

Lea Reinhard, Michael Reinhard und Ernst Engelke sind die Verfasser

Wenn man über den Podcast informieren will, ohne die Verfasser anzugeben

Titel: Der Podcast „Sterben & Trauern“

„Sterben & Trauern“ geht uns alle an, ob wir es wollen oder nicht. In diesem Podcast wird über Sterben, Tod und Trauer aus verschiedenen Perspektiven informiert und ermutigt, sich damit zu befassen. Stützende Begleitung für Betroffene ist ein Ziel.

Podcasts sind Mediendateien (Audio oder Video) aus dem Internet, die meist episodentypisch aufgebaut sind und abonniert werden können. Bereits Anfang bis Mitte der 2000er kamen erste Podcasts auf und gewannen durch die Verbreitung von Smartphones zunehmend an Bedeutung. Bisher hört ein knappes Drittel der Deutschen Podcasts, wie der [Digital News Report 2022](#) herausfand. Im Vergleich zu anderen Ländern ist da noch Luft nach oben. So hören in Irland 46 Prozent Podcasts, in Schweden 44 Prozent und in den USA immerhin 37 Prozent der Menschen.

Sterben, Tod und Trauer faszinieren und erschrecken uns. Der Podcast „Sterben & Trauern“ öffnet die Tür zu diesem Thema, das scheinbar tabu, jedoch allgegenwärtig ist. Der Podcast wird als Gespräch präsentiert. Gemeinsam gehen die Journalisten Lea Reinhard (33) und Michael Reinhard (64) sowie der Palliativpsychologe und Mitbegründer der modernen Hospiz- und Palliativbewegung Professor Ernst Engelke (81), der seit vielen Jahren Sterbenskranken sowie Pflegenden und auch Ärzt*innen professionell begleitet, dem Thema auf den Grund. Dabei betrachten sie verschiedene Aspekte aus dem Blickwinkel der jüngeren und der älteren Generation. In jeder Folge von „Sterben & Trauern“ wird ein Schwerpunktthema besprochen. Bei Bedarf wird ein Gast eingeladen. Der Podcast dauert etwa eine Dreiviertelstunde und monatlich wird eine neue Folge veröffentlicht.

Der Podcast „Sterben & Trauern“ soll nicht nur fundiert informieren, sondern auch ermutigen, sich mit dem unfassbaren Thema näher zu befassen, und Sterbenskranken und ihren Angehörigen stützende Begleitung bieten. Sterbenskranken erleben Krankheit, Leiden, Sterben und Tod anders als gesunde Menschen. Gesunde können dann hilfreich sein, wenn sie sich auf das Erleben und Verhalten der Kranken einlassen. Dazu muss man sie wahrnehmen. „Sterben & Trauern“ ist ein eindringlicher und zugleich entlastender Podcast.

Bedacht und behandelt werden die Themenschwerpunkte:

- Sterben, Tod und Trauern in unserer Lebenswelt
- Erleben und Verhalten sterbenskranker und sterbender Menschen
- Erleben und Verhalten der Angehörigen und Freunde
- Zur Kommunikation mit Sterbenskranken und Trauernden
- Organisationen und Orte für Sterbenskranken und Sterbende
- Verlieren und Trauern
- Autonomie bis zum Lebensende?
- Palliativmedizinische Aspekte (mit Gast)
- Spirituelle und religiöse Aspekte

- Rechtliche und finanzielle Aspekte (mit Gast)
- Eine Revolution der Pflege als Antwort auf die Pflegenot?
- Die Verantwortung der Medien

Veröffentlicht sind bisher

die erste Folge mit dem Titel: „Das Lieblingswort von Sterbenden ist übrigens ‚Scheiße‘“ (Anfang August 2023),

die zweite Folge mit dem Titel: „Ich komme aus dem Heulen nicht mehr raus – Sterbenskranke und ihr Alltag“ (Anfang September 2023),

die dritte Folge mit dem Titel: „Ich weiß Bescheid und Du auch!“ (Anfang Oktober 2023).

Alle Folgen sind zu finden unter:

#<https://open.spotify.com/show/0FeZQaDy7sbqKMewwB1n1y>

Zentrale Botschaften des Podcasts „Sterben & Trauern“ sind:

- Lebensbedrohungen sind für alle Betroffenen schwierig zu handhaben.
- Auch sterbenskranke Menschen möchten am Leben bleiben.
- Sterbende Menschen sind immer auch trauernde Menschen.
- Angst und Hoffnung suchen immer ein dynamisches Gleichgewicht.
- Angehörige sind Ko-Patienten.
- Die Kommunikation zwischen gesunden und sterbenskranken Menschen gleicht oftmals dem Zusammenspiel eines Schachspielers (der Gesunde) und eines Damespielers (der Kranke) die je nach ihren eigenen Regeln am selben B(r)ett spielen.
- Die Pflege sterbenskranker und sterbender Menschen geht jeden an.

Die amerikanische Hosting-Plattform Buzzsprout veröffentlicht jeden Monat eine Statistik über Podcast, die über Buzzsprout distribuiert werden. Im Juli 2022 gehören schon Episoden, die sieben Tage nach Veröffentlichung 885 Downloads erreicht haben, zu den Top-5-Prozent der Podcasts. Der Podcast „Sterben & Trauern“ hat nach der ersten Folge rund 900 Hörende erreicht. Im sozialen Netzwerk Instagram sind es fast 9000 erreichte Konten. „Sterben & Trauern“ auf Instagram möchte begleitend Informationen anbieten.