

VALERIE NIEHAUS
Selten spricht eine Schauspielerin so offen und selbstbewusst über Beziehungen



LIEBE? Ein schöner Luxus ...

DIESER INTENSIVE BLICK betört nicht nur die Zuschauer seit Jahren. Auch privat möchte man Valerie Niehaus gern länger in die Augen sehen

Sie hat vielleicht die schönsten blauen Augen des deutschen Fernsehens, war mit 20 schon ein Star in „Verbotene Liebe“, ehe sie nach New York ging und sich als Schauspielerin neu erfand. Heute lebt **Valerie Niehaus** mit ihrem Sohn **Joshua**, 13, in Berlin, ist diese Woche gleich in zwei Komödien auf zwei Sendern zu sehen – und auch noch frisch verliebt. Der Glückliche ist kein Kollege, sondern ein Mann, den sie außerhalb der Glitzerwelt kennengelernt hat. Das passt. Denn die Schauspielerin ist eine Frau, die mitten im Leben steht, täglich am eigenen Glück bastelt und sich viele Gedanken darüber macht, wie sie leben will. Dazu braucht sie nicht viel, wie sie beim Gespräch im Berliner Hotel „Q“ erzählt.

In beiden Filmen geht es um Liebe und Beziehungen, Betrug und Leidenschaft. Haben Sie schon Mr. Right gefunden?
Na ja, auch ich habe schon einige Beziehungen hinter mir. Vom Vater meines Sohnes bin ich lange getrennt, obwohl das eine sehr große Liebe war. Aber wir haben damals recht schnell gemerkt, dass ein gemeinsamer Alltag für uns schwer zu leben ist. Das war zwar schmerzhaft, aber wir haben eine neue freundschaftliche Ebene gefunden, die gerade für unseren Sohn wunderbar funktioniert.

Trennen Sie sich schnell, wenn es nicht klappt?
Ich bin ganz gut im Loslassen und Weitergehen. Für mich definiert sich eine Liebe nicht automatisch über die Dauer der Beziehung. Ich trenne mich auch nicht leichtfertig oder zu schnell, aber wenn es die einzige Lösung ist, die alle Beteiligten im Frieden hält, dann bin ich dazu bereit. Gefühle sind eben nicht so kontrollierbar. Und eines ist klar: Ich brauche keinen Mann, weil mir kalt ist am Abend. Dazu habe ich eine schöne Decke – sogar mit Glitzersteinen ...

Das klingt jetzt ziemlich abgeklärt.
Überhaupt nicht. Ich gehe zwar weiter, aber ich leide dann auch, verarbeite lange und sehr intensiv meine Gefühle und fange auch nicht gleich wieder eine neue Beziehung an. Ich lebe lieber allein als einen Kompromiss. Nicht umsonst war ich jetzt fünf Jahre lang Single. Erst seit ein paar Wochen bin ich wieder sehr verliebt und genieße es, dass da ein Mann ist, der mir sehr gut tut, weil ich in seinem Denken und Handeln viele Gemeinsamkeiten gefunden habe.

Am 11. Oktober werden Sie 40. Hatten Sie sich mit 20 Ihr Leben so vorgestellt, wie es heute ist?
Ich habe mir damals gewünscht, dass ich ein glücklicher Mensch bin, und das bin ich. Ich bin schon seit einiger Zeit sehr glücklich, dazu brauche ich keinen Lebenspartner. Auch dieser Aspekt ist mir wichtig. Wir Frauen halten noch viel zu sehr an der Vorstellung fest, dass wir nicht „ganz“ sind, wenn wir keine Liebe haben. Doch in meinen Augen ist Liebe kein Ersatz für Eigenständigkeit und Selbstverantwortung, sie kann eine zusätzliche, luxuriöse Komponente in unserem Leben sein, ist aber nicht das Einzige, was uns glücklich macht.

„ICH BIN SEIT KURZEM FRISCH VERLIEBT UND SEHR GLÜCKLICH“

Haben Sie sich als Single nie einsam gefühlt?
Nein, ich pflege auch in der Beziehung das Alleinsein sehr. Deswegen wohne ich jetzt auch nicht mit meinem Freund zusammen. Ich brauche den Raum und die Freiheit für mich und gestehe das auch meinem Partner zu. Seit ich Mutter bin, gibt es neue Verantwortungen in meinem Leben – und die hatten in den letzten 13 Jahren bei mir absolute Priorität. Mein Sohn hat verdient, dass ich ihm hundertprozentig zur Seite stehe und gerade die ersten Jahre seinen Weg sehr intensiv begleite. Dazu wollte ich für mein Kind und mich ein glückliches und beständiges Leben haben. Da passten die Männer, die ich mir ausgesucht habe, leider nicht dazu. Heute bin ich wieder sehr verliebt und sehr glücklich, aber eben auch an einigen Abenden bewusst allein.

Sie scheinen total zufrieden mit sich und der Welt zu sein.
Das bin ich. Vielleicht auch, weil ich im Grunde sehr genügsam lebe. Ich habe kein Auto, fahre meist mit dem Fahrrad durch Berlin oder miete mir ein Auto, zum Beispiel bei DriveNow. Ich lebe mit meinem Sohn in einer schönen Wohnung, in der leider etwas zu viele Schuhe und Handtaschen von mir stehen, wie ich zugeben muss, aber das ist auch okay. Wir sind gesund, haben genug zu essen und an meinem 40. Geburtstag werde ich für einen Sat.1-Film auf Mauritius am Strand sitzen. Mein erster Auslandsdreh seit 15 Jahren – wenn man mal von vier Tagen Südafrika absieht. Das Leben ist gut zu mir.

Ihr Sohn ist 13 Jahre alt. Viele Eltern klagen, dass die Jugendlichen heute zu viel Zeit mit den sozialen Medien verbringen. Kennen Sie das Problem?
Natürlich, und ich rede sehr viel darüber mit Joshua. Mir kommt das innere Wachstum als Wert in unserer Gesellschaft viel zu kurz. Ich versuche, auch da meinen eigenen Weg zu gehen, bin bewusst nicht auf Facebook, Twitter oder Instagram aktiv, obwohl ich weiß, dass viele Schauspieler dieses Medium sehr erfolgreich zu eigenen Werbezwecken nutzen. Aber auch da reagiere ich in erster Linie als verantwortungsbewusste Mutter. Ein Kind stundenlang mit seinem Smartphone oder Tablet sich selbst zu überlassen finde ich regelrecht grausam. Das ist ein Verrat an unseren Kindern und an unserem Erziehungsauftrag. Ich will da nicht mitmachen, indem ich selbst aktiv bin.

Gibt es ein generelles Verbot bei Ihnen zu Hause?
Nein, generelle Verbote helfen den Menschen ja nicht weiter. Ich möchte nur in meiner Umgebung ein Bewusstsein schaffen und um Aufmerksamkeit bitten. Dazu sind eben Fragen und Gespräche nötig, den Rest entscheidet jeder für sich. Ich habe mich dafür entschieden, dass ich weder mich selbst noch die Menschen, die mir nahe sind, völlig kritiklos dem Internet preisgeben will. Also poste ich nichts. Ich will nicht Teil einer Gesellschaft sein, die nur noch online kommuniziert, anstatt sich gegenüberzusetzen und miteinander zu reden. Das ist mein Weg und dazu stehe ich, denn ich fühle mich gut dabei. Sehr gut sogar.

INTERVIEW: CHRISTIANE SOYKE

„DRUNTER & BRÜDER“ Der Titel ist Programm bei der Komödie am 10. Oktober um 20.15 Uhr im Ersten



„ÜBERLEBEN AN DER SCHEIDUNGSFRONT“ mit Uwe Ochsenknecht als Hausmann am 9. Oktober um 20.15 Uhr im ZDF