



**StraViMi**  
Distanz als Chance

# Workshop Audio & Podcast



EUROPÄISCHE UNION  
EUROPÄISCHER SOZIALFONDS

ESF IN BAYERN  
WIR INVESTIEREN IN MENSCHEN



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

# Übersicht

- Ziele und Wünsche
- Equipment
- Software
- Musik und Einspieler
- Stimme und Raum
- Weiterführende Literatur



# Ziele und Wünsche

Wozu die Aufnahme und was erhoffe ich  
mir von ihr?



## Ziele und Wünsche > Zielsetzung



Ziele und Wünsche >

# Zielsetzung

*„Erst Podcast-Hörer, dann Podcast-Macher“*

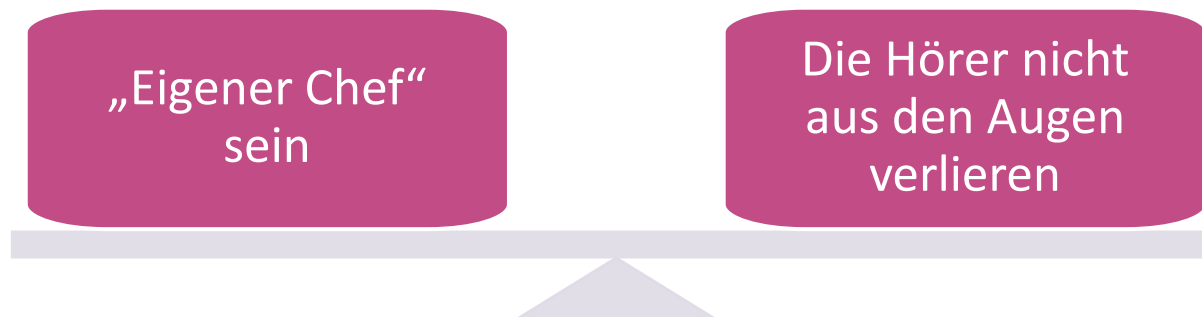
- ✓ Gibt es meine Idee bereits?
- ✓ Sind diese gut gemacht oder habe ich eine bessere Idee?
- ✓ Welche Podcast-Länge finde ich gut?
- ✓ Was stört mich? Was gefällt mir im Generellen?
- ✓ Wie werden Themen aufbereitet? Wie „funktioniert“ ein Podcast?

*→ Sobald die wichtigsten Fragen für einen selber beantwortet sind und auch eine gewisse Klarheit über Zielgruppe und Art der Aufnahme besteht, sollte eine Art Redaktionsplan erstellt werden.*

## Ziele und Wünsche > Zielgruppe

*Wen will ich erreichen? Wer ist meine Hörer-Zielgruppe?*

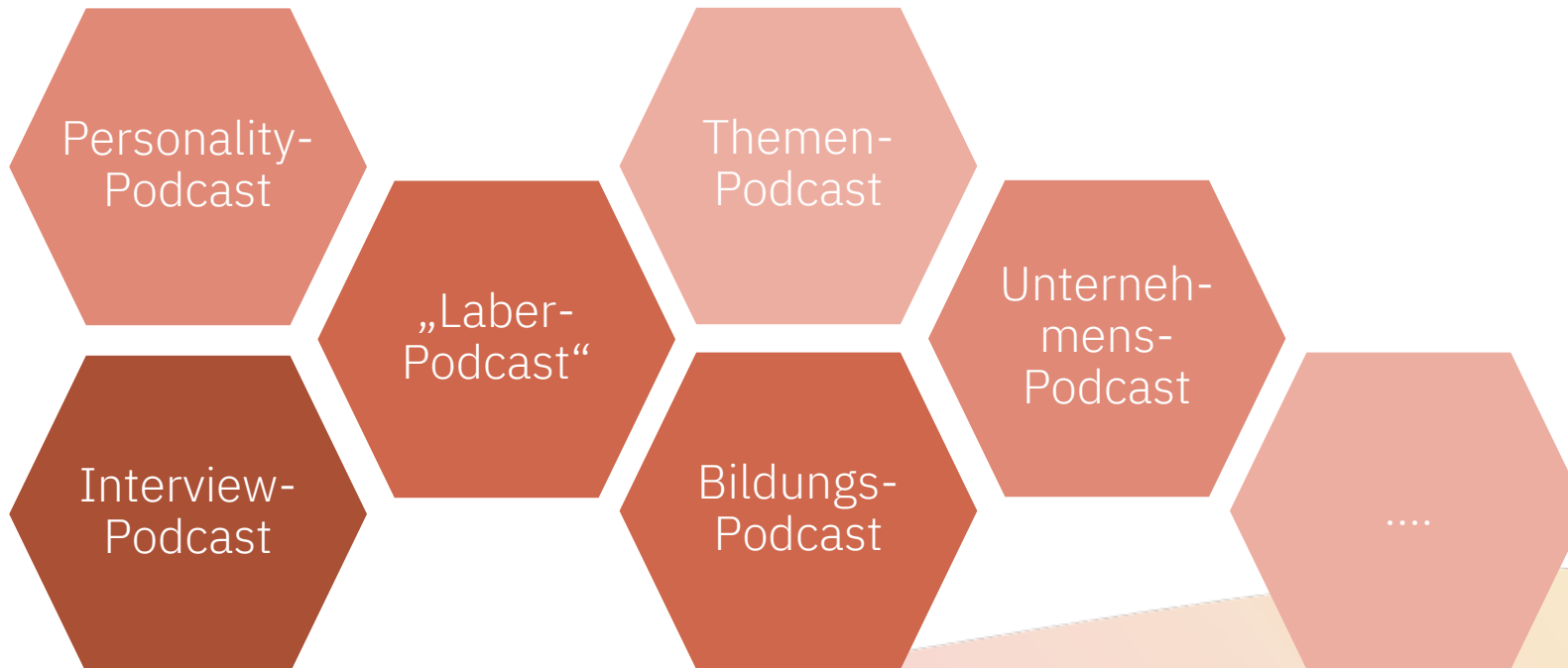
1. Kann ich bzw. will ich überhaupt meine Zielgruppe eingrenzen?
2. Welcher Altersgruppe und sozialen Schicht gehören meine Hörer möglicherweise an?
3. Welches Wissen und welche Vorkenntnisse setze ich voraus? Erkläre ich Fachbegriffe? (teilw. Abhängig von Art des Podcasts)



Ziele und Wünsche >

# Art der Aufnahme

*Welches Podcast-Format ist das „Richtige“? Welches Format passt zu meiner Podcast-Idee am besten?*



# Equipment

Welche technische Ausstattung benötige ich dafür?





Equipment >

# Aufnahmegeräte



Laptop/PC



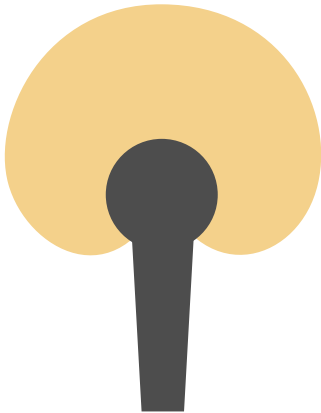
Smartphone



Mobiler Recorder

Equipment >

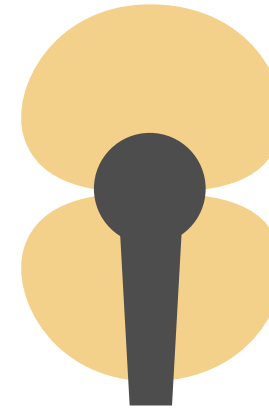
# Mikrofone: Richtcharakteristik



Niere



Kugel



Achter

Equipment >

# Mikrofone: Typen



Grenzfläche



Dynamisch



Kondensator



Lavalier

Equipment >

# Mikrofone: Schnittstelle



XLR



Klinke



USB

Equipment >

# Interfaces & Zubehör



Interface



Spinne



Stativ

Equipment >

# Beispiele

- [https://www.thomann.de/de/the\\_t.bone\\_sc\\_420\\_usb\\_desktop\\_set.htm](https://www.thomann.de/de/the_t.bone_sc_420_usb_desktop_set.htm)
- <https://focusrite.com/de/audio-interface/scarlett/scarlett-2i2>
- <https://www.shure.com/de-DE/produkte/mikrofone/sm58>
- <https://de-de.sennheiser.com/grenzflaechentischmikrofon-meb-114>

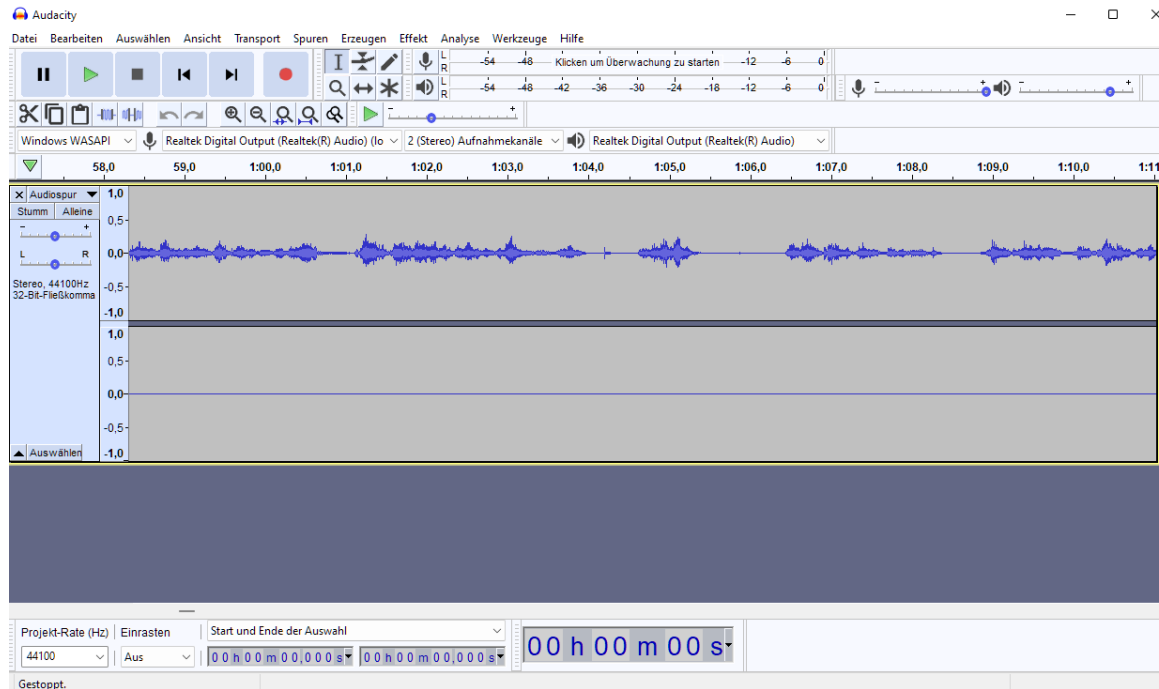
# Software

Wie nehme ich auf und wie kommt meine Aufnahme dann zu meinem Publikum?



Software >

# Aufnahme



Audacity (<https://www.audacityteam.org>)

## Alternativen:

- Garageband
- Ultraschall (<https://ultraschall.fm>)
- Hindenburg (<https://hindenburg.com>)



Software >

# Ablauf einer Aufnahme

- Checkliste im Vorfeld in Ruhe erstellen
- Aufnehmen
- Ggf. Lautstärken anpassen
- Ggf. Rauschen reduzieren
- Ggf. Schneiden
- Ggf. Musik oder Einspieler hinzufügen
- Regelmäßig das Projekt speichern
- Exportieren als MP3 inkl. aller Metadaten (Kategorien beachten)

Software >

# Veröffentlichen

- Eigene Homepage
- RSS Feed (z.B. mit <https://www.podcastgenerator.net>)
- Hoster wie z.B. Podigee (<https://www.podigee.com>)
- Beispiele Podcast-Plattformen:
  - Google Podcasts (<https://podcasts.google.com>)
  - Apple Podcasts (<https://www.apple.com/de/apple-podcasts>)
  - Spotify (<https://www.spotify.com>)
  - TuneIn (<https://tunein.com/podcasts>)
  - Fyyd (<https://fyyd.de>)

# Musik und Einspieler

Brauche ich ein Intro, Outro, Musikbetten  
und was ist dabei zu beachten?



Musik und Einspieler>

# Freie Datenbanken

- Gemeinfreie Sounds:
  - <https://www.hoerspielbox.de>
  - <https://www.sounddogs.com>
  - <https://freesound.org>
- Gemeinfreie Musik:
  - <https://incompetech.com>
  - <https://soundcloud.com>
  - <https://www.jamendo.com>
  - <https://www.audioagency.de>
  - <https://sampleswap.org/mp3/creative-commons/free-music.php>
  - <http://dig.ccmixer.org>
  - <https://musopen.org>

Musik und Einspieler>

# Rechtliches

**Disclaimer: Dies ist keine Rechtsberatung**

- Urheberrecht
- Persönlichkeitsrecht
- Creative Commons (CC0, BY, NC, ND, SA)
- Auch bei Interviewpartnern im Vorfeld schriftlich einholen  
inkl. Vergütungsanspruch und Veröffentlichungspläne
- Impressum
- Datenschutzerklärung

# Stimme und Raum

Wie möchte ich wirken und wie setze ich  
das am Besten um?



Stimme und Raum >

# Grundlagen: Stimme und Ton

*Wie entsteht meine Stimme? Wieso ist das wichtig zu wissen?*

Kurzes Erklärvideo: <https://www.youtube.com/watch?v=-CtF-WOr5no>

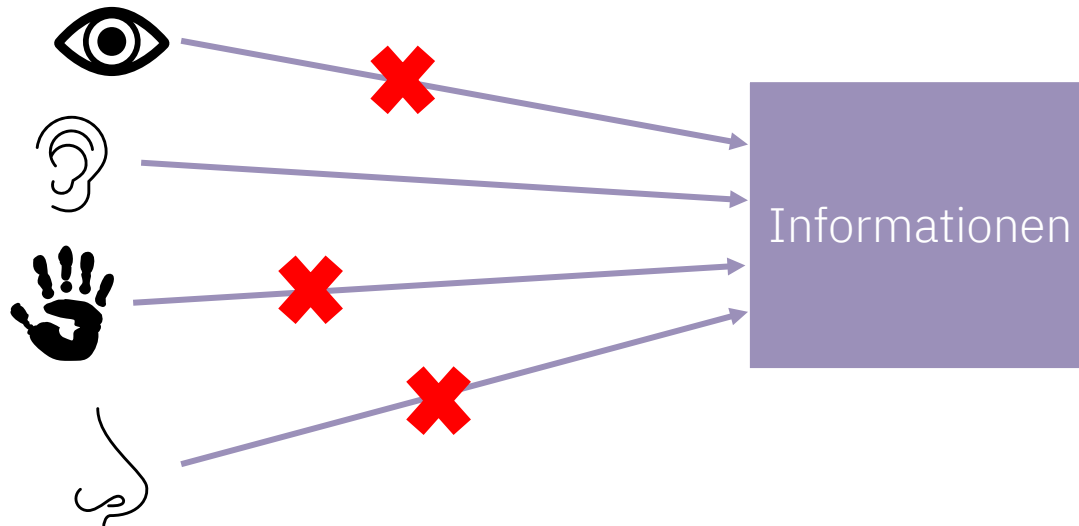
*Exkurs: Wieso hört sich die eigene Stimme bei Aufnahmen fremd bzw. „falsch“ an?*

Schall entsteht an den Stimmbändern >>> über das Jochbein >>> den Unterkiefer und die Schläfe > direkt zum Innenohr

- Muskeln und Gewebe dämpfen die Schwingungen;
- Bei dem Anhören einer Aufnahme unserer Stimme fehlen diese Schwingungen
- „Unsere“ Stimme ist „unvollständig“ bzw. fremd

Stimme und Raum >

# Wirkung von Stimme



Bei „reinen“ Tonaufnahmen reduzieren sich unsere Informationsquellen auf eine einzige!

→ Wirkung (Emotion) und Information müssen über die Stimme transportiert werden!



Abb. nach Antosch-Bardohn, J., et. al. (2019)



Stimme und Raum >

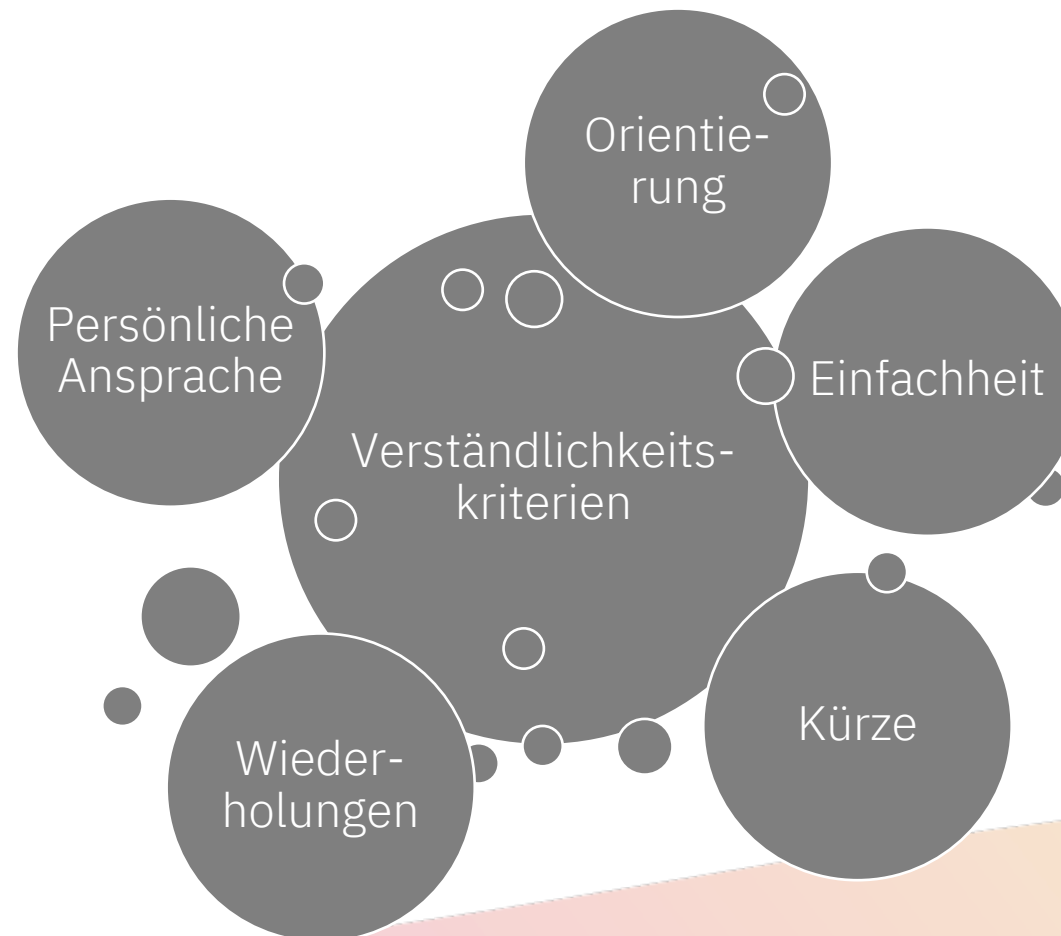
# Wirkung von Stimme

*Welche Wirkung will ich erzielen? Was für eine Situation will ich transportieren?*

1. Andere Podcasts/Lieder/Filme anhören – Wie wird dort ein bestimmtes Gefühl durch den Einsatz der Stimme vermittelt?
2. Was passt zu meinem Format? Wie fühle ich mich stimmlich wohl?
3. Verschiedene Sprechmelodien ausprobieren! Sich selber beobachten/anhören und auch mal von anderen einschätzen lassen
4. Üben, üben, üben (Oft ein deutlicher Unterschied zwischen der ersten und der 100. Podcast-Folge)

Stimme und Raum >

# Verständliche Sprache



## Stimme und Raum > Ort der Aufnahme

*Wo will ich aufnehmen? Wie flexibel will ich mit den Aufnahmen sein?*

Aufnahmen im eigenen Zuhause:

- ! Möglichst kleiner Raum
- ! Wenige glatte Oberflächen
- ! Wenige bis keine Umgebungsgeräusche



Aufnahmen im Freien:

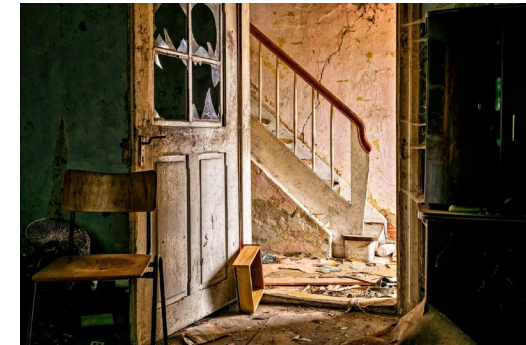
- ! Windschutz („Puschel“)
- ! Ansteckmikrofon vs. externes Handmikrofon
- ! Umgebungsgeräusche (Will ich diese dabei haben?)
  - Kugel- vs. Nierenmikrofon



Stimme und Raum >

# Psychologische Raumwirkung

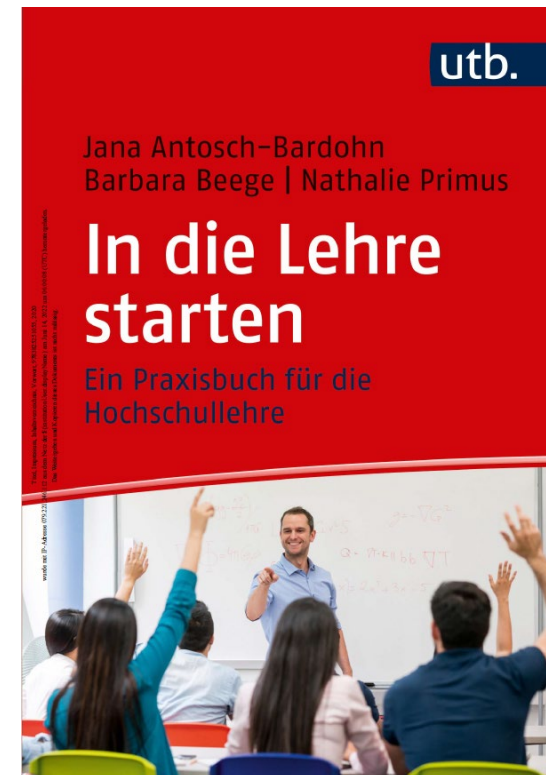
*Wo fühle ich mich wohl? Welche Stimmung soll meine Aufnahme ausstrahlen?*



→ Umwelt(-stressoren) beeinflussen unsere Wahrnehmung, Verhalten und Gesundheit.

→ So hat unsere Umgebung auch einen maßgeblichen Einfluss auf unsere Stimmung (Beziehung Stimmung – Stimme!)

# Weiterführende Literatur



Kapitel 7:  
Ausdrucksstark  
auftreten

# Weitere Quellen

Antosch-Bardohn, J., Beege, B., & Primus, N. (2019). *In die Lehre starten*. utb GmbH.

Schattenburg, L. (2020). *Stimme und Sprechen in der Psychotherapie: ein Leitfaden zur Selbsterfahrung und Supervision*. Vandenhoeck & Ruprecht.

Vassilian, L. (2019). *Podcasting!: von erfahrenen Podcastern lernen*. Rheinwerk Verlag.

Vielen Dank!



**Dieses Projekt wird aus dem Europäischen Sozialfonds gefördert.**



**EUROPÄISCHE UNION**  
EUROPÄISCHER SOZIALFONDS



Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales

**ESF IN BAYERN**  
WIR INVESTIEREN IN MENSCHEN

