

# Podcasts selber machen

Thomas Gudella und Gustav Mewes

## Was ist Podcasting?



Podcasting bezeichnet das Erstellen und Zugänglich machen von Audio- oder Videoepisoden über das Internet. In einem Podcast werden solche Mediendateien unter einer Internetadresse zum Betrachten und Herunterladen angeboten. Zumeist wird die eigentliche Mediendatei durch einen einleitenden Text, der auch mit Bildern illustriert werden kann, dem so genannten Teaser, gerahmt. Das Wort Podcasting selbst ist ein Kunst- bzw. Kofferwort und lehnt sich zum einen an die Namensgebung der Firma Apple für einen bekannten Medienplayer, den „iPod“ und zum anderen an den englischen Begriff „to broadcast“ (etwas senden) an.

Gelegentlich wird noch zwischen Pod- und Vodcasting unterschieden, wobei letzteres sich auf die Bereitstellung von Videoclips bezieht. Ein Podcast kann demnach grob als eine Form von Internetradio (bzw. -fernsehen) beschrieben werden. Im Gegensatz zum traditionellen, an feste Sendezeiten gebundenen Rundfunk bietet ein Podcast jedoch den Vorteil von zeitlicher und auch räumlicher Unabhängigkeit für die NutzerInnen und kommt damit dem Radio bzw. Fernsehen on demand recht nahe.

Anstelle von vorgegebenen Sendezeiten finden wir bei Podcasts eine nach dem Zeitpunkt ihrer Veröffentlichung angeordnete Folge von Beiträgen. Diese können immer dann, wenn Bedarf besteht, direkt im Internet angehört oder betrachtet oder auch, wie bereits erwähnt, auf einen Datenspeicher oder Medienplayer heruntergeladen werden. Somit besteht die Möglichkeit, sich ein den eigenen Bedürfnissen entsprechendes „Programm“ aus einer breit gefächerten Angebotspalette zusammenzustellen, zu konservieren und wann und wo es passt wiederzugeben. Es steht mir sogar frei, Episoden weiterzugeben, an wen und so oft ich es will, ohne dass dafür Gebühren anfallen – lediglich die Kosten für die Internetanbindung sind zu beachten.

# Technik und Einsatz in der Jugendarbeit

## Podcasts finden und verwalten



Für den klassischen Rundfunk gibt es Programmhinweise und -zeitungen. Etwas entsprechendes ist für Podcasts schon aufgrund ihrer Anzahl nicht möglich. So sind z. B. allein unter der Adresse <http://podster.de> zur Zeit knapp 6700 deutschsprachige Podcasts aufgelistet, von denen zumindest knapp 2000 monatlich um neue Episoden ergänzt werden. Weitere Podcast-Portale sind z. B. auf der Seite <http://wiki.podcast.de/Abonnieren> aufgeführt.

Zunächst einmal ist also die „Mühe“ gefordert, unter dem Angeboten eine Auswahl zu treffen, indem das Sortiment beispielsweise unter Zuhilfenahme von Suchbegriffen gefiltert wird. Ist dann einmal eine Grundausswahl zusammengestellt, wird alles viel einfacher als beim klassischen Rundfunk: Podcasts, an denen ich Gefallen gefunden habe, kann ich über so genannte RSS-Feeds abonnieren. Dazu muss lediglich ein Button bzw. ein Link angeklickt werden und im Anschluss daran eventuell noch ein Programm, ein so genannter Podcatcher, ausgewählt werden, das die Podcastsammlung verwalten soll.

Eines der bekanntesten dieser Programme ist „iTunes“ (über Apple als freier Download zu beziehen), aber auch „Miro“ (Participatory Culture Foundation, <http://www.getmiro.com/>) und „Juice“ (<http://juicereceiver.sourceforge.net/>) leisten gute Dienste. (Eine größere Auswahl an Podcatchern befindet sich auf der Seite <http://wiki.podcast.de/Podcatcher> . Im Grunde ist aber mittlerweile jeder aktuelle Browser in der Lage, RSS-Feeds in Form dynamischer Lesezeichen zu verwalten. Ist diese Vorarbeit geleistet, werde ich, je nachdem, welche Software und Einstellungen ausgewählt wurden, über das Erscheinen neuer Podcastepisoden der abonnierten Kanäle informiert oder diese werden sogar automatisch auf mein Handy, meinen Rechner oder ein sonstiges Gerät mit Internetanbindung heruntergeladen.

## Was wird nun benötigt, um selber einen Podcast zu erstellen?



Zunächst einmal ein Gerät, mit dem Sprachäußerungen aufgezeichnet werden können. In der Arbeit mit Jugendlichen bietet es sich geradezu an, dabei auf Technik zurückzugreifen, die diese zumeist in ihren Hosentaschen mit sich herumtragen. Fast jedes modernere Handy und auch viele der gängigen mp3-Player bieten die Option, Sprachdateien aufzuzeichnen. Aber auch die meisten Computer besitzen eingebaute Soundkarten mit einem Mikrofoneingang, so dass notfalls unter Zuhilfenahme eines günstigen Mikros (unter 20 €) Audioaufnahmen erstellt werden können.

Ist eine höherwertige Aufnahmequalität erwünscht, kann auf einen Festplattenrecorder und ein handelsübliches Mikrofon für Sprach- bzw. Musikaufnahmen zurückgegriffen werden. Bei der Anschaffung des Aufnahmeegerätes sollte vor allem auf eine eingängige Menüführung und die Möglichkeit der Aufnahmeaussteuerung geachtet werden. Bei der Wahl eines Mikrophones

wiederum sollte dessen Aufnahmecharakteristik auf die zu erwartenden Aufnahmesettings abgestimmt werden. Wenn einzelne Personen in einem Umfeld mit Störgeräuschen befragt werden sollen, ist eher ein Mikrofon mit enger Richtcharakteristik angebracht. Sollen dagegen mehrere Personen zugleich aufgenommen werden (z. B. ein Gespräch mit einer Gruppe) oder es erscheint wichtig, die umgebende raumakustische Atmosphäre darzustellen, eignet sich eher ein Mikro mit einem breiten Aufnahmewinkel und ausgeprägter Stereocharakteristik.

Alternativ zu Festplattenrecordern kann auch ein tragbarer digitaler Audiorecorder eingesetzt werden. Solche Geräte wurden speziell für Audioaufnahmen konzipiert und besitzen fest eingebaute Mikrofone – zusätzlich zu Mono- und Stereoaufnahmen bieten solche Geräte die Möglichkeit, bei Bedarf Surround-Aufnahmen in einem 4-Kanal-Modus anzufertigen (hierbei wird jeweils eine Stereotonspur von dem Geschehen vor und eine weitere von dem Geschehen hinter dem Gerät aufgezeichnet).

Bevor der erste echte Beitrag aufgezeichnet wird, sollte ein wenig mit dem Gerät und den zur Verfügung gestellten Optionen experimentiert werden, um im „Ernstfall“ die Technik sicher im Griff zu haben. Wird mit Handys gearbeitet, sollte vor allem danach geschaut werden, welche Optionen bestehen, die erstellten Dateien auf einen Computer zu übertragen. Viele Handys und MP3-Player besitzen einen USB-Anschluss oder eine entnehmbare Speicherkarte. Sollte dies nicht der Fall sein, kann probiert werden, die Daten mittels Bluetooth oder Infrarot auf den Rechner zu übertragen. Bei Festplattenrecordern sollte es keine Probleme geben; denn diese verfügen über einen schnellen USB-Anschluss oder besitzen entnehmbare SD-Speicherkarten.



Um ein Gefühl dafür zu entwickeln, wie viel Speicherplatz eine Aufnahme auf dem Gerät benötigt, sollte noch ein wenig herumprobiert werden, welche Aufnahmeformate das Gerät anbietet und welche Wiedergabequalität damit zu erreichen ist. Wir empfehlen der Einfachheit halber im MP3-Format aufzuzeichnen, wobei eine Bitrate von 128 kb/s normalerweise ausreicht, um gute Sprachaufnahmen zu erstellen. Nimmt das Gerät in einem anderen Format auf (z.B. „amr“ bei Handys), dann muss, nachdem die Datei auf den Computer übertragen wurde, zunächst noch ein Audiokonverter (z. B. das kostenlose Programm „switsch“) bemüht werden, um eine Datei im MP3-Format zu erzeugen.

Nachdem die erste Aufnahme „im Kasten“ ist bzw. die Audiodatei sich auf dem Rechner befindet, sollten nun noch Längen am Anfang und am Ende der Datei mit dem kostenlosen Programm „Audacity“ (<http://audacity.sourceforge.net/?lang=de>) herausgeschnitten werden. Bei der Installation von „Audacity“ ist darauf zu achten, dass der „Lame MP3 Encoder“ (<http://lame.buanzo.com.ar/>) ebenfalls installiert wird; denn nur über diesen ist es möglich, eine bearbeitete Datei wieder im MP3-Format abzuspeichern.

Neben den vielen weiteren Möglichkeiten, die „Audacity“ für die Bearbeitung von Audiodateien bereitstellt, sei noch die erwähnt, dass die Lautstärke der Aufnahme nachträglich korrigiert werden kann. Über die Funktion „Normalisieren“ kann eine Anpassung der Lautstärke zum einen für den gesamten Track durchgeführt werden, zum anderen können aber auch einzelne, zuvor markierte Bereiche gezielt nachbearbeitet werden. Letzteres bietet sich immer dann an, wenn Passagen in stark schwankender Lautstärke vorliegen (z. B. aufgrund unterschiedlicher Distanzen der SprecherInnen zum Mikrofon), die beim Anhören der Aufnahme eine ständige Anpassung der Wiedergabelautstärke erforderlich machen würden.

Ist die Aufnahme, wie zuvor beschrieben, bearbeitet worden, sollte noch ein kurzer Text verfasst werden, der potentielle ZuhörerInnen dazu animiert, sich die Datei auch anzuhören und der erste Podcast-Beitrag ist so gut wie vollendet.



Wie eingangs erwähnt, können Podcasts auch Videobeiträge enthalten, daher an dieser Stelle ein paar Worte dazu. Auch hier ist es zunächst nicht notwendig, teure Technik anzuschaffen, da die Aufnahmequalität der meisten Handys, die Jugendliche heute „auf Tasche“ haben, für erste Versuche ausreicht. Zudem bieten fast alle digitalen Fotoapparate die Möglichkeit, Videoclips aufzuzeichnen. Auf alle Fälle sollte bei der Aufnahme von Videoclips immer der (noch) zur Verfügung stehende Speicherplatz im Auge behalten werden.



Da Videoclips im Internet zur Zeit überwiegend im Flash-Format angeboten werden und dieses Format von den Aufnahmegeräten nicht unterstützt wird, sollte auf alle Fälle mit einem Recoder gearbeitet werden. Recoder sind Programme, die ein gegebenes Medienformat in ein gewünschtes anderes umwandeln können. Kostenlose Programme, die dies leisten wären z. B. „Super“ (<http://www.erightsoft.com/SUPER.html#Dnload>) oder „XMedia Recode“ (<http://xmedia-recode.de/download.html>). Wie bei Audiodateien auch, müssen Videos oftmals nachbearbeitet bzw. geschnitten werden. Kostenlose Programme hierfür sind der „Windows Movie Maker“ (ab XP Bestandteil des Betriebssystems) oder die Weiterentwicklung des bekannten Zwei-Stein Video Editors der „t@b ZS4 Video Editor“ (<http://www.zs4.net/downloads>). Vor der Bearbeitung muss das aufgenommene Video in den meisten Fällen, wiederum mit einem Recoder, in ein Format umgewandelt

werden, das die verwendete Schnittsoftware öffnen bzw. einlesen kann. Eine andere Form der Nachbearbeitung, aber auch eine verstärkt kollaborative Form der Erstellung von Videos für Podcasts ergibt sich aus der Nutzung von Online-Plattformen, wie sie auf dieser Website unter dem Thema „Online Video“ beschrieben werden.

Da die Arbeit mit Videoclips sich sowohl im Hinblick auf deren Umwandlung als auch beim Schneiden aufwendiger gestaltet, als dies bei Audioaufnahmen der Fall ist, sollte dies bei der Planung eines Projektes gebührend berücksichtigt werden.

Benötigt wird nun noch eine Möglichkeit, den Beitrag im Internet zu veröffentlichen. Sollen lediglich Audiobeitrag und ein begleitender Text veröffentlicht werden, genügt die Registrierung bei einem entsprechenden Provider, z.B. <http://www.podhost.de/>. Der Eintrag unter „Username“ sollte mit Bedacht erfolgen, da der Podcast unter diesem Namen im Netz erscheinen wird und sich diese Angabe später nicht mehr korrigieren lässt. Danach muss eigentlich nur noch der Beitrag und die Audiodatei von der eigenen Festplatte auf den Server von Podhost hoch geladen werden und die erste Episode des eigenen Podcasts ist im Internet für alle verfügbar.

Soll der Beitrag mit Bildern illustriert werden, ist es am einfachsten, zweigleisig zu fahren, denn eine solche Option existiert (zur Zeit?) bei Podhost nicht. Bilder können jedoch ganz einfach veröffentlicht werden, wenn unter <http://wordpress.com/> ein weiterer Account erstellt wird. Dort kann dann derselbe Beitrag nochmals erstellt und mit Bildern angereichert werden. Um einen Audiobeitrag von der Podhost-Seite in einen Wordpressbeitrag zu übernehmen, wird folgendermaßen vorgegangen:

Bei der Erstellung des Wordpressbeitrages an der Stelle, wo die Audiodatei erscheinen soll, folgendes einfügen: [audio <http://IhrPodcast.podhost.de/gewuenschteDatei.mp3>]. Hinter dem mit „http:“ beginnenden und mit „.mp3“ endenden Teil der Einfügung verbirgt sich der Link zu der bei Podhost abgelegten Datei. Diesen erhält man ganz einfach, wenn man auf der eigenen Podcastseite bei Podhost mit der rechten Maustaste über dem Hinweis „Datei herunterladen“ mit der rechten Maustaste klickt und anschließend die Option „Linkadresse kopieren“ auswählt.

Neben dem Vorteil, dass das Audiofile nun über eine Playerleiste in Wordpress abgespielt werden kann, liegt ein weiterer darin, dass das wesentlich umfangreichere, unter Podhost zur Verfügung gestellte Speichervolumen dann auch für den unter Wordpress erstellten Podcast genutzt werden kann. Damit der Beitrag von BesucherInnen der Seite dort heruntergeladen werden kann, muss der zuvor erwähnte Link nun nochmals eingefügt werden, da diese Möglichkeit vom Player (zur Zeit) nicht zur Verfügung gestellt wird.

Vor der Veröffentlichung von Bildern im Podcast sollten diese hinsichtlich ihrer Darstellungsgröße und des von ihnen benötigten Speichervolumens Podcast gerecht optimiert werden. Dazu empfiehlt sich das ebenfalls kostenlose Programm „IrfanView“ (<http://www.irfanview.de/>), das nicht nur die Möglichkeit bietet, Bildausschnitte frei zu stellen und diese auf eine angemessene Größe und Auflösung (400 Pixel Höhe oder Breite bei 72 DPI) umzurechnen (zu resampeln), sondern auch über die Funktion „save for web“ verfügt, über die die letztendliche Bilddatei auf ein möglichst geringes Speichervolumen komprimiert wird, ohne dass die Qualität der Bildschirmdarstellung darunter sichtbar leidet.

Dieses Kapitel abschließend sei noch darauf verwiesen, dass der einfachste Weg, Videoclips in seinen Podcast bei Wordpress zu integrieren, darin besteht, diese bei einem der zahlreichen Videoportale wie bspw. myVideo (<http://www.myvideo.de>), ClipFish (<http://www.clipfish.de>) oder YouTube (<http://www.youtube.com>) hochzuladen und anschließend die von Wordpress bereitgestellte Funktion, „Video einfügen“ zu nutzen.

## Podcasting mit Jugendlichen



Der große Vorteil von Podcasting in der Arbeit mit Jugendlichen liegt darin, dass der Übergang vom bloßen Konsum von Internetinhalten zum aktiven Mitgestalten sehr niedrighschwellig ist. Es bedarf keiner teuren Technik. Ein mp3-Player mit Aufnahmefunktion, ein halbwegs modernes Handy oder ein Computer mit Mikrofon reichen für den Einstieg. Und auch Software, mit denen die Aufnahmen und Bilder bearbeitet werden können, steht z. B. in Form von „Audacity“ und „IrfanView“ kostenlos zur Verfügung. Werden, wie

zuvor beschrieben, bei „Podhost“ und „WordPress“ Accounts eingerichtet, entstehen auch für die Präsentation der selbst erstellten Podcasts im Netz keine weiteren Kosten und darüber hinaus gestaltet sich das Anlegen einer eigenen Seite aufgrund der dort angebotenen Hilfestellungen denkbar einfach.

Einem alten Slogan in der Bildungsarbeit folgend, bietet solch ein Projekt die Möglichkeit, viele der Jugendlichen „dort abzuholen, wo sie stehen“, indem bei der Erstellung eines Podcasts ihr Wunsch nach Selbstdarstellung aufgegriffen wird. Viele haben sich bereits an eigenen Homepages versucht und/oder pflegen ihre Accounts im „schülerVZ“ oder auf einer der zahlreichen Seiten, die der Kontaktaufnahme zum anderen Geschlecht dienen. Zugegeben, der Aufwand bei der Erstellung eines eigenen Podcasts ist ein wenig größer, dafür bestehen dann aber auch umfassendere Gestaltungsspielräume und die eigene Kreativität kann besser hervorgehoben werden.

Besonders wichtig erscheint hierbei die pädagogische und kompetente Anleitung. Denn, wie schon vielerorts diskutiert, ist die Weitergabe persönlicher bis intimer Informationen nicht risikolos. Es sollte bei der Veröffentlichungen im Internet immer bedacht werden, dass „das Netz niemals vergisst“. So kann sich eine entblößende und peinliche Selbstdarstellung später durchaus negativ auf die Chancen einen Ausbildungs- oder Arbeitsplatz zu erhalten auswirken, hingegen kann eine engagierte Seite, die das eigene Profil schärft und persönliche Kompetenzen hervortreten lässt, durchaus auch ein Werbeträger für die eigene Person sein.



Bei der gemeinsamen Arbeit an einem Podcast wird die zuvor beschriebene Problematik natürlich immer wieder angesprochen und so eine Sensibilisierung bei den TeilnehmerInnen für das Thema unterstützt. So müssen in diesem Zusammenhang auch die Persönlichkeitsrechte anderer behandelt werden; denn Fragen danach, welche Bilder und welche Mitschnitte von Gesprächen eigentlich öffentlich zugänglich gemacht werden dürfen, tauchen hier zwangsläufig auf. Dieses Themengebiet

kann ergänzend mit einem Exkurs zu den Regeln der „Netiquette“ (Empfehlungen für einen guten Umgang im Verlauf virtueller Kommunikation) angereichert werden. Selbstverständlich sollten auch die anleitenden TeamerInnen den Persönlichkeitsschutz im Auge behalten und bei minderjährigen TeilnehmerInnen darauf achten, von den Eltern eine Einverständniserklärung für das Projekt einzuholen. Auch bei Volljährigen ist eine Zusage diesbezüglich nötig. (Vorlagen hierfür: [http://radio.breakbox.net/?page\\_id=43](http://radio.breakbox.net/?page_id=43)).



Grundlagen von Medienkunde und -kompetenz lassen sich so im Verlauf des Projektes gemeinsam erarbeiten. Neben der zuvor umrissenen rechtlich-sozialen Perspektive werden auch technisches Verständnis zur Funktionsweise des Internet und Fertigkeiten in der Erstellung und Bearbeitung von Medieninhalten herausgebildet, respektive weiterentwickelt.

Je nachdem, welche zeitlichen Ressourcen für die Arbeit am Projekt zur Verfügung stehen, können Grundlagen der Bearbeitung digitaler Medieninhalte weiter vertieft werden. Welche weitergehenden Gestaltungs- und Manipulationsmöglichkeiten zur Verfügung stehen, wäre eine der möglichen Fragen in diesem Zusammenhang. Auf der Grundlage der Erfahrung, dass mit relativ geringem Aufwand sowohl Sprach- als auch Bildmaterial in seiner Aussage grundlegend verändert werden kann, lässt sich die Glaubwürdigkeit von Medien diskutieren und damit selbstverständlich auch eine Sensibilisierung gegenüber im Internet dargestellten Inhalten erreichen.

Über den Weg, etwas einmal selbst erarbeitet zu haben, wird nachhaltig der Blick auf bisher lediglich oberflächlich Konsumiertes verändert. Wer kennt nicht die Erfahrung, dass die intensive Beschäftigung mit einem Gegenstand, die Wahrnehmung desselben ausdifferenziert, wie z. B. die Analyse von Musiktexten das Hören von Musik im Radio beeinflusst oder das Wissen um Manipulationsmöglichkeiten das Betrachten von auf Werbeplakaten und in Illustrierten dargestellten Menschen verändert.

Nicht zuletzt betrachten wir die Möglichkeit, zusammen mit Jugendlichen Podcasts zu erstellen, als einen Weg, denen, die sonst über keine oder eine nur schwache Stimme verfügen, Wege aufzuzeigen, über die sie - im Idealfall - ein globales Publikum erreichen können. Schlagworte wie „Partizipation“ oder „Demokratisierung des Internet“ lassen sich so mit geringem Aufwand und vor allem mit viel Spaß an der Sache in pädagogisches Handeln überführen. Zugleich haben wir in unserer bisherigen Arbeit immer wieder die Erfahrung sammeln können, dass über solch ein Projekt Zugänge zu Jugendlichen und Jugendgruppen eröffnet werden. Mikrofon und Kamera ticken sie in ihrem Bedürfnis nach Selbstdarstellung und -erklärung an. Wenn es gut läuft, kommen sie wieder und wollen, dass wir etwas mit ihnen machen.



# Hyperlinks

## Podcastverzeichnisse

Podster \_\_ <http://podster.de>

eine Aufzählung weiterer Verzeichnisse \_\_ <http://wiki.podcast.de/Abonnieren>

## Podcatcher

iTunes \_\_ <http://www.apple.com/de/itunes/download/>

Miro \_\_ <http://www.getmiro.com/>

Juice \_\_ <http://juicereceiver.sourceforge.net/>

eine Aufzählung weiterer Podcatcher \_\_ <http://wiki.podcast.de/Podcatcher>

## Audiobearbeitung

Audacity \_\_ <http://audacity.sourceforge.net/?lang=de>

Lame MP3 Encoder \_\_ <http://lame.buanzo.com.ar/>

## Bildbearbeitung

IrfanView \_\_ <http://www.irfanview.de/>

## Videobchnitt

t@b ZS4 Video Editor \_\_ <http://www.zs4.net/downloads>

## Converter

Switsch \_\_ <http://nch.com.au/switch/index.html>

Super . \_\_ <http://www.erightssoft.com/SUPER.html#Dnload>

XMedia Recode \_\_ <http://xmedia-recode.de/download.html>

## Kostenloses Podcasthosting (eigene Podcastseite für umsonst)

Podhost \_\_ <http://www.podhost.de/>

Wordpress \_\_ <http://wordpress.com/>

## Portale, um eigene Videos hochzuladen

myVideo \_\_ <http://www.myvideo.de>

ClipFish \_\_ <http://www.clipfish.de>

YouTube \_\_ <http://www.youtube.com>

## Autoren



### **Thomas Gudella**

Dipl. Medienberater (ARS) || Dipl. Sozialarbeiter/-pädagog\*in

Arbeitsschwerpunkte: Web 2.0, Podcasting, Webdesign, Projektentwicklung, Medienberatung

[thomas.gudella@vikonauten.de](mailto:thomas.gudella@vikonauten.de)



### **Gustav Mewes**

Dipl. Sozialarbeiter/-pädagog\*in (FH/Uni)

Arbeitsschwerpunkte: Jungenpädagogik, Gewaltprävention und Vorurteilsabbau, Training sozialer Kompetenzen, Video-/Handyclips, Podcasting, Projektentwicklung

[gustav.mewes@vikonauten.de](mailto:gustav.mewes@vikonauten.de)



### **ViKoNauten e.V.**

Verein für Kultur- und Medienarbeit

Wilhelmshöher Allee 178  
34119 Kassel

+49 (0)160 - 94 83 13 78

[info@vikonauten.de](mailto:info@vikonauten.de)

[www.vikonauten.de](http://www.vikonauten.de)