In der Krise Nach der Plagiatsaffäre bleiben die Guttenbergs in Berlin. Stephanie zu Guttenberg hält zu ihrem Mann: „Meine Familie kommt zuerst und danach alles andere", sagt sie

KARL-THEODOR ZU GUTTENBERG

Er soll sich bloß nicht verstecken!

Unser ehemaliger Verteidigungsminister ist kein strahlender Held mehr, sondern für die meisten (bis auf die „Bild"-Zeitung) **der Buhmann der Nation.** Wie geht seine Frau Stephanie damit um, dass ihr Baron heftig angeschrammt ist?

Seine Karriere hatte er sich ganz anders vorgestellt. Wegen der Plagiatsvorwürfe erklärte Verteidigungsminister Karl-Theodor zu Guttenberg, 39, jetzt seinen Rücktritt. Das Aus! Beruflich und in gewisser Hinsicht sicherlich auch privat. Denn sein strahlender Glanz fiel auch auf seine Ehefrau Stephanie zu Guttenberg, 34. Längst wurde die gelernte Textilbetriebswirtin und zweifache Mutter als eigentliche First Lady des Landes und künftige Kanzlergattin gefeiert. Jetzt schaut ganz Deutschland kopfschüttelnd auf ihren einst als politischen Helden gefeierten Ehemann herab: ein riesiges, schwarzes Loch, in dem der Freiherr nun gefangen ist. Doch Stephanie hält zu ihm, verglich ihn in einem aktuellen Interview bereits mit einer Wettertanne: „Das ist ein Baum, der jedem Wetter standhält", erklärte sie und fügte hinzu: „Wir werden nicht gleich das Handtuch werfen, so sind wir erzogen worden."

Durchhaltevermögen hin oder her: Es wird schwer für den bayerischen Shootingstar, Sympathien zurückzugewinnen. Ist es überhaupt möglich, sich nach so einem tiefen Fall wieder nach oben zu rappeln? Mental-Coach Christoph Kleinbeck aus München sagt: „Ja. Man sollte aber auf keinen Fall nach einem Absturz den Kopf in den Sand stecken und die ganze Welt dafür verantwortlich machen." Dies bewirke nur einen unaufhaltsamen Strudel nach unten, der nicht selten in einer Depression ende, so der Experte.

Stephanie geht schon mal mit gutem Beispiel voran. Trotz der öffentlichen Blamage setzt sie ihre karitative Arbeit zum Beispiel als Präsidentin des deutschen Kinderschutzvereins „Innocence in Danger" fort. Auch ihren nächsten öffentlichen Auftritt am 21. März möchte sie wie geplant wahrnehmen. Der Partner kann in der Not der größte Auftrieb sein. Der Mental-Coach erklärt: „Wenn eine Frau in so einem Fall hinter den Ereignissen stehen kann, rate ich ihr, dem Mann Mut und Durchhaltevermögen zuzusprechen, um baldmöglichst wieder ein harmonisches Leben miteinander genießen zu können." Laut dem Experten kann sich das Blatt nämlich sehr bald wieder zum Positiven wenden: „Wer einen schweren Schicksalsschlag gemeinsam meistert, geht meistens stärker aus der Situation heraus." Krisen können durchaus stark machen.

> „Nach einer Niederlage sollte man **Einsicht zeigen** und um Verzeihung bitten"
>
> Christoph Kleinbeck, Mental-Coach

Das haben auch schon andere Stars unter Beweis gestellt: So wie Verona Pooth, 42, und ihr Mann Franjo, 41. Trotz undurchsichtiger Verhältnisse bei der Insolvenz seiner Firma Maxfield hielten die beiden stets zusammen. „Es lag mir sehr am Herzen, mich in der Öffentlichkeit an der Seite meines Mannes zu zeigen", sagt Verona. „Ich sehe, wie hart er an einer Lösung der Probleme arbeitet. Er gibt nicht auf, darum liebe ich ihn unter anderem auch so." Nach einer kurzen öffentlichen Pause kam Verona zurück und ist seitdem wieder zurück im Geschäft. Ein Weg, den auch die zu Guttenbergs gehen können.

OK! Jennifer Hartfeld

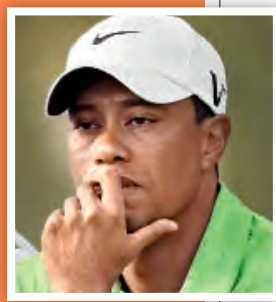
OK!-Experte

Mental-Coach Christoph Kleinbeck aus München weiß, wie man sich nach einer beruflichen Niederlage verhalten sollte:
Im Gespräch mit OK! gibt er folgende Ratschläge an gescheiterte Helden: „Wie kann sich der Betroffene nach einer Krise wieder aufrappeln?" „Je nach Lage sollte sich derjenige eine Auszeit gönnen und seine Fehler in Ruhe reflektieren." Wie lange sollte der Betroffene dann zu Kreuze kriechen? „Man sollte Einsicht zeigen und um Verzeihung bitten. Letztendlich geht das Leben weiter, und ich empfehle, sich mit den neu gewonnenen Einsichten mit viel Feingefühl, Natürlichkeit und Selbstvertrauen seinen neuen Aufgaben zu widmen!" Gibt es Wege und Strategien, um wieder schnell vorwärtszukommen? „Wem es wirklich ernst ist, einen aufrichtigen Weg einzuschlagen, dem gelingt das auch. Tipp: Schreiben Sie sich auf, was aus dem bisherigen Leben verbannt werden soll, und notieren Sie, was in Zukunft besser werden soll."

Auch sie fielen tief

Angeklagt
Eine Ex-Freundin wirft Moderator **Jörg Kachelmann**, 52, vor, er habe sie vergewaltigt. Seit einem Dreivierteljahr zieht sich der Prozess – im TV will er nicht mehr auftreten, moderiert aber seit diesem Jahr sporadisch im Radio

Öffentlich hingerichtet
Die einstige „Tagesschau"-Sprecherin **Eva Hermann**, 52, hat sich mit Äußerungen wie „Hitler war gar nicht so schlecht" oder „Frauen gehören an den Herd" ins Medien-Aus gekickt



Fremdgegangen
Nachdem 2009 diverse Affären von Ausnahmegolfer **Tiger Woods**, 35, bekannt wurden, verlor er wichtige Sponsoren. Er spielt wieder, hat aber seinen „Held"-Status nicht wiedererlangt

Gedopt Ex-Fahrradstar **Jan Ullrich**, 37, musste seine aktive Karriere wegen diverser Dopingvorwüfe beenden und verlor auch Fernsehverträge. Danach sah man ihn nur selten in der Öffentlichkeit. Vergangenes Jahr hatte er einen Burn-out

Pleite
Es schien, als habe Verona, 42, von den finanziellen Problemen ihres Ehemannes **Franjo Pooth**, 41, gewusst. Trotzdem schaffte sie es nach einer Pause ins Rampenlicht zurück und ist wieder Werbe-Ikone

FOTOS: PICTURE ALLIANCE, GETTY (2), BABIRAD PICTURE, BRAUER PHOTOS, PEOPLE PICTURE