

„Ein starkes Team“ mit Stefanie Stappenbeck

„Ich bin eher ein Empath“

Am Samstag, 12. November, 20:15 Uhr, wird eine neue „Ein starkes Team“-Folge mit dem Titel „Schulzeit“ im ZDF ausgestrahlt. Wir sprachen mit Schauspielerin Stefanie Stappenbeck über die Inhalte, über Kriminalhauptkommissarin Linett Wachow und darüber, wie Rollen manchmal auch im Alltag abfärben.

glüXmagazin: Frau Stappenbeck, auf welchen spannenden Plot können sich die Zuschauer bei der neuen Folge von „Ein starkes Team“ freuen?

Stefanie Stappenbeck: Die Folge trägt den Titel „Schulzeit“. Es geht darum, dass Linetts und damit eben meine ehemalige Klassenkameradin Nadia Weißenheim am Abend eines geplanten Klassentreffens ermordet wird. Während sie die Zeitkapseln ausgraben möchte, die wir als Klasse vergraben hatten, wird sie offensichtlich überrascht. Auffällig ist dabei, dass eine der Kapseln fehlt und zwar die von unserer gemeinsamen ehemaligen Klassenkameradin Ulrike Zehner, die seit mehreren Jahren im Wachkoma liegt. Im Zuge der Ermittlungen treffe ich dann auf alle meine ehemaligen Weggefährten, von denen jeder ein Motiv haben könnte. Es wird also eine spannende Reise in die Vergangenheit.

glüXmagazin: Wie viel Kriminalhauptkommissarin Linett Wachow steckt denn in Ihnen?

Stefanie Stappenbeck: Linett ist sehr präzise. Durch ihren Beruf hat sie ein klares Auge und gesundes Misstrauen. Ich lebe eher nach der Prämisse: Alle Menschen sind gut. Sie hingegen weiß, wie geschickt Leute manipulieren können und kann sich daher teilweise auch emotional abgrenzen. Ich bin da eher ein Empath. Was wir beide gemeinsam haben, ist das Interesse an Wissenschaft und dass wir beide Tee statt Kaffee trinken. Dafür ist sie deutlich körperlicher, sportbegeisterter und mutiger als ich. Und sie hat immer eine Waffe dabei. Wobei ich mittlerweile auch gelernt habe, meinen Körper besser einzusetzen und mutiger zu agieren, wenn es darauf ankommt.

glüXmagazin: Inwiefern können Sie mutiger agieren?

Stefanie Stappenbeck: Ich habe ein Notwehrtraining für Frauen absolviert. Und ich kann nur jeder Frau sagen: Macht das auch. Eins der wichtigsten Dinge, die ich gelernt habe und die ich jedem weitergeben möchte: Wenn man sich wehrt, sei es durch Schreien, Kratzen, Treten oder Beißen, lassen 85 Pro-

zent der Täter von einem ab. Deswegen sollte sich jede Frau, die nicht mehr die Möglichkeit zum Weglaufen hat, auf andere Art wehren.

glüXmagazin: Sie sind auch ein großer Fan von Coaching. Inwiefern hilft Ihnen das weiter?

Stefanie Stappenbeck: Dadurch habe ich im Laufe der Zeit beispielsweise gelernt, mir gewisse Rituale anzueignen. Sobald ich in ein Kostüm steige, schlüpfe ich auch automatisch in meine Rolle und identifiziere mich mit dieser Rolle. Sobald ich das Kostüm ausziehe, streife ich auch die Rolle wieder ab. Das gelingt mir mittlerweile ganz gut.

glüXmagazin: Das klingt allerdings so, als sei das nicht immer so gewesen?

Stefanie Stappenbeck: Ich war eigentlich immer der festen Überzeugung, dass ich meine Rolle, sobald ich das Set verlasse und wieder in meinem privaten Umfeld bin, ablege. Dann habe ich nach einem Dreh, in dem ich eine Kommissarin gespielt habe, die früher Soldatin war, mit einem sehr guten Freund telefoniert. Und der hat mich nach kurzer Zeit gefragt, was mit mir los sei. Ich würde so abgehakt und kommandotonmäßig reden. Ich habe das erst abgestritten, habe dann aber selbst realisiert, dass er recht hat und habe nach dem letzten Drehtag gemerkt, dass ich langsam wieder in meinen gewohnten Sprachrhythmus zurückgefunden habe. Man sieht also: Die Rollen haben mehr Einfluss, als man es sich selbst eingestehen möchte.

Das Interview führte Sina Ternis



Ein starkes Team – „Schulzeit“ am Samstag, 12. November, 20:15 Uhr im ZDF