal enttäuscht, wenn Sie sich auf Bildern sehen. Oft gerät das Selbstbild, das frei von Selbstzweifeln sein sollte, in Streit mit dem, was man sieht, wenn man sich auf einem Foto betrachtet. An dieser Stelle setzt dieses Buch an. Die eigene Persönlichkeit und die Möglichkeiten, sie im Bild einzufangen – das sind unsere Themen.

Den meisten Menschen wird mulmig zumute, wenn sie sich selbst auf Bildern sehen.



Drei Schriftstellerporträts aus dem Berliner Fotostudio von Gerald Zörner. Von oben nach unten:
Thomas Lehr, Elke Erb und Urs Jaeggi.

Sie sind mit ihrem Aussehen und ihrer Ausstrahlung nicht zufrieden. Sie fürchten oder nehmen wahr, dass dabei eine Seite von ihnen zum Vorschein kommt, die sie lieber verbergen möchten. Wir wollen die psychologischen Angstauslöser und Blockaden erklären, die dieses Unbehagen am eigenen Bild begründen. Überdies möchten wir darstellen, wie man Gefallen am eigenen Bild entwickeln und daraus einen Blickfang machen kann.

Unser Buch versteht sich als Ratgeber. Es zeigt mit Hilfe vieler Bilder, wie man sich vor der Kamera des Porträtfotografen entspannt und welche Überlegungen, Mantrien und Techniken aus der energetischen Psychologie helfen können, wenn es darum geht, die Situation vor dem Objektiv zu bewältigen und mit Hilfe der Kamera ein positives Selbstbild zu entwerfen.

Das Porträt – stellvertretend für mich unterwegs

Seit die Digitalkamera sich durchgesetzt hat, ist jeder in der Lage, scharfe Bilder zu schießen. Eine gute Kamera und Speicherplatz auf der Festplatte oder in der Cloud – schon geht es los. Hochauflösende, megapixelstarke Bilder entstehen inzwischen sogar dann, wenn ein Kind die Kamera in Händen hält. Jeder ist Fotograf, so scheint es, und Gelegenheit, sich auf Bildern zu sehen, gibt es viele.

Dieses Buch beschäftigt sich weniger mit der uns permanent umspülenden Flut von Erinnerungs- und Gelegenheitsbildern. Uns geht es um Auftrags- und Bewerbungs-Porträts. Um Fotos, die Menschen aktiv und ambitioniert von sich anfertigen lassen. Um Images, die entstehen, wenn jemand sich fotografieren lässt, damit eine bestimmte Sicht von ihm entworfen und im Foto festgehalten wird.

Porträt – das Wort kommt von französisch **portraire** und bedeutet herausziehen, darstellen, öffentlich machen, aber auch verlä-



Porträt ist das,
was man vor sich
herträgt.

gern. Das französische Verb geht zurück auf das lateinische **protrahere**, gebildet aus der Vorsilbe «pro» und dem Verb «trahere» – ziehen. Ein Porträt ist somit das, was vorgezogen oder hervorgezogen wird. Porträts ziehen das menschliche Aussehen aus der Natur hervor und halten es fest. Vom Schnappschuss unterscheidet sich das Porträt dadurch, dass es eigens zum Zweck und mit dem Vorsatz der Veröffentlichung produziert ist. Es ist das Bild von sich, das hervorgezogen wird – sichtbar für alle oder einen ausgewählten Kreis.

Das Verhältnis von Abbild und Selbstbild ist eine Frage der Identität und damit ein Lebensthema. Dieses Buch beleuchtet eine Facette dieses Themas: die Gefühle desjenigen, der vor der Kamera steht. Im Mittelpunkt steht das Subjekt, das sich Objekt werden fühlt. Darüber hinaus soll es um die Wirkung gehen, die ein Porträt auf den Fotografierten hat.

Dem Porträtfotografen kommt in diesem Prozess eine wichtige Aufgabe zu: Er muss den Fotografierten mit dem eigenen Bild versöhnen. «Bedeutung und Sinn entstehen erst mit der Übersetzung», sagt Walter Benjamin (1). Auch Fotograf und Betrachter des Bildes sind Übersetzer und Überbringer des Ichs.



Der Porträtfotograf muss den Porträtierten
mit dem eigenen Bild versöhnen.

Ein Bild entwerfen

Eigentlich ist alles ganz einfach: Wer sich fotografieren lassen will, stellt sich vor die Kamera hin. Der Fotograf drückt ab. Fertig ist das Bild. Doch wie soll ich mich hinstellen? Wohin mit den Händen? Und was für ein Gesicht soll ich aufsetzen?

Entwirf ein Bild von dir, bevor es andere tun! Das eigene Bild entsteht vor dem Bild.

So sah es auch Kaiser Augustus. Der Selbstvermarkter und Werbeprofi ließ sein Porträt auf Münzen prägen und verbreitete auf diese Weise eine ihm gefällige Sicht auf seine Person.

Doch was für eine Sicht auf meine Person will ich verbreiten? Wer ist das überhaupt – «meine Person»? Und wie sieht für mich eine treffende Stilisierung aus?

Es ist wohl kein historischer Zufall, dass das Wort «Person» – von lateinisch **persona** – ursprünglich «Maske» bedeutet. Der amerikanische Soziologe Robert Ezra Park (1864–1944) schloss daraus, dass jeder überall und immer – mehr oder weniger bewusst – eine Maske aufsetzt und trägt. Wir erkennen und bestätigen uns gegenseitig in diesen Masken und bemerken auf diese Weise, ob sie uns passen oder nicht. Haben wir die richtige Maske gewählt, gilt laut Park: «The mask is our truer self.» (2). Die Maske wird zum Selbst. Inzwischen sind sich viele Soziologen und Psychologen einig: Es gibt keine einheitliche Person hinter diesen Masken. Wir sind die Rollen, die wir einnehmen. Und sollte sich eine als falsch erweisen, müssen wir sie ablegen und durch eine andere ersetzen.

Augustus ließ sein Konterfei auf Bronzemünzen prägen. Das konnte sich nicht jeder leisten. Die Fotografie als Mittel der Selbstdarstellung steht heute allen zur Verfügung. Das Medium ist die Botschaft. Ein Foto hat eine andere Wertigkeit als Bronze. Es ist ein Alltagsmedium, und genau das ist seine Botschaft. Wir können mit diesem Medium jeden

Augenblick unseres Lebens zum Andenken machen.

Natürlich erfindet nicht jeder die Art und Weise neu, wie er vor der Kamera agiert. Es gibt ein mehr oder weniger standardisiertes Ausdrucksrepertoire. Obwohl die meisten sich für einzigartig halten, stilisieren sich viele Menschen vor dem Objektiv in ähnlicher Weise.

Der französische Soziologe Pierre Bourdieu (1930–2002) untersuchte 1979 **Die feinen Unterschiede** der Selbstdarstellung im öffentlichen Auftritt. Er gelangte zu dem Schluss: Es gibt das selbstverständliche Gebaren der Oberschicht, das Bildungsgebaren der Mittelschicht und den präntiösen Geschmack der unteren Schichten. Die Kamera bildet diese Einstellungen zur Selbstdarstellung ab. «Neben den jeweils klassenspezifischen Interessen sind es die objektiven, undeutlich erfahrenen Beziehungen zwischen der «Klasse als solcher» und den anderen Klassen, die sich mittelbar in der Haltung der Individuen gegenüber der Fotografie ausdrücken», schreibt Bourdieu (3).

Vielleicht haben wir als Existenzgründer und Ich-AG-Aktionäre die «Klassen» im engeren Sinn schon hinter uns gelassen. Dennoch stellt sich für jeden von uns die Frage: Wie stehe ich da? Was sagen meine Kleidung, mein Auftritt, meine Körperhaltung und mein Gesicht über mich aus?

Entscheidend ist nicht, wie Sie erscheinen, sondern wie Sie erscheinen wollen. Soll das Foto den Geliebten beeindrucken oder den potenziellen Arbeitgeber? Niemand wählt seine Maske zufällig. Fällt es Ihnen leicht, eine Pose einzunehmen? Oder müssen Sie sich dazu anstrengen? Die Antwort auf diese Fragen lässt Rückschlüsse darauf zu, ob die Pose zu Ihnen passt oder nicht. Jedes Bild, das passt, verströmt eine gewisse Leichtigkeit und lässt die Inszenierung vergessen. Allzu angestrigtes Bemühen könnte als Hinweis darauf gewertet werden, dass die Haltung, die Sie einnehmen wollen, nicht stimmt.

Jedes Bild muss situationsadäquat sein. Das Foto von Ihnen im Brautkleid hat nicht in dem Sinn sexy zu sein, als gelte es, weiter auf Partnersuche zu gehen. Ihr Bewerbungsfoto muss nicht nach Abenteuerlust ausschauen. Ein Bild erfüllt seinen Zweck in der Adressaten- und Zielgruppenbezogenheit.

Kommunikation läuft nicht in erster Linie über Inhalte. Es geht vielmehr um die Vermittlung von Selbstbildern. Der Einzelne ist insofern regelrecht Manager seiner selbst. Jeder formt sein Bild in den Augen der anderen und gibt sich Mühe, diese Form aufrechtzuerhalten.

Image, so drückt es der Soziologe Heinz Abels aus, ist ein Sozialwert, den man durch Verhaltensstrategien erwirbt, verteidigt und behutsam ausbaut. Jeder Mensch ist immer auf den Erhalt des einmal erworbenen positiven Images bedacht. Jeder agiert als Gralshüter seiner selbst (4).

Ihr Porträt kann deutlich machen, wen Sie da gerade bewachen – aus welchen Facetten Ihr Bild besteht und aus welchen es bestehen soll. So kommen Sie sich letztlich selbst näher und erfahren mehr darüber, wer Sie sind und wer Sie sein wollen.