Kirche im hr

29.08.2021 um 09:15 Uhr
KIRCHE IN YOU FM

Ein Beitrag von
Valentin Beige,
Journalismus-Volontär und Autor bei "Kirche in YOU FM"

Christin bloggt über das Tabuthema Depression

"*Ich bin Christin, ich bin 25, ich blogge unter anderem über meine Depression.“*

Christin hatte coole Hobbys, coole Freunde, gute Laune. Dann geht es ihr zunehmend schlechter. Die Diagnose: Christin hat Depression.

"*Ich war tatsächlich erleichtert. Weil ich endlich eine Erklärung dafür hatte, was ich gespürt habe und was in meinem Leben los war. Und dadurch war das auch der erste Schritt dahin rauszufinden, wie ich mir helfen kann und wie ich mir helfen lassen kann.*"

Sie wagt den Schritt in die Öffentlichkeit

Christin geht in eine Klinik, bekommt Medikamente. Heute geht es ihr wieder gut. Und ihr hilft, dass sie über ihr Leben mit der Depression bloggt.

"*Und ich merke auch dadurch, dass die Themen für mich weniger bedrohlich werden, weil ich sie in die Öffentlichkeit stelle und merke, dass da gar nicht so viel Schlimmes dabei ist wie ich anfangs gedacht habe.*"

Christin, wir feiern dich dafür, dass du von deiner schweren Zeit erzählst und damit anderen Mut machst.

YOU FM. Zusammen mit den Kirchen in Hessen.