

# Consigli per le riprese con la webcam



Per ottenere delle buone riprese con la webcam, conviene osservare alcuni suggerimenti che riguardano soprattutto l'inquadratura, l'illuminazione e l'audio:

## 1 INQUADRATURA

La telecamera dovrebbe, idealmente, essere posta circa all'altezza degli occhi o leggermente sotto la linea dello sguardo della persona ritratta. Nessun problema se si ha una webcam che non è integrata nel computer. Se invece usiamo un notebook che ha la camera incorporata, questa di solito sta troppo bassa rispetto al viso. Niente di più facile, basta alzare il computer con qualche vecchio dizionario (o qualunque altro ausilio) fino all'altezza desiderata. Per l'intervista (ma anche per le video call) consigliamo un'inquadratura simile a quella nella foto qui sopra (ritagliata quindi dall'alta fronte, fino a un po' sotto le spalle o sopra il petto).

Conviene inoltre trovare, per quanto possibile, una posizione che sullo sfondo non contenga troppi elementi che possono distrarre chi guarda (ma vedi capitolo successivo con indicazioni ancora più importanti!). Comunque, con lo sfondo così come con la nostra camicia, possiamo anche mandare qualche segnale relativo al nostro carattere (o su come ci piace essere vist\*). Credo che per questo vanno forti le librerie come sfondo.

## 2 ILLUMINAZIONE

Ancor più importante dello sfondo dell'inquadratura, è sicuramente una buona illuminazione. Dovremmo avere, idealmente, una fonte luminosa diffusa, abbastanza frontale, che provenga leggermente dall'alto. In questo modo avremmo poche ombre, poco accentuate.

Il modo più facile per avere questo tipo di luce, è sedersi proprio davanti alla finestra, quindi mettere la scrivania (o un tavolino leggero, tanto quello non si vede) davanti alla finestra (o alla porta del balcone ecc.) come se volessimo goderci la vista fuori. Ovviamente funziona solo durante il giorno... Ma se facendo così il sole dovesse arrivare diretto in faccia, conviene chiudere le tendine o appendere una stoffa sottile bianca davanti alla finestra, che diffondono la luce diretta e la ammorbidiscono.

Con questa luce e la telecamera all'altezza giusta, otterremo come effetto collaterale anche dei riflessi luminosi negli occhi (vedi foto sopra) che ci danno un aspetto vivace.

Se non fosse possibile trovare una posizione di questo tipo, conviene provare le varie altre situazioni luminose

---

---

che possiamo trovare nella nostra casa o nel nostro ufficio.

In ogni caso sono da evitare luci direttamente dall'alto che ci creano delle ombre forti sul viso.

Se disponiamo di un faretto o di un'abat-jour forte, possiamo anche fare come segue: ci sediamo davanti ad un muro bianco, guardandolo, e con il faro illuminiamo questo muro davanti a noi (non noi!). Così facendo, otteniamo anche una bella luce diffusa.

C'è un'ultimo aspetto importante: sono da evitare sfondi troppo luminosi (ad esempio una parete tutta bianca e illuminata), perché la telecamera in questo caso oscurerebbe tutta l'immagine, anche il nostro viso.

### 3 AUDIO

Per ottenere una buona qualità audio, normalmente basta togliere tutte le eventuali altre fonti sonore che abbiamo intorno (radio, bambini, finestre aperte...), e nel caso che si usi un microfono esterno (o un headset), avvicinare il microfono il più possibile.

---