

Sonja Kirchberger

Ihr junger Freund  
macht sie so  
glücklich

Prinzessin  
Märtha Louise &  
Ari Behn †

Herbert

Grönemeyer

Demenz-Tragödie  
um seine Mutter

Märtha Louises

Ex-Mann Ari Behn †

# Todes-Drama an Weihnachten

Zwei Jahre nach der Scheidung trauert die  
Prinzessin um den Vater ihrer drei Töchter.  
Der Schriftsteller nahm sich das Leben. Welche  
Rolle spielte ihre neue Liebe, ein Schamane?

Stefanie

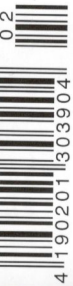
Stappenbeck

Heimliche  
Scheidung!

DIE SCHLANKHEITS-FORMEL

## Abnehmen mit der Kraft der Hormone

Prof. Marion Kiechle erklärt exklusiv in BUNTE, wie Frauen dauerhaft  
ihr Idealgewicht erreichen. Mit vielen Gute-Laune-Rezepten



2  
2. 1. 2020 € 3,90  
Australien € 4,10 - Schweiz Sfr. 6,50 - Benelux € 4,30 - Frankreich € 5,10 - Italien € 5,10 - Portugal (Cont.) € 5,10 - Spanien € 5,10 - Kanada € 5,50 - Griechenland € 5,60 - Finnland € 6,20 - Dänemark DKK 41 - Slowenien € 5,10 - Litauen € 5,10 - Schweden € 5,10



# Heimliche SCHEIDUNG!

**STEFANIE STAPPENBECK** Die Schauspielerin hat sich in aller Stille vom Vater ihrer Tochter getrennt. Warum sie trotz Ehe-Aus nach acht Jahren immer noch gemeinsam verreisen und welche großen Pläne sie hat, erzählt sie BUNTE





**STRAHLEND**  
Die beliebte Schauspielerin  
beim Shooting im Hotel  
„Oderberger“ in Berlin



**NUR NOCH FREUNDE**  
Das geschiedene Künstler-Paar feierte gerade mit der Tochter zusammen Weihnachten



**GROSSES JUBILÄUM**

**80. FOLGE** Als Kommissarin ermittelt Stefanie Stappenbeck neben Florian Martens in „Ein starkes Team“ (4.1., 20.15 Uhr, ZDF)

**U**naufhaltsam scheint dieser innere Drang in ihr gewachsen zu sein – und jetzt will er endlich gelebt werden! Beim Interview mit BUNTE bricht es förmlich aus der TV-Kommissarin **Stefanie Stappenbeck** („Ein starkes Team“) heraus: „*Ich habe Lust, nicht mehr nur Empfängerin zu sein. Sondern Entscheiderin, Macherin.*“ Entschlossene Worte einer entschlossenen Frau. Die 45-Jährige erzählt von ihrem großen Traum für 2020: endlich ihr erstes eigenes Drehbuch fertig zu schreiben und selbst zu verfilmen. Dafür arbeitet sie intensiv an sich selbst: „*Wenn ich Regisseurin sein will, muss ich lernen, innerlich ruhiger zu sein und Raum zu geben. Ein Team und Schauspieler zu steuern und zu lenken, ist ja eine ganz große Aufgabe. Das lerne ich gerade viel bei meinem Coach*“, erzählt die willensstarke zierliche Berlinerin.

Kein neues Feld für sie, wie sie offen zugibt: „*Ich lasse mich schon seit 20 Jahren regelmäßig coachen, unter anderem mit Aufstellungen für private und berufliche Angelegenheiten. Wenn ich ein Problem habe und nicht weiterkomme, hole ich mir lieber zu früh Hilfe als zu spät. Ein Coaching ist für mich eine Seelenpflege. Sich helfen lassen hilft halt.*“ Und so stellt sich im Laufe des Gesprächs heraus, dass sie auch professionelle Hilfe an ihrer Seite hatte, als Stefanie Stappenbeck und ihr Ehemann **Christopher Farr**, 43, sich im Frühjahr 2018 völlig überraschend trennten.

Ganz heimlich ging die Scheidung über die Bühne. Und ganz friedlich. Ungewöhnlich, schließlich verhärten sich bei diesem schmerzvollen Prozess bei vielen Paaren die Fronten – was bleibt, sind oftmals nur Wut, Schmerz und Hass. Nicht so bei dem Schlagzeuger und der Schauspielerin. „*Ohne das Coaching hätten wir das nicht gemeistert*“, sagt Stefanie Stappenbeck rückblickend zu BUNTE. Die beiden hatten sich entliebt, aber blieben befreundet. Dank vieler Sitzungen und auch wegen ihres fünfjährigen Mädchens. „*Wir*

*waren erst vor einem Jahr mit unserer Tochter zusammen in Ecuador*“, erinnert sich Stefanie Stappenbeck. Im Frühjahr soll es nach Thailand gehen, vielleicht nur zu zweit oder wieder zu dritt. Man wird sehen. Auf jeden Fall möchte sie noch mal länger verreisen, bevor die Kleine im Sommer eingeschult wird.

Wie packt es die erfolgreiche Schauspielerin als alleinerziehende Mutter? „*Ich bin ja zum Glück nicht allein-, sondern getrennterziehend. Das heißt, wir machen es im Wechsel, teilen die Woche untereinander auf: Sie ist mal drei Tage bei ihm, dann vier*

*Tage bei mir oder andersrum. Es gibt auch Tage, da unternehmen wir alle was zusammen. Und ich habe Hilfe von Großeltern, Freunden und Babysittern.*“

„OHNE  
COACHING  
HÄTTE  
NUR ES NICHT  
GEMEISTERT“

Die springen zum Beispiel ein, wenn Stefanie Stappenbeck an verlängerten Wochenenden ihre Ausbildung zur Familienaufstellerin vorantreibt. Voraussichtlich im Herbst will sie mit der zweijährigen Fortbildung fertig sein. Drehbuchautorin, Regisseurin, Familien-Coach – ist der Wunsch nach Veränderungen durch die Scheidung von ihrem Mann lauter geworden? „*Vielleicht war auch erst das Bedürfnis nach einem Wandel und dann ging die Liebe auseinander, es ist manchmal ein fließender Übergang*“, so Stappenbeck. „*Oder es hat auch etwas mit dem Älterwerden zu tun: Je älter ich werde, desto neugieriger und freier werde ich. Ich erlebe, wie wir Frauen eh zur Zeit alle stärker werden. Und mutiger.*“

Sie selbst hatte 2010 jede Menge Courage – aus Liebe. Nach nur sieben Monaten heiratete sie ihren Chris in New York. „*Ein abenteuerliches Leben macht mir einfach Spaß*“, sagt sie heute. Würde sie also noch ein zweites Mal heiraten? „*Na klar!*“

**INTERVIEW IN BERLIN** Ilka Peemöller (BUNTE, l.) und Stefanie Stappenbeck

