

**DOWLOAD
GRATUITO**

**POR:
RAQUEL
SILVA**

**MANUAL DO
ENSAIO
FEMININO**

Oie,
prazer, me chamo **Raquel Silva**

Sou de João Pessoa, como não sei em que ano você estará lendo esse e-book, vou dizer que tenho 20 e muitos anos(risos). Sou fotógrafa a 4 anos e minha especialidade são retratos femininos.

Eu sou insistente nos meus objetivos e tenho muitos sonhos a realizar, e trabalhar com fotografia é um deles.

Quero sempre que minhas clientes se sintam mulheres incríveis.

Nesse e-book meu objetivo é ajudar você que nunca fez ou até você que fez, mas tem muitas dúvidas sobre o ensaio, o que fazer, como escolher look e etc.

Vamos lá!





Os Motivos para fazer um ensaio são vários, desde autoconhecimento, aceitação, elevar autoestima, comemorar uma nova fase, aniversário, atualização de fotos para redes sociais, profissionais ou não, entre outros.

A fotografia tem um poder enorme de transformar seu olhar sobre si, isso é transformador.

Todas vocês tem que viver essa experiência pelo menos uma vez na vida, sério.

Invista mais em você e se coloque em primeiro lugar.

FAZER UM ENSAIO É UM ATO DE AMOR PRÓPRIO!

MITOS



PRECISO SER MODELO PARA FAZER UM ENSAIO?

Não, você não precisa ser modelo para fazer um ensaio. A maioria das fotos que vocês vêem nas redes sociais, são de mulheres comuns que muitas vezes estavam fazendo seus primeiros ensaios. Só ter um auxílio de um profissional certo.

EXISTE LIMITE DE IDADE?

Não existe idade para exaltar a sua beleza, aliás, nós não somos produtos, para ter validade. Você é incrível por isso deve registrar o quão poderosa é.

PRECISO SER MAGRA PARA FAZER UM ENSAIO?

Gente, pelo amor de Deus, estamos em pleno 2022 e você ainda acha que precisa seguir os “padrões” imposto a nós mulheres? Não, né? A única coisa que você precisa é ser você e está totalmente confortável no ensaio. Caso esteja insegura com qualquer parte do seu corpo, converse com sua fotógrafa para que ela te ajude a não chamar atenção para essas partes.

Você é incrível!



PRIMEIRO

PASSO

Antes de qualquer coisa, você deve escolher o profissional que irá realizar esse ensaio junto com você, pesquise bem para evitar futuros problemas.

Responda às seguintes perguntas a si mesmo:

1. Você gosta das fotos dela?
2. Você se identifica com ela?
3. você sente que ela passa confiança?
4. Você fica se imaginando em um ensaio como os que ela faz?
5. você gosta do tratamento de imagem dela?

Depois de respondidas essas perguntas, você já vai ter uma direção do profissional que vai escolher.

A maioria dos profissionais de fotografia hoje em dia, postam antes e depois, a partir daí você já sabe como é o tratamento do mesmo, e já sabe o que pode esperar do resultado que irá receber.

Observar os making offs postados também serve para ter uma base de como funciona o trabalho do profissional.

Se mesmo assim ainda permanecer na dúvida, vá conversar com ele para saná-las. Converse muito pois assim, você conhece melhor o profissional que vai guiar seu ensaio e não fica travada no dia do ensaio, por talvez não conhecer o profissional pessoalmente.

LOCAÇÃO



Antes de tudo, defina o estilo do ensaio. Planeje tudo e não deixe a escolha pra última hora, isso vai evitar imprevistos, outra coisa é ver se o local precisa de autorização ou funciona em horário específico.

Eu costumo dizer que qualquer lugar é um bom lugar para fazer fotos. Você não precisa só fazer ensaios em pontos turísticos, só porque são lindos, não se apegue a isso, até porque o foco do ensaio é você, então o local não tem que chamar mais atenção que você, outra, e quem disse que lugares “feios” não rendem fotos incríveis? Pense nisso.



“**Áh Raquel**, mas não tenho idéia de um local para realizar meu ensaio”, Lá no meu site, tem um post no meu blog¹ dizendo alguns locais, para fazer ensaios por aqui em João Pessoa. Caso você não seja daqui, pesquise no google uns lugares legais ai na sua cidade.

O mais importante de tudo, é que o lugar signifique algo para você, que você tenha uma conexão com essa locação. Isso torna o ensaio ainda mais especial. Por exemplo: se você faz um ensaio na sua casa isso o torna intimista e deixa o ensaio ainda mais com sua identidade.

Entende a diferença?



Por aqui, quando a cliente não sabe o local que quer fazer o ensaio, costumo mandar fotos dos locais pra elas escolherem.

Um ponto bem importante é você procurar saber sobre a segurança do local, para que não haja situações desagradáveis, que estraguem a sua experiência.

¹ fonte: <<http://www.oxentefotografias.com/blog>> acesso em: 19/05/2022



LOOK



Depois de ter escolhido o local e definir o estilo do seu ensaio, aí sim você vai pensar no look. Sabe o por que? Porque seu look tem que ornar com o local. Por exemplo: caso você vá para um local que tenha muitas cores e texturas diferentes, e seu look for todo estampado, irá ter muita informação ao mesmo tempo, isso tira o foco de você e visualmente falando, não fica agradável aos olhos, sabe? O legal é que tudo orne entre si e nada chame mais atenção que você, que é o principal foco do ensaio.

Observe se as cores do seu look combinam com o local, isso faz toda diferença no resultado final. Cores claras são sempre bem vindas por dar um ar de leveza. As cores mais sóbrias normalmente vai ornar com a maioria dos locais, mas cuidado, cores escuras em tons terrosos podem “sumir” com você em um ensaio no campo, por exemplo.

ESTAMPAS:

Se você é daquelas que adora uma estampa, isso não é problema, claro, desde que você dê preferências por padrões e estampas pequenas em tons monocromáticos. Mas se gosta de florais ou estampas maiores, recomendo que use em apenas uma peça, como por exemplo em uma saia, enquanto a parte de cima seja uma peça lisa.

Caso tenha dúvidas, peça ajuda da sua fotógrafa para te guiar, com certeza ela vai te ajudar a fazer a melhor escolha.



Eu sei que você assim como eu (risos), deve falar que não tem roupas para sair, imagina então para fazer um ensaio, você deve pensar: “ Vou ter que comprar roupa nova”. Mas e se eu te disser que você com certeza tem alguma peça no seu guarda roupa perfeita para o ensaio? Uma peça que vai com tudo, pode ser uma calça jeans, uma saia, ou uma camisa ou cropped sóbrio. O look não deve ser o centro das atenções, lembre- se sempre:

A ATENÇÃO TEM QUE SER VOCÊ!

Ah, não esqueça de experimentar o look completo com antecedência, não deixe para ver se gostou só no dia.

Faça a seguinte pergunta a si mesma: “Esse look combina com o local que escolhi para meu ensaio?”

CONFORTO:

Não vá para o ensaio com uma peça ou calçado que á incomode, acima de tudo seu look deve ser confortável, não adianta ele ser lindo e te incomodar de alguma forma, isso vai estragar a experiência do seu dia e tenho certeza que você vai está contando as horas para chegar em casa e tirar essa peça, e não vai curtir o ensaio por completo.

Pense nisso para que nada impeça que seu ensaio seja perfeito.

CALÇADOS:

Calçados neutros (principalmente se você for fazer troca de look), sem muitas aplicações, tiras que cortem o tornozelo ou panturrilhas ou contrastes de cores muito fortes. Caso você queira ir de salto considere a locação (caso o ensaio seja realizado na natureza ou em qualquer outro local que dificulte o seu deslocamento).

É bom você levar o bom e velho chinelo ou um tênis para poder se deslocar com mais conforto pela locação e, colocar o salto na hora do clique. Der preferência a um sapato/tênis caso não queira levar muita coisa para o ensaio.



ACESSÓRIOS

Os acessórios podem ser um grande aliado no seu ensaio. Eles podem dar o toque final no seu look, claro que ornando tudo. Caso seu look seja mais neutro, dependendo do seu estilo, você pode abusar nos tamanhos. Mas tome cuidado, com o estilo definido para o seu ensaio ensaio. Por exemplo; se você for fazer um ensaio na praia e seu look for mais clean e leve, não faz sentido um acessório muito brilhoso e chamativo, claro que nada aqui é regra, mas cuidado para não pecar no excesso.

Agora acessórios não são só brincos e colares, mas também aqueles objetos que complementam seu ensaio, como chapéus, boinas, lenços etc.

Os chapéus e boinas são meus queridinhos, dão um toque todo especial na produção do ensaio. Eles podem mudar totalmente a composição das fotos.

Eles também são grandes aliados para aquelas mais timidas, assim como eu.

Quando estamos com vergonha sempre queremos ter algo

nas mãos para “fingir costume” naquela situação e os acessórios cumprem bem esse papel.

Ah também aqueles objetos que fazem diferença no momento das fotos, como: Cestas, luzinhas, flores, livros, vinis, cameras, baralhos e muitos outros.

Alguns dão uma pegada mais criativa nas suas fotos e eu sinceramente, amo.

Cada acessório dá um toque diferente em suas fotos, então, caso você for fazer troca de looks no seu ensaio, troque os acessórios.

Se você tiver uns em casa que façam sentido no seu ensaio, ou que tenha muito haver com coisas que você gosta, leve para o ensaio. Mas mostre a sua fotógrafa antes, para ela ter base mais ou menos, e pergunte se ela tem algum que possa levar também, peça fotos para ver se está dentro do seu gosto.

Para o ensaio dar certo, depende das duas partes, por isso é importante uma boa comunicação.





MAQUIAGEM ✨



Maquiagem feita por
Débora Karla, parceira da
Oxente Fotografias

A maquiagem é o toque final da sua produção e faz toda diferença, sério! O ideal é que você faça a sua com um profissional da área, aqui por exemplo: disponibilizo nos pacotes a maquiagem que é feita por uma profissional, maravilhosa por sinal. Mas caso o profissional que você escolheu não disponibilize e você não queira contratar um profissional, vou te dar algumas dicas.

A primeira coisa é que chegando aqui, você já tem escolhido o local e seu look, então faça sua make nessa base. O ideal é que se no seu ensaio ofereça a possibilidade de troca de look, você faça uma make neutra, pois ela vai ornar melhor com a maioria dos looks. De forma alguma vá de maquiagem colorida nesses casos.

A maquiagem é para realçar a sua beleza, então uma pele bem feita e iluminada é um ponto fortíssimo.

Makes que parece que você ta sem nada, mas sua pele ta bem feita, é perfeita para qualquer proposta de ensaio.

Tons terrosos são ótimos por ser versátil e não pesar o olho. Falando em pesar o olho, cuidado com isso principalmente se seu ensaio for externo, veja sempre qual é a proposta do seu ensaio.

Se você quer usar uma make mais clássica com aquele famoso batom vermelho, lembre que ele chama mais atenção para sua boca, eu amo, mas se essa não é sua intenção melhor apostar em uma cor mais neutra.

Só use uma make colorida se a proposta do ensaio pedir, pois ela pode brigar com as cores do look e locação, por isso é bom ornar tudo e cuidado para não pecar no excesso. Já um olho preto é lindo quando bem construído, mas não serve para qualquer tipo de ensaio.

Ah, já ia esquecendo, não use só um lápis de olho na linha d'água, pois ele dimui seu olhar, só o use se for com esse propósito. Mas se mesmo assim você quiser usar por que gosta, esfume-o, ou use uma sombra preta embaixo da linha d'água, caso não saiba esfumar ou não tenha a sombra, não use.

HORÁRIOS

Na fotografia nada é regra mas existe alguns horários que são os melhores para fazer seu ensaio.

Os melhores horários são de manhã cedinho e fim de tarde, pois nesses horários o sol não ta tão alto (quente) e a luz vai ficar mais suave, assim não fazendo sombras marcadas no seu rosto/corpo.

Nesses horários a luz fica mais bonita e consequentemente suas fotos também.

Por exemplo: ao meio dia quando você está caminhando na rua, voce fica muito suado, certo? Já no fim da tarde você não sua tanto como no sol de meio dia, deu pra entender?

Em dias nublados você pode fazer seu ensaio em qualquer horario pois as nuvens deixam a luz mais difusa (suave), assim não fazendo aquelas sombras muito marcadas e indesejadas em você. Não deixe de fazer seu ensaio por que o dia está nublado.

Lembre-se de manhã cedo (até às 9hrs no máximo) e fim de tarde (a partir das 15,16hrs) nesse horário tem o por do sol, onde trás tons alaranjados para sua foto, eu amo.





ACOMPAN- PAN- HANTE

Eu te aconselho a sempre que puder, levar alguém para te acompanhar no ensaio. Isso por que você vai se sentir mais confiante por ter uma pessoa que você conhece ao seu lado e também por questões de segurança mesmo. Muitas vezes você não conhece o fotógrafo pessoalmente, não sabe quem é a pessoa, isso também serve para os profissionais.

Existem alguns casos de assédio de fotógrafos com suas clientes/modelos, já escutei alguns relatos de mulheres que sofreram assédio quando foram realizar seu ensaio, e já vi muitos outros na internet, então tomem cuidado, por favor. Por isso acho de extrema importância você não ir sozinha, é melhor até na volta para casa.

Quando uma cliente minha vai sozinha, sempre espero o transporte com ela, e peço para ela me avisar no whatsapp se chegou bem em casa. Isso pode até parecer besteira, mas faz diferença pra nós mulheres.



Caso algum fotógrafo te proíba de levar uma pessoa para te acompanhar no ensaio, desconfie e fique atenta. É um direito seu levar um acompanhante para o ensaio!

VERGONHA



Não pense que só você tem vergonha de ficar em frente a uma câmera.

A maioria das mulheres que fotografei também tinham, e é normal.

E você sabe por que você tem vergonha? Porque você não está acostumada a ter uma câmera apontada para você no seu dia a dia, e você sabia que até mesmo algumas fotógrafas tem vergonha? Pois é, porque mesmo que trabalhe com isso, muitas vezes não passou por essa experiência. Eu, por exemplo, sou tímida e também tinha vergonha assim como você.

O que quero te dizer com tudo isso? É que:

É NORMAL!

Por isso é de extrema importância que você converse bem com sua fotógrafa, para que você possa criar uma conexão com ela.

Fale sobre o que você gosta, mostre referências, quanto mais ela souber sobre você, mais fácil vai ser para a profissional te direcionar no dia do ensaio.

Assim ela saberá o que te agrada ou não, e poderá criar situações para que te deixe mais a vontade.

Conte se tem alguma parte que você não gosta e não quer evidência-la. Toda informação é importante.

Poses ✨

Vou começar te dizendo que é normal não saber que pose fazer no momento do ensaio, não é só você que não sabe, e não é por que você não é fotogênica..

Assim como muitas, você só não está acostumada a essa situação. O profissional que você escolheu é quem vai te guiar nesse momento, por isso é muito importante a escolha do profissional, ele vai te direcionar para fazer as poses, dizer onde você colocar a mão e etc. Claro que, se você já está acostumada a fazer ensaios, vai ser mais fácil para você. Mas relaxe, além de ser obrigação da fotógrafa te direcionar, também é a de te deixar tranquila sobre o assunto.

Vou te dar um dica, que até já falei lá no meu instagram, que é a seguinte: quando seu ensaio começar, inicie fazendo poses sem olhar diretamente para a camera, tenho certeza que você vai se sentir mais confortável ali no começo do ensaio.

Faça poses simples no começo, como: colocar a mão no bolso (se tiver) pegar no cabelo, colocar a mão no pescoço e ir variando cada poses. Lá pro meio do ensaio você já vai ta mais relaxada e tudo vai fluir com a direção da sua fotógrafa.

Aguarde que logo logo trarei um e-book para você "O Guia das Poses" para te ajudar ainda mais nesse assunto.





R E L A X E

Com tudo organizado e definido para seu ensaio, te aconselho a relaxar um ou dois dias antes.

Ter uma boa noite de sono é essencial, pois deixa sua pele menos olheiras e marcas de expressões.

Faça um Spa Day e tenha o dia só para você, além desse dia ser relaxante, é ótimo para ter nossa própria companhia, escutar aquele playlist preferido durante o processo, é tudo de bom, eu particularmente amooo.

No dia do ensaio você estará bem e pronta pra viver a experiência.

Eu sinceramente espero ter ajudado a esclarecer suas dúvidas, sobre fazer um ensaio. Caso ainda tenha ficado alguma, converse com sua fotógrafa para sana-las ou pode falar comigo pelo instagram ou whatsapp, farei questão de te ajudar.

Beijos, até a próxima..





Ficou com vontade de viver essa experiência?

Use o QR Code ou clique no link do site

SITE: WWW.OXENTEFOTOGRAFIAS.COM



Contéudo: Raquel Silva

Diagramação: Raquel Silva