

FEBRUAR 2015

# alverde

+ a tempo

## SCHÖNE GLATZE

Besondere Pflege  
für Männerköpfe

## GRÜNER BALKON

So pflanzen Sie  
Gemüse selbst an

IM INTERVIEW

## Valerie Niehaus

Die TV-Schauspielerin  
entdeckt die  
Theaterbühne

## NEUE SERIE

Willi Weitzel  
erklärt die Welt

## STABILITÄT

Hilfe für Kinder von  
psychisch kranken Eltern



# DIE KRAFT DER STILLE

---

*„Wenn man den  
Zuschauern den  
Silberstreif am  
Horizont zeigt,  
erreicht man mehr,  
als wenn man sie  
verstört.“*

Über die Entstehung der Fotos lesen Sie  
auf den Seiten 64 bis 66.

Für Unterhaltung ist Valerie Niehaus immer zu haben, aber nicht für Oberflächlichkeit. Das beweist sie jetzt auch auf der Bühne – für die Schauspielerin eine Premiere.

## ZUR PERSON VALERIE NIEHAUS

| **GEBURTSTAG** | 11. Oktober 1974

| **GEBURTSORT** | Emsdetten

| **WERDEGANG** | Ihren ersten TV-Auftritt hat Valerie Niehaus bereits mit 13 Jahren in der Ruhrpott-Saga „Rote Erde“. Gleich nach dem Abitur übernimmt sie 1995 eine Hauptrolle in der Seifenoper „Verbotene Liebe“. 1997 steigt sie aus der Erfolgsserie aus. In New York studiert sie zwei Jahre an der Schauspielschule Lee Strasberg Theatre Institute. Zurück in Deutschland dreht sie regelmäßig fürs Fernsehen, vor allem Komödien, Krimis und Liebesfilme. Noch bis Anfang März steht Valerie Niehaus in der Komödie am Berliner Kurfürstendamm im Stück „Zwei wie wir“ auf der Bühne. Valerie Niehaus lebt mit ihrem 13-jährigen Sohn in Berlin.

| **MEIN VORBILD** | Meryl Streep, Julianne Moore, Diane Keaton sind Schauspielerinnen, die immer tolle Arbeiten abliefern und ihre Ego-Probleme zurückstellen.

| **MEINE AKTUELLE LIEBLINGSSERIE** | „House of Cards“ – ich bin ein Fan von Kevin Spacey.

| **DIE DOMINANTE FARBE IN MEINEM KLEIDERSCHRANK** | Blau. Aber ich mag es allgemein farbenfroh, auch im Winter.



| **VIDEO-TIPP** |

Ein Video-Porträt von Valerie Niehaus unter: [www.dm.de/niehaus](http://www.dm.de/niehaus)

### Was gibt eine Theatervorstellung dem Zuschauer anderes als ein Kino- oder TV-Film?

| **VALERIE NIEHAUS** | Ich gehe im Theater nicht mal schnell ans Telefon, auf die Toilette oder eine neue Tafel Schokolade holen. Theater ist einer der wenigen Räume, in dem wir uns auf eine Sache konzentrieren. Sonst lassen wir uns ja ständig von allem unterbrechen. Als Theaterzuschauer kann ich so unmittelbar fühlen, was jemand anderes erzählt.

*„Theater ist einer der wenigen Räume, in dem wir uns auf eine Sache konzentrieren.“*



Valerie Niehaus verbindet einen kritischen Blick mit fröhlichem Optimismus.

### Aber was, wenn einen das Stück langweilt? Dann ist man auch diesem Gefühl unmittelbar ausgesetzt ...?

| **VALERIE NIEHAUS** | Ich persönlich empfinde Langeweile als ein gutes Gefühl, weil meist etwas Positives dabei herauskommt. Ich langweile mich so lange, bis ich eine neue Idee habe. Aber natürlich ist es unser Ziel, möglichst viele Zuschauer zu unterhalten und zu bewegen.

### „Zwei wie wir“ ist Ihr erster großer Theaterauftritt. Was hat Sie daran gereizt?

| **VALERIE NIEHAUS** | Ich habe große Lust auf frischen Wind und eine neue Herausforderung in meiner Arbeit. Dazu kam, dass mich das Stück angesprochen hat. Die Dialoge sind pointiert, die Figuren gut beobachtet, das Timing stimmt, was für eine Komödie sehr wichtig ist.

### Sie haben Ihre Schauspielkarriere mit einem Genre begonnen, das vom Theater weit entfernt ist: der Daily Soap „Verbotene Liebe“. Welches ist Ihre stärkste Erinnerung aus dieser Zeit?

| **VALERIE NIEHAUS** | Die eine sind die langen Drehtage – hinter Soaps steckt harte Arbeit. Die andere sind die Fans. Ich stand ganz normal im Telefonbuch und auf einmal warteten Leute vor meinem Haus. Damals begann sich die Distanz zwischen Zuschauern und Schauspielern aufzulösen. Heute ist das ja fast normal. Aber damals war es neu, so wie die täglichen Serien.

### Heute gibt es neben Soaps auch sehr anspruchsvolle Serien, die renommierte Schauspieler zeitweise sogar dem Kino vorziehen. Würde Sie eine weitere Serienrolle reizen?

| **VALERIE NIEHAUS** | Unbedingt. Heute wird ein 90-minütiger Film in 20 Tagen gedreht und das Drehbuch bekommt man frühestens einen Monat vorher. Man hat nicht viel Zeit, um sich die Figur zu erarbeiten. Eine Serie ermöglicht, in Ruhe eine Figur zu kreieren und ihr alle Facetten zu entlocken. Das ist ein großer Luxus. >

**Sie haben in einem Interview einmal gesagt, dass der Ruf von Soap-Stars annähernd so schlecht sei wie der von Pornodarstellern. Wieweit ist es Ihnen gelungen, sich zu „rehabilitieren“?**

| VALERIE NIEHAUS | Ich konnte mich rehabilitieren, weil ich immer dazu gestanden habe. Soaps sind vielleicht nicht die anspruchsvollste Art, Geschichten zu erzählen, aber sie sind unterhaltsam und machen vielen Leuten Freude. Ich bin noch heute ein großer Anhänger von unterhaltsamen Alltagsgeschichten. Das heißt nicht, dass ich keine Probleme sehe oder sie verniedlichen will. Aber wenn man den Zuschauern den Silberstreif am Horizont zeigt, erreicht man mehr, als wenn man sie verstört.

*„Die Lebensentscheidung zum Kind ist mir leichtgefallen.“*

**Sie sind ein Mensch, der gut allein zurechtkommt. Was mögen Sie daran, Zeit nur mit sich zu verbringen?**

| VALERIE NIEHAUS | Für mich ist das eine Kraftquelle. Ich kann mich konzentrieren, Dinge abwägen, meinen authentischen Gefühlen auf die Schliche kommen, Fragen stellen und Antworten finden. Das kann ich nicht so gut, wenn ich mich in einer Gruppe mit den Energien der anderen auseinandersetze. Und das geht auch nicht, wenn ich mich ständig ablenken lasse – etwa vom Fernseher, von Facebook oder meinem Smartphone.

**Ist das der Grund, warum Sie selbst kein Facebook-Profil haben und auch keine Homepage?**

| VALERIE NIEHAUS | Ich weiß, dass ein Facebook-Profil tolle Werbemöglichkeiten bietet, etwa wenn man postet „Hier bin ich am Set von meinem neuen Film.“ Aber ich lebe nicht



IHR THEATERDEBÜT GIBT VALERIE NIEHAUS AN DER SEITE VON STEFAN JÜRGENS.



| WEB-TIPP |

Auf [www.komoedie-berlin.de](http://www.komoedie-berlin.de) gibt es Informationen und Karten zum Stück „Zwei wie wir“.

so. Ich vertrete bestimmte Werte – man kann mich auch als wertkonservativ bezeichnen: Ich bin für Stille, für Spazierengehen, für wirkliche Gespräche und Begegnungen. Ich hätte auch nicht die Zeit in meinem Alltag, um ein Profil

zu gestalten. Und ehrlich: Es ist für andere doch auch unwichtig, was ich mir gerade koche oder wo ich einkaufe. Warum sollte ich solche Banalitäten mitteilen?

**Stichwort „echte Begegnung“: Was war das Interessanteste, das Sie in den vergangenen Monaten von Ihrem Sohn gelernt haben?**

| VALERIE NIEHAUS | Ich hatte einen tollen Moment, als Joshua mich kürzlich bei der Arbeit besucht hat. Es herrschte dort eine sehr angespannte Situation – dann drehte ich mich um, er stand plötzlich hinter mir und lachte mich an. In dem Moment war alles für mich gelöst, die Situation hat sich entspannt. Später bedankte ich mich bei Joshua und er sagte: „Ich wusste, dass du das heute brauchst.“ Ich freue mich total, dass er sich zu einem so empathischen Menschen entwickelt hat.

**Sind Sie im Nachhinein auch stolz auf sich als Mutter?**

| VALERIE NIEHAUS | Stolz wäre das falsche Wort. Ich empfinde Freude. Ich habe die Erziehung im Wesentlichen allein gestemmt, so wie viele Frauen heute. Das ist schwieriger, als man denkt. Denn es gibt keine Konzepte zur Erziehung von Kindern. Man muss flexibel bleiben. Es ist ähnlich wie beim Segeln: Der Wind bläst mal von der einen, mal von der anderen Richtung und man muss entsprechend die Segel setzen. Aber wichtig ist, dass man gesagt hat „Ich will segeln.“ Und diese Lebensentscheidung zum Kind, die ist mir leichtgefallen.

**Ist das vergleichbar mit Ihrer Entscheidung, Schauspielerin zu werden? Auch die haben Sie ja als Teenager getroffen, ohne lange abzuwägen?**

| VALERIE NIEHAUS | Ja. Ich hatte die Kraft, Entscheidungen zu treffen. Je älter ich werde, desto mehr komme ich auch ins Abwägen und Zweifeln. Aber ich versuche, diese Kraft zu bewahren. Jetzt, da ich in der Mitte meines Lebens stehe, habe ich mich dafür entschieden, ein zufriedener Mensch zu sein. Das sage ich nicht, weil ich es mir leicht machen will, sondern weil ich bereit bin, dafür hart zu arbeiten. Ich habe klare Visionen und denen folge ich. ●