

Hur tar man en bra profilbild?

Vill du öka dina chanser att bli bokad? Vad bra, för här kommer en guide som är tilltänkt att hjälpa dig att ta en bra profilbild. Bilden kan nämligen vara en avgörande faktor i valet av terapeut.



GÖR



Se sympatisk ut

Professionellt betyder inte alltid seriöst. Försök att se genuin och trevlig ut. Ha närvaro i blicken och anamma ett neutralt men lätt glatt ansiktsuttryck.



Låt hela ansiktet synas

Din bild på Ahum är inte klickbar, därför är det viktigt att ditt ansikte motsvarar 60% av bilden. Försök få med hela ansiktet och en del av överkroppen.



Välj en uppdaterad bild

Säkerställ att din bild är uppdaterad och motsvarar hur du ser ut idag. Se även till att det är en bild som motsvara hur du ser ut till vardags (glasögon, frisyr, make-up osv.)



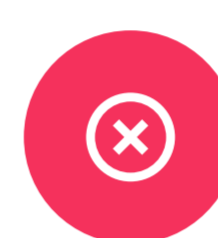
Ta bilden rakt framifrån

Kameran ska vara i ögonnivå – med andra ord ska vinkeln inte vara för högt upp eller för långt ner. Det är viktigt att du tittar rakt in i kameran. Försök, så gott det går, att slappna av när bilden tas. Ibland får man ge det några försök.



Ha en neutral bakgrund

Använd en bakgrund som inte tar över bilden, alternativt sudda ut bakgrunden lätt i efterhand. Ett tips är att använda kontrastfärger på kläderna så att du står ut från bakgrunden.



UNDVIK



Använd helst inte selfies

Selifies har oundvikligen en plats i vårt samhälle, men desvärre har de ofta ganska låg kvalitet och gör sig inte bra för professionella profilbilder.



Undvik filter

Undvik filter till varje pris! De duperar bilderna och gör det svårare att få en genuin bild av vem du är.



Undvik extrema ljuseffekter

Både för mycket ljus och för lite ljus påverkar kvaliteten på profilbilden. Försök använda dig av en neutral ljussättning där ljuset kommer framifrån.



Undvik bilder med låg kvalitet

Undvik suddiga eller pixliga bilder med dålig upplösning. Ta gärna bilder med hög kvalitet och stor filstorlek.

Behöver du lite mer hjälp?

Hör gärna av dig till oss på info@ahum.se så hjälper vi dig att få till en riktigt bra profilbild!