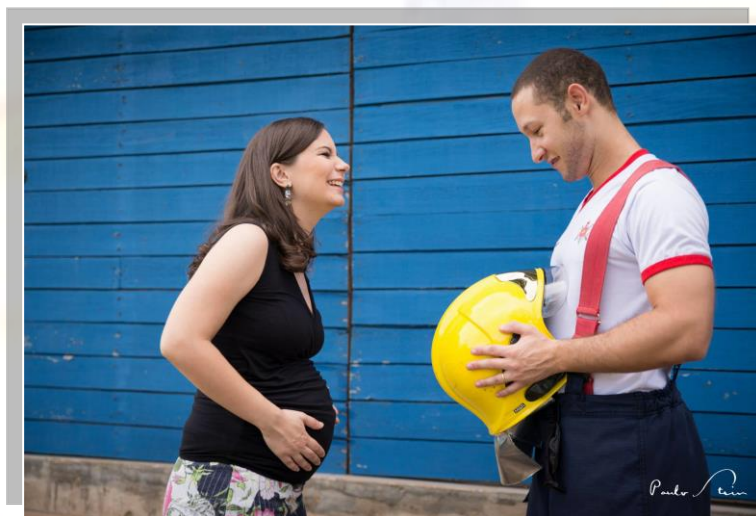


Paulo Stein | Photography

GUIA DE ENSAIO



Ao planejar um ensaio, existe a preocupação em demonstrar as nossas características, gostos pessoais e interesses. Escolher o tema, local e figurino das fotos, no entanto, não é uma tarefa fácil. Neste guia de ensaio, darei algumas dicas de como se portar frente à câmera, que objetos levar, como se vestir, que local escolher etc.

Como me preparar para um ensaio?



A preparação mental é a mais importante e, por essa razão, é a primeira da lista. Um estado de tranquilidade faz a diferença na hora do ensaio. Músculos relaxados, despreocupação, serenidade, prazer e alegria são os “mestres” nas fotos. Afinal, sair bem na foto não tem muita relação em ser bonito ou feio, pois, independentemente de beleza, a pessoa pode ser fotogênica ou saber posar. Geralmente o que mais ajuda para se conseguir boas fotos é ficar à vontade com o fotógrafo.

Após essa preparação mental, existem algumas dicas que costumo dar para o pré-ensaio:

1) alguns cuidados com a pele são necessários: algumas marcas podem ser facilmente escondidas com maquiagem (como cicatrizes, espinhas, machucados, olheiras, etc.), dessa forma, não hesite em usá-la. Embora eu faça tratamento de imagem na pele, quão menos “manipuladas” as fotos, melhor será o resultado do ensaio fotográfico. Naturalidade é a palavra-chave.

2) Cortar o cabelo, fazer a barba, manicure, pedicure, sombrancelhas, escova etc. Faça tudo que você quiser para deixá-lo(a) mais bonito (a). Afinal, a fotografia apenas vai retratar o seu visual daquele momento.

3) Durma bem na noite anterior e tente não ficar ansiosa(o). Não marque o seu ensaio um dia depois de um longo trabalho ou após uma balada. Em alguns casos, não há maquiagem (ou “photoshop”) que esconda o fato de você não estar se sentindo bem ou estar cansada(o).

4) Mentalize que tipo de ensaio você deseja, pois esse fato irá influenciar na escolha do local, nas roupas, objetos a serem levados etc.



O que levar?

Balões, pirulitos, sombrinhas, flores, cestas de piquenique, bolhas de sabão, bichos de pelúcia, quadrinhos, animais de estimação... Não existe nenhum objeto que seja obrigatório para um determinado tipo de ensaio, então, use sua imaginação! Utilize peças que, além de ajudarem a compor a cena, lhe dê um resultado personalizado e criativo.

É legal registrar também as suas atividades preferidas. Se você dança, pratica algum esporte ou mesmo gosta de livros ou séries, pode posar fazendo aquilo que mais gosta. Assim, o ensaio vai ficar mais pessoal e mostrar a todos quem você realmente é.

Com base em minha experiência como fotógrafo, posso apenas sugerir alguns itens para ajudar no seu ensaio:

- 1) Ensaio infantil: balão, bicho de pelúcia, boneco (a), bolo, fantasia, pirulito, bolhas de sabão, etc. Todos os objetos que possam deixar a criança mais à vontade na hora do ensaio são super bem-vindos. Afinal, as melhores fotos são justamente aquelas em que a criança está brincando e se esquece da câmera.
- 2) Ensaio de grávida: Batas transparentes e tops para poder mostrar a barriga são essenciais, assim como um brinquedinho, uma roupinha e um sapatinho do bebê. Além disso, o ensaio fica muito divertido quando a grávida leva objetos que podem interagir com a barriga, como fitas, batom, papel de recado autoadesivo, etc
- 3) Ensaio romântico: balões, flores, cestas de piquenique, bolhas de sabão, quadrinhos, além de, é claro, muito romantismo. Nos ensaios românticos, é importante haver sintonia entre a roupa do casal. Por exemplo, se a mulher quiser usar salto alto e vestido, aconselho que o homem use sapato social e camisa de botão. Se, ao contrário, desejar um ar mais despojado, recomendo bermuda e camiseta, para o homem, e shorts/vestidos curtos e rasteira, para a mulher.
- 4) Ensaio individual: o céu é o limite. Neste caso, não existe algum objeto aconselhável. Balões,



pirulitos, sombrinhas, flores, cestas de piquenique, bolhas de sabão, bichos de pelúcia, quadrinhos, animais de estimação... Tente imaginar o estilo de ensaio que você deseja e leve os objetos mais adequados para compor o cenário.

Outra dúvida que é muito comum na hora de se fazer um ensaio é que roupa escolher.

Com certeza, a produção e o estilo são fundamentais para o sucesso da fotografia. Por isso, sempre recomendo levar, pelo menos, dois conjuntos de trajes diferentes para diversificar as fotos. Além disso, deve-se ter em mente que as roupas escolhidas precisam funcionar na câmera. No entanto, elas não podem destoar da sua personalidade. É claro que você deve caprichar nos "looks", mas não deve usar peças que você jamais usaria em outras ocasiões, para não parecer fantasiado (a), exceto se essa for justamente a sua intenção. Tenha em mente que quanto mais natural e à vontade você estiver na sessão, mais legais ficarão os cliques.



Como se portar frente à câmera?



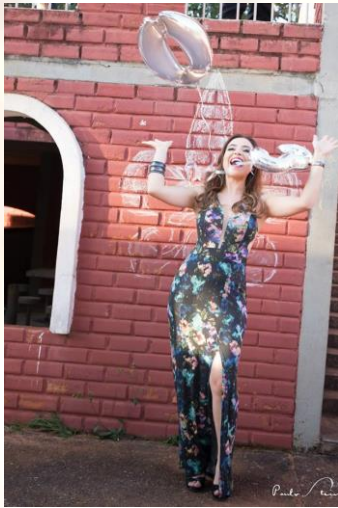
Primeiramente, use a sua imaginação. Tente relaxar e não se focar na câmera. Imagine que ela é uma pessoa com quem você está interagindo.

A fotografia é interessante quando ela nos diz algo, quando passa algum sentimento. Um sorriso, um olhar, uma brincadeira, por exemplo, precisam convencer, não podem parecer artificiais. Afinal, as fotos mais legais são aquelas em que você mostra que está se divertindo de verdade. Assim, o ensaio deve ser encarado como um momento especial e de descontração.

Isso que dizer que nunca posso olhar diretamente para a câmera? Não necessariamente. Não existe certo e errado, apenas o que funciona melhor para o objetivo de cada foto.

O que fazer com as mãos na hora de fotografar? Quando as pessoas me fazem essa pergunta, costumo responder fazendo outro questionamento: se você estivesse nesse lugar, e não fosse um ensaio, o que você estaria fazendo com as mãos? Onde elas estariam ou poderiam estar? Tente, então, deixá-las naturais e dentro do contexto.





Não vale ter vergonha, tem que relaxar e não ficar pensando nos seus defeitos. Quanto mais a gente quer esconder algo, parece que mais evidente fica. Menos carão e mais naturalidade. As fotos mais interessantes são aquelas em que você mostra que está se divertindo de verdade. Aposte em cliques inusitados, brincando, correndo, pulando... Divirta-se!

Onde fazer?

Península dos Ministros, Jardim Botânico, Ermida Dom Bosco, Pontão do Lago Sul, Ponte JK, Trilhos de Trem, Museu da Memória Candanga, Monumentos de Brasília, Parque Bosque do Sudoeste, Parque da Cidade, Zoológico, Quadra modelo (308 sul) etc.

Brasília tem muitos lugares interessantes para se realizar um ensaio. Não existe um lugar melhor do que o outro para fotografar. Tudo vai depender do estilo e do tipo de ensaio que você quer fazer. Por exemplo, ensaios infantis geralmente ficam bem legais quando são feitos no Parque da Cidade ou no Zoológico, pois nesses lugares as crianças se divertem enquanto as fotos são tiradas. Ensaios de casais ficam bem românticos na Península dos Ministros, Quadra Modelo e Ermida Dom Bosco. Ensaios individuais ficam bem diferentes no Museu da Memória Candanga, por causa de suas cores, mas também ficam muito bonitos e clássicos nas belas árvores da Península dos Ministros ou do Jardim Botânico. Tudo vai depender, assim, do seu estilo e de qual mensagem você quer transmitir com suas fotos.



Espero que esse guia tenha lhe auxiliado de algum modo. Mas não se preocupe em segui-lo, ele serve apenas como um “norte”. O principal é se divertir e curtir a experiência sem se preocupar com o resultado, pois este deve ser apenas minha preocupação. Autoconfiança e entrega são ferramentas essenciais. Seja sempre você mesmo e as fotos serão apenas uma consequência desse momento.

Caso surjam outras dúvidas, não hesite em entrar em contato:

-  www.paulostein.com
-  /paulosteinphotography
-  paulosteinphotography@gmail.com
-  (61) 9206-0266/8452-7490

Um grande abraço,

Paulo Stein