

# MAKE A CHANGE FOTOGRAFIE

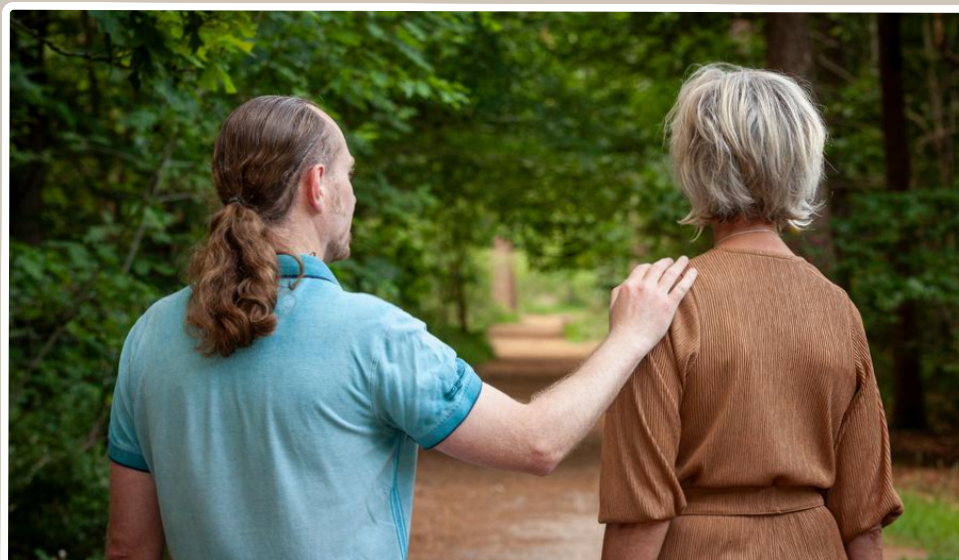
KARIN VAN ES



**Gratis**

## *Inspiratiegids* ZICHTBAAR JEZELF ZIJN

OVER ZICHTBAAR ZIJN OP EEN MANIER  
DIE VEILIG VOELT & KLOPT VAN BINNEN  
EN VERTROUWEN WEKT BIJ DE JUISTE MENSEN



BE  
*Your own*  
**KIND**  
*OF beautiful*

## INHOUD

1. Wat is personal branding Fotografie echt?
2. Jouw branding door een zachte blik
3. Jouw energie als basis voor zichtbaarheid
4. Zichtbaarheid die met je meebeweegt
5. Een zachte uitnodiging



# Wat is Personal Branding Fotografie ècht?

## Personal branding fotografie gaat niet over een perfecte foto

Het gaat over herkenning, veiligheid en laten zien wie jij bent op dit moment in jouw ondernemerschap.

Als coach of therapeut groei je.

Je groeit in je rol als coach of therapeut maar ook als mens én als ondernemer.

Je ontwikkelt je visie, scherpt je aanbod aan, leert je plek innemen.

En die groei mag zichtbaar zijn. Ook (of misschien juist) in je beelden.

Aan je personal branding werken is geen eenmalig moment.

Het is iets waar je aan blijft werken tijdens jouw ondernemerschap.

Ook het maken van foto's (wat mijn passie is) komt steeds terug.

Personal branding foto's (laten) maken is het begin (of vervolg) van een beeldbank die met je meegroeit.

Een foto archief is heel waardevol ook voor jezelf, je zal je eigen ontwikkeling er in terug zien



## Beeldmateriaal als eerste bedding

Nog vóór iemand jouw teksten leest...

Nog vóór een kennismakingsgesprek...

Zien potentiële klanten jouw beelden.

En in één oogopslag voelen ze:

Is dit iemand bij wie ik me veilig voel?

Iemand die mij begrijpt?

Iemand die écht is?

Je kunt nog zoveel schrijven,

een foto spreekt direct tot het gevoel.

Juist daarom is beeld zo belangrijk in jouw werk.

## En dan komt de camera

Zodra de camera tevoorschijn komt, gebeurt er vaak iets... Ineens wil je alles perfect.

*Je vraagt je ineens af:*

*“Zit mijn haar en make-up wel goed? “Had ik toch niet wat slanker op de foto moeten staan?”*

*“Je kunt dat toch wel een beetje weg photoshoppen...?” “Ben ik wel goed genoeg?”*

Onzekerheid neemt het even over. Waarom kun je nou niet “gewoon jezelf zijn” en ontspannen?

Dit gebeurt niet omdat jij zwak bent, maar omdat zichtbaar zijn best spannend kan voelen.

En we onszelf mede door het social media “ideaalbeeld” een beetje gek laten maken

en misschien heb jij ook wel in je opvoeding meegekregen dat je op je mooiste op de foto gaat!

## Wat als het anders mag?

Wat als je zou mogen doen alsof je:

- met je beste vriendin een weekendje weg bent
- met je partner aan de keukentafel zit
- of samen met je dochter ergens wandelt

Wat als je niet hoeft te presteren, maar alleen hoeft te zijn?

Personal branding (fotografie) gaat niet over een rol spelen.

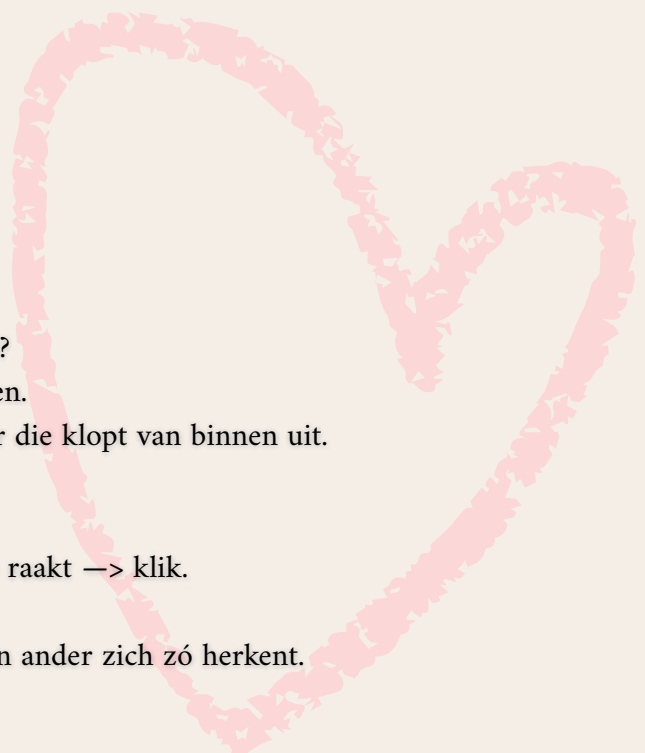
Het gaat over jezelf laten zien zoals je bent, op een manier die klopt van binnen uit.

En juist dán gebeurt het!

Dat moment waarop je enthousiast vertelt over iets wat je raakt —> klik.

Die blik waarin je even helemaal jezelf bent —> klik.

Die foto die jij misschien spannend vindt, maar waarin een ander zich zó herkent.



## Herkenning is kracht

Misschien begeleid jij klanten die worstelen met hun lichaam.  
Met hun leeftijd. Met verandering. Met onzekerheid.

En misschien herken jij daar zelf ook iets in.

Juist dát raakvlak, dat menselijke, maakt jou geloofwaardig.

Niet ondanks die foto's, maar dankzij die foto's

waar jij misschien voor je eigen gevoel niet "perfect" op staat,  
Maar waar jij wel helemaal jezelf bent.

Die momenten die vast gelegd zijn waar jij iedere keer weer voelt  
dat dit wel een verhaal in jou raakt...

## Mijn visie op personal branding fotografie

Mijn visie is simpel en diep tegelijk:

Elke foto vertelt een verhaal.

En vaak zijn het juist de beelden die niet 'perfect' zijn,  
die de meeste waarde dragen en waar jij jouw groei in terug  
zal gaan zien in de loop van jouw ondernemerschap!

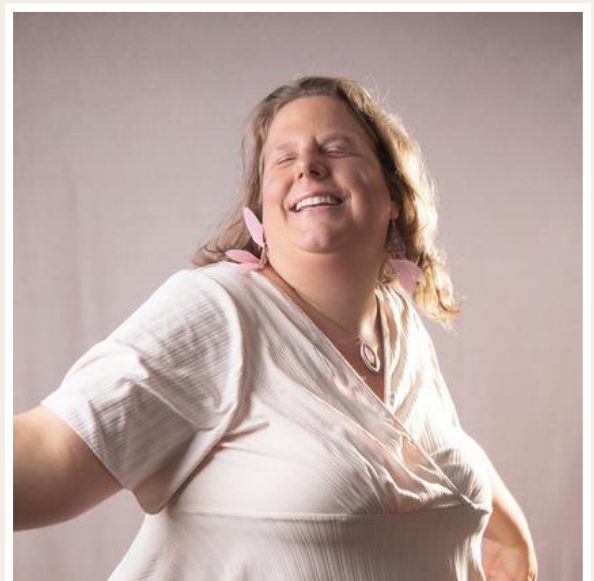
Omdat ze echt zijn.

Omdat ze voelen.

Omdat ze vertrouwen wekken.

Zichtbaar jezelf zijn betekent niet dat alles mooi moet zijn.

Het betekent dat het klopt.



*In het volgende hoofdstuk ga je kijken naar jouw marketing van dit moment,  
en hoe die zich verhoudt tot wie jij vandaag bent.*



**"HOE MEER IK MEZELF  
DURF TE ZIJN,  
HOE VEILIGER  
ANDEREN ZICH BIJ MIJ  
VOELEN."**

# Jouw branding door een zachte blik

## Zichtbaar zijn kan kwetsbaar voelen.

Daarom beginnen we hier niet met strategie maar met zachtheid.

Je bent goed genoeg zoals je bent.

Je bent precies waar je op dit moment hoort te zijn.

Ook als je branding nog niet voelt zoals je zou willen.

Neem voordat je verder leest een paar rustige ademhalingen.

Voel je voeten op de grond.

En kijk dan zonder oordeel naar jouw zichtbaarheid van dit moment.

Puur om eens te onderzoeken.

## Een zachte uitnodiging

Pak je website, socials of andere uitingen erbij.

Bekijk je teksten, je foto's, je uitstraling.

Breng in kaart voor jezelf hoe je het nu doet.

En stel jezelf de volgende vragen

op de volgende pagina's te vinden.

Schrijf op wat er in je opkomt.

Er zijn geen goede of foute antwoorden.

## Mijn Branding in één oogopslag

|                             |  |
|-----------------------------|--|
| Kanalen (website / socials) |  |
| Kleuren & sfeer             |  |
| Woorden (tone of voice)     |  |
| Beelden (foto's)            |  |
| Gevoel dat ik wil oproepen  |  |



1. Wat voel ik als ik naar mijn branding kijk?

Voelt het als mij?

Voelt het veilig, rustig en kloppend? Of merk ik spanning, afstand of twijfel?

---

---

---

---

---

---

---

---

2. Herken ik mezelf hierin zoals ik nu ben?

Niet zoals je ooit begon.

Niet zoals je denkt dat het 'hoort'.

Maar zoals jij vandaag bent — met alles wat je hebt geleerd en doorleefd?

---

---

---

---

---

---

---

---

*Laat oordelen los*



3. Wat klopt er wél?  
Welke woorden, beelden of onderdelen voelen nog steeds eigen?  
Wat zou je willen behouden omdat het écht bij jou hoort?

---

---

---

---

---

---

---

4. Waar voel ik dat ik gegroeid ben?  
Is er iets wat je inmiddels anders ziet?  
Iets wat je ontgroeid bent?  
Of iets wat wel in jou leeft, maar nog niet zichtbaar is?

---

---

---

---

---

---

---

*Geniet van het proces*



5. Wat zou ik mezelf gunnen in mijn zichtbaarheid?  
Geen grote stappen.  
Geen perfecte plannen.  
Maar één zachte wens.  
Meer rust? Meer echtheid?  
Meer ruimte om mezelf te laten zien?

---

---

---

---

---

---

---

---

6. Wat heb ik hiervoor nodig om dit te bereiken?  
Wie zou mij hierbij kunnen helpen?

---

---

---

---

---

---

---

---

*Je hoeft het niet  
alleen te doen*

# EXTRA NOTITIE RUIMTE

---

---

---

---

---

## JOUW EERSTE INDRUK

Misschien heb je veel opgeschreven. Misschien juist weinig.  
Misschien voelde je helderheid of juist verwarring.

Wat er ook is ontstaan: het is goed.  
Zien waar je nu staat vraagt moed.  
Zeker als je het doet zonder jezelf te veroordelen.  
Wees mild voor wat je tegenkwam.  
En erken wat er al klopt ook als het nog niet af voelt.

Je branding hoeft vandaag niet af... Bewustzijn is al beweging.

Leg je pen even neer en adem een paar keer rustig in en uit.

Dit is geen eindpunt maar een prachtig begin.

Wat je tot nu toe hebt onderzocht, ging over vorm.  
Over woorden, beelden en uitstraling.  
Maar onder al die lagen ligt iets dat nog belangrijker is:  
jouw energie.

Want mensen reageren niet alleen op wat ze zien.  
Ze voelen of iets klopt.  
Zichtbaarheid die echt raakt begint van binnen.

*In het volgende hoofdstuk nodig ik je uit  
om te zakken uit je hoofd en te luisteren naar wat er in jou leeft.  
Om te voelen: Dit ben ik!*





**"ZICHTBAARHEID IS  
DE BRUG TUSSEN  
JOUW TALENT  
EN JOUW KLANT HAAR  
TRANSFORMATIE."**

# Jouw energie als basis voor zichtbaarheid

Je energie is het 'stille' verhaal achter alles wat je laat zien.  
Mensen voelen het voordat ze woorden begrijpen.  
De manier waarop jij staat, kijkt, lacht of spreekt bereikt iemand  
in één oogopslag.

## Wat betekent dit voor jouw zichtbaarheid?

- Als coach of therapeut wil je dat je (potentiële) klanten zich veilig en gezien voelen.
- Wanneer jouw energie klopt met wie jij bent én met je branding, straalt dat vertrouwen en rust uit.
- Foto's worden dan niet alleen een afbeelding van jou, ze vertellen een verhaal, vangen een gevoel, en maken jouw energie beeldend zichtbaar.



## Wat betekent dit voor jouw klanten?

Stel je voor dat iemand jouw website of social media bezoekt.

Als jouw uitstraling klopt met jouw energie:

Voelt juw potentiële klant direct: Hier kan ik mij veilig aan verbinden.

Er ontstaat vertrouwen nog voordat ze je ontmoet in levende lijve.

Jouw echtheid word herkend en dat voelt vertrouwd  
en jouw klant voelt een subtiele maar krachtige connectie.

Misschien herkent ze zichzelf zelfs wel in iets van jou.

Jouw energie wordt een uitnodiging,  
een eerste verbinding die verder gaat dan woorden.

## Foto's als spiegel van energie.

Een rustige houding, zachte blik of ontspannen glimlach  
kan veel meer zeggen dan een perfecte pose.

Achter-de-schermen beelden, momenten van interactie of natuurlijke  
omgevingen versterken jouw authentieke uitstraling.

Je foto's zijn het eerste tastbare contactpunt voor je klant  
ze laten zien wie jij bent voordat er een gesprek plaatsvindt.



## Beeld en verhaal mogen elkaar dragen

Bij elke foto of visual die je deelt, mag je jezelf twee simpele vragen stellen:

*Klopt dit beeld met het verhaal dat ik wil vertellen?*

*Klopt het met wie ik ben en wat ik wil uitstralen?*

Dat is vaak al genoeg. En dan is de eerste vraag belangrijker als de tweede vraag!

Je hoeft niet steeds te bedenken wat een ander ervan vindt. Wanneer jouw beeld klopt met jouw verhaal, voelt het voor de juiste mensen vanzelf veilig.

Een paar voorbeelden:

- Deel je iets vrolijks of lichts? *Dan past een foto met een open blik of een lach.*
- Deel je iets serieus of verdiepend? *Dan mag je gezicht ook rustiger, stiller, geconcentreerder zijn.*
- Ben je ergens klaar mee of lucht je je hart? *Dan kan een foto met een scherpe blik, humor of zelfs een gekke bek juist kloppen.*
- Deel je iets waar schaamte of kwetsbaarheid in zit? Dan mag een foto waarin je wegstapt, zachter staat of minder 'aan' bent precies goed zijn.

Het gaat niet om altijd maar 'mooi' en met een eeuwige lach... Het gaat om waar, om ècht, om kunnen voelen waar het om gaat in 1 oogopslag nog voor je het verhaal gelezen hebt.

Wanneer beeld en verhaal elkaar ondersteunen, wordt jouw energie voelbaar en de energie van het verhaal wat je wilt vertellen aan de wereld en aan jouw volgers die allemaal potentiële klanten kunnen zijn.

En dát is wat mensen herkennen vaak zonder dat ze het kunnen uitleggen.

Wanneer energie en beeld elkaar ondersteunen, ontstaat rust. En vanuit die rust wordt zichtbaar zijn ineens minder zwaar. De volgende stap is niet méér laten zien, maar beter laten aansluiten bij waar jij nu staat.

*Het volgende hoofdstuk gaat over zichtbaarheid die meebeweegt met jouw ontwikkeling.*



*Laat jouw foto  
je verhaal ondersteunen.*



**"JOUW VERHAAL IS DE  
TOESTEMMING DIE  
EEN ANDER NODIG  
KAN HEBBEN OM HET  
ZIJNE TE DELEN."**

# Zichtbaarheid die met je meebeweegt

## Zichtbaarheid is geen momentopname.

Het is iets dat met je meeloopt, terwijl jij groeit als mens én als ondernemer.

Als coach of therapeut ontwikkel je je voortdurend.

Je leert bij, verdiept je werk.

Je voelt steeds beter wat bij je past en wat niet (meer).

En dat zie je terug in je bedrijf.

In je woorden, je aanbod en in je beelden.

## Je hoeft niet 'af' te zijn om zichtbaar te mogen zijn!

Een veelgehoorde gedachte is:

*"Eerst moet alles kloppen, dan laat ik mezelf zien."*

Maar zichtbaarheid werkt juist andersom.

Door zichtbaar te zijn:

- leer je jezelf beter kennen
- groeit je vertrouwen
- wordt je verhaal helderder

Je hoeft niet te wachten tot je 'verder' bent.

Je mag laten zien waar je nú staat.



## Beelden als verlengstuk van jouw ontwikkeling

Zie je foto's niet als losse plaatjes,  
maar als een verlengstuk van jouw groei.

Een beeldbank mag:

- meebewegen met jouw energie
- verschillende lagen laten zien
- ruimte geven aan verandering
- 

Sommige foto's passen bij een fase waarin je net begon.

Andere beelden horen bij meer rust, stevigheid of verdieping.

Alles mag bestaan! Je ziet er zelfs prachtig jouw groei door terug in het verloop van de tijd.

Je kiest simpelweg wat je op dit moment wilt laten zien.





## Wanneer voel je dat het tijd is om te bewegen?

Misschien herken je dit:

- Je grijpt steeds terug op dezelfde paar foto's
- Je verhaal is veranderd, maar je beelden zijn dat niet
- Je voelt dat je meer te laten zien hebt, maar weet nog niet hoe
- Of je voelt juist de wens naar meer eenvoud en rust

Nee je doet niks verkeerd! Dat zijn tekenen van groei.

## Zichtbaarheid als samenwerking

Zichtbaarheid hoeft geen eenzame zoektocht te zijn.

Je hoeft het niet allemaal zelf te bedenken of te dragen.

Soms helpt het als iemand met je meekijkt.

Iemand die je helpt voelen:

Wat zichtbaar mag worden en wat nog even mag rusten.

Iemand die je mee neemt

in hoe jouw energie vertaald kan worden naar beeld.

Niet om je te veranderen,

maar om jou herkenbaar zichtbaar te maken.



*Je zichtbaarheid  
mag met je meegroeien.*

*In het laatste hoofdstuk nodig ik je uit om te voelen  
of je hier verder in wilt verdiepen (samen of alleen)  
op een manier die bij jou past.*



**"JEZELF LATEN ZIEN  
IS EEN WEGWIJZER  
VOOR WIE JOUW  
HULP NODIG HEEFT."**

# Een zachte uitnodiging



Misschien voelde deze gids als herkenning.  
Misschien als bevestiging.  
Of misschien als een klein duwtje  
om iets toe te laten wat al langer in je leeft.  
Wat het ook is: je hoeft hier niets mee te doen.  
Zichtbaarheid is geen opdracht.  
Het is een proces dat zich ontvouwt, op jouw tempo.

## Als je voelt dat je niet alles alleen hoeft te dragen

Soms is het fijn als iemand even met je meekijkt.  
Iemand die niet oordeelt, niet stuurt, maar luistert.  
Die helpt voelen wat zichtbaar mag worden en hoe.

In mijn werk als personal branding fotograaf voor coaches en  
therapeuten creëer ik een veilige plek voor de camera.  
Geen verplichte perfecte plaatjes (die soms toch spontaan  
ontstaan) maar beelden die kloppen met wie jij bent.

Beelden waarin jouw energie en jouw verhaal zichtbaar  
mogen zijn.  
Zodat jouw (toekomstige) klanten je kunnen herkennen  
nog voordat ze je ontmoeten.

## Je bent welkom

Voel je een zachte ja...? of zelfs volmondige JAAAA...!!! ?

Dan nodig ik je van harte uit  
voor een vrijblijvende kennismaking.

We kijken samen:

- waar jij nu staat
- wat jij wilt laten zien
- wat jouw zichtbaarheid op dit moment nodig heeft

Zonder druk, zonder haast.  
Op een manier die bij jou past.

<https://www.makeachangefotografie.nl/contact>





**"KLANTEN ZOEKEN  
GEEN EXPERT OP EEN  
VOETSTUK, MAAR EEN  
MENS DIE DE WEG  
KENT."**

# Dank je wel voor het lezen!

Heb ik je een stukje verder kunnen helpen op jouw pad?  
Ik vind het leuk om van je te horen  
wat deze gids jou gebracht heeft!



Karin van Es  
Personal branding en portretfotograaf  
Make a Change Fotografie

[www.makeachangefotografie.com](http://www.makeachangefotografie.com)  
[info@makeachangefotografie.nl](mailto:info@makeachangefotografie.nl)  
06-24200312

