

Tipps gegen das Lampenfieber vom Profi

Am 15. November 2010 besuchte die Schauspielerin Rebecca Indermaur die Hundertwasser- Gesamtschule.

Die 34-jährige Schweizerin hat uns,den Schülern, hilfreiche Tipps gegen das Lampenfieber gegeben. Sie zeigte uns durch die sogenannte „Königsübung“ , wie wir unsere Schüchternheit überwinden oder wie wir mit der richtigen Atemtechnik Ruhe bewahren können. Mit ihrer lockeren, freundlichen Art machten die Übungen gleich doppelt so viel Spaß.

Da Rebecca sich selbst mehrere Male an einer Schauspielschule beworben hatte, kennt sie sich mit Vorstellungsgesprächen aus und ist deshalb schon ein Profi.

Sie weiß, dass fast jeder Mensch Lampenfieber hat und deshalb eine gute Vorbereitung auf solch einen Termin sehr entscheidend ist.

Sie riet uns, vor dem Vorstellungsgespräch kleine Sätze auf eventuelle Fragen vorzubereiten. Sie meinte, ein Vorstellungsgespräch vor Freunden oder Verwandten zu üben, könne nicht schaden. Auch der Spiegel reiche zur Not.

Rebecca Indermaur hat meine Erwartungen an diese Veranstaltung mit einem „Profi“ völlig erfüllt. Man könnte sagen, sie hat sie sogar übertroffen.

Jennifer Hartmann, Klasse 10II



Rebecca Indermaur