

Bewegende Beichte **KATHARINA BÖHM (54)**

„Ich hatte schlimme Panikattacken“

Mit dem Älterwerden wird manches auch besser. Katharina Böhm („Die Chefin“, freitags, 20.15 Uhr, ZDF) feiert im November 55. Geburtstag und fühlt sich „viel entspannter und gelassener“. Ihr Leben zu entschleunigen, sich ganz aufs Hier und Jetzt zu konzentrieren, half ihr auch gegen starke Ängste.

„Ich hatte als junge Frau manchmal Panikattacken“, gesteht die Schauspielerin in „Bunte“. Überraschend, kennt man sie sonst als resolute, starke TV-Polizistin! **Privat erlebte sie als alleinerziehende Mutter eine schwere Zeit:** „Das wurde schlimmer, nachdem Sam auf der Welt war. Denn für meinen Sohn

war ja nur ich da.“ Trotz der bewussten Entscheidung, das Kind alleine zu bekommen, quälten sie Sorgen: **„Wer hätte sich um mein Kind gekümmert, wenn mir etwas passiert wäre? Dieser Gedanke hat mich fertig gemacht.“** Immer wieder nur an das Negative zu denken, mache die Gedanken real, greifbar, wodurch sie zum Problem werden können.

„Heute gebe ich meinen Ängsten keinen Raum mehr, und so habe ich sie in den Griff bekommen.“ Den Spagat zwischen Kind und Beruf hat sie gemeistert – trotz schlechten Gewissens. Sohn Sam ist mittlerweile 21 Jahre alt und ihr ganzer Stolz.

MIRIAM OTTO



Süßes Quartett

Die Sängerin als Kind (Kreis) zwischen ihren Brüdern Karl, Lucas und Marcel (v. l.)



BEATRICE EGLI (31) „Mir fehlt die Unbeschwertheit meiner Kindheit“

Die Schlager-Sängerin ist unter die Synchronsprecher gegangen. In „Playmobil – Der Film“ (jetzt im Kino) leiht Beatrice Egli einer Fee ihre Stimme. **Was war früher Ihr Lieblingsspielzeug?**

Das gab es eigentlich nicht. Wenn man wie ich mit zwei großen Brüdern aufwächst, dann sind die nämlich schnell das liebste Spielzeug. Wir haben Verstecken gespielt, Höhlen gebaut und auch mal ordentlich miteinander gerauft. **War Ihnen als Kind jemals langweilig?**

Nein, denn ich bin ja auf dem Land groß geworden. Da war jeder Tag wie ein kleines Abenteuer. Ich war immer in Action und immer draußen in der Natur. Ich konnte sogar Hütten bauen, war handwerklich ziemlich begabt. **Was stand bei schlechtem Wetter auf dem Programm?**

Es gab bei uns in der Wohnung eine Wand, die wir immer wieder nach Lust und Laune bunt anmalen durften. Meine Mutter hat die dann jedes Mal wieder mit weißer Farbe übergemalt, und der Spaß

konnte von vorne losgehen.

Was vermissen Sie aus der Kindheit am meisten?

Natürlich die Unbeschwertheit und dass ich keine Verantwortung übernehmen musste. Allerdings: Viele Menschen verklären die eigene Kindheit. Jeder hat in seiner aktuellen Lebensphase Aufgaben, Pflichten und auch mal Schwierigkeiten – und sei es nur, als Kind morgens rechtzeitig aufzustehen und es pünktlich zur Schule zu schaffen.

ALEXANDER NEBE