

Poddradio



En guide för nybörjare

Innehållsförteckning

1. Introduktion
2. Poddens innehåll
3. Intervjuteknik
3. Utrustningen
4. Ljudredigering
5. Etik och kritik
- 6: Upphovsrätt
7. Publicera avsnittet
8. Ordlista



Introduktion

Under 2019 lyssnade 15 procent av Sveriges befolkning i åldrarna 12-79 år på **poddradio** dagligen, medan 32 procent lyssnade under en vecka, enligt en undersökning av Kantar Sifo¹. Poddradio, eller något av dess synonymer **podcast** eller **podd**, fick sitt genombrott i Sverige under 2006, och har beskrivits som både en revolution och en demokratisering av traditionell radio.

Du har säkert hört eller läst de fetstilta orden ovan tidigare, men vad betyder de egentligen? I denna guide ska vi bekanta oss mer med poddradios värld, och förklara steg för steg hur just du kan bli en **podcastare** som når fram till en stor publik med dina egna budskap, tankar och känslor. Notera att den här guiden baseras på A-recos poddradio i Liljeholmen, men informationen kan enkelt anpassas till annan utrustning och andra plattformar än vad vi använder här.

Vi börjar med en teknisk definition. *Poddradio* är ett samlingsbegrepp för ljudfiler som görs tillgängliga för nedladdning och lyssning, oftast för allmänheten, via internet. Vem som helst med en internetansluten inspelningsenhet, t.ex. en smartphone eller en dator med

mikrofon, kan helt utan kostnad* starta en egen poddradio.

(* - Avgifter för t.ex. datatrafik och medlemskap på vissa poddradioplattformar kan tillkomma.)

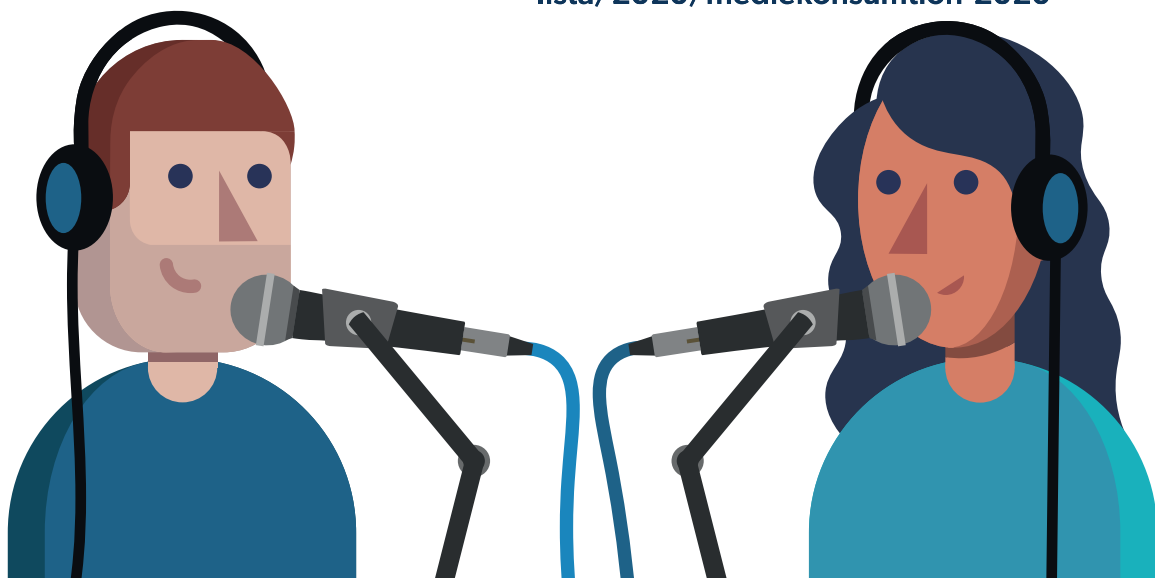
Ämnesbredden är enorm: Allt från penntillbehör till kameleontuppfödning och TV-spelsmusik har avhandlats av podcastare (det vill säga de som spelar in och sänder poddradio). Det finns väldigt stora möjligheter att fånga upp lyssnare för nischade områden som inte tilltalar den stora publiken i traditionella radiosändningar.

Den typiske lyssnaren hittar och lyssnar sedan på den inspelade ljudfilen på sin egen smartphone eller dator. Detta sker vanligtvis med hjälp av en app eller plattform (t.ex. Spotify, PodBean eller Apple Podcasts; mer om det senare) som hjälper podcastaren nå lyssnaren.

Vi ska nu gå igenom de olika stegen från idéstadiet till en färdig podd.

Källa:

1: Myndigheten för press, radio och TV -
<https://www.mpr.se/nyhetsrum/nyhetslista/2020/mediekonsumtion-2020>



Poddens innehåll

Vad ska avsnittet handla om? Vad vill jag säga? Vem, om någon, borde jag intervjua? Vem är den typiske lyssnaren?

Att fundera ut vad man egentligen vill säga i sin podd är inte alltid lätt. En ofta väldigt effektiv utgångspunkt i det tidiga skedet är att inte tänka så mycket på lyssnaren och vad denne ska tycka, och istället utgå från sig själv. **Vilka är mina intressen, och vad brinner jag verkligen för?** Varför har jag ägnat fem år av mitt liv åt en viss hobby? Hur vill jag att världen ska se ut? Vad gör mig glad eller frustrerad?

Hämta gärna ett anteckningsblock och skriv ner dina spontana svar på frågorna ovan (eller liknande frågor). Läs igenom dina svar i morgon, och fundera på om något saknas. Ge det tid; svaren på frågorna är ofta inte alls så självklara som de först verkade vara.

När du har kommit på vad ditt första avsnitt ska handla om är det dags att planera det mer noggrant.

Läs på om ämnet för avsnittet. Se till att du har åtminstone en enklare förståelse för ämnets historik och relevanta begrepp för det. Vilka viktiga personer är kopplade till ämnet? Om du ska intervjua någon (vem?) kan du ställa relevanta frågor till denna **intervjuperson**. Kom ihåg att många lyssnare förmodligen inte vet något om ämnet, så du får gärna "spela dum" genom att vara övertydlig eller ställa enkla frågor ibland, även när du känner till svaren.

Det är även här du kan börja fundera bredare på hur du kan göra avsnittet till en trevlig upplevelse för lyssnarna. Hur långt ska avsnittet vara? Ska du ha någon musik eller ljud effekter? (Mer om tekniken senare.)

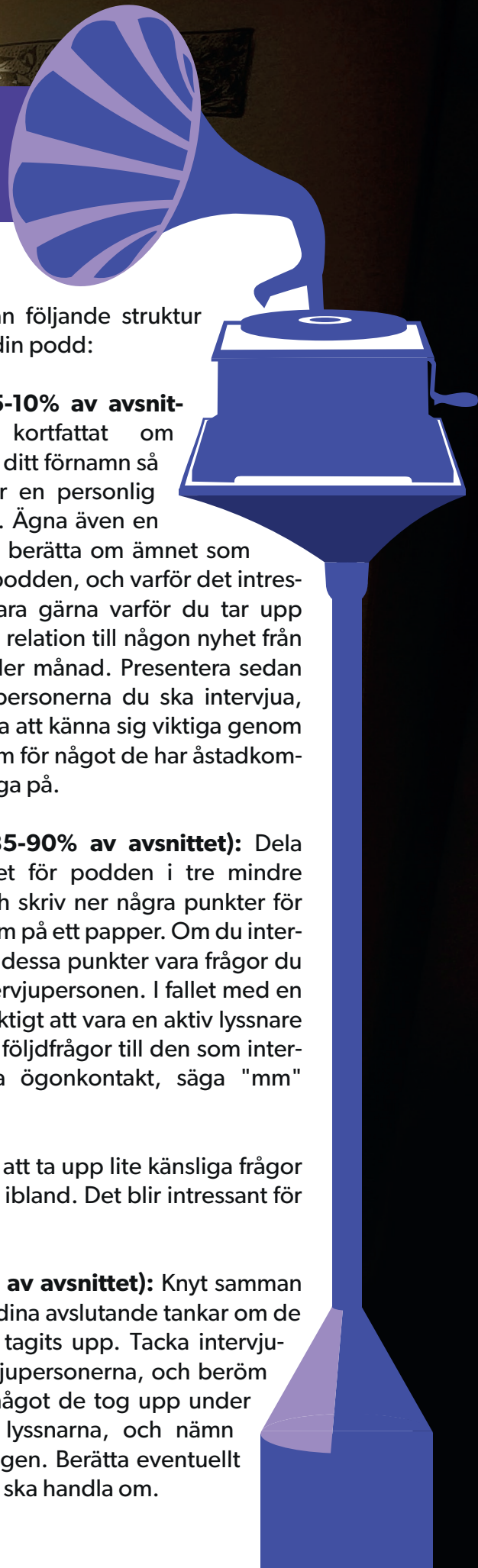
Du kan utgå från följande struktur när du planerar din podd:

Introduktion (5-10% av avsnittet): Berätta kortfattat om podden och säg ditt förnamn så lyssnarna känner en personlig koppling till dig. Ägna även en kort stund åt att berätta om ämnet som ska avhandlas i podden, och varför det intresserar dig. Förklara gärna varför du tar upp ämnet nu, t.ex. i relation till någon nyhet från samma vecka eller månad. Presentera sedan personen eller personerna du ska intervjua, och få dem gärna att känna sig viktiga genom att berömma dem för något de har åstadkommit eller är duktiga på.

Huvuddelen (85-90% av avsnittet): Dela upp huvudämnet för podden i tre mindre delområden, och skriv ner några punkter för var och ett av dem på ett papper. Om du intervjuar någon bör dessa punkter vara frågor du kan ställa till intervjupersonen. I fallet med en intervju är det viktigt att vara en aktiv lyssnare genom att ställa följdfrågor till den som intervjuas, nicka, ha ögonkontakt, säga "mm" emellanåt, etc.

Var inte rädd för att ta upp lite känsliga frågor och även ämnen ibland. Det blir intressant för lyssnarna.

Avslutning (5% av avsnittet): Knyt samman podden och ge dina avslutande tankar om de ämnen som har tagits upp. Tacka intervjupersonen/intervjupersonerna, och beröm dem gärna för något de tog upp under podden. Tacka lyssnarna, och nämn poddens namn igen. Berätta eventuellt vad nästa avsnitt ska handla om.





Intervjuteknik

Nedan följer några förslag du kan ha i åtanke för att lyckas med en bra intervju. Du behöver förstås inte följa förslagen slaviskt; ibland är regler till för att brytas.

1: Undvik ja- eller nej-frågor. Frågor i stil med "tycker du om att fiska?" kan lätt besvaras med ett "ja" av intervjupersonen. Det blir inte särskilt intressant för lyssnarna. Försök istället få mer utförliga svar genom att använda frågeord: Vad, varför, vem, hur, när.

Exempel: Vad var det som lockade dig till att börja fiska?

2: Gör din research. Om du ska intervju Gunde Svan, se till att läsa på lite om längdskidåkning. Annat från hans liv? Är han omskriven/själv aktiv på sociala medier?

3: Diskutera podden tillsammans före intervjun. Bjud intervjupersonen på en kopp kaffe. Samtala en stund innan intervjun för att bygga upp en god stämning och minska oron inför intervjun. Gå igenom en del av frågorna tillsammans, med undantag om du t.ex. ska intervju en politiker du vill ställa mot väggen.

4: Tänk på lyssnarna. Om ämnet för podden är mexikansk matkultur, är det då självklart att alla som lyssnar vet vad tortillas är? Som tidigare har nämnts, var gärna tydlig och ställ frågor till intervjupersonen emellanåt, även när du vet svaret.

5: Var flexibel. Dela upp huvudtemat för intervjun i tre delområden, och skriv ner c:a 3-5 frågor du kan ställa om varje delområde. Med det sagt bör du se ovanstående frågor mer som inspiration än en strikt mall att hålla

dig till. Öva på att bli en ännu bättre lyssnare än du redan är, ställ följdfrågor och ställ frågor om intressanta sidospår.

6: Ställ grävande frågor. Frank Wilczek har förmodligen blivit tillfrågad hundratals gånger om hur det kändes när han fick reda på att han hade vunnit Nobelpriset i fysik. Fundera på vilka frågor intervjupersonen förmodligen redan har fått och ta det ett steg längre, annars får du ofta inövade svar.

Vidare får du gärna ställa lite provocerande frågor, vilket kan göra intervjun betydligt intressantare både för intervjuaren, intervjupersonen och lyssnarna.

7: Avbryt inte. Ibland kan det vara nödvändigt att avbryta om intervjun halkar in alltför långt på ett sidospår, men försök undvika detta. Andas in långsamt. Andas ut. Ge intervjupersonen tid till att reflektera över sitt svar. Ofta dyker fler tankar upp efter en stund.

8: Värdera intervjupersonens tid. Tacka din gäst för att han eller hon medverkar i din podd. Förutsätt att ni kommer genomföra fler intervjuer tillsammans i framtiden, och fråga dig själv hur gästen kan få ut något av det. Belys och beröm din gästs framgångar, nya bok, eller vad det nu kan vara.

9: Studera mästarna. Konceptet med poddradio tog fart under 2004, och har blivit en guldgruva för exempel på både bra och dålig intervjuteknik. Börja lyssna mer strukturerat på poddcastare som har lyckats stort. Hur inleder de sina poddar? Hur presenterar de sina gäster? Hur hanterar de intervjuer med gäster från andra änden av det politiska spektrumet?

Utrustningen

För att sända poddradio behöver man förstås ha tillgång till utrustning för att spela in ljud.

På A-reco i Liljeholmen använder vi en portabel inspelare vid namn **Zoom Podtrak P4**, vilken gör den tekniska biten (t.ex. att ställa in inspelningsvolymen och spara ljudfiler som kan laddas upp på internet) enkel. Se illustrationen nedan för att se hur inspelaren ser ut.

Vidare använder vi dynamiska Shure SM58-mikrofoner kopplade till inspelaren, vilka ger mycket bra ljudkvalitet för t.ex. intervjuer. Se omslaget till denna guide för en illustration av denna mikrofon.

Vi ska nu ge en kortfattad beskrivning av **hur man gör för att spela in en intervju med 2-4 deltagare** med vår utrustning. Den mer tekniskt intresserade läsaren hänvisas till utrustningens officiella bruksanvisningar och guider.

1: Varje deltagare i intervjun behöver en egen Shure SM58-mikrofon. Koppla in så många av dessa mikrofoner som krävs i inspelaren med hjälp av XLR-kablarna. Dessa kablar ligger i mikrofonernas vita förpackningar, och har tre hål eller tre piggar i kontakterna.

2: Montera och skruva fast mikrofonarmarna i bordet, och sätt fast mikrofonerna i armarnas mikrofonhållare. Se till att varje deltagare i intervjun sitter bekvämt c:a 10 cm rakt framför sin mikrofon. Ett alternativ är att hålla i mikrofonen själv, vilket givetvis är mer praktiskt om man t.ex. intervjuar människor ute på stan.

3: Starta inspelaren genom att trycka ned strömknappen (🔌) på inspelarens högra sida i två sekunder. Se till att alla volymreglage (illustrerade i blått nedan) är skruvade till inställning 6.

4: (Valfritt) Koppla in den medföljande powerbanken i någon av de två USB-C-portarna i inspelaren. Detta är särskilt viktigt om batterinivån (visas på inspelarens display uppe till höger) är låg. Ett alternativ är att byta ut AA-batterierna när de börjar ta slut.

5: (Valfritt) Koppla in hörlurar i inspelaren för de som vill lyssna på intervjun live. Justera volymreglagen på inspelaren för hörlurarna till en nivå runt 6.

6: Tryck på inspelningsknappen (🔴) när inspelaren har startat. När den runda, röda lampan börjar lysa efter några sekunder har inspelningen påbörjats.

7: Tryck på stopp-knappen (⏏) när inspelningen är klar. Ljudet sparas på minneskortet i inspelaren.

Vi ska nu gå igenom hur ljudfilerna kan flyttas från inspelaren till en PC för bearbetning.





Ljudredigering

När du har spelat in din intervju med inspelaren (Zoom Podtrak P4) så ligger de sparade ljudfilerna på minneskortet i inspelaren.

Öppna luckan på inspelarens vänstra sida, mata ut minneskortet och sätt sedan in det i din dators minneskortsläsare. Om du använder en av A-recos bärbara datorer så hittar du minneskortsläsaren på datorns högra sida. Eventuellt behöver du vända datorn upp och ned för att hitta den.

Du bör se minneskortets filer på skärmen efter några sekunder. Filerna är döpta efter det datum och tid då inspelningen påbörjades. Kopiera rätt ljudfil till t.ex. skrivbordet på din dator.

Du bör även kunna se en mapp vid namn **P4_Multitrack** på minneskortet. Om du öppnar den hittar du en mapp med samma namn (datum och tid) som ovanstående ljudfil. Denna mapp innehåller en separat ljudfil för varje mikrofon (**MIC1.wav**, **MIC2.wav**, **MIC3.wav** samt **MIC4.wav**), så kopiera även denna mapp till din dator.

Nu när du har ljudfilerna på din dator är det dags att efterarbeta ljudet för att t.ex. ta bort störande hostningar och se till att ljudvolymen blir jämn. Vi ska göra detta i programmet Audacity, vilket kan laddas ner helt gratis från <https://audacityteam.org>. Se till att ladda hem den zippade versionen av programmet, eller fråga någon av A-recos handledare om hjälp.

Vi rekommenderar att du tittar på Maria Dahls utmärkta guide "**Audacity - genomgång på svenska**" på YouTube för att lära dig grunderna i Audacity (sök på Youtube).

Om du vill ha en övningsuppgift för att träna på grunderna i Audacity så kan du hitta en sådan här: <https://www.a-reco.se/uppgifter/audacity>. **Tveka inte på att fråga någon av A-recos handledare** om du behöver hjälp. Ljudredigering är svårt i början!

När du har sett klart guiden och eventuellt utfört övningsuppgiften är det dags för dig att börja bearbeta den inspelade intervjun.

Starta Audacity och importera ljudfilerna du kopierade till din dator. Gör detta genom att klicka på Arkiv och sedan Importera. Sedan importerar du **antingen** de olika ljudfilerna för varje mikrofon, eller den första ljudfilen du kopierade (vilken har sammanslagit ljudet från alla mikrofoner till en enda fil).

Lyssna igenom inspelningen och korriger eventuella misstag och oljud. Jämna ut ljudvolymen. Om du vill kan du lägga till egna ljud effekter och musik här också, men se till att du känner till juridiken kring detta; se nästa avsnitt om upphovsrätt och etiska riktlinjer.

Ett sista tips: Om du arbetar med flera ljudspår i Audacity kan du markera en del av ett av ljudspåren. Tryck sedan **Ctrl+Shift+K** på ditt tangentbord för att markera motsvarande del i samtliga ljudspår. Perfekt om du vill radera ljud från flera spår samtidigt utan att förlora synkroniseringen mellan spåren!

Etik och kritik

Vad får vi ta upp i programmen?

I Sverige har vi yttrandefrihet. Det är en del av de medborgerliga fri- och rättigheterna. Det finns dock inskränkningar (begränsningar). Det gäller till exempel sådant som i brottsbalken räknas som olaga hot, hets mot folkgrupp, förtal, förolämpning och sekretess. För sådant kan man åtalas (bli anklagad inför domstol).

Eftersom vi – i likhet med många poddar – inte har ett så kallat utgivningsbevis gäller att var och en som uttalar sig i vår podd ensam blir ansvarig inför lagen. A-reco kan inte åtalas, men du som pratar i podden kan åtalas.

I Sverige finns regler kring publicering och hur journalister ska arbeta som journalisterna själva har utarbetat. De kallas för pressens publicitetsregler. Många menar att det är bra för yttrandefriheten att vi har ett sådant system, att det är bra att journalisterna frivilligt reglerar detta.

De pressetiska reglerna (17 regler) som hör till dessa hjälper journalister att avgöra vad som går bra att säga och skriva, och vad som riskerar att göra att någon blir sårad eller känner sig utnyttjad, eller orättvist behandlad.

Det handlar också om att vara korrekt i det man berättar så att människor kan lita på medier. Enligt reglerna är det också viktigt att ge personer som kritiseras en möjlighet att svara på kritiken. Man bör också undvika att lyfta fram en persons nationalitet, etniska ursprung och så vidare om det inte är viktigt i sammanhanget.

De yrkesetiska reglerna (13 regler) är den andra delen av publicitetsreglerna, och de handlar till stor del om din integritet som journalist. Alltså att det är viktigt att du som journalist är oberoende och inte låter dig påverkas av påtryckningar utifrån.

A-reco har utformat egna regler för sin poddradio men dessa regler bygger nästan helt och hållet på pressens publicitetsregler som också vi ska följa.

Du kan läsa A-recos regler för poddradioverksamheten här:

<https://a-reco.se/poddregler>

Pressens publicitetsregler finner du här:

<https://www.sjf.se/yrkesfragor/yrkesetik/spelregler-press-radio-och-tv/publicitetsregler>





Upphovsrätt

Vilken musik och vilka bilder får vi använda till poddradion?

Den som skapar exempelvis musik, film eller ett fotografi får vanligen ensamrätt till sitt verk, så kallad upphovsrätt. Det är grundregeln. Då har den personen rätt att bestämma hur det ska användas, om andra måste betala för att använda det och så vidare. Den som vill använda det måste fråga om lov.

Men det finns undantag. Exempelvis upphör ensamrätten till ett verk 70 år efter att upphovsmannen avled. Du får också alltid sammanfatta en annans text med egna ord (skriva ett referat). Det brukar räknas som god sed att samtidigt ange källan.

Det finns också licenssystem där den som äger verket redan gett sin tillåtelse att använda det, på vissa villkor. Villkoren finns angivna i anslutning till verket. Ett vanligt villkor är att den som äger verket måste få sitt namn publicerat om du använder det.

Creative Commons är ett av flera system som underlättar den här typen av "frihet på vissa villkor". Med Creative Commons finns det ett antal licenser som anges i anslutning till verket i form av förkortningar eller symboler. Ett mycket vanligt villkor (som har förkortningen CC BY) är just det att man måste ge den som äger verket erkännande, alltså att du som vill använda det måste skriva vem som äger verket.

Det finns också bilder, musik med mera som är helt fria. I anslutning till dessa verk kan man se ordet Public domain eller förkortningen CC0 (=en Creative Commons-licens som visar att verket är helt fritt att använda).

Här är några tips på webbplatser med bilder, musik, ljudeffekter m.m. som är helt fria, eller fria på vissa villkor.

Musik och ljudeffekter: Freesound, Audiojungle, Royaltybeat.

Bilder: Pixabay, Pexels, Unsplash.

Kom ihåg att följa de villkor som gäller. Om du måste skriva vem som äger verket kan du göra det i din avsnittsbeskrivning.



Publicera avsnittet

När du är klar med din podd är det dags för dig att ladda upp den på internet så dina lyssnare kommer åt den. Vi ska använda tjänsten **Podbean** för att göra detta, eftersom Podbean gör det enkelt att publicera poddar på många olika plattformar (t.ex. Spotify, Youtube och Apple Podcasts) samtidigt.

Podbean lägger till poddarna i en katalog på sin webbsida (podbean.com). Nyfikna lyssnare kan sedan hitta poddarna i katalogen genom att klicka på olika genrer (t.ex. konst, historia eller nyheter). Det går även att livesända poddar med deras tjänst. Vidare får varje podd en egen webbsida där lyssnaren kan lyssna på de uppladdade ljudfilerna direkt i sin webbläsare.

Podbean har en gratisversion av sin tjänst som tillåter lagring av upp till fem timmar av inspelat ljud. Det finns även betalversioner av deras tjänst som inte begränsar poddarnas sammanlagda längd. Ett bra gratisalternativ till Podbean med något färre funktioner är **Anchor**.

A-reco har egna konton på Podbean för sina poddar (t.ex. podden "Lyssna lika"). Säg till din handledare om du vill ladda upp din podd där. Eftersom det är bra om du förstår hur ljudfiler publiceras på Podbean ska vi nu gå igenom de olika stegen från grunden.

Hur du publicerar din podd med Podbean:

1: Gå in på podbean.com i din webbläsare och registrera ett (gratis) konto. Logga in på kontot om det behövs.

2: Klicka på "Create New Podcast"-knappen för att komma åt Podbeans dashboard. Du kan även komma åt Podbeans dashboard på <https://admin.podbean.com>.

3: Klicka på "Go to setup"-knappen. Skriv in namnet på din podd efter "Podcast title". (Här avses namnet på din "radiostation" och inte ljudfilen/avsnittet i sig.)

Ge även podden en beskrivning och välj en lämplig genre. Du kan även ladda upp en logotyp för din podd här. Klicka på "Update Options"-knappen när du är klar.

4: Klicka på "New Episode"-knappen och välj "Choose file to upload". Välj ljudfilen du vill publicera.

5: Skriv in namnet på din podd efter "title" (här åsyftas namnet på ditt "avsnitt"). Ge även podden/avsnittet en beskrivning.

6: Klicka på "Publish Now"-knappen.

Grattis! Din podd är nu tillgänglig för hela världen (eller åtminstone för alla som har en internetanslutning).

Nu är det bara att planera nästa avsnitt i din podd. Övning ger färdighet — vad kan du göra bättre till nästa gång?

Med lite tålamod och ihärdighet kommer du snart få en stor, trogen publik för dina poddar. Hör av dig till möjliga sponsorer när några tusen personer har lyssnat på dina poddar, och innan du vet ordet av har du blivit en professionell podcastare!





Lagom

Ordlista

(ett par) hörlurar — Man lyssnar i hörlurar.



(en) inspelare — En inspelare är en apparat för att spela in (registrera) exempelvis ljud. En digital inspelare registrerar ljudet digitalt, till exempel på ett digitalt minne (exempelvis ett minneskort).

Synonymer: (en) ljudinspelare, (en) digital inspelare, (en) recorder

(en) inspelning — Detta när man spelar in (gör en inspelning) av ljud exempelvis med hjälp av en inspelare. Inspelningen kan sparas som en ljudfil på ett minneskort.

(en) inspelningsutrustning — Till inspelningsutrustning hör mikrofoner, mikrofonkablar, mikrofonarmar, inspelare med mera.

(ett) intro — Ett intro är en introduktion, alltså en inledning i exempelvis ett program. Det man säger allra först. (Jämför med outro = det man säger sist i programmet)

(en) livestreaming — En livestreaming är en

uppspelning av exempelvis ett program samtidigt som det görs (i realtid). Verbet är att livestreama.

(en) ljudfil — Det ljud man sparar digitalt, exempelvis i inspelaren på ett minneskort, kan sparas som en fil, en ljudfil. En bild, eller ett skrivet dokument i Word kan också sparas som filer (bildfil, textfil). Man kan flytta ljudfilen från inspelaren till en dator via ett minneskort. Man kan tänka på att ljudfiler ofta tar ganska stort utrymme på datorn och därför kan vara svåra att bifoga i mail.

Ljudredigera — När man har spelat in ljud kan man efteråt ta bort eller lägga till saker, ändra saker o.s.v. i inspelningen. Exempelvis ta bort brus eller en hostning. Man kan också lägga till musik, en redan gjord intervju och liknande. Ett verb som beskriver detta är ljudredigera.

Substantivet är (en) ljudredigering. Audacity är ett exempel på ett datorprogram för ljudredigering.

(en) mikrofon — En mikrofon omvandlar ljud till elektriska signaler. En mikrofon kan vara riktad. Det betyder att den framförallt tar upp ljud rakt framifrån mikrofonen. Mikrofoner kan vara uppbyggda på olika sätt. Det finns till exempel kondensatormikrofoner och dynamiska mikrofoner. Våra mikrofoner, Shure SM58, är riktade och dynamiska.

(en) mikrofonarm — En mikrofonarm är en ställning som kan fästas i ett bord och som håller upp en mikrofon.

mjuta — Att mjuta är att stänga av ljudet (exempelvis det ljud man spelar in). Synonymer: mutea, mute (engelskt uttal)

Innehåll: Christian Hägg, Jonas Lundberg

Design: Christian Hägg

Producerad i augusti 2021